

## **Verhaltenstherapie und Aufstellungsarbeit in der Suchttherapie**

Ich erhebe nicht den Anspruch, dass Systemische Aufstellungen einen Teil ihrer Wurzeln in der Verhaltenstherapie haben.

Es ist auch kein Anliegen meines Impulsreferates, Gemeinsamkeiten von Systemischen Aufstellungen und Verhaltenstherapie herauszustreichen, da ich selbst nicht genau weiß, ob es diese überhaupt gibt.

Mein Anliegen ist es, zu zeigen, dass es möglich ist, die verhaltenstherapeutische Arbeit speziell in der Suchttherapie mit Systemischer Aufstellungsarbeit zu verbinden.

Die Verhaltenstherapie kann ich nicht ausführlich darlegen, weil dies den Rahmen des Vortrages sprengen würde, aber ich möchte kurz eine Definition zur Verhaltenstherapie nennen, die mir gut gefällt:

Laut Reinecker, einem der wesentlichen Vertreter der verhaltenstherapeutischen Forschung, ist die **VT eine wissenschaftlich fundierte Therapieform der Beschreibung, Erklärung und Hilfestellung bei einem breiten Bereich an Problemen und Störungsbildern.**

Der Satz klingt zwar vorerst sehr kompliziert, wenn man ihn aber ein bisschen zerlegt, sagt er unheimlich viel aus und erscheint immer einfacher.

Die Unterteilung in einzelne Schritte schafft Struktur, und die Betonung von Beschreibung und Erklärung bewahrt vor schwammigen ungenauen Behandlungsversuchen.

Vor allem möchte ich betonen, dass in der Verhaltenstherapie alle Methoden verwendet werden können, deren Wirksamkeit wissenschaftlich fundiert ist.

Dies bedeutet, dass die Verhaltenstherapie einerseits von ihr entwickelte Methoden nicht nur für sich beansprucht und andererseits auch Methoden aus anderen Therapierichtungen verwendet werden können, vorausgesetzt ihre Wirksamkeit ist wissenschaftlich nachgewiesen.

Ein interessanter Punkt, den ich abschließend zur VT erwähnen will, ist, dass man bei einer Untersuchung festgestellt hat, dass TherapeutInnen aus anderen Therapierichtungen umso mehr von der VT halten, je besser sie sie kennen.

Als konkretes Beispiel für die Anwendung der Verhaltenstherapie in der Suchtbehandlung möchte ich die funktionale Verhaltensanalyse erwähnen: Ich glaube nämlich, dass einer der wichtigsten Schritte in der Alkoholismustherapie die Analyse ist, welche Funktion ein Suchtmittel für die betreffende Person hat bzw. hatte.

Macht man eine Verhaltensanalyse bezüglich der problematischen Situationen (z.B. Angst), stellt sich heraus, dass Alkohol in den jeweiligen Situationen als Lösungsversuch dieser problematischen Situation eingesetzt wird, was kurzfristig zu einer positiven Konsequenz (die Angst wird geringer oder verschwindet ganz) führt. Als langfristige negative Konsequenz verschlechtert sich jedoch die problematische Situation (die Angst ist wieder da oder wird sogar stärker ausgeprägt). Diese verschlechterte Situation führt im Sinne eines Teufelskreislaufs zur neuerlichen Alkoholeinnahme usw.



Sind dann die wichtigsten Funktionen des Suchtmittels herausgearbeitet, und wurde auch klar, dass das Suchtmittel nichts anderes ist als der kurzfristige Versuch, eine Situation zu erleichtern, der jedoch in der Folge ins Gegenteil umschlägt und mit der Zeit sogar selbst als das Problem gesehen wird, geht es danach um die Beantwortung der Frage: Was muss ich in der jeweiligen Situation tun, um auf den Lösungsversuch der Suchtmittelleinnahme verzichten zu können?

Nun aber zur Verbindung von Verhaltenstherapie und Systemischen Aufstellungen:

Seit nunmehr 8 Jahren biete ich in unserem Krankenhaus zusätzlich zum normalen Therapieprogramm einmal wöchentlich eine Aufstellungsgruppe an. Dadurch konnte ich viele weitere Erkenntnisse, was das Verstehen und die Behandlung von Abhängigkeitserkrankungen betrifft, gewinnen.

So kann eine Alkoholabhängigkeit auch als eine Krankheit gesehen werden, die in vielfältiger Weise mit Verstrickungen mit den Schicksalen von Personen der Herkunftsfamilie zusammenhängt.

Häufig kommt eine unbewusste Funktion des Alkohols, die im Familiensystem begründet sein kann, bei einer Familienaufstellung zum Vorschein oder wird deutlicher.

So habe ich bei Aufstellungen oft beobachtet, dass eine Person, die einen Elternteil bzw. dessen Verhalten verachtet, fast regelmäßig, ohne es selbst zu bemerken und wie unter Zwang, das verachtete Verhalten nachahmt.

Wenn zum Beispiel ein Elternteil selbst alkoholabhängig war oder ist, kommt es oft zu unbewussten Loyalitäten mit diesem, die dann bei Aufstellungen gesehen werden können und zu möglichen Lösungen leiten.

Eine von mir ebenfalls häufig gemachte Beobachtung ist die, dass Patienten sich aus tiefer Verbundenheit mit vergessenen toten Familienangehörigen nicht den

Lebenden, dem Partner und den Kindern, voll zuwenden können. Aus Loyalität zu den Verstorbenen glauben sie unbewusst, das Leben nicht nehmen zu dürfen und wenden sich dem Suchtmittelkonsum zu.

Abschließend möchte ich noch erwähnen, dass eine Systemische Familientherapeutin in unserem Krankenhaus eine Dissertation durchzuführen plant, in deren Rahmen sie eine Vergleichsstudie machen will. Dabei soll der Therapieerfolg von Patienten verglichen werden, die eine reguläre 8-wöchige Behandlung bei uns durchlaufen mit solchen Patienten, die während ihres Aufenthaltes zusätzlich an den Aufstellungsgruppen teilnehmen.

Ich möchte mein Impulsreferat aber nicht beenden, bevor ich nicht doch noch eine Gemeinsamkeit von Verhaltenstherapie und Systemischen Aufstellungen erwähne, die ich festgestellt habe:

Ich glaube nämlich, dass die Arbeit mit Systemischen Aufstellungen, wie auch die Verhaltenstherapie, von Personen umso mehr geschätzt werden, je besser sie diese kennen gelernt haben.

Dr. Josef Kirschner

Praktischer Arzt, Psychotherapeut (Verhaltenstherapie), Facharzt für Psychiatrie und Neurologie.

Adresse: Neckheimgasse 21, A-9020 Klagenfurt

Telefon: 0650/4574543

[josef.kirschner@gmx.at](mailto:josef.kirschner@gmx.at)

[www.dr-kirschner.at](http://www.dr-kirschner.at)