



## **2. Fachtagung Klinische Sozialarbeit**

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

**Freitag, 5. Juni 2009**

**10.30 – 12.30 Uhr**

**Aula**

## **Workshop Nr. 6**

# **Ressourcenaktivierende Verfahren in der psychosozialen Beratung**

**Wüsten Günther, Prof. Dr.**

Hochschule für Soziale Arbeit FHNW  
Institut Soziale Arbeit und Gesundheit, Olten

**Ressourcenaktivierung**

**Günther Wüsten**

## **Ressourcenaktivierung**

- **Was sind Ressourcen?**
- **Warum sollen Ressourcen wirken?**
- **Wie soll man sich vorstellen, dass Ressourcen wirken?**
- **Wieso werden Ressourcen in Beratung und Therapien nicht stärker aktiviert?**
- **Anwendungen**

## Was sind Ressourcen?

***„Als Ressource kann jeder Aspekt des seelischen Geschehens und darüber hinaus der gesamten Lebenssituation eines Patienten aufgefasst werden, also z. B. motivationale Bereitschaften, Ziele, Wünsche, Interessen, Überzeugungen, Werthaltungen, Geschmack, Einstellungen, Wissen, Bildung, Fähigkeiten, Gewohnheiten, Interaktionsstile, physische Merkmale wie Aussehen, Kraft, Ausdauer, finanzielle Möglichkeiten und das gesamte Potential der zwischenmenschlichen Beziehungen eines Menschen...“***  
**(Grawe, 1998, S. 34)**

## **Was sind Ressourcen?**

- **Der Begriff ist unklar, subjektiv z.T. beliebig**
- **Ressourcen sind Alles und Nichts**
- **Zwei Endpunkte einer Dimension**
- **Ein halb volles Glas im Gegensatz zum halb leeren Glas**
- **Ressourcen sind abhängig von der Perspektive die eine Person einnimmt**

## **Was sind Ressourcen?**

**Ressourcen lassen sich anhand von Beispielen Beschreiben (z. B. RES, Trösken, 2002)**

**Es gibt auch Definitionsversuche (Grawe, 1998, 2004, Petzold, 1997, Hobfoll 1987 u.a.)**

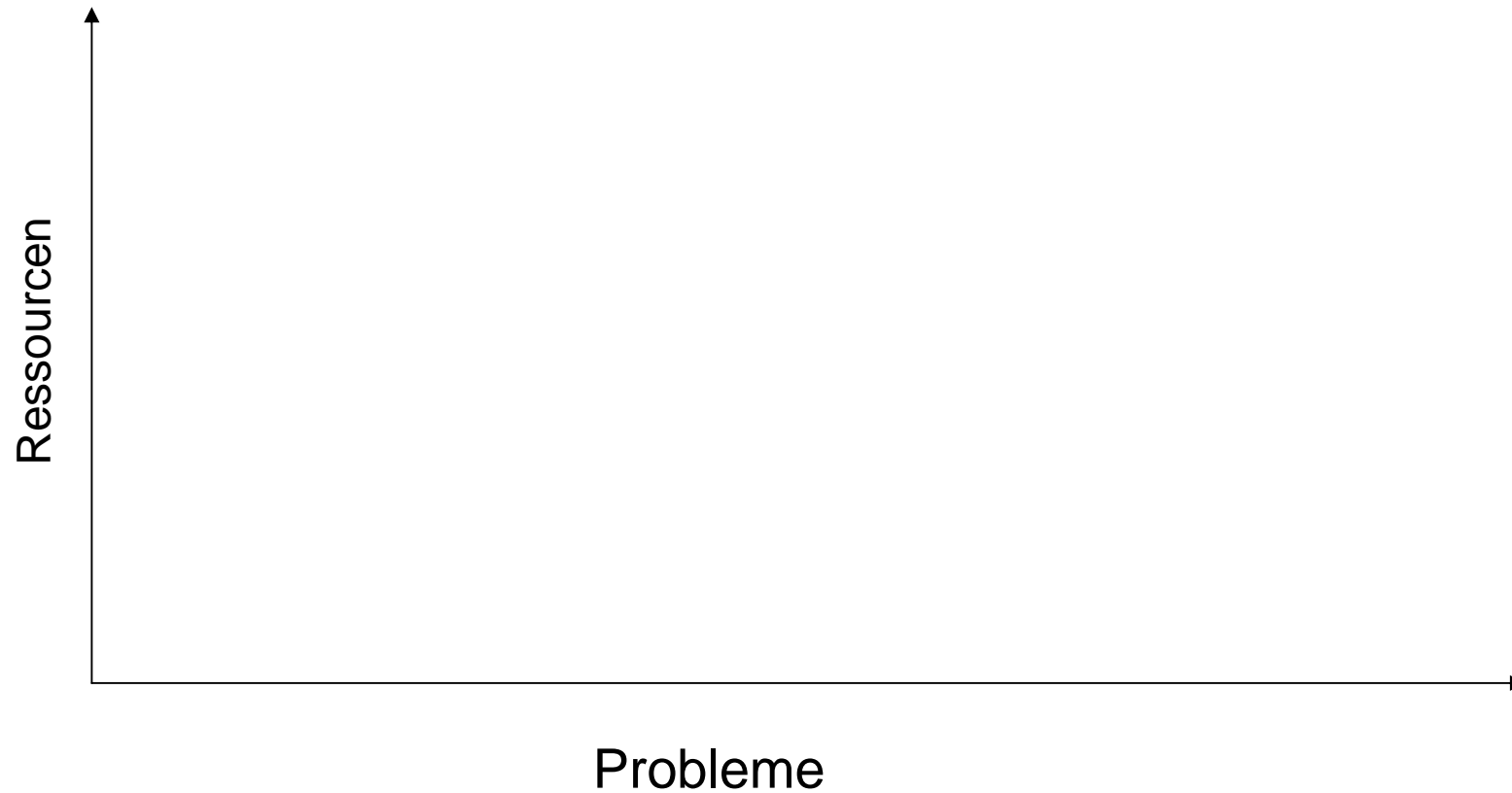
## Was sind Ressourcen?

