



Dr. med. Lars Paschen
ist Facharzt für Allgemeinmedizin,
Rettungsmedizin, Akupunktur und
Naturheilverfahren in seiner Praxis in
Hamburg-Duvenstedt.



Systemische Therapie

Ein ganzheitlicher Ansatz bei Beschwerden

Vor ein paar Monaten klagte eine meiner Patientinnen über immer wiederkehrende Bauchbeschwerden, häufig auch mit Durchfällen. Sie erzählte, dass die Beschwerden sie im Alltag sehr einschränkten, da sie kaum mehr aus dem Haus gehen mag. Auch ihre Ehe leide darunter, da die Wochenendaktivitäten nach den Beschwerden ausgerichtet würden. Inzwischen meide sie Orte, wo keine Toiletten seien oder sie keine kenne.

Trotz ausführlicher Untersuchungen und Vorstellungen bei mehreren Fachärzten konnte keine organische Ursache für die Beschwerden gefunden werden. Schon länger vermutete ich eine psychosomatische Ursache, also eine psychisch bedingte Beschwerdesymptomatik und schlug der Patientin eine systemische Therapie vor. Bei dieser Therapie werden neben den organischen Beschwerden auch die psychische Konstitution und das soziale Umfeld in die Behandlung mit einbezogen.

Nach ein paar Fragen stellte sich schnell heraus, dass sowohl der Ehemann als auch die Eltern eine wichtige Rolle bei der Ursache der Beschwerden spielen. Auch die Tochter zeigte schon ähnliche Verhaltensweisen wie meine Patientin. Ich bot ihr an, auch den Ehemann und

die Eltern in die Therapie mit einzubeziehen. Sie wollte die ersten Schritte aber erstmal alleine machen.

Im Verlauf der Sitzungen ließ ich sie mithilfe von Figuren ihre Familie auf einem Tisch aufstellen. Dann forderte ich sie auf, auch für ihre Bauchschmerzen und den Durchfall eine Figur auf dem Tisch zu positionieren. In vielen kleinen Schritten erarbeiteten wir die Bedeutungen der „Personen“ auf dem Tisch und deren Stellung zueinander. Im Verlauf stellte sich heraus, dass ihre Beschwerdesymptomatik ein Schutzmechanismus ist, da sie den angeblich hohen Ansprüchen der Familie nicht gerecht werden konnte. Sie glaubte, anhand des Verhaltens, der Gesten und Gefühle ihrer Familie eine hohe Anspruchshaltung ihr gegenüber zu erkennen. Durch die systemische Arbeit stellte sich heraus, dass der fast perfektionistische Anspruch nicht von der Familie kam, sondern von der Patientin in die Verhaltensweisen der Personen hineininterpretiert wurde.

Allgemein ist es so, dass die Mitglieder einer Familie nicht auf die Gefühle und Gedanken der jeweils anderen reagieren, sondern darauf, wie sie selber denken und fühlen, dass die anderen fühlen und denken.

Nachdem die Patientin den angeblich von Außen erwarteten hohen Anspruch ablegen konnte und die Interaktionen

und Reaktionen der einzelnen Personen in ihrem sozialen Umfeld analysiert hatte, konnte sie ihre eigenen Ansichten und Vorstellungen erkennen und diese der Familie vorstellen. Ohne in einen Konflikt zu geraten, wurden die Erwartungen und Vorstellungen der beteiligten Personen erarbeitet und meiner Patientin deutlich gemacht.

Schon im Verlauf der systemischen Sitzungen wurden die Beschwerden weniger. Nach Abschluss der Therapie war meine Patientin beschwerdefrei. Nur in gelegentlich auftretenden Belastungssituationen zeigt sich noch das alte Verhaltensmuster und sie bekommt wieder Bauchschmerzen und Durchfall.

Durch den tollen Erfolg und die vielen kleinen persönlichen Erkenntnisse durch die Therapie „nebenbei“ kommt die Patientin jetzt noch immer, aber in großen Abständen zu mir, um weiter an „ihrem“ System zu arbeiten.