

DGfB-Tagung 2010 - Workshop -
Was braucht die postmoderne Gesellschaft
an psychosozialer Beratung?

Teil 2:

Nutzung von Konzepten aus der
Sozialökologie und der Salutogenese

Prof. Dr. Franz-Christian Schubert
Mönchengladbach

Emeritus, Hochschule Niederrhein,
FB Sozialwesen, Mönchengladbach

Abschnitt

Gesellschaftlicher Wandel
Entwicklung individueller und
psychosozialer Probleme

Gesellschaftlicher Wandel über

- Wertewandel („Erosion“ der tragenden Säulen Tradition/Religion, Ehe und Familie, Beruf) und daraus rasche Veränderlichkeit gesellschaftlicher Strukturen
→ Individualisierung und Pluralisierung von Lebensformen
- Mobilität und Flexibilität (beruflich, sozial, beziehungsweise, geographisch)
- Rasche Technologische Entwicklungen mit umfassenden (häufig negativen) Auswirkungen auf alltägliche Lebensführung

Die Trias der Anforderungen an das Individuum

- Entscheidungsdruck
- Mobilitätsdruck
- Leistungsdruck / Funktionsdruck
(Schubert, 2004)

Auswirkungen des gesellschaftlichen Wandels auf Lebensgefühl und Lebensgestaltung als Verluste

- Verlust an Überschaubarkeit und Vorhersehbarkeit in der Lebensgestaltung Lebensorientierung und Lebenssicherheit (was hat Gültigkeit, worauf kann ich mich verlassen?) bei gleichzeitig anhaltenden Entscheidungsdruck
- Verlust an sozialer Eingebundenheit und Verlässlichkeit (Familie, Verwandte, Freunde, Nachbarschaft, Arbeitskollegen) bei gleichzeitig zunehmendem Mobilitätsdruck
- Verlust an Abgrenzung und „sicherem Raum“ aus Privatheit/Freizeit und Arbeitszeit, durch Entgrenzung von Beruf und Privatheit
- Bedrohtheit/Verlust von persönlicher Identität durch wechselnde Konsum- und Modewellen in der alltäglichen Lebensgestaltung (Schubert, 2004)

... andererseits Gewinne

Befreiung aus tradierten Lebensvorgaben mit
Vielfalt an Entscheidungsmöglichkeiten für oder
gegen irgendwelche Lebensformen
= Individualisierung der Lebensformen
= Selbststeuerung von Lebensführung

→ Gestaltungsanforderungen

Wie zeigen sich Probleme infolge der gesellschaftlichen Veränderungen

- Planungsunsicherheit in der Lebensgestaltung
- Orientierungs- und Sinnverlust
- Identitätsverlust
- Soziale Isolation
- Anerkennungsdefizite (Defizite in der persönlich erlebten Anerkennung)
- Statusunsicherheit
- Erleben von Ausgeliefertsein und Machtlosigkeit
- Diffuse und konkrete Unsicherheiten und Ängste: vor Arbeitslosigkeit, damit verbundenem Statusverlust, finanziellen Problemen, Zerschlagen von Ehe/Partnerschaft,
- Übermäßige Leistungsorientierung bei gleichzeitig erlebtem Orientierungs- und Sinnverlust
- Arbeitssituation: Hoher Arbeitsdruck, enge zeitliche Taktung, Isolation, Mobbing, Personalisierung von Strukturproblemen, Strukturunsicherheit, Bestandsunsicherheit, erlebte Führungsdefizite (Schubert, 2004).

