

Claire Merkord

Bezogenheit und Selbstbestimmtheit -

Professionelle Nähe und Distanz: Balancen im
Beratungssetting

IHP Manuskript 1406 G * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst * Schubbendenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de



Claire Merkord

Bezogenheit und Selbstbestimmtheit -

Professionelle Nähe und Distanz: Balancen im Beratungssetting



Widmung

Diese Arbeit ist meinen Eltern, meinen Geschwistern, meiner Familie und meiner selbst ausgesuchten „Familie“ gewidmet (ohne sie wäre ich jetzt nicht da, wo ich bin).

Mein Dank geht auch an meine Freundinnen und Freunde, die mir immer wieder Anstoß sind und die Jahre meiner Ausbildung geduldig begleitet haben.

Danken möchte ich auch dem Institut für Humanistische Psychologie. Die ressourcenorientierte Perspektive des Institutes und das Vorleben dieser Weltsicht durch die Trainer haben mir geholfen, wirklich zu begreifen, dass mich mein bisheriges vielfältiges Leben nicht vor allem „anders“ macht, sondern dass mir meine Biographie für diese sehr spezifische Art der Arbeit und nicht zuletzt für mich selbst als großer Reichtum zur Verfügung steht. Diese Erfahrung war eine der tiefsten Reframingerfahrungen meines bisherigen Lebens, für die ich dem Institut und allen, die dahinter stehen, immer dankbar sein werde.

Gotländische Weihnachts-Eselei

Ziehen
Und gezogen sein
Tragen
Und getragen werden
Manchmal auf der Flucht
Freundliche Begleitung
Mit Wegzehrung
Gemeinsam unterwegs
Umwege nicht ausgeschlossen

(Dieses Gedicht stammt von meinem verstorbenen Vater Erhard Merkord und seiner Frau Gerlinde Ziemendorff.)

Gliederung:

1. Zielsetzung und Aufbau meiner Arbeit
2. Mein Weg zum Counselor
3. Themenfindung
4. Professionelle Nähe und Distanz
5. Die Spezifik der Beratungsarbeit im Rahmen des „Ambulant Betreuten Wohnens“
6. Ein Plädoyer für die „professionelle Nähe“ – eine mögliche Perspektive
7. Ein Plädoyer für die „professionelle Distanz“ – die andere mögliche Perspektive
8. Der Klienten-Beraterkontakt
9. Warum wählt der Berater professionelle Nähe und Distanz und warum der Klient?
10. Professionelle Nähe und Distanz im Beratungsprozess
11. Formen der professionellen Nähe und Distanz
 - 11.1 Borderline
 - 11.2 Der Kampf um Bindung
 - 11.3 Überlegungen zum Beratungsabbruch
- 11.4 Krisenintervention zum Thema Nähe und Distanz
- 11.5 Das Austarieren von Nähe und Distanz
- 12 Fazit
- 13 Literaturverzeichnis
- 14 Abbildungsverzeichnis

1. Zielsetzung und Aufbau meiner Arbeit

Das Thema der professionellen Nähe und Distanz hat, so erlebe ich es in meiner eigenen Arbeit als Counselor, eine große Relevanz für unsere alltägliche Arbeit. Der Mensch als solcher bewegt sich in seinem inneren Streben ständig zwischen Nähe und Distanz. Er wünscht sich emotionale Verbundenheit (Nähe), jedoch auch Autonomie (Unabhängigkeit und Distanz). Er sehnt sich nach Geborgenheit und zugleich nach Autarkie.¹ Da ich mich als Counselor gestalttherapeutischer-orientierungsanalytischer Ausrichtung mit dem „Hier und Jetzt“ der derzeitigen Beziehungsgestaltung zwischen Berater und Klient auseinandersetze, erscheint es mir elementar, sich dieser Thematik auch theoretisch anzunähern. Die Gestaltung des Kontakts ist ein sehr wichtiges Handwerkszeug unserer Arbeit. Ziel der hier vorliegenden Arbeit ist deshalb einerseits aufzuzeigen, mit welchen eher abstrakten und methodischen Herangehensweisen sich dieses Thema erschließen lässt. Anhand konkreter Fallbeispiele erläutere ich andererseits, wie ich auf technischer, aber auch auf zwischenmenschlicher Ebene mit diesem Thema umgehe.

Mein Fokus liegt schwerpunktmäßig beim Aufzeigen der konkreten Begegnungen und der methodischen Interventionen. Meine bisherige Erfahrung als Counselor zeigt mir, dass eine intuitive Wahl der mir bisher bekannten beraterischen Methodiken und der methodischen Ansätze dabei ganz wesentlich sein kann. Die Frage danach, ob sich eine gelungene Arbeit entwickeln kann, ist jedoch ganz eng damit verknüpft, ob die Beziehung zwischen Klient und Berater wirklich tragfähig ist. Ich werde anhand einiger konkreter Beispiele aufzeigen, dass jeder Klient andere Interventionen braucht. Ein weiterer Aspekt, mit dem ich mich ansatzweise beschäftigen werde, ist die sehr spezifische Beratungssituation, in der ich arbeite (Ambulant Betreutes Wohnen). Ich habe die Fallbeispiele so verfremdet, dass die Klienten geschützt sind, und habe bewusst nur kleine Sequenzen gewählt, die die Sache deutlich machen, die Klienten jedoch anonymisieren.

2. Mein Weg zum Counselor

Das Anderssein des Anderen macht mich neugierig. Wir Menschen haben vielfältige Lösungsformen gefunden, mit dem umzugehen, was das Leben uns bringt. Keine Lösung ist besser als die andere, und jeder Weg ist zunächst einer von vielen. Es gibt Situationen, in denen wir aufgefordert sind, klare Entscheidungen zu treffen.

Zunächst geht es jedoch darum, den eigenen Weg und die eigenen Entscheidungen zu wählen und zu achten und sich zugleich der Verantwortung bewusst zu sein, die wir damit übernehmen. Dies sind die Grundlagen meiner Arbeit als Counselor.

Lange schon werde ich von Menschen um Rat gefragt. Ich erlebe immer wieder, dass diese auf privater und jetzt auch auf beruflicher Ebene das Gespräch und die Auseinandersetzung mit mir suchen. Ich habe mich diesen Anliegen oft gestellt, soweit ich es konnte und für sinnvoll hielt. Aus dem existentialistischen Prinzip heraus gedacht ist jedoch jeder Mensch verantwortlich für sein eigenes Handeln in der Welt. Die Umgebung, in der ich aufwuchs, hielt sehr verschiedenartige Einflüsse bereit.

Im Elternhaus gingen Menschen verschiedener Kulturen, alte und junge Menschen, einige mit körperlichen und geistigen Einschränkungen, politisch sehr unterschiedlich Denkende und viele ungewöhnliche Menschen ein und aus. Diese

¹ Vergleiche auch Koeslin, Jürgen, „Psychiatrie und Psychotherapie“. Urban und Fischer, München 2011, S. 243

Erfahrungen sind grundlegend für mein humanistisches und beraterisches Menschenverständnis. Ich kann auf zwischenmenschlicher Ebene, wie auch auf der Lebens-Erfahrungsebene auf einen großen Fundus an Situationen zurückgreifen, die mir in meiner Arbeit als Counselor gutes Handwerkszeug sind. Zugleich macht dieser Fundus, so meine Erfahrung mit Klienten, die Beratungsarbeit für diese glaubwürdig. Ich bin zwar auch und gerne „Intellektuelle“ - und der Kampf zwischen Kopf und Bauch ist mir aus ureigenster Erfahrung sehr vertraut - meine Interventionen und Methodiken jedoch speisen sich vor allem aus „jeder Menge Leben“. - Mein erster Beruf als Übersetzerin, dem ebenfalls meine Leidenschaft gilt, hat mir auch dabei geholfen. Übersetzen ist kulturelle Mediation. Es ist kein bloßer Umgang mit Worten, sondern mit kulturellen Inhalten, mit Vergleichbarem und mit ganz Anderem. Beim Vorgang des Übersetzens werde ich zum Medium der (Sprach)-Welt eines Anderen und bin so bereits im Dialog mit dem „Du“, so wie ich es auch als Beraterin bin. Ich bin in beiden Berufen zutiefst „zuhause“.

3. Themenfindung

Im Rahmen der Vorbereitungen zu dieser Graduierungsarbeit fiel zu einem bestimmten Zeitpunkt der Satz, es ginge darum, zu zeigen, was wir in unserer Arbeit als Counselor konkret tun. Bei dieser Arbeit handelt es sich also nicht um eine theoretisch-wissenschaftliche Abhandlung, sondern um eine Beschreibung meiner konkreten Arbeit als Counselor, die natürlich in einen gewissen theoretischen Hintergrund eingebettet ist. Hatte ich bis dahin vorgehabt, ein ethisches Thema zu bearbeiten, wurde mir nun klar, dass die Reise in eine andere Richtung gehen würde. Was tue ich denn konkret?

Aus der gestalterischen Sicht meiner Arbeit würde ich als erstes sagen: Ich begegne Menschen und Menschen begegnen mir. Doch wie genau tun wir das? Darüber lassen sich sicherlich sehr unterschiedliche Dinge sagen. Was mir bisher als hervorstechendes Merkmal dieser Begegnungen einfällt, ist, dass wir uns einzigartig begegnen. Wir begegnen uns immer neu und immer andersartig jenseits aller angesprochenen Themen, die in verschiedenster Gestalt immer wieder neu auftauchen mögen. Mir ist diese Beobachtung deshalb so wichtig, weil sie eine unmittelbare Konsequenz für mein beraterisches Handeln hat.

Sie bedeutet, dass jede Klient-Beraterin-Begegnung anders gestaltet werden muss. An dieser Andersartigkeit müssen sich auch meine jeweilige Arbeitsweise und mein jeweiliges Nähe-Distanzverhalten orientieren.

Jenseits aller Theorie steht vor allem ein immer anderer Mensch vor mir und damit die Herausforderung, diesem adäquat entgegenzutreten, und auch ich bin ja jeden Tag eine Andere.

Mein persönliches Anliegen ist es, im Bereich des mir Möglichen, zusammen mit dem Klienten, die jeweilige Form der Begegnung zu finden, die für diesen Klienten zu diesem Zeitpunkt und in den jeweils aktuellen Gegebenheiten stimmig ist. Das ist mir deshalb so wichtig, weil dies die Grundlage für eine gute Arbeit mit dem Klienten ist und dadurch seine Bereitschaft gefördert wird, an sich zu arbeiten, Schritte der Veränderung zu wagen und für gut Befundenes beizubehalten. Anhand einiger kleiner, bewusst grob skizzierter Beispiele möchte ich diese Arbeit nun kurz aufzeigen.²

Beispiel 1: Bei einem Treffen ist eine Klientin sehr darüber entrüstet, dass mein Kollege und ich sie angerufen und gefragt haben, ob sie pünktlich zum Termin erscheine. Sie schreit quer durch den ganzen Raum, dass sie das unter Druck setze. Der Kollege wirkt beruhigend auf sie ein. Ich warte zunächst ab, tue nichts und beobachte sie. Sie verschwindet nach ihrer „Ansage“ erst einmal auf die Toilette.

Was nehme ich wahr? Als sie zurück kommt, ist ihre Energie wie umgewandelt, und sie wirkt sehr verloren. Ich spüre, dass ihr Ärger einem anderen Gefühl gewichen ist. Ich nehme wahr, dass der Gang auf die Toilette eine Intervention der Klientin war. Ich höre, dass das Thema „Druck“ erneut auftaucht. Ich nehme wahr, dass sie eine starke emotionale Bewegung macht. Ich nehme wahr, dass sie sich nicht gesehen fühlt und dass es ihr wichtig ist, in ihrem Bemühen pünktlich zu sein, ernst genommen zu werden. Ich nehme wahr, wie der Kollege reagiert.

Meine Intervention: Ich biete der Klientin eine behutsame Gesprächsbrücke an, und sie greift sie auf. In ihren Augen schimmern nun Tränen. Ich gebe ihr diskret ein Taschentuch und bitte sie, erneut zu formulieren, wie es ihr gerade ergangen ist.

Was tue ich inhaltlich und methodisch? Aufgrund meines Arbeitsauftrags möchte ich die Klientin dazu gewinnen, in Kontakt zu kommen. Wie tue ich das? Grundlegend für mich ist, ihre Bedürfnisse und ihre Sicht der Dinge zu achten. Das vermittele ich ihr deutlich. Ich kann sie für die gemeinsame Arbeit gewinnen, indem ich echtes Interesse an ihr zeige (aktives Zuhören, Empathie), ihr meine Werte und Motive kommuniziere, Zusammenhänge verdeutliche und die Sinnhaftigkeit unserer gemeinsamen Arbeit vermittele.

Was nehme ich wahr? Ich fordere die Klientin auf, im Kontakt zu bleiben, aus dem sie immer wieder droht heraus zu kippen. Das ist für mich sehr deutlich sichtbar und ein wichtiges Indiz. Ich ahne, dass ihr dieses Verhalten vertraut ist und die dazu gehörige Erfahrung auch. Natürlich ist dies nur eine Arbeitshypothese, denn ich kenne die Klientin bisher ja kaum. Im Hinterkopf speichere ich jedoch diese Information.

Was tue ich inhaltlich und methodisch? Ich setze das Signal, dass ich sie zu verstehen versuche und ihr ein Kontaktangebot mache. Mit der Aufforderung, im Kontakt zu bleiben, appelliere ich an ihr erwachsenes Ich und verhindere, dass sie in ein möglicherweise regressives Verhalten rutscht. Dabei gehe ich auf Augenhöhe, indem ich achte, was sie braucht, sodass sie autonom entscheiden kann, wie sie weiter vorgehen möchte.

² Ich werde im Weiteren in dieser Arbeit die männlichen Bezeichnungen „Klient“ und „Berater“ wählen und auch nur von „Counselorin“ sprechen, wenn ich mich selbst meine. Dies dient der Lesbarkeit des Textes.

Beispiel 2: Eine neue Klientin überrennt zu Beginn der Beratung das Distanzgebot, indem sie auf mich zugeht, mir die Hand gibt und sagt: „*Ich bin (...). Wir duzen uns. Ich mag Distanz nicht.*“ Gleichzeitig lassen erste Andeutungen und ihre Körpersprache vermuten, dass sie massive Grenzüberschreitung kennt. Ein weiterer Aspekt kommt noch hinzu: Die Klientin hat früher als Prostituierte gearbeitet, kennt also sowohl professionelle Nähe als auch Distanz auf einer ganz anders gelagerten Ebene.

Was nehme ich wahr? Von dieser Klientin werden sowohl Signale von Nähe als auch von Distanz gesendet. Deshalb gilt es, beiden nachzukommen und mit der Klientin auszuloten. Ich erahne Grenzüberschreitungs- und Gewalterfahrungen.

Was tue ich inhaltlich und methodisch? Mit den ambivalenten Signalen der Klientin in ihrem täglichen Anderssein umzugehen, verlangt viel Empathie, aber auch viel Abgrenzungsfähigkeit. Umso mehr als die Klientin gerade beschreibt, sie wisse derzeit nicht, wer sie sei. Sie steht mir also nicht als integriertes „Ich“ gegenüber, sondern darf und muss sich erst wieder finden. Ich reagiere, indem ich mir bewusst ihre Vorgeschichte nicht ansehe, sondern mich auf die „Jungfräulichkeit“ ihres „Jetzt“ einlasse. Wir gehen also beide von Null aus los.

Ich wechsele in Nähe und Distanz, je nachdem, welcher Aspekt ihrer Geschichte und ihrer Persönlichkeit gerade nach vorne tritt, und suche mit ihr eine Balance, die es uns ermöglicht, in gutem Kontakt zu sein. Ich orientiere mich also an den Vorgaben der Klientin (Pacing). Da, wo die Klientin nahe sein möchte, lasse ich ihr Raum dafür, und da, wo sie mit „Aggressorenergie“ mit mir in Kontakt geht, reagiere ich sehr abgegrenzt, ohne aus dem Kontakt zu gehen. Ich schaue sehr genau hin, welche Wirkung mein Handeln auf sie hat und was ihr angenehm ist und was nicht. Diese Beispiele und mein unterschiedliches Verhalten sollen zeigen, dass wir als Berater mit den Bedürfnissen unserer Klienten gehen müssen, denn es geht um sie, ihr Anliegen und ihren Auftrag.

4. Professionelle Nähe und Distanz

Wenn man sich mit dem Thema Nähe und Distanz beschäftigen möchte, ist es sinnvoll, zunächst zu definieren, was Nähe und Distanz eigentlich bedeuten. Erscheinen diese beide Begriffe zunächst wie Gegensätze, wird bei genauerem Hinschauen schnell deutlich, dass die Materie komplexer ist als zunächst angenommen. Dass das, was das Eine zu sein scheint, gleichzeitig oft das Andere ist, dass da, wo das Eine entsteht, sich nahezu zeitgleich schon das Andere formt. Das hat etwas damit zu tun, dass die von uns gesetzte Nähe und Distanz in der Interaktion mit dem Anderen entsteht und nicht von diesem zu trennen ist.

Für manche Menschen hat Nähe etwas mit enger Beziehung zu tun, mit Gefühlen wie Verbundenheit, Vertrautheit, Intimität, Kontakt. Für Andere jedoch ist mit Nähe auch ein Moment von „Zuviel“, von Zudringlichkeit und Peinlichkeit verbunden³, was wiederum das Bedürfnis nach Distanz auslöst. Distanz wiederum kann für manche Zurückhaltung und Abgrenzung bedeuten, sie kann ein Empfinden von Unverbundenheit ausdrücken oder einen Abstand zwischen zwei Menschen definieren. Andere jedoch erleben Distanz als verletzend und ausgrenzend. Daraus

³ Vergleiche Hausknecht, Bianca, „Balanceakt Nähe und Distanz – Eine Herausforderung in der sozialen Arbeit“. 30.08.2012, Masterarbeit

entsteht gegebenenfalls wieder ein Bedürfnis nach mehr Nähe oder aber auch nach noch mehr Distanz bis hin zum möglichen Bedürfnis nach Kontaktabbruch. Innerhalb einer Begegnung verändern sich also die Bedürfnisse nach Nähe und Distanz ständig und wechseln hin und her.

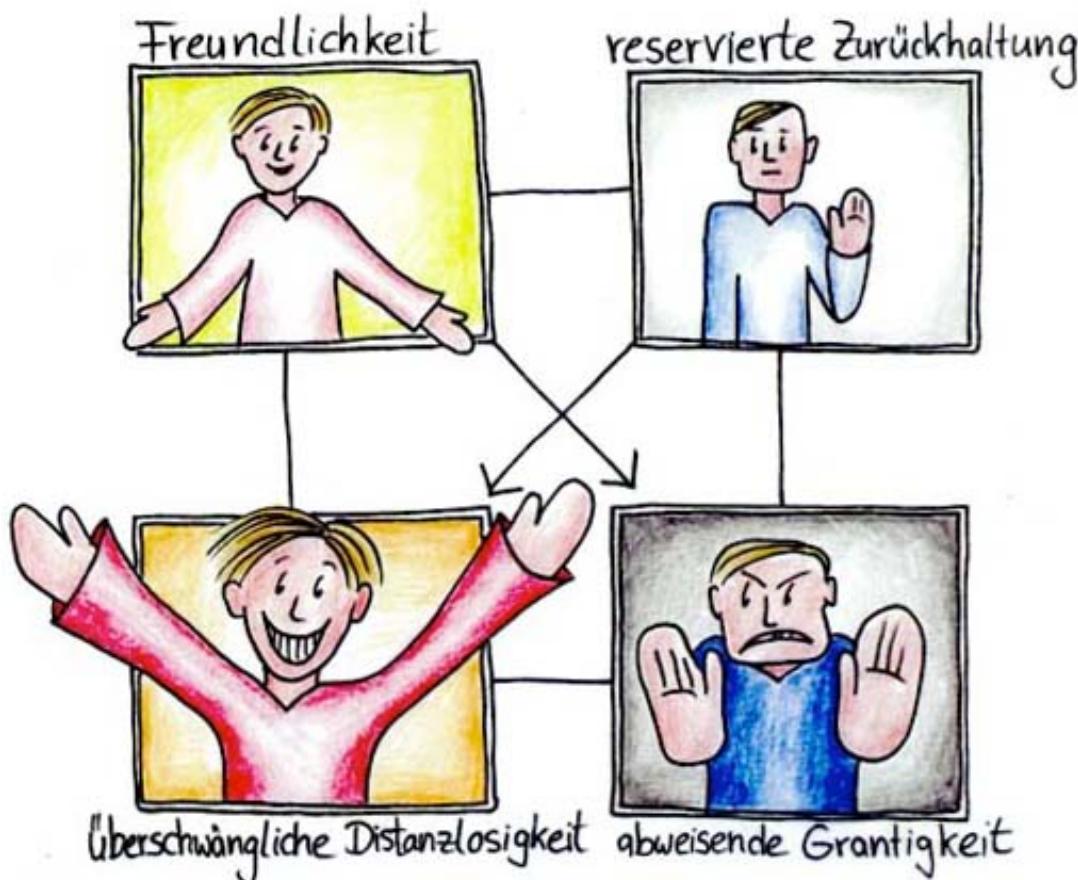
Wie Nähe und Distanz erlebt und gelebt werden, hat ebenfalls damit zu tun, welche Vorgeschichte und Vorerfahrungen ein Mensch mit diesen beiden Formen der Kontaktgestaltung in seinem bisherigen Leben gesammelt hat. Menschen brauchen die Möglichkeit, je nach Situation, zwischen Nähe und Distanz flexibel wechseln zu können.

Um sich in Begegnungen wohl fühlen zu können, brauchen sie sowohl Autonomie als auch Bezogenheit und Bindung und den eigenen Respekt und den Respekt des Anderen für das jeweilige Verhalten. Für unsere Arbeit als Counselor ist es sicherlich wichtig, welche der beiden Spielarten ich gerade einsetze, was unter anderem auch von der jeweiligen Beratungsphase abhängt (siehe Kapitel 4). Es geht auch um die Frage des richtigen Maßes für eine „gelungene Beziehung zum Klienten“, vor allem jedoch, so Bianca Hausknecht⁴, geht es um eine ausgewogene Balance der beiden. Bianca Hausknecht spricht in diesem Zusammenhang von einem sich „wechselseitig bedingenden dynamischen Spannungsfeld“⁵. Beide Werte entfalten oft erst in der „Mischung“ eine dynamische Wirkung. Kommt eine der beiden Qualitäten nicht zum Tragen, entsteht Einseitigkeit. Das Entwicklungsquadrat von Schultz von Thun zeigt den Weg zurück zu einer positiven Haltung, wie z. B. im Fall des Beispiels 2 eine überschwängliche Distanzlosigkeit ein Mehr an reservierter Zurückhaltung braucht, um wieder Konstruktives bewirken zu können.⁶

⁴ Bianca Hausknecht spricht in diesem Zusammenhang vom speziellen Beziehungsgleichgewicht zwischen Klient und Sozialarbeiter. Wichtige Begriffe sind in dem Zusammenhang Vertrauen, Empathie, Wertschätzung und Akzeptanz. Hausknecht, Bianca, „Balanceakt Nähe und Distanz – Eine Herausforderung in der sozialen Arbeit“. 30.08.2012, Masterarbeit S. 5

⁵ Ibid Hausknecht, Bianca, S. 9

⁶ Dieses sehr aussagekräftige Modell befindet sich auf der Webseite des Institutes für Kommunikation von Schultz von Thun: http://www.schulz-von-thun.de/index.php?article_id=72 Ich habe es dort entnommen mit freundlicher Genehmigung von Schultz von Thun.



5. Die Spezifik der Beratungsarbeit im Rahmen des „Ambulant Betreuten Wohnens“

Ich arbeite in einem Praxissetting, das dem Prinzip des buberschen Dialogs verpflichtet ist, aber dennoch klare Leitungsstrukturen hat. Mir wird als Counselorin im Praxissetting viel Selbstständigkeit zugestanden und zugetraut. Da ich oft abends arbeite und damit nicht in den regulären Arbeitsalltag der Praxis eingebunden bin, treffe ich viele Entscheidungen, die aktuell anstehen, zunächst allein. Ich kann mich jedoch jederzeit an den Praxisleiter wenden und finde dort immer ein offenes Ohr. Auch unter uns Kollegen klappt die Vernetzung gut.

Ich befinde mich in einem professionellen Team von Kollegen, die ihre berufliche und persönliche Vielfalt zusammentragen und miteinander verweben, um den Klienten wirklich gerecht zu werden. Wir kontaktieren uns regelmäßig und unterstützen uns gegenseitig, wenn es eng wird. Auch diese Erfahrungen sind wertvoll für mich und tragen zum Gelingen der Arbeitsbeziehung bei. Die Praxis, in der ich arbeite, betreut Privatklienten, vor allem jedoch Klienten, die im Rahmen des „Ambulant Betreuten Wohnens“ begleitet werden. Beim „Ambulant Betreuten Wohnen“ handelt es sich um eine alle Lebensbereiche umfassende Betreuung der Klienten in den Bereichen: berufliche Beschäftigung, Umgang mit Behörden, Gestaltung sozialer Beziehungen, lebenspraktische Themen, Tagesstrukturierung, medizinische Grundversorgung, Wohnen, soziale Kontakte.⁷

⁷ Vergleiche Schulten, Ursula, „Der bunte Hund, Aspektvielfalt im Counseling anhand eines Fall-Beispiels aus dem Ambulant Betreuten Wohnen“ (BEWO). IHP Manuscript 2009 ISSN 0721 7870

Die Schwerpunkte des Leistungsangebotes der Praxis liegen in den Bereichen Sucht, Trauma, Migration. Auch thematisch wird hier eine sehr engmaschige Betreuungsarbeit gefordert, da diese Klientel besonders krisenanfällig ist. Dieses Setting bedeutet auch, dass da, wo ich als Counselor mit einem Klienten arbeite, in den meisten Fällen eine zweite Person das Fallmanagement auf der oben genannten Ebene übernimmt.

Das ist ein Vorteil, weil ich mich so jederzeit mit der zweiten Person austauschen kann und durch das „Vieraugenprinzip“ bzw. „Mehraugenprinzip“ Perspektivenvielfalt entsteht. Das Verfahren bietet jedoch auch einen möglichen manipulativen Raum, den Klienten nutzen können und nutzen, indem sie uns gegeneinander ausspielen, bzw. an schwierigen Stellen, anstelle einer Konflikttausdragung, einfach auf die andere Person ausweichen.

Ich muss als Teil meines Auftrages einer engmaschigen Begleitung der Klienten, deren ambivalentes Nähe-Distanzverhalten und natürlich auch meine eigenen inneren Widersprüche ständig austarieren. - Ich bin also Teil eines Settings, in dem die oben genannten Maßnahmen ergriffen werden und in dem wir als Counselor mit den Klienten an den Lebensthemen arbeiten. Mein Auftrag ist, als Counselorin zu arbeiten, und der Rahmen ist das „Ambulant Betreute Wohnen“. Ein weiteres Merkmal ist, dass diese Klienten oft bereits sehr beratungserfahren, ja sogar mitunter beratungsresistent sind. Sie kennen die Beratungsarbeit und bringen im Gepäck Vorerfahrungen, Erfolge und Enttäuschungen mit, die es zu eruieren gilt, um zu sehen, was ihre Ausgangsbasis ist, was ihnen helfen kann und was sie vielleicht auch blockiert.

6. Ein Plädoyer für die „professionelle Nähe“ – eine mögliche Perspektive

Ein Text, der mir Mut gemacht hat, mich der sehr komplexen Begegnung in der Beratungsarbeit zu stellen, ist ein Aufsatz von Martin Dörlamm: „Professionelle Nähe – auf Distanz zum Status quo“⁸. Der Text wurde mir von einem Kollegen vorgestellt, als ich noch gar nicht in diesem Bereich tätig war. Der Text ist ein Plädoyer für eine engagierte, parteiliche Haltung zu dem professionellen Gegenüber (dem Klienten), die sowohl den Menschen, als auch dessen soziale Gegebenheiten in den Blick nimmt. Dörlamm spricht von einem „überschießenden Moment“⁹, der die soziale Arbeit erfolgreich macht.

Ein Beispiel aus meiner Praxis: Ich biete einer Klientin die Hälfte eines Schokoriegels an. Sie sagt: „Das ist das erste Mal, dass ich das Gefühl habe, jemand bietet mir etwas Süßes an, aber nicht, um mich einfach zu trösten. Früher habe ich auch immer etwas Süßes bekommen, wenn es mir nicht gut ging.“ Ich sage zu ihr: „Nein, ich wollte Sie nicht trösten, ich wollte etwas mit Ihnen teilen.“ Die Klientin lächelt, nimmt die Schokolade an und sagt: „Sie behandeln mich nicht wie einen Patienten, sondern wie einen Menschen.“

Dörlamm unterstreicht, wie wichtig ein empathischer Umgang und das Prinzip der Augenhöhe mit dem Klienten sind. „Professionelle Distanz“ birgt die Gefahr, ein den Menschen „übergehendes Verwaltungshandeln“¹⁰ zu sein, so Dörlamm. Damit

⁸ Dörlamm, Martin, „Professionelle Nähe - auf Distanz zum Status Quo“ in: „Widersprüche“, Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-Gesundheits-Sozialbereich, Heft 100, 26. Jg. 2006, Nr. 2, S. 155

⁹ Ibid, S. 156

¹⁰ Ibid S. 157

wirksame Beratung passieren kann, so Dörlamm, muss der Berater **nicht nur als Funktionsträger**, sondern auch **als Person kenntlich** sein. Der Klient braucht ein „erfahrbares“ Gegenüber, keinen „Service Point“.

„Professionelle Nähe“ wird von Dörlamm in diesem Zusammenhang folgendermaßen definiert:

- Der Begriff betont **die Bedeutung der Beziehung** zwischen Klient und Berater/Sozialarbeiter für die Erreichung des professionellen Ziels. (Dieser Ansatz lehnt sich eng an den methodischen Ansatz der Gestalttherapie, aber auch anderer Beratungs- und Therapieformen an. Siehe Kapitel 4, der Berater-Klientenkontakt.)
- Es handelt sich hierbei um **keine private Beziehung** und **auch nicht um eine Beziehung von gleichberechtigten Gegenübern**, vielmehr um die Notlage des Einen und den beruflichen Arbeitsauftrag des Anderen.
- **Parteilichkeit, Freiwilligkeit und Transparenz** sind dabei **Grundlagen dieser Arbeit**, zu der sich beide entscheiden.
- Für die Beziehungsarbeit in diesem Prozess muss der Berater/Sozialarbeiter **ein greifbares Gegenüber sein** (...).
- Der Berater/Sozialarbeiter ist in diesem Konstrukt **aufgefordert, sich ernsthaft einzulassen und einzubringen, und damit auch, sich zu hinterfragen und an sich zu arbeiten**. Ebenso hinterfragt er **die gesellschaftlichen Bedingungen, in denen er steht**.

In den Thesen von Martin Dörlamm steckt viel von dem, wie ich meine Arbeit verstehe. Ich lege großen Wert auf eine sorgfältige professionelle Kontaktgestaltung, die sich eng an meinem Gegenüber orientiert, aber auch an mir selbst. Ich bemühe mich um größtmögliche Transparenz und arbeite mit professioneller Selbsteinbringung, weil meine Erfahrung zeigt, dass die Klienten dadurch motivierter sind, an sich zu arbeiten. Ich entblöße mich jedoch nicht und achte auf meine Privatheit, ebenso wie ich mein Gegenüber nicht „bloßstelle“ und dessen Privatheit achte. Ich mache mich zum greifbaren Gegenüber, weil der Mensch an der konkreten Modellerfahrung lernt. Ich schwinge mit dem, was meine Klienten zu mir tragen, mit, und bin meinerseits bereit zu lernen und mich berühren zu lassen.

7. Ein Plädoyer für die „professionelle Distanz“- die andere mögliche Perspektive

Die Arbeit als Beraterin ist eine anspruchsvolle Tätigkeit. Das hat damit zu tun, dass wir Menschen in Krisen begleiten. Belastungen, die in diesem Zusammenhang entstehen, können unter anderem etwas mit bestimmten Klientengruppen zu tun haben, die uns strukturell sehr fordern (z. B. Sucht, Trauma). Sie haben aber auch etwas zu tun mit der inneren Haltung, die wir als Berater einnehmen, damit ein gutes Klienten-Beratersetting und eine tragfähige Arbeitsbeziehung entstehen:

„Eine große emotionale Beanspruchung bis Überbeanspruchung ergibt sich aus der Forderung, mit bestimmten Patienten ein warmes,verständnisvolles und tragfähiges Arbeitsbündnis herzustellen und während der ganzen Therapie aufrecht zu erhalten.“¹¹

Sie haben aber auch mit äußeren Rahmenbedingungen zu tun, d. h. mit einem System, was von uns als Beratern verlangt, in immer kürzeren Zeitabständen „Erfolge“ nachzuweisen. So wie ich, aus meinem Verständnis heraus, „Erfolg“

¹¹ Ibid S. 23

definiere, besteht er oft vor allem darin, dass der Klient überhaupt im Kontakt bleibt (siehe z. B mein Beispiel zum Thema Arbeit mit Klienten mit Borderlinediagnose). Wir als Counselor sind aus diesem Grunde angehalten, eine gute Selbstfürsorge zu betreiben, die dazu dient, unsere körperliche, mentale und psychische Gesundheit zu erhalten. Wenn wir nicht gut genug für uns sorgen, wirkt unsere mangelnde Selbstfürsorge unmittelbar auf die Klientel zurück. „Ausgebrannt“ sind wir nicht das Gegenüber, das unsere Klientel braucht. Eine gesunde und ausgewogene Portion Distanz ist also ebenfalls ein wichtiges Instrument für unsere Arbeit. Doch kommen wir nun auf die Grundlagen des Klienten-Beraterkontaktes.

