

Zeitschrift:	Fachzeitschrift Heim
Herausgeber:	Heimverband Schweiz
Band:	69 (1998)
Heft:	7-8
Artikel:	"Von psychischer Behinderung betroffen" : ein neuer Kurs beim Heimverband Schweiz : aus dem "Retter-Opfer-Spiel" aussteigen
Autor:	Schnetzler, Rita
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-812712

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 27.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

«Von psychischer Behinderung betroffen»: Ein neuer Kurs beim Heimverband Schweiz

AUS DEM «RETTER-OPFER-SPIEL» AUSSTEIGEN

Von Rita Schnetzler

Hannelore Bösch, Psychologin und Leiterin der Kurse «Von psychischer Behinderung betroffen» des Heimverbandes Schweiz, definierte die psychische Behinderung als Interaktionsstörung, die sich in der Beziehung zwischen dem Betroffenen und seiner Umwelt manifestiert. Menschen mit psychischer Behinderung und ihre Betreuenden und Bezugspersonen stossen immer wieder an innere und äussere Grenzen. Um Betroffenen wirklich zu helfen, sollten Betreuende versuchen, aus dem «Retter-Opfer-Spiel» auszusteigen und den Betroffenen als Partner ernst zu nehmen, der im Stande ist, selber ein Stück der Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen.

«Von psychischer Behinderung betroffen – Hilfen zu einem verständnisvollen Umgang mit Patienten/Betreuten mit psychischen Behinderungen», dies der Titel eines neuen Kurses des Heimverbandes Schweiz. Vierzehn Frauen und drei Männer trafen am 15. Mai im Alterszentrum «Im Tiergarten» in Zürich ein, um an diesem Kurs teilzunehmen. Begrüsst wurden sie von Annemarie Engeli, Leiterin Bildungswesen des Heimverbandes Schweiz und unter anderem ausgebildete Psychologin, und von der Leiterin des Kurses, Hannelore Bösch, die als Psychologin bei der ESPAS (Stiftung für wirtschaftliche und soziale

Integration Erwerbsbeeinträchtigter) in Zürich arbeitet.

Behinderte Interaktion

Die psychische Behinderung, so Hannelore Bösch, ist nicht eine Eigenschaft einer Person, sondern eine Interaktionsstörung, die sich in der Beziehung zwischen dieser Person und ihrem sozialen Umfeld manifestiert. In der Gesellschaft bestehen gewisse «Minimalvorstellungen» bezüglich sozialer Fähigkeiten eines Individuums. Bis zu einem gewissen Grad ist der Einzelne in der Lage, eine Diskrepanz zwischen den gesellschaftlichen

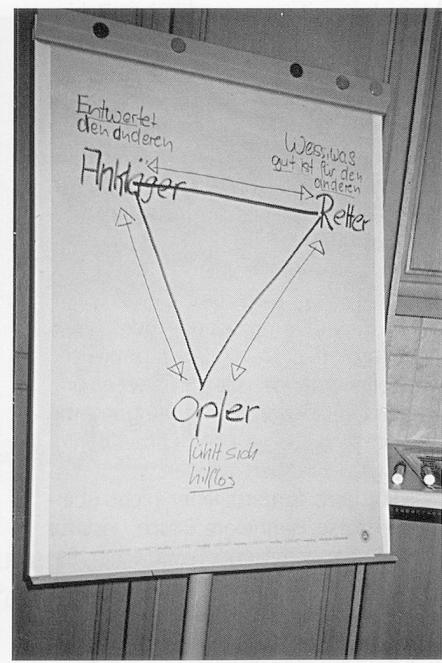
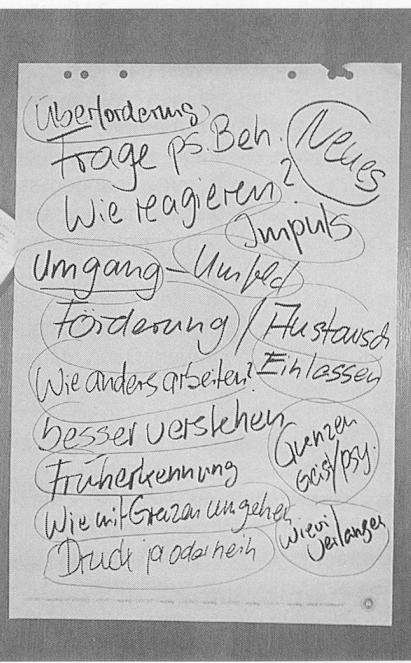
Anforderungen und seinen individuellen Fähigkeiten zu kompensieren. Gelingt ihm dies nicht mehr, so wird er in einem oder mehreren Bereichen handlungsunfähig. Von einer psychischen Behinderung spricht man, wenn ein Mensch verschiedene gesellschaftliche Minimalanforderungen nicht erfüllen kann.

Bei der psychischen Behinderung wirken gemäss Bösch – stärker als etwa bei einer körperlichen Behinderung – äussere und innere Faktoren zusammen. Dies führt dazu, dass bei einem von psychischer Behinderung betroffenen Menschen einerseits die Rehabilitation länger dauert und andererseits keine eindeutige Erfolgsdiagnose gestellt werden kann, weil ein grosser Teil der krankheitserhaltenden Faktoren nicht beeinflusst werden kann. Erschwerend kommt hinzu, dass eine psychische Behinderung vom Umfeld oft nicht erkannt und dem Betroffenen deshalb weniger Hilfe angeboten wird. Zudem sind Menschen mit psychischer Behinderung oft nur beschränkt in der Lage, ihre Behinderung als solche zu erkennen und zu akzeptieren.

Ursache für eine psychische Behin-



Hannelore Bösch erwies sich als höchst kompetente Kursleiterin mit grosser Erfahrung in der Arbeit mit von psychischer Behinderung betroffenen Menschen. Vielfältig und zahlreich: Die Erwartung der Teilnehmenden an den Kurs. Das «Drama-Dreieck»: Retter, Opfer und Ankläger im dynamischen Zusammen-«Spiel».





Diskussion in der Gruppe: Welches ist meine bevorzugte Rolle im «Drama-Dreieck»?

derung kann eine psychische Erkrankung (z.B. Schizophrenie), aber auch eine körperliche Erkrankung (z.B. Multiple Sklerose) oder ein Unfall (z.B. mit Gehirnverletzung) sein. Oft sind bei Menschen mit psychischer Behinderung Kompetenzen wie die Lern- und Merkfähigkeit, die Auffassungsfähigkeit und die Konzentrationsfähigkeit beeinträchtigt. Weil solche Fähigkeiten in der Arbeitswelt als Schlüsselqualifikationen gelten, wirken sich psychische Behinderungen im Allgemeinen insbesondere auch auf die berufliche Situation aus.

«Fördern, fordern, aber nicht überfordern»

Menschen mit einer psychischen Behinderung und ihre Bezugspersonen stoßen immer wieder an innere und äußere Grenzen: Wie weit können und sollen mögliche Kontakt Personen informiert und einbezogen werden, um Betroffene vor Überforderung zu schützen? Ist es möglich, die Ressourcen eines Betroffenen für den Umgang mit Krisen zu stärken? Wieviel Druck verträgt die Mitarbeiterin mit einer psychischen Behinderung; wann über-, wann unterfordere ich sie? So formulierten Kursteilnehmende die Probleme und Fragen, mit denen sie im Umgang mit Menschen mit einer psychischen Behinderung konfrontiert werden.

«Fördern, fordern, aber nicht überfordern», so Hannelore Bösch, «ist für den Umgang mit von psychischer Behinderung Betroffenen mehr als nur ein Schlagwort.» Es ist wichtig, den Betroffenen in seiner Individualität, mit seinen individuellen Möglichkeiten und Grenzen wahrzunehmen. Eine Voraussetzung dafür ist, dass wir uns der Bilder

und Vorstellungen bewusst sind, die wir mit psychischer Behinderung verbinden. Oft sind diese Bilder von gesellschaftlichen Wertvorstellungen und Vorurteilen geprägt, die uns in unserer Kindheit vermittelt wurden. Der hartnäckige Impuls, einem psychisch Behinderten Aufgaben abzunehmen, anstatt sie ihm zu überlassen, und das Nicht-Erkennen oder Nicht-akzeptieren-Können begrenzter Kapazitäten sind Beispiele möglicher Auswirkungen solcher Bilder, deren wir uns oft kaum bewusst sind.

Schwierigkeiten im Alltag

Die Kursleiterin forderte die Teilnehmenden auf, in Gruppen zusammenzutragen, welche Schwierigkeiten ihnen im täglichen Umgang mit Menschen mit psychischen Behinderungen begegnen. In der darauffolgenden Diskussion im Plenum wurden Gemeinsamkeiten der geschilderten Situationen sichtbar: Ob ein Mitarbeiter mit einer psychischen Behinderung immer wieder versucht, sich seiner Aufgabe und der damit verbundenen Verantwortung zu entziehen, oder ob eine Bewohnerin die Reinigung ihres Zimmers jeweils wochenlang hinausschiebt: Oft werden Selbständigkeit, Disziplin/Durchhaltewillen und Motivation als Schwachpunkte der Betroffenen erlebt. Betreuende stehen solchen Schwächen manchmal ebenso machtlos gegenüber wie der Betroffene selber. Gelegentlich taucht dabei die Frage nach der eigenen Rolle auf: Werde ich gegen meinen Willen zum Mitspieler in einem Spiel, dessen Regeln ich nicht kenne? Kennt der Betroffene die Regeln? Versucht er, mich damit zu «beherrschen»? Verstärke ich mit meinem Verhalten eingespielte Muster? Wie weit darf ich selber die Führung übernehmen? Wann wird mein Eingreifen zum Übergriff?

