

Einflussfaktoren auf Beratungsprozesse

DR. PHIL. ANNETT KUPFER, M.A.

hat Erziehungswissenschaften, Soziologie und Romanistik studiert und arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Sozialpädagogik, Sozialarbeit und Wohlfahrtswissenschaften der Technischen Universität Dresden. Ihre Arbeits- und Forschungsschwerpunkte liegen in den Bereichen Beratung, soziale Netzwerke und soziale Unterstützung sowie (Trans-)Migrationsforschung.
<https://tu-dresden.de/gsw/ew/issw/sp>

In allen für sozialpädagogische und psychosoziale Beratung wichtigen Feldern der sozialen, psychosozialen und gesundheitlichen Versorgung gleich welcher Spezialisierung hat Beratung immer dasselbe Ziel: sie unterstützt Menschen dabei, Schwierigkeiten vorzubeugen und Probleme zu bewältigen. Beratung hilft in Fragen der Orientierung sowie Planung, bei Entscheidungsfindungsprozessen und beim Umgang mit unterschiedlichsten Anforderungen. Beratung unterstützt Handlungsoptionen und Lösungskompetenz zu entwickeln, Alternativen zu formulieren und schließlich eigene Ressourcen zu aktivieren (Kupfer 2015, Sickendiek/ Engel/Nestmann 2002).

Einflussfaktoren auf Beratung – zentral, aber unter-erforscht

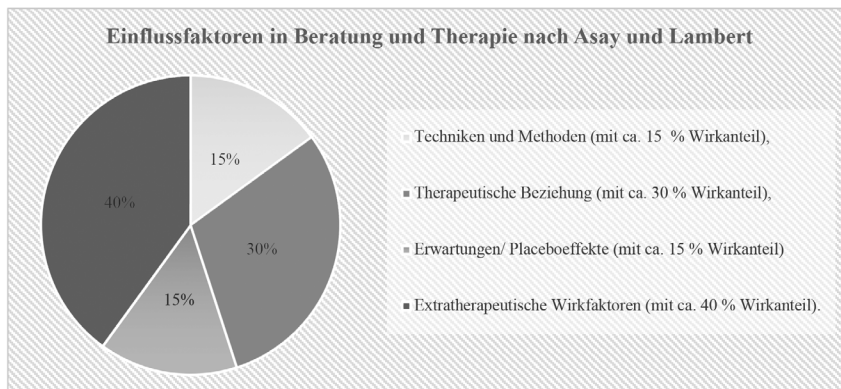
Was nun aber Beratung und professionelle Hilfe als Handlungsform beeinflusst, und ob und ggf. wie Beratung KlientInnen hilfreich bei der Suche nach wirksamen Wegen der Problembewältigung unterstützen kann, ist für BeraterInnen und BeratungsforscherInnen zwar eine zentrale Frage, eine empirische *Beratungswirkungsforschung* findet jedoch sowohl international als auch in Deutschland kaum statt (McLeod 1998). »Im Vergleich zur differenzierten Struktur von Beratungseinrichtungen ist die gegenwärtige Forschung zu Akzeptanz und Wirkung von Beratung in den Anfängen« (Engel/Nestmann 2006: S. 215). Statt Beratung wird vornehmlich Therapie mit ihren Wirkungen und Wirkweisen beforscht, so dass Anleihen aus der Psychotherapieforschung bezüglich therapeutischer Wirkfaktoren einen wichtigen Zugang für das Verständnis professioneller Hilfe und ihrer Einflussfaktoren darstellen. (1)

Dabei zeigt sich zur Wirksamkeit von Therapien über unzählige Studien, Reviews und Metaanalysen hinweg

(siehe zur Übersicht Carr 2009), dass sie überwiegend ihr Ziel erreichen und für verschiedenste Anwendungsbereiche und Probleme hilfreich sind. Neben der Feststellung, *dass* professionelle Hilfe wirkt, ist die Beantwortung der Frage *was genau* im Veränderungsprozess passiert, welche Mechanismen ablaufen und »was eigentlich hilft« (Orlinsky/Grawe/Parks 1994) ein zentraler Gegenstand innerhalb der Prozess- und Wirkungsforschung, der bislang nicht abschließend geklärt werden konnte.

