

# Psychodynamisches Verstehen in der Beratung

## Zentrale Fragestellung

Können Erkenntnisse der Psychoanalyse in Beratungsprozessen sinnvoll genutzt werden?

## Zwei Aspekte des Seminarthemas

- Was ist Beratung?
- Was unterscheidet „psychodynamische“ Beratung?

## Einige Schlagworte

„Beratung ist die Kunst zu unterstützen, ohne zu bevormunden“

## Einige Schlagworte

Beratung ist ein „...fachkundig begleiteter, gemeinsamer Such- und Kommunikations- und Verstehensprozess...“

## Einige Schlagworte

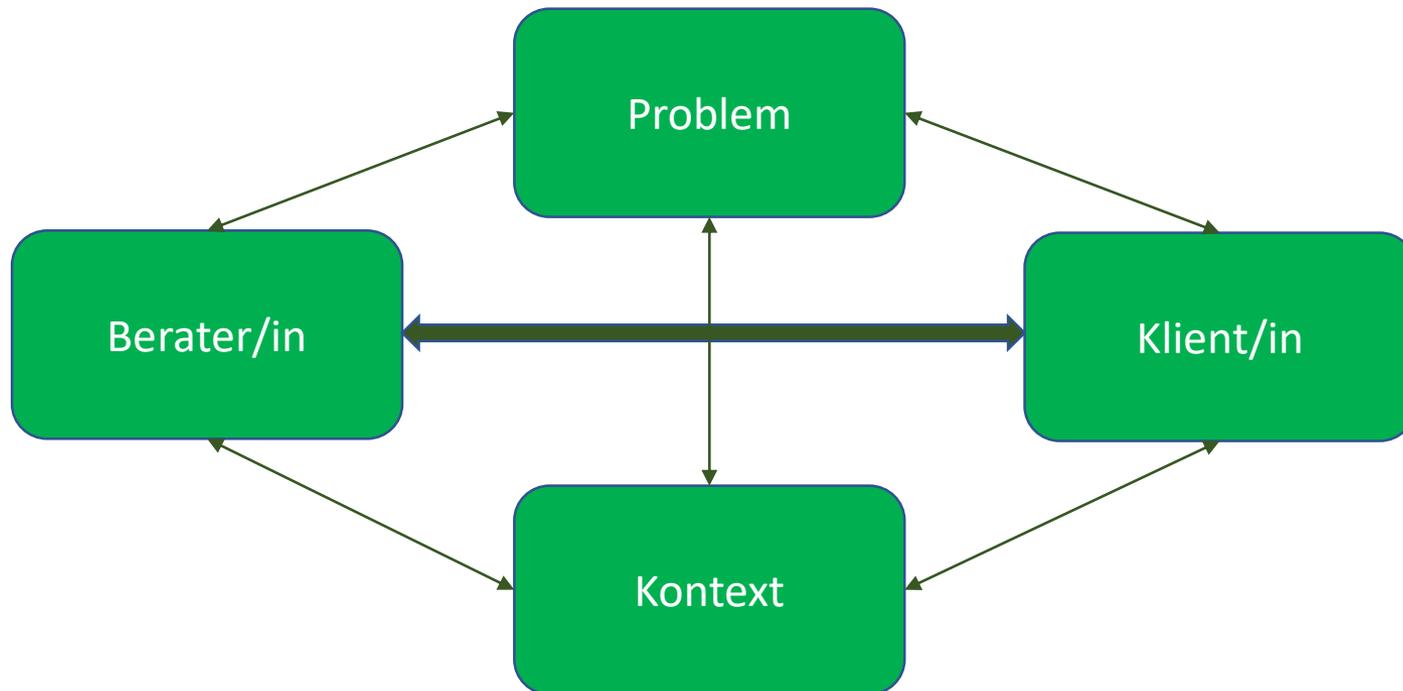
„Krise ist ein produktiver Zustand. Man muss ihr nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.“

Max Frisch

## Einige Schlagworte

„Beratung ist der Prototyp einer interdisziplinären Wissenschaft und Praxis“

## Was gehört zum „System Beratung“?



## Konstitutiv für Beratung\* sind die Elemente

- Kurzzeitigkeit (Problemlösung im Rahmen eines überschaubaren Zeitraums)
- Freiwilligkeit der Inanspruchnahme
- Kostenlosigkeit (im Fall institutioneller Beratung)

\*Im Sinne einer regulativen Idee. In der Praxis existiert eine Fülle Variationen.

