

Existenzanalytische-phänomenologische Forschung

Studie zur Evaluation der existenzanalytischen Psychotherapie

Abschlussarbeit

Im Rahmen des existenzanalytischen Fachspezifikums

eingereicht von

Michaela Winkler

Begutachterin:

Dr.phil. Silvia Längle

Mag. Renate Bukovski, MSc

Gesellschaft für Existenzanalyse und Logotherapie

Österreich

Niederndorf, am 08.12.2021

Inhaltsverzeichnis

1 Einleitung.....	3
2 Anfangsinterview.....	4
2.1 Transkript Anfangsinterview.....	4
2.2 Deskription der Inhalte/Fakten mit erster Epoché.....	6
2.3 Beschreibung der Ausdrucksweise.....	7
2.4 Heben des Eindrucks- Achten auf das Bewegende.....	12
2.5 Epoché einer affektiven Interpretation.....	12
2.6 Phänomenologische Beschreibung.....	13
2.7 Phänomenologischer Gehalt.....	14
2.8 Integration in eine Theorie.....	15
3 Abschlussinterview.....	17
3.1 Transkript Abschlussinterview.....	17
3.2 Deskription der Inhalte/Fakten mit erster Epoché.....	18
3.3 Beschreibung der Ausdrucksweise.....	19
3.4 Heben des Eindrucks- Achten auf das Bewegende.....	20
3.5 Epoché einer affektiven Interpretation.....	21
3.6 Phänomenologische Beschreibung.....	21
3.7 Phänomenaler Gehalt.....	22
3.8 Überprüfung- Vergleich Interview 1 und 2.....	22
3.9 Integration in eine Theorie.....	23
4 Erfahrungsbericht zum Vorgehen der Evaluationsstudie.....	24
4.1 Wie gut lässt sich die Studie in den therapeutischen Alltag integrieren? Wie störend ist es?.....	24
4.2 Wie sind die Reaktionen der KlientInnen auf das Angebot , bei der Studie mitmachen zu Können?.....	24
4.3 Wie sind (falls geäußert) die Meinungen der KlientInnen zu den Fragebögen?.....	25
4.4 Habe ich die Möglichkeit in Anspruch genommen, eine Rückmeldung zur Diagnostik zu erhalten? Wenn ja, wie habe ich diese Rückmeldung verwertet und war diese hilfreich im therapeutischen Prozess?.....	25
4.5 Wo hatte ich Schwierigkeiten?.....	26
4.6 Hatte ich stets eine Ansprechperson, die mir bei Schwierigkeiten helfen konnte?.....	26
4.7 Was kann optimiert werden und wie?.....	26
4.8 Persönliche Reflexion.....	26
4.9 Ausgefüllte Strukturierungshilfe.....	28
5 Schlussbemerkung.....	29

1 Einleitung

In dieser Forschungsarbeit geht es um die phänomenologische Ausarbeitung der im Rahmen eines Interviews gestellten Frage:

Was ist für Sie ein gutes Leben?

Es wurde ein Anfangs- und ein Endinterview mit dem Klienten gemacht.

Die Interviews waren frei, sowohl hinsichtlich der Antworten des Klienten, der Zwischenfragen der Therapeutin und sie waren auch frei hinsichtlich der Zeitdauer.

Das Anliegen dieser Forschungsarbeit ist es, zu beobachten und zu beschreiben, welche Veränderung sich in und aus dem Sich- in Beziehung-Bringen des Klienten mit sich und seiner Situation, im Rahmen einer existenzanalytischen Therapie zeigt.

Ausgegangen wird also von der Frage: Was bewegt den Menschen und, in welcher Beziehung steht er zum Leben und zu sich und worin zeigt sich eine Veränderung spezifisch existentieller Umgangsweisen und Haltungen durch die Therapie?

Die Durchführung der phänomenologischen Auswertung der Antwort des Klienten auf die Frage „Was ist für sie ein gutes Leben?“, erfolgt in drei Schritten der Epoché, die jeweils unterschiedliche Ebenen von Vorurteilen und Interpretationen klären (siehe Längle, 2019, Skript „Übung zur phänomenologischen Forschungsmethode“):

1. Die Tatsachen- Interpretation
2. Die affektive Interpretation
3. Die erfahrungsbezogene Interpretation

Die Parallelität von Anfangs- und Endinterview ist bei diesem Klienten von den Fakten her erstaunlich.

Durch die phänomenologische Ausarbeitung, Analyse und durch den Vergleich zwischen Anfangs- und Endinterview zeigt sich jedoch eine wesentliche Veränderung des Klienten darin, in welcher Beziehung er zum Leben und zu sich steht.

2 Anfangsinterview

2.1 Transkript Anfangsinterview

Klient: (S) ALMA61

Therapeutin: (TH) ISSC52

Aufgezeichnet in Niederndorf am 07.10.2020

- 1 Th: Was ist für Sie ein gutes Leben?
- 2
- 3 S: mhhh (Pause, 3 Sek.) I hob immer so diesen, die, die...
- 4 (zögert, holt Luft, atmet laut über Mund aus)...wie soll i sogn....Die Vorstellung des
- 5 Mittelstandes sog i iaz amoi:
- 6 (holt Luft) A Haus, muss gor net groß sein, ähm, wo i sag (Pause 3Sek.) (zögert, holt Luft,
- 7 stößt sie durch Nase aus)
- 8
- 9 I hob so a Fantasievorstellung von der Zukunft sog i iaz amoi. (Pause, 1 Sek)
- 10 De i a immer wieder predig, dass i sog, am liabsten wars ma, wens amoi so war
- 11 (betont, bestimmt)
- 12
- 13 Und aah da stell i ma a a kloans Haus vor, äm, a bissl abseits, in am
- 14 Woid, im Optimalfall (Lachen sprudelt aus Wort heraus) mit am See dortn,
- 15 (wird schneller) wo i direkt des Haus mehr oder
- 16 weniger vor dem See stehn hob, in dem Woid a bissl abgeschieden wie gsogt (holt Luft, zählt
- 17 auf), i hätt Hehner, i hätt Enten, (1 Min.) i hob zwoa Hund, (kurze Pause) ääh,
- 18 i bin do mit meiner Frau und mit meine Kinder, i hob a kloans Bootshaus in dem i seiba
- 19 Boote bau (betont) mit denen i donn aussu fohr, fischn geh und einfoch noch da Arbeit do
- 20 hinkimm und des unser Reich is sog i iaz amoi, wo, sog i moi in diesem Mikrokosmos (betont,
- 21 veränderte Stimmodulation)
- 22 (kurze Pause) (Th: Mhm) Im Grundstück
- 23 mit Woid und und eeh See einfoch (holt Luft) mia für uns sein kennan (gefühlvoll betont)
- 24 und (zögert) (Pause, 2 Sek.)
- 25 Wobei, i muaß gonz ehrlich sogn, in der Gru.. (Wort nicht zu Ende gesprochen) in der
- 26 Vorstellung is meistens ned amoi a Uns
- 27 sondern eigentlich eher ein (Klang der Stimme verändert sich) I mit Hund, Hehner, Entn uns
- 28 so was und (zögert) mhhh, oba
- 29 Des Buidl des hot si irgendwie so bissl (Pause 1 Sek.) eingefahren, dass i sog des war des was
- 30 iaz des non plus ultra was, des absolute Ziel, des is natürlich was, was man (holt Luft) schwer
- 31 erreichen kann und (Artikulation wird undeutlich, verwaschener) des is a wahnsinnige
- 32 (2Min.) Wunschvorstellung (verhaspelt sich im Wort) de mmm (Pause 1 Sek.) wahrscheinlich
- 33 nahezu nicht zu erreichen is (holt Luft), aber mhhh (Pause, 5 Sekunden)
- 34
- 35 Keine Ahnung, ess iss (Pause, 3 Sek.)
- 36 Es suggeriert a gewisse Unbeschwertheit sog i iaz amoi. (Pause 1 Sek.) Wo i sog, ähm, do

