

Therapieplanung und Prognostik 2020-2022

Frau Mertens ist eine groß gewachsene und schlanke Frau Ende zwanzig. Sie macht einen fröhlichen, lebendigen Eindruck und erzählt, dass sie eine Psychotherapie machen möchte, da sie beim Autofahren Angstanfälle hat. Sie muss auf der Strecke oft zur Seite fahren und stehenbleiben. Dann kann sie nicht weiterfahren und hat das Gefühl, dass es kein Entkommen gibt. Die Symptome äußern sich in Herzrasen, kaltem Schweiß an den Händen, Taubheits- und Beklemmungsgefühlen und Todesangst. Inzwischen meidet sie das Autofahren völlig, was eine beträchtliche Einschränkung ihrer Lebensqualität darstellt, da sie Pendlerin ist und mit dem Auto zu ihrer Arbeitsstelle in die Stadt fährt. Außerdem hat sie mit ihrem Mann begonnen, gemeinsam ein Haus auf dem Land zu bauen, zu dem sie auch nicht mehr eigenständig hinkommen kann. Mit ihrem Mann ist sie seit zwölf Jahren zusammen, seit acht Jahren sind sie verheiratet. Sowohl die Patientin als auch ihr Mann haben studiert und arbeiten im Bereich der jeweils absolvierten Ausbildung, die Patientin im Bereich Personalverrechnung und Buchhaltung. Der Freund fährt sie zu den Zielen, die sie öffentlich nicht erreichen kann.

Aus ihrer Anamnese:

Ihren Mann hat sie als Teenager kennengelernt, davor hatte sie nur eine kurze Beziehung. Der damalige Freund trennte sich von ihr, weil sie nicht „cool“ genug war. Der Mann unterstützt sie viel, wollte aber, dass sie ihren eigenen Freundeskreis aufgibt. Ihr Studium schloss sie schneller ab als er. Er kam nicht zu ihrer Sponsion, da er solche Feiern nicht mag.

Familienanamnese:

Der Vater hat einen eigenen kleinen Handwerksbetrieb, die Mutter erledigt dort die Bürotätigkeiten. Die Patientin hat einen um vier Jahre jüngeren Bruder. Sie fühlt sich ihm nahe und kümmert sich auch immer wieder um ihn, wenn er Hilfe braucht. Das war als Kind schon so. Sie hat zu ihm ein gutes Verhältnis, aber die Eltern haben ihn aus ihrer Wahrnehmung immer mehr unterstützt als sie. Zum Beispiel musste sie mit acht Jahren bereits allein mit dem Fahrrad zur Schule fahren. Als der Bruder acht Jahre alt war, wurde er von den Eltern noch überall hingebacht. Wenn sie sich über den kleinen Bruder ärgerte, hieß es: „Sei doch du die Große!“.

Erstgespräch:

Die Patientin erzählt, dass sie sich ausgelaugt fühlt und aufgrund des Stresses Magenkrämpfe hat. Sie steht ihr Leben lang schon unter Druck. Sie hat den Drang, alles möglichst schnell zu erledigen. So geht es ihr in der Arbeit, so ging es ihr beim Studienabschluss, und genauso geht es ihr beim Hausbau, für den sie jede freie Minute opfert. Eigentlich wollte sie damit noch gar nicht anfangen, aber da es ihrem Mann so wichtig war, tat sie es ihm zuliebe. Auch die Familienplanung steht ja schon im Raum, sagt sie. Sie träumt seit Jahren von einer USA-Reise, die sie bisher immer wieder aufgeschoben hat. Ihr Wunsch ist es in der Therapie Strategien zu finden, die es ihr möglich machen, wieder selbst Auto zu fahren. Als die Therapeutin sie fragt, ob es auch einen Druck bezüglich

des Therapieerfolges gäbe, antwortet sie lachend: „Am liebsten wäre es mir, wenn das Problem nach einer Stunde behoben ist“.

Eine frühe Kindheitserinnerung:

Sie ist mit ca. 6 Jahren mit dem Vater Ski fahren. Beim Einstieg am Sessellift nimmt er ein kleineres Mädchen auf den Schoß und fährt mit diesem hinauf. Es ist ein Einzelsessellift und die Patientin fährt hinter dem Vater schluchzend allein hinauf und hat dabei Angst.

Welche Überlegungen haben Sie zur Aufnahme/Fortsetzung einer Psychotherapie?

Was erfahren Sie über Störungsbild, Motivation, Grundproblematik/Konfliktlage?

Was würden Sie der Patientin vorschlagen hinsichtlich Ihres Eindrucks, den Sie gewonnen haben, hinsichtlich Therapiezielen, Setting, Arbeitsweise?

Bitte beschränken Sie Ihre Ausführungen auf zwei bis drei Seiten.