

PROBLEMVERSTRICKUNG/-KLÄRUNG

Angehörigenzentrierte Prozessdiagnostik

Problemwahrnehmung	Beschreibung	Beispiele
Problemverleugnung	Eigene, süchtige und sonstige familiäre Probleme werden verleugnet und auf andere projiziert.	„Ich hatte heute ein Gespräch in der Schule, weil mein Sohn durch einen Mitschüler gemobbt wird.“ (Der Sohn ist aufgrund der familiären Situation verhaltensauffällig und stört gemeinsam mit dem Mitschüler den Unterricht.)
Fremdbezogene, kontrollierende Problemabwehr	Die Person spricht überwiegend über das Verhalten anderer, nicht über ihr Erleben. Das Suchtproblem des anderen wird im Ansatz erkannt, allerdings external gerechtfertigt und kleingeredet. Die Person denkt, die Sucht kontrollieren zu können. Ihre selbsterzeugte Hoffnung dient dazu, eigene Ängste und Probleme nicht wahrzunehmen.	„Eigentlich ist er nicht so. Er ist nur an die falschen Freunde geraten.“ „Er hat mir versprochen, aufzuhören. Wir schaffen es, ich spüre das.“ „Warum konsumiert er Suchtmittel, können Sie mir das als Therapeut erklären, damit ich ihm helfen kann?“
Fremdbezogene, beschuldigende Problemabwehr	Das Suchtproblem und auch die Auswirkungen auf das eigene Leben werden wahrgenommen. Der Suchtkranke wird zum Schuldigen erklärt. Die rigide Schuldzuweisung dient dazu, eigene Anteile auszublenden.	„Er hat mit dem Alkohol und seinen Lügen alles kaputt gemacht.“
Selbstbezogene, kontrollierende Problemverzerrung	Die eigene Problematik wird zwar im Ansatz erkannt, doch sie wird durch die Ankündigung vorschneller Problemlösungen und oberflächlicher Verhaltensanpassungen bagatellisiert.	„Ich bin viel zu freundlich. Das wird von anderen ausgenutzt. Aber ab heute wird das anders. Die sollen mich kennenlernen.“
Selbstbezogene, beschuldigende Problemverzerrung	Die eigene Problematik wird erkannt, die Person spricht über sich und ihr Erleben, doch die Möglichkeit zur Veränderung wird durch depressive Selbstablehnung abgewehrt.	„Ich bin so doof. Das ärgert mich, dass ich immer auf ihn hereinfalle. Ich könnte mich dafür selbst hauen.“
Problemeinsicht	Die eigene Problematik, das eigene Erleben und die Möglichkeiten der Veränderung werden erkundet. Die Person probiert aus, ihre Situation aktiv zu gestalten.	„Ich bin voll wütend. Das Leben ist viel zu kurz, sich immer um andere zu kümmern. Ich will endlich machen, was mir guttut. - Was will ich eigentlich?“

Biermann-Ratjen, E.-M., Eckert, J. & Schwartz H.-J. (1992). *Gesprächspsychotherapie. Verändern durch Verstehen* (6. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.

DiClemente, C. C., Prochaska, J. O., Fairhurst, S. K., Velicer, W. F., Velasquez, M. M., J. & Rossi, S. (1991). The process of smoking cessation: An analysis of precontemplation, contemplation, and preparation stages of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59(2), 295–304.

Flassbeck, J. & Barth, J. (2020). *Die langen Schatten der Sucht. Behandlungskomplexer Traumafolgen bei erwachsenen Kindern aus Suchtfamilien*. Klett-Cotta: Stuttgart.