37 lafts, do is einigermaßen guat, do muas i mir koane Sorgn mochn, do (Pause, 2 Sek)
38
39 (Stimme geht nach oben) Hob i vielleicht a koan Leistungsdruck, vielleicht iss a genau des,
40 dass i donn koan Druck net hob. (Pause, 3 Sek.)
41
42 Des is a immer des wos i ma mhh immer wieder vorstell, oder, oder mir a in letzter Zeit a
43 immer wieder überleg, (holt Luft) aäm, mhh, (Pause, 3 Sek.)
44
45 I mechat einfoch irgendwo, sog i iaz amoi, an Mensch hobn, der m -mi mog,
46 (wechselt von Dialekt auf Hochdeutsch) ohne mich mögen zu müssen, (3 Min.)
47 sondern es einfoch duat. (betont)
48
49 Net iaz aba bei meine Eltern, i woass, dass mi meine Eltern mi furchtbor gern mo megn
50 (Versprecher) und i mog se a furchtbor gern, aber, (zögert) nja,
51 se megn mi im Endeffekt weil i eana Sohn bin. Na klor. (Pause 1 Sek.)
52 (Stimme wird weicher) Kannt natürlich a anders sein, klor, gibt's immer Familien , wo des net
53 so is (holt Luft) oba, mhh, (zögert, kurze Pause)
54
55 njo samma wieder bei dem Punkt, i hätt einfoch jemanden gern, wos
56 mi nimmt wie i bin (betont) (Pause 2Sek.)
57 mhh wos, joo (verwaschen)
58 Th :Mhm
59 S: I mecht oanfoch so sein wia i bin, ohne mir Gedanken zum machen und
60 net Sorgen (undeutlich) und so a gewisse Freiheit einfoch. (Pause 3 Sek)
61
62 Th: OK. Passts so?
63
64 S: OK
65
66 Th: Ja?
67
68 S: Mhm, jaa, ja, ja, i hätt jetz do ned so vü zum ergänzen jho, na.
69
70 (3Min.,54 Sek.)

2.2 Deskription der Inhalte/Fakten, erste Epoché

- Hat eine Vorstellung/Fantasievorstellung von der Zukunft: ein kleines Haus, ein bisschen abseits im Wald, an einem See, mit Hühnern, Enten, Hunden, mit seiner Frau und seinen Kindern und einem Bootshaus, wo er selber Boote baut und raus fährt zum Fischen.
- Das wäre dann Ihr Reich, ein Mikrokosmos
- Wo sie für sich sein können
- In der Vorstellung ist es meistens kein UNS, sondern eher ein ICH
- Dieses Bild hat sich ein bisschen eingefahren, es wäre das non plus ultra, das absolute Ziel, eine wahnsinnige Wunschvorstellung, die wahrscheinlich nahezu nicht zu erreichen ist
- Es suggeriert eine gewisse Unbeschwertheit, wo es läuft, wo es einigermaßen gut ist, wo er sich keine Sorgen machen muss, wo er keinen Leistungsdruck/Druck hat
- Er möchte einen Menschen haben, der ihn mag, ohne es zu müssen- es einfach tut, jemanden, der ihn nimmt, wie er ist.
- Er möchte so sein, wie er ist, ohne sich Gedanken zu machen, oder Sorgen, so eine gewisse Freiheit

In der ersten Etappe des Interviews beschreibt er seine Fantasievorstellung von der Zukunft, wie es einmal sein soll. „a kloans Haus, bissl abseits...“ (Zeile13-22)

Mit diesem Reich, dem Mikrokosmos beschreibt er im nächsten Schritt, wofür dieser gut wäre, was dann dort wäre: „ wo mia für uns sein kennan“ (Zeile 23), wobei er das eher für SICH bräuchte „ eigentlich eher I“(Zeile 27).

Es ist ihm bewusst, dass diese Wunschvorstellung schwer zu erreichen ist „ wahrscheinlich nahezu nicht zu erreichen“ (Zeile 32-33) und geht dann einen Schritt weiter, wo er beschreibt warum, wofür er diese Wunschvorstellung hat: Unbeschwertheit, da ist es gut, da muss er sich keine Sorgen machen. „Es suggeriert a gewisse Unbeschwertheit“ (Zeile 36), kein Leistungsdruck und insgesamt kein Druck „dass i donn koan Druck net hob“ (Zeile 40).

In der Nächsten Etappe löst er sich mehr von der Wunschvorstellung, führt einen anderen Aspekt ein, es wird noch näher. Er möchte einen Menschen haben, der ihn mag, ohne es zu müssen- es einfach tut. Er argumentiert: aber nicht so wie seine Eltern, die ihn mögen, weil

er ihr Sohn ist. "se megn mi im Endeffekt, weil i eana Sohn bin" (Zeile 51), wobei er in der Reflexion ist, das aufweitet, hält sich aber nicht in Selbstverständlichkeiten auf: "kannt natürlich a anders sein" (Zeile 52).

Das Interview hat also mehrere Etappen, wo er immer näher an sich heran geht, bis in die Beziehungsebene: Er würde gerne gemocht werden, als der, der er ist. („ an Mensch hobn, der mi mog" (Zeile 45), „ wos mi nimmt, wie i bin" (Zeile 55-56), „so sein, wia i bin" (Zeile 59).

2.3 Beschreibung der Ausdrucksweise:

Grammatik:

Er spricht insgesamt in schönen, vollständigen Sätzen. Er führt aus, er beschreibt, seine Sätze sind grammatikalisch in Ordnung.

Füllwörter

Ergänzend zu dem, WAS der Patient sagt, ist das WIE der Antwort die zweite Basis der phänomenologischen Analyse.

Sehr auffallend an der Ausdrucksweise des Patienten ist die häufige Einbettung in seiner Antwort von Aussagen (Füllwörtern) wie:

„wie soll i sogn" (Zeile 4), „sog i iaz amoi" (Zeile 5, 9, 20, 36, 45), oder "wo i sog" (Zeile 6, 36)

„i muss gonz ehrlich sogn" (Zeile 25), „dass i sog" (Zeile 29)

Das heißt, er ergänzt das, was er inhaltlich beschreibt und ausführt, immer wieder mit dieser Art von Einbettung.

Füllwörter füllen eine Leerstelle auf, die aber sehr stark mitteilen, wie ein Mensch zu dem steht, was er sagt.

Diese Art von Füllwörtern müsste gar nicht da stehen, auch wenn sie nicht wären, würden wir ihn verstehen, es würde nicht fehlen. Es wäre klarer, das Ganze hätte mehr Ductus.

Ich hab eine Vorstellung von einem kleinen Haus...sag ich jetzt einmal (Zeile 6, 13), Ich hab eine Fantasievorstellung von der Zukunft...sag ich jetzt einmal...(Zeile 9)

Er spricht von „ICH und die Sache“.

Wie kommt das an, wenn jemand so spricht? Wie steht er zu seinen Aussagen?

Es relativiert. Er verbindet sich noch nicht ganz mit der Sache: er verbindet über das SAGEN und nicht über das SEIN.

Dadurch bleibt es relativiert zueinander, er relativiert an diesen Stellen seine Aussagen.