Fähigkeiten und Ressourcen für eine gelingende Lebensführung

- Soziale und individuelle Handlungs- und Gestaltungsalternativen
- Informiertheit und Kenntnisse über Möglichkeiten zur Lebensgestaltung (Lebensabschnitte, Sozialräume u.a.)
- Kompetente, weitgehend angstfreie Handhabung der modernen gesellschaftlichen Strukturen
- soziale Aufgabenstellung und soziale Einbindung
- individuell verantwortete Lebensführung mit Orientiertheit auf soziale Gegenseitigkeit
- Vor allem Ressourcen zur Entwicklung von
 - Selbstwirksamkeit
 - Identität
 - tragfähiger Lebenssinnfindung
 - Werteentwicklung
- finanzielle Ressourcen (Schubert, 2004)

Persönliche Kompetenzen im engeren Sinne zur Lebensgestaltung

- soziale Fähigkeiten – Konfliktfähigkeit und Aushandlungsfähigkeit
- Persönliche Problemlösungskompetenz (incl. Finanzielle Planungs- und Gestaltungskompetenz)
- Kreativität und Ambiguitätstoleranz
- Zusammenhänge erkennen und Konsequenzen erkennen
- Informiertheit, differenziertes Wissen (Schubert, 2004)

Abschnitt

Grundlegende Ansatzpunkte und Konzepte
von psychosozialer Beratung

Tragende Konzepte psychosozialer Beratung



Grundlegende Ansatzpunkte von Beratung

<p>Belastungen / Probleme in einem bestimmten Kontext: = Lebensverhältnisse: - Lebenslage, - Lebensphase, - Situation/ Ereignis</p>	<p>Subjektive und kulturelle Wahrnehmung und Bedeutungszuschreibung</p>	<p>Ressourcen und Bewältigungsmittel zur Lösung →in Person und Kontext</p>	<p>Individuelle Vulnerabilität</p>
---	---	--	------------------------------------

Abschnitt

Definition psychosozialer Beratung
auf Basis eines lebensweltlichen bzw.
sozialökologischen Verständnisses

Psychosoziale Beratung (1)

(nach Sickendiek, Engel, Nestmann, 1999, S. 19-21)

„Psychosozial“ beinhaltet ein **Menschen- und Gesellschaftsbild**, welches das individuelle psychische und soziale Wohlbefinden in unmittelbare Verbindung zur Lebenswelt des Einzelnen und seiner Umwelt setzt. Betrachtet werden die unterschiedlichen, sich eventuell blockierenden Bedürfnisse und Anforderungen beider Seiten, also Widersprüche und Unvereinbarkeiten der individuellen Seite (Motivationslage, Handlungsfähigkeiten, subjektive Bedürfnisse, Interessen und Ziele) mit der Seite der gesellschaftlichen Ansprüche, Normen, Werte, Belastungen, Einschränkungen etc.

Psychosoziale Beratung (2)

Der psychosoziale Blick richtet sich sowohl auf die Belastungen, die entstehen können, wenn sich die unterschiedlichen Motivationslagen beider Seiten nicht vereinbaren lassen, als auch auf die individuellen und sozialen Bewältigungsmöglichkeiten. Unter Beachtung der Wechselwirkungen und Interaktionen zwischen Individuum und Umwelt, geht es in der **psychosozialen Beratung** darum, Lösungsmöglichkeiten für Probleme zu entwickeln und an psychosozialer Reflexivität zu gewinnen.

Psychosoziale Beratung (3) als Vermittlung psychosozialer Kompetenz

„Ihr Ziel ist die Vermittlung psychosozialer Kompetenz als Einheit von

- einerseits Reflexivität gegenüber den belastungsinduzierenden psychosozialen Widersprüchen und Ambivalenzen
- wie den eigenen ‚Abwehrprozessen‘ und
- andererseits Handlungsfertigkeit als Fähigkeit und Bereitschaft zur belastungsvermindernden Handlungspraxis“ (Zygowski, 1989, S. 172).

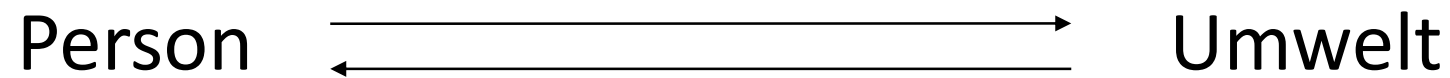
Psychosoziale Beratung (4) Aufgaben, Ziele

- emotionale Entlastung beim Kl. durch das Mitteilen seiner Problemlage
- Psychosoziale Reflexivität gewinnen als die Fähigkeit, zwischen gesellschaftlichen Anforderungen und Normen und eigenen Bedürfnissen und Motivationen zu unterscheiden
- Kompetenzen erlangen, die befähigen, sich mit Widersprüchen und Konflikten zu konfrontieren und diese auszuhalten, anstatt auszuweichen
- Fähigkeiten zum Wechsel von Perspektiven zu gewinnen (Sickendiek, Engel, Nestmann, 1999, S. 19-21)

Abschnitt

Sozialökologische Konzeption

Sozial-ökologisches Schlüsselkonzept



Transaktion

(Transaktion ist qualitativ mehr als Interaktion)

Umwelt

- Soziale, kulturelle, gesellschaftlich-politische Umwelt
- Wirtschaftlich-ökonomische Umwelt
- Mentale, informationelle Umwelt
- Physikalische und natürliche Umwelt

Sozialökologische Zielsetzungen auf Person- und Umwelt-Seite

- Transaktionen nutzbringend entwickeln und verbessern (Kommunikation, kognitiv-emotionale Verarbeitung, interaktive Handlung)
- Anforderungen, Belastungen, Risiken erfassen und verringern
- Kompetenzen, Ressourcen, Chancen erfassen und vergrößern

Die vier Verortungen von Beeinträchtigungen einer gelingenden Lebensführung

- aktuelle oder chronische Stressoren in Lebensbedingungen/Kontext (Lebenslage, Lebensphase, aktuelle Situation, zwischenmenschliche Beziehungen)
- dysfunktionale individuelle und kollektive Einstellungen/beliefs, Bewältigungsstrategien und Lebensstil
- Ressourcenmangel (personal, sozial, kontextuell, materiell)
- Individuelle Vulnerabilität

„Life-Model“ nach Germain und Gitterman (1988, 1999)

Erfassung von Belastungen über die Dimensionen

1) Lebensverändernde Ereignisse:

- Entwicklungsbedingte Veränderungen
- Statusveränderungen und veränderte Rollenanforderungen
- Krisenereignisse

2) Aktuelle und chronische Umwelt-Belastungen im Rahmen von

- soziale Umwelt, insbesondere soziale Institutionen, soziokulturelle Bedingungen und gesellschaftspolitische Bedingungen
- sozioökonomische Umwelt
- materielle Umwelt (biologisch, physikalisch-technisch)

3) Belastungen aus interpersonalem Beziehungs- und Kommunikationsmustern,

insbesondere aus

- Ehe und Familie
- Arbeitsgruppen

Abschnitt

Salutogenesmodell (Aaron Antonovsky, 1997):
Kohärenzgefühl und Widerstandsressourcen

Kohärenzgefühl (nach Antonovsky)

Verstehbarkeit

Zuversicht, dass die Ereignisse in der Welt wie auch im Menschen verstehbar und erklärbar, in durchschaubaren und geordneten, vorhersehbaren Bahnen ablaufen und nicht nach Willkür und Zufälligkeiten.

Handhabbarkeit

Zuversicht, dass Schwierigkeiten lösbar sind, Ressourcen verfügbar sind, um die gestellten Lebensanforderungen handhaben und gestalten zu können (eigene Handlungsfähigkeit und Wirksamkeit).

Das umfasst auch die Einbeziehung sozialer Ressourcen.

