



# Fokalberatung



## Ausgangspunkt:

- ❖ Im Rahmen eines zeitlich begrenzten Beratungsprozesses sollen begrenzte Ziele erreicht werden; Zeitbegrenzung und Fokussierung hängen eng zusammen,
- ❖ Wie kann ein Beratungsziel sinnvoll formuliert werden?
- ❖ Welche Informationen soll der Berater/die Beraterin aus der Fülle des vom Klienten angebotenen Materials aufgreifen?



## Der Fokus – ein Beispiel für eine Fokusformulierung:

„Ich brauche einen so hohen Leistungsanspruch, muss so viel leisten, weil ich Angst habe, sonst gar nichts mehr zu tun“

## Formale Struktur des Fokus-Satzes:

Ich ... weil ...

Lachauer, Der Fokus in der Psychotherapie, 116.



## Der Fokus – ein weiteres Beispiel für eine Fokusformulierung:

„Ich muss dauernd diszipliniert leisten, um zu beweisen, dass ich ein eigenständigerer Mensch bin als meine schwachen Eltern und um wiedergutzumachen, dass meine Mutter an den Vater gekettet blieb. Darüber kommen meine Bedürfnisse nach Sich-Gehen-Lassen, Gefüttert werden zu kurz, und ich habe Magenschmerzen...“.

Lachauer, Der Fokus in der Psychotherapie, 116.



## Der FOKUS ist:

- ❖ nichts ist, was dem Klienten mitgeteilt werden sollte,
- ❖ nicht die einfache Beschreibung eines bewussten Problems des Klienten,
- ❖ keine offen formulierte Zielbestimmung ist im Sinn von: wir können hier gemeinsam herausfinden, warum Sie immer wieder an den falschen Partner geraten,
- ❖ nicht identisch ist mit der Beschreibung des drängendsten Konfliktes aus einer ganzen Reihe anstehender Probleme.



## Von FOKUS ist in der Literatur die Rede

- ❖ als „ein verbindendes Thema“ (Malan),
- ❖ „Als Indiz für eine stimmige Fokusformulierung ist es zu werten, wenn ein übergreifendes fokales Thema, z.B. unbewusste Trennungsangst, in vielfältigen Formen thematisiert wird“ (Thomä, Kächele),
- ❖ Als „...für das gesamte therapeutische Denken und auch Handeln wichtige gestaltende Funktion“ (Lachauer).



Der Fokus ist das Ergebnis eines komplexen Deutungs- und Verstehensprozesses des Beraters, der die Vielzahl der verschiedenen Beschwerden und Problembereiche des Klienten im Lichte eines zugrundeliegenden Konfliktes bündelt und als Ausdruck eines gemeinsamen Themas erklärt.



Der Fokus soll nun eine Hypothese sein, was von all den denkbaren Möglichkeiten jetzt wirklich "dran" ist.

Lachauer





Im Erkennen und Benennen der zentralen unbewussten Dynamik liegt ein wichtiger Teil psychotherapeutischer Kunst, denn durch die Hypothesenbildung erhält der Therapeut eine innere Orientierungshilfe bei seiner Deutungsarbeit.

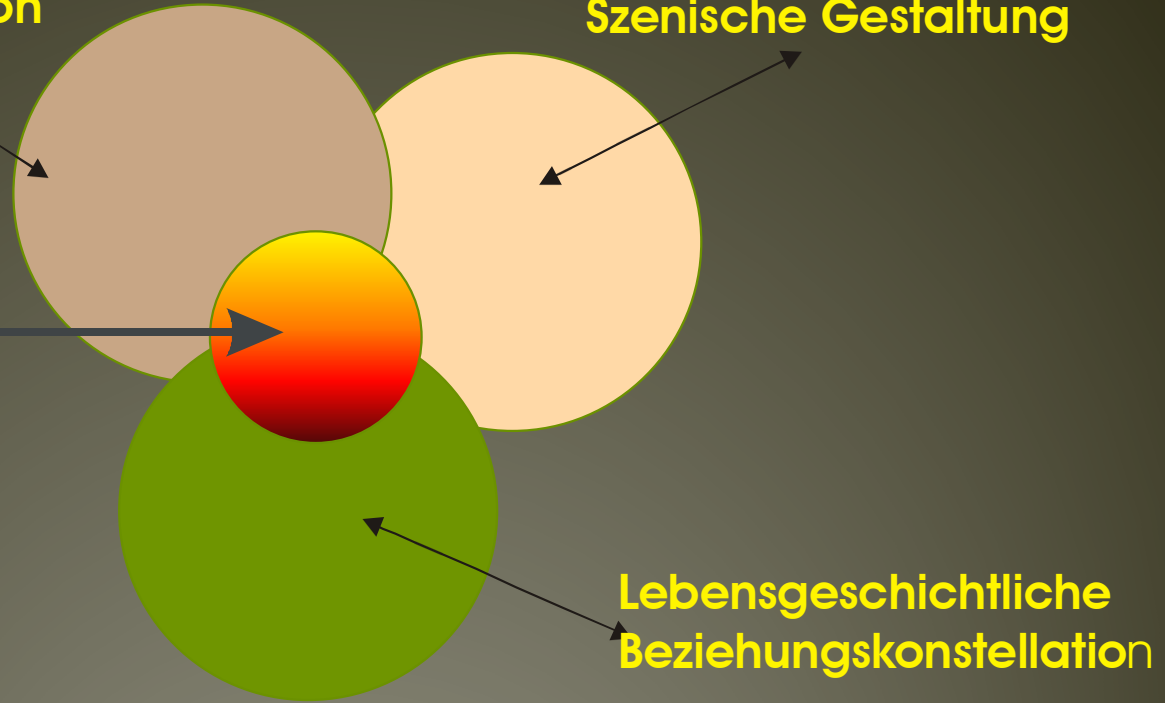
Lachau



**Aktuelle Konfliktsituation**

**Szenische Gestaltung**

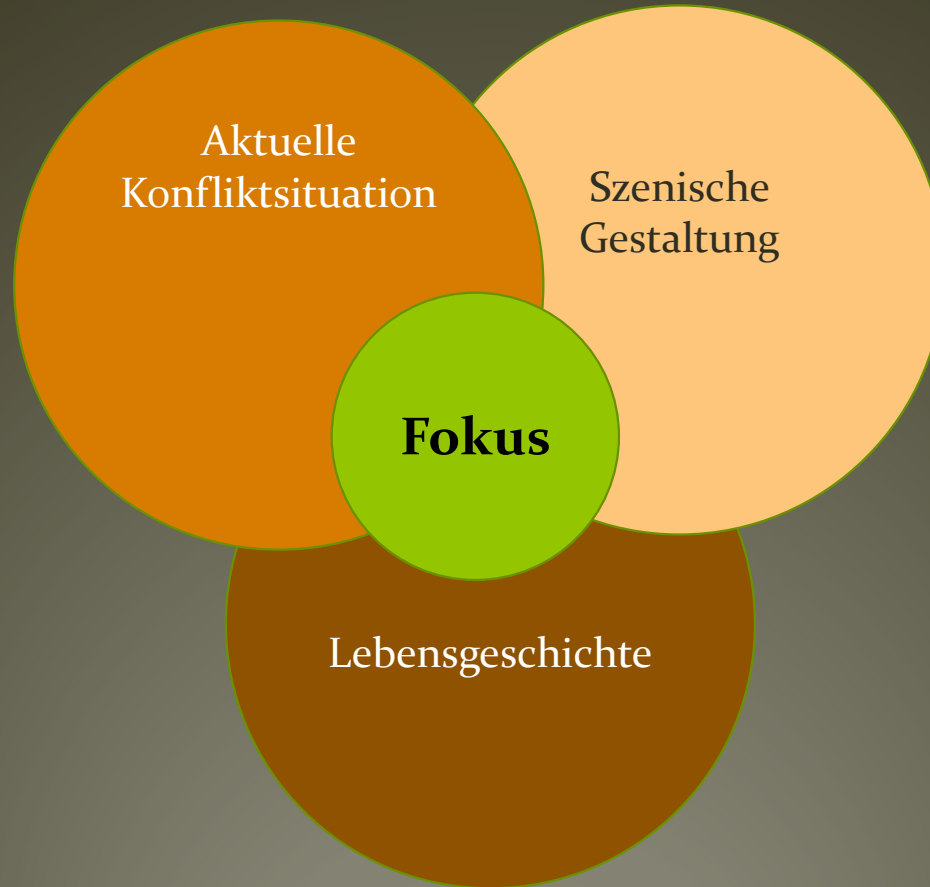
**Fokus**



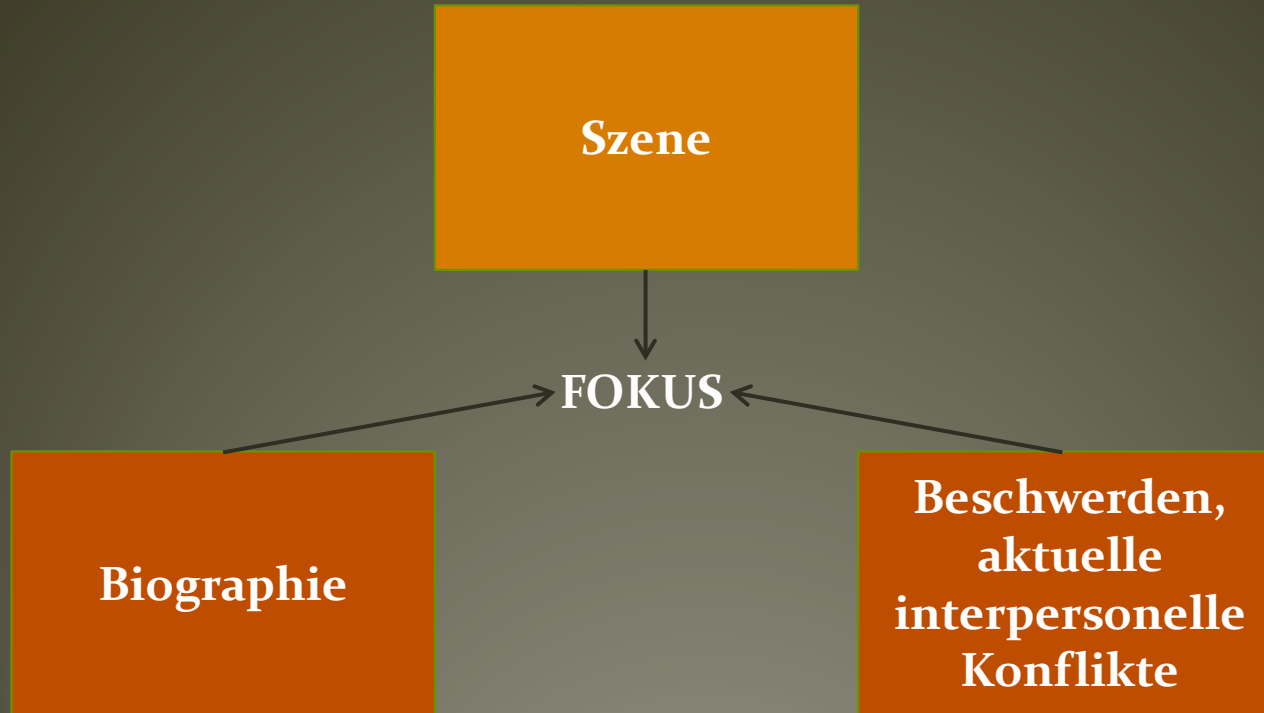
**Lebensgeschichtliche  
Beziehungskonstellation**

**“Dreieck der Einsicht”**

Rudolf Lachauer: Der Fokus in der Psychotherapie



**Dreieck der Einsicht  
(Lachauer)**



Ingeborg Volger



Ziel ist es, das "aktuelle Hauptproblem", das der Klient in Form seiner Beschwerde oder aktueller interpersoneller Konflikte mitteilt, mit der "zentralen, unbewussten Dynamik" des biographischen Hintergrundes so zu verknüpfen, dass sich die Bedeutung der jeweiligen szenischen Darstellung erschließen und sich deren Dynamik sowohl in den Beschwerden als auch dem biographischen Material wiederfinden lässt. Es geht also um einen Prozess, in dem quasi objektive Daten auf ihre je psychodynamische Bedeutung hin untersucht und über ein gemeinsames Thema miteinander verknüpft werden.



## Funktion des Fokus:

... enthält der Fokus eine "orientierende Funktion", indem er im Beratungsprozess den Rahmen darstellt, innerhalb dessen der Berater durch "selektive Aufmerksamkeit" Material des Klienten gezielt aufgreift bzw. anderes durch "selektive Nichtbeachtung" ignoriert.

Ingeborg Volger



## Die Fokalkonferenz:

Klüwer: Fallbesprechung immer anhand eines schriftlichen Protokolls nach **jeder** Sitzung.



## Lachauer: Schematischer Aufbau der Erarbeitung des Fokus in der Gruppe

- ❖ Freie Darstellung des Falls, einschließlich des Problems, das der Berater/Therapeut hat,
- ❖ Klärendes Nachfragen,
- ❖ Freie, assoziative Diskussion in der Gruppe,
- ❖ Erarbeiten des aktuellen Hauptproblems,
- ❖ Erarbeiten der unbewussten Hintergründe,
- ❖ Zusammenfügen der beiden Bereiche zu einer Gestalt,
- ❖ Reaktion des Therapeuten auf die Fokusformulierung einbeziehen, eventuell Umformulierung,
- ❖ „Variationen des Themas“ in freier Assoziation.





## Zur Frage der Indikation:

- ❖ Therapiefokus sollte klar abgrenzbar sein,
- ❖ aktuelle Problematik,
- ❖ „ungestörte“ Gesamtpersönlichkeit (keine schweren strukturellen Ich-Defizite),
- ❖ stabile Abwehr, reife Objektbeziehungen,
- ❖ gut herstellbares Arbeitsbündnis, gute Motivation.



## Lachauer

hat im Unterschied zu Klüwer, der mit Erwachsenen arbeitet, ein Konzept für Jugendliche und für Paare entwickelt.

Paarfokus: Fokus für SIE, Fokus für IHN, und ein PAARFOCUS.



## Literatur

Michael Balint , P.H. Ornstein und E. Balint:  
*Fokalthérapie*. Ein Beispiel angewandter Psychoanalyse.  
Suhrkamp.

Rolf Klüwer, Rodolf Lachauer (Hrsg.):  
**Der Fokus. Perspektiven für die Zukunft.**  
Vandenhoeck & Ruprecht.

Rudolf Lachauer:  
**Der Fokus in der Psychotherapie.**  
Klett-Cotta.

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