

Gesprächsführung – How to ask?

Gesprächsbeginn

Kontext herstellen, z.B. durch folgende Einleitung:

Leider machen wir bei Personen mit Suchtproblemen häufig die Erfahrung, dass sie in ihrer Biographie auch sehr belastende Erfahrungen machen mussten ...

Einführung des Stoppsignals:

Es kann sein, dass ich nach Dingen frage, über die sie gerade jetzt noch nicht sprechen können oder die zu belastend sind. Ich möchte ein Zeichen vereinbaren, mit dem Sie mich sofort stoppen können. Umgekehrt möchte ich Sie stoppen können, wenn ich den Eindruck habe, es tut gerade nicht gut weiter zu sprechen.

Beispiele für konkrete Fragen zu körperlicher Gewalt:

Wurden Sie schon einmal von einem Familienmitglied oder einer anderen Person geschlagen oder körperlich angegriffen? Kam dies häufiger vor? Können sie mir mehr dazu sagen, z.B. das Alter oder wer es war? Sind Sie jemals überfallen oder körperlich angegriffen worden? Sind Sie aktuell in einer solchen Situation?

Beispiele für konkrete Fragen zu sexueller Gewalt:

Ist es in Ihrer Kindheit oder Jugend dazu gekommen, dass jemand sexuelle Handlung mit Ihnen durchgeführt hat?" Können sie mir mehr dazu sagen, evtl. wie alt sie waren oder wer die Handlungen durchgeführt hat? Ist es jemals zu sexuellen Handlungen gekommen, die Ihnen unangenehm waren? Sind Sie aktuell in einer solchen Situation?"

Beispiele für konkrete Fragen zu emotionaler Gewalt:

Haben Sie sich als Kind jemals von für Sie wichtigen Menschen abgelehnt gefühlt?

Hat jemand versucht, Sie dazu zu bringen, dass Sie sich schuldig fühlten oder Ihnen das Gefühl zu geben, Sie seien schlecht?

Können Sie sich an Drohungen oder Verhaltensweisen dieser Menschen erinnern, die sie sehr belastet haben?"

Finden sich solche Muster in Ihrer aktuellen Partnerschaft oder anderen Beziehungen?"

Weitere konkrete Fragen bei Bedarf: *Gab es irgendwelche anderen belastenden Situationen? (Flucht, Unfälle, ...)*

Haben ihre Eltern, Angehörige, frühe Bezugspersonen oder andere erwachsene Personen...

... sie lächerlich gemacht, erniedrigt, sehr beleidigt oder vor anderen beschämt?

... gedroht weg zu gehen und nie wieder zurück zu kommen?

... gedroht Sie zu verletzen oder zu töten (oder jemanden, der Ihnen wichtig war, z.B. ein Haustier)?

... Sie in einem Zimmer, Schrank oder anderem kleinen Raum eingesperrt, Sie gefesselt oder an etwas gekettet?

Ist ähnliches mit anderen Personen oder Angehörigen auch in jüngerer Zeit vorgekommen?

Rechtzeitige Re-Orientierung ins „Hier und Jetzt“:

Wie wirken sich diese Erlebnisse heute auf Sie aus?"

Haben Sie den Eindruck, sie sind von den Folgen heute beeinträchtigt? Wie?

Welche Unterstützung wäre hilfreich?"

Welche Konsequenzen könnten sich für die Planung der Therapie für Sie ergeben?"

Im Verlauf des Gespräches bewusst auch Ressourcen im Lebenslauf erfragen

Gab es auch gute Erfahrungen? Welche guten Momente, positive Erinnerungen, Erfolgsmomente können Sie erinnern?

Ausführliches Eingehen auf Bewältigungsstrategien von traumatischen Erfahrungen

Wie haben Sie es geschafft, das zu bewältigen? Was/wer hat Ihnen geholfen? Was haben Sie gemacht?

Fragen nach sicheren Personen/Orten in den einzelnen Entwicklungsphasen (auch in der Vorstellung) oder anderen „sicheren“ Erlebnissen:

Gab es Personen oder Orte mit/an denen Sie sich wohl und sicher gefühlt haben? Wer war das? Wer war es später in ihrem Leben?

Es sollte geklärt werden, ob PatientInnen zum ersten Mal von den traumatischen Erlebnissen berichten:

Haben Sie früher schon einmal die Möglichkeit gehabt mit jemandem über diese Dinge zu sprechen?

Vermitteln Sie explizit, dass es gut war sich mitzuteilen:

*Das ist eine wichtige Sache, die Sie mir da erzählt haben! Es ist gut dies ausgesprochen zu haben!
Vielen Dank für Ihr Vertrauen!*

Evtl. reicht es aus, zunächst eine Fortsetzung der Beratung/des Gesprächs anzubieten:

Sollen wir einen weiteren Termin vereinbaren, bei dem wir das Gespräch fortsetzen/ ich Sie weiterhin unterstützen kann?

Was haben Sie heute noch zu tun? Was könnten Sie sich jetzt Gutes tun?
Stabilisierungsübung anbieten > sicherer Ort, Erdungsübungen

12a