

<p>Universität zu Köln</p> <p>Humanwissenschaftliche Fakultät</p> <p>Arbeitsbereich Psychologie und Psychotherapie</p>	<p>Prof. Dr. Jörg Fengler</p> <p>Psychologischer Psychotherapeut Gruppendynamik-Trainer (DAGG) Supervisor (BDP, DGSv, DGVT, DVT, KLVT) Lehrsupervisor (BDP, DGSv, GwG, ÖAGG) Coach (DBVC) Balintgruppen-Leiter (DBG)</p>	<p>Neue Postadresse:</p> <p>Fengler-Institut für Angewandte Psychologie Leitung: Prof. Dr. Jörg Fengler Zur Schneidemühle 6 53347 Alfter</p> <p>Tel.:(Bonn) 0228 – 645 333</p> <p>joerg.fengler@uni-koeln.de</p>
--	---	--

Beratung im Wandel: Themen, Methoden und Praxismodelle

nfb - WORKSHOPTAG

„Über den Tellerrand“

Beratung in einer Gesellschaft im Wandel

1. Geschichte der Beratungskompetenz

- Krisenerfahrene
- Älteste
- Schamanen*innen
- Propheten*innen
- Deuter*innen des Vogelflugs
- Deuter*innen der Wetterlage
- Ankündiger des Weltuntergangs
- Deuter der Opfertier-Eingeweide
- Seher*innen
- Orakel
- Weise Männer und Frauen
- Mythen
- Astrolog*innen
- Handleser*innen
- Der Narr am Kaiserhof

Erwerb von Beratungskompetenz in der Gegenwart

Ein Blick auf die eigene Berater-Biografie

1. Beratung benötigen
2. Gute Beratung erleben
3. Beratung selbst praktizieren
4. Beratungsnahe Berufswahl
5. Professionelle Beratung praktizieren
6. Beratung als Haupttätigkeit in Betracht ziehen
7. In die Beraterrolle hineinwachsen
8. Beratung als Beruf gestalten
9. Als Berater*in öffentlich sichtbar werden
10. Spezifische Zielgruppen und Themen wählen
11. Beratungskunst erweitern und individuell gestalten
12. Beratung als lebenslanger Lernprozess

2. Beratung durch philosophische Erkenntnis

Die vier Edlen Weisheiten aus dem Buddhismus

- 1. Leben ist Leiden*
- 2. Leiden entsteht durch Zorn, Blindheit und Begierde*
- 3. Das Leiden kann beendet werden*
- 4. Der Weg aus dem Leiden ist der Edle Achtfache Pfad*

Der Edle Achtfache Pfad

1. Rechte Erkenntnis
2. Rechte Gesinnung
3. Rechte Rede
4. Rechtes Handeln
5. Rechter Lebenserwerb
6. Rechtes Üben
7. Rechte Achtsamkeit
8. Rechte Versenkung

Beratung auf der Grundlage weiterer philosophischer Erkenntnisse

1. Aristoteles: Suche nach dem Meson und Orientierung daran
2. Ataraxia: Das spiegelglatte Meer als Metapher für die Seelenruhe
3. Epikur: Ein bedürfnisloses Leben
4. Diogenes und Alexander der Große
5. Kant: Ein Leben gemäß vernünftiger Einsicht
6. Jean-Jacques Rousseau: Glück besteht aus einem soliden Bankkonto, einer guten Köchin und einer tadellosen Verdauung.

Beratung durch ausgewählte politische

Antworten:

1. *L'état c'est moi* (Ludwig der XIV.)
2. Ich bin der erste Diener meines Volkes (Friedrich der Große)
3. *Liberté, égalité, fraternité*
4. Einigkeit und Recht und Freiheit
5. Soziale Marktwirtschaft
6. „Keine Experimente!“
7. Glasnost und *Perestroika*
8. Fridays for Future
9. ...

