

## Zusammenfassung zum Video „Nicht einmischen“

### Situation:

Ehepaar Christine (83) und Fritz (86), Frau Hannelore Personenbetreuerin

In dieser Episode leidet Herr Fritz an Parkinson.

Bitte beobachten, wie sich das Gespräch entwickelt (WER greift WEN an?)...

### Clip Inhalt:

Frau Hannelore serviert Suppe, Herr Fritz kann Hand nicht ruhig bewegen, patzt Suppe aus.

Seine Frau Christine schimpft. Frau Hannelore verteidigt Herrn Fritz und sagt zu Frau Christine, dass er es doch nicht mit Absicht gemacht hätte. Doch Herr Fritz ist nicht einverstanden damit und sagt zu Frau Hannelore, sie soll sich nicht einmischen in ihre Probleme. Frau Hannelore ist enttäuscht, denn sie wollte ja Herrn Fritz helfen und sie sagt ihm auch, dass sie IHM NICHT mehr helfen würde. Nun verteidigt Frau Christine ihren Mann und sagt zu Frau Hannelore, dass sie deshalb nicht auf ihn losgehen solle.

### Analyse:

Als Herr Fritz die Suppe auspatzt, schimpft Frau Christine mit ihrem Mann: „Geh bitte! Pass doch auf“ Sie sollte ja wissen, dass es die Krankheit ist und er NICHT mit Absicht gepatzt hat. Trotzdem kann sie ihren Ärger nicht zurückhalten. Sie sagt, er habe „schon WIEDER ALLES verschüttet“. Nach ihrer Ansicht passiert das offenbar andauernd... Und „ALLES“ hat er sicher NICHT verschüttet... Sie verallgemeinert und übertreibt in ihrem Vorwurf. Frau Hannelore will Herrn Fritz verteidigen. Doch sie fragt ihn NICHT, ob er das überhaupt will... Damit ergreift sie auch Partei GEGEN Frau Christine. Herr Fritz macht ihr den Vorwurf, dass sie sich eingemischt hat. Nun ist Frau Hannelore verwundert. Sie versteht nicht, dass SIE selbst den Fehler gemacht hat, sich einzumischen. Trotzig meint sie, dass sie ihm nun nicht mehr helfen werde... Sie wirft ihm damit Undankbarkeit vor. Das ärgert nun auch Frau Christine. Gegen sie hatte ja Frau Hannelore Partei ergriffen. Sie sagt Frau Hannelore mit ärgerlichem Tonfall, dass sie DESHALB NICHT auf ihren Mann losgehen solle.

## Reflexion:

**Vorwürfe** sind generell **problematisch**, weil sie oft ein konstruktives Gespräch verhindern. Wenn aber schon der Vorwurf gemacht wird, dann muss sich der Vorwurf auf etwas beziehen, das der „Beschuldigte“ hätte **kontrollieren** und verhindern können. Das konnte aber Herr Fritz wegen seiner Krankheit **NICHT!**

Wenn man Vorwürfe macht, sollten sie sich auf ein **KONKRETES** Ereignis beziehen und daher sollte man nicht „schon wieder“ sagen, denn das bezieht sich dann auch auf andere, vergangene Ereignisse.

Weiters sollten **Übertreibungen vermieden** werden (also nicht: „ALLES verschüttet...“)

Frau Hannelore findet dies daher grundsätzlich zu recht als „**UNGERECHT**“. Deshalb steht es **ihr** aber **NICHT** zu, sich **ungefragt einzumischen**. Sie weiß ja nicht, welche Beziehungsgeschichte des Ehepaares dahinter steckt. Vielleicht hatte es in letzter Zeit Streit gegeben? Ja, vielleicht hatte sich Frau Christine in früheren Zeiten von ihrem Mann schlecht behandelt gefühlt und „zahlt“ es ihm nun, da er schwach ist, zurück - im Sinne einer Rache an vielen erlittenen Verletzungen.

**Stephen Karpman** hat das Modell des „Drama-Dreiecks“ entwickelt. Immer, wenn 3 oder mehr Personen miteinander kommunizieren bilden sich ganz bestimmte Rollen heraus:

**Täter** (früher auch Verfolger) sind jene, die Andere angreifen, belehren, zurechtweisen, beschuldigen, usw.

**Opfer** sind diejenigen, an die sich die Täter wenden, sie werden also von den Tätern angegriffen, usw.

**Retter** sind jene Personen, die das Gefühl haben, dass sie da jemandem helfen müssen. Sie finden das Verhalten der **Täter** ungerecht, glauben auch meist, dass sich die Opfer nicht selbst verteidigen können. Sie neigen auch dazu **HELFEN**, ohne darauf zu achten, ob die **Opfer** das überhaupt brauchen oder wollen!

Hier beginnt zunächst Frau **Christine** als **Täterin** (Herr **Fritz** = **Opfer**); Frau **Hannelore** will die **Retterin** sein = **Täterin** an Frau **Christine** (**Opfer**). Herrn **Fritz** stört dies, also wird er zum **Täter** an Frau **Hannelore** (**Opfer**). Sie wehrt sich, wird also selbst **Täterin** an Herrn **Fritz** (**Opfer**). Nun wird Frau **Christine** zur **Täterin** an Frau **Hannelore** (**Opfer**).

Diese „Spiel“ könnte nun beliebig lange weiter gehen, bis der Streit heftiger wird...

Die Beteiligten merken oft gar nicht oder erst sehr spät, dass sie in so ein Rollenmuster hineingeraten sind.

## Learnings:

Außenstehende (Frau Hannelore) wissen oft viel zu wenig über die Beziehungsgeschichte von 2 streitenden Personen; Personenbetreuer:innen sollten sich also aus solchen Konflikten heraushalten.

Das Einmischen in Streitigkeiten führt meist dazu, dass die Beziehung zur Personenbetreuung verschlechtert wird.

Man könnte in einer ruhigen Minute bestenfalls Frau Christine fragen, OB sie auch die Sichtweise der außenstehenden Personenbetreuung hören will. Und da muss man sehr vorsichtig sein! Ist ein Thema von „Konflikt“.

Man sollte für die nächsten Mahlzeiten besser vorbereitet sein: Kein wertvolles Tischtuch, Küchenrolle griffbereit.

Herr Fritz sollte aber so lange, wie möglich noch selbständig essen können - auch wenn er gelegentlich auspatzt.

Vorwürfe bringen in dieser Situation nichts - im Gegenteil: Risiko von Aggression oder aber Rückzug oder Depression.

**Helfer sind stark, Hilfsbedürftige schwach**, denn sie brauchen ja offenbar Hilfe. Mit jedem Hilfsangebot zeigen wir also, dass die andere Person „schwach“ ist. Allein das Wort „helfen“ (siehe auch „**Gedächtnissysteme / Priming**“) kann bereits verstörende Gedanken auslösen.

Mit dem Wissen des „Drama-Dreiecks“ kann man leichter aus solchen Situationen aussteigen oder erst gar nicht einsteigen in solche Rollen. Ausstieg: z.B. offen ansprechen, dass da gerade eine ungewollte Dynamik entsteht, dass man hier Retter sein wollte, usw.

## Literaturempfehlung:

Chris West: The Karpman Drama Triangle Explained: A Guide for Coaches, Managers, Trainers, Therapists - and Everybody Else

Wolfgang Schmidbauer: Hilflöse Helfer: Über die seelische Problematik der helfenden Berufe

## Internet-Recherchen:

Suche nach Drama-Dreieck