In Zeile 23 verwendet er „einfach“ als Füllwort „...einfach mia für uns sein kennan...“.

Aber was er sich vorstellt, das Haus im Wald, mit See...Frau und Kinder...ist nicht so einfach zur Hand. Er sagt „einfach“, das macht es luftiger, nimmt dem Ganzen die Mühe, die Realitätsnähe.

In Zeile 27 verwendet er den Ausdruck „eigentlich“: „...sondern eigentlich eher ein i(ch) mit Hund...“

Das „eigentlich“ verweist zwar schon auf das ICH, aber es macht es weicher, verschwommener. Er nimmt mit „eigentlich“ eine Fährte auf, in gewisser Weise ist es stimmig, aber durch das „eigentlich“ wird es diffuser.

In Zeile 29-30, wo er sagt. „Des Buidl hot sich irgendwie so bissl eingefahren, dass i sog, des war des was iaz des non plus ultra war, des absolute Ziel, des is natürlich was, was man schwer erreichen....“, kommen weitere Füllwörter vor:
irgendwie...bissl...absolute...natürlich...

Der Patient hat eine Ausdrucksweise, wo Aussagen sehr klar sind: aber die Aussagen, die im Grunde prägnant sind, verwischt er durch diese Füllwörter.

Er hätte „einfach“ Jemanden gern, der ihn mag (Zeile 45-47) und der ihn nimmt, wie er ist (Zeile 55-56)

Es suggeriert zwar, es wäre einfach (Zeile 36, 37), aber es ist nicht „einfach“. Genau das ist ja das Schwierige, aber durch dieses Hereinnehmen von „einfach“, verdeckt er hier die Komplexität, die Herausforderung, die ein Schritt ist.

„Einfach“ Jemanden zu haben, der mich mag und wo ich die Person sein kann, die ich bin. (Zeile 55-59). Hier kommt er zum schwierigsten Punkt

Im Kopf ist es klar, im Kopf ist es „einfach“, aber das Tun ist eben nicht „einfach“.

Da gibt es ein klares Ziel, sein Blick geht da wo hin, aber wie geht der Weg dorthin?

Verben

Das Verb „muss“ kommt in diesem Interview nur in Verbindung mit „nicht“ vor:

Etwas „muss...nicht“.

Diese Verben in Verbindung mit „nicht“, kommen vor in Zeile 6: „... a Haus, muss gor net groß sein...“, „...muss koane Sorgen mochn...“ in Zeile 37, „...ohne mich mögen zu müssen...“ in Zeile 46.

Es stellt sich die Frage, warum kommt beim „Müssen“ „nicht“ dazu?

„Müssen“ legt fest.

Er verwendet das „Müssen“, indem er sagt, er legt es nicht fest- an diesen Stellen relativiert er also wieder.

Auffallend ist auch jene Stelle in Zeile 30, 31: „...des absolute Ziel, des is natürlich was, was man schwer erreichen kann...“

Etwas erreichen können ist eine dezidierte Aktion: ich tue etwas, ich erreiche etwas, ich engagiere mich hinein, ich gehe hinein... hier relativiert er mit „schwer“ erreichen, bzw. in Zeile 33 mit „nahezu nicht zu erreichen“.

Die Verben „haben (hätte), sein (wäre) kommen in Verbindung mit dem Konjunktiv vor, wie beispielsweise in Zeile 29 „...hot si irgendwie...dass i sog des war...“

ICH/ MIR

Ich und mir kommt in seiner Aussage viel vor, es zieht sich ganz durch, bis zu der Stelle, in Zeile 18 und 23, wo er seine Frau und seine Kinder erwähnt und wo sie für sich sein können, bis er das wieder relativiert, indem er dann in Zeile 25-27 sagt, dass es in dieser Vorstellung eher ein ICH ist.

Die unpersönliche Form MAN kommt nur einmal, in Zeile 30 „...des is natürlich was, was man schwer erreichen kann...“, vor.

Er spricht also schon von sich- das ICH nimmt in seiner Antwort einen großen Platz ein.

Stimme

Der Grundklang der Stimme ist angenehm, nicht hoch und auch nicht tief, also von der Resonanz her in einer angenehmen, mittleren Lage. Sie ist mittelwarm bis warm, weich bis weichlich, aber auch fest.

Im Interview fängt er zögerlich an (...ein Haus muss gar nicht groß sein...), mit einer längeren Pause, holt Luft, schnauft, dann bleibt es hängen. (Zeile 3-7)

Nun setzt er wie neu an „...ich hab so eine Fantasievorstellung...“ (Zeile 9)

Zuerst ist es also zögernd, er lässt sich noch nicht ein, das Gesagte wirkt wie plaudernd, beiläufig, nicht fest, es hat einen Jammerton, etwas Weiches, es hat etwas Beliebiges.

Von der sehr strukturierten Antwort ist von der Grammatik her immer wieder etwas „Aufweichendes“ da, im Detail weicht es auf und in der Stimme ist auch immer wieder etwas Weiches.

Er setzt dann wie neu an, energischer „... ich hab so eine Fantasievorstellung...“ (Zeile 9).

Die Stimme wirkt nun ernster, er lässt sich mehr ein.

Zeile 13-19: Er schildert nun, schmückt aus, malt aus - und so ist dann auch die Stimme: sie malt aus und hat etwas Träumerisches. Diese Fantasievorstellung von der Zukunft wirkt sehr präsent, sehr bedeutungsvoll.

Im nächsten Abschnitt wird es nüchterner (Zeile 20-23). Jetzt ist er nicht mehr so träumerisch, hier geht es jetzt darum, wofür das gut wäre: „...dass wir für uns sein können...“ (Zeile 23). An der Stelle ist der Ausdruck der Stimme gefühlvoll betont. Darum geht es ihm sehr, um dieses „Sein-können“, in der Stimme ist hier ein Gewicht.

Zugleich ist hier aber auch ein Leidensdruck spürbar.

Aus diesem „Sein-können“ heraus, in dem er sich ja auch mit dem Leidensdruck sehr nahe ausdrückt, geht er nun („...eigentlich geht es hier nicht um uns, sondern um mich...“, Zeile 25-27) wie auf eine andere Ebene, eine Metaebene. „...das Bild, das hat sich irgendwie eingefahren...“ (Zeile 29)

Er kommt also aus der unmittelbaren Schilderung heraus und spricht jetzt über diese Vorstellung. „...non plus ultra...des absolute Ziel...schwer zu erreichen...eine wahnsinnige Wunschvorstellung...“ (Zeile 30-33). Das heißt, von sich aus erklärt er hier. Er beschreibt, er legt dar. Auch die Stimme ist in diesem Abschnitt nüchterner und sachlicher.

Wieder in eine weitere Ebene kommt er, indem er sagt, da komme ich nicht so leicht hin: „...schwer zu erreichen...“ (Zeile 30, 31), „...nahezu nicht zu erreichen...“ (Zeile 33) Hier ist die Stimme ebenfalls nüchtern, sachlich.

Im nächsten Abschnitt spricht er langsamer, verhaltener. „...keine Ahnung...suggeriert eine gewisse Unbeschwertheit...“(Zeile 35,36). Hier ist in der Stimme auch der Druck spürbar. Er thematisiert ihn auch, nämlich in mehreren Facetten: „...muss keine Sorgen machen...hab keinen Leistungsdruck...keinen Druck...“ (Zeile 37-40).

Druck ist also eine Realität in seinem Leben.

Im nächsten Abschnitt spricht er davon, dass er einen Menschen haben möchte, der ihn mag, ohne ihn mögen zu müssen, der es einfach tut (Zeile 45-47).