***„Nutzbare Ressourcen sind alle im 'Ressourcenreservoir' eines Systems (Person, Gruppe, Organisation) vorhandenen materiellen Bestände (Geld, Maschinen) und mentalen Bestände (Kenntnisse, Gewissensvorräte), welche in interne (z.B. Kontrollüberzeugungen, Kompetenzen/Fähigkeiten, Performanzen/Fertigkeiten) und externe (z.B. Informationen von Kollegen, Freunden, Sozialagenturen) differenziert werden. Sie können als 'Eigenressourcen' im Zugriff des Systems stehen oder als 'Fremdressourcen' von anderen Systemen bereitgestellt werden. Ressourcengebrauch setzt voraus, dass Ressourcen vom System (das heisst dem Subjekt, dem Team, der Organisation) wahrgenommen werden (perception), basal klassifiziert werden (marking) und aufgrund funktionaler emotiver Bewertungsprozesse (valuation) und kognitiver Einschätzungsprozesse (appraisal) als verfügbare Ressourcen eingestuft werden, so dass sie zugänglich und mobilisierbar sind (resourcing) und faktisch in möglichst optimaler Weise genutzt werden (acting).“ (Petzold, 1997, S. 445)***

## Was sind Ressourcen?

### Unabhängigkeitsmodell von Ressourcen und Problemen

Nach Becker 1995, Willutzki, 2000





**Was sind Ressourcen?**

**Petzold (1997) fünf Säulen der Identität:**

- 1. Arbeit und Leistung**
- 2. Soziales Netz**
- 3. Körper/Leiblichkeit**
- 4. Materielle Sicherheit**
- 5. Normen und Werte**

## Was sind Ressourcen?

Trösken (2002) RES Ressourcenselbsteinschätzung und Ressourcenfremdeinschätzung REF.

### Skalen des RES

- ◆ Wohlbefinden
- ◆ Bewältigung von alltäglichem Stress
- ◆ Unterstützung im Alltag
- ◆ Bewältigung früherer Krisen
- ◆ Situationen die mit hohem Selbstwert verbunden sind
- ◆ Persönliche Stärken und Fähigkeiten
- ◆ Gegenwärtige Beziehungen
- ◆ Commitment

Trösken, A., & Grawe, K. (2004). Inkongruenzerleben aufgrundbrachliegender und fehlender Ressourcen: Die Rolle von Ressourcenpotentialen und Ressourcenrealisierung für die psychologische Therapie. *Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis*, 36, 51 - 62

## **Was sind Ressourcen?**

**Ressourcen mit von grosser klinischer Bedeutung sind:**

- 1. Beziehungsressourcen**
- 2. Bewältigungsressourcen**
- 3. Stärken und Fähigkeiten**
- 4. Positiver Selbstwert**

**Was sind Ressourcen?**

**Zwischenbilanz**

**Eine Definition ist schwierig**

**Ressourcen sind keine Entitäten**

**Neben schwimmen, lesen, chillen und Ferien sind andere Ressourcen von grosser Bedeutung**

**Im klinischen Alltag spielen die beiden (B) Beziehung und Bewältigungsressourcen eine bedeutendere Rolle**

**Warum sollen Ressourcen wirken**

**Warum sollen Ressourcen wirken?**

**Was ist so toll am Wohlbefinden?**

**Wie soll man sich vorstellen, dass Ressourcen wirken?**

**Wieso werden Ressourcen in Therapien nicht stärker aktiviert?**

## **Warum sollen Ressourcen wirken?**

**Das Prinzip der Ressourcenorientierung in der Psychotherapie ist nicht neu. (Karpel, 1986, Milton Erikson, 1979, Steve de Shazer, 1985)**

