

Hochschule Magdeburg Stendal – FB SGM

2. Semester/Modul BAS 06.1 – Grundlagen des Methodischen Handelns/Team 12

Vermerk

Betreff: Achtsame Fremd- und Selbsthilfe

Gegenstand

„Der sorgsame Blick auf sich selbst, schafft die Basis für den sorgsamen Blick für andere.“ (Frühmann 2014: 200). Dies soll als Grundsatz im Rahmen dieses Verfahrens und der Situation der Sozialarbeiterin A gelten. Das Mitempfinden in der eigenen Kindheit für Geschwister, Eltern und Andere schult dieses Verständnis, kann allerdings auch zu einer Überlastung führen. Dadurch kann ein mangelnder Blick auf sich selbst die Folge darstellen. Dies bedeutet, dass eigene Bedürfnisse nicht beachtet und erkannt werden (Helfersyndrom). Dabei steht die soziale Motivation im Vordergrund, welche entweder von einer Fülle oder einem Mangel geprägt ist.

Steht ein Mangel im Vordergrund, so sollen andere Menschen entweder davor bewahrt werden, eine ähnliche Not, wie die Selbsterlebte, erleiden zu müssen oder andere diese Not nicht erfahren sollen. Dabei ist es unwichtig, ob Diese selbst erlebt wurde. In diesem Zusammenhang soll Soziale Arbeit nicht zum „Du-ling“, aber auch nicht zum „Ich-ling“ werden (Frühmann 2014: 201). Das meint, dass die Betrachtung einzelner und fremder Bedürfnisse in Einklang gebracht werden müssen. Die Bewerkstelligung und die Achtsamkeit kann bei der Sozialarbeiterin A durch verschiedene Methoden der achtsamen Fremd- und Selbsthilfe gefördert werden.

Es geht in der achtsamen Selbsthilfe zumeist um die selbstreflexive Fähigkeit, welche eine Kompetenz der Sozialen Arbeit darstellt und der Prüfung des eigenen Handelns dienen soll. Um diese selbstreflexive Fähigkeit der Sozialarbeiterin A zu ermöglichen, könnte die Intervision als Verfahren herangezogen werden. Die Intervision stellt ein „reflexionsorientiertes Beratungsverfahren“ (Steffan 2013a: 459 f., zit. n. Wendt 2017: 405) dar, das in einem kollegialen Rahmen mit fünf bis sieben Teilnehmer*innen stattfindet. Dabei sollen sich beruflich Gleichgestellte gegenüber stehen und sich ihre Themen gegenseitig vorstellen. Es muss darauf geachtet werden, dass zu sensible Themen nicht Teil der Beratung werden. Von einer Einflussnahme durch Vorgesetzte und den allgemeinen Arbeitsbeziehungen soll hier abgesehen werden, da sonst eine Befangenheit droht. Die Teilnehmer*innen sollten aus verschiedenen Arbeitsfeldern kommen und dennoch ähnliche berufliche Erfahrungen mitbringen. Außerdem sollte darauf geachtet werden, dass die Teilnehmer*innen einen guten und von Vertrauen geprägten Umgang miteinander eingehen können. In diesem Verfahren gibt es keine einheitlichen Prozessschritte.

Als Beispiel können die von Heinrich Fallner und Hans-Martin Gräßlin ausgearbeiteten Schritte herangezogen werden. Zunächst wird die Beratung mit der Frage eröffnet, wer ein Thema einbringen möchte (Eröffnen und Beginnen). Die möglichen Themen werden geschildert und Unverständlichkeiten geklärt (Darstellen und Orientieren). Im Anschluss wird ein Berührung-

punkt aufgenommen. Ergänzend werden Assoziationen gebildet und dargestellt (Betrachten und Erweitern). Im Folgenden bringen die Teilnehmer*innen eigene Ideen ein und bilden Hypothesen (Differenzierung und Beurteilen). Im vorletzten Schritt werden gegebenenfalls Vorschläge angenommen und an der Umsetzung gearbeitet (Entscheiden und Übersetzen). Am Ende einer Sitzung folgt ein Reflexionsgespräch (Abschließen und Beenden). Die einzelnen Sitzungen sollten mehrmals stattfinden und nicht mehr als zwei Wochen auseinander liegen.

Es wurde sich nicht für die Intervision entschieden, obwohl diese dennoch geeignet wäre. Die Sorge, die hinter dem Ablehnen dieses Verfahrens steht, ist, dass der Fokus auf die Probleme der Sozialarbeiterin A gerichtet sein soll, da sie einer hohen Belastung ausgesetzt ist. Diese äußert sich augenscheinlich in einem großen Leidensdruck. Geeigneter erscheint ein Verfahren der Fremdhilfe, da die Sozialarbeiterin A gestärkt wird und ihre Themen und Konfliktsituation aufgearbeitet werden, um für die Besucher*innen des Tagestreffs zur Verfügung zu stehen.