Danach, von Zeile 49-53, wo er ausführt: „...net aber bei meinen Eltern...“ ist die Stimme wie geformt, gleichförmig, da kommt er wieder mehr in die Beliebigkeit, er handelt sich fast drüber. Aber bei „...der mi mag...“ (Zeile45) und „...es tut...“ (Zeile 47), da ist mehr Nachdruck im Ausdruck.

Das „...duat...“ (Zeile 47) ist deutlich, nahe, präsent, sehr markant, bestimmt, fest in gewisser Weise.

Darum geht es ihm, hier ist er entschieden, fest, präsent, man spürt das Gewicht, er ist ganz bei der Sache.

Hier ist die Stimme auch nicht emotional abschweifend, oder wegschwebend, oder träumerisch. Hier ist nicht das emotional Schwebende, aber auch nicht das emotional Berührte spürbar, sondern das Feste, wie wenn er sagt, das wäre der Kern meines Lebens, also der Boden, da ist es ganz fest.

Nun macht er einen weiteren Sprung im nächsten Abschnitt. Da geht es um gemocht werden, von einem anderen Menschen, als der, der er ist.

„...bei dem Punkt...hätt jemanden gern, wos mi nimmt, wie i bin...“ (Zeile 55, 56) und „...so sein wia i bin...“ (Zeile 59,60) Und hier scheint der tiefste Punkt des Interviews zu sein, das ist sein Anliegen:

Er möchte er selber sein können- angefangen also mit dem Mikrokosmos (Zeile20), bis hin zum Kern seiner Selbst (Zeile 59).

Dazu hat er nichts zu ergänzen (Zeile 68).

Der Sprachliche Eindruck

Insgesamt hat er einen guten Ductus, er geht im Interview von einer Etappe in die Nächste, mit einer schönen Logik.

Er geht immer tiefer hinein, Etappe für Etappe und es beeindruckt, wie sehr er sich in diesem Interview eingelassen hat.

2.4 Heben des Eindrucks- Achten auf das Bewegende

- Anstrengung, etwas Mühsames ist spürbar
- Gepresst und luftarm
- Schwere
- Druck
- Jung, kindlich
- Sehnsucht nach Geborgenheit, nach Halt
- Trauer
- Wehmut
- Nicht das Eigene in dieser Vision

2.5 Epoché einer affektiven Interpretation

Inwiefern ist die Anstrengung, das Mühsame spürbar?

Zunächst einmal ist es in der Atmung und in der Stimme spürbar. Auf der einen Seite schmückt er in der Beschreibung seiner Vorstellung aus, wie alles sein sollte, aber es ist auch etwas Drängendes dahinter, etwas von „Müssen“.

Wie Gepresst, mühsam, irgendwie müsste ich da h- er bleibt aber in diesem Träumen. Einerseits ist da also dieses Träumen, aber es klingt nicht durchgängig so.

Was erzählt er? Er würde dann unbeschwerter sein und nicht so einen Druck haben.

Es fundiert dann zu dem, was er schließlich auch dazu sagt: „...es suggeriert eine gewisse Unbeschwertheit...da muss er sich keine Sorgen machen...da ist kein Leistungsdruck...kein Druck...“ Nur man spürt es schon längst, wenn er spricht, da ist das immer schon dabei. Nicht erst da, wo er es selber ausspricht.

Das Kindliche zeigt sich in dem Abschnitt der Ausführung seiner Vorstellung. Da geht er einen Schritt in eine kindliche Vorstellung, in eine kindliche, unbeschwertere Welt.

Wo ist die Sehnsucht nach Geborgenheit und nach Halt spürbar, wo fällt sie auf?

Wie er seine vorgestellte Welt beschreibt, er benennt es als Mikrokosmos: „...ein Wald, ein bisschen abseits, ein kleines Haus, an einem See mit Bootshaus, seine Frau und seine Kinder, Tiere...“. Aber was er schildert ist ja mehr: da würde er sich wohl fühlen, da wäre es gut, da wäre er darin aufgehoben.

Das wäre eine Welt- und eine Welt ist auch immer etwas Geschlossenes- wo alles drin wäre, da würde ihm nichts abgehen. Da wäre es nicht nur das beschauliche Umfeld, sondern es wäre auch gefüllt mit Leben. Als er dann sagt „...wo wir für uns sein können...“, ist die Sehnsucht nach Zusammenhalt, Nähe und Ungestörtheit deutlich spürbar.

Wehmütig und traurig berührt er an der Stelle, wo er einbringt, was er dann hätte: „...Unbeschwertheit...da ist es gut...da läuft es...da muss er sich keine Sorgen machen...“,

„...keine Ahnung...“: wie könnte er denn dem Leistungsdruck/Druck entkommen, aber wie kommt man in das Andere?

Das ist ja auch sein Thema. Außer es käme Jemand, der ihn mag- da ist mehr ein Werden drinnen. Aber sonst bringt er es nicht herein: wie könnte ich meinen Leistungsdruck loswerden?

Da gibt es den Mikrokosmos und die Welt, wo es nicht so ist, wie er es haben möchte. In der Vorstellung, in einer anderen Welt wäre es dann „einfach“ so, aber da, wo er jetzt ist, kann er das nicht.

Er berührt dann auch an der Stelle traurig, wo er sagt, „...er muss ganz „ehrlich“ sagen, in der Vorstellung ist es nicht einmal ein Uns, sondern ein Ich...“.

„Ehrlich“ verweist zu „so ist es“, wenn ich dran bleibe, auf den Boden gehe, es ernst nehme.

„Nicht einmal“ ein Uns berührt traurig: Wenn ich etwas erreiche, was ich gerne hätte, das ist nicht einmal.

Es ist nicht das Eigene, nicht das Seinige in dieser Vision- inwiefern zeigt sich das?

Er spricht vom Bild, das sich „irgendwie so ein bisschen eingefahren hat“ und was „man“ schwer erreichen kann. An dieser Stelle verwendet er das einzige Mal die unpersönliche Form. Da übernimmt er etwas, es ist nicht ganz er, es ist nicht das Eigene in dieser haltgebenden Vision, in der er auch drinnen bleibt.

2.6 Phänomenologische Beschreibung

Der Klient hat in diesem Interview einen guten Ductus, er kommt von einer Etappe in die andere hinein, er geht immer tiefer hinunter, lässt sich immer tiefer ein- er hat sich insgesamt sehr eingelassen.

Er fängt zögerlich an, setzt dann wie neu an und lässt sich mehr ein. (Zeile 3-7)

Sehr auffallend und aufschlussreich sind die Füllwörter in diesem Interview, die stark mitteilen, wie er zu dem steht, was er sagt. Er relativiert, er verbindet sich noch nicht ganz mit der Sache. Er verbindet es über das Sagen, aber nicht über das Sein. Er verwischt also die im Grunde klaren Aussagen durch diese Füllwörter, wie von Zeile 29-33: „... irgendwie bissl, dass i sog, das absolute (Ziel), natürlich...“

Wenn er sagt „...einfach...“, wie in Zeile 23, dann nimmt es auch die Mühe und die Realitätsnähe, wie eine kindliche, haltgebende Vorstellung.

Es ist auch nicht das Eigene, das Seinige in dieser Vision, da übernimmt er etwas, da ist er nicht ganz Er: „...was man schwer erreichen kann...“ (Zeile 30).

Ernst und nüchter wird er in dem Interview bei dem Abschnitt mit dem Mikrokosmos (Zeile 20-23). Hier geht es ihm darum, wofür das gut wäre: um das Sein-können. Darum geht es ihm sehr, das hat Gewicht in der Stimme.