Gemeinsame Wirkfaktoren von Beratung und Therapie – Die Entdeckung der Common Factors

Lange Zeit versuchten die unterschiedlichen Therapie- und Beratungs-»Schulen« (z.B. psychoanalytische, behaviorale oder humanistische) die Effektivität ihrer je spezifischen Strategien und Techniken nachzuweisen. Ein Großteil der Studien und Metaanalysen kamen jedoch zu dem Schluss, dass keine oder nur geringe Wirkungsdifferenzen zwischen den me-



Quelle: eigene Darstellung, angelehnt an Asay/Lambert (2001: S. 49)

thodischen und theoretischen Herangehensweisen bestehen (u.a. Lambert/Ogles 2004, Wampold 2009). Stattdessen, so u. a. Lambert und Bergin (1994), muss es strukturelle Gemeinsamkeiten, sogenannte »Common Factors« geben, die den Großteil der Veränderung bei den KlientInnen anregen (u.a. Lambert 1992). (2) Diese gemeinsamen Wirkfaktoren wurden auf verschiedenste Art und Weise konzeptualisiert (vgl. ausführlich dazu Kupfer 2015). Eine viel zitierte, auf einem umfangreichen qualitativen, narrativen Review basierende und andere Einteilungen integrierende Konzeptualisierung ist die von Asay und Lamberts (2001, ursprünglich Lambert 1992). Die Autoren kommen hier auf insgesamt vier Faktoren (sog. »Big Four«), denen sie unterschiedliche Anteile an der Beratungswirkung zuschreiben (vgl. Grafik).

Nachfolgend sollen drei der »Common Factors«, die Beratungsbeziehung, Erwartungen/Placeboeffekte und extratherapeutische Wirkfaktoren als Einflussfaktoren im Beratungsprozess vorgestellt werden.

Die Beratungsbeziehung als Ausgangsort professioneller Hilfe

Die Beratungsbeziehung ist Ausgangsort und oft auch Dreh- und Angelpunkt professioneller Hilfe und wohl auch deshalb kommen sich Therapie- und Beratungsschulen – so sehr sie sich zu unterscheiden trachten – darin überein, dass entweder angemessene Empathie, nicht besitzergreifende Wärme, positive Wertschätzung, kongruentes Verhalten bzw. Echtheit oder ähnliche Beziehungsvariablen wichtig für einen signifikanten Beratungsfortschritt sind und die fundamentale Basis für ein kooperatives

Arbeitsbündnis zwischen BeraterIn und KlientIn bilden (Gaston 1990).

Zentrale Größen innerhalb der Beratungsbeziehung sind die Beziehungsqualität, die Qualität der therapeutischen Allianz und das Arbeitsbündnis zwischen BeraterIn und KlientIn. Eine unterstützende therapeutische Beziehung ist gekennzeichnet durch Fürsorge, Vertrauen und Hoffnung, sachdienliche, angemessene und korrekte Informationen und die Möglichkeit für den/die KlientIn, sich über Ziele und Zukunftsvorstellungen wie auch persönliche Potenziale und Beschränkungen bewusst zu werden (Peavy 1998). Eine wirksame Arbeitsallianz umfasst sowohl

»Hoffnung, die schließlich Veränderung ermöglichen kann, zeigt sich in der Überzeugung selbst handlungsmächtig zu sein.«

die Fähigkeit des/der KlientIn, sich produktiv an der Beratung zu beteiligen als auch das empathische Verständnis und Engagement der professionellen HelferInnen sowie die Übereinstimmung von KlientInnen und TherapeutInnen hinsichtlich der Ziele, Erwartungen und Aufgaben der professionellen Hilfe (Gaston 1990, Lambert/Ogles 2004, Orlinsky/Grawe/Parks 1994).

Dabei spielt vor allem die Wahrnehmung und Beurteilung des/der KlientIn bezüglich der Beziehungsqualität und der Übereinkunft in Zielen und Wegen der Zielerreichung eine entscheidende Rolle als Wirkfaktor (u.a. Asay/Lam-

bert 2001). Hubble, Duncan und Miller (2006: S. 412) bezeichnen die (der Therapeutensicht vorrangige) KlientInnen-sicht der Beziehung hierzu auch als »trump card in therapy outcome«. Um diese Karte auszuspielen, muss die KlientInnenperspektive und somit die Definition der Hilfesuchenden, wie eine respektvolle, wertschätzende Beziehung aussieht, in den Hilfeprozess einbezogen werden.

