



Arbeitsblatt 3

Empathische Konfrontation auf einem Stuhl

Bitte finden Sie sich in 2er Gruppen zusammen (Patient und Therapeut)

Patient: Nehmen Sie die Rolle eines Patienten ein, der sich in einem Bewältigungsmodus.

1. **Stärkung der Beziehung**

Beispiel: „Ich mag Sie sehr gerne“; „Ich arbeite sehr gerne mit Ihnen zusammen“, „Ich möchte Ihnen sehr gerne helfen“)

2. **Benennen Sie das Bewältigungsverhalten des Patienten**

Beispiel: „Deshalb möchte ich Ihnen gerne eine Rückmeldung geben.“ „Ich merke gerade....“

3. **Validierung und biographische Einordnung**

Beispiel: „Und ich kann das sehr gut verstehen. Dieses Verhalten (die Mauer etc.) hat dem kleinen Martin damals sehr geholfen, weil der kleine Martin mit seinen Gefühlen früher ganz alleine da stand....“

4. **Eigenes Erleben benennen**

Beispiel: „Und wenn die Mauer hier so zwischen uns steht, fühle ich einerseits Mitgefühl mit dem kleinen Martin, der da hinter der Mauer ist. Aber durch die Mauer kann ich für den kleinen Martin gar nicht da sein. Ich merke, wie ich dadurch auf Abstand bleibe. Und das tut mir sehr leid, weil dann ist der kleine Martin wieder genauso alleine wie früher.“

5. **Konsequenzen für das Leben**

Beispiel: „Und das ist ja auch genau das was Sie mir erzählt haben, dass Sie sich häufig einsam fühlen oder dass sich Menschen von Ihnen zurückziehen. Und das finde ich sehr schade, denn ich finde, dass Sie es verdient haben, dass Menschen Ihnen nahe sind.“

6. **Entscheidung**

Beispiel: „Und deshalb würde ich sehr gerne mit Ihnen genau daran arbeiten. Ist das für Sie in Ordnung?“