



Wenn Symptome siegen und wie sie scheitern

**Erfahrungen mit der Weiterentwicklung der Methode
des Externalisierens anhand unserer Therapie DVDs**

Dr. Astrid Just
Institut für Systemische Therapie, Wien

Arbeit mit externalisierten Störungsbildern

- **Ana Ex (2008)**
- **Morton Mies (2011)**
- **Vreni Schizzo (2013)**
- **Ronni Rocket (2016)**

- **Angst und Zwang (2019)**



Ursprung unserer DVDs



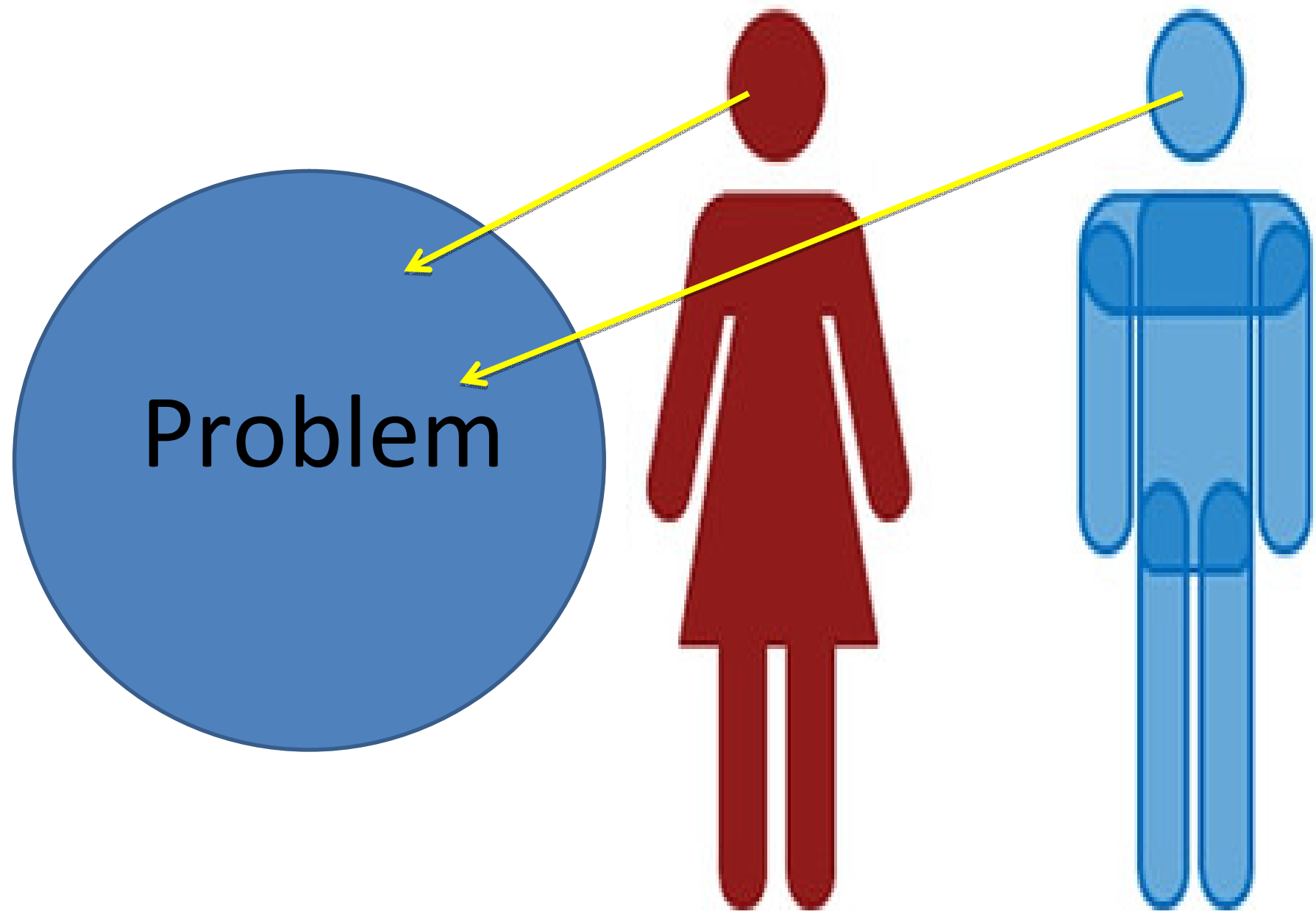
Mr. Shizo

Yasunaga Komorri

Was möchten wir mit den DVDs erreichen?

- Informationen über das Störungsbild
- Trennung der Person vom Problem
- Verständnis, Gelassenheit schaffen
- Ansprechen der Symptome erleichtern
- Handlungsspielraum erweitern
- Soziale Interaktion
- Reflexion

(Wie
ist das bei Ihnen?)