3. Christliche Beratung

3.1. Beratung durch die 10 Gebote

1. Ich bin der Herr, Dein Gott. Du sollst keine anderen Götter haben neben mir
2. Du sollst den Namen des Herrn, Deines Gottes, nicht missbrauchen
3. Du sollst den Feiertag heiligen
4. Du sollst Deinen Vater und Deine Mutter ehren
5. Du sollst nicht töten
6. Du sollst nicht ehebrechen
7. Du sollst nicht stehlen
8. Du sollst nicht falsch Zeugnis reden wider Deinen Nächsten
9. Du sollst nicht begehren Deines Nächsten haus
10. Du sollst nicht begehren Deines Nächsten Weib, Knecht, Magd, Vieh noch alles, was Dein Nächster hat

Originaltext und Umformulierung

Du sollst den Feiertag heiligen	Nimm Dir ganze Tage Zeit für Innehalten, Erholung und Ruhe. Danke den Menschen, die an diesen Tagen Aufgaben für die Gemeinschaft übernehmen
Du sollst Deinen Vater und Deine Mutter ehren	Sei Deinen Eltern dankbar für das, was sie Dir Gutes getan haben. Grenze Dich in anderen Bereichen von ihnen ab

3.2 Beratung durch Weisungen und Metaphern aus dem Neuen Testament

- (1) *„Liebe Deinen Nächsten wie Dich selbst!“*:
Fürsorge und Selbstfürsorge
- (2) Die Geschichte vom verlorenen Sohn: Fehler können verziehen werden
- (3) *„Glaube, Liebe, Hoffnung“* (Paulus im Korintherbrief): Haltungen in der Gemeinde
- (4) Die Geschichte vom barmherzigen Samariter: Mitgefühl gegenüber jedermann
- (5) Die Geschichte von der Steuerpflicht: Vom Entweder-Oder zum Kompromiss

4. Beratung auf der Grundlage psychotherapeutischer Modelle

4.1 Merkmale seelischer Gesundheit

Ursprüngliche Formulierung	Heutige Bedenken
1. Arbeitsfähigkeit	Selbstüberforderung
2. Liebesfähigkeit	Aber was ist Liebe?
3. Abschied vom Geltungsstreben	Bemühen um Geltung ist gesund – mit Augenmaß
4. Gemeinschaftsgefühl	Selbstaufopferung
5. Selbstverwirklichung	Egozentrik?
6. Der Wille zum Sinn	Überidealisierung bestimmter Werte
7. Das Selbstbild nähert sich dem Idealbild an	„Es geht nicht um den vollkommenen, sondern um den vollständigen Menschen!“

4.2 Balance-Modelle seelischer Gesundheit

- Der Mittlere Weg
- Yin und Yang
- Die seelischen Grundfunktionen nach C.G. Jung:
Denken und Fühlen, Sinneswahrnehmung und Intuition
- Frustrationsverarbeitung: Extrapunitiv,
intrapunitiv, impunitiv
- Themenzentrierte Interaktion (TZI): Ich, Wir,
Thema, Globe

Das Werte-Quadrat

Tugend

Geschwister-Tugend

Fehlform

Fehlform

4.3 Entpathologisierung der Beratungsziele

- Freud: „Wo Es war, soll Ich werden!“
(oder die Variante in einer mündlichen Prüfung:
„Wo früher viel zu viel Es war, muss jetzt viel mehr
Ich hin!“)

Ergänzungsthese aus der Transaktionsanalyse: Das Kindheits-Ich ist eine kreative, trotzig, lustige, genussfähige, spielerische Lebensfacette, die es bis zum Lebensende zu bewahren gilt.

