Zur Fokusbildung in der Beratung

Lucienne Vasserot, Rebecca Hormel, Charlotta Eichheimer

Einführung:

- Analytisch orientierte Kurztherapie
- 1895 von Freud
- Unterschiedliche Konzepte zu tiefenpsychologisch fundierter Ansätze
- Die niederfrequente Therapie über ein bis zwei Jahre (Hoffmann 1989)
- Feste Zeitbegrenzungen von 15 bis 30 Stunden
  - Psychologische Beratung

Beratung und dynamischer Fokus

Fokus

Phänomenologische Ebene

Bewusstseinorientiert:
Bei angespannter, hektischer Klientin: „Sie haben es nicht leicht zur Ruhe zu kommen“

Psychodynamische Aspekte

Problem des Klienten in Beziehung zu innenpsychischen Konflikte

Ziel:

- „bewusst zugängliche Störungen Symptomatik vor dem Hintergrund unbewusster Prozesse zu verstehen“
- Klärung bzw. bearbeitung zugänglich machen

Formulierung eines Fokalsatzes:

- Aus der Perspektive des Klienten
- Zwei Zentrierungsschritte

Beispiel:
„Ich muss immer kämpfen und wachsam sein, weil ich so verletzbar und schwach bin“

Aktuelle Hauptprobleme:
- bewusst erlebte kämpferische Haltung

Zentrale unbewusste Dynamik:
- Abwehr passiver und regressiver Wünsche

↓

Logischer Verstehenszusammenhang

Formulierung eines Fokalsatzes:

- Ist eine psychodynamische Formel, die nur wirksam sein kann, wenn sie in einem emotionalen Austausch mit dem Klienten nachvollzogen/korrigiert werden kann

Arbeit am Fokus

- Richtschnur
- Zentraler Konflikt mit den zugehörigen Bewältigungs- und Abwehrstrategien

1. Erkennen identifikatorischer Prozesse mit frühen Objekten

- Klienten in Perspektive seiner Introjekte sehen
- Gemeinsames erarbeiten eines Verstehenszusammenhang
- Rücksinnung auf biographischen Hintergrund
- Herstellung eines kontrollierten Bezug zur persönlichen Geschichte

2. Wahrnehmen der aktiven Einflussnahme auf die Struktur der aktuellen unterpersonellen Beziehungen

- Verständnis von Selbst- und Objektanteilen entwickeln

- Hinter manifesten Verhalten stehende, latente Beziehungsaussagen thematisieren

3. Wahrnehmen der aktiven Gestaltung der Beratungsziele

- Übertragungs- und Gegenübertragungsprozesse positiv für Bearbeitung des Fokus verstehen

- Konstellation der Gegenübertragungsbeziehung nutzen um aktuelles außerhalb der Beratung zu verstehen

- Ziel: Wiederholungscharakter seines Erlebens verstehen & alternative Ausdrucksmöglichkeiten entwickeln

- Ich-stärkend arbeiten

- **Die drei zuvor genannten Aspekte:**
  - Greifen die in die Fokusbestimmung einfließende Schritte unter methodischer Perspektive auf und bilden eine Ganzheit
  - Reihenfolge des angehen der Konflikte ist gleichgültig
  - Beratungsarbeit geht zunächst um das Aufspüren und zulassen zuvor abgewehrter Wünsche

Diskussionsfrage:

„Welche Aspekte der Fokusbildung könnten negative Auswirkungen auf den Prozess und/oder auf die Klientin haben?“