Studie zu den DVDs

- **Wie sind unsere DVDs im Einsatz?**
- **Wie wirken sie auf Betroffene?
(Angehörige, Expert*innen)**
- **Wie wirkt das externalisierte Störungsbild?**

Untersuchungsdesign

- Qualitative Interviews mit halbstrukturierten Leitfäden
- Transkription
- Bilden von Clustern
- Transaktionsanalyse
- Ergebnisse

Datenmaterial

- **Betroffene (Einzel/Gruppen-Therapie, Klinik, Institutionen, etc.)**
- **Angehörige (Gruppen, Therapien, Betroffene)**
- **Psychotherapeut*innen**
- **Psychiater*innen, Ärzt*innen, Psycholog*innen (Klinik, Rehabilitation)**
- **Pädagog*innen (Schule, Kindergarten, Wohngemeinschaften)**

Erkenntnisse für die Arbeit mit der DVD

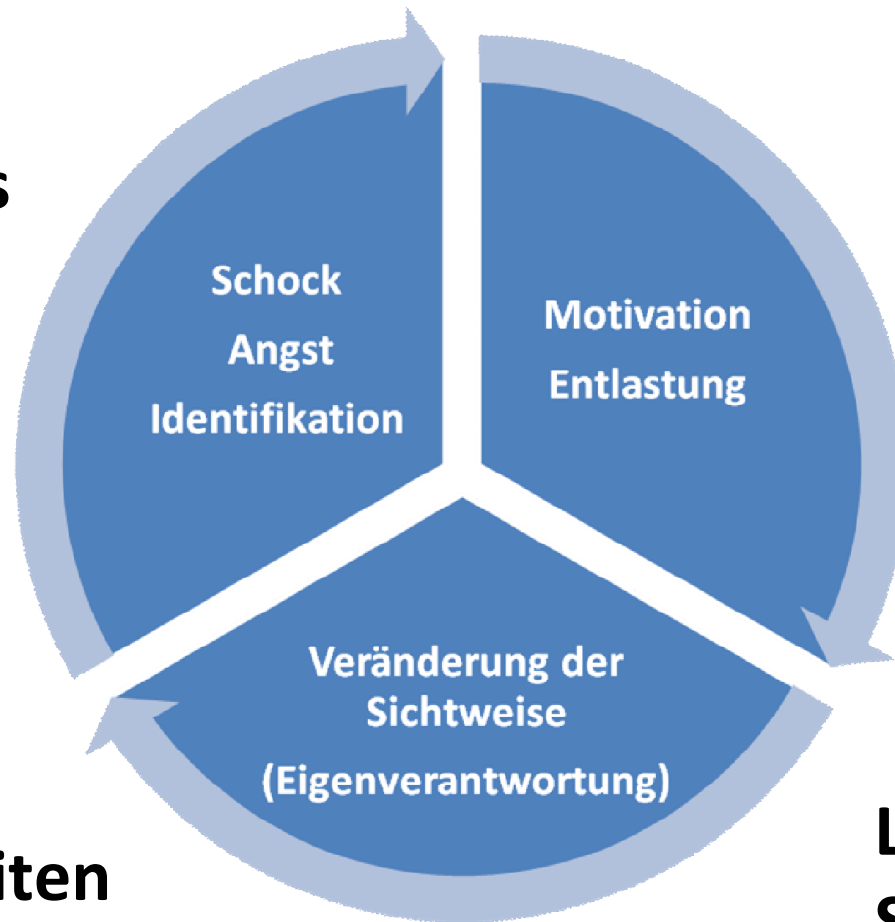
- Was hilfreich ist
- Worauf geachtet werden sollte
- Kritische Fragen

Was hilfreich ist...



Wie wirkt das externalisierte Störungsbild?

**Beginn des
Films**

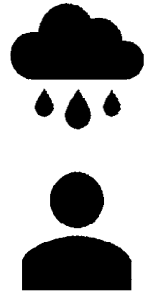


**Strategien der
personalisierten
Störung
„Siegen“**

Möglichkeiten

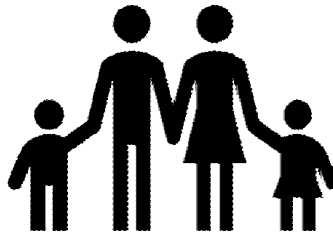
**Lösungen
„Scheitern“**

Betroffene



- DVD führt zur Entlastung („Ich bin nicht alleine daran Schuld“),
- DVD bringt Entspannung und Gelassenheit (durch Trennung Person/Problem, Objektivierung)
- DVD fördert Kampfgeist („So bestimmen lassen will ich mich nicht!“)
- DVD hilft, sich selbst zu reflektieren („Will ich so leben?“)

Angehörige



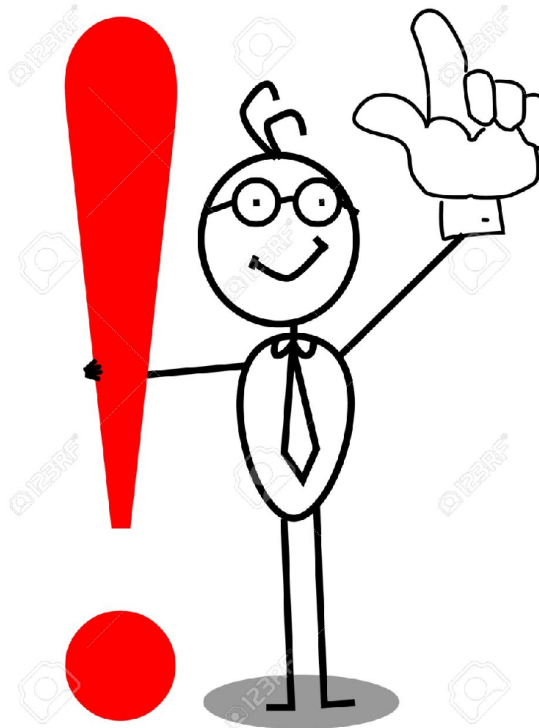
- DVD hilft, Verständnis für den Betroffenen zu entwickeln
- DVD bringt Entlastung („das Problem ist bekannt“, „Wir haben keine Schuld!“)
- DVD fördert Bereitschaft zur Hilfe („Wir können etwas tun/dazu beitragen“)
- DVD gibt Mut („es gibt Lösungen“)

Expert*innen



- DVD erleichtert den Einstieg ins Externalisieren
- DVD hilft, Betroffene und Angehörige zur Zusammenarbeit zu bringen (Voraussetzung Beziehungen aufrecht)
- DVD fördert Diskussion und Unterstützung in der Gruppe
- DVD hilft, Tabus anzusprechen
- DVD kann zurückgespult werden (nachhaltig)

Worauf in der Arbeit mit der DVD geachtet werden sollte...





Die Pause zwischen Siegen und Scheitern

Siegen kann **FRUSTRATION** und **SCHOCK** auslösen!
Warten auf Lösungen kaum möglich, kurze Pausen
bei Morton Mies und Vreni Shizzo.

Scheitern kann **ANGST** und **PANIK** auslösen!
Der Druck steigt, der Krankheitsgewinn geht
verloren. Lange Pausen bei Ana Ex und Ronni
Rocket.



Der richtige Zeitpunkt für die DVD

Wann ist es günstig/ungünstig, Störungswissen zu vermitteln?

Beginn der Erkrankung: Überforderung

Akutphasen: Symptomüberschwemmung

Selbstreflexion: am günstigsten

Wenn die **BEZIEHUNG zwischen Therapeut*in und Klient*in gefestigt ist!**



Gefestigte Beziehung ist Voraussetzung

Einschätzung der Therapeut*in

- **Zeitpunkt der Erkrankung**
- **Intime Fragen**
- **Konzentrationsfähigkeit (Tempo)**
- **Wer schaut aller mit? (Familiensystem)**



Suche den Widerspruch

Bei mir ist alles ganz **ANDERS!
WIE denn genau?**

- **Freiheit (Individuum)**
- **Eigene Erkrankung bekommt Formen**
- **Erleichtertes Sprechen über die Erkrankung durch Differenzieren**



Lösungsvorschläge passen nicht für jede Situation

- Äußere Umstände (Wohnort, Finanzielle Situation, Angebote, etc.)
- Abhängigkeit anderer Personen (Eltern, Pädagog*innen, Sachwalter*in, etc.)
- Überforderung/Übermüdung (keine Energie für Lösungen)
- Keine sozialen Kontakte (Ich bin Alleine)



Die DVD ist ein Therapiematerial

- **Mitgeben verhindert wichtige Beobachtungen**
- **Alleine ansehn bringt die Klient*in unangenehme Situationen/macht Druck**
- **Ansehen mit Angehörigen kann Konflikte auslösen**
- **Wann wird der zweite Teil angesehen?**

All das bekommt die Therapeut*in nicht mit!



Kritische Fragen und Stoff für Diskussion

- „Unheilbare“ Störungsbilder - Ist Scheitern unreal?
- Präsentierte Lösungen erzeugen Druck und Angst (Krankheitsgewinn).
- Zusammenarbeit anstelle von Alleinsein – Voraussetzung soziale Kontakte!



für Aufmerksamkeit und Datenmaterial!

astrid.just@gmx.at

office@ist.or.at