4.2 Supportive Interventionen

Im Folgenden finden sich konkrete Formulierungshilfen für einige der im Therapiebaustein 4.3.4 beschriebenen supportiven Interventionen.

Patienten darin bestärken, über ihre eigenen Gedanken und Gefühle, sowie über die anderer Personen nachzudenken	*„Sie haben immer wieder kreative und treffende Einfälle zu den Themen, die wir hier besprechen. Das bringt unsere gemeinsame Arbeit weiter.“*
Empathie ausdrücken	*„Ich kann gut nachvollziehen, dass Sie sich in dieser Situation verzweifelt und hilflos gefühlt haben. Das wäre mir vermutlich auch so gegangen.“*
Anerkennung darüber vermitteln, dass Patienten zunehmend dazu in der Lage sind, „Therapiewerkzeuge“ auch selbstständig zu nutzen	*„In dieser Situation an der Arbeit haben Sie das Geschehen selbst so untersucht, wie wir es hier in der Therapie immer tun.“* *„In dieser Situation hatten Sie mich quasi mit im Gepäck und haben sich überlegt, was ich wohl dazu sagen würde. Darüber konnten Sie sich etwas beruhigen und Abstand finden.“*
Anerkennen, dass der Patient Fortschritte in Richtung der vereinbarten Therapieziele gemacht hat	*„Die letzten beiden schwierigen Situationen sind Sie anders angegangen, als Sie das zu Beginn der Therapie gekonnt hätten, das zeigt, welche Fortschritte Sie schon gemacht haben.“*
Die Behandlung erklären	*„Wie Sie wissen, hat Ihre Erkrankung sich über einen längeren Zeitraum entwickelt. Daher erfordert auch die Behandlung etwas Zeit.“* *„Die Therapie ist etwas wie eine gemeinsame Arbeit. Jeder von uns hat seine Aufgaben. Ich bitte Sie, möglichst offen über alles zu sprechen, was Sie beschäftigt. Ich werde Ihnen zuhören und sagen, was ich verstanden habe."*

© 2017, Springer-Verlag Berlin Heidelberg. Aus: Konrad (Hrsg.) Praxis der Depressionsbehandlung