Sinnhaftigkeit und Bedeutsamkeit

Zuversicht, dass das Leben sinnvoll ist, und es sich lohnt, sich für das Leben und die darin gestellten Aufgaben zu engagieren und anzustrengen

Kohärenzgefühl, Umsetzungsweisen

Dimension „Verstehbarkeit von Leben“:

Verstehbarkeit, Durchschaubarkeit, Vorhersehbarkeit,
Beeinflussbarkeit von Lebensergebnissen und
von gesellschaftlichen Bedingungen und Prozessen

Dimension „Handhabbarkeit von Lebensforderungen“:

Subjektive Wirksamkeitserwartungen
Einholen von sozialer Unterstützung
Bereitschaft zu Verantwortung
Zuversichtliche, optimistische Lebenseinstellung

Dimension „Sinnhaftigkeit, Bedeutsamkeit von Leben“:

Kritische Lebensereignisse werden als Herausforderung angenommen
Wenig Ängstlichkeit gegenüber Lebensveränderungen
Engagement und Neugier
Den Ereignissen persönlichen Sinn geben / Sinn erkennen

➔ **Rückkoppelungseffekt *Selbstvertrauen, Selbstwertgefühl***

Ressourcen - Übersicht

- In der Person
- In seinem sozialen Nahraum (Lebens- und Arbeitswelt, zwischenmenschliche Beziehungen u.a.)
- In den umgebenden gesellschaftlich-kulturellen Strukturen und Bedingungen
- Individuell und sozial/kollektiv verfügbare materielle Ressourcen

Person-Ressourcen

- Biologisch: genetische Veranlagung, Immunsystem, vegetative Stabilität u. a.
- Kognitiv: Intelligenz, Fähigkeiten, Bildung Handlungskompetenzen u. a.
- Persönliche Entwicklung: Selbstwertschätzung, Selbstsicherheit, Ich-Identität u. a.
- Sinnvoll erlebte Berufstätigkeit
- Materielle Ressourcen: Geld, Arbeit, Wohnung

Lebenswelt-Ressourcen

- Soziale Unterstützungssysteme (Partnerschaft, Ehe, Familie, Freunde, Nachbarn, Arbeitsklima)
- Integration in Soziale Netzwerke
- Förderlicher Sozialraum
- Förderliche soziale Lebenslage (sozio-kultureller und sozio-ökonomische Lebenskontext)
- Förderliche biologisch-physikalische Lebenswelt

Soziale Ressourcen: Art und Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen

- im sozial-emotionalen Nahraum: Partnerschaft, Ehe, Familie, Freunde, Verwandte und damit verbundene Unterstützung;
- im sozialen Nahraum der Arbeitswelt: Verhältnis zu Kollegen und Vorgesetzten, Klima innerhalb des Arbeitsteams;
- im (erweiterten) sozialen Raum (z. B. Wohnviertel): soziale Zugehörigkeit, Integration und Akzeptanz, soziale Unterstützung, Gestaltungs- und Teilhabemöglichkeiten im Sozialraum;

Gesellschaftlich-kulturelle Ressourcen:

entwickeln sich aus

- gesellschaftlich-kultureller Teilhabe und Mitwirkungsmöglichkeiten
- gesellschaftlicher und kultureller Stabilität
- Durchschaubarkeit von gesellschaftlichen Strukturen und Entwicklungen
- stabiles und anerkanntes religiöses gesellschaftliches Leben

Literatur

Antonovsky, A. (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Dt. erweiterte Herausgabe von A. Franke. Tübingen: DGVT.

Sickendiek, U., Engel, F., Nestmann, F. (1999, 2002, 2. erw. Aufl.): Beratung. Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze. Weinheim: Juventa.

Schubert, F.Ch. und Busch, H. (Hrsg.) (2004, 2009, 2. Aufl.) : Lebensorientierung und Beratung. Sinnfindung und weltanschauliche Orientierungskonflikte in der (Post-) Moderne. Schriftenreihe des Fachbereiches Sozialwesen, Band 39. Mönchengladbach: Hochschule Niederrhein.

darin:

a) Schubert, F.Ch.: Lebensführung in der Postmoderne : Belastungen, Risiken, Bewältigungsformen. S. 19-49.

b) Schubert, F.Ch.: Lebensführung als Balance zwischen Belastung und Bewältigung – Beiträge aus der Gesundheitsforschung zu einer psychosozialen Beratung. S. 137-213.