

# WIRKFAKTOREN PSYCHO-SOZIALER BERATUNG

Katharina Kitze

**Zusammenfassung |** Psychosoziale Beratung besteht aus den Aspekten „psycho“ und „sozial“. Folglich werden Klientinnen und Klienten in einer Beratung zur Problembewältigung auf beiden Ebenen angesprochen. Da psychosoziale Beratung nicht auf einer bestimmten Beratungstheorie beruht, hängt ihr Erfolg nicht nur von theoriespezifischen, sondern auch von theorieneinspezifischen Wirkfaktoren ab. Beratungskompetenzen bauen beispielsweise auf den Faktoren Beziehungsqualität, motivationale Klärung, Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung und Hilfen zur Problembewältigung auf.

**Abstract |** Psychosocial counselling consists of the aspects „psycho“ and „social“ so that clients are counselled with regard to both dimensions. Since psychosocial counselling is not precisely based on a certain counselling theory, its success is not only dependent on theory-related factors, but also on factors which do not correspond neatly to a specific theory. Counselling skills, for example, hinge on factors like the quality of relationship, motivational clarification, resource activation, problem activation and assistance in problem solving.

**Schlüsselwörter ▶** Beratung ▶ Soziale Arbeit  
▶ psychosoziale Faktoren ▶ Methode  
▶ Fallbeschreibung

**Eine typische Beratungssituation | Lisa<sup>1</sup>,** 16 Jahre alt, kommt zum vereinbarten Termin in die Beratungsstelle zur psychosozialen Beratung. Nach einer zaghaften Begrüßung setzt sie sich an den Beratungstisch, blickt zu Boden und sagt: „Ich weiß nicht, was ich jetzt machen soll.“ Dann folgt Schweigen. Die Beraterin lässt ihr ein paar Sekunden der Stille und begrüßt sie dann mit den Worten: „Schön, dass Sie hier sind.“ Daraufhin stellt die Beraterin die Eingangsfrage: „Was genau führt Sie denn zu mir?“ Lisa antwortet stockend und mit knappen Worten, dass sie mit ihrer Ausbildung zur Dokumentationsassistentin nicht zufrieden sei. Und mit ihren Eltern könne sie nicht darüber reden. Die Beraterin lobt Lisa, dass sie in der Beratung darüber reden kann, und stellt weitere Fragen.

So und ähnlich beginnen viele Gespräche in der psychosozialen Beratung. Der weitere Verlauf und vor allem das Ergebnis einer Beratung sind dagegen von Fall zu Fall extrem unterschiedlich. Selbst bei ähnlichen Ausgangssituationen müssen Beratende mit unterschiedlichen Persönlichkeiten, Kompetenzen und Umgebungen der Ratsuchenden rechnen und diese in der Beratung analysieren und nutzen. Die Mehrzahl der psychosozialen Beraterinnen und Berater, insbesondere im Bereich der Sozialen Arbeit, sind nicht in speziellen Beratungsmethoden ausgebildet. Wie kann nun sichergestellt werden, dass psychosoziale Beratung dennoch hilfreiche Effekte bei den Ratsuchenden erlangt?

Anhand einer Fallgeschichte aus der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland (UPD) werden im Folgenden einerseits das professionelle Vorgehen in der psychosozialen Beratung analysiert und andererseits die methodenunspezifischen Wirkweisen entsprechend dem wissenschaftlichen Forschungsstand aufgezeigt.

**Fallgeschichte aus der UPD, 2015 | ... Lisa** berichtet, sie sei schwanger. Ihre Eltern hätten auf diese Nachricht nur kurz mit finanziellen Bedenken reagiert, indem sie ihr nachdrücklich sagten, sie solle die Ausbildung zu Ende machen. Über andere Themen, wie die Schwangerschaft, den Ex-Freund, Liebe und Angst, würden sie mit Lisa nicht reden. Der Kindsvater sei ebenfalls 16 Jahre alt und unsicher im Auftreten. Seine Eltern würden ihn von ihr fernhalten. Lisa hätte keine Freunde, noch nie welche gehabt. Sie wohne zu Hause bei den Eltern, da die Ausbildungsvergütung nicht für eine eigene Wohnung ausreiche. Die Ausbildung zur Dokumentationsassistentin war nicht ihr eigener Wunsch. Sie wusste nach der Realschule nicht, was sie werden sollte, und sei daher der Empfehlung einer Berufsberaterin gefolgt.

Im Verlauf der Beratung gibt es immer wieder Situationen, in denen Lisa nach einem Satz schweigt und einen Punkt an der Wand fixiert. Ebenso oft antwortet sie nicht unmittelbar auf eine Frage, sondern zeitlich verzögert. Die Beraterin respektiert das Schweigen und gibt ihr jeweils Zeit, bevor sie das Gespräch weiterführt.

Im Gespräch zeigt Lisa nur eine schwach ausgebildete Mimik und Gestik. Emotionen lassen sich daraus kaum ablesen. Die Inhalte und Reaktionen im Gespräch geben jedoch durchaus Hinweise auf Wut und Angst: Wenn

*Lisa über ihren Vater spricht, wird sie noch einsilbiger und presst die Worte eher heraus. Geht es um ihre Zukunft, dann seufzt sie, blickt auf den Boden und redet leiser. Die Beraterin versucht in solchen Situationen, die vermuteten Emotionen in Worte zu fassen und auszusprechen. Lisa nickt daraufhin zur Bestätigung.*

*Die Beraterin eruiert sodann die Kommunikationsstrukturen in der Familie, zum Beispiel anhand Lisas Mitteilung an ihre Eltern über ihre Schwangerschaft. Der Vater sei nicht gesprächsbereit gewesen, habe sich abgewendet und sie selbst habe Hemmungen gehabt, überhaupt noch irgendetwas zu sagen. Die Mutter schaue in solchen und ähnlichen Situationen den Vater immer an und sei ebenfalls still. Lisa hätte dann das Gefühl, etwas Unrechtes getan zu haben, und gehe in ihr Zimmer. Manchmal würde sie im Internet surfen und sich über wichtige Themen informieren. So habe sie auch die Beratungsstelle gefunden.*

*Lisa hatte sich bisher nicht getraut, ihren Eltern etwas über ihre Unzufriedenheit mit der Ausbildung zu erzählen. In der Ausbildung spricht sie dies ebenfalls nicht an. Es stellt sich im Gespräch heraus, dass Lisa mit ihrem Schulzeugnis gute Chancen auf andere Ausbildungsplätze gehabt hätte. Auf die Frage, wie sie zu den guten Schulnoten gekommen sei, antwortet Lisa, ihre Eltern hätten das so verlangt. Ein Ausbildungswechsel sei für Lisa noch völlig unklar, da ihr eine Idee fehle, was ihr überhaupt gefallen könnte. Auf Nachfrage, was sie in ihrer Freizeit gern mache, antwortet sie: Backen mit Verzierungen und Dekorieren von ihren Schulordnern. Ein Abbruch der derzeitigen Ausbildung käme aus finanziellen Gründen nicht infrage, da Lisa, solange sie zu Hause wohne, Kostgeld abgeben müsse.*

*In der zweiten Beratungssitzung visualisiert die Beraterin die verschiedenen Problemlagen auf Kärtchen und gibt Lisa die Aufgabe, diese nach Wichtigkeit und Dringlichkeit zu ordnen. Dadurch wird deutlich, dass ihr die Ablösung von den Eltern sehr wichtig ist. Dringlicher jedoch scheint die Klärung der finanziellen Absicherung für eine Selbstständigkeit sowie eine soziale Unterstützung für die erste Zeit der Mutterschaft. Erst später soll es um den Wechsel der Ausbildung gehen.*

*Die Beraterin vermittelt Lisa verschiedene (vor allem sozialrechtliche) Informationen: Anspruch auf Sozialhilfe ab Geburt des Kindes, Unterstützung vom Jugendamt, Mutterschutzfristen, Müttergruppe, etc. Die Beraterin*

*gibt Lisa dazu Broschüren und Adressen an die Hand. Im weiteren Gespräch geht es um Kommunikation. Die Beraterin bespricht mit Lisa Ansätze, ihr Kommunikationsverhalten zu ändern. Zuerst stellt die Beraterin dar, was Ursache und Wirkung im Gespräch bedeuten, im Sinne von „wie ich in den Wald hineinrufe, schallt es heraus“. Es werden typische Kommunikationsprozesse der Familie analysiert und zukünftige Gespräche mit den Eltern geplant: Wie trete ich meinen Eltern entgegen (einzelnen), was genau sage ich (Wertschätzung der elterlichen Sorge, Darstellung eigener Wünsche), wie sage ich es (nicht anklagend, mit Begründung, eventuell im Stehen), wie reagiere ich auf Ablehnung (Gespräch vertagen, Wunsch nicht zurückziehen). Diese Plangespräche werden in der Beratungssitzung geübt.*

**Psychosoziale Beratung im Fokus |** In der Forschungsliteratur wie auch in Lehrbüchern zum Thema gibt es eine Vielzahl an Begriffsbestimmungen für die psychosoziale Beratung. Eine umfassendere Definition stammt von Sickendiek u.a. (2008, S.19): „Psychosozial“ impliziert ein Menschen- und Gesellschaftsbild, das psychische und soziale Befindlichkeiten in Verbindung zu sozialen Lebens- und Umweltbedingungen setzt. Die gesellschaftlichen Ansprüche, Normen und Werte werden in ihrem Zusammenhang mit persönlichen Bedürfnissen, Motivationslagen und Handlungsweisen betrachtet. Der Schwerpunkt der psychosozialen Perspektive liegt auf den Belastungen, die durch äußere Anforderungen an das Individuum [...] herangetragen werden, und auf den individuellen und sozialen Bewältigungsformen für diese Belastungen.“ In erster Linie sagt der Begriff „psychosoziale Beratung“ demnach aus, dass in der Beratung entsprechend der Systemtheorie (Luhmann 1986) zwei Funktionssysteme des Menschen betrachtet werden müssen: psycho und sozial. Ganzheitlich betrachtet müsste das biologische Funktionssystem des Menschen ebenfalls analysiert werden. In der psychosozialen Beratung steht es eher nicht im Fokus. Es zeigt sich hier indirekt in Form von Gedanken- und Emotionsausdruck und macht vor allem psychische Funktionen sichtbar.

Mit den psychischen Aspekten und Kompetenzen eines Menschen werden innere Prozesse wie beispielsweise Aufmerksamkeit und Sensibilität, Denken und Bewerten, aber auch Emotionsverarbeitung und Motivation bezeichnet. Die heutige Leistungsgesellschaft trägt an die Menschen veränderte und hohe

psychische Anforderungen heran. So besteht im beruflichen wie im privaten Leben ein hoher Leistungs- und Erfolgsdruck (Lohmann-Haislah 2012). Es werden immer häufiger und früher die Übernahme von Verantwortung sowie die Fähigkeit zur Entscheidung verlangt. Psychische Kompetenzen wie das Problemlösen, die Emotionsregulation, Flexibilität oder die Konfliktfähigkeit sind heute entscheidend, um mitzuhalten. Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, ist ein ausreichendes Gefühl im Selbstwert und der Selbstsicherheit vonnöten.

Soziale Aspekte und Kompetenzen der Klientinnen und Klienten finden sich in der Interaktion mit der sozialen Umwelt wieder. Zu den sozialen Kompetenzen gehören die Kommunikations- und die Beziehungsgröße mit anderen Menschen. Gesellschaft, Kultur und Politik sind hingegen die sozialen Aspekte, welche auf Ratsuchende einwirken und sie in Form von finanziellen Nöten, Bürokratie oder Wertewandel herausfordern.

In Bezug auf das Fallbeispiel kann hinsichtlich der psychischen Kompetenzen festgestellt werden, dass *Lisa* ihr Selbstwertgefühl recht gering ist. Sie hält kaum Blickkontakt und sieht Erfolge als „nicht selbstgemacht“ an. Forderungen, Wünsche und Kritik kann sie nur bedingt äußern. So traut sie sich gegenüber den Eltern nicht, ihren Wunsch nach einem Wechsel in eine andere Ausbildung anzusprechen. Ebenso stellt sie in der Ausbildung ihre Bedürfnisse nicht entsprechend dar. In einem anderen Setting – der psychosozialen Beratung – gelingt es *Lisa* wiederum, Hilfe und Unterstützung einzufordern. Eine Emotionsregulation erfolgt bei *Lisa* ausschließlich internal-kognitiv. Hinsichtlich sozialer Aspekte und Kompetenzen wird im Lauf der Beratung von *Lisa* deutlich, dass sie sich in einer sozialen Isolation befindet. Zwar gibt es Menschen um sie herum, jedoch hat sie, abgesehen von den Eltern, keine persönlichen Beziehungen. Kommunikation findet mit ihrer sozialen Umgebung kaum statt. *Lisa* ist sowohl finanziell als auch moralisch von den Eltern abhängig. Sie ist jedoch in der Lage, sich informationelle Unterstützung über das Internet und die Beratungsstelle zu besorgen.

In der psychosozialen Beratung werden folglich beide Seiten betrachtet. Wenn sich Beratende ausschließlich auf die psychischen Kompetenzen und Aspekte konzentrieren würden, bestünde die Gefahr,

dass die Ratsuchenden neu gewonnene Kompetenzen wie Selbstbewusstsein oder Entscheidungsfähigkeit nicht in der sozialen Umgebung anwenden können. Auf der anderen Seite reicht es genauso wenig aus, sich exklusiv um die sozialen Aspekte der Ratsuchenden zu kümmern. Eine rein informationelle Unterstützung wäre nicht ausreichend, wenn Ratsuchende aufgrund ihres geringen Selbstwertgefühls mit ihrer sozialen Umwelt nicht in Kommunikation treten. Psychosoziale Beratung zur Bewältigung von psychosozialen Belastungen ist nur dann vollständig und wirkungsvoll, wenn psychische und soziale Aspekte und Kompetenzen von Ratsuchenden gemeinsam analysiert und in der Unterstützung durch die Beratung verknüpft werden.

**Handlungsgrundlagen psychosozialer Beratung** | Professionelle Beratung geht theoriegeleitet und methodisch vor. Die psychosoziale Beratung bedient sich dazu der evidenzbasierten theoretischen Grundlagen für Beratung, die zum größten Teil auf den Paradigmen der Psychotherapie basieren. Sie lassen sich fünf Grundrichtungen zuordnen: psychodynamisch, verhaltenstherapeutisch, humanistisch, systemisch, körperorientiert. In der psychosozialen Beratung hingegen ist es nicht vorgegeben, aus welchen der Theorien die Beratenden ihre Methoden ableiten. Umso wichtiger scheint es, dass sich psychosozial Beratende in ihrer Berufsausbildung mit den wichtigsten Beratungstheorien auseinandersetzen haben. Ein professionelles Beraten beruht immer auch auf einer verinnerlichten theoretischen Struktur.

Die Beziehung zwischen Beratenden und Ratsuchenden bildet die Basis für die methodische Gestaltung jeder Beratungskommunikation. Das Vorgehen zur professionellen Gestaltung der Arbeitsbeziehung wurde von Vertretern und Vertreterinnen unterschiedlichster Theorien mehr oder weniger ausführlich und auf vielfältige Weise beschrieben. Dieser Artikel beschränkt sich auf die Beschreibung des humanistischen Ansatzes nach Carl R. Rogers, der in der Beratungspraxis des Fallbeispiels zur Anwendung kam. Von Rogers (1997) werden drei Elemente zu Grundlagen hilfreicher menschlicher Beziehungen genannt: Kongruenz, Wertschätzung und Empathie.

Unter Kongruenz, auch als Echtheit bezeichnet, versteht Rogers (1997) die Übereinstimmung verbaler und nonverbaler Kommunikation der Beratenden.

Indem sich Beratende in ihren Gefühlen und Einstellungen transparent gegenüber ihren Ratsuchenden zeigen, vermitteln sie gleichzeitig ein in sich stimmiges Modell und Eindeutigkeit. Wertschätzung versteht Rogers als „bedingungslose positive Zuwendung“ (ebd., S. 67). Damit führt er eine positive, akzeptierende Einstellung gegenüber den Ratsuchenden ein, die dem Gegenüber vermittelt, ernst genommen zu werden. Die Beraterin im Fallbeispiel zeigt dies ebenso durch ihre grundsätzlich offene Haltung gegenüber *Lisa* als Person wie auch durch ihr interessiertes Fragen. Zudem hält die Beraterin das Schweigen aus, das von *Lisa* offensichtlich maßgeblich zur Emotionsregulation benötigt wird.

Das dritte förderliche Element, die Empathie, wird häufig auch als einführendes Verstehen definiert. Es handelt sich um die Fähigkeit von Beratenden, sich in die Gedanken, Gefühle und das Weltbild anderer Menschen hineinzuversetzen und einzufühlen. Im Fall *Lisa* wird die Empathie der Beraterin beispielsweise dadurch deutlich, dass sie die Emotionen anspricht, die sie bei *Lisa* vermutet. Obwohl diese drei Grundhaltungen der Beratung dem personenzentrierten Ansatz entlehnt sind, werden sie in der Praxis in allen Formen von Beratung eingenommen. Dies sind die zentralen Elemente zur Herstellung der Arbeitsbeziehung zwischen Beratenden und Ratsuchenden.

**Wirkweisen und Effekte |** Die Wirkung von spezifischen Methoden aus verschiedenen Beratungstheorien wurde in mehreren Studien untersucht. Eine Übersicht dazu findet sich in Senf; Broda (2007). Da in der psychosozialen Beratung für die Beratenden keine Theorieerichtung vorgegeben ist und meist offen eklektisch gearbeitet wird, können hier theorie- und methodenunspezifische Wirkungen von Bedeutung werden. Die wichtigsten Ergebnisse einer sehr differenzierten Forschung findet man in den umfassenden Arbeiten der Forschergruppe um Klaus Grawe. Sie befasste sich über einen längeren Zeitraum mit den Faktoren, die theorieunspezifisch und allgemein in der Therapie und Beratung wirken.

Die Beziehung zwischen Beratenden und Ratsuchenden wird als eine übergeordnete Einheit angesehen. Es ist insbesondere die Qualität der Beziehung, die signifikant zum Erfolg von Beratung beiträgt (Grawe u.a. 1994). Ratsuchende sollen Vertrauen und Sicherheit durch das Gespräch erfahren. Beratende

können dies gut über die Grundvariablen nach Rogers herstellen. Im Fallbeispiel zeigt die Anwendung von Wertschätzung, Echtheit und Empathie, dass *Lisa* sich gedanklich öffnen kann und immer flüssiger ins Erzählen kommt. Des Weiteren bietet die Beraterin *Lisa* die Möglichkeit, Emotionen auf eine ihr mögliche Weise zuzulassen. Indem die Beraterin den Emotionen Namen gibt, erlaubt sie *Lisa*, darüber zu sprechen. Dies führt im Laufe des Gesprächs zu einer deutlichen emotionalen Entlastung.

Grawe u.a. stellen fest, dass die *motivationale Klärung* ein weiteres wichtiges Indiz für eine erfolgreiche Beratung ist. In der Beratung sollen Bedeutungen des Erlebens und Verhaltens, Determinanten des Problems sowie persönliche Ziele für die Ratsuchenden herausgearbeitet werden. Durch das Bewusstsein der Wertigkeit der einzelnen Probleme kann bei den Ratsuchenden Änderungsmotivation aufgebaut und verstärkt werden. Bei *Lisa* wurde dies deutlich, als die Beraterin *Lisa* die Teilprobleme ordnen ließ. Die Ablösung von den Eltern scheint ein vorrangiges Ziel zu sein. Allerdings kann dieses Ziel kaum erreicht werden, da die Eltern *Lisas* einzige soziale Beziehungspartner sind. Die Bedingung für die Ablösung von den Eltern wäre demnach, neue Beziehungen aufzubauen. Dazu wiederum müssten zuvor *Lisas* Selbstwertgefühl gestärkt und ihre Kommunikationsfähigkeit gefördert werden. Das Fallbeispiel zeigt deutlich, dass Teilprobleme nicht einfach gelöst werden können, sondern häufig stark von weiteren Bedingungen abhängig sind.

Ein drittes allgemeines Wirkprinzip ist die *Ressourcenaktivierung*. Eigenarten, Fähigkeiten, Motivationen und Möglichkeiten der oder des Ratsuchenden werden als positive Ressourcen in der Beratung genutzt. Hierfür müssen zunächst die persönlichen Ressourcen identifiziert werden. In der Falldarstellung werden die Ressourcen recht schnell deutlich: *Lisa* ist in der Lage, wichtige Entscheidungen zu treffen, beispielsweise das Kind zu behalten oder sich externe Unterstützung zu suchen. Sie ist in der Lage, sich Informationen zu verschaffen, recherchiert dafür im Internet und wendet sich an die psychosoziale Beratungsstelle. *Lisa* hat im Backen und Dekorieren ein Hobby gefunden, das ihr Selbstwertgefühl stärkt. Selbst zur Emotionsregulation besitzt sie eine zu ihr passende Fähigkeit. Der Wirkeffekt in der Beratung entsteht sodann durch die Aktivierung dieser Ressourcen,

indem diese erlebbar gemacht werden und damit die Ratsuchende bestärken. In der Beratung wurden diese Ressourcen aktiviert, als sie zum einen durch die Beraterin mittels Paraphrasieren, Verbalisieren, neugierigem Nachfragen sowie Komplimenten bestärkt wurden. Zum anderen gelang es *Lisa* mithilfe der Beraterin, diese Fähigkeiten auch auf andere Situationen zu übertragen. Sie entschied sich dafür, mit der Mutter allein, in Abwesenheit des Vaters, ein Gespräch zu führen. Auch wollte sie ihre Ausbildung vorerst fortsetzen und hatte sich vorgenommen, für jede Akte ein Dekorationselement zu schaffen, um sich zusätzlich zu motivieren.

„Was verändert werden soll, muss in der Therapie real erlebt werden“ (Grawe 1995, S. 136). Über die sogenannte *Problemaktualisierung* werden in der Beratung Probleme unmittelbar erfahrbar gemacht. Dazu können Techniken wie Imagination, Visualisierung, Konfrontation oder spezielle Fragearten eingesetzt werden. Bei *Lisa* bewirkt das neugierige Weiterfragen am Beginn der Beratung eine Differenzierung zwischen dem Anlass der Beratung und der eigentlichen Problemsystematik. Dadurch wurde ihr klar, dass die Unzufriedenheit mit der Ausbildung nur ein kleiner Teil einer sich bedingenden Problemlage ist und eine Änderung des beruflichen Ziels allein wenig bewirkt hätte. Ebenso konnte die Visualisierung der Problemlagen auf Kärtchen dazu beitragen, die Teilprobleme zu gewichten und Bedingungen zu offenbaren. Die Analyse der Kommunikationsformen und -wege sowie die anschließenden Plangespräche führten zudem dazu, dass nicht nur über das Kommunikationsproblem gesprochen, sondern das Problem in das Beratungszimmer verlagert wurde. Somit war es für die Ratsuchende wie auch für die Beraterin besser möglich, sich in die Problemsituation und Gefühlslage hineinzuversetzen und neue Verhaltensweisen stärker motiviert zu erlernen und zu üben.

Schließlich führen Grawe u.a. (1994) die *aktive Hilfe zur Problembewältigung* als unspezifisch wirkenden Faktor für die Beratung auf. Die Beratenden unterstützten hierbei die Ratsuchenden, mit spezifischen Maßnahmen positive Bewältigungserfahrungen zu machen. Dies geschieht meist durch Informationsvermittlung, die im Fall *Lisa* sowohl mündlich oder durch Informationsmaterial erfolgte. Oft reicht eine einfache Wissensvermittlung nicht aus. Eine aktive Hilfe zur Problembewältigung kann in der Förderung

von Fähigkeiten der oder des Ratsuchenden sowie dem Aufbau von Handlungskompetenz liegen. *Lisas* größte Schwierigkeit bestand im Bereich der Kommunikation. Erst die Analyse der Kommunikationsstrukturen und die Rollenspiele führten dazu, dass *Lisa* in der Lage war, mit ihrer Mutter über ihre Probleme zu sprechen. Viele Beratende sehen in diesem Faktor die alleinige Wirkung von Beratung. Sowohl die Forschungsliteratur als auch die Erfahrung zeigen jedoch, dass die aktive Hilfe nur dann wirkt, wenn die anderen Faktoren ebenfalls erfüllt wurden (Wälte; Borg-Laufs 2018).

Idealistisch betrachtet müsste, wenn alle aufgeführten Wirkfaktoren nach Grawe u.a. berücksichtigt werden, jede Beratung vollständig erfolgreich sein – abhängig von der Definition von Erfolg trifft diese Annahme zu. Vielleicht werden nicht alle Probleme gelöst, aber in jedem Fall bewirkt Beratung eine Veränderung bei den Ratsuchenden. Die bisherigen Forschungen belegen, dass zwar immer Veränderungen eintreten, und seien sie noch so klein, zeigen jedoch auch, dass das Ergebnis jeweils nicht vorbestimmt werden kann. Laut den Erkenntnissen im Bereich der Psychotherapie von Lambert (2013) werden nur 45 Prozent des Gesprächsverlaufs durch die Beziehungsarbeit (30 Prozent) und Methodik des Therapeuten oder der Therapeutin (15 Prozent) bestimmt. Der Rest ergibt sich aus Placebo-Effekten (15 Prozent) und durch Faktoren außerhalb der Therapie (40 Prozent), also vorrangig durch die soziale Umgebung der Ratsuchenden. Dazu kommt, dass in fünf bis zehn Prozent der Fälle auch negative Effekte durch eine Intervention auftreten können (Linden; Strauss 2013). Es ist davon auszugehen, dass sich diese Ergebnisse allgemein auf die Beratung übertragen lassen, da die meisten Beratungsansätze auf Psychotherapieansätzen beruhen.

**Das Ende der Fallgeschichte |** *Lisa* hat sich drei Monate nach der Geburt ihrer Tochter per E-Mail gemeldet: Sie hätte die Ausbildung abgebrochen und sich dafür entschieden, ihr Abitur nachzuholen. Unterstützung erhielt sie von einer freundlichen Mitarbeiterin des Jugendamtes. Nun möchte sie einen weiteren Beratungstermin, weil sie gehört habe, dass man mit einem Baby reden solle, jedoch nicht wisse, wie.

Hier wird deutlich, dass der Ausgang der Beratung nicht unbedingt dem Beratungsauftrag entsprechen muss. Im Fall *Lisa* konnte beispielsweise die Kommuni-

kationskompetenz durch die psychosoziale Beratung nur teilweise vermittelt werden. Eine Übertragung der erlernten Kommunikationsfähigkeit auf weitere Lebensbereiche, wie beispielsweise die Kommunikation mit ihrem Kind, war *Lisa* nicht möglich. Kindheitserfahrung und Vorwissen beeinflussen ihr Handeln nach wie vor stark. Das wiederum bedeutet, dass Beratende nicht vollständig die Verantwortung für den Ausgang einer Beratung übernehmen können. Die Entscheidungen treffen die Ratsuchenden, die sich außerhalb der Beratung auch weiterhin in einem sich bedingenden System befinden.

**Fazit |** „Je mehr sich die Menschen durch ihre aktuellen Umweltbedingungen psychisch bedroht fühlen, umso mehr stellen sich ihre inneren Probleme gleichzeitig als psychosoziale Probleme dar. Sie mögen nach wie vor einsehen, daß viele ihrer psychischen Behinderungen auf mangelhaft verarbeitete Kindheitserfahrungen zurückgehen, die sich störend auf ihre psychische Struktorentwicklung ausgewirkt haben. Aber daneben belastet sie der Druck ihrer aktuellen sozialen Lebensbedingungen. Und so beschreiben immer mehr Patienten [...] ihre Konflikte sowohl als ein persönliches inneres Unvermögen wie als ein Problem ihrer sozialen Situation in der Familie, im Arbeitsbetrieb oder in einem sonstigen sozialen Beziehungsfeld“ (Richter 1978, S. 179). Der vorliegende Artikel bestätigt, was Richter bereits vor 40 Jahren prägnant formuliert hat: In der psychosozialen Beratung sind beide Funktionsaspekte nötig: psycho und sozial.

Als spezifische Form helfender Interaktion hat psychosoziale Beratung das Ziel, Ratsuchende in ihrer Problemlösungs- und Veränderungsfähigkeit zu unter-

stützen. Dafür benötigen psychosozial Beratende fundierte Kompetenzen, aufgrund derer Beratungen ihre Wirkung entfalten können. Diese Kompetenzen bestehen hierbei im Wissen und Können in den Bereichen Kommunikation, Verhaltensveränderung und Beratungsmethodik auf der einen Seite sowie feldspezifischem Wissen in verschiedenen Problembereichen auf der anderen Seite. Um professionell arbeiten zu können, sollten sich psychosozial Beratende diese Kompetenzen bereits in ihrer Ausbildung beziehungsweise im Studium aneignen (Lauinger 2015). Zwar wird das professionelle Können erst in der Praxis vollständig erlernt, jedoch sind erste Erfahrungen, insbesondere in der Beratungsmethodik, sehr hilfreich, damit sich angehende Beraterinnen und Berater selbst einzuschätzen lernen und Reaktionen üben können. So hat Szeteli (2015) in seinen Forschungen herausgefunden, dass Übungsgespräche mit Simulationsklientinnen und -klienten eine kompetenzfördernde Wirkung haben.

Psychosoziale Beratung in diesem umfassenden Sinne findet natürlich nicht nur in Beratungsstellen statt, sondern auch in mittel- und langfristigen Kontexten wie in betreuten Wohnformen, Tagesstätten und -kliniken, Familien- und Einzelfallhilfen, Krankenhäusern, Selbsthilfegruppen und in verschiedenen Formen der Gruppenarbeit (Pauls 2004). Der Kompetenzerwerb hinsichtlich psychosozialer Beratung stellt demzufolge eine tragende Grundlage für alle Arbeitsfelder der Sozialen Arbeit dar.

Dieser Beitrag wurde in einer Double-Blind Peer Review begutachtet und am 29.10.2018 zur Veröffentlichung angenommen.

## 40 Jahre dokumentierte Fachdiskussion 40 Jahre Sozialwissenschaftliche Literaturdokumentation

- Onlinezugang in über 200 Hoch- und Fachhochschulbibliotheken
- Individuelle Beratung und Recherche mit Dokumentenlieferung

Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen/DZI

[www.dzi.de](http://www.dzi.de)



**Professorin Dr. Katharina Kitze, Dipl.-Psychologin, lehrt psychosoziale Gesundheit und psychosoziale Versorgung im Lebenslauf im Fachbereich Soziale Arbeit, Gesundheit und Medien der Hochschule Magdeburg-Stendal. Sie war langjährig an der Beratungsstelle Leipzig der Unabhängigen Patientenberatung Deutschland tätig, zuletzt als deren Leiterin. E-Mail: katharina.kitze@hs-magdeburg.de**

#### Literatur

- Grawe, Klaus:** Grundriss einer Allgemeinen Psychotherapie. In: Psychotherapeut 40/1995, S. 130-145
- Grawe, Klaus; Donati, Ruth; Bernauer, Friederike:** Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Göttingen 1994
- Lambert, Michael J. (Hrsg.):** Bergin and Garfield's Handbook of Psychotherapy and Behavior Change. New York 2013
- Lauinger, Felicitas:** Beraten lernen?!. Biographisch-informelle Einflüsse auf Lern- und Bildungsprozesse von Studierenden während Studium und Beratungspraktikum. In: Weinhardt, Marc (Hrsg.): Psychosoziale Beratungskompetenz – Pilotstudien aus der Arbeitsstelle für Beratungsforschung. Weinheim 2015
- Linden, Michael; Strauss, Bernhard (Hrsg.):** Risiken und Nebenwirkungen von Psychotherapie. Berlin 2013
- Lohmann-Haislah, Andrea:** Stressreport Deutschland 2012 – Psychische Anforderungen, Ressourcen und Befinden. Dortmund u.a. 2012
- Luhmann, Niklas:** Ökologische Kommunikation. Opladen 1986
- Pauls, Helmut:** Klinische Sozialarbeit – Grundlagen und Methoden psycho-sozialer Behandlung. Weinheim und München 2004
- Richter, Horst-Eberhard:** Engagierte Analysen – über den Umgang des Menschen mit den Menschen. Reinbek 1978
- Rogers, Carl R.:** Der neue Mensch. Stuttgart 1997
- Senf, Wolfgang; Broda, Michael (Hrsg.):** Praxis der Psychotherapie – Ein integratives Lehrbuch. Stuttgart 2007
- Sickendiek, Ursel; Engel, Frank; Nestmann, Frank:** Beratung – Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze. Weinheim 2002
- Szeteli, Philipp:** Die Nutzung von Simulationsklienten im Rahmen einer innovativen Lehrveranstaltung zum Erwerb von Beratungskompetenz. In: Weinhardt, Marc (Hrsg.): Psychosoziale Beratungskompetenz – Pilotstudien aus der Arbeitsstelle für Beratungsforschung. Weinheim 2015
- Wälte, Dieter; Borg-Laufs, Michael (Hrsg.):** Psychosoziale Beratung – Grundlagen, Diagnostik, Intervention. Stuttgart 2018

## ALLGEMEINES

### Beispiele für gelungene Integrationsarbeit gesucht.

gesucht. Der Deutsche Städtetag möchte seine auf der Internetseite [www.staedtetag.de/fachinformationen/integration/079617/index.html](http://www.staedtetag.de/fachinformationen/integration/079617/index.html) dokumentierte Sammlung von Praxisbeispielen auf einen neuen Stand bringen und bittet hierfür um Zusendung von Informationen zu aktuell laufenden Projekten zur Versorgung, Unterstützung und Integration geflüchteter Menschen. Willkommen sind insbesondere Hinweise zu Initiativen in den Bereichen Spracherwerb, Bildung und Qualifizierung, Beschäftigung, Wohnraumversorgung, ehrenamtliches Engagement und Kommunikation. Projektbeschreibungen werden unter der E-Mail-Anschrift [petra.ossig@staedtetag.de](mailto:petra.ossig@staedtetag.de) entgegengenommen. Quelle: Städtetag aktuell 2.2019

**Daten zur Zivilgesellschaft.** Die vor Kurzem im Springer Verlag erschienene Open-Access-Publikation „Datenreport Zivilgesellschaft“, die im Rahmen des von der Ziviz GmbH und dem Bundesfamilienministerium realisierten Projekts „Forum Zivilgesellschaftsdaten“ erstellt wurde, gibt auf der Grundlage bereits vorliegender Erhebungsdaten aus mehr als 10 Befragungen einen Überblick über den aktuellen Stand und die Entwicklung der Zivilgesellschaft und des bürgerschaftlichen Engagements in Deutschland. Im Blickfeld stehen zunächst die Organisationen des Nonprofit-Sektors, die soziografischen Merkmale der ehrenamtlichen Arbeitskräfte sowie spezifische Formen des Engagements wie organisationsgebundenes und informelles Engagement, zeitintensives Engagement und das Engagement in Freiwilligendiensten. Ein eigenes Kapitel beschäftigt sich mit der Rolle der Zivilgesellschaft als Arbeitsmarkt für bezahlte Kräfte, deren Anzahl von 2,9 Mio. im Jahr 2007 auf 3,7 Mio. im Jahr 2016 angestiegen ist. Auch die Finanzierung der Zivilgesellschaft durch Mitgliedsbeiträge, Spenden, selbst erwirtschaftete Mittel und die öffentliche Förderung wird thematisiert. Ferner gilt das Interesse den politischen und gesellschaftlichen Einstellungen, die dem Engagement zugrunde liegen, wobei vor allem auf Wertorientierungen, religiöse Weltanschauungen, demokratische Orientierungen und die politische Partizipation der Engagierten eingegangen wird. Das Buch steht unter der Anschrift [www.springer.com/de/book/9783658229573](http://www.springer.com/de/book/9783658229573) im Internet zur Lektüre bereit. Quelle: BFS-Trendinfo 2.2019

**Materialien für den 5. Mai.** Um auf die Situation behinderter Menschen in Deutschland aufmerksam zu machen und für deren gleichberechtigte Teilhabe einzutreten, veranstalten Verbände und Organisationen der Behindertenhilfe und -selbsthilfe seit 24 Jahren am 5. Mai im Rahmen des „Protesttages zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderung“ überall in Deutschland Podiumsdiskussionen, Informationsgespräche, Demons-