

**Berlin 16.Mai 2015 - Tag der Freiberufler
Berufsverband Deutscher Psychologen und Psychologinnen**

**Das
„Bonner Ressourcen Modell“
in Beratung und Veränderungsarbeit**

Anne M. Lang



Vorschau:

1. Der Rahmen

- Kontexte von Veränderungsarbeit: Beratung-Psychotherapie-Coaching

2. Das Bonner Ressourcen Modell

- **kombiniert 3 Verfahren** mit gleicher Philosophie und Haltung bzw. Denken und Arbeiten
- ist ein **Rahmungsmodell**
- ist **hypnosystemisch**
- **nimmt die Selbstorganisation ernst und rahmt über 3 Ebenen**

3. Das Modell und die Prozessebene, die Schleifenebene, die Metaebene

4. Die Anwendungs-Praxis

- Erfahrungen nach 10 Jahren in Anwendung & Lehre
- Dazu: Systemische und hypnosystemische Weiterbildungen

Kontexte/ Soziale Systeme - ihre eigene Sprache (Niklas Luhmann) - Wirklichkeit

- „Bühnen“ für Themen, Image, Berufsgruppen, Methoden, Preise.....
- **Ambulante Psychotherapie – Soziales System „Gesundheit“** mit der Sprache: **„krank-gesund“**
 - Kranken-Versicherung, System Kassenärztliche Vereinigung, KV-Gutachten, Gemeinsamer Bundesausschuss
 - Richtlinien-Verfahren, Diagnosen,
 - Einzeltherapie für Erwachsene und Kinder (keine Paartherapie, keine Familientherapie, zu wenig Gruppenangebote)

Stationäre Psychotherapie – in den Methoden freier, in wirtschaftlichem Druck
- **Beratung – Soziales System „Beratung“** - alle psychosoziale Themen und alle besonderen Lebenssituationen mit der Sprache „Lebensbewältigung- Selbsthilfe“
 - Suchtberatung, Krebsberatung, Aidsberatung usw...., Notfallberatung,
 - Schulpsychologische Beratung, Hochbegabtenberatung, Berufsberatung usw.,
 - Lebensberatung, Eheberatung, Erziehungsberatung, Frauen/Männerberatung usw.
 - usw.
- **Coaching – Soziales System: „Wirtschaft“** Unternehmen (PE, FK) -Sprache Leistung- Gewinn
 - **Berufsleben** (Leistungs- /Aufgabenoptimierung, Führung, Teamentwicklung, Improving Performance)
 - **betriebliche Gesundheitsförderung** mit all ihren Themen der Berufsfähigkeit und Erhaltung
 - **und zunehmend Selbstoptimierung** (Sport, Auftritt, Beruf, Selbstmanagement)
 - Usw.

Das „Bonner Ressourcen Modell“ kombiniert Essenzen von 3 Verfahren

- Sie verstärken sich gegenseitig.
 - Sie haben dieselbe Philosophie ,wie Störungen entstehen und wie sie aufzulösen sind.
1. Systemisches Denken – Handeln: **Fokusverschiebungen:** oben/unten; Spektrum - Detail, dissoziiert-assoziert
 2. Ericksonsches Denken – Handeln: **Individuelle Besonderheiten** (nutzen)
 3. de Shazers Lösungsfokussierung Denken - Handeln: „**Den Teppich ausrollen**“)

Das „Bonner Ressourcen Modell“ ist ein Rahmungsmodell, das „Ressourcen“ „erzeugt“

„Erzeugend“ heißt:

Psychische Wirklichkeit ist nicht fest

Wir haben eine verantwortungsvolle Wirkung_ was machen wir und was nicht!

- Wir gestalten und erzeugen sie selbstorganisatorisch und in Interaktion
- Wir ermöglichen, dass die Klienten sie wieder anders erzeugen und gestalten können.

„Ressourcen“ sind:

individuell vorhanden –aber ausgeblendet.

Sie werden auch zusammen und im Rahmen Erzeugtes

Es gibt sie immer, da es um Einstellungen und Gestaltungsfähigkeit geht.

- Wir heben.
- Wir fokussieren.
- Wir ermöglichen Individuell zusammen.
- Wir unterlassen manches.
- Wir beachten und verstärken.
- Wir nutzen. Usw.

Das Bonner Ressourcen Modell ist hypnosystemisch - was heißt das?

- **Systemisch:**
 - Selbstorganisation ist nicht einseitig zu beeinflussen
 - Menschen und ihre Systeme sind nicht prognostizierbar
 - Psychische u. soziale Wirklichkeit entsteht über unsere Wahrnehmung d.h. Fokussierung unserer Aufmerksamkeit
 - Psychische u. äußere Wirklichkeit entsteht über unsere Kommunikation d.h. diese betont, wirkt zirkulär, wirkt suggestiv, erschaffend und erhaltend
 - Unsere Sprache wirkt auf andere und auch zirkulär auf uns zurück
 - Unsere Interaktion wirkt auf andere und auch zirkulär auf uns zurück
 - Ein System ist mehr als
- **Hypnosuggestiv:**
 - Suggestionen sind unweigerlich in jeder Kommunikation enthalten
 - Sprache ist immer ausschnittsweise und muss immer auswählen
 - Gewollte/ungewollte selbsterfüllenden Prophezeiungen wirken- Glaubensannahmen
 - Geschichten und Metaphern-Einsatz zeigen, dass nicht vorherbestimmt ist, wie etwas verwendet und aufgegriffen wird, daher setzte sie M. Erickson als indirekte Hypnose ein.
- **Gemeinsame Schnittmenge:**

Erschaffung von Wirklichkeit über Kommunikation und Aufmerksamkeitsfokussierung

Das Modell und die Prozessebene

Prozessebene: Systemisches und Lösungsfokussierendes Denken in Prozessen

Es gibt was Vorausgegangenes: einen Anlass, Erfahrungen, Empfehlungen, Suggestionenund es gibt danach Folgendes

Daher die „Prozess- Aufgaben“ in der Beratung:

Beginn:

- **Einen Prozess einrichten** – Ankoppeln, Auftragsklärung, Transparenz über Vorgehen.....

Dann:

- Den Prozess ausrichten - AuftragsklärungZielklärung
- Den Prozess anreichern – alles nutzen was da ist....
- Den Prozess fokussieren – sich dabei als Berater beachten indem was ich fokussiere!
- Den Prozess überblicken- Draufblicken.....beide...
- Den Prozess bewerten – Skalieren.....Prognosen
- Aus dem Prozess gehen (Schlussintervention) und wieder reingehen

Ende und Weiter:

- Einen neuen Prozess beginnen – wie jetzt anders weiter....

Das Modell und die „Schleifenebene“

Schleifenebene: Das Individuelle berücksichtigen nach M. Erickson!

Daher die „Schleifenaufgaben“:

- Die Schleife der besonderen Ankoppelung.....
- Die Schleife der besonderen Interaktion.....
- Die Schleife der individuellen Suchprozesse und ihrer Inputs.....
- Die Schleife des Aufgreifens und Verwertens.....
- Die Schleife der Metaphern und Geschichten.....
- Die Schleife der Aufgaben und ihrer Verwertung.....
- Die Schleife der Vorkommnisse.....
- Die Schleife der Hindernisse und ihrer Lösungen.....
- Die Schleife der Ambivalenzen.....
- Die Schleife der Systemischen Einbeziehungen.....
- Die Schleife der Themen.....
- Die Schleifen auf das Sonstige und Unbeachtete.....Usw.

Das Modell und die Metaebene

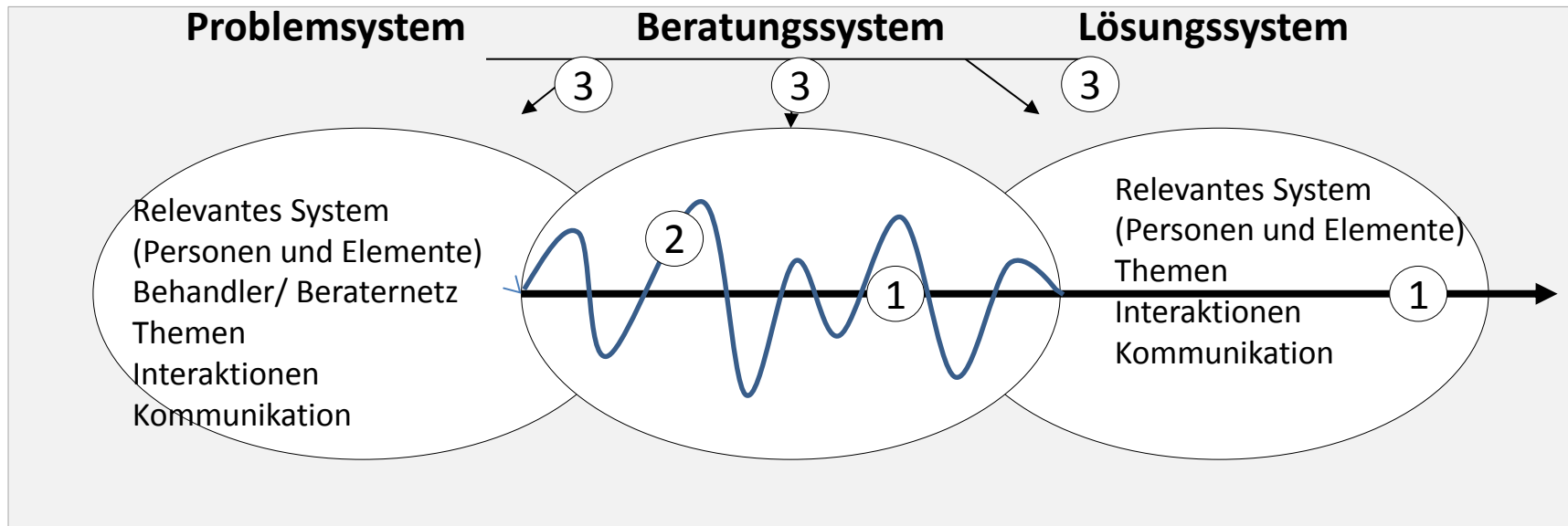
Metaebene: Im systemischen Fokusvergrößern (und wieder verkleinern und bzw. ableiten) entstehen Möglichkeiten!

Daher die „Meta/Draufschaue- Aufgaben“:

- Draufschaue auf die Ist-situation....
- Draufschaue auf die Soll/Wunsch-situation.....
- Draufschaue die Zukunftssituation..... In 5 Jahren
- Draufschaue auf die Beratung.....
- Draufschaue auf den Prozess.....
- Draufschaue auf die Sitzung in der Schlussintervention
- Draufschaue auf.....

Das Bonner Ressourcen-Modell nimmt Rahmung ernst und rahmt über 3 Ebenen

- 1 Prozessebene
- 2 Schleifenebene
- 3 Metaebene



Haltung!

„Sie wollten die Essenz, aber bekamen so nur die Hülle, M. Erickson“

Die Ethik des Konstruktivismus

Der ethische imperativ: Heinz v. Förster

Respekt vor der Selbstorganisation: Nichts wegnehmen an Strategien-
Erweitern!

Anwendung des Bonner Ressourcen Modells

Es bietet:

- Umfasst relevante Ebenen der hypnosystemischen Arbeit (u.a. Suggestion der Interaktion und Aufmerksamkeit, Rahmung von Selbstorganisation)
- Bietet Rahmen für Sitzungs- und Prozessablauf (Wie Ziel-Auftrag-Prozess?)
- Bietet Selbst-Supervisionshilfe – (welche Ebene fehlt?)

Charakteristika:

- Erkunden statt Intervenieren
- Suchprozesse im Klienten auslösen (nicht im Berater nach der besten Intervention für..)
- das, was in der Arbeit geschieht, immer wieder einbeziehen und nutzen
- Die Individualität des Klienten einbeziehen (seine Reaktion, seine Art, sein Humor, seine ..)

Pointiertes Vorgehen:

- Fragen und Erkunden als Hauptinterventionen
- Schlussintervention und der „Break“
- Der Klient erfährt im Machen, dass dieser Prozess „seiner“ ist.
- Die Rolle der Beraterin/Therapeutin/ Coach/Klientin ändern sich!

Erfahrungen nach 10 Jahren Entwicklung u. Lehre

- Fundierte Auseinandersetzung mit der Philosophie dahinter nötig
 - macht die persönliche Kraft dahinter aus
 - z.B. das Aushalten-können und begegnen-können, dass der Klient aus seiner Perspektive
 - keine Antwort hat,
 - Zeit für Antworten braucht,
 - nach Tipps fragt,
 - eine variierte verständliche Frage braucht usw.
 - Die Fundierung macht flexibel und man lernt Komplexes einfach auszudrücken z.B. zur Aufklärung über das Vorgehen usw.
 - Die eigene Auseinandersetzung mit der Philosophie
- Widerspruch zu
 - Toolsammlung/“Werkzeugkoffer“, dem Bedürfnis nach schneller Intervention und Integration
- Andere Verläufe und Prozesse: Kurzzeittherapie/Beratung/Coaching
- Andere Anforderungen an den Berater/Therapeuten/Coaches/Klienten



Das Bonner Ressourcen Modell – Anne M. Lang

Das kann man lernen:

Start der nächsten Weiterbildung an den Bonner Instituten:

- „Ressourcenerzeugende Beratung“ über die DPA: **15.-16.Juno 2015**
- „Hypnosystemische Kommunikation“ MEG: **13.-15.08.2015**

Weiterer Aufbau zum **Systemischer Coach DGSF zertifiziert**

Baustein 1 Ressourcenerzeugende Beratung

Baustein 2: Hypnosystemische Kommunikation

Baustein 3: Intervision, Dokumentierung von systemischer Coachingpraxis

Das Bonner Ressourcen Modell – Anne M. Lang

www.institut-systeme.de

Anne.M.Lang@t-online.de