Neben zwei weiteren Verfahren der Fremdhilfe, das Coaching (spezielle Supervision für Führungskräfte) und der Balintgruppenarbeit, bei der unbewusste dynamische Vorgänge der Beziehung der Menschen untereinander erfahrbar und bearbeitbar gemacht werden, wurde sich im Falle der Sozialarbeiterin A für die Supervision entschieden.

Diese stellt ein „praxisorientiertes und wissenschaftlich fundiertes Konzept“ (DGSv 2009: 7, zit. n. Wendt 2017: 402) dar. Es handelt sich um eine Beratung/Weiterbildung, bei welcher die Reflexion und anschließende Bearbeitung der Themen (Schwierigkeiten im beruflichen Alltag) im Vordergrund stehen. Im Falle der Sozialarbeiterin A liegt der Fokus auf der Kürzung der Wochenarbeitszeit und dem hohen Zeitaufwand für die bürokratischen Tätigkeiten. Dadurch hat sie kaum Zeit für die Besucher des Tagestreffs. Zudem steht der immer stärker werdende Konflikt zwischen den Besuchern Hotte und Hans im Raum. Die genannten Themen der Sozialarbeiterin A sollen im Rahmen einer Supervision aufgearbeitet werden. Somit soll ein tieferes Verstehen, der im Beruf ausgeübten Handlungen, ermöglicht werden, was durch Hinweise verbunden wird, die diese Handlungen gegebenenfalls ändern.

Durch das Konzept der Supervision soll für die Sozialarbeiterin A ein nachhaltiger Nutzen erzielt werden. Dabei zu beachten ist ein loyales und dennoch kritisches Arbeitsbündnis zwischen dem/der Supervisor*in und der Sozialarbeiterin A, wobei auch die Verbesserung der Arbeit als Ziel angesehen werden soll. Auch Qualitätssicherung und –entwicklung sind bedeutsam für dieses Verfahren der Fremdhilfe. Das Konzept der Supervision umfasst mehr als 20 verschiedene Funktionen, welche hier nicht alle genannt werden, sondern nur jene, welche bedeutsam für die Situation der Sozialarbeiterin A sind. So stellt eine Funktion dar Probleme in Kommunikation und Beziehungen zu meistern, wodurch Selbstvergewisserung der Sozialarbeiterin A ermöglicht werden soll. Dadurch wird die Möglichkeit eröffnet, unangenehme Arbeitssituationen zu klären und das Bedürfnis nach Kommunikation zu erfüllen. Außerdem soll es zu der Vorbeugung von unter anderem Burnout führen und gleichzeitig das Helfersyndrom abbauen.

Allerdings kann es innerhalb von Supervisionen auch zu der Ausübung von Macht kommen, weshalb eine Auseinandersetzung mit diesem Aspekt stattfinden sollte. Diese sollte im Hinblick auf die Macht, welche auf sich selbst, oder auf das geeignete Erlaubte beziehungsweise Verbotene bezieht, stattfinden. Darüber hinaus sollte sich möglichst mit der Dynamik der Gruppe und dem/der Supervisor*in und im Anschluss mit dem „komplexen Kontext des Geschehens innerhalb der gesamten Organisation“ (Pankofer 2017: 21) und des gesellschaftlichen Kontextes auseinandergesetzt werden. Nur dann ist eine Supervision, wie sie gewährleistet werden sollte, möglich.

Die Sozialarbeiterin A soll in sich gestärkt werden, um dann auch auf sich selbst und dann schließlich auf die Besucher*innen des Tagestreffs zu achten. Erst dadurch kann sie gut für sich selbst und andere sorgen

Gez. Team 12

Literaturverzeichnis

Frühmann, R. (2014): Selbsterfahrung, Selbstreflexion und Selbstsorge in Therapie, Beratung und Supervision. Reflexion aus 45 Jahren Praxis und Lehre. In: Birgitta, S. et al./Leitner, A. (Hrsg.) Wann sind wir gut genug? Selbstreflexion, Selbsterfahrung und Selbstsorge in Psychotherapie, Beratung und Supervision, Weinheim und Basel (S. 194 ff.)

Pankofer, S. (2017): Macht in der Supervision und im Coaching. In: DBSH (Hrsg.) Die berufliche soziale Arbeit, In: Forum Sozial 1/2017, Berlin (S. 16 ff.)

Wendt, P.-U. (2017): Lehrbuch Methoden der Sozialen Arbeit (2. Auflage), Weinheim und Basel (S. 397 ff.)