6.4 Konfrontieren und Hinterfragen

Das „Konfrontieren und Hinterfragen“ bedarf einer besonderen Indikation. Ein solche ist z. B. eine besonders nachhaltige Abwehr, sodass Interventionen, wie unter „Einfühlen und Verstehen“ geschildert, keine Auflösung des Abwehrverhaltens bewirken. Es ist für die Patienten überzeugender, solche konfrontierenden Interventionen aus der Perspektive eines persönlich Betroffenen zu machen, also im Sinne von „Ich-Botschaften“ zu intervenieren.

	Die Patientin gesteht infolge der Trennung ihres Mannes ein Gefühl der Enttäuschung zu, leugnet aber Gefühle der Empörung und des Ärgers.
Anbieten einer alternativen Erlebensweise	**T:** Mich hätte das aber sehr verbittert und wütend gemacht.
Konfrontation mit einer Widersprüchlichkeit	**T:** Mich verwirrt jetzt, dass durch Ihre Erzählung in mir ein Gefühl der Empörung gegen Ihren Mann entstanden ist, so als müsste ich das stellvertretend für Sie tun, da Sie sagen, solche Gefühle nicht zu haben.
Mitteilen einer negativen emotionalen Resonanz	**T:** Ein wenig macht es mich hilflos, aber auch etwas ärgerlich, wenn Sie immer wieder beteuern, auch in konflikthaften Situationen mir gegenüber keinerlei Missmut zu empfinden.

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