## Was „wirkt“ in Beratungsprozessen?

### Wirkungsfaktoren in der Psychotherapie nach Grawe\*:

- Ressourcenaktivierung
  - Problemaktualisierung
  - Aktive Hilfe zur Problemlösung
  - Motivationale Klärung
- 
- Größter Wirkungsfaktor dabei ist die **Beziehung** zwischen Klient und Therapeut

\*Psychotherapie im Wandel, 1994

## Allgemeine („unspezifische“) Wirkungsfaktoren nach Grawe:

- Ressourcenaktivierung – Potenziale und Fähigkeiten, Interessen und Motivation des Klienten herstellen
- Problemaktualisierung – Ratsuchende erleben in der Beratung ihre Probleme und werden in diesem Rahmen mit ihnen konfrontiert
- Aktive Hilfe zur Problemlösung – bewältigungsorientierte Hilfe, die Beratung unterstützt den Klienten mit bewährten problemspezifischen Maßnahmen (direkt oder indirekt) darin, positive Bewältigungserfahrungen im Umgang mit seinen Problemen zu machen
- Motivationale Klärung – Gründe und Hintergründe für Probleme, Verhalten und Erleben explorieren, möglichen Sinn des Problems verstehen
- Arbeit an und mit der Beziehung zwischen Klient und Berater; sie trägt signifikant zu einem besseren oder schlechteren Therapieergebnis bei

## Beratung und moderne Gesellschaft - drei gängige Thesen

- Unter den Lebensbedingungen differenzierter Gesellschaften nimmt der Bedarf an Beratung in schwierigen Entscheidungssituationen sowie in Krisen- und Konfliktsituationen des Lebens kontinuierlich zu
- Beratungsförmige Verfahren sind konstitutiver Bestandteil lebenslanger Bildungsprozesse in modernen Gesellschaften – zeitdiagnostische These von der „Beratungsgesellschaft“ (Fuchs & Mahler 2000)\*
- In der Heilpädagogik, Sozialarbeit und Sozialpädagogik sind Beratung und beratungsförmige Tätigkeiten von erstrangiger Bedeutung
- Beratende Interaktionen nehmen z.B. in Bereichen wie Schule und Medizin stark an Bedeutung zu

\*Fuchs, Peter., Mahler, Enrico (2000): Form und Funktion von Beratung. Soziale Systeme 6, 349-368.

## Beratung – eine kommunikative Gattung

Sich-Beraten-Lassen als Form von „Sonderkommunikation“, Schützeichel (2004) spricht von kommunikativer Gattung, gehört heute zunehmend zum Erwartungshorizont von Gesellschaftsmitgliedern.

Kommunikative Gattungen sind auf bestimmte soziale Problemlagen zugeschnitten.

Schützeichel, Rainer (2004): Soziologische Kommunikationstheorien. Konstanz: UVK Verlagsgesellschaft.

## Themen, Fragen und Anlässe in Beratungsgesprächen

- Elterliche Erziehungsschwierigkeiten und -unsicherheiten
- Emotionale Störungen im Kindes- und Jugendalter, Verhaltensprobleme und Entwicklungsbeeinträchtigungen
- AD(H)S, Legasthenie, Dyskalkulie
- Identitätsfragen im Jugendalter
- Probleme und Krisen in der Partnerschaft (Eifersucht, Sexualität, Treue etc.)
- Migrationsthemen, Flucht – Vertreibung - Traumata
- Mobbing
- Arbeitsstörungen, Leistungsprobleme in Schule, Ausbildung, Beruf
- Umgang mit Suchtmitteln – Alkohol, Medikamente, Drogen, Glücksspiel
- Burnout
- Verschuldung
- Selbstwertprobleme, Stimmungskrisen, Identitätsfragen im Erwachsenenalter
- Lebenssinnfragen

## Institutionelle Beratung

Was ist charakteristisch für diese Form, was kennzeichnet „institutionelle Beratung“? Mehrere Faktoren sind hier von konstitutiver Bedeutung, u.a.:

- das Vorhandensein einer gesetzlichen Grundlage und eines öffentlichen Auftrags („Gemeinwohlorientierung“)
- Förderung und Kontrolle durch den regionalen Sozialstaat und seine Institutionen
- Multidisziplinäre Kooperation
- Interinstitutionelle Vernetzung

## Das Beratungsgespräch: Ziele I

Der von der WHO geprägte Begriff Lebenskompetenzförderung umschreibt treffend, was Beratung idealtypisch leisten soll.