**Grawe führt weitere Forschungsbereiche an, welche das Prinzip der Ressourcenorientierung nahelegen:**

- 1. Differentielle Zusammenhänge zwischen Patientenmerkmalen und Therapieerfolg**
- 2. Befunde zur Bedeutung der Therapiebeziehung für das Therapieergebnis**
- 3. Ergebnisse zur „Placebo“- Wirkung von psychotherapeutischen Interventionen**

## **Warum sollen Ressourcen wirken?**

**Voraktivierende Stimmungslagen haben Einfluss auf die Handlungstendenzen**

**Forgas und Moylan, (1991) und Forgas (1990) finden in ihrer Untersuchung, dass die eigene Person und andere Menschen in positiver Stimmung besser beurteilt werden.**

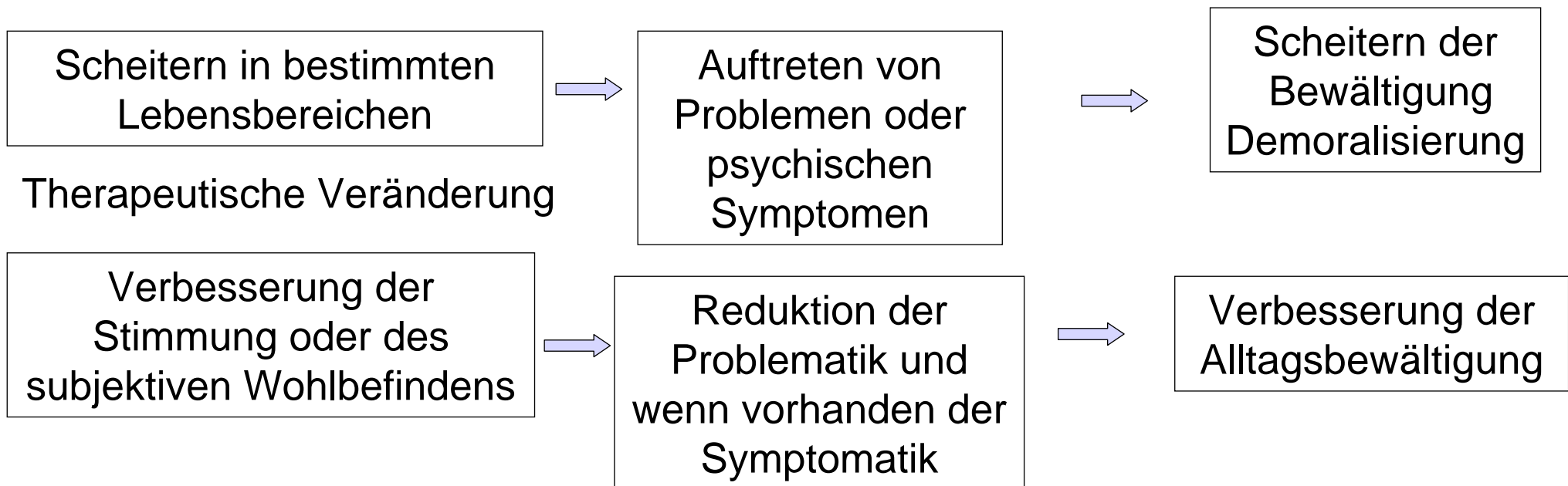
**Die Wahrscheinlichkeit für das Eintreffen positiver Ereignisse wird in positiver Stimmung höher eingeschätzt (Erber,1991).**

**In gehobener Stimmung ist die Erfolgszuversicht zur Aufgabenbewältigung größer (Aeble,1995).**

**Die Lebenszufriedenheit ist größer in gehobener Stimmung (Forgas & Moylar,1987).**

## Ressourcenaktivierung und positives subjektives Wohlbefinden

Entwicklung von Problemlagen und psychischen Störungen  
Phasenmodell nach Howard (1993)



vgl. Howard (1993) und Lueger (1995)



**Wie soll man sich vorstellen, dass Ressourcen wirken?**



## **Zwei unabhängige Motivationssysteme (Grawe, 2004)**

**Behavioral Activation System (BAS)**

**Behavioral Inhibition System (BIS)**

**(Gray & McNaughton, 1996)**

**Die neurologischen Strukturen dieser Systeme befinden sich im prä frontalen Cortex**

**PFC linksseitig Areale welche in Zusammenhang stehen mit dem Erleben positiver Emotionen und Ziele**

**PFC rechtsseitig Areale welche in Zusammenhang stehen mit dem Erleben negativer Emotionen und Ziele**

**Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.**

## **Motivationales Priming**

**Die Aktivierung positiver und negativer Reize geht mit der Aktivität des BIS oder BAS einher.**

**Entsprechend wird das Annäherungssystem oder Vermeidungssystem aktiviert.**

**Je nach dem wie ein Reiz bewertet wird, ändert sich der motivationale Modus**

**Zu Beginn der Therapie ist in der Regel das Vermeidungssystem überproportional aktiv**

**Es geht also um die Aktivierung des Annäherungssystems und um die Förderung der Bereitschaft auf positive Reize zu reagieren. Grawe spricht von motivationalem priming**