4.4 Zentrale seelische Motive als „Keimsituation“ der Beratung

Psychische Störung	Psychische Gesundheit
Rückzug (Schizoid)	Eigenständigkeit
Bindungsabhängigkeit (depressiv)	Bindungsfähigkeit
Zwanghaftigkeit (anankastisch)	Ordnung
Übertriebene Selbstdarstellung (histrionisch)	Bereitschaft zum Wandel

(Riemann, Grundformen der Angst)

4.5 Logik der ICD10 F-Diagnosen und deren Nutzung in der Beratung

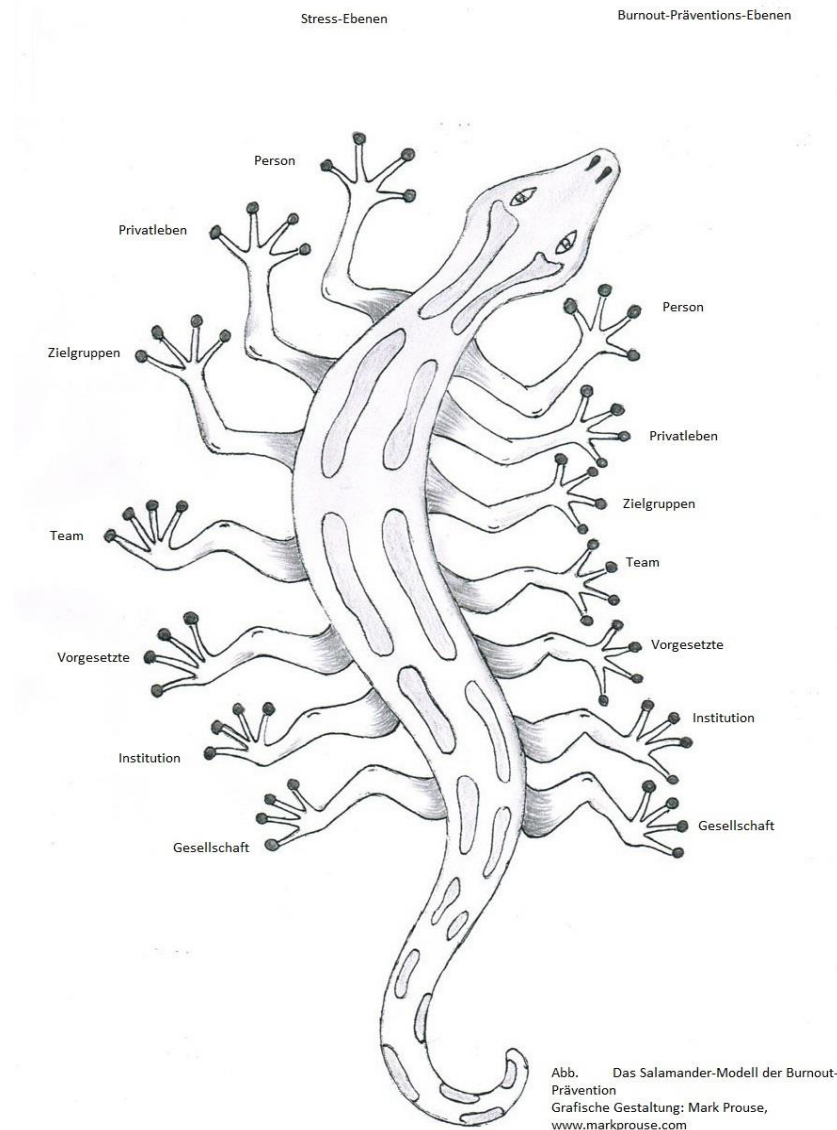
Belastung	Psychische Gesundheit
Leidensdruck	Lebenszufriedenheit
Verlust der Teilhabe	Soziale Unterstützung
Selbst- und Fremdgefährdung	Selbst- und Fremdfürsorge
In der Summe: Devianz	„Normalität“

General assessment of functioning (GAF) zwischen 0-100% als Leitlinie für Psychotherapie und Beratung

4.6 Resilienz: Gutes Gelingen trotz widriger Umstände

Risiko: Entgesellschaftlichung und
Pathologisierung verminderter Leistung

4.7 Das Salamander-Modell



© Prof. Dr. Jörg Fengler

Abb. Das Salamander-Modell der Burnout-Prävention
Grafische Gestaltung: Mark Prouse,
www.markprouse.com

