

Risiken und Nebenwirkungen des Psychotherapeutenberufes

Erkrankungen, Krisen, Belastungen und ihre Auswirkung auf die Berufsausübung

Vortrag

Landespsychotherapeutentag, Berlin,

2. April 2011

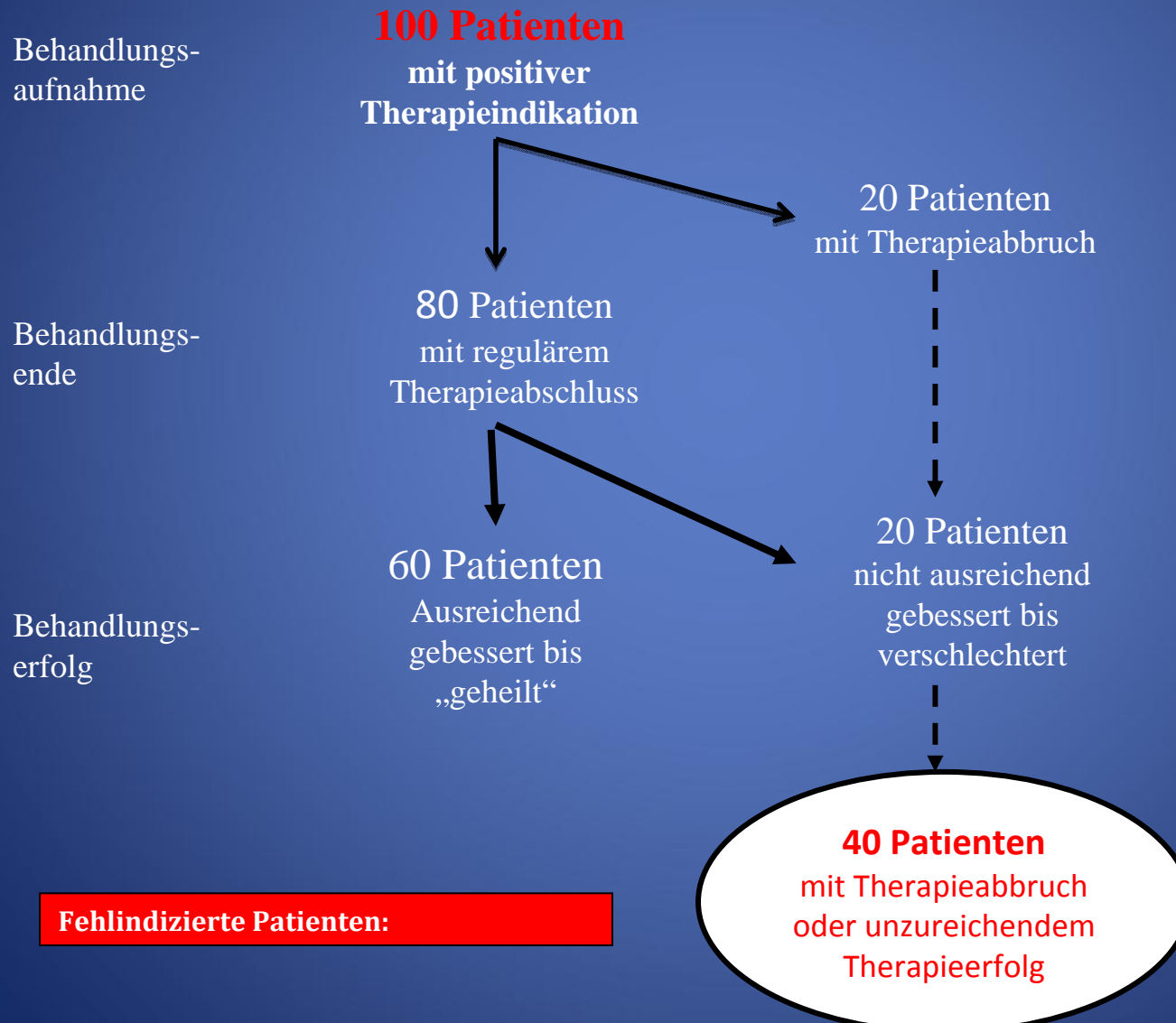


Jochen Eckert
Institut für Psychotherapie der
Universität Hamburg

Freud über den Beruf des Psychoanalytikers

"Es hat doch beinahe den Anschein, als wäre das Analysieren der dritte jener "unmöglichen" Berufe, in denen man des ungenügenden Erfolges von vornherein sicher sein kann. Die beiden anderen, weitaus länger bekannten, sind das Erziehen und das Regieren"
(Freud, 1937, GW XVI, S.94).