Die WHO versteht darunter: sich selbst kennen und mögen, emphatisch sein, kritisch und kreativ denken können, durchdachte Entscheidungen treffen, Stress gut bewältigen können.

## Das Beratungsgespräch: Ziele II (idealtypisch)

- Ressourcen, Kompetenzen sowie vitale schöpferische Potenziale der Ratsuchenden zu aktivieren
- Blockade, Hemmung und Angst abzubauen, Klärung und Übersicht zu schaffen
- eingefahrene Beziehungs-, Denk- und Verhaltensmuster kritisch in Frage zu stellen
- neue Möglichkeiten, vielleicht auch auf den ersten Blick riskant scheinende, gedankenexperimentell durchzuspielen
- Beratung bedeutet die Chance zum „Probehandeln“ in einem vom alltäglichen Handlungs- und Sanktionsdruck entlasteten - quasi intermediären - Raum

## Beratung: Aufschieben von Handlung

Beratung bedeutet eine zeitliche Distanzierung von Entscheidung und Handlung zugunsten des Dazwischenschaltens einer Phase von Reflexion.

Man könnte das auch als Beitrag zur „Entschleunigung“ bezeichnen.

## Bedeutende Methoden in der Beratung

- Psychodynamische
- Personzentrierte
- Systemische
- Verhaltenstherapeutische

# Psychodynamische Beratung

## Was spezifiziert psychodynamische Beratung und Therapie?

Psychotherapiemethoden, die sich mit den bewussten und unbewussten Kräften der Psyche beschäftigen, werden als „Psychodynamische Verfahren“ bezeichnet. Bei diesen Verfahren geht es darum zu verstehen, wie das Unbewusste das eigene Verhalten und Erleben beeinflusst.

Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie verabschiedete in der Sitzung vom 11. Nov. 2004 die folgende Stellungnahme zur Psychodynamischen Psychotherapie bei Erwachsenen:

### Definition

Die *Psychodynamische Psychotherapie (PP)* gründet auf der Psychoanalyse und ihren Weiterentwicklungen. Die Behandlungsprinzipien der PP bestehen in einer Bearbeitung lebensgeschichtlich begründeter unbewusster Konflikte und krankheitswertiger psychischer Störungen in einer therapeutischen Beziehung unter besonderer Berücksichtigung von Übertragung, Gegenübertragung und Widerstand. Dabei wird je nach Verfahren stärker im Hier und Jetzt oder im Dort und Damals gearbeitet, die Stundeninhalte sind je nach Verfahren strukturierter (Technik: Fokussierung) oder unstrukturierter (Technik: freie Assoziation) und der Therapeut greift jeweils auf eine stärker aktive oder eher zurückhaltendere Interventionstechnik zurück.

## Die psychodynamische Perspektive

Die psychodynamische Perspektive sieht Erleben und Verhalten durch eine unsichtbare innerpsychische Dynamik bestimmt, in der angeborene Triebe wie Sexualität und Aggression eine bedeutende Rolle spielen. Unbewusste, dem eigenen Bewusstsein nicht unmittelbar zugängliche Motive nehmen in dieser Perspektive häufig einen wichtigeren Stellenwert ein als bewusstes Denken und Entscheiden. Dabei spielen frühe kindliche Erfahrungen eine prägende Rolle für die Persönlichkeit.

## Zum Vergleich: Die behavioristische Perspektive

Die behavioristische Perspektive erklärt Verhalten als das Ergebnis von Umwelteinflüssen und von Lernen. Behavioristen untersuchen den Zusammenhang zwischen dem eigentlichen Verhalten, den dem Verhalten vorhergehenden Umweltbedingungen (sogenannte Stimuli) und den auf das Verhalten folgenden Reaktionen der Umwelt. Dabei beschäftigen sich Behavioristen in erster Linie mit beobachtbarem und messbarem Verhalten, ganz im Gegensatz zur Psychoanalyse, für die das Konstrukt des Unbewussten entscheiden ist.

