

Therapeutisches Paradoxon:

Fast regelhaft kann folgendes Paradoxon beobachtet werden: Einzelheiten, die für den erfolgreichen Ausgang einer Therapie nur von geringer Bedeutung sind, erhalten oft den größten Raum und umgekehrt: therapierelevante Erfahrungen fallen oft unter den Tisch und kommen erst auf Nachfragen zum Vorschein.

Überhaupt sind viele Schilderungen unserer Klienten in erster Linie von dem drängenden Bedürfnis geprägt, (endlich) verstanden zu werden (a). Weiterhin sollen die Beschreibungen das Ausmaß des Leidens verdeutlichen (b), offenbar in der (verständlichen) Hoffnung, der Therapeut würde sich (erst) dann so richtig anstrengen oder könnte sogar als Bündnispartner gegen die schlechte Umwelt gewonnen werden.

Dabei haben viele Studien ergeben, dass 1.) Therapeuten schon nach den ersten 5 min ein Gefühl dafür haben, wo „der Hund begraben liegt“ und dass sie 2.) damit in den meisten Fällen richtig liegen.

Therapeutisches Dilemma:

Damit ergibt sich das erste therapeutische Dilemma: soll man als Therapeut/in den Klienten um des Aufbaus einer guten Beziehung willen lieber ununterbrochen sprechen und ein Beispiel ans nächste reihen lassen? Oder ist es besser, konsequent und lösungsorientiert zu arbeiten und den Patient/innen eben nicht bis in jeden Winkel ihrer verschlungenen Erlebnisse zu folgen, mit dem Risiko, dass sie sich (erneut) alleine gelassen fühlen könnten?

Lösung:

Genau hier versucht T+T eine hilfreiche Antwort zu geben, die beiden Seiten gerecht wird: In der Arbeit mit T+T wird das erste Beispiel der Klienten herangezogen, um darauf aufbauend und unmittelbar gleich anschließend einen konkreten therapeutischen Schritt anzubieten. Man geht also auf die Patienten ein, indem das vorgebrachte Beispiel therapeutisch inszeniert wird. Die Patienten fühlen sich an- und ernst genommen, die therapeutische Entwicklung bleibt klar im Blick, ohne das Risiko, sich dabei in Details zu verlieren.

Dieser Schritt ist von ganz wesentlicher Bedeutung und erfordert eingehendes Training; denn er sollte möglichst vielen (auch trivialen) Anforderungen gleichzeitig gerecht werden.