THERAPIEERFOLGSQUOTEN: Quelle Grawe et al. (1994)



Was beeinflusst die Reaktion des Therapeuten auf einen negativen Therapieeffekt?

1. die Art des negativen Therapieausganges
2. die körperliche und psychische Konstitution des Psychotherapeuten und
3. die Berufserfahrung

Negative Therapieeffekte

I. THERAPIEMISSERFOLGE

- Therapieabbruch
- Ausbleiben der intendierten Veränderungen

II. THERAPIESCHÄDEN

- Verschlechterung der Symptomatik oder es treten neue Symptome auf (Symptomverschiebung)
- Suizidalität, die in einem Suizid mündet
- psychotische Dekompensation, die sich als irreversibel herausstellt
- Abbruch aller tragenden sozialen Bindungen außerhalb der Beziehung zum Therapeuten

Wie seelisch gesund sind Psychotherapeuten?

1. Psychische und körperliche Symptome
2. Suizidalität
3. Burn-out

Wie seelisch gesund sind Psychotherapeuten?

1. Psychische und körperliche Symptome

Wie seelisch gesund sind Psychotherapeuten?

2. Suizidalität

Wie seelisch gesund sind Psychotherapeuten?

3. Das Burn-out-Syndrom

- Überengagement
- Zunehmend eingeschränkte Regenerationsfähigkeit
- Leistungsabbau
- Depressionen

Therapiemisserfolge und Berufserfahrung

Wie seelisch gesund sind
Psychotherapeuten?

Bindungsmuster von Psychotherapeuten

Bindungsmuster von Erwachsenen

(in Klammern die Bezeichnung für die kindlichen Bindungsmuster)

- autonom (sicher)
- unsicher-distanziert (unsicher vermeidend)
- verstrickt (unsicher ambivalent)
- unverarbeitetes Trauma (desorganisiert)

Wie wirken sich die Bindungsrepräsentanzen von Psychotherapeuten aus?

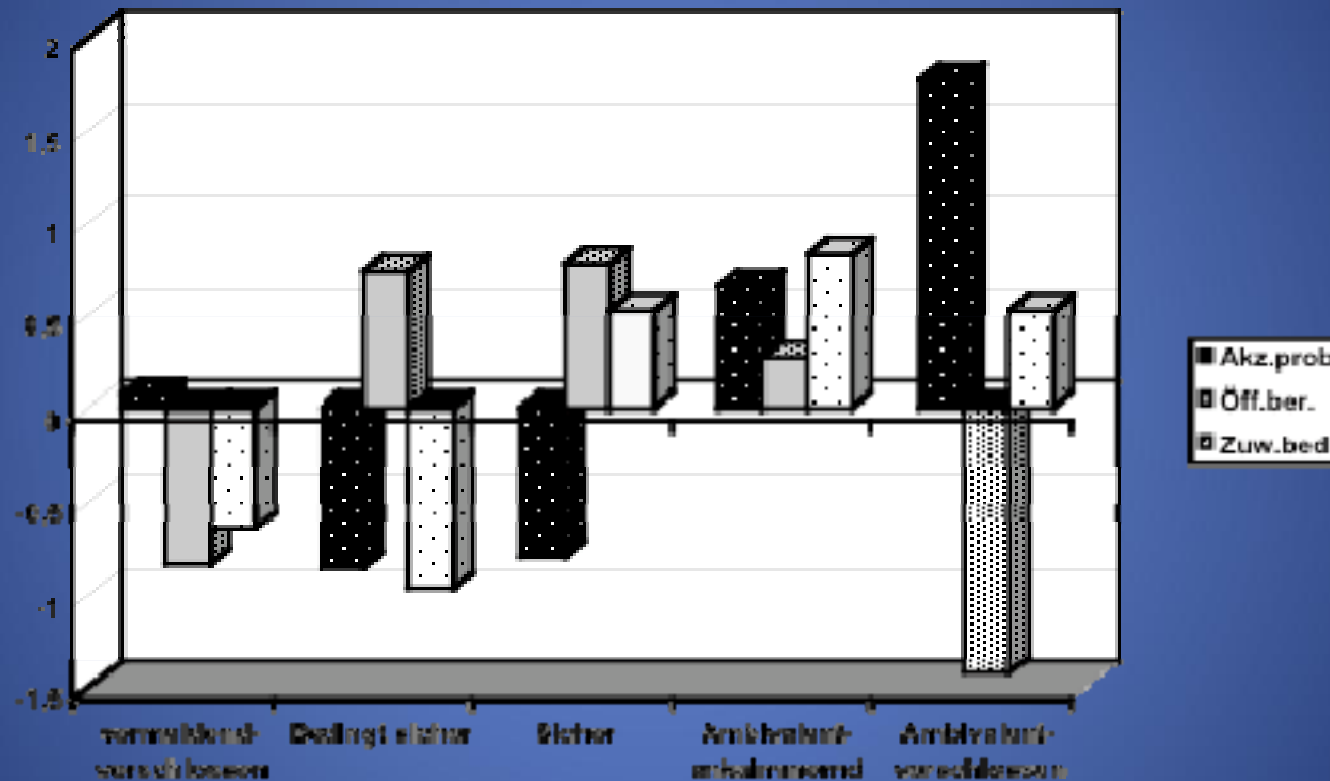
- Die therapeutische Beziehung ist eine potentielle Bindungsbeziehung (Bowlby)
- Unsichere Bindungsrepräsentanz könnte zu unangemessener „Aktivierung“ eigener sekundärer Bindungsstrategien bei Therapeuten führen (Ambivalente Therapeuten sind auf Wohlwollen stärker angewiesen. Vermeidende Therapeuten weisen Beziehungswünsche von Patienten zurück).
- Folge: eingeschränkte Reflexion des Erlebens der Patienten und unangemessene (und unbewusste!) Zielsetzung durch Therapeuten.
- Probleme im Umgang mit Beendigungen von Therapien

Drei Skalen des Bindefragebogens von Höger

- **Skala Akzeptanzprobleme:** Sie misst das Ausmaß, in dem eine Person davon überzeugt ist, für den Bindungspartner inakzeptabel zu sein (Beispielitem: „Manchmal kommt mir der Gedanke, dass es meinem Partner/meiner Partnerin zu viel sein könnte, so wie ich bin, mich zu ertragen“)
- **Skala Öffnungsbereitschaft:** Sie betrifft die Erwartungen einer Person, ihrem Bindungspartner innere Zustände und Gefühle mitteilen zu können (Beispielitem: „An sich fällt es mir leicht, mit meiner Partnerin/meinem Partner über das zu sprechen, was in mir vorgeht“).
- **Skala Zuwendungsbedürfnis:** Diese erfasst den bewusst erlebten Wunsch, der Beziehungspartner möge sich einem um der eigenen Person willen zuwenden (Beispielitem: „Wenn sich mein Partner/meine Partnerin einmal nicht genug um mich kümmert, bedrückt mich das sehr“).

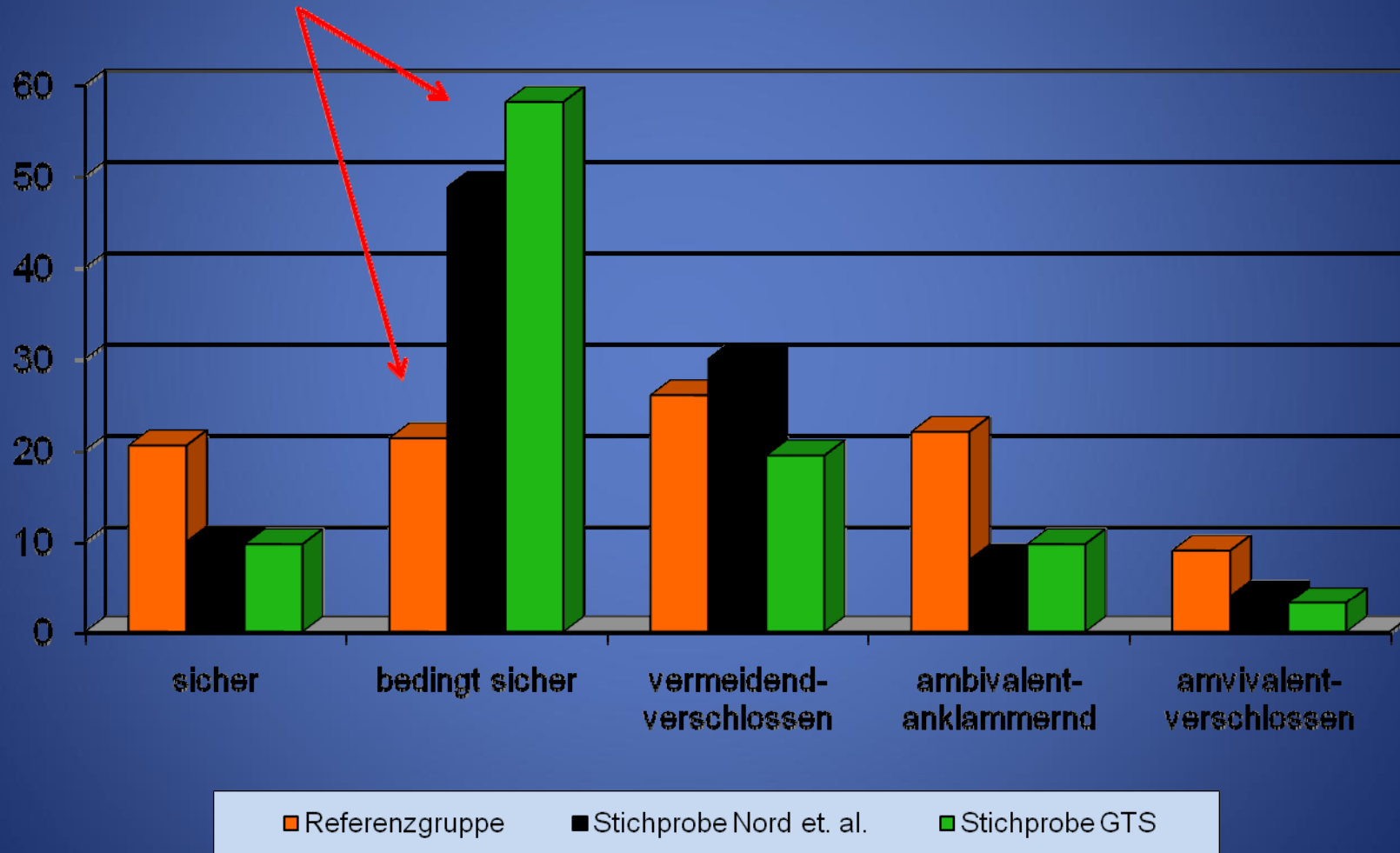
Bielefelder Fragebogen zu Partnererwartung (BFPE)