Eine zentrale Frage ist auch jene nach dem Umgang mit «unangepasstem» Verhalten. Betreuende wissen, dass es sich dabei um Symptome eines tiefer liegenden Leidens handelt. Doch der Weg zum Kern des Problems ist weit, und oft fehlt die Zeit, um nach tieferen Ursachen zu fragen. Dann reagieren Betreuende auf Symptome, was unweigerlich zu einem Machtkampf führt.

Ein häufiges Beispiel sind Essstörungen: Hannelore Bösch wies darauf hin, dass Körperfülle eine wichtige Schutzfunktion hat. Indem wir jemanden mit Diäten und Limitierungen davor «bewahren» wollen, zuzunehmen, zwingen wir ihn dazu, den physischen Schutz, den er zum Überleben benötigt, mit heimlichem Essen aufzubauen. Ein Kursteilnehmer erklärte, dass man beim Kochen für übergewichtige Men-

schen ganz besonders darauf achte beziehungsweise achten sollte, das Speiseangebot nicht zu limitieren: Wer den Eindruck hat, dass man ihm das Essen vergönnt, wird erst recht gierig danach. Wenn ihm jedoch vermittelt wird, dass er haben kann, so viel er will, ist es ihm eher möglich, frei zu entscheiden, wie weit er dieses Angebot nutzen möchte.

Alltägliche «Drama-Spiele»

Als mögliches Erklärungsmodell für viele der beschriebenen Situationen und Konstellationen stellte Hannelore Bösch das «Drama-Dreieck» vor. Dieses Modell wurde vom Transaktionsanalytiker Stephen Karpman beschrieben, der beim Untersuchen von Märchen und Dramen nach typischen Spielsequenzen auf drei charakteristische Rollen stiess:

- Das «Opfer» ist eine Person, die vorgibt, dass ihr die nötige Kraft oder Denkfähigkeit zum Lösen von Problemen fehlt und dass ihr Wohlbefinden vom Verhalten oder der Verhaltensänderung anderer abhängt.
- Der «Retter» ist eine Person, die sich zutraut, anderen auf grandiose Art zu helfen, und die bereit ist, für andere das Denken und Problemlösen zu übernehmen, allenfalls ohne dass die «gerettete» Person dies bemerkt und oft auch wenn der «Retter» dabei Dinge tun muss, die er eigentlich nicht tun mag.
- Der «Verfolger» oder «Ankläger» ist eine Person, die andere herabsetzt, verletzt und übermäßig kritisiert und sie mit ihrem Verhalten bestrafen will.

Nicht nur auf der Bühne und im Märchen, sondern auch in der alltäglichen zwischenmenschlichen Interaktion und insbesondere im beruflichen Alltag der im Sozialbereich Tätigen werden die beschriebenen Rollen oft gespielt. Im Rahmen solch alltäglicher «Drama-Spiele» werden vertraute Beziehungsmuster wiederholt, welche die Vorurteile der Einzelnen gegenüber dem Leben und gegenüber zwischenmenschlichen Beziehungen bestätigen. Durch das Helfen oder Sich-helfen-Lassen tauschen die «Spieler» Zuwendung und Beachtung aus.

Zu Beginn des «Spiels» nimmt eine Person ihre bevorzugte oder gewohnte Rolle ein und lädt dadurch andere ein, eine komplementäre Rolle zu übernehmen. Während des Spiels kann ein Rollenwechsel stattfinden, zum Beispiel indem das «Opfer» sich vom «Retter» plötzlich als Kind behandelt fühlt und diesen dafür anklagt. Dadurch wird das «Opfer» zum «Ankläger», während der «Retter» in die «Opfer»-Rolle wechselt.

Der professionelle «Retter»

Im Sozialbereich Tätige befinden sich oft – freiwillig oder mehr oder weniger unfreiwillig – in der «Retter»-Rolle. Daraus ergeben sich typische Fallen:

- Der professionelle «Retter» kann zum Beispiel zum Ankläger werden, wenn das «Opfer» die Kooperation verweigert.
- Er wird zum «Opfer», wenn sein Klient ihn der Entmündigung anklagt.
- Durch das Bedürfnis nach Anerkennung in seiner Rolle kann der «Retter» sein Gegenüber in der komplementären Opferrolle bestärken.
- Der «Retter» läuft Gefahr, jemanden retten zu wollen, der gar nicht gerettet werden will, oder jemandem etwas zu geben, was dieser nicht braucht oder was diesem nicht gut tut.

Aus dem «Drama-Dreieck» aussteigen

Das «Drama-Dreieck» ist insofern «dramatisch», als der Einzelne hier alte Verhaltensmuster wiederholt und sich in seinem vertrauten Selbstbild als Opfer, Retter oder Ankläger bestätigt. Es gibt jedoch Möglichkeiten, aus dem «Drama-Dreieck» auszusteigen. Für die Person in der «Retter»-Rolle nannte Hannelore Bösch zum Beispiel:

- Die Dynamik des Spiels, die eigene Rolle und die Erwartungen des Gegenübers erkennen.

- Den anderen auf der erwachsenen Ebene/in seiner erwachsenen Haltung ansprechen und ihn dadurch zum Partner in einer gemeinsamen Aufgabe machen.
- Sich selber und dem Gegenüber in einer Grundhaltung der Wert-Schätzung begegnen und dadurch außerhalb des «Drama-Dreiecks» Anerkennung vermitteln.
- Dem Gegenüber seine Rolle in humorvoller Weise (zum Beispiel durch Verstärkung) aufzeigen.
- Die «Retter»-Rolle bewusst mitspielen, um dann eine Wende herbeizuführen.
- Das Gegenüber ermutigen und ihm vermitteln, dass ich ihm das selbständige Lösen des Problems zutraue.
- Nicht helfen, ohne darum gebeten zu werden.

Verantwortung übergeben

Im Laufe des Tages klang – als aus Sicht der Autorin besonders wichtige und wertvolle Botschaft der Kursleiterin – immer wieder an: Wer einen Menschen mit psychischer Behinderung betreut oder begleitet, kann und muss die Verantwortung für ihn und sein Leben nicht oder zumindest nicht alleine übernehmen. Oft hilft es mehr, dem Betroffenen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie er selber ein für ihn erträgliches Mass an Verantwortung übernehmen kann.

Dazu gehört, dass die Betreuungsperson den Betroffenen Erfahrungen –

auch negative und schmerzhafte – machen lässt, dass sie die dadurch entstehende Spannung aushält, die eigene Hilflosigkeit zulässt und ausdrückt, dem Betroffenen die Situation, in die er sich manövriert hat, möglichst ohne zu werten aufzeigt und mit ihm zusammen nach einer Lösung sucht.

Dabei kann es helfen, gemeinsam Verträge zu erstellen, für deren Einhaltung sich der Betroffene zuständig fühlt. Dadurch kann er ein Stück der Verantwortung übernehmen. Anstatt ihn dabei zu kontrollieren, kann die Betreuungsperson den Betroffenen direkt fragen, ob er den Vertrag noch einhalten kann oder ob die für den Fall der Nichteinhaltung vereinbarten Konsequenzen gezogen werden müssen.

Der Abschluss des Kurstages war dem Thema «seelische Hausapotheke» gewidmet: Was tue ich, um mich zu erholen, und wie hole ich mir die für alle Menschen lebenswichtige Zuwendung, Beachtung und Anerkennung? Für Menschen in «helfenden Berufen» ist es besonders wichtig, von sich selber und von anderen unbedingte positive Zuwendung zu erhalten und Lob und Anerkennung anzunehmen zu können. Zweifellos ist auch der Besuch eines Kurses eine Möglichkeit, sich selber etwas Gutes zu tun – besonders, wenn im Kurs neben den Bedürfnissen der Klienten auch die eigenen Bedürfnisse thematisiert und formuliert werden dürfen. ■

wie du und ich

Kamera, Regie und Produktion
Fritz Maeder

Augenblicke des Lebens – festgehalten während 25 Jahren – ist ein Film über mehrfachbehinderte Menschen. Zentrales Anliegen dieser Dokumentation ist, Verständnis zu schaffen für die vom Schicksal Benachteiligten. Obwohl oft im «Abseits», sind sie doch mitten unter uns. Der Film zeigt ihren Alltag mit den Wünschen und Freuden, aber auch mit seinen beschwerlichen Momenten. Er möchte Appell sein an unsere Verantwortung dem Behinderten gegenüber und zeigen, dass dieser in all seiner Eigenart und Verwundbarkeit doch ist «wie du und ich».