Placeboeffekte und wie Hoffnung heilt

»Placebo« heißt so viel, wie den Menschen Hoffnung, positive Erwartung und Zuversicht zu vermitteln, etwas könne getan werden, um ihnen zu helfen. Hoffnung, die schließlich Veränderung ermöglichen kann, zeigt sich beispielsweise in der Überzeugung selbst handlungsmächtig zu sein (»Ich kann das«) und in der Imagination von Handlungsalternativen und -wegen (»Ich weiß wie«) (McFadzean 2005). Bereits im Ausgangszustand der die Beratung aufsuchenden KlientInnen kann der Placebogedanken verortet werden. So sind Hilfesuchende zu Beginn von Beratung/Therapie oft demoralisiert und einem »Gefühl des Versagens oder der Ohnmacht, auf sich selbst oder seine Umgebung Einfluss zu

nehmen« ausgesetzt (Frank 1981: S. 17) und erwarten nun, dass professionelle Hilfe da unterstützen kann, wo andere Versuche fehlgeschlagen sind. Dabei kann die Hilfeinanspruchnahme selbst zu einem Kontrollverlust erleben sowie zu Selbstwertkränkung führen. Wichtig ist daher Halt und Orientierung sowie eine (erneute) Steigerung des Kontrollempfindens über bspw. die aktive Einbindung der KlientInnen in den Hilfeprozess, denn mit der Wahrnehmung von Orientierung und Kontrolle gehen oft Gefühle der Hoffnung und Erleichterung einher, die ihrerseits Wohlbefinden steigernd wirken (Grawe/Grawe-Gerber 1999)

Forschungen legen zudem nahe, dass »Erfolgserwartungen« und »positive KlientInnenerwartungen«, an sich schon verbessernd auf den emotionalen Zustand wirken (Weinberger 1995). So berichten KlientInnen häufig bereits vor der ersten Sitzung von einer Verbesserung ihres Befindens und ein großer Teil (bis zu zwei Drittel) der Besserung passiert bereits früh in der Beratung und Therapie (McFadzean 2005). »Es wird nicht angenommen, dass diese heilenden Wirkungen von einer spezifischen Behandlungsform herrühren, sondern eher von unterschiedlichen positiven und hoffnungsvollen Erwartungen, die mit der Verwendung und Implementierung einer bestimmten Methode oder Vorgehensweise einhergehen« (Miller/Duncan/Hubble 2001: S. 17, Übersetzung A.K.). Zentral für die Mobilisierung des Placeboeffekts im Beratungsprozess ist demnach das strukturierte Handeln des/der professionellen Helfers/Helferin nach einer konkreten Methode, mit

Wirksamkeit von Beratung bleibt stets eine Wirksamkeit in Kontexten, die von weiteren und in der Beratung nicht immer beeinflussbaren Faktoren und Ungewissheiten abhängig ist. Diese sogenannten extra-therapeutischen, d. h. außerhalb des professionellen Settings liegenden Wirkfaktoren umfassen einerseits KlientInnenmerkmale, wie Selbstwirksamkeitserwartungen, Offenheit oder Hartnäckigkeit sowie andererseits Umweltfaktoren, wie unterstützende oder belastende Netzwerkbeziehungen (u. a. Lambert 1992, Lambert & Bergin 1994, McFadzean 2005).

Die zentrale Rolle des/der KlientIn als »Veränderungsmotor« im therapeutischen Prozess heben insbesondere Tallman und Bohart (2001) hervor. So gingen schätzungsweise 70 % der Therapie- und Beratungswirkungen auf den/die KlientIn und nur ca. 30 % auf den/die TherapeutIn zurück. Die wichtigste Determinante des Beratungs-/Therapieergebnisses ist demnach das

moderieren. Sie können u. a. im Beratungsprozess direkte, beratungsunabhängige Bewältigungsunterstützung bieten, ein Ort der Verhandlung von Beratungsthemen sein, über soziale Regulation und Kontrolle die KlientInnenrolle mitbestimmen, die Fortdauer der Beratung fördern, die Beratungsbeziehung stärken und darüber schließlich auch Beratungseffekte und -wirkungen beeinflussen (ausführlicher in Kupfer 2015, Küchenmeister/Kupfer 2017, Kupfer/Nestmann/Weinhold 2013, Weinhold/Kupfer/Nestmann 2014, Röhrle/Strouse 2008).

