Beziehungsgestaltung und Selbstreflexion in der psychoanalytischen Beratung

Temnied Gullal
Anna Wilhelm
Sofia Pnevmonidis

Inhalt

- Beziehungsaufbau zwischen Ratsuchendem und Berater
- Virtualisierung und der gemeinsame Ort
- Das Dritte
- Emotionale Wahrnehmung und Affektregulation
- Zum Zusammenhang von implizitem (Beziehungs-)Wissen, Begegnungsmomenten und (Selbst)Reflexion
- Selbstreflektion

- Fragestellung

Beziehungsaufbau zwischen Ratsuchendem und Berater

- Geschützte Rahmenbedingungen
- Verortung
- Klare Zeitvorgaben
- Offenes Interesse
- Kompetentes Verhalten
- Verständliche Sprache

Gestaltung von Beziehung

- Äußerer Rahmen
  - Ort
  - Zeit
- Innerer Rahmen

Gestaltung innerer Rahmen

- Situationsherstellung
- Gegenstand : „Problem“ im soz. Kontext
- Voraussetzungen
  - Anerkennung Distanz und Anderssein
  - Ratlosigkeit
  - Beratungsbedürftigkeit
  - Lebensweltlicher Kontext
  - -> Arbeitsbündnis „gemeinsamer Boden“

Virtualisierung / Fiktionalisierung

- Methode in der Beratung
- Methodischer Aufbau
- Ziele

Virtualisierung / Fiktionalisierung

- Methodisch: Unstrukturiertheit und Offenheit
- ➢ Dekonstruktion und (Neu-) Konstruktion von Situationen

- Potentiellen Raum / Möglichkeitsraum
- Scham-, angstfrei, durch FK geschützt
- Keine Eindeutigkeit, Schwebezustand

Virtualisierung / Fiktionalisierung

Ziele

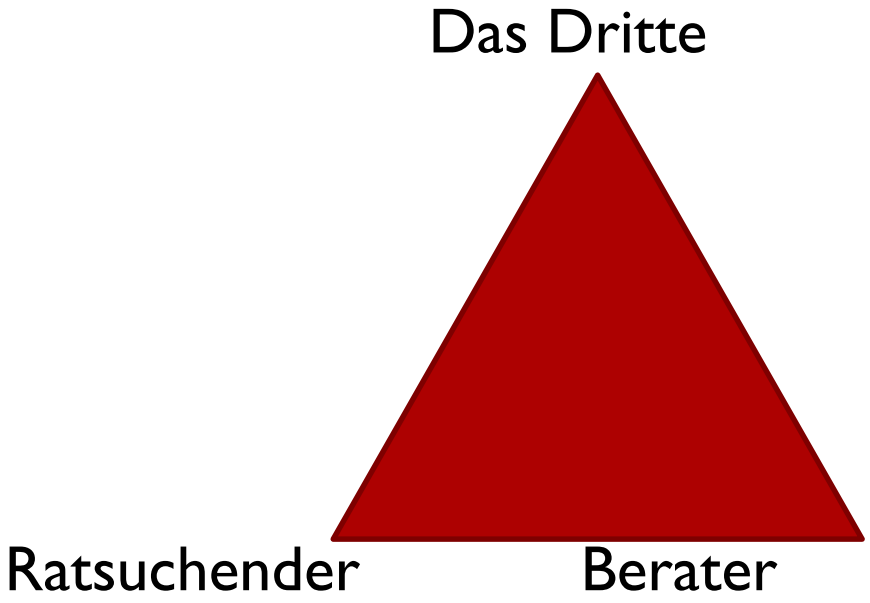
- Anderer Blickwinkel
- Exzentrische Position
- Wissen um Sicht des Ratsuchenden

- Beratung nur als „Spiel“,

Grenzüberschreitung **nur** durch Ratsuchenden (Abstinenzprinzip)

Struktur der Beratung / Das Dritte

- Triangulär
- Gemeinsamer Boden als das Dritte



Wirkung des Dritten

- Distanz / Abstand
- Reflektion
- Schafft Übersicht
- Anerkennung als Voraussetzung
- Schafft Veränderung
- Gehalten und Gebundensein
- Entbindung -> Orientierung und Selbstständigkeit

Das Dritte in der Beziehungsgestaltung

- Handlungswirkungen
- Dialoghandeln
- Handlungsdialog

Schaffen die Beziehung und den Hintergrund

- Gegenwartsmoment

Schafft Selbstaufklärung

Das Dritte in der Beziehungsgestaltung

- Ziel und Vorgehensweise in der Beratung ist unklar
  - Improvisationsmodus
  - „Begegnungsmomente“ oder „Jetzt-Momente“
  - Veränderung des gemeinsamen Bodens
- Dadurch entsteht Veränderung/Entwicklung

Emotionale Wahrnehmung und Affektregulation

Mit welchen Gefühlen ist die beratende Fachkraft konfrontiert?

- Menschen in Lebenskrisen
- Fallen-Situationen
- Gefühle:
  - Angst
  - Chaos
  - Leere
  - Aggression
  - Leid
  - Schmerz

Mimische Mikroaffektivität

- Unbewusstes wird in gegenwärtige Beziehungen projiziert
- Selbst- und fremdmotivierte beziehungsregulierende Mechanismen
- Berater_in muss sich dessen bewusst sein

Affektregulation

- Auslöser: peinliche, unangenehme oder schmerzliche Gefühle → unbewusst
- Persönlichkeit mit Hilfe von Abwehrmechanismen schützen
- Verschiedene Abwehrmechanismen:
  - Verdrängung
  - Verleugnung
  - Vermeidung
  - Autoaggression
  - Projektion

➢ Schwierig zu erfassen, weil unbewusst

Professionelle Kompetenz

- Affektive Handlungselemente und deren Bedeutung erkennen/wahrnehmen:
  - bei den Klient_innen
  - bei sich selbst

➢ Über diese (Selbst)Affekte bewusst nachdenken

Zum Zusammenhang von implizitem (Beziehungs-)Wissen, Begegnungsmomenten und (Selbst)Reflexion

Wie gelingt es der Fachkraft eine symbolisch-reflektierende Distanz anzunehmen?

- Vorleistung der Berater_in im gemeinsamen Beziehungsgeschehen:

→ konflikthaften Übertragungsentwurf der Klient_innen annehmen und selbst durcharbeiten

→ Arbeitsbündnis mit sich selbst schließen

- Voraussetzung: verlässliche innere Selbst- und Objektrepräsentanzen
  - ➢ Ausdehnung der Wahrnehmung

Implizites Wissen

- Verkörperlichtes Wissen
  → Gegenteil: explizites Wissen = verbalisierbares Wissen

- Größter Teil (Eisberg)

- Erklärung/Erläuterung des impliziten Wissens ist schwierig
  → durch Deutung wird das Implizite explizit, Ablenkung

„Reflection-**in**-action“

- Reflexion ereignet sich **im** Handlungsfluss
- Spielerisches Probehandeln
- Wiederholender Prozess
- Problemsituation → Unsicherheit, Nichtwissen, Instabilität, Einmaligkeit
- Ziel: neue Interpretationsweisen testen und Situation bewältigen

„Reflection-**on**-action“

- wenn das Problem nicht durch die Reflexion **in** der Handlung gelöst werden kann

- aussteigen aus Handlungsprozess

  → Distanz

- Ziel: - nachdenken über gescheiterte Situation

  - Erweiterung des Wissens und entstehen eines neuen Gleichgewichts

Selbstreflexion

- Unbewusste Übertragung vom Klienten
- Bewusste Gegenübertragung vom Berater

Fragestellung:

Welche weitere Faktoren können die Beziehungsgestaltung und/oder Selbstreflektion beeinflussen oder stören?