Modul 6 a

Elke Salmen und Wolfgang Schrödter

Beratungskonzepte

Die Gesprächspsychotherapie

Ein Beitrag von Elke Blawicki, Anja Gondolph und Daniela Peschke

Literatur

- Jürgen Kriz und Thomas Slunecko (Hrsg.)
  Gesprächspsychotherapie
  Die therapeutische Vielfalt des personzentrierten Ansatzes

- Jürgen Kriz
  Grundkonzepte der Psychotherapie

- Petra Bauer und Marc Weinhardt (Hrsg.)
  Professionalisierungs- und Kompetenzentwicklungsprozesse in der sozialpädagogischen Beratung

- Carl R. Rogers
  Therapeut und Klient
  Grundlagen der Gesprächspsychotherapie

Gliederung

- Vier Beratungskonzepte mit psychoanalytischen Wurzeln
- Carl Rogers
- Die therapeutische Beziehung
- Die Aktualisierungstendenz
- Die Persönlichkeitstheorie Rogers

Tiefenpsychologische Beratung

- Subtile, unbewusste Gefühle
- Ansatz in der Vergangenheit
- Übertragung und Gegenübertragung
- Wer bist du? Was brauchst du? Wovor fürchtest du dich?

Systemische Beratung

- Ansatz in der Gegenwart (Kommunikation)
- Struktur, Geflecht (Muster, Regel)
- Zirkularität (Familiensystem wird in alle Richtungen betrachtet)
- Ressourcen- und Lösungsorientiert

Verhaltenstherapie

- Erkennen der dysfunktionalen Muster
- Erlernen besserer Bewältigungsstrategien
- Reiz - Reaktion

Humanistische Beratung

- **Gesprächspsychotherapie (GPT) oder**

  Personzentrierter Ansatz (PZA) nach Carl Rogers

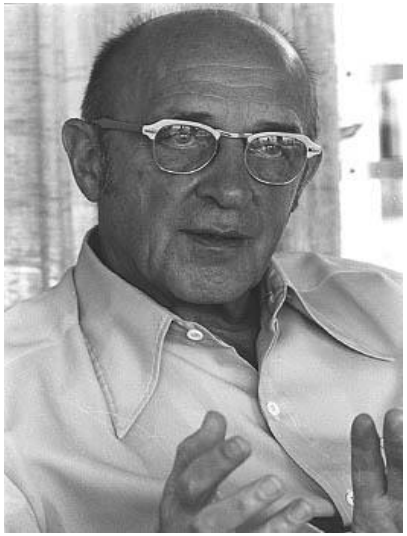
- (Gestalttherapie, Logotherapie, Psychodrama)

Grundlagen der Gesprächspsychotherapie

- Der Begriff „klientenzentriert“
- Die klientenzentrierte Methode

Carl Rogers

- Die Person Carl Rogers
- Seine Kindheit
- Seine Familie



Gesprächspsychotherapie

- Rogers Hauptfragestellung:
- Welche Bedingung sind es, die dazu führen, dass eine Person von sich aus über ihr Erleben spricht, sich dabei besser verstehen lernt und schließlich zu Einstellungs- und Verhaltensänderung gelangt?