Fazit

Trotz der Vielzahl an Untersuchungen dazu wurde – und wird bis heute – die »Erklärungskraft« über gemeinsame Wirkfaktoren und mehr noch der Einflüsse außerhalb der »eentlichen« Einzel-, Paar-, Familien- oder Gruppenarbeit in Beratung und Therapie in der Beratungs-/Psychotherapieforschung und -praxis unterschätzt (Großmaß 2009). Zwar werden in einer »systemischen« Sicht auf Beratungs- und Therapieprozesse und in sozialpädagogischer Beratung (Thiersch 1992) theoretisch wie empirisch und praktisch inzwischen durchaus institutionelle und settingbezogene Zusammenhänge der Hilfeleistungen berücksichtigt. Dennoch haben diese Thematisierungen bis auf wenige Ausnahmen weder dazu geführt, ihre Bedeutung für professionelle Hilfeleistungen selbst genauer in den Blick zu nehmen, noch diese Einflüsse in Beratungs- und Therapiekonzepte zu integrieren oder sie in der praktischen Beratungsarbeit und Psychotherapie systematisch zu berücksichtigen (Kupfer/Nestmann/Weinhold 2013, Röhrle/Strouse 2009). Hier liegt demnach noch Einfluss-Potential!

Anmerkungen

- (1) nachvollziehbar und sinnvoll ist dies aufgrund der erstaunlich vielen Gemeinsamkeiten beider Hilfeformen (vgl. hierzu Nestmann 2002, Kupfer 2015) und da Beratung häufig bereits Teil der Therapiewirkungsforschung ist (u.a. Smith/Glass 1977)
- (2) Die Diskussion, um die den Therapien gemeinsamen, »unspezifischen« Wirkfaktoren kann bis in die 1930er-, 1940er-Jahre zurückverfolgt werden und ist insbesondere seit den 1980ern ein zentrales Thema in

»Die Wirksamkeit von Beratung bleibt stets eine Wirksamkeit in Kontexten, die von weiteren und in der Beratung nicht immer beeinflussbaren Faktoren und Ungewissheiten abhängig ist.«

darin eingelagerten Ritualen, Routinen und Rhythmen. Aber auch die Hoffnung des/der Beraters/Beraterin selbst und das Ermutigen des/der Klientin, an eine Veränderung und ein Ende des aktuellen, belastenden Zustands zu glauben, steigert sog. Placeboeffekte (Carr 2009).

Extratherapeutische Wirkfaktoren – wirkmächtige KlientInnen und der Einfluss sozialer Netzwerke

BeraterInnen machen mit ihrem professionellen Handeln nur einen, meist dazu noch kleinen Teil in der Wirkung professionellen Arbeitens aus. Es wäre vermessen und unrealistisch, so Nestmann und Engel (2002), allein aufgrund des »richtigen« Handelns eines/einer Professionellen vorhersagbare Ergebnisse zu erwarten oder diese, wenn sie denn real werden, ausschließlich auf die Beratung zurückzuführen. Denn die

Mitwirken des/der KlientIn selbst. Aber auch die Offenheit des/der KlientIn, das Involviert-Sein des/der KlientIn in die professionelle Hilfe sowie die eigene Motivation (aus Sicht des/der KlientIn) und das Engagement beeinflussen das Beratungs-/Therapieergebnis positiv (Orlinsky/Grawe/Parks 1994, zu weiteren Studienergebnissen vgl. Kupfer 2015).

Einfluss auf den Beratungsprozess kann zudem das soziale Netzwerk nehmen, in das die Hilfesuchenden eingebettet sind. So können signifikante Andere als »alltägliche« und »nichtprofessionelle« Einflussquellen individuell wie als Kollektiv auf Einstellungen, Gefühle, Handlungen und Interaktionen des/der KlientIn wirken und damit auch andere Systeme – wie das Beratungssystem – tangieren. Soziale Einflüsse aus den KlientInnennetzwerken können bspw. als Überweisungsinstanzen in das formelle Hilfe- und Versorgungssystem den Zugang zu professioneller Hilfe

der internationalen Therapie-, speziell der ihr eigenen Integrations- und Eklektizismusforschung. ■

Literatur



Für eine ausführlichere Beschäftigung mit dem Thema (und vor allem sozialen Einflüssen auf Beratung) empfiehlt sich die Lektüre des Buches *Wer hilft helfen? Einflüsse sozialer Netzwerke auf Beratung*, das die Autorin dieses Beitrags 2015 im dgvt-Verlag vorgelegt hat.

