

Psychologische Gesprächsführung und Intervention

Einführung

HS 2017

25.09.2017

Dr. Esther Biedert

Relevanz des Themas

Das Gespräch ist der Königsweg zum Mitmenschen

(Crisand, 2010)

Ziel der Veranstaltung

- Gespräche besser verstehen
- Formen von Gesprächen kennen
- Kommunikationsfertigkeiten üben

Aufbau

1. Teil: Grundlagen der psychologischen Gesprächsführung
 - Input
 - Übungen und Dokumentation
2. Teil: Verschiedene Gesprächsformen
 - Vorträge à 45 Minuten
 - Fokus auf Praxis
3. Prüfung

2. Teil: Präsentationen

- Praxisorientiert: Fokus auf Praxis
- Kurzer theoretischer Input
- Videobeispiel
- Literaturzusammenstellung
- Integration der Themen aus 1. Teil
- Vortrag auf Gestens (wird nach Semester gelöscht)

Anforderungen

- Veranstaltung entspricht 6 ECTS (=180h!)
- Anwesenheitspflicht in den Übungen und Vorlesung
 - ^ Fehlen in Übungen: Tutorinnen melden plus Ersatzaufgabe
 - ^ Ausnahme: Arztzeugnis
- Dokumentation der Übungen in der Gruppe (ca. 4-6 Personen pro Gruppe); Rückmeldung per Mail (esther.biedert@unifr.ch); mit CC an Tutorinnen) bis jeweils Mittwochabend (Ausnahme Donnerstagsgruppe -> bis Donnerstagabend)
- Literaturliste auf Gestens
- Vorträge (**zwei Wochen** vor dem Termin per Mail Konzept und Begleitliteratur schicken an: esther.biedert@unifr.ch; Rückmeldung)
- Kamerareservation für Videoaufnahmen über Frau Cina: annette.cina@unifr.ch => **mindestens 1 Woche im Voraus**
 - ^ CD-R selber mitbringen

Benotung Veranstaltung

- ½ der Note: Vortrag (resp. Handout: Folien, Zusammenfassung des Inhalts (1,5 Seiten), Literaturliste)
- ½ der Note: Prüfung (Multiple choice und 1 offene Frage)

Übungen:

- Anwesenheit in den Gruppen und Dokumentation (1 pro Gruppe)

Vertrag

- Übungssituationen
- Persönliche Situationen und Probleme
- Strikte Vertraulichkeit

Semesterüberblick Teil 1

Datum	Thema
18.09.17	Keine Veranstaltung – Einführungswoche an der Universität
25.09.17	Einführung Gesprächsführung (Ziel der Veranstaltung, Gruppenbildung, Themenvergabe) Geschichte, Begriffe und Rollenspiel
02.10.17	Kommunikation und Beobachtung
09.10.17	Keine Veranstaltung
16.10.17	Nonverbale Kommunikation
23.10.17	Sprechen und Zuhören
30.10.17	Rückmeldung und Fragen

Semesterüberblick Teil 2

Datum	Thema
06.11.17	Gruppe 1: Erstkontakt/Erstgespräch Gruppe 2: Beratung (auch Online)
13.11.17	Gruppe 3: Psychotherapie Gruppe 4: Klientenzentrierte Gesprächstherapie
20.11.17	Gruppe 5: Konfliktgespräch Gruppe 6: Krisenintervention
27.11.17	Gruppe 7: Bewerbungsgespräch/Assessment Gruppe 8: Kultur und Geschlecht
04.12.17	Gruppe 9: Motivational Interviewing (MI) Gruppe 10: Gewaltfreie Kommunikation (GFK)
11.12.17	Gruppe 11: Feedback Gruppe 12: Mediation und Moderation
05.02.18	Prüfung und Abschluss

Raum und Zeit Übungsgruppen

Gruppe	Raum und Zeit
Gruppe 1: Erstkontakt	C-4.104; Montag 15-17 Uhr
Gruppe 2: Beratung	C-4.105; Montag 15-17Uhr
Gruppe 3: Psychotherapie	C-4.118; Montag 15-17Uhr
Gruppe 4: Klientenzentrierte Gesprächstherapie	C-4.116; Montag 15-17 Uhr
Gruppe 5: Konfliktgespräch	C-4.104; Mittwoch 10-12 Uhr
Gruppe 6: Krisenintervention	C-4.105; Mittwoch 10-12 Uhr
Gruppe 7: Bewerbungsgespräche	C-4.118; Mittwoch 10-12 Uhr
Gruppe 8: Kultur und Geschlecht	C-4.116; Mittwoch 10-12 Uhr
Gruppe 9: Motivational Interviewing	C-4.104; Donnerstag 13-15 Uhr
Gruppe 10: Gewaltfreie Kommunikation (GFK)	C-4.105; Donnerstag 13-15 Uhr
Gruppe 11: Feedback	C-4.118; Donnerstag 13-15 Uhr
Gruppe 12: Mediation und Moderation	C-4.116; Donnerstag 13-15 Uhr

TutorInnen

- Carolina Schenk (CS): carolina.schenk@unifr.ch
- Jan-Philip Knirsch (JPK): jan-philip.knirsch@unifr.ch
- Eva Roeren (ER): eva.roeren@unifr.ch

Übungsgruppen und TutorInnen

Gruppe	Raum	Zeit	Woche 1 25.09. 27.09. 28.09.	Woche 2 02.10. 04.10. 05.10.	Woche 3 16.10. 18.10. 19.10.	Woche 4 23.10. 25.10. 26.10.	Woche 5 30.11. 08.11. 02.11.
			TutorInnen	TutorInnen	TutorInnen	TutorInnen	TutorInnen
1: Erstkontakt	C - 4.104	Montag 15 – 17h	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS
2: Beratung	C - 4.105	Montag 15 – 17h	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS
3: Psychotherapie	C - 4.116	Montag 15 – 17h	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS
4: Klientenzentrierte Gesprächstherapie	C - 4.118	Montag 15 – 17h	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS/ER	CS
5: Konfliktgespräch	C - 4.104	Mittwoch 10 -12h	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	JPK
6: Krisenintervention	C - 4.105	Mittwoch 10 -12h	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	JPK
7: Bewerbungsgespräch	C - 4.116	Mittwoch 10 -12h	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	JPK
8: Kultur & Geschlecht	C - 4.118	Mittwoch 10 -12h	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	CS/JPK	JPK
9: Motivational Interviewing	C - 4.104	Donnerstag 13 – 15h	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER
10: Gewaltfreie Kommunikation	C - 4.105	Donnerstag 13 – 15h	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER
11: Feedback	C - 4.116	Donnerstag 13 – 15h	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER
12: Mediation & Moderation	C - 4.118	Donnerstag 13 – 15h	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER/JPK	ER

CS: Carolina Schenk; JPK: Jan-Philip Knirsch; ER: Eva Roeren

Übungsgruppen

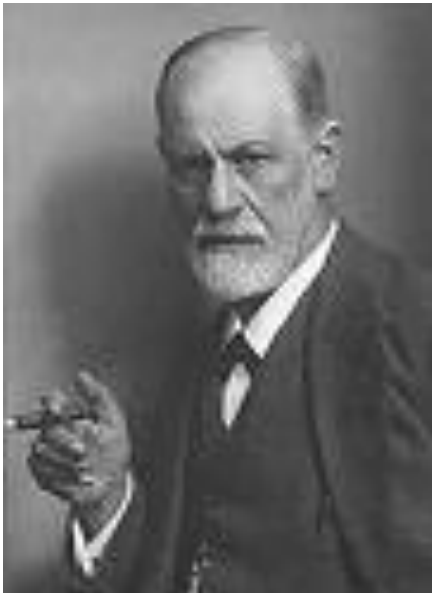
- Ort: Zentrum für Psychotherapie
- TutorInnen: Aufgaben
 - ∧ Anleitung und Strukturierung der Gruppe
 - ∧ Fragen über die Tutorinnen an Veranstaltungsleitung
 - ∧ Führung der Anwesenheitsliste
 - ∧ Feedback am Ende aller Übungstermine an Veranstaltungsleitung

Geschichte

Entwicklung der wichtigsten Therapieschulen ab 1900

- 1896: Sigmund Freud prägt den Begriff der Psychoanalyse
- 1920: Erste Berichte über lerntheoretisch fundierte Interventionen (z.B. Pawlow)
- 1950: Höhepunkt der Psychoanalyse
- 1940 – 1950: Aufkommen der Humanistischen Bewegung („die dritte Kraft“)
- 1938 – 1950: Entwicklung der klientenzentrierten Psychotherapie durch Carl Rogers
- 1958: Gründung der VT durch das Buch von Wolpe „Psychotherapy by Reciprocal Inhibition“

Vertreter der wichtigsten Psychotherapieschulen um 1950



Sigmund Freud
1856-1939



40 Jahre institutionalisierte
Psychoanalyse



Joseph Wolpe
1915-1997



Frederick B. Skinner
1904-1990



Carl R. Rogers
1902-1987

Therapieschulen ab 1900 (2)

- ab 1952: Polarisierung der Therapieschulen
- ab 1960: Integration kognitiver Konzepte in die VT (Ellis, Beck)
- ab 1970: Entwicklung systemischer Therapieansätze
- 1994: Integration verschiedener Wirkfaktoren in eine Allgemeine Psychotherapie (Grawe)
- ab 2004: Neurowissenschaftliche Wende

3 Wellen

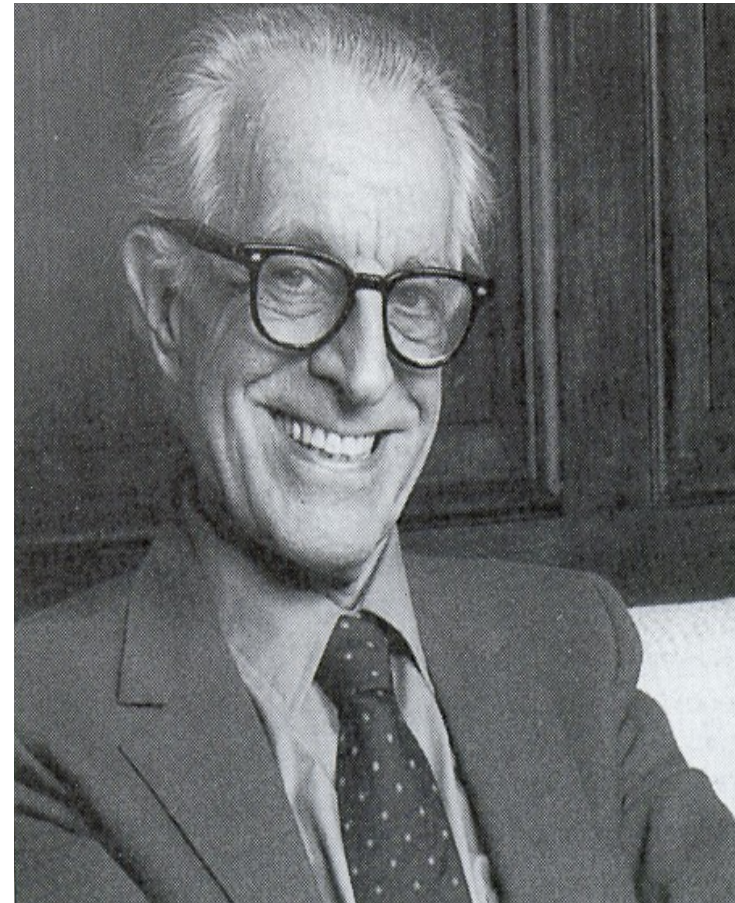
- Behaviorismus 1950 – 1965
 - ^ Klassisches und operantes Konditionieren
 - ^ Reizkonfrontationsverfahren
 - ^ Systematische Desensibilisierung

- Kognitive Wende (1970 -1990)
 - ^ Rational-emotive Therapie (Ellis)
 - ^ Kognitive Therapie (Beck)
 - ^ Stressimpfungstraining (Meichenbaum)



Aaron T. Beck

Albert Ellis



ENDLICH NICHT-DENKER



Naumann, 2006



3 Wellen (2)

- Emotionale Wende ab 1990
 - ^ Emotion
 - ^ Achtsamkeit
 - ^ Therapeutische Beziehung

„Everybody knows what an emotion is, until asked to give a definition!“ (Fehr & Russel, 1984)

3 Wellen (3)

“Have you ever felt so sad that you had to force yourself to put on a smile when interacting with others?

Or felt so angry with someone in authority that you had to inhibit the urge to tell him what you really thought of him?

Or felt so amused by an inappropriate comment that you had to bite your lip to keep from laughing out loud?”

“If your answer to any of these questions is “yes”, then you know first hand about **emotion regulation**, which refers to the *things we do to influence which emotions we have, when we have them, and how we experience and express them.*”

Gross (1998)

Humanistisches Konzept nach Rogers

- Haltung des Therapeuten ist zentral
- Basismerkmale der Haltung: Echtheit, Akzeptanz und Empathie
- Menschenbild: Autonomie und Kompetenz zur Selbststeuerung
- Wachstumsfördernde Bedingungen in der Therapie

Carl Rogers' Klientenzentrierte Gesprächstherapie

<https://www.youtube.com/watch?v=HarEcd4bt-s>

**„The curious paradox is that when I
accept myself just as I am, then I can
change“**

Carl Rogers

Begriffsdefinition

Das Gespräch ist der Königsweg zum Mitmenschen (Crisand, 2010)

Psychologische Beratung

„Arbeitsdefinition“ von Steinebach (2006)

Psychologische Beratung ...

ist ein **bevormundungsfreier Prozess**, in dem **Probleme** der Ratsuchenden in ihrem Verhalten, **Handeln und Erleben** unter Bezugnahme auf psychologische Theorien in einem als Beratung ausgewiesenen **Setting** durch **Information und Reflexion** geklärt und **Lösungsversuche** begleitet werden.

Elemente einzelner Definitionen von Beratung

- Sonderform zwischenmenschlicher Kommunikation
- Bereitschaft des Beraters, Zeit, Aufmerksamkeit und Respekt bereitzustellen
- Klärende und unterstützende Behandlungsform, die sich vorwiegend sprachlicher Ausdrucksmittel bedient
- Beitrag zur Verbesserung von Entscheidungsprozessen
- Vorbeugung, Lösung und Linderung von Lebensproblemen und psychischen Konflikten

Abgrenzung Beratung – Therapie

(nach Biermann-Ratjen et al., 2003)

Psychotherapie

- dauert länger
- setzt starke Motivation des Klienten voraus
- findet regelmässig statt
- arbeitet auch mit „unbewusstem“ Material
- ist eher nicht-lenkend
- basiert auf freier Übereinkunft zwischen Patient und Therapeut
- arbeitet mit enger Beziehung

Beratung

- eher über kurze Zeiträume
- muss oft ohne hinreichende Motivation auskommen
- findet oft nur „bei Bedarf“ statt
- verzichtet auf die gezielte Einbeziehung des Unbewussten
- ist eher lenkend
- kann auch in institutionellem Auftrag vorgenommen werden
- hält die Beziehung distanzierter

Besonderheiten therapeutischer Kommunikation

- flexibel an Anforderungen anpassen (je nach Patient, Therapiephase etc.)
- Klarheit und Knappheit
- offene vs. geschlossene Fragen
- direktiv vs. non-direktiv (bzw. aktiv vs. passiv)
- Strukturieren
- Zusammenfassen
- ...



Rollenspiel

Allgemeines

- Ursprung: Psychodrama von Moreno
- Vorteile:
 - ^ Verschiedene Lösungen probierbar
 - ^ Schwierigkeitsgrad anpassbar
 - ^ keine negative Konsequenzen
 - ^ unmittelbares Feedback
- 2 Varianten: Rolleneinnahme und Rollenübernahme
- Ziele:
 - ^ Diagnostik
 - ^ Aufbau von Kompetenzen/Ressourcen
 - ^ Problemaktivierend/Klärungsorientiert

Durchführung

1. Ausgangslage (Beschreibung der Situation)
2. Durchführung
3. Rückmeldung
4. Modifikation und erneute Durchführung
5. Transfer in Alltag

Wichtig: Konkrete und relevante Situation

Rückmeldung

1. Therapeut
2. Patient/Mitspieler
3. Beobachter

Wichtig: zuerst positives Feedback, dann negatives (konstruktives!) Feedback

Übung 1

Alltagsgespräch vs. professionelles Gespräch

- a) Notieren Sie Unterschiede von alltäglichen und therapeutischen Interaktionen.
- b) Welche Erfahrungen haben Sie persönlich bereits mit psychologischer Beratung/Therapie gemacht?
- c) Welche Herausforderungen stellten sich Ihnen? Wie sind Sie mit diesen Herausforderungen umgegangen?

Vorgehen Übungen

- Bearbeitung in der Gruppe (unter Anleitung der Tutorinnen)
- Per Mail (esther.biedert@unifr.ch)
Antworten **bis Mittwochabend resp. für Donnerstagsgruppe bis Donnerstagabend schicken**
 - **mit cc an Tutorinnen:**
 - carolina.schenk@unifr.ch
 - jan-philip.knirsch@unifr.ch
 - eva.roeren@unifr.ch
- Naming: **Übung1_GruppeX_Datum**
Bsp.: Übung1_Gruppe1_25.09.16