5. Methoden der Beratung

5.1 Varianten im Beratungs-Setting

1. Eine Stunde einmalig
2. Mehrere Stunden geplant
3. Mehrere Stunden geplant und angeboten, aber nur eine Stunde genutzt
4. Fernbleiben ohne Begründung
5. Abbruch
6. Mehrere Sitzungen ohne erkennbaren Klärungswunsch
7. Mehrere Sitzungen ohne erkennbare Klärungskompetenz
8. Abbruch aufgrund von Beraterverhalten
9. Abbruch nach mehrmaligem langem Schweigen

5.2 Einzelmethoden in der Beratung

(und gelegentliche Fehlformen)

1. Deutung
2. Wohlwollende Neutralität
3. Postulat unbewusster Motive
4. Abstinenz
5. Allseitige Parteilichkeit
6. Verbalisierung der Gefühle
7. Nicht-Direktivität
8. Authentizität
9. Empathie
10. Zirkuläre Fragen

Einzelmethoden in der Beratung

(und gelegentliche Fehlformen)

11. Systemaufstellungen
12. Verhaltensanalyse
13. Modelllernen
14. Verstärkung
15. Verhaltenstraining
16. Provokation
17. Kontextualisierung
18. Drastifizierung
19. Entdramatisierung
20. Fragen

Einzelmethoden in der Beratung

(und gelegentliche Fehlformen)

21. Angebote von Kognitionen
22. Einladung zum Probehandeln
23. Switchen in den Irrealis-Modus
24. Zukunftsreise
25. Balance von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft
26. Balance von Leiden, Wünschen und Handeln
27. Feedback
28. Lösungsorientierung
29. Ressourcenaktivierung
30. Resilienzförderung
31. Psychoedukation
32. Auftragsklärung

Das 4-M-Modell der Auftragsklärung

Menschlich

Messbar

Machbar

Motivierend

Das SMARTIEE-Modell der Auftragsklärung

S = Spezifisch

M = Machbar

A = Attraktiv

R = Realistisch

T = Temporär

I = Individuell

E = Entwicklungsfördernd

E = Ethisch vertretbar

5.3 Die Handhabung der Komfortzone

(aktuelle Variante)

1. Komfort-Zone
2. Neugier-Zone
3. Herausforderungs-Zone
4. „Dosierte System-Verstörung“

5.4 Feedback in Beratungsprozessen

1. Der Dreischritt: Verhaltensbeschreibung – Gefühlsresonanz – Bitte, Vorschlag, Empfehlung, Handlungsoption
2. Dyadisches Feedback von Person zu Person
3. Wechselseitiges Feedback
4. Schriftliches und mündliches Feedback
5. Mehrere Personen, adressiert an eine Person
6. Eine Person, adressiert an mehrere Personen
7. Jeder nacheinander an jeden
8. Positives und kritisches Feedback
9. Gelegenheit zu Rückfragen
10. Präferenzsetzung durch das Team
11. Aufgabe an Adressat*innen, sich mit den Feedback-Themen in den nächsten Monaten zu befassen
12. Evaluations-Feedback nach 3 Monaten

6. Berater*innen-Kompetenz

6.1 Verständlichkeit der Kommunikation

Fehlform	Kompetenz
Kompliziertheit	Einfachheit
Chaos	Gliederung
Weitschweifigkeit	Kürze
Langeweile	Lebendigkeit

(Langer, Schulz von Thun, Tausch)

Widersprüchlichkeit

Schlüssigkeit, Stringenz, Konkludenz

6.2 Individualisierung der Beratung

- C.G. Jung:
„Für jeden Klienten eine eigene Sprache entwickeln
- Paul Watzlawick:
„Sich in die beruflichen Metaphern des Klienten einklinken!“
- Viktor Frankl:
„Wer zwei Patienten gleich behandelt, behandelt einen von beiden falsch!“

6.3 Selbsterfahrung von Berater*innen

Zitat aus dem aktuellen Curriculum eines
Ausbildungsinstituts:

„Die Lehranalyse ist fortzusetzen bis zum
vollständigen Abklingen aller neurotischen
Symptome!“