Gesprächspsychotherapie

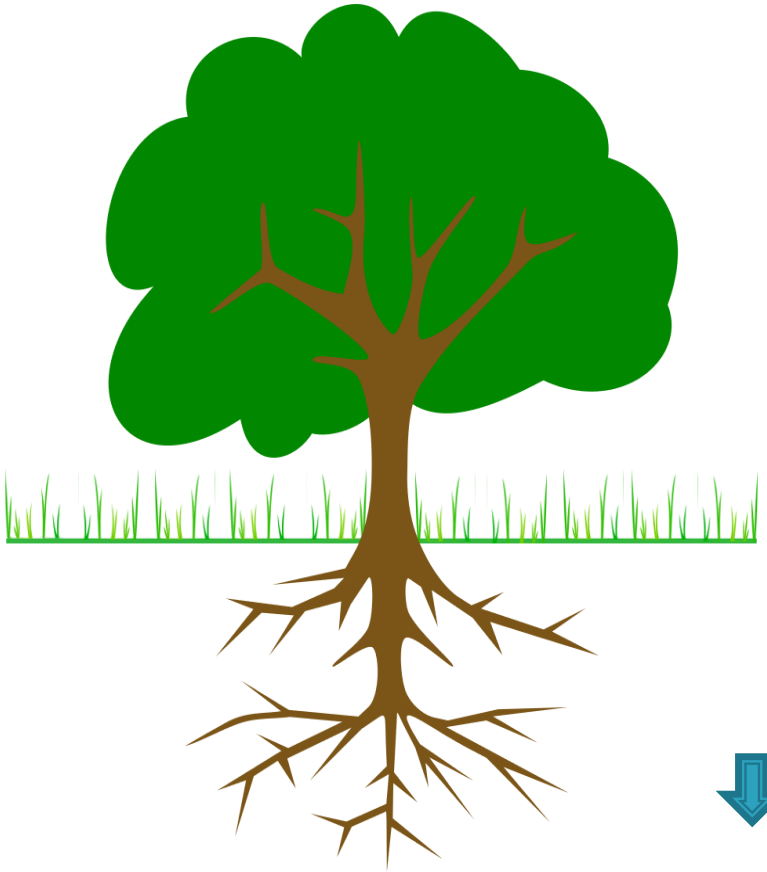
- Intensive Forschungsprojekte
- Aufnahme von Gesprächen von hunderten von Therapeuten auf Tonträger + Analyse
- Entwicklung eines Rating-Verfahrens zur Messung von Veränderung: „Q-Sorts“

Existenzphilosophische Perspektive

- Orientierung am philosophischen Menschenbild von Kierkegard und Buber.

Therapeutische Beziehung

Wasser=
Authentizität



Sonne=
bedingungsfreie
Wertschätzung

Nährstoffe
=Empathie

Die drei essentiellen Kerne der GPT

- 1. Therapeutische Beziehung
- 2. Aktualisierungstendenz
- 3. Persönlichkeitstheorie
  =>Störungs- und Entwicklungstheorie

Die therapeutische Beziehung

- 1. Beziehung
- 2. Inkongruenz
- 3. Kongruenz
- 4. Bedingungslose Anerkennung
- 5. Empathie
- 6. Ansprechbarkeit des Patienten für das therapeutische Beziehungsangebot.

Hauptaspekte der Grundhaltung

- 1. Bedingungslose positive Anerkennung
- Das Akzeptieren, oder Wertschätzung des Therapeuten
- gegenüber den Gefühlen und Äußerungen seines Klienten.

- 2. Kongruenz
- Unter diesem Begriff versteht Rogers Echtheit, Unverfälschtheit,
- ohne Fassade sein.

- 3. Empathie
- Einfühlendes Verstehen

Die Aktualisierungstendenz

- Tendenz zur Erhaltung und Erhöhung des Organismus
- Wachstumspotential und Entwicklungspotential
- Richtungsgebende Antriebskraft
- Haupttriebfeder des Lebens
- Manifestiert durch Bedürfnisse und Interessen des gesamten Organismus (Körper, Geist und Seele)

Die Selbstaktualisierungstendenz

- Ein **Teil** der Aktualisierungstendenz (gesamter Organismus)
- Dynamische Struktur im psychisch-sozialen Bereich
- Struktur der symbolisierten Erfahrungen

Inkongruenz

- Das wahrgenommene Selbst und die organismische Erfahrung sind unstimmig (inkongruent)
- Die im Selbst und durch das Selbst repräsentierte Welt ist unangemessen (unstimmig, inkongruent) zur äußeren Umwelt
- Grundlage der Angst

Die Persönlichkeitstheorie

- Die wesentliche Grundlage des Personzentrierten Ansatzes
- Das zentrale Erklärungsprinzip der Gesprächspsychotherapie, bei der die Person im Zentrum der Betrachtung steht und nicht das Problem (Personzentrierter Ansatz).
- Auf Grund der 19 Thesen der Persönlichkeitstheorie werden wesentliche Aspekte der psychischen Entwicklung, sowie ihrer Störungen deutlich.
- Durch die therapeutische Beziehung und das Verständnis der Aktualisierungstendenz ergeben sich hieraus Hinweise zur Therapie der Störungen.

Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit