



Beratung mit Wirkung?

Reflexion der eigenen Praxis im Kontext der Lebenswelt der
Ratsuchenden

Tag der Pflegeberatung NRW

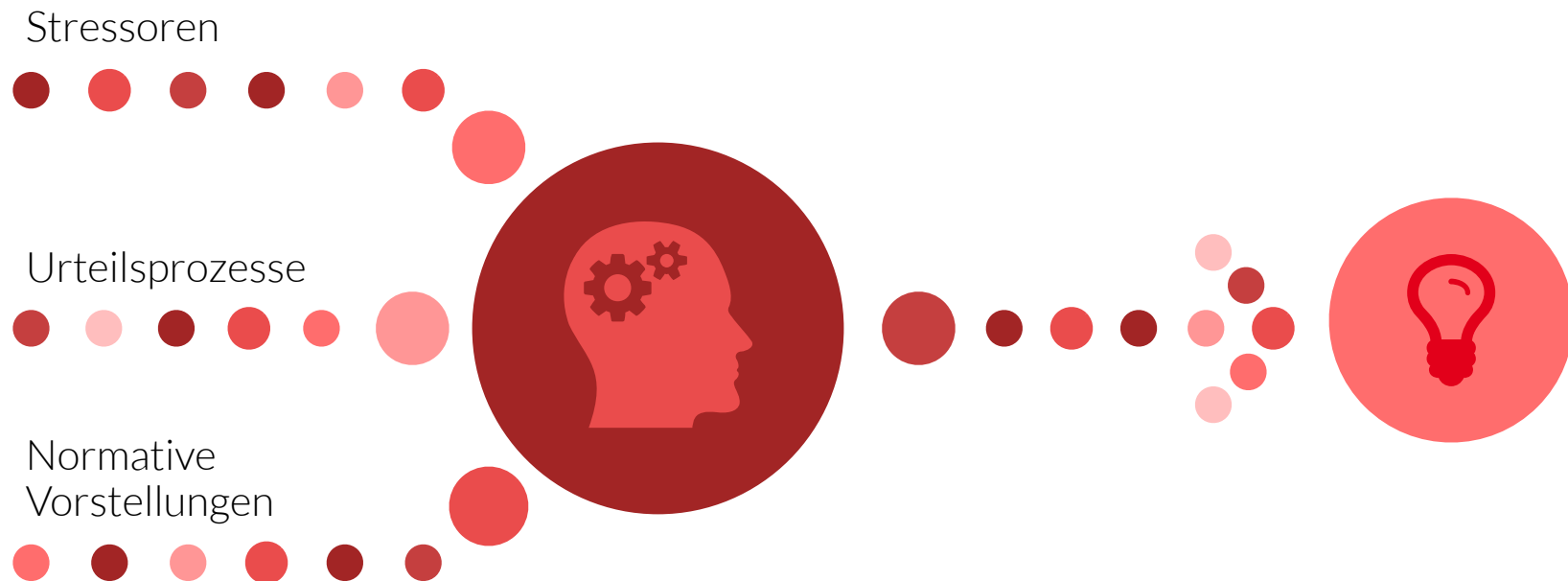
Prof. Dr. André Posenau / andre.posenau@hs-bochum.de

Was passiert eigentlich während der Beratung?



Was hat eigentlich Auswirkungen auf meine Kommunikation?

Und was kann ich tun?



Intrapersonelle Prozesse bezeichnen die inneren Vorgänge innerhalb einer Person – also Gedanken, Gefühle, Einstellungen, Bedürfnisse und Bewertungen. Sie laufen oft unbewusst ab und beeinflussen, wie wir Situationen wahrnehmen und deuten. Diese inneren Prozesse wirken direkt auf die Kommunikation

Phase 1: Wahrnehmung der Stressoren

Was stresst den eigentlich?

Stressoren werden alle inneren und äußeren Reize bezeichnet, die Stress verursachen und dadurch das betroffene Individuum zu einer Reaktion der aktiven Anpassung veranlassen.

Eustress

- Positiver Stress (erhöht die Aufmerksamkeit und fördert die maximale Leistungsfähigkeit des Körpers)

Distress

- Negativer Stress (wirken sich negativ aus und erfordern Coping-Strategien zur Bewältigung)

Phase 2: Beurteilung des Stressors (Primärbewertung)

Was „denkt“ das Gehirn?

Zentrale Frage: Hat das Geschehen für die Wertvorstellung, Zielverpflichtung oder Überzeugung einer Person und der Welt oder ihre situationsbezogenen Absichten eine Relevanz?

Bewertung als ...	Positiv	Irrelevant	Gefährlich
	Keine Adaption	Keine Adaption	A) Herausforderung B) Bedrohung C) Verlust

Phase 3: Handlungsoptionen (Sekundärbewertung)

Packen