Was er schildert, ist eine geschlossene Welt: „...des unser Reich ist...in diesem Mikrokosmos...“ (Zeile 20), wo er sich wohl fühlen würde, da wäre es gut, da wäre er aufgehoben. „...wir für uns sein können...“ in Zeile 23, da ist er spürbar in seiner Sehnsucht nach Ungestörtheit, nach Nähe und nach Zusammenhalt, wobei in Zeile 25-27, neben den vielen ICHs im Interview, deutlich wird, dass es schon um ihn geht.

Er spricht auf der Metaebene über das (eingefahrene) Bild, über seine Vorstellung, von der ihm auch bewusst ist, dass er da nicht so „einfach“ hinkommt (Zeile 32-33) und er thematisiert den Druck in mehreren Facetten (Zeile 36-40): „...es suggeriert Unbeschwertheit...keine Sorgen...kein Leistungsdruck...kein Druck...) Druck ist also eine Realität in seinem Leben.

Sehr entschieden, fest, präsent und hier auch ganz bei der Sache scheint er, als er sagt, dass er einen Menschen haben möchte, der ihn mag (Zeile 45-47). Da ist Nachdruck im Ausdruck- hier wäre der Kern seines Lebens, hier ist es ganz fest. Dann kommt er zum tiefsten Punkt des Interviews, das ist sein Anliegen:

Er möchte er selber sein können.

2.7 Phänomenologischer Gehalt

Wir erleben den Klienten zwar in einer Vorstellung drinnen, die zwar jetzt haltgebend ist, in der auch etwas Kindliches liegt, eine kindliche Unbeschwertheit, aber er kommt da nicht heraus. Er vermittelt auch nicht, dass das das Eigene ist- was er auch mit dem Druck vermittelt.

Das zieht sich dann auch durch, bis zu der Stelle, wo er geliebt und gemocht werden möchte und kommt dann zu dem Punkt, wo er einfach so sein möchte, wie er ist.

2.8 Integration in die Theorie

Defizite:

1. Grundmotivation (1. GM): Da sein können- Mangelnder Halt, Schutz, Raum

2. Grundmotivation (2. GM): leben mögen-Mangel an Beziehung, Zeit, Lebensgefühl, Nähe

3. Grundmotivation (3. GM): Selbst sein dürfen, das Eigene finden

Durch die Antwort des Klienten und unsere Eindrücke und Reaktionen bei der Auswertung zeigen sich Defizite auf der 1. Auf der 2. und auch auf der 3. Grundmotivation.

Den fehlenden Halt, die Ungestörtheit, den geschützten Raum im Sinne der 1. GM drückt er durch seine haltgebende, kindlich unbeschwerte Vision, dem Mikrokosmos aus, in dem es ihm um das Sein-können geht.

Auch die Themen der 2. GM, wie der Wunsch nach Nähe, nach Ruhe und Zeit, also nach Lebensgefühl- der Wunsch nach Beziehung wird in seiner Schilderung deutlich. Druck und Leistungsdruck sind eine Realität in seinem Leben. In der Analyse wurden Phänomene wie Schwere, Druck, Trauer und Wehmut wahrgenommen, die ebenfalls auf die Themen der 2. GM hinweisen.

Den Wunsch nach Selbst sein dürfen im Sinne der 3. GM spricht er von sich aus sehr klar an, er möchte er selber sein können, das ist sein Anliegen.

Persönlichkeitsdiagnose:

Hauptthema der 3.GM, Nebenthema 2.GM und 1.GM

Symptomdiagnose:

Vorwiegend depressive Symptomatik (Leistungsdruck, Druck, Schwere, Belastung)

Therapieziel:

Es wird wichtig sein, den Grundwert nachzunähren, ihm den geschützten Raum zu geben, in dem er gut sein kann, Zeit hat, sich in der therapeutischen Beziehung angenommen fühlt, nichts leisten muss und mehr zur Ruhe kommt (1.GM, 2.GM), damit sich in der Therapie der Boden bereiten lässt für die spätere Arbeit an der 3.GM und seinem Anliegen: Selbst sein dürfen

3 Abschlussinterview

3.1 Transkript Abschlussinterview

Klient: (S) ALMA61

Therapeutin: (TH) ISSC52

Aufgezeichnet in Niederndorf, am 21.12.2020

1 Th: Was ist für Sie ein gutes Leben?

2

3

4 S: Ääh, diese, mhh, i hab immer wieder die Vorstellung und des sss... (kleine Pause)

5 Für mi hot sich des im Kopf ned groß geändert, i hob immer wieder de Vorstellung

6 von so am kloan Haus so a bissl in am Wid drinn, a bissl abgeschieden,

7 wo i mei Ruah hob (holt Luft), an am See, der still da liegt,

8 daneben hob i a Bootshaus, wo i auf d´Nacht meine Hoizboote selber baun kann,

9 damit i damit zum Angelnraus fahrn kann (kleine Pause),

10 in Ruah meine Fisch rausziag (kleine Pause), dahoam grill, oder brat, oder was auch

11 immer, dass i (aufzählend) meine Hehner hob, dass i meine Enten hob, dass i Hund

12 hob, dass i (Pause 2 Sek.) (Stimme insgesamt fest, klar, wach, spricht recht flüssig

13 von Zeile 5 bis Zeile 12, Modulation der Stimme geht mit dem Inhalt mit) eigentlich

14 da a ruhigs, stressfreiges..(verspricht sich)

15 freies, beschauliches Leben hob und (zögert) jo vielleicht eben a ned alloanig,

16 sondern a vielleicht mit Frau und Kinder.

17 Oba (zögert) einfoch so, so a (atmet verstärkt, etwas gepresst aus Nase aus)

18 (1 Min.)

19 So a Reich für mi oder für uns, wo mia einfoch bloß (Pause 2 Sek.)

20 Doan kennan was mia woin, wosss (Stimme wird leiser, weich, gefühlvoll)

21 hoit einfoch Unseres is (kurze Pause)

22 (wird schneller, angespannter) oda Meins, je nach dem,

23 es muass si hoit donn ergebn.

24

25 (holt Luft) aaah, (Pause 2 Sek.) (atmet mit weichem klang aus, Stimme wird

26 weich, nah) da is a (Th: Mhm) (Pause 3 Sek.)...

27 (Stimme weich, gefühlvoll, fein, spricht langsamer, ruhig) so a Gefühl von Ruhe is do

28 bei dem Gedonkn dabei, einfoch so Entspannung, stressfrei, hektikfrei, einfoch

29 (Pause 2 Sek.) (spricht wieder schneller, sachlicher, distanzierter, angespannter)

30 Keine Ahnung, wia sich des im Kopf oheat, ofühlt: a Haus in am Woid, was heat ma

31 für Greäusche in am Woid: ned vü (Pause 2 Sek.) (Stimme wird wieder weicher,

32 feiner) und was heat ma auf am See: a net vui, oiso, aber die Mischung aus diesen

33 Geräuschen.

- 34 Th: mhm (Pause 3 Sek.)
 35 S: Jo
 36 Th: Jo?
 37 S: mhm (2 Min.)
 38 Th: OK, oiso passt´s so?
 39 S: Jo, jo, I wissat jetzt ned, wos I no sogn soi (lacht
 40 (2 Min., 6 Sek.)

3.2 Deskription der Inhalte/Fakten mit erster Epoché

Die Parallelität der beiden Interviews, der Fakten, die er einbringt, ist erstaunlich:

- Vorstellung von einem kleinen Haus, in einem Wald, ein bisschen abgeschieden, an einem See, der still da liegt (Zeile 5-7)
- Wo er seine Ruhe hat (Zeile 7), ein stressfreies, beschauliches Leben hat (Zeile 14, 15)
- Wo er in seinem Bootshaus selber Boote bauen kann, zum Angeln raus fahren kann, daheim grillen, oder braten (Zeile 8-10)
- Wo er seine Hühner, Enten und Hunde hat (Zeile 11)
- Nicht alleine, sondern vielleicht mit Frau und Kinder (Zeile 15-16)
- Ein Reich für sich, oder sie, wo sie tun können, was sie wollen, was Ihres ist, oder Seines (Zeile 19-22)
- Ein Gefühl von Ruhe, Entspannung, stressfrei, hektikfrei (Zeile 27-28) Wie sich eine Mischung von nicht vielen Geräuschen im Wald, am See anhört und anfühlt (Zeile 30-33)

In der ersten Etappe des Interviews kommt er recht zügig zu der Vorstellung, wie es einmal sein soll „...ein kleines Haus, in einem Wald...“ (Zeile 5-7).

Es geht dann wieder um Ruhe und frei von Stress sein, um beschaulich (Zeile 14,15), um nicht alleine sein (Zeile 15-16)

Ein Reich für sich, oder sie, wo sie tun können was sie wollen, was Ihres ist, oder Seines (Zeile 19-22), da geht er nicht mehr so in dieses „Mikrokosmos“ erklären, sondern er bleibt

lebensnäher in seiner Beschreibung, aber so ein Reich für mich, oder für uns, da ist dieses Sein können und das Seinige wieder ausgedrückt.

An einer sehr ähnlichen Stelle wie im ersten Interview sagt er wieder „...keine Ahnung...“ (Zeile 30). Dann geht es darum wie sich das anhört, anfühlt, wenn da so wenig Geräusche sind (Zeile 30-33). Er sagt zwar keine Ahnung, führt es aber dann aus, wie wenn diese Mischung aus diesen nicht vielen Geräuschen Entspannung und Stressfreiheit für ihn ist.

3.3 Beschreibung der Ausdrucksweise

Füllwörter

Sehr auffallend ist hier, dass die Einbettung in seiner Antwort mit Füllwörtern wie „...wie soll i sogn...“, „...sog i iaz amoi...“, oder „...wo i sog...dass i sog...“,

komplett weg fällt.

Bei „...es muss sich halt dann ergeben...“ (Zeile 23), spricht er das Muss in diesem Interview ohne ein Nein aus.

Das heißt, so ist es in der Welt, es gibt einen Grund, warum sich das ergeben muss. Das akzeptiert er, dem beugt er sich, das nimmt er mit herein.

Er verbindet also diese Wörter nicht mehr so wie im ersten Interview mit einem Nein.

Dadurch ist er sprachlich offener und freier.

Verben

Die Verben sind im Großen und Ganzen ähnlich. Es kommt in der ersten Hälfte des Interviews viel „haben“ vor (Zeile 4, 5, 7, 8,,11, 12,15), aber es kommt kein Konjunktiv mehr vor.

Das heißt, das, was es im ersten Interview so aufgeweicht hat, ist weg.

An der Stelle, in Zeile 19, wo er von seinem, oder ihrem Reich spricht, wo „einfach“ ...oder in Zeile 21,22, das „einfach“ unseres oder seines ist, da verwischt er es schon auch noch, aber nicht mehr so stark.

Das Interview ist also sprachlich viel schlanker als das Anfangsinterview.

Stimme-Klang

Es ist auffallend, wie er auf der einen Seite dasselbe Bild entwirft, aber in der Art wie er es sagt, ist es in diesem Interview ganz anders.

Die Stimme ist von Zeile 5-12 fest, klar, wach, er spricht recht flüssig und die Modulation geht mit dem Inhalt mit. Aber die Stimme klingt auch während des gesamten Interviews viel befreiter und bestimmter.

Es ist auch kein Leidensdruck spürbar, die Atempausen sind nicht mehr so durchgezogen, man hat das Gefühl, er bekommt Luft.

Es darf etwas offen bleiben: (Zeile 23) „...muss sich halt dann ergeben...“.

Beim ersten Interview war so ein Druck dahinter, überhaupt ein Druck, aber auch ein Druck dort hin zu sollen, dort hin zu müssen- und jetzt ist es freier.

Diese Vorstellung hat nach wie vor eine Attraktion, aber er kann es offen lassen, ohne diesen Druck dahinter. Es ist eher anziehend.

Er ist also offen in der Stimme, offen in der Art der Beschreibung, offen in seiner Haltung.

Er wirkt jetzt auch verweilender, seiender, wie in Zeile 25-28.

Da ist er in der Ruhe spürbar, bei sich.

Der sprachliche Eindruck

Insgesamt ist er sprachlich offener und freier.

Das Interview ist sprachlich viel schlanker als das erste Interview.

3.4 Heben des Eindrucks- Achten auf das Bewegende

- Befreiter, offener
- Bestimmter
- Kein Leidensdruck, kein Druck
- Das Gefühl, er bekommt mehr Luft
- Etwas Anziehendes, eine Attraktion
- Ruhe und verweilen, etwas Seiendes und Hinhorchendes wird wahrgenommen

3.5 Epoché einer affektiven Interpretation

Das Befreitere, das Bestimmtere und das Offenere ist in seiner Stimme spürbar, aber auch in seiner Art der Beschreibung, in seiner Haltung, wie in Zeile 23: „...es muss sich halt dann ergeben...“.

Es gibt weniger Atempausen und das Atmen wirkt nicht mehr so gepresst, man hat das Gefühl er bekommt jetzt Luft, ganz besonders ist das spürbar in Zeile 25-28: 2...da is...so Entspannung, stressfrei, hektikfrei...“

In diesem Sinne ist jetzt kein Druck mehr spürbar.

Er entwirft zwar wieder dasselbe Bild, aber in der Art, wie er es jetzt sagt, ist es anders.

Es hat nach wie vor eine Attraktion aber ohne diesen Druck dahinter. Sie ist eher anziehend, diese Vorstellung, ohne dort hin zu sollen, oder dort hin zu müssen.

Der Klient wirkt jetzt auch verweilender, seiender, wie in Zeile 25-28, wo er auch in der Ruhe, bei sich erlebt wird. Da hat er sich und kann das Andere offen lassen.

Im letzten Abschnitt des Interviews wird er auch im Fühlen, im Hinhören wahrgenommen:

„...wie sich eine Mischung von nicht vielen Geräuschen im Wald, am See anfühlt...“(Zeile 30-32). Er ist also nicht nur in Bildern und Sehnsüchten- im Hinhören macht er auf,

da ist er da.

3.6 Phänomenologische Beschreibung

Wenn man nur die Inhalte, die Fakten nimmt, die er in den beiden Interviews benennt, sehen wir eine erstaunliche Parallelität.

Aber wenn man auf ihn phänomenologisch schaut, in den Ausdruck geht, dann zeigt sich hier, dass das, was beim ersten Interview sein Anliegen war „ich möchte ich selber sein können“, das ist jetzt da:

Mit seinem Ausdruck in der Stimme, mit seiner Schlantheit und wie er das beschreibt.

Er hat nach wie vor etwas, was für ihn sehr attraktiv ist, diese Vorstellung, dieses Bild, aber das, was im ersten Interview für ihn so sehnsuchtsvoll, so schmerzlich und auch noch kindlich und verhaftet, nicht raus kommen könnend, war, das hat sich gelöst, aufgelöst.

3.7 Phänomenaler Gehalt

Der Klient scheint weitgehend bei sich angekommen zu sein im Sinne von „ich möchte ich selber sein können“, das war sein Anliegen.

3.8 Überprüfung- Vergleich Interview 1 und 2:

Der Klient scheint einen guten Prozess gemacht zu haben, durch die zwar noch immer sehr parallelen Fakten, aber den jetzt ganz anderen Ausdruck, kommt so eine andere Persönlichkeit durch:

Nach wie vor mit einer für ihn attraktiven Vorstellung, aber jetzt befreiter, offener, fester, ohne Druck, ruhiger und verweilender als im ersten Interview, scheint er jetzt er selber sein zu können.

Befreiter und offener ist er im Gegensatz zum ersten Interview in seiner Stimme, in der Art seiner Beschreibung, in seiner Haltung.

Er ist im zweiten Interview klarer, fester, bestimmter also sprachlich schlanker, indem er seine Aussagen nicht mehr durch die Füllwörter verwischt und aufweicht, was ja im ersten Interview sehr auffallend war.

Im zweiten Interview ist er spürbar nicht mehr unter Druck, er ist gelöster, es darf was offen bleiben.

Ganz besonders unterscheidet auch, dass er erst im zweiten Interviewinhört, hinspürt, verweilt und da ist, wie bei sich angekommen erscheint.

3.9 Integration in eine Theorie

Der Klient ist auf einem guten Weg, er hat einen guten Prozess gemacht, sein Anliegen „ich möchte ich selber sein können“ konnte in der Therapie weitgehend bearbeitet werden.

Er hat viele Fortschritte auf den Grundmotivationen gemacht, in denen am Anfang ein Mangel spürbar war.

Durch die intensive Arbeit am Grundwert ist nun die Belastung deutlich weniger geworden, er ist erlebbar in einem Selbstbezug, die Beziehung zu sich hat sich verbessert:

Er kann jetzt sein, kann verweilen, hört hin, geht in Fühlung. (2.GM)

Sein Ausdruck ist schlanker, klarer, er kann etwas offen lassen, er findet mehr Halt in sich, er ist „da“, seine Vorstellung, seine Vision hat sich von etwas Haltgebendem zu etwas Attraktivem entwickelt. (1. GM)

Er scheint weitgehend bei sich angekommen zu sein im Sinne seines Anliegens am Anfang (3.GM)

-

4 Erfahrungsbericht zum Vorgehen der Evaluationsstudie

4.1 Wie gut lässt sich die Studie in den therapeutischen Alltag integrieren?

Wie störend ist es?

Die Studie lässt sich für mich gut und unkompliziert in den therapeutischen Alltag integrieren.

Gerade am Anfang einer Therapie, wo ja noch vermehrt gemeinsam mit dem Klienten Fragen zum Setting, zur Therapie, zu mir als Therapeutin in Ausbildung unter Supervision und meiner Arbeitsweise geklärt werden, lässt sich das Anbieten und erklären der Studie gut integrieren.

Den Klienten zu erklären, dass es bei der Studie um die Wirksamkeit der existenzanalytischen Psychotherapie geht und dass das ein Vorteil für die Therapie und für den Klienten selbst sein kann, war für mich recht schnell in eine gewisse Routine zu integrieren.

Da sich ja durch die Teilnahme der Studie die Vorteile wie die Selbstbeurteilungsdiagnostik als zusätzliche Informationsquelle, eine Qualitätssicherung und eine Reflexion über sich selbst ergeben, ließ sich die Studie insgesamt gut anbieten.

4.2 Wie sind die Reaktionen der KlientInnen auf das Angebot, bei der Studie mitmachen zu können?

Es gab ganz unterschiedliche Reaktionen. Einige Klienten lehnten das Angebot ab, die Auseinandersetzung mit den vielen Fragen sei ihnen zu aufwendig und es sei sehr schwierig die Ruhe und die Konzentration, oder den Raum dafür aufzubringen.

Einige Klienten waren von Anfang an motiviert, offen und interessiert an einer Selbstbeurteilungsdiagnostik. Einige äußerten, dass sie es gut finden, gleich von Anfang an mit den Fragebögen etwas in der Hand zu haben, womit sie sich aktiv in die Therapie einbringen und etwas für sich tun können. Es kam auch die Rückmeldung, dass sie sich durch das Angebot ernst genommen, gesehen und wertgeschätzt gefühlt haben.

Einigen war es auch ein Anliegen einen Beitrag zur Psychotherapieforschung leisten zu können.

Besonders wichtig fand ich es, allen Klienten gut zu erklären, dass die Teilnahme nicht „geleistet“ werden muss, also die Freiwilligkeit zu betonen und deutlich zu machen und dass die Entscheidung nicht teilnehmen zu wollen, keinerlei negative Auswirkung auf die Therapie

hat. Manche Klienten haben sich dadurch erleichtert gefühlt, bei anderen wiederum war die Motivation, durch die Teilnahme selbst wirksam zu werden, groß.

Insgesamt konnte ich beobachten, dass das Störungsbild, mit dem Klienten in die Therapie kamen, eine Rolle spielt: Es war wesentlich schwieriger, Klienten mit Defiziten auf der 1.GM und auf 2.GM (depressive Symptome), als Klienten mit Defiziten auf der 3.GM für die Teilnahme an der Studie gewinnen zu können.

Die Diagnostik beanspruchte in den meisten Fällen mehr Raum, also länger als eine halbe Stunde, was ich aber nicht als störend empfand, da ich den Wert in den genaueren Informationen über die Symptomatik der Klienten gesehen habe. Die meisten Klienten haben sich gerne darauf eingelassen und fühlten sich dadurch ernst genommen und gesehen. Ich habe gemerkt, dass diese Gespräche in diesem Sinne auch einen Beitrag zum Aufbau der therapeutischen Beziehung geleistet haben.

4.3 Wie sind (falls geäußert) die Meinungen der KlientInnen zu den Fragebögen?

Einigen Klienten war das Ausfüllen des Fragebogens zu aufwändig und zu lange.

Einige füllten ihn mit Pausen dazwischen aus, weil sie sich nicht so lange konzentrieren konnten, die zum Teil ähnlichen Fragen verwirrend gewesen seien, oder aber auch weil sie nicht die Ruhe und Ungestörtheit dafür hatten.

Andere Klienten wiederum konnten sich gut die nötige Zeit dafür nehmen, meldeten auch nicht zurück, dass der Fragebogen zu lange, oder zu aufwendig gewesen sei.

4.4 Habe ich die Möglichkeit in Anspruch genommen eine Rückmeldung zur Diagnostik zu erhalten? Wenn ja, wie habe ich diese Rückmeldung verwertet und war diese hilfreich im therapeutischen Prozess?

Ich habe die Möglichkeit der Rückmeldung zur Diagnostik sehr gerne in Anspruch genommen. Mir wurden dadurch, speziell zu Beginn der Therapie, manche Persönlichkeitszüge, oder Tendenzen klarer. Das fand ich sehr interessant und hilfreich für den weiteren Therapieprozess.

Speziell die Informationen aus den Rückmeldungen nach 25 Stunden habe ich für eine Reflexion des bisherigen Therapieprozesses gut nutzen können, da Veränderungen aus der Rückmeldung gut ersichtlich sind.

Für die Klienten selbst war in den meisten Fällen einerseits der Aspekt der Selbstreflexion an und für sich, aber auch die zusätzliche Information aus der Selbstbeurteilungsdiagnostik und die Möglichkeit hier einen guten Überblick über Veränderungen zu haben, interessant und hilfreich.

Für mich war es auch wichtig im Therapeutinnen Fragebogen (nach 25 Stunden) vermerken zu können, ob es Lebensereignisse, oder Besonderheiten im Setting gab, die ich für den Verlauf, oder für den Erfolg der Therapie für wichtig halte.

Speziell in einem Fall war der Zeitpunkt des Ausfüllens des Fragebogens nach 25 Stunden während eines belastenden Lebensereignisses bei der gemeinsamen Reflexion mit der Klientin über den bisherigen Therapieprozess sehr wichtig.

4.5 Wo hatte ich Schwierigkeiten?

Schwierig war am Anfang mich erst einmal zu orientieren, mir einen Überblick über die ICDL Diagnostik zu verschaffen, was aber dann recht schnell, nach wenigen Einheiten, in den therapeutischen Alltag integrierbar war.

4.6 Hatte ich stets eine Ansprechperson, die mir bei Schwierigkeiten helfen konnte?

Durch meine Ansprechperson Ingrid Lamprecht wurde ich immer sehr gut und verlässlich informiert und aufgeklärt, sie bietet zudem Zoom Vernetzungstreffen an, in denen alle Anliegen ausführlich geklärt werden können.

Ich wurde von ihr immer sehr verlässlich und sehr schnell mit den von mir nachbestellten Fragebögen versorgt.

4.7 Was kann optimiert werden und Wie?

Die neuen t1- Rückmeldungen werden jetzt im Excel-Format eingegeben. Diese finde ich, haben sich vom Design her und von der Übersichtlichkeit her verbessert.

Nicht optimal finde ich, dass die zugesandten Fragebögen nur zu bestimmten Zeiten abgeholt werden können. Dadurch ergibt sich zum Teil eine längere Wartezeit auf die Rückmeldungen.

4.8 Persönliche Reflexion:

Mir war es unter anderem ein persönliches Anliegen einen Beitrag für die wissenschaftliche Evaluierung existenzanalytischer Psychotherapie zu leisten.

Die Selbstbeurteilungsdiagnostik als zusätzliche Informationsquelle war für mich von großem Wert, zudem ich diese Informationen gut in den therapeutischen Prozess einbringen konnte.

An der Studie teil zu nehmen, war für mich eine gute Möglichkeit mehr über Diagnostik zu lernen.

Sehr beeindruckend und faszinierend fand ich die Auswertungssupervision des phänomenologischen Interviews.

Es gibt eine erstaunliche Parallelität der beiden Interviews von den Fakten her. Dennoch konnte durch das phänomenologische Schauen eine wesentliche Veränderung der Person im zweiten Interview gesehen werden.

Es war schön für mich, sich die Zeit und den Raum dafür zu nehmen und auf unsere Wahrnehmungen zu achten.

So war es, in dieser gemeinsamen Offenheit dafür, dass es neben dem WAS auch ein WIE gibt eine erweiternde und bereichernde Erfahrung für mich.

Sie erinnert mich auch daran, welche wertvolle Bedeutung diese gelassene und respektvolle Haltung für mein eigenes Leben hat.

4.9 Ausgefüllte Strukturierungshilfe

Studie zur ambulanten Psychotherapie der Existenzanalyse
Strukturierungshilfe

Therapeuten-Code: 158C 52

Klientin-Kürzel	Alter	Geschlecht (m/w)	Voraussetzungen (Volljährigkeit, keine Intelligenzminderung) erfüllt (ja/Nein)	Datum der Anfrage zur Teilnahme an Studie	Bereitschaft zur Teilnahme (ja/Nein)	IDCL Diagnostik durchgeführt nach X Einheit	Datum T2 Fragebogen mitgegeben	Datum T1 Fragebogen mitgegeben
FRP	45	m	ja	15.07.2020	nein	5.	15.01.21	
THOR63	28	w	ja	25.07.2020	ja	4.		29.01.21
ALNA61	31	m	ja	28.10.2020	ja	4.		
HEST60	31	w	ja	20.01.2021	ja	4.		28.01.21
JOKT57	52	w	ja	17.03.2021	ja	4.		
JGR	64	w	ja	08.04.2021	nein			
HAN	16	w	nein					
JOHAN2	66	m	ja	21.04.2021	ja	4.	10.08.21	
MIHA	25	w	ja	23.04.2021	nein			
THF	42	m	ja	28.04.2021	nein			
ALDO26	61	w	ja	27.04.2021	ja	4.		
MAWI24	60	m	ja	11.05.2021	ja	4.	18.11.21	
KAM	42	w	ja	14.07.2021	nein			
NOFO62	38	w	ja	15.07.2021	ja	4.		
GEHO60	30	w	ja	10.08.2021	ja	4.		
YUNLE65	28	m	ja	23.08.2021	ja	4.		

Sonstige Anmerkung	
THOR63 T8	Kommt noch
JOKT51 T2	Kommt noch
JOHAN2 T8	Kommt noch
ALDO26 T2	Kommt noch
MAWI24 T8	Kommt noch
NOFO62 T2	Kommt noch
GEHO60 T2	Kommt noch
YUNLE65 T2	Kommt noch

5 Schlussbemerkung

Das Sichtbarmachen von Veränderungsprozessen in der Evaluationsstudie lieferte mir wichtige Einblicke, Impulse und Erkenntnisse, die für meine therapeutische Arbeit wertvoll sind.

Durch die phänomenologische Analyse der vorliegenden Forschungsarbeit, das Beobachten und Beschreiben, ist gut ersichtlich, wie der Klient im Rahmen der existenzanalytischen Therapie in die Dynamik des personalen Umgehens mit sich und seiner Situation eingestiegen ist und in welche Annäherung er so zu sich und zu seinem Leben gekommen ist.

Der Klient hat einen guten Prozess gemacht, was in dieser Arbeit sichtbar gemacht werden konnte. Durch die zwar immer noch sehr parallelen Fakten, aber den im Endinterview ganz anderen Ausdruck, zeigt sich ein verändertes Sich-in Beziehung- Bringen, es kommt eine andere Persönlichkeit durch.

Im Anfangsinterview war noch viel Druck und Schwere spürbar, er wurde in einer Vorstellung erlebt, die zwar haltgebend ist, in der aber auch etwas Kindliches liegt, wo er aber nicht heraus kommt und wo er auch nicht das Eigene vermittelt.

Im Vergleich dazu ist im Endinterview kein Druck mehr spürbar. Er wird befreiter, offener, bestimmter, verweilender und seiender erlebt.

Nach wie vor hat seine Vorstellung, sein Bild etwas für ihn sehr Attraktives, aber das was für ihn so sehnsuchtsvoll, so schmerzlich und auch noch kindlich verhaftet und nicht raus kommen könnend war, das hat sich gelöst.

Der Klient scheint im zweiten Interview weitgehend bei sich angekommen zu sein- und das war am Anfang der Therapie sein Anliegen:

„Ich möchte ich selber sein können“.

„Das Wesentliche der Existenz ist nie das Festgelegte. Das Wesentliche ist immer neu zu suchen und zu realisieren. Das Wesentliche ist stets ein Werden im dialogischen Austausch mit der Welt und im inneren Gespräch mit sich selbst...“ (Längle A 2016, S. 49)

Diese gelassene und respektvolle Haltung des phänomenologischen Schauens war in dieser Forschungsarbeit eine erweiternde und bereichernde Erfahrung für mich. Es wurde für mich noch klarer, welche wertvolle Bedeutung diese Haltung für meine therapeutischen Arbeit, aber auch für mein persönliches Leben hat.