Freud (etwa 80 Jahre früher): „Eine kleine
Neurose ist kein Anlass, sich zu schämen!“

6.4 Therapie- *und* Beratungskompetenz (Grawe)

1. Motivations-Klärung
2. Problem-Aktualisierung
3. Ressourcen-Aktivierung
4. Aktive Hilfe zur Problem-Bewältigung

auf der Grundlage einer konstruktiven
gemeinschaftsverträglichen stabilen
Beziehung

6.5 Interkulturelle Kompetenz

1. Universelle Regeln vs. spezifische Kontexte
2. Individuelle Interessen vs. kollektive Interessen
3. Affektivität vs. Rationalität
4. Verbundenheit von Lebensbereichen vs. Getrenntheit von Lebensbereichen
5. Identitätsbeschreibung über konventionelle Merkmale (wie Alter, Geschlecht, Herkunft, Region...) vs. individuelle eigene Leistung
6. Klare Abgrenzung zwischen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft vs. Wechselwirkung zwischen den drei Perspektiven
7. Kontrolle über die Natur vs. Mensch als Teil der Natur

6.6 Die Vermittlung von Hoffnung

1. Hoffnung als Aufweis einer positiven Perspektive
2. Wirkung, Stimmungsaufhellung und Ermutigung
3. Risiko „im Hoffen und Harren wird mancher zum Narren“
4. Ergänzung der Hoffnung, Planung und Eigenwirksamkeit
5. Hoffnung im Lebenslauf: Wellenbewegungen
6. Kritische Lebensereignisse: Das Schlechte im Guten – das Gute im Schlechten
7. Hoffnung und Erkrankung: Zwischen Bagatellisierung und Dramatisierung
8. Hoffnung und Selbsthilfe: Starke Impulse aus der Gruppe
9. Hoffnung von Berater*innen, Klient*innen- Fürsorge und Selbstfürsorge
10. Hoffnung und Lebensabschnitt: Konzentration auf die nahe Zukunft

Ein dilettantischer Rat mit gutem Erfolg

7. Praxismodelle der Beratung

1. Regionale Beratung
2. Konfessionelle Beratung
3. Kollegiale Beratung
4. Selbstberatung
5. Selbsthilfegruppen
6. Supervision
7. Coaching
8. Beratung durch Vorgesetzte
9. Ausgelagerte Beratungsangebote
10. Onlineberatung
11. Beratung im Freundeskreis
12. Familiäre Beratung

Praxismodelle der Beratung

13. Peer-Beratung
14. Chat-Beratung
15. Forenberatung
16. Anfänger*innen-Mentorat
17. 100 Erste Tage-Coaching
18. BGW (Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege)
19. Rosenkranzgebet als App
20. Jogging-App
21. Avatare in Beratung und Psychotherapie
22. Dienstliche Beurteilung
23. SAP = Sozialer Ansprechpartner
24. Leitbild als Beratung „Führung als Gesundheitsfaktor“

Woody Allen:

„ Natürlich führe ich Selbstgespräche. Ich brauche doch manchmal einen Rat von einer Person, die mich wirklich gut kennt!“

8. Wissenschaftliche Beratungsevaluation

1. Nur nachher - Befragung
2. Vorher – nachher
3. Prä- post- post
4. Evaluation aufgrund von Berater*innen- Auskünften
5. Dropout-Raten
6. Kontrollgruppen
7. Placebo Gruppen
8. Videoaufnahme
9. Prozessanalyse
10. Hermeneutische Textanalyse
11. Hello-Goodbye Effekt
12. Homogenitäts-Mythos der Berater*innen
13. Homogenitäts-Mythos der Klient*innen
14. Homogenitäts-Mythos der Beratungsmethoden
15. Pygmalion-Effekt
16. Eine originelle Lösung: Es wird ausschließlich die Lebensqualität vor und nach der Beratung gemessen (Prof. Dr. Sigfried Greif, Osnabrück)

