



2. Fachtagung Klinische Sozialarbeit

**Ressourcenaktivierende Verfahren in der
psychosozialen Praxis und Beratung**

Donnerstag, 4. Juni 2009 14.00 – 17.00 Uhr

Raum ORI 331

Workshop Nr. 3

Ressourcenaktivierung von Klienten durch emotionsfokussierte Beratung

**Pauls Helmut, Prof. Dr. phil.,
Diplom-Psychologe und Psychologischer Psychotherapeut**

Leiter Master-Studiengang Klinische Sozialarbeit
Hochschule für Soziale Arbeit, Coburg (D)

Helmut Pauls - Hochschule Coburg

Übersicht

Was sind Emotionen?

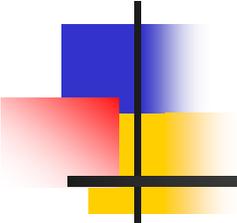
Emotion und Störung

Emotionsdiagnostik

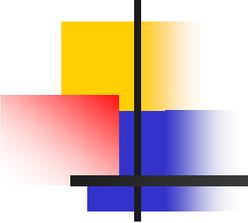
Ebenen und Bedingungen dauerhafter Veränderung in Klinisch-sozialarbeiterischer Beratung

Konkretes Vorgehen bei der direkten Bearbeitung von Emotionen



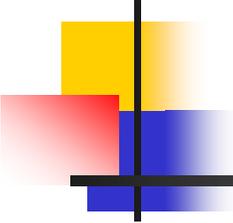


Was sind Emotionen?



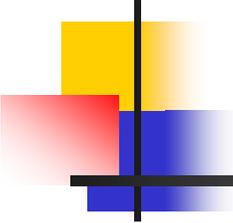
Die “Natur” der Emotionen

- Emotionen haben neurologischen Vorrang
- Emotionen sind oftmals außerhalb des Bewusstseins (awareness)
- Emotionen gehen dem sprachbasierten Wissen voraus
- In der Entwicklung werden Emotionen mit Kognitionen verknüpft / verwoben
- Kognition arbeitet im Dienst emotionaler Ziele

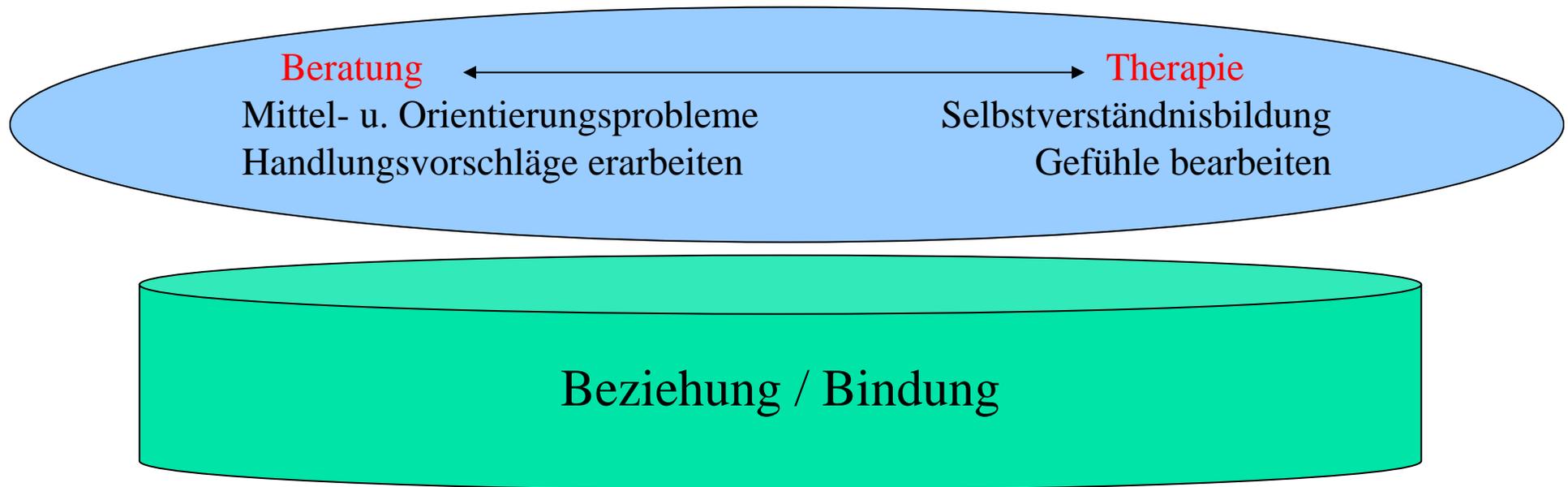


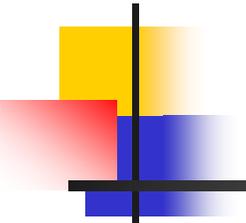
Warum Emotionen fokussieren?

- Emotion ist Information
- Emotion ist primärer Motivator des Verhaltens und Denkens
- Emotionen werden oft gefürchtet und vermieden
- Emotionale Reaktionen und emotionales Handeln werden durch Erfahrung gelernt
- Emotionales Erleben und Reaktionen können verändert werden



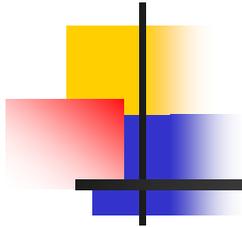
Beratung --- Therapie





Grundposition Klinischer Sozialarbeit: Person-in-Environment Perspektive

- die Sozietät geht dem Individuum voraus
- als geschichtliche soziale Wesen finden wir uns immer schon in sozial strukturierter Lebenswelt vor
- ohne soziale Struktur und soziale Erfahrung entsteht kein menschliches Individuum

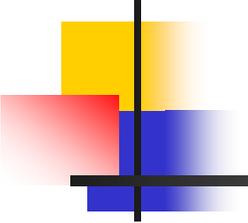


Emotionale Bindung

Emotional

bedeutsame Bindungen erfüllen eine lebenswichtige Funktion und haben einen primären Status.





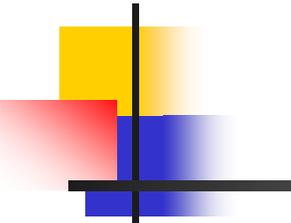
Der primäre Status emotional regulierten sozialen Input's

- Notwendige Abhängigkeit von „sozialem Input“ (soziale „Fürsorge“ im direkten Kontakt) um biologisch-neurologisch zu funktionieren.
- Sozialer Input = *emotional gesteuerter* sozialer Kontakt und „bio-behaviorale Synchronizität“ mit Bindungspersonen (vgl. Field 1985).
- Selbstregulation neurobehavioraler und physiologischer Gleichgewichtszustände im Organismus ist abhängig von emotional befriedigenden und nahen sozialen Bindungsbeziehungen.

Wir sind das Verhältnis



- „Weil der Mensch in einem biologischen Sinne 'unfertig' geboren wird und auf die Hilfe, die Zuwendung und Anerkennung seiner sozialen Umgebung angewiesen bleibt,
- wird die *Unvollständigkeit* einer Individuierung durch DNA-Sequenzen in dem Augenblick sichtbar,
 - wenn der Prozess gesellschaftlicher Individuierung einsetzt.“ (Jürgen Habermas)

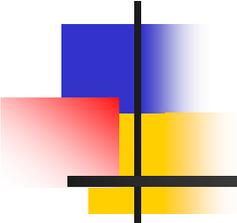


Emotionen als relationales bio-psycho-soziales Geschehen

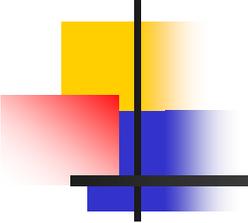
Emotionen sind

- **nicht** einfach innerpsychische Vorgänge
- relationale biopsychosoziale Prozesse
- signalisieren die Befindlichkeit der Person-in-ihrer-Umwelt (person-in-environment)
- in fundamentaler Weise eine *Ein- und Abstimmung mit der umgebenden Welt*, insofern ein *Handeln „in-der-Welt“*, *zusammen mit anderen*.

Biologisch fundiertes, sozial konditioniertes inneres Verhalten wird im Prozess der Individuierung ein der Person zurechenbares Handeln



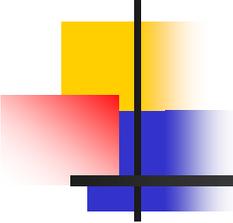
Emotion und Störung



Lebenslage sozial vulnerabler Menschen

Soziale Arbeit übernimmt Verantwortung für die sozial vulnerabelsten Menschen; sie sind:

- starkem sozialen Stress ausgesetzt (Arbeitslosigkeit, Arbeitsunsicherheit)
- haben oft schwächere soziale (Netzwerk, Freizeit), kognitive (Information, Wissen über Risiken) und ökonomische Ressourcen (Armut)
- haben oft ungünstiges Gesundheitsverhalten (Rauchen, Alkohol, Bewegung)
- haben geringere persönliche Ressourcen (starke emotionale Belastung, weniger effiziente / maladaptive Coping Strategien)



Beratungsklientel mit chronischem sozio-emotionalem Distress

sozialbedingtes und sozialrelevantes Leiden

- zwischenmenschliche Konflikte, chronische Belastungszustände, schwere und chronische Erkrankung, Überforderung, Ausschluss, Benachteiligung

geht einher mit chronischem sozio-emotionalen Distress:
starke, wiederkehrende negative Emotionen

- Bedrohung
- Angst und Hilflosigkeit
- Irritierung und Verärgerung
- Gewalt
- Sucht und Drang

Zur Anzeige wird der QuickTime™
Dekompressor „TIFF (Unkomprimiert)“
benötigt.

Zur Anzeige wird der QuickTime™
Dekompressor „TIFF (Unkomprimiert)“
benötigt.

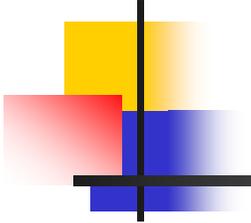
Zur Anzeige wird der QuickTime™
Dekompressor „TIFF (Unkomprimiert)“
benötigt.

Emotion und Störung/Erkrankung



Emotionen haben grundsätzlich adaptive und damit auch protektive Funktion

- **Adaptive Emotionen** sind schützend und „heilsam“
- **Maladaptive Emotionen** führen zu Störung / Erkrankung



Strategie bei adaptiven Emotionen

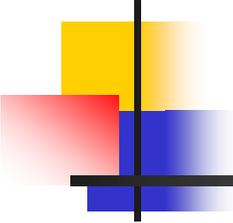
Adaptive emotionale Schemata = Ressourcen (das „gesunde Selbst“)



Stärken/Werte/Kompetenzen
Trauer und Wut
Bedürfnis nach Bindung/Kontakt
Bedürfnis nach „mastery“



Strategie: Zugang, Ausdruck und Entwicklung **fördern**



Strategie bei maladaptiven Emotionen

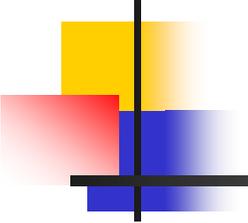
Maladaptive emotionale Schemata = Störung, dysfunktional
(das „geschwächte / gestörte Selbst“)



Gefühl d. Wert-/Hilflosigkeit
Überlebenskampf
Scham/Angst/Ärger



Strategie: emot. Schemata verändern / **transformieren**



Wirkungen und Wechselwirkungen

- Direkter Einfluss: E. verursachen *psychologische und physiologische Veränderungen* d. Organismus => Erkrankung
- Indirekter Einfluss: E. lösen *gesundheitsschädliches Verhalten* aus (z.B. Rauchen, Drogenkonsum, Essverhalten, mangelndes Vorsorgeverhalten) => Erkrankungsrisiko
- Interaktiver Einfluss: E. führen zu *Krankheitsanfälligkeit (Vulnerabilität), unangemessener Krankheitsverarbeitung, Beeinträchtigung d. sozialen Integration u. Sozialen Unterstützung*

Beispiel: Selbstregulation und soziale Chancenstruktur

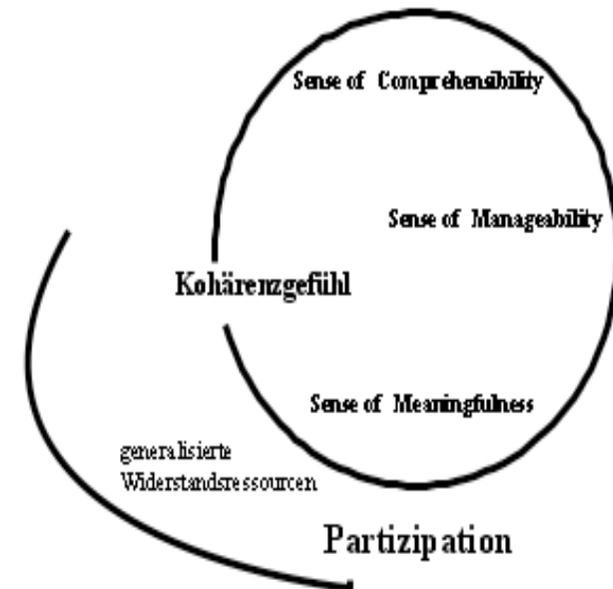
Selbstregulation	Selbst-Wirksamkeit		Selbst-Bewertung		Selbst-Einbindung
	⇕		⇕		⇕
Sozio-emotionale Motivation	zielgerichtetes Handeln	↔	Belohnung, Anerkennung	↔	Zugehörigkeit
	⇕		⇕		⇕
Soziale Chancenstruktur	Zuweisung sozialer Rollen (vor allem Erwerbsrolle)		Zuerkennung von Gratifikationen		Verfügbarkeit sozialer Netzwerke u. Primärgruppen

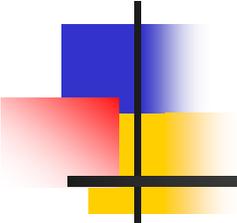
(Siegrist 1998)

Grundgefühle

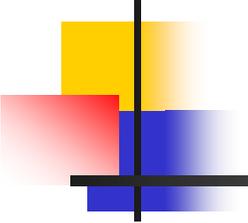
KlinSa steht oft vor Aufgabe des Wiederaufbaus zerstörter Grundgefühle:

- Sich selbst in einem positiven Licht sehen und sich relativ unverwundbar fühlen (feeling of worth, positive self-regard and integrity)
- Verstehen, was mit einem geschieht und was man tut (sense of comprehensibility)
- das eigene Leben und wichtige Lebensbedingungen beeinflussen können (sense of manageability)
- das Leben als sinnvoll erleben (sense of meaningfulness)



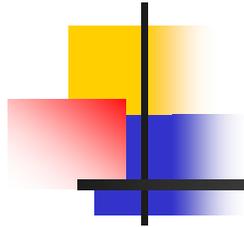


Emotionsdiagnostik

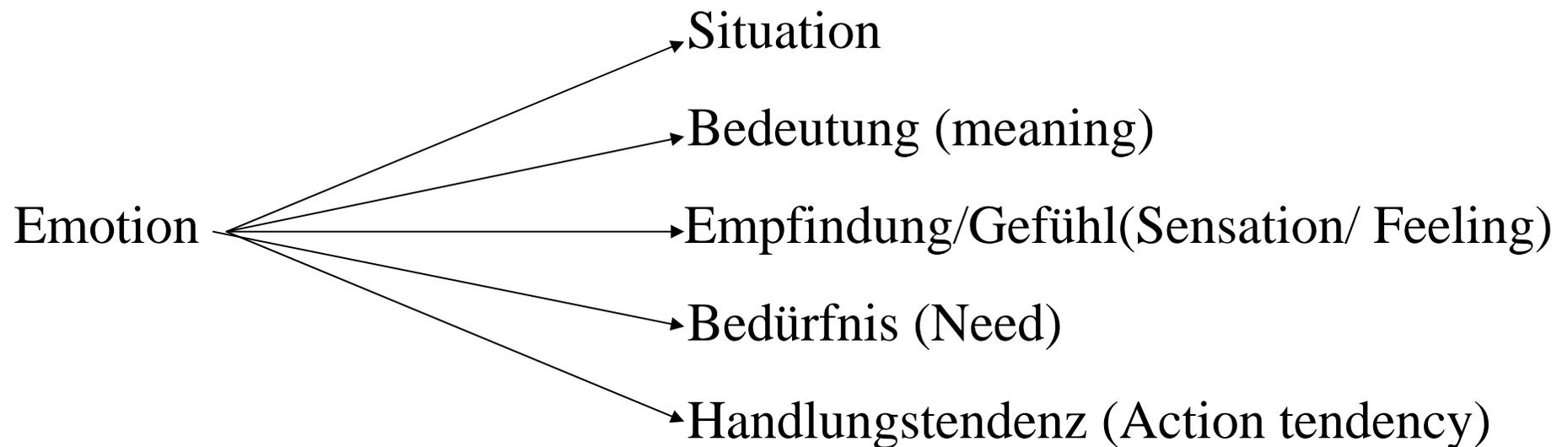


Emotion ist ...

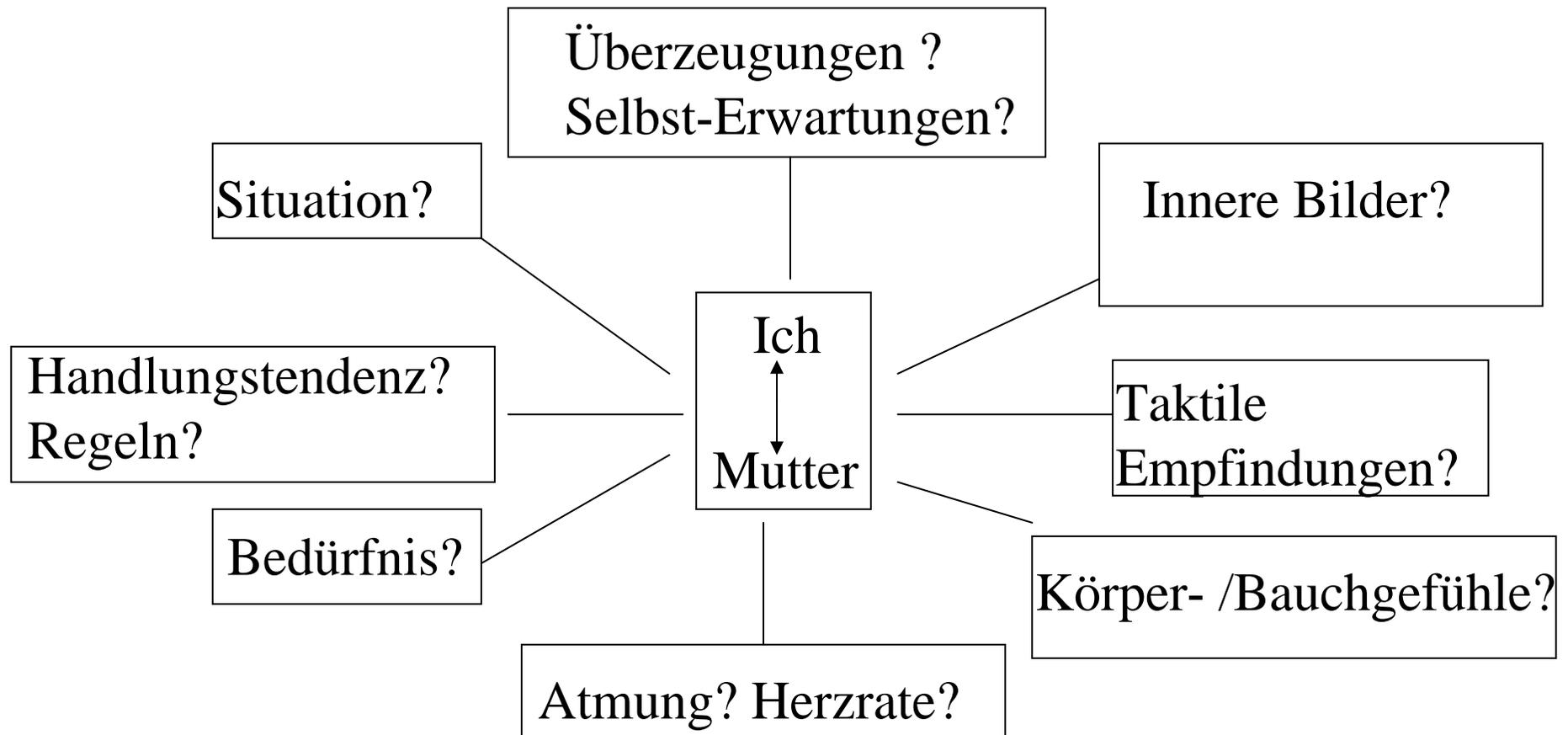
- a) Beziehungsbezogene Handlungstendenz
(relational action tendency)
- b) Prozess der Bedeutungserteilung (process
of meaning construction)
- c) Primäres Signalsystem (primary signaling
system)



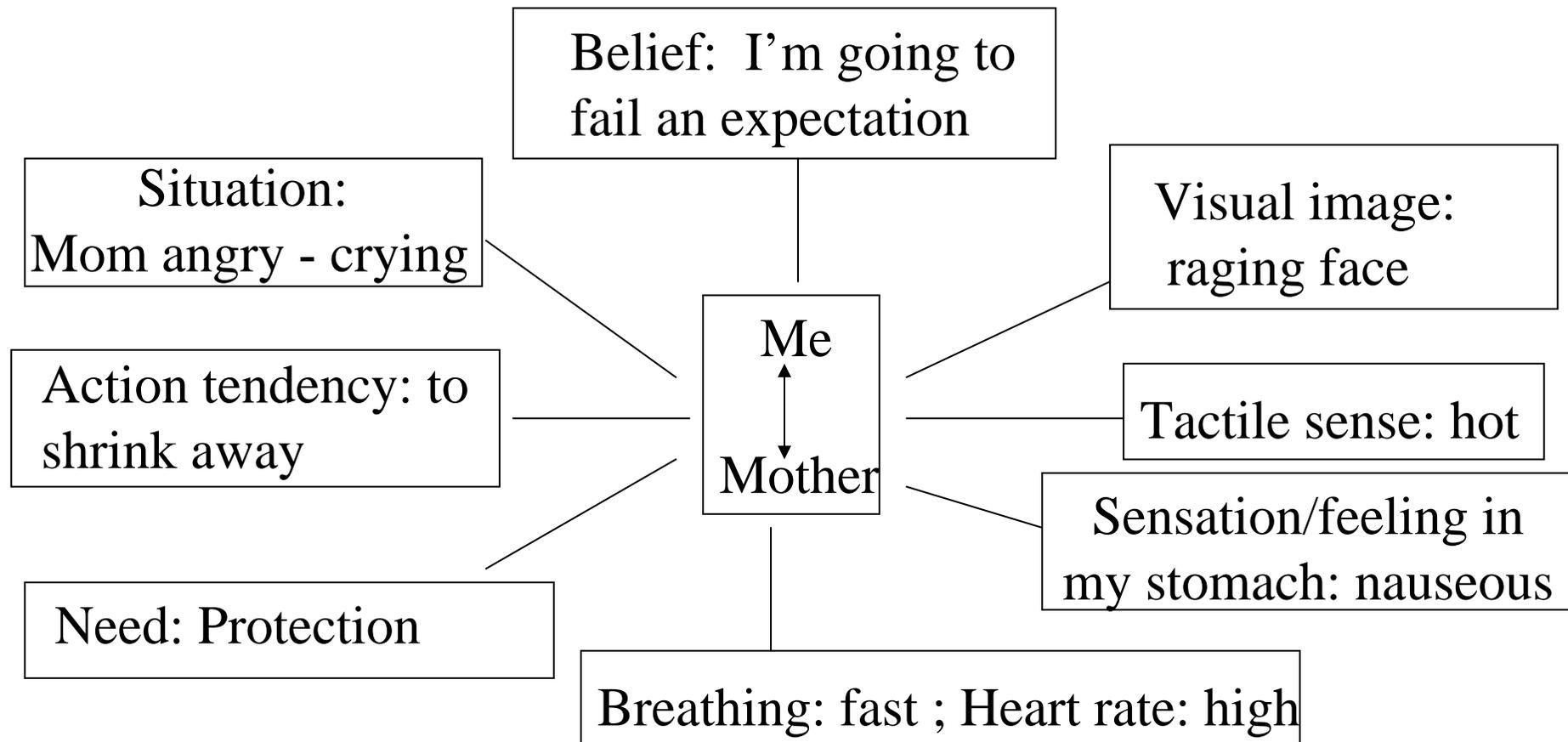
Komponenten der Emotion

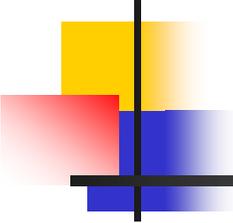


Components of a network Emotion Scheme (Synthesis)



Components of a network Emotion Scheme (Synthesis)

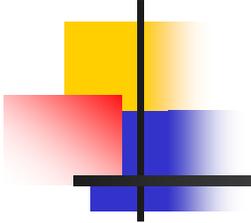




Emotion Regulation Dysfunction

Learned patterns of emotion regulation are tightly intertwined with a person's attachment style.

- Underarousal
- Overarousal
- Maladaptive accessing of emotion



Übung Emotional Functioning

Emotion

Adaptive

Maladaptive

Sadness

Grieving,
reaching out

Hopeless despair,
desperate clinging

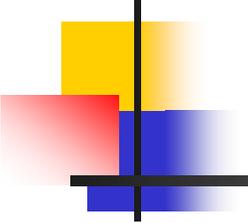
Anger

Anxiety

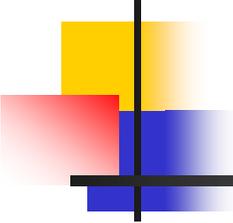
Shame

Disgust /
Contempt

Pain

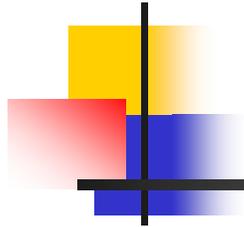


<u>Emotion</u>	<u>Adaptive</u>	<u>Maladaptive</u>
Sadness	Grieving, reaching out	Hopeless despair, desperate clinging
Anger	empowering	destructive
Anxiety	signals danger	traumatic
Shame	belong to group/remorse	self hate/contempt
Disgust/ Contempt	healthy outrage	self/other abuse
Pain	leave a hurtful situation	misery without relief



Assessment

1. Primary
 - Biologically adaptive
 - Maladaptive
2. Secondary
3. Instrumental

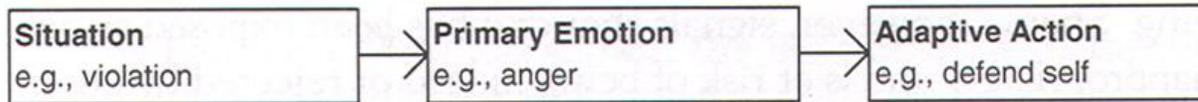


Types of Feelings

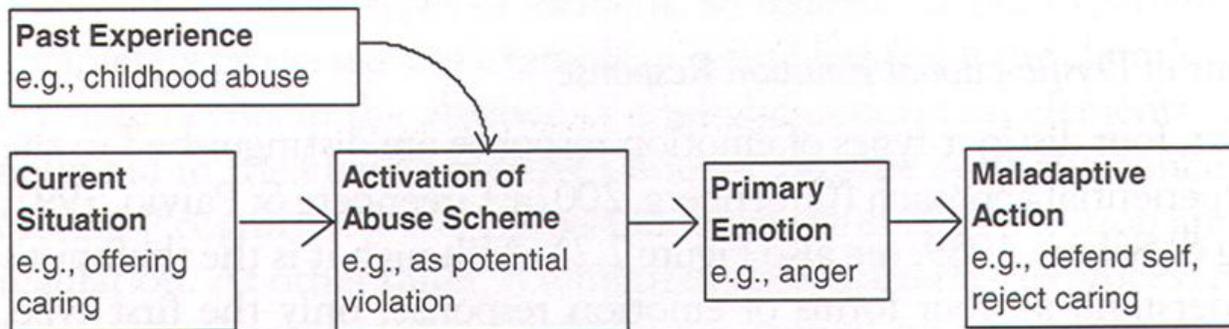
Primary	<ul style="list-style-type: none">• Angry, sad, afraid, disgust, shame/contempt, joy interest/surprise• Adaptive action tendency in response to environment
Painful	<ul style="list-style-type: none">• Broken, shattered, wounded, loss and grief• Not anticipatory, occurs after damage• Results from trauma/shattered self
Bad	<ul style="list-style-type: none">• Helpless, hopeless, dependent, worthless• Is a complex secondary response• Results from internal disharmony and cognitive affective sequences

Four forms of emotion response

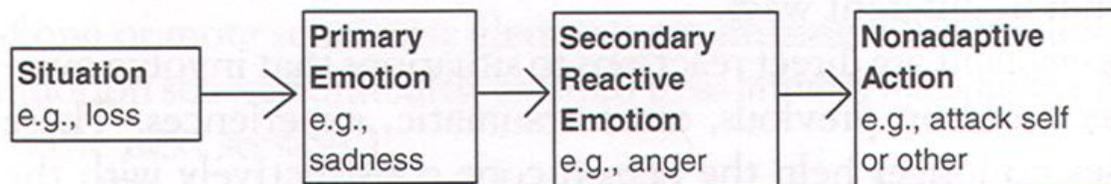
1. **Primary Adaptive Emotion Responses:** Unlearned, direct response to situation



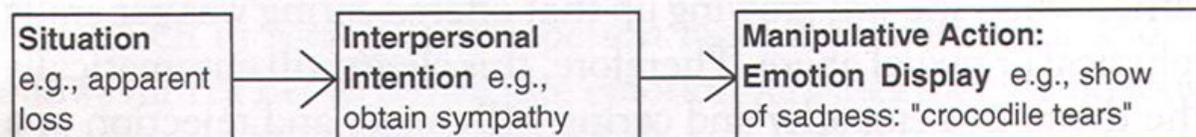
2. **Maladaptive Emotion Responses:** Learned, direct response to situation

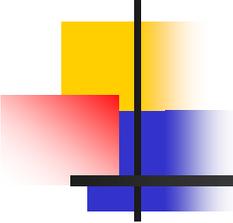


3. **Secondary Reactive Emotion Responses:** Adaptive emotion obscured by a self- or externally-focused reaction to the primary emotion



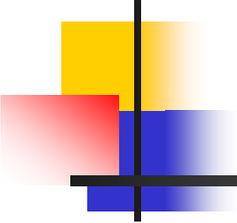
4. **Instrumental Emotion Responses:** Emotion displayed for its intended effect, independent of actual emotional experience





Differentielle Beratung - emotionsbezogene Intervention

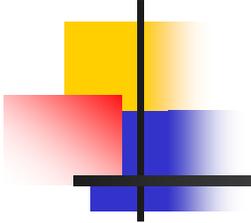
- Primary adaptive Access for good information
- Primary Access in order to transform
- Secondary maladaptive Explore to get to more primary emotion
- Instrumental Awareness of the aim



CRITERIA

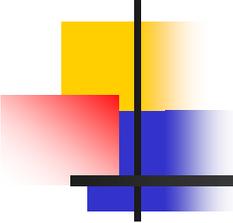
Primary Adaptive (Organizing)

- Frisch und neu
- Im Moment der Reaktion / Antwort auf sich verändernde Umstände
- Ändern sich wenn sich die Umstände ändern
- External angestoßen - rasch und handlungsorientiert auf das environment bezogen
- Internal generierte sind langsamer
- Exploriere bis Klient äußert „Ja das ist´s!“
- Fühlen sich stimmig und tief an



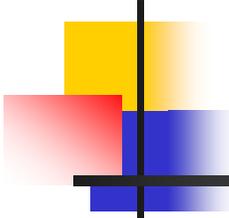
Primary Maladaptive (Disorganizing)

- Gut bekanntes altes Gefühl (familiar old feeling)
- Darin feststecken und davon überwältigt sein
- Schwierig, tiefgreifen belastend
- Dreht sich meist um das eigene Selbst
- Fühlt sich jedes Mal genauso schlecht an wie das letzte Mal
- Ändert sich nicht mit ändernden Umständen
- Teil der eigenen Identität
- Destruktive emotionale innere “Stimme”
- Zerstörerisch für Bindungen zu anderen und selbstzerstörerisch (destroys bonds/self)



Secondary Emotions

- Vernebelt (“obscures”)
- Reaktiv
- Diffus
- Hinweise: verärgert, verstimmt (upset), hoffnungslos, durcheinander (confused), niedrige Energie, gehemmt



Questions to sort out what type of emotion response is present

Primary adaptive emotion responses: Stellen Sie sich die Frage: ‚Ist es das, was ich ganz tief drinnen wirklich fühle?‘ Nehmen Sie sich einen Moment Zeit und prüfen Sie Ihr Inneres. Schauen Sie, ob dies Ihr tiefstes Gefühl in Bezug auf die Situation ist.

Maladaptive emotion responses: Nehmen Sie sich eine Minute Zeit. Fragen Sie sich selbst: ‚Fühlt sich dieses Gefühl wie eine Reaktion auf Ereignisse der Vergangenheit an, oder fühlt es sich hauptsächlich wie eine Reaktion auf etwas an, das jetzt passiert?‘ Fühlt es sich an wie ein vertrautes, festgefahrenes Gefühl? Fragen Sie sich selbst: ‚Wird mir der Ausdruck dieses Gefühls wirklich helfen, meine Ziele zu erreichen?‘

Secondary reactive emotion response: Wenn Sie bei diesem Gefühl sind, fühlen Sie zusätzlich zu dem, was Sie am deutlichsten wahrnehmen, noch etwas anderes? Nehmen Sie sich eine Minute Zeit, um zu schauen, ob es sich so anfühlt, als wäre unter diesem Gefühl noch etwas anderes.

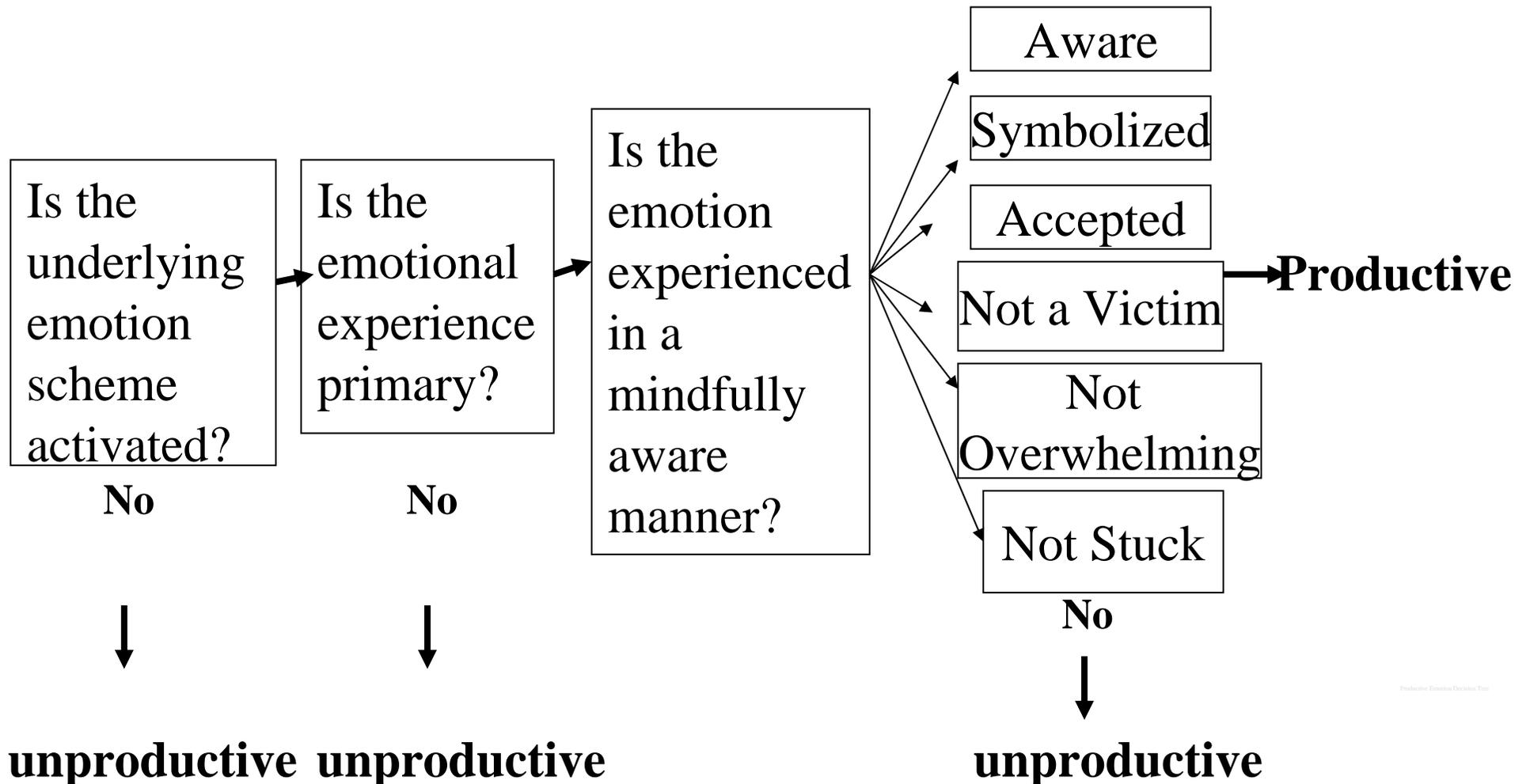
Instrumental emotion response: Fragen Sie sich selbst: ‚Versuche ich eine Botschaft zu senden oder jemandem mit diesem Gefühl etwas zu sagen?‘

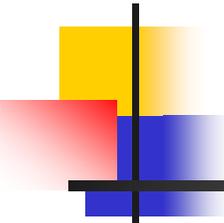
Productive Emotion Decision Tree

I. Activation

II. Type

III. Manner

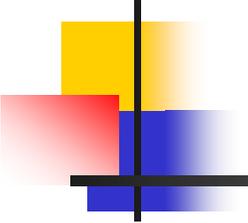




Process Indicators: Vocational Quality

Look for process indicators!

- Listen to vocational quality when you are working with emotional processing => what kind of voice the client speaks in?
- Does she/he have access to her/his emotion?
 - The voice is an indicator of whether he/she has the capacity to focus inwards or whether he/she is talking about and lecturing in a very external way.
- Goal is to bring people inside to pay attention to the present experience.
 - So the indicators of that voice: is she/he disregulated, is she/he overregulated? What's the depth of her/his experience? Is he/she able to talk about her/his inner experience?

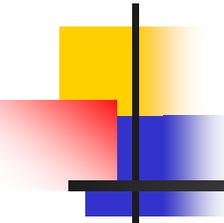


Process Indicators

Look for what's the chronic enduring pain!

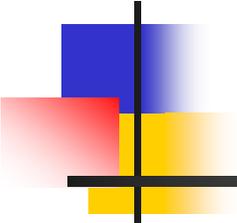
What's the core issue and is there some marker emerging that seems important?

- Does he/she have a lot of self-criticism?
- Does he/she have a lot of unresolved feelings towards a significant other?
- What is the manner of her/his basically relating to her-/himself?
 - Is he/she self-supportive,
 - Is he/she self-contemptuous?



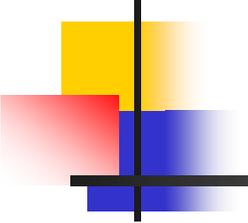
Markers of characteristic style of treating oneself and others

- How does the client treat himself or herself (e.g., self-interrupting, invalidate own feelings or reactions, controlling, punitive, critical, neglectful)?
- How does my client treat others?
- How does my client allow others to treat her/him?



Klinisch-sozialarbeiterische Beratung

Ebenen und Bedingungen dauerhafter Veränderung



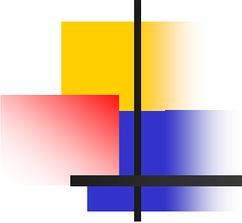
Verknüpfungen - Situation, Erleben, Handeln/Coping

Kernkompetenz: kontextsensibles Verstehen

Kontextualisierung als Ziel der Beratungsarbeit

=>Beachtung

- der objektiven situativen Ereignis-Bedingungen,
- der Situationseinschätzung und -verarbeitung des Klienten
- der emotionalen Reaktionen
- der bisherigen Bewältigungsversuche und Handlungsregeln



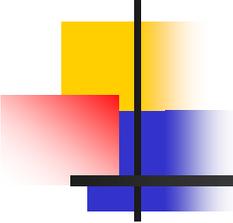
INTERVENTIONSKONFIGURATIONEN

Klinischer Sozialarbeit I

Interventionskonfigurationen Klinischer Sozialarbeit

1. „klassische Beratung“

- Informationssuche und Problem(lösungs)beratung (a) instrumentell und umgebungsbezogen; (b) selbstbezogen
- Förderung psychischer bzw. Verhaltens-Änderungen durch emotiv-kognitive Bearbeitung
- Beziehungsberatung (Paare, Familien, Gruppen)

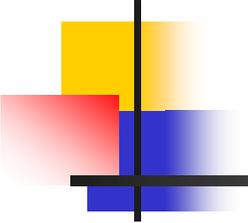


INTERVENTIONSKONFIGURATIONEN

Klinischer Sozialarbeit II

Beratung im Rahmen aktiver, betreuender u. aufsuchender Hilfen (auch mit sozialtherapeutischem Charakter)

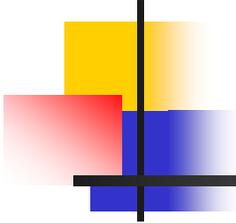
- Korrektive Beziehungs- und Situationserfahrung durch direkte sozial unterstützende Einflussnahme (z.B. durch aufsuchende Maßnahmen, Erziehungs- und Familienhilfe, Einbeziehung des Umfeldes)
- Situationswechsel / aus dem Felde gehen (z.B. Arbeitsplatzwechsel, Trennung, Milieuwechsel, Institutionalisierung)
- Betreuung und Begleitung (z.B. Berufsbetreuung)
- Training (Verhaltenstraining, Qualifizierungsmaßnahme)



Achsen der Intervention

1. *instrumentelle* Achse: umgebungsbezogen
 - aktives Bewältigungshandlungen im Sinne aktiver Einflussnahme auf die Umgebung / Situation
2. *relational/interpersonale* Achse: beziehungsbezogen
 - Korrektive Beziehungserfahrungen
3. *selbstbezogene* Achse: innerpsychische Erlebnisverarbeitung
 - Umgang mit den Gefühlen, Kognitionen, Einstellungen, Situations- und Selbstbewertungen

Entlang dieser Achsen werden Themen bearbeitet, immer sind emotionale Reaktionen im Spiel - adaptiv oder maladaptiv.



Bedingungen dauerhafter Veränderung

- sichere Bindungsbeziehung
- Einbeziehung von Bedürfnissen und Emotionen
- Vorbereitetheit der Fachkräfte, *maladaptive emotionale Schemata* von Klienten zu verstehen
- Vorbereitetheit der Fachkräfte, mit Emotionen effektiv umzugehen / zu arbeiten

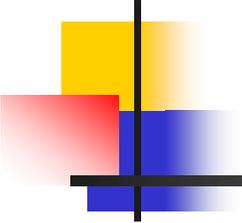
Notwendig: vertiefte emotionale Kompetenz der Fachkräfte
(Wissen, Methoden, emotionale Stabilität)

„Being with“

„Mit-dem-Klienten-Sein“: Bemühung der Fachkraft, eine achtsame und einfühlsame Beziehung zum Klienten aufzubauen

- zielt auf die Erfahrung der Wirklichkeit des Klienten in einem teilnehmenden Prozess
- zielt **nicht** primär und *sofort* auf ein Handeln, das auf Veränderung aus ist, sondern zunächst auf Orientierungshilfe zwecks Förderung der Eigenaktivität





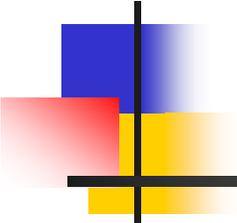
‚doing with’ and ‚doing for’

Mit-Tun / Mit-Handeln (doing with,)

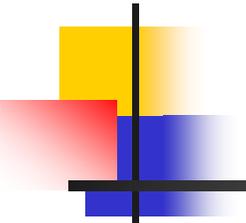
- Handlungshilfe, direkte Unterstützung *unter bestimmten Bedingungen*

Stellvertretendes Handeln (doing for)

- ein „für-ihn/sie tun“ *unter bestimmten strengen Bedingungen*



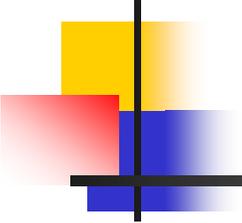
Konkretes Vorgehen bei der direkten Bearbeitung von Emotionen



Hauptelemente emotionsfokussierter psychosozialer Beratungsarbeit

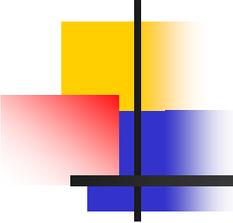
Emotionsfokussierte psychosoziale Beratung kombiniert zwei Elemente: Beziehung (relationship) und Bearbeitung (work)

1. **Beziehung**: Aufmerksamkeit für eine einfühlsame (empathische) Beziehung
2. **Bearbeitung**: Anwendung spezifischer Bearbeitungsformen mit unterschiedlichen Interventionen bei speziellen Aufgaben- bzw. Problemstellungen



Zugänge

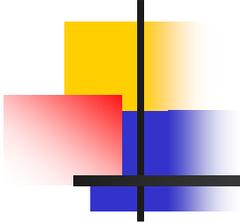
1. Beachtung des nonverbalen Ausdrucks
2. Empathische Einstimmung
3. Wissen über grundlegende und kulturübergreifende emotionale Reaktionen
4. Kenntnis der eigenen emotionalen Antworten auf in bestimmten Situationen und Umgebungen
5. Wissen über den Klienten und seine oder ihre Anliegen und Reaktionsweisen
6. Wissen über den „in-session-context“



Rezeptive Haltung in der Arbeit mit Emotionen

Es geht um zentralen inneren Prozess bei erfolgreichen Problemlösungen

- rezeptive Haltung gegenüber dem noch nicht symbolisch Geformten (receptive to the not yet formed)
- Haltung des Wartens, ruhiger Gegenwärtigkeit / Präsenz, geduldiges Umgehen mit dem noch nicht Aussprechbaren
- zentral: die innere Bezugnahme, das Fokussieren auf das gegenwärtige (auch körperlich spürbare) Fühlen und Erleben der problemlösenden Person

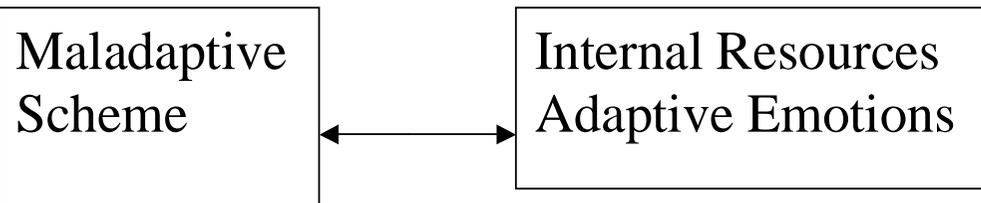


Transformation

Challenge with internal resources

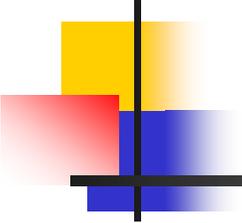
Emotional Self
Organization

Emotional Self
Organization



(Bad/Weak Self)
I'm worthless/I can't
Survive
Shame & Fear

(Essential Healthy Self)
Worth/Strengths
Anger & Sadness
Needs for Mastery & Connection



Emotionally Focused Intervention

- 1) Bond
- 2) Evoke
- 3) Access Deeper Emotion Scheme

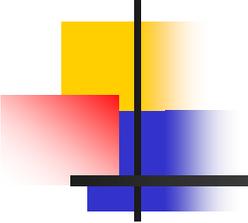
Adaptive

Maladaptive

Guide

Transform

- 4) Narrative Reconstruction

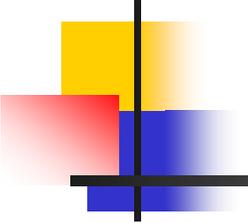


Treatment Principles

Relationship and task principles

Relationship Principles: *Facilitate a safe, productive relationship.*

- 1. Empathic attunement:** Be present, attend to enter and track the client's immediate experiencing.
- 2. Therapeutic bond:** Communicate empathy and caring to client (bond aspect of alliance).
- 3. Task collaboration:** Facilitate involvement in goals and tasks of treatment (task/goal aspects of alliance).



Treatment Principles

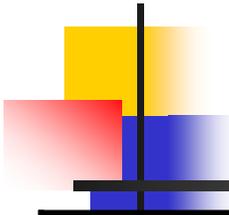
Relationship and task principles

Task principles: *Facilitate helpful work on specific tasks.*

4. Experiential processing: Help client work in different ways at different times.

5. Task Completion/Focus: Facilitate client completion of key transformation tasks.

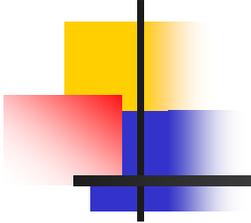
6. Growth & Development: Foster client growth, empowerment and choice.



Differentielle Beratungsinterventionen

Marker	Operation	End State
--------	-----------	-----------

Verletzlichkeit, Gekränktheit (schmerzhafte selbstbezogene Emotionen)	empathische Einfühlung, empathische Bestätigung	Selbst-Bestätigung, (Fühlt sich verstanden, hoffnungsvoll, stärker)
Nicht gespürte/erlebte oder unklare Gefühle	Experiential Focusing	Symbolisierung der Gefühle. (Productive Experiential Processing)
Gespaltene Selbsteinschätzung (Selbst-Kritik, Zerrissenheit)	Zwei-Stühle-Dialog	Selbst-Anerkennung, Eingliederung / Integration
Selbst-Unterbrechung (Blockierte Gefühle, Resignation)	Zwei-Stühle-Dialog	Selbst-Äußerung, Selbstsicherheit
unerledigte Geschäfte (das bleibende schlechte Gefühl gegenüber specific other)	Leerer-Stuhl Arbeit	Vergebe dem Anderen oder halte ihn für verantwortlich, (Affirm Self or Separate)



Schritte der Fallformulierung: Entwicklung eines Fokus

- Identifiziere das vorgebrachte Problem
- Höre zu und exploriere das Narrativ des Kl.
- Beobachte die Art, wie Kl. Emotionen verarbeitet
- Identifiziere schmerzliche Aspekte des Erlebens d. Kl. (pain compass)
- Sammle Informationen über gegenwärtige Beziehungen d. Kl. ggf. auch über frühere Bindungserfahrungen
- Identifiziere Marker (Kennzeichen) der intra- und interpersonalen Probleme, die zum Problem- und Leidensdruck beitragen
- Tausche Dein Verständnis mit Kl. aus und erarbeite / schlage angemessene Aufgabenbearbeitungen vor
- Beachte das gegenwärtige, aktualgenetische Erleben d. Kl. um deine Interventionen zu leiten