Asay, Ted P./ Lambert, Michael J. (2001): Empirische Argumente für die allen Therapien gemeinsamen Faktoren: Quantitative Ergebnisse. In: Hubble, Mark A./ Duncan, Barry L./ Miller, Scott D. (Hrsg.): *So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse mit praktischen Folgerungen*. Dortmund: Verlag Modernes Lernen, S. 41–81.

Carr, Alan (2009): What works with children, adolescents, and adults. A review of research on the effectiveness of psychotherapy. London, New York: Routledge.

Engel, Frank/ Nestmann, Frank (2006): Beratung: Lebenswelt, Netzwerk, Institutionen. In: Krüger, Heinz-Hermann/ Rauschenbach, Thomas (Hrsg.): *Einführung in die Arbeitsfelder des Bildungs- und Sozialwesens*. 4. durchgesehene und aktualisierte Auflage von „Einführung in die Arbeitsfelder der Erziehungswissenschaft“. Opladen, Farmington Hills: Verlag Barbara Budrich, S. 209–220.

Frank, Jerome D. (1981): Die Heiler. Wirkungsweisen psychotherapeutischer Beeinflussung. Vom Schamanismus bis zu den modernen Therapien. (im Original: *Persuasion and healing. A comparative study of psychotherapy*). Stuttgart: Klett-Cotta.

Gaston, Louise (1999): The concept of the alliance and its role in psychotherapy: Theoretical and empirical considerations. In: *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27 (2), S. 143–153.

Grawe, Klaus/ Grawe-Gerber, Mariann (1999): Ressourcenaktivierung. Ein primäres Wirkprinzip der Psychotherapie. In: *Psychotherapeut*, 44 (2), S. 63–73.

Großmaß, Ruth (2009): Therapeutische Beziehung: Distanzte Nähe. In: Lenz, Karl/ Nestmann, Frank (Hrsg.): *Handbuch Persönliche Beziehungen*. Weinheim & München: Juventa, S. 545–563.

Hubble, Mark A./ Duncan, Barry L./ Miller, Scott D. (2006): Directing attention to what works. In: Hubble, Mark A./ Duncan, Barry L./ Miller, Scott D. (eds.): *The heart and soul of change. What works in therapy*. 12th printing. Washington: American Psychological Association, S. 407–447.

Kupfer, Annett (2015): Wer hilft helfen? Einflüsse sozialer Netzwerke auf Beratung. Tübingen: dgvt-Verlag.

Kupfer, Annett/ Nestmann, Frank/ Weinhold, Kathy (2013): Beratung als soziales Isolat? Die übersehene Rolle persönlicher Beziehungen und Netzwerke. In: Nestmann, Frank/ Engel, Frank/ Sickendiek, Ursel (Hrsg.): *Handbuch der Beratung, Band 3. Neue Beratungswelten. Innovative Zugänge – Neue Medien und Räume – Kritische Reflexionen*. Tübingen: dgvt-Verlag, S. 1409–1427.

Küchenmeister, Kathy/ Kupfer, Annett (2017): Soziale Wirkfaktoren in der psychosozialen und sozialpädagogischen Beratung. In: Nationales Forum Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung – nfb (Hrsg.): *Wirksamkeit der Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung. Beiträge zur Wirkungsforschung und Evidenzbasierung*. Bielefeld: wbv, S. 193–203.

Lambert, Michael J. (1992): Psychotherapy outcome research: Implications for integrative and eclectic therapists. In: Norcross, John C./ Goldfried, Marvin R. (eds.): *Handbook of psychotherapy integration*. New York: Basic Books, S. 94–129.

Lambert, Michael J./ Bergin, Allen E. (1994): The effectiveness of psychotherapy. In: Bergin, Allen E./ Garfield, Sol L. (eds.): *Handbook of psychotherapy and behavior change*. 4th edition. New York: Wiley, S. 143–189.