9. Beratungsqualität

9.1. Frage des Klienten: Woran erkenne ich gute Beratung?

1. Habe ich den Eindruck, dass der Berater/die Beraterin mich und mein Anliegen versteht?
2. Bekomme ich neue Denk- und Handlungsanstöße?
3. Gewinne ich durch die Beratung einen besseren Einblick in meine Situation?
4. Machen mir die Beratungsgespräche Mut?
5. Hilft mir die Beratung dabei, auftretende Schwierigkeiten besser zu bewältigen?
6. Erhalte ich genügend Zeit und Raum, um meinen eigenen Weg zu finden und dessen Konsequenzen zu bedenken?
(DGfB)

9.2 Fachliche Standards der Beratung

1. Mitgliedschaft in einem Berufsverband, der der DGfB angehört
2. Qualifizierte Weiterbildung auf der Grundlage eines abgeschlossenen Hochschulstudiums
3. Regelmäßige Fortbildung und Teilnahme an Maßnahmen der Qualitätssicherung
4. Die Bereitschaft, Klient*innen an andere Fachleute zu überweisen
5. Themen der ersten Sitzung
 - Anliegen und Zielklärung
 - Transparenz über Methoden, Verfahren und Materialien
 - Absprachen über den Abschluss der Beratung
 - Aufklärung über die Schweigepflicht
 - Vereinbarung über Kosten und Nebenleistungen
 - Möglichkeit, vom Vertrag zurückzutreten
 - Informationen über Möglichkeiten des Beschwerdemanagements

9.3 Ethische Grundsätze der Beratung

1. Eine Haltung von Achtung und Wertschätzung
2. Unterstützung von Klient*innen, Antworten auf ihre Fragen zu finden, Lösungen zu entwickeln und/oder mit den Schwierigkeiten zu leben
3. Kommunikation auf Augenhöhe
4. Beratung weitgehend unabhängig von weltanschaulichen, politischen und religiösen Überzeugungen, von Alter und Geschlecht, sexueller Identität und kulturellem Hintergrund
5. Beratung im Respekt gegenüber der Eigenverantwortlichkeit der ratsuchenden Person und unter Einbezug des Wohls anderer Menschen, die vom Beratungsprozess betroffen sein werden
6. Schweigepflicht
7. Ausschließlich professionelle Kontakte

(DGfB)

9.4 Seriöse Internet-Berater*innen

- Geben Zeitrahmen, Kosten und Zahlungsmodus an
- Bitten um persönliche Angaben wie Alter und Geschlecht
- Machen auf Risiken bei der Datenübertragung aufmerksam
- Bieten verschlüsselten E-Mail-Verkehr an
- Weisen darauf hin, dass Internet-Behandlung bei akuten Krisen ungeeignet ist
- Nennen eine Notrufnummer, falls eine seelische Krise eintritt
- Geben ihre Adresse an

9.5 Selbstsupervision für Berater*innen

Sind meine Interventionen...

1. frei von Manipulation
2. frei von Ausbeutung
3. frei von Schädigung ...

der ratsuchenden Person?

10. Perspektiven der Beratung

Die Nutzung neuer Medien wird vermutlich in den nächsten Jahren dramatisch zunehmen – bisher noch nicht mein Arbeitsfeld.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie bei Ihrer eigenen Stellungnahme zu den neuen Beratungsmedien Bezug zum Salutogenese-Konzept nehmen.

Perspektiven in der Beratung

Achte ich in meinen Interventionen der ratsuchenden Person gegenüber darauf, dass sie mit deren Hilfe ihr eigenes Leben besser verstehen, eigenständiger gestalten und in einen Sinnkontext einbetten kann?

Und richte ich diese Frage auch an mich, ob meine Beratungspraxis für mich salutogenetisch erlebbar ist?

Schlusswort

Ich danke Ihnen für Ihr Interesse an dem Thema und wünsche Ihnen, dass Sie Ihre weitere Beratungspraxis als lebenslangen Lernprozess der Klient*innen-Begleitung und als kontinuierlichen Lernprozess Ihrer Selbsterforschung genießen können