

# Psychologische Gesprächsführung und Intervention

## Kommunikation und Beobachtung

**HS 2018**

**01.10.2018**

**Dr. Esther Biedert**

# Rückmeldung zu Übung 1

- Unterschiede zwischen alltäglichen und therapeutischen Interaktionen
- Persönliche Erfahrungen mit psychologischer Beratung, Therapie o.ä.
- Herausforderungen und individueller Umgang damit?

# Übung 1: Unterschiede zwischen alltäglichen und therapeutischen Interaktionen – Ihre Antworten

Alltagsgespräch	Therapiegespräch
Laien (Bekannte, Freunde u.a.), freundschaftliches Verhältnis	Professionelle Helfer (nicht wertend, neutral)
spontan, unstrukturiert, überall	Geplant, strukturiert (z.B. Zeit, Ort, Inhalt), begrenzt (inhaltlich und zeitlich)
Keine klaren Rollen; Vertrauensbasis vorhanden	Klare Rollenverteilung; Therapeutische Beziehung; Aufbau von Vertrauen (Kompetenz als Basis)
Bidirektionaler Austausch, symmetrisch	Unidirektionaler Austausch, asymmetrisch
Breites Themenspektrum (Bsp. unspezifisch, Smalltalk, banal, tiefgründig)	ziel-, problem- und lösungsorientiert; spezifische Themen; Fokus auf Zusammenarbeit; konfrontativ, keine Oberflächlichkeit
Unbedachte Ausdrucksweise, Alltagssprache, Duzen	Fachsprache
Subjektive Haltung (u.a. Abgeben von Ratschlägen; Vorwissen beeinflusst Interpretation; Wertung)	Objektive Haltung (Unvoreingenommenheit, keine Wertung)
Wenig ziel- und lösungsorientiert	Theoriegeleitet; Anwendung der Basisvariablen
Positive Selbstdarstellung ("Gesicht wahren")	Richtlinien (z.B. Schweigepflicht, Verhaltensregeln)
Keine Dienstleistung/Kostenlos	Dienstleistung/Kosten
Trost spenden	(semi)direktiv
Verschiedenen Ansprechpersonen für verschiedene Themen	Vertrauen muss aufgebaut werden
Auslassen schwieriger Themen, Verschweigen; Angst vor Wertung, Urteilen	Erwartungen des Patienten

# Ihre Erfahrungen

- Psychotherapie (Kinder-/Jugend-/ Erwachsenenpsychotherapie; Familientherapie, Paartherapie)
- Praktika
- Berichte von dritten (Psychotherapie zu verschiedenen Erkrankungen)
- Beratung (Onlineberatung für Jugendliche mit Suizidgedanken, Peerberatung, Studien- und Berufsberatung)
- Familiär (Eltern PsychologIn, PsychiartrIn)
- Schule (Lehrperson im Fach Psychologie)
- Verkehrspsychologie

# Herausforderungen für Therapeuten

- Objektivität
- Empathie (je nach Inhalten schwierig, Bsp. Pädophilie)
- Geduld
- Persönlichkeit und individuelle Bedürfnisse erfassen; Informationen präsent haben
- Persönliche Abgrenzung, emotionale Belastung, professionelle Distanz
- Diagnose stellen/vermitteln; »richtige« Fragen stellen
- Vertrauen + Therapiebeziehung aufbauen; keine Intimität
- Indikationsstellung, Behandlungsplanung
- Anleitung zum Selbstmanagement
- Umgang mit schwierigen Gefühlen/emotionale Herausforderung
- Geringe Therapiemotivation; « unfreiwillige » Patienten
- Individuelles Eingehen auf Patienten; Verständnis der Gesamtsituation
- Umgang mit Rückschritten/Stagnation
- Lösungsfindung
- Umgang mit Kritik, Ablehnung durch Patienten
- Erfüllen der Erwartungen der Patienten
- Sichtbar machen von Erfolgen

# Herausforderungen für Patienten

- Therapeutenwahl; Erwartungen an Therapeut
- Einsicht in Behandlungsbedarf
- Aufbau von Vertrauen, sich öffnen (Sympathie als Basis)
- Stigmatisierung, mangelndes Verständnis im Umfeld
- Ehrlichkeit (gegenüber sich selbst und gegenüber Therapeuten)
- Überwinden von Hemmungen; Akzeptanz, Hilfe zu benötigen
- Konfrontation mit eigenen Emotionen, ansprechen schwieriger Themen
- Umgang mit Diagnose
- Unfreiwillige Therapie
- Kosten; Zeitbedarf
- Formulieren von Gedanken, Gefühlen, Anliegen; verbalisieren komplexer Inhalte
- Commitment zur Mitarbeit (z.B. aller Beteiligten in Familientherapie)
- Umgang mit nicht erwarteter Reaktion des Therapeuten (sich nicht gehört/verstanden fühlen)
- Selbstreflexion
- Umsetzung der Therapieinhalte im Alltag
- Umgang mit ausbleibendem Erfolg

# Herausforderungen für Umfeld

- Problemverständnis
- Veränderung der Beziehung
- Kulturunterschiede
- Selbstvorwürfe, -zweifel
- Unsicherheit, Überforderung im Umgang mit schwieriger Situation (z.B. Ansprechen vs Nichtansprechen; Fragen stellen – wenn ja, welche?)

# Unterschiede zwischen alltäglichen und therapeutischen Interaktionen

## Alltägliche Sozialbeziehungen

1. Die Konversation orientiert sich an soziokulturellen Erwartungen und Normen.
2. Die Beziehungen sind meist persönlicher und intimer Natur.
3. Häufiges Benutzen allgemeiner Phrasen und Floskeln.
4. Die Interaktion kann allerorts und zu jeder Zeit stattfinden.

## Therapeutische Interaktionen

1. Soziale „Anstandsregeln“ und Umgangsformen sind hier nicht anwendbar.
2. Die Beziehung ist professioneller Art; die Kommunikation ist klar und aufgabenbezogen.
3. Zur Aktivierung von kontrollierter Informationsverarbeitung wird ein spezieller Sprachstil verwendet. Dieser erleichtert Fortschritte und Veränderungen beim Patienten.
4. Es gibt klare Einschränkungen hinsichtlich Ort und Zeit sowie Häufigkeit der Interaktion.

## ff Unterschiede

### Alltägliche Sozialbeziehungen

5. Der Dialog wird in erster Linie „spontan“ durch die Ansichten und Gefühle des Sprechers gesteuert; ein spezielles Ziel liegt meist nicht vor.
6. Im Verlauf der Interaktionen wechselt der Fokus ständig von einer Person zur anderen.
7. Üblicherweise wird für keinen der Gesprächsteilnehmer ein spezielles Ergebnis geplant oder erwartet.

### Therapeutische Interaktionen

5. Die Aussagen des Therapeuten sind mit dem Blick auf Wirkung und das Therapieziel wohlüberlegt und zweckorientiert.
6. Der Fokus liegt immer auf dem Patienten bzw. auf den Zielen der therapeutischen Interaktion.
7. Für einzelne Stufen des Prozesses gibt es spezifische Ziele; man setzt dementsprechend Methoden ein, um Ziele zu erreichen.

aus Kanfer, Reinecker & Schmelzer (2012)



# Kommunikation

# Bestimmungsstücke von Kommunikation

1. Es gibt **Teilnehmende**.
1. Es gibt eine **Nachricht**.
2. Es gibt **Mittel und Modalitäten** zum Zweck der Kommunikation.
1. Kommunikation ist **kontextgebunden** und Teilnehmende üben **verschiedene Aktivitäten** aus.
1. Kommunikation ist **interaktiv**.
1. Kommunikation ist **mehr oder minder intentional**.

in Anlehnung an Six et al. (2007)

# Kommunikationsformen (Röhner & Schütz, 2016)