Lambert, Michael J./ Ogles, Benjamin M. (2004): The efficacy and effectiveness of psychotherapy. In: Lambert, Michael J. (ed.): *Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior change*. 5th edition. New York: John Wiley & Sons, S. 139–193.

McFadzean, Douglas M. (2005): What really matters. The foundation of effective counselling and psychotherapy. (Download am 03.04.2013. Verfügbar unter: <http://talkingcure.co.uk/articles/whatreallymatters.pdf>).

McLeod, John (1998): Research and evaluation in counselling. In: Palmer, Stephen/ McMahon, Gladeana (eds.): *Handbook of Counselling*. 2nd edition. London u.a.: Routledge, S. 489–500.

Miller, Scott D./ Duncan, Barry L./ Hubble, Mark A. (2001): Client-directed, outcome-informed clinical work: Directing attention to „what works“ in treatment. (Download am 30.09.2009. Verfügbar unter: <http://talkingcure.com/docs/LEBOW-V2.doc>).

Nestmann, Frank (2002): Verhältnis von Beratung und Therapie. In: *Psychotherapie im Dialog*, 3 (4), S. 404–409.

Nestmann, Frank/ Engel, Frank (2002): Beratung – Markierungspunkte für eine Weiterentwicklung. In: Nestmann, Frank/ Engel, Frank (Hrsg.): *Die Zukunft der Beratung*. Tübingen: dgvt-Verlag, S. 11–50.

Orlinsky, David E./ Grawe, Klaus/ Parks, Barbara K. (1994): Process and outcome in psychotherapy – noch einmal. In: Bergin, Allen E./ Garfield, Sol L. (eds.): *Handbook of psychotherapy and behaviour change*. 4th edition. New York: Wiley, S. 270–376.

Peavy, R.Vance (1998): SocioDynamic Counseling, A constructivist perspective. Victoria, BC: Trafford.

Röhrle, Bernd/ Strouse, Janina (2008): Influence of social support on success of therapeutic interventions: A meta-analytic review. In: *Psychotherapy Theory, Research, Practice, Training*, 45 (4), S. 464–476.

Röhrle, Bernd/ Strouse, Janina (2009): Der Einfluss Sozialer Netzwerke auf den psychotherapeutischen Erfolg – Eine Meta-Analyse. In: Röhrle, Bernd/ Laireiter, Anton-Rupert (Hrsg.): *Soziale Unterstützung und Psychotherapie*. Tübingen: dgvt-Verlag, S. 277–296.

Sickendiek, Ursel/ Engel, Frank/ Nestmann, Frank (2002): Beratung. Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze. Weinheim und München: Juventa.

Smith, Mary Lee/ Glass, Gene V. (1977): Meta-analysis of psychotherapy outcome studies. *American Psychologist*, 32 (9), S. 752–760.

Tallman, Karen/ Bohart, Arthur C. (2001): Gemeinsamer Faktor KlientIn: Selbst-HeilerIn. In: Hubble, Mark A./ Duncan, Barry L./ Miller, Scott D. (Hrsg.): (2001): *So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse mit praktischen Folgerungen*. Dortmund: Verlag Modernes Lernen, S. 85–136.

Thiersch, Hans (1992): Lebensweltorientierte Beratung. Weinheim, München: Juventa.

Wampold, Bruce E. (2009): The great psychotherapy debate. Models, methods, and findings. Reprint. Originally published by Lawrence Erlbaum Associates in 2001, first published 1948. New York/ London: Routledge.

Weinberger, Joel (1995): Common factors aren't so common: The common factors dilemma. In: *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2 (1), S. 45–69.

Weinhold, Kathy/ Kupfer, Annett/ Nestmann, Frank (2014): „Beratung unter Einfluss“. Ergebnisse einer empirischen Untersuchung zur Bedeutung sozialer Einflussfaktoren auf Zustandekommen, Verlauf und Wirkung sozialpädagogischer und psychosozialer Beratungsprozesse. In: Bauer, Petra/ Weinhardt, Marc (Hrsg.): *Perspektiven sozialpädagogischer Beratung. Empirische Befunde und aktuelle Entwicklungen*. Weinheim & München: Beltz Juventa, S. 286–309.