Anders als psychodynamische Erkenntnisse, die aus der praktischen und klinischen Arbeit mit Patienten stammen, berufen sich Behavioristen auch auf sorgfältig geplante und systematische Experimente. Hauptvertreter der behavioristischen Perspektive sind John Watson (1878-1958) und Burrhus Frederik Skinner (1904-1990)

# Literatur, Zeitplan

## Literatur:

Ruth Pfeffer: Konzepte psychoanalytisch orientierter Beratung. Psyche 34 (1980), Heft 1, 1-23.

Termin: 27.04. (2)

## Literatur:

Rolf Vogt: Organisation, Theorie und Technik eines psychoanalytischen Beratungsprojekts zur Ausbildung von Psychologiestudenten. *Psyche* (s.o.), 24-53.

Termin: 04.05. (3)

## Literatur:

Hermann Argelander: Das Erstinterview in der Psychoanalyse. Darmstadt 1970 (wiss. Buchgesellschaft).

Hermann Argelander: Über psychoanalytische Kompetenz. Psyche 28 (1974), Heft 12, 1063-1076.

Termin: 11.05. (4)

## Literatur:

Rolf Klüwer: Fokus-Fokaltherapie-Fokalkonferenz. Psyche 54 (2000), Heft 4, 299-321.

Termin: 18.05. (5)

## Literatur:

Rudolf Lachauer: Der Fokus in der Psychotherapie. Stuttgart 1999 (Klett-Cotta).  
Insbes. Kap. 1 und 2.

Ders.: Die Technik des Fokussierens – nicht nur in der analytischen  
Kurztherapie. Psychosozial, 23. (1981), Heft III, 11-18.

Termin: 01.0.6 (6)

## Literatur:

Ingeborg Volger: Mensch werde wesentlich. Zur Fokusbildung in der Beratung. EZI Korrespondenz 17 1999.

Michaele Grüntzig, Marianne Meyer: Die fokussierende Beratung. Ein Versuch der Anwendung fokalthérapeutischer Konzepte in der Praxis einer Beratungsstelle (unter besonderer Berücksichtigung der Indikationsfrage). Psyche 3 (1978), Heft 11, 1059-1088.

Termin: 08.0.6 (7)

## Literatur:

J. Willi. Therapie der Zweierbeziehung. Reinbek bei Hamburg 1978 (Rowohlt).

Termin: 22.0.6 (8)

## Literatur:

Helmut Junker, H.: Das Beratungsgespräch. Zur Theorie und Praxis kritischer Sozialarbeit. München 1978 (Kösel).

Termin: 29.0.6 (9)

## Literatur:

Thomas Giernalczyk, Carola Albrecht: Psychodynamische Beratung in Lebenskrisen und bei akuter Suizidalität. In: Heike Schnoor (Hrsg.): Psychodynamische Beratung. Göttingen 2011 (Vandenhoeck & Ruprecht), (117-135).