Fünf Bindungsstile auf der Grundlage von Selbsteinschätzungen



Fünf Bindungsmuster, die sich im Hinblick auf das Ausmaß an Akzeptanzproblemen, Öffnungsbereitschaft und Zuwendungsbedürfnis in Bindungsbeziehungen unterscheiden

Bindung von Therapeuten im Vergleich mit den Bindungsmustern in der Bevölkerung



Welche Maßnahmen lassen sich gegen negative Therapiefolge ergreifen?

1. geeignete und

2. ungeeignete Maßnahmen

Belastungen im psychotherapeutischen Berufsalltag

- „die ständige Bedrohung der Grenzen und der Integrität des Psychotherapeuten durch grenzgestörte Patienten
- die Verpflichtung, ein liebevolles, tragfähiges Arbeitsbündnis auch gegen innere und äußere Widerstände aufrechtzuerhalten,
- die Konfrontation mit eigenen Erinnerungen und unangenehmen biographischen Details, die durch die Auseinandersetzung mit der Biographie des Patienten ausgelöst werden,
- ein immer wieder vorkommendes Erkennen zumindest streckenweiser Gemeinsamkeiten mit den Patienten und den daraus resultierenden Affekte, (...)“

(Reimer, 2007, S. 747).

Geeignete Schutzmaßnahmen: Die Lebensqualität von Psychotherapeuten

- ein Privatleben, d.h. vor allem Partnerschaft und Familie, das neben dem Beruf die Lebensgestaltung maßgeblich bestimmt und das nachweislich ein wichtiger Faktor für die berufliche Entwicklung von Psychotherapeuten darstellt (Willutzki et al., 2005, S. 35);
- ein Arbeitsumfang, der nicht alle Kraft und Energien aufbraucht, den Feierabend oder die Freizeit mit anderen Dingen und Aufgaben auszufüllen, z.B. Hobbies oder sportliche Aktivitäten.
- eine berufliche Aufgabenvielfalt anstreben, z.B. sollten neben Einzeltherapien auch Paar- oder Gruppentherapien durchgeführt werden. Auch Supervisions- oder Unterrichtstätigkeit können ein Ausgleich sein.

Maßnahmen gegen negative Therapieeffekte

- Eine sorgfältige Indikationsstellung im Rahmen von Erstgespräch und probatorischen Sitzungen, die sowohl eine Kontraindikationsstellung als auch eine differentielle Therapieindikation ins Auge fasst
- Supervision, kollegiale Intervention oder –im stationären Rahmen – Team- bzw. Fallbesprechungen


KLINISCHE PRAXIS

Jochen Eckert Sven Barnow Rainer Richter
Herausgeber

Das Erstgespräch in der Klinischen Psychologie

Diagnostik und Indikation
zur Psychotherapie



HUBER 

Urheberrechtlich geschütztes Material

Otto F. Kernberg • Birger Dulz
Jochen Eckert



WIR:

Psychotherapeuten

über sich
und ihren »unmöglichen« Beruf

 Schattauer

Urheberrechtlich geschütztes Material