8. Der Klienten-Beraterkontakt

Wenn man davon ausgeht, dass für den Veränderungsprozess der Klienten die Beziehung zum Counselor ausschlaggebend ist, so sind Nähe und Distanz die beiden Spielarten, in denen wir uns, in vielen Schattierungen und Mischungen, alltäglich bewegen. Professionelle Nähe und Distanz sind jedoch Hilfsinstrumente, derer sich der Berater bedient, um den Entwicklungsprozess der Klienten zu fördern.

Ich setze mich an dieser Stelle für den authentischen Kontakt ein, was bedeutet, dass sich in dieser Verbindung immer zwei Menschen gegenüber stehen, deren echte Begegnung heilungsfördernd sein kann.

„Professionell“ sein bedeutet nicht „unecht“ zu sein, es bedeutet vielmehr eine Übernahme der Verantwortung für meine Rolle als Berater. Diese Rolle bedeutet, „sich einzulassen“ und „den Überblick zu behalten“.

Durch die „Innen-“ und „Außen-“Perspektive kann ich Akzente setzen. Diese ermöglichen es dem Klienten, sich zu nähren, sich zu reiben, sich (vorübergehend) halten zu lassen, sich auseinanderzusetzen, sich zu verbinden, sich zu trennen. Die Zielvorgabe dieser Arbeit dient einer möglichst vollständigen Integration der eigenen Anteile des Klienten zwecks Stärkung der eigenen Autonomie und Selbsthilfe.

9. Warum wählt der Berater professionelle Nähe und Distanz und warum der Klient?

Ein Berater wählt die professionelle Nähe aus meiner Sicht vor allem zu Beginn des Kontaktes, aber auch im laufenden Prozess, um den Klienten zu binden.

Professionelle Nähe dient also dem „Beziehungs“aufbau. Sie kann vertrauensfördernd wirken und auf geistiger und emotionaler Ebene Verbindung schaffen.

Sie kann eine Form der Anteilnahme sein. Professionelle Nähe kann auch eine der Voraussetzungen für eine helfende Beziehung überhaupt sein. Interventionen der Nähe sind z. B. die Empathie und das aktive Zuhören. Zielsetzungen der professionellen Nähe sind das „Nachnähren“ des Klienten, die „Nachbeelterung“, die emotionale Stabilisierung und Begleitung.

Wählt der Berater die professionelle Distanz, so dient diese dazu, den Klienten gut im Auge behalten zu können, zu konfrontieren und zu spiegeln. Die professionelle Distanz verhindert, dass Berater mitleiden oder in das Problem verstrickt werden. Das wäre nicht hilfreich, verstellt den Blick auf mögliche Perspektiven und Lösungen. Die Distanz kann hilfreich bei Klienten sein, die Grenzüberschreitungen kennen. Sie hilft dabei, handlungsfähig und in der Außenperspektive zu bleiben. Sie kann aber auch der Kontrolle dienen und ein Machtfaktor sein. Zudem ist es die

Aufgabe des Beraters, den Auftrag im Auge zu behalten, also z. B. mit Ablenkung umzugehen.

Ein weiterer Aspekt ist der der Selbstfürsorge des Beraters. Interventionen der Distanz sind z. B. die Konfrontation und die Spiegelung, aber auch die Prozessabschlussgestaltung. Zielsetzungen der professionellen Distanz sind die Förderung der Ich-Identität des Klienten, die Auseinandersetzungserfahrung und die Förderung der Autonomie.¹² Der Klient wählt die professionelle Nähe aus meiner Sicht vor allem aus folgenden Hintergründen: Zu Beginn des Kontaktes, aber auch im laufenden Prozess, um Verbindung zum Berater herzustellen. Sie dient dazu, die Verbindung anzutesten und zu überprüfen. Es gibt mitunter „Verführungselemente“ darin. Sie dient auch mitunter dazu, die professionellen Grenzen zu verwischen und auch dazu, dem Berater „Sand in die Augen zu streuen“, um ihn von heiklen Themen abzulenken. Sie verfolgt das Ziel der Eigenstärkung und der Förderung der eigenen Autonomie und ist auch eine Typfrage. Sie kann auch eine Form des Widerstandes sein, den es sinnvoll zu nutzen gilt. Der Klient beeinflusst den Beratungsprozess, indem er Nähe oder Distanz sucht. Gleiches gilt auch für den Berater (vergleiche hierzu das Interview mit einer Klientin im Annex).

10. Professionelle Nähe und Distanz im Beratungsprozess

Zu Beginn des Beratungsprozesses wird der Berater tendenziell zunächst eher (behutsame) Nähe herstellen, damit überhaupt eine Berater-Klientenbeziehung entsteht. Im Prozess selbst kristallisiert sich dann heraus, ob es eher professioneller Nähe oder Distanz bedarf. Gegen Ende des Prozesses ist der Berater gehalten, den Prozess langsam wieder auslaufen zu lassen, d.h. mehr Distanz herzustellen, damit es dem Klienten ermöglicht wird, sich aus der beraterischen Beziehung zu lösen, in die Selbständigkeit zurückzukehren und nicht abhängig vom Kontakt zu werden.

In diesem Zusammenhang sind folgende Fragen relevant:

Wie erreiche ich, dass der Klient selbstbewusst, selbstständig wird?

Wie gelingt eine Verankerung des Gelernten im Alltag?

Wie sichere ich meinen eigenen Lernschritt als Berater?

Darauf gilt es im gesamten Prozess zu achten. Nähe und Distanz im beraterischen Setting orientieren sich jedoch nicht nur am Klienten, sondern auch an uns als Beratenden. Auch wir müssen immer wieder überprüfen, welche eigenen Erfahrungen mit Nähe und Distanz im laufenden Prozess in uns anklingen, müssen erspüren und wissen, welche Dynamik gerade für den Klienten fördernd wirken kann und auch, ob wir diese Entwicklung mittragen können und möchten. Es geht also einerseits um unsere formale berufliche Rolle und andererseits um eine emotionale professionelle Beziehung von begrenzter Dauer. D. h. auch wir sind ständig Lernende in dieser beruflichen Beziehung und in uns selbst und es geht auch darum, dass wir uns selbst wahrnehmen und ständig überprüfen.

11. Formen der professionellen Nähe und Distanz

Der portugiesische Neurowissenschaftler António Damásio entwickelte eine These, die für meine Arbeit als Counselor große Wichtigkeit hat. Er beschreibt, dass ein Mensch im Laufe seines Lebens Erfahrungen sammelt, die im sogenannten „emotionalen Erfahrungsgedächtnis“ gespeichert werden. Hat eine emotionale

¹² Vergleiche Hausknecht, Bianca, „Balanceakt Nähe und Distanz – Eine Herausforderung in der sozialen Arbeit“. 30.08.2012, Masterarbeit

Erfahrung einen positiven Eindruck hinterlassen, wird sie mit einem guten Gefühl markiert und umgekehrt. Die Erfahrungen werden also emotional bewertet. Dieses Erfahrungsgedächtnis vermittelt sich über ein körperliches Signalsystem und wird als somatischer Marker bezeichnet. Wenn es also darum geht, eine Entscheidung zu treffen, vermitteln uns vegetative Symptome, ob der jeweilige Weg für uns gehbar ist.¹³ Das ist für meine Arbeit mit Klienten dieser Praxis, deren Schwerpunkt im Bereich Sucht, Migration und Trauma liegt, ganz wesentlich. Ich erlebe immer wieder, dass diese Klienten große Verletzungen und schwere Schicksale mitbringen. Das Wissen um die Neuerlernbarkeit emotionaler Erfahrungen ist an dieser Stelle insofern ganz wesentlich für meinen eigenen Arbeitsstil.

11.1. Borderline

Ein Beispiel: Mein erster Klient ist ein sehr spannendes, herausforderndes, eloquentes, schnelles Gegenüber mit einem vielseitigen, bunten Hintergrund. Neben vielem anderen, was ihn ausmacht, bewegt er sich an der Borderline. Tatsächlich ist dieses Verhalten so ausgeprägt, dass ich das Vergnügen habe und mich zugleich der Herausforderung stellen muss, jede Woche „jemand Anderem“ gegenüber zu sitzen. Die Zeitabschnitte zwischen den Sitzungen versteht dieser junge Mann so intensiv und ereignisreich zu gestalten, dass er nahezu jede Woche einen völlig neuen Lebensentwurf präsentiert. Gemeinsam Erarbeitetes fällt „hinten rüber“, er nimmt kaum Bezug darauf und hat auch wenig Bezug zu sich selbst. Der Klient lebt intensiv und leidenschaftlich, besitzt ein sehr ausgeprägtes Wertesystem und radikale politische Einstellungen. Er reibt sich extrem an „halben Haltungen“, deckt auf, konfrontiert, benennt, aber nicht um Verbindung zu schaffen, sondern um sich zu distanzieren. Gefühle sind ihm oft suspekt, er beschreibt sich selbst als gleichgültig. „*Meine Emotionalität geht in die Dinge*“. Er redet viel, doch es entsteht kaum ein Dialog, eher ein Monolog. Der Klient reagiert sehr ungehalten auf Unterbrechungen seines Redeflusses.

Was nehme ich wahr? Bei diesem Klienten ist nur partiell und in marginalen Randbemerkungen erkennbar, wie viel Bezug er wirklich zu anderen Menschen herstellt. Er ist trotz seines Habitus' im Grunde sehr konfliktscheu. Die Tatsache, dass er ab und zu zu den Stunden erscheint, bedeutet schon viel für ihn. Diesem Klienten ist Bindung unheimlich. Gleichzeitig wirkt er auf einige Menschen sehr anziehend, für die er einerseits sehr verbindlich da ist, diese aber auch gerne von sich stößt. Er ist sich darin selbst suspekt. „*Ich mache immer alles selbst kaputt.*“ So ist ihm generell eine eher distanzierte Arbeitsweise angenehm, in der er die Kontrolle zu behalten versucht.

Worum geht es hier inhaltlich? Wir wissen aus der Arbeit mit Menschen mit einer „Borderlinethematik“, dass sie oft im Kontakt zwischen Nähe und Distanz hin und her springen. Das liegt daran, dass sie mit zwei gegensätzlichen Ängsten zu tun haben. Auf der einen Seite mit Verlustangst, die sie in eine große Nähe mit dem Anderen gehen lässt und auf der anderen Seite mit Vereinnahmungs-Angst, die sie immer wieder Distanz suchen lässt. Das wirft für mich als Beraterin die Frage auf: Welche Kontaktebenen sind gerade passend für jemand, der im Kontakt so viel hin und her springt?

Wie reagiere ich methodisch und inhaltlich? Ich weiß, ich brauche in einem solchen Kontakt viel Selbstvertrauen, denn ich bin in dem Kontakt oft „allein“ (so

13 <http://www.mentale-intuition.de/die-intuition/erklärungsmodelle/somatische-marker/> Storch, M. „Das Geheimnis kluger Entscheidungen – von somatischen Markern, Bauchgefühl und Überzeugungskraft“. Pendo: Zürich 2003

wie mein Gegenüber auch). Ich brauche viel innere Beweglichkeit, um dem Springen in den Gefühlsebenen zu begegnen.

Wichtig ist für mich auch eine größtmögliche Erwartungslosigkeit angesichts der ständig wechselnden Nähe und Distanz, die kaum spürbare Kontinuität aufweist. Gleichzeitig arbeite ich innerlich daran, grundsätzlich offen zu bleiben für den Menschen, als der mir der Klient dann jeweils gegenüber sitzt. Es braucht zugleich eine gute innere Verankerung in mir und Nähe zu mir selbst, als Gegengewicht zu der eher geringen Verortung des Klienten in sich selbst und dem gleichzeitigen permanenten Kreisen um seine Weltsicht und das Verhalten von Anderen. Zugleich brauche ich die Fähigkeit zur Distanzierung, um die Distanzierungen des Klienten nicht persönlich zu nehmen und einen klaren Kopf, um im Gefühlschaos den Überblick zu behalten. Im Prinzip geht es um ein Treffen „in der Mitte“. Was die Mitte jedoch aktuell ist, hängt davon ab, wo der Klient sich gerade befindet. Es kann sich also um Mitte-Distanz-Mitte, Nähe-Mitte, Kontaktabbruch-Mitte.

Kontaktherstellung-Mitte handeln und viele andere Spielarten mehr. Es ist schwer zu sagen, ob dieser Klient tatsächlich Wert auf unseren Kontakt und unsere Arbeit legt. Er gibt sehr viele Störungsphasen, in denen der Klient sehr unregelmäßig zu Terminen erscheint und wenig Bezug auf unsere Arbeit nimmt. Dann wieder greift er einen Faden von vor Wochen glasklar auf, in der ganzen eloquenten Unbestechlichkeit seines Wesens.

Meine Intervention (kleine Gegenakzente setzen, verstören, Kontaktkonstanz, Achtung der Grenzen, Spiegeln, den Auftrag des Klienten achten, Bescheidenheit, Selbstverankerung) Da die eben beschriebene Art des Seins die bisherige Strategie war, mit der der Klient sein Leben gemeistert hat, halte ich Abstand. Ich setze nur ab und zu mal einen anderen Impuls und Gegenakzent, um ihn etwas zu „verstören“. Da wir als Counselor nicht verändern, sondern nur begleiten wollen, gehe ich mit seinen Vorgaben mit und behalte das Ziel und den Auftrag im Auge, ihn grundsätzlich durch Kontaktkonstanz und zugleich durch die Achtung seiner Freiräume zu stabilisieren, was er aufnehmen oder verwerfen kann. Grundsätzlich folge ich den Bewegungen des Klienten, aber nicht allen seinen emotionalen Implikationen. Ich bleibe ruhig und distanziert und wahre die Außenperspektive.

Meine Intervention (Reframing, konfrontatives Feedback, Gefühlsregulierung, Ressourcenorientierung): Ich gebe dem Klienten an die Hand, dass das Distanzieren von starken Emotionen auch helfen kann, nicht zusammenzubrechen, gerade in so extremen Situationen wie denen, in die sich der Klient oft gezielt begibt und in denen er sich so gut auskennt. Ich arbeite mit dem Thema Schutz und Abstand. Ich spiegle ihm, wie ich sein Verhalten wahrnehme und welche Konsequenzen es für unseren Kontakt hat. Ich gehe seinen inneren Bewegungen nur bedingt nach.

Ich als Beraterin bin einfach da, werte sein Kommen, Gehen und Wegbleiben nicht,achte gut auf innere Signale meines eigenen Wohlbefindens, gehe mit dem Fluss, aber lasse mich weder einlullen noch wegtreiben, biete Kontakt frei an, verankere mich fest in mir selbst und überprüfe sehr genau, wie es mir in diesem Kontakt geht. Der Klient ist oft nicht wirklich emotional involviert und ich achte auch deshalb sehr gut auf mich selbst.

11.2. Der Kampf um Bindung

Beispiel 1: Eine neue Klientin erscheint in der ersten Stunde ganz in Schwarz gekleidet. Sie trägt ein T-Shirt mit der Aufschrift „Finger weg“ und sendet zwei Botschaften an mich. Diese lauten in meiner Wahrnehmung: Lern' mich etwas kennen und komm' mir bloß nicht zu nahe! Sie ist sehr unsicher, und die Unsicherheit überträgt sich für einen Moment auf mich und lädt mich dazu ein, sehr vorsichtig und behutsam mit ihr zu sein. Sie ist eloquent und eine genaue Beobachterin. Vor allem auf emotionaler Ebene entgeht ihr „nichts“, von dem, was ich tue.

Was nehme ich wahr? Ich nehme unterschiedliche Impulse in mir wahr. Einen, der mich vorsichtig sein lässt, und einen, der mich anruhrt. Ich nehme das starke Kontrollbedürfnis der Klientin wahr. Ich sehe, dass sie ganz in Schwarz gekleidet ist. Ich erkenne die Grenzziehung und zugleich den Humor, der in der Botschaft auf ihrem T-Shirt steckt. Ich spüre Respekt in mir und unsicheren Boden in ihr.

Meine Intervention (aktive Nähe und Distanzgestaltung, Achtung und Respekt, Wertschätzung, Klientin kommen lassen): Ich achte darauf, ihr großen Raum zu lassen, erspüre, wie groß dieser Raum sein muss und wie sie diesen für sich absteckt. Ich lasse sie eher in den Kontakt kommen, als dass ich auf sie zugehe, und halte mich zurück. Nach und nach merke ich, wie sie sich entspannt. Sie wird nun merklich kecker. Ich bleibe in freundlicher Distanz und lasse sie selbst entscheiden, inwieweit sie sich vorwagen möchte. So vergeht die Stunde, und sie gibt mir nun die Rückmeldung, dass ich ja wirklich freundlich sei und sie gerne wiederkommen möchte.

Was nehme ich wahr? Ich höre, dass die Klientin einen schwierigen familiären Hintergrund hat. Ich höre, dass sie wenig Kontaktkonstanz kennt. Ich nehme ihre Angst wahr und zugleich ihr Kontrollbedürfnis. Ich nehme ein Bedürfnis nach Anerkennung wahr und einen Versuch, die Leitung der Stunde und der Kontaktgestaltung zu übernehmen.

Meine Intervention (einen klaren Rahmen schaffen, Vertrauensarbeit, Transparenz, Benennung, Reframing, Musterunterbrechung, Ressourcenorientierung): Ich begegne ihrem Misstrauen, indem ich klare Vereinbarungen mit ihr treffe. In den ersten Wochen sitze ich einer zugleich souveränen wie innerlich sehr angegriffenen Frau gegenüber, die mich aufs Genaueste beobachtet. Ich fühle mich wie unter einer Lupe. Sie eruiert meine Emotionen und versucht diese einzufangen. Sie ist um größtmögliche Kontrolle bemüht.

Was nehme ich wahr und wie gehe ich inhaltlich und methodisch vor? (Pacing, Spiegelung, Psychoedukation): In einer Ecke ihres Selbst kann ich einen kleinen Teil erspüren, der sich nach und nach entspannt, der mitunter überfordert ist angesichts meines vorsichtigen und zugleich beharrlichen Kontaktangebotes, in dem ich auchachte, dass sie sich zurückzieht und verschließt.

Dieser Teil röhrt mich an. Es gelingt mir, ihr zu vermitteln, dass ich einen Teil dieser Erfahrungen kenne, dass ich sie nicht werte und nicht beurteile. Ich stelle Transparenz her ob meines Menschenbildes und achte das Tempo ihrer Schritte. Ich beschreibe ihr, dass Nähe auch Distanz braucht, um einen Spannungsbogen zu halten. Ich setze damit einen Gegenakzent zu dem Grundthema der Klientin, in dem

sie mangelnde Nähe beschreibt und ihren eigenen Autonomieraum nicht sieht. Die Klientin stellt nun ihrerseits Kontakt-Konstanz her und nimmt sich Zeit, „Gesagtes und Ungesagtes“ in den Raum zu stellen: ihre Einsamkeit, ihre Bedürftigkeit, ihre Angst, aber auch ihre Kraft, ihre Lösungen und ihren Humor. Gehalten und nachgenährt in unser beider Kontakt bewegt sich ihr inneres Kind. Es ergreift die Chance von vier Händen, die sich nach ihm ausstrecken: Die der erwachsenen Klientin und der meinen. So bewegen wir uns durch Einsamkeit und Trauer, durch Misstrauen und Manipulation, durch verschämte und offene Freude, Schicht für Schicht. Die Klientin bewegt sich langsam aus ihren dramatischen Mustern heraus und betreibt mehr und mehr Selbstfürsorge. Alles in allem richtet sie sich auf und kann das auch so benennen.

11.3. Überlegungen zum Beratungsabbruch

Ein Klient, mit dem ich schon eine Weile arbeite und der oft im Kontakt hin und her springt, überlegt, die Beratung wegen allgemeiner Überlastung abzubrechen. Dann wird ihm klar, dass er die Beratung eigentlich gar nicht abbrechen will, sondern sich vor allem überwinden muss, zur Praxis zu kommen.

Meine Intervention (Konfrontation, Musterunterbrechung, Aufforderung zur aktiven Kontaktgestaltung, Arbeiten mit dem Lebensskript, Feedback, konfrontative Spiegelung): Ich nutze die Gelegenheit, ihm zu beschreiben, wie seine Art der Kontaktgestaltung manchmal weder einen Dialog noch einen echten Kontakt möglich macht. Ich sage ihm, dass ich mit dem Beratungsabbruch nicht einverstanden bin. Ich sage ihm auch, es gehe darum, das Muster „Kontaktabbruch“ zu unterbrechen. Ich biete ihm an, vielleicht nur alle zwei Wochen eine Beratung zu machen. Das will er aber nicht.

Er sagt, nachdem ihm nun klar würde, worum es gehe, dass er nicht mehr länger wegrennen wolle. Ich beschreibe ihm meinen Ärger angesichts seiner Unverbindlichkeit und meine Versuche, zu verstehen, warum das so sei. Dann lade ich ihn ein, Distanz und Nähe anders zu gestalten und, anstatt wegzubleiben, zu kommen und zu formulieren: „Ich brauche gerade mehr Distanz“. Ich biete ihm noch einmal an, dass er die Situation gestalten könne, wenn ihm etwas nicht passe, dass er sich in Konflikte trauen dürfe, auch mit mir. Dass unsere Situation möglicherweise eine Wiederholung bereits erlebter Situationen sei. Damit kann er etwas anfangen. Er spricht nun davon, woher er diese Trennungen kenne, und entscheidet sich zu bleiben.

11.4. Krisenintervention zum Thema Nähe und Distanz

Ein Beispiel: Telefonat mit einer Klientin: Sie ist im Urlaub mit ihrem Freund. Die Ferien mit dem Freund sind „verhalten“. Sie hat ein „Verhältnis“ mit einem anderen Mann, der ihren Kontakt eher als Freundschaft definiert, was sie sehr getroffen hat.

Was nehme ich wahr? Ich nehme wahr, dass die Klientin aus ihrem Muster heraus agiert. Das Muster hat mit Dramatisierung und dem Herstellen komplexer Situationen zu tun, in denen sie eigentlich viel bekommen kann, aber dennoch unzufrieden ist.

Meine Intervention (Reframing, Stärkung der Autonomie, paradoxe Intervention, Arbeiten mit den Teilpersönlichkeiten, konfrontatives Feedback, Humor): Ich sage ihr, dass der Mensch, der sie ihr Leben lang begleiten wird, sie

selbst sei. Niemand sonst. Das sei manchmal traurig, vor allem jedoch eine große Freiheit, denn der Mensch, der ihr helfen würde, sei immer an ihrer Seite. Ich sage ihr auch, dass es, von meiner Wahrnehmung her, weder um den einen noch um den anderen Mann gehe, sondern um ihre Entscheidung, ob sie im traurigen Muster bleiben wolle oder sich traue, in der inneren Aufrichtung zu bleiben, an der wir in den letzten Monaten gemeinsam gearbeitet haben.

Dann passiert Folgendes:

Frau X: „Das versuche ich ja, aber ich weiß nicht, ob ich das schaffe.“
Ich: „Und welcher Teil spricht da gerade?“
Frau X (lacht): „Ja, ich weiß...“
Ich: „Und was würde einer der anderen Teile von Ihnen jetzt sagen?“
Frau X: „Scheiß' drauf und genieße es einfach!“
Ich: „Dem ist nichts hinzuzufügen. Wir sehen uns nächste Woche.“¹⁴

11.5. Das Austarieren von Nähe und Distanz

Beispiel 1: Eine Klientin arbeitet im Setting des „Ambulant Betreuten Wohnens“ mit mir und einer Kollegin. In diesem Kontakt tauchen Konflikte auf, und wir entscheiden uns zu einem Gespräch zu dritt, in dem die Klientin ihre Anliegen klar formuliert und die Kollegin angreift. Am nächsten Tag habe ich eine Stunde mit der Klientin. Der Klientin geht es nicht gut. Sie spricht von Ängsten in der Schule und vor ihrer beruflichen Zukunft. Mir scheint, es liegt ein Thema hinter dem Thema.

Meine Intervention (Musterunterbrechung, Konfrontation, Thema hinter dem Thema): Als die Klientin sagt, sie habe Angst davor, später unter „normalen Menschen“ zu arbeiten, interveniere ich deutlich. Ich sage ihr, sie sei auch „normal“ und sie solle aufhören, sich ins Abseits zu stellen. Mein Eindruck wäre, es ginge um eine Musterunterbrechung (die Klientin beschäftigt sich viel mit diesen Themen und kann mit dem Begriff etwas anfangen). Am Ende der Stunde fragt mich die Klientin wie nebenbei, wie es für mich gewesen sei, sie am Vortag „von einer anderen Seite“ zu sehen. Nun wird mir klar, was das Thema hinter dem Thema ist: Es geht darum, wie unsere Verbindung zueinander derzeit aussieht.

Meine Intervention (die Klientin arbeiten lassen, Selbstregulierung einleiten, Thema hinter dem Thema, reflexive Fragen): Ich werfe den Ball gezielt an sie zurück und stelle ihr folgende Fragen: Was „ihre andere Seite“ denn für sie selber sei? Was sie denke, wie ich diese Seite wahrgenommen habe? Was das in ihr und mir verändert haben könne? Was sie glaube, was passieren würde, wenn sie diese Seiten auch in unserem Kontakt zeigen würde? Ich verfolge damit das Ziel der Selbstregulierung.
Während dieser Fragen beruhigt sich die Klientin sichtlich und erkennt, dass der aktuelle Kontakt zwischen uns nichts mit dem anscheinend gerade innerlich erlebten alten Lebensskript zu tun hat.

¹⁴ Diese Form der Intervention ist nur deshalb so möglich, weil die Klientin und ich uns lange kennen und sie weiß, dass ich verbindlich da bin, wenn es notwendig ist. Sie ist auch daraus entstanden, dass wir lange schon an Musterunterbrechungen arbeiten und die Klientin gerade insgesamt sehr stabil ist.

12. Fazit

Am Anfang meiner Arbeit habe ich die These aufgestellt, dass sich die Dynamik von professioneller Nähe und Distanz gegenseitig bedingt. Ich habe außerdem unterstrichen, dass die Arbeit mit jedem Klienten immer anders sei und es darum ginge, sich der Individualität des Klienten und der meinen in der Wechselseitigkeit des Kontaktes anzunähern. Diese Thesen haben sich für mich bestätigt.

Beim Nachwirken der Interventionen und Fallbeispiele, die ich gewählt habe, um meine Arbeit als Counselor zu verdeutlichen, ging mir auf, dass meine Interventionen zu einem großen Teil zwischenmenschliche Interventionen sind. Das hängt natürlich zum Einen mit dem Thema dieser Arbeit zusammen, zum Anderen jedoch auch mit der sehr spezifischen Klientel. Die Klientel, mit der ich arbeite, kennt die Straße, sie kennt Hunger, sie kennt soziale Isolation, Gewalt und Grenzüberschreitung. Viele dieser Menschen sind oft nicht mit der Würde behandelt worden, die sie verdienen. Unsere gemeinsame Arbeit besteht unter anderem darin, mit diesen Gegebenheiten zu gehen und, soweit möglich, modellhafte Lösungswege zu finden.

In diesem Zusammenhang sind zwischenmenschliche Interventionen ganz wesentlich. Wir als Berater sind an dieser Stelle aufgefordert, die Bandbreite unseres eigenen Könnens und Wissens stetig zu verfeinern, um denen gerecht zu werden, deren Begleiter wir sind. Die Klienten sind die Experten ihres Lebens und tragen die Lösung ihrer eigenen Lebensführung immer in sich. Was mir in meiner Arbeit immer wieder Kraft gibt, ist, wie vielfältig die Lösungen sind, die diese Klienten finden, um sich ihr Leben auch unter diesen Umständen gut zu gestalten.

Und auch diese Wege der Klienten sind Formen der Nähe – und Distanzgestaltung. Dazu gehört: die eigene Würde bewahren, die Würde anderer achten, sich abgrenzen, sich einlassen, Humor, Sarkasmus, sich von anderen halten lassen, andere von sich zu weisen, sich aufrichten, sich fallen lassen, sich nichts gefallen lassen, Dinge zu akzeptieren, Menschen um sich sammeln, sich isolieren, sich streiten, sich lieben, sich beschenken zu lassen, zu beschenken, zu misstrauen, zu vertrauen, kurz: die Hoffnung nicht zu verlieren und Mensch zu sein! Oder, wie es mir eine Klientin mal von einer Karte so wunderbar weise vorlas: „*Hinfallen, aufstehen, Krone gerade rücken, weitergehn*“.... In diesem Sinne verbeuge ich mich in Achtung vor allen Klienten, die ich bisher kennenlernen durfte und jenen, die noch kommen werden. Was ich lernen konnte und durfte, habe ich von Ihnen / Euch gelernt.

13. Literaturverzeichnis

- BINDER, Thomas. „Wie interveniere ich als Berater? Die Systematisierung von Interventionen und deren Nutzen für die Beratung“, In Z.f.: Das gepfefferte Ferkel. Online-Journal für systemisches Denken und Handeln, April 2004.
- DOERLAMM, Martin. „Professionelle Nähe – auf Distanz zum Status Quo“, in Z.f.: Widersprüche, Zeitschrift für sozialistische Politik im Bildungs-Gesundheits-Sozialbereich, Heft 100, 26. Jg. 2006, Nr. 2, S. 155-160
- HAUBOLD, Clara. „Beratung und Suchtberatung“, 2008, E-Books
- HAUSKNECHT, Bianca. „Balanceakt Nähe und Distanz – Eine Herausforderung in der sozialen Arbeit“, 30.08.2012, Masterarbeit
- HOFMANN, Nicolas, HOFFMANN, Birgit. „Selbstfürsorge für Therapeuten und Berater“, Beltz BVU Verlag, 2012, 206 S.
- KOESLIN, Jürgen. „Psychiatrie und Psychotherapie“, Urban und Fischer, München 2011, S. 243
- SCHULTEN, Ursula. „Der bunte Hund, Aspektvielfalt im Counseling anhand eines Fall-Beispiels aus dem Ambulant Betreuten Wohnen (BEWO)“, IHP Manuskript 2009, ISSN 0721 7870
- STORCH, M. „Das Geheimnis kluger Entscheidungen – von somatischen Markern, Bauchgefühl und Überzeugungskraft“. Pendo: Zürich, 2003
- WIMMER, Karl. „Systemische Interventionen von A-Z“, S. 1, <http://www.wimmer-partner.at/pdf.dateien/system-intervention.pdf>

14. Abbildungsverzeichnis

Dieses sehr aussagekräftige Modell befindet sich auf der Webseite des Institutes für Kommunikation von Friedemann Schultz von Thun. http://www.schulz-von-thun.de/index.php?article_id=72. Ich habe es dort entnommen mit freundlicher Genehmigung von Friedemann Schultz von Thun.

Claire Merkord

Bezogenheit und Selbstbestimmtheit - Professionelle Nähe und Distanz: Balancen im Beratungssetting

Zusammenfassung

Diese Graduierungsarbeit beschäftigt sich mit dem Thema professionelle Nähe und Distanz in der Beratung. Beide Themen sind elementare Handwerkszeuge der Beratungsarbeit. Wie Nähe und Distanz generell erlebt wird, hängt u. a. auch davon ab, wie diese in der bisherigen Lebensbiographie erfahren wurden. So kann für den einen Nähe nährend und erfüllend sein und für den anderen bedrohlich. Distanz kann Raum und Luft schaffen und zugleich als ausgrenzend erlebt werden.

Meine Hypothese ist, dass die professionelle Nähe- und Distanzgestaltung sich an der jeweiligen individuellen Begegnung orientieren muss und zugleich gewissen Prozessen unterliegt, die mit den einzelnen Beratungsphasen zu tun haben. So wird der Berater zu Beginn des Beratungsprozesses eher professionelle Nähe herstellen, um zum Gelingen einer tragfähigen Arbeitsbeziehung beizutragen und gegen Ende des Prozesses eher Distanz, um den Prozess zu einem guten Ende zu bringen. Ganz allgemein gesehen, geht es jedoch um ein Schwingen von dem einen Zustand in den nächsten und das Entwickeln eines Spannungsbogens zwischen beiden Polen, die sich immer wieder gegenseitig bedingen und sowohl vom Klient als auch vom Berater aktiv gestaltet werden.

Biographische Notiz

Claire Merkord, 50670 Köln
Counselor IHP Gestalt – und Orientierungsanalyse
Übersetzerin Englisch/Französisch Recht - Wirtschaft – Kultur

Lehrcounseling: Alexandra von Miquel und Maria Amon
Lehrtrainer der Weiterbildung: Alexandra von Miquel, Maria Amon,
Thomas Droege, Sabina Schulte,
Paul Timmermans, Dieter Dicke



IHP Bücherdienst * Schubbendenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447 * eMail office@ihp.de
www.buecherdienst.ihp.de
IHP Manuskript 1406 G * ISSN 0721 7870
2014