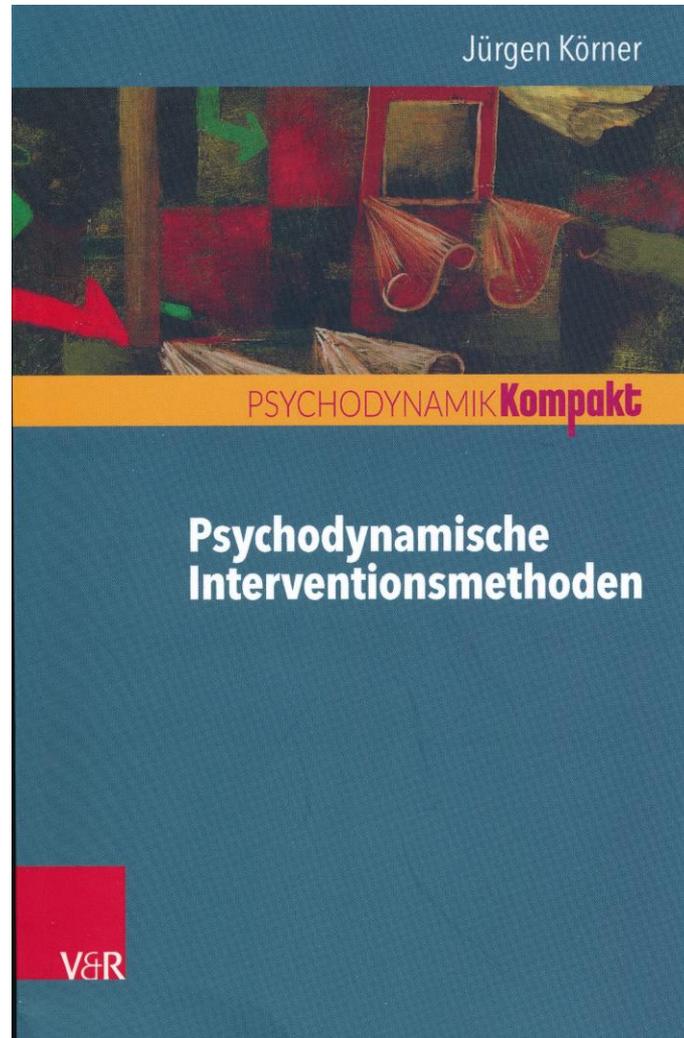
Termin: 06.0.7 (10)

## Literatur:

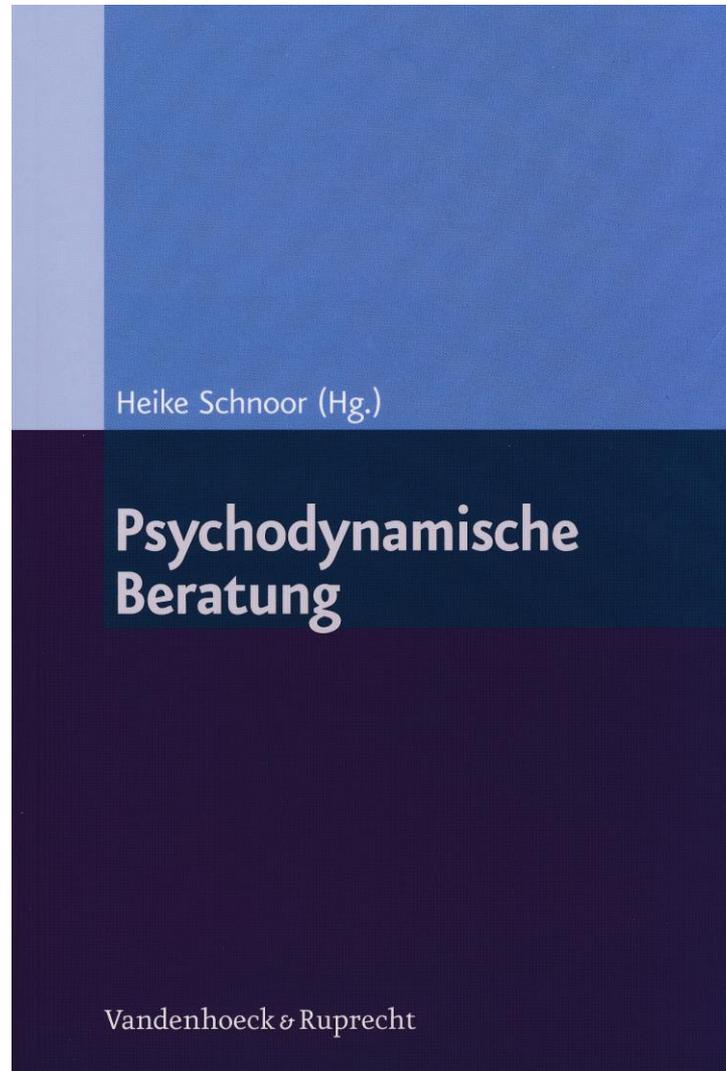
Meinold Peters: Psychodynamische Beratung Älterer – Auf der Suche nach Identität. In: Heike Schnoor (Hrsg.): Psychodynamische Beratung. Göttingen 2011 (Vandenhoeck & Ruprecht), (103- 116).

Termin: 13.0.7 (11)

Begleitliteratur:



**Begleitliteratur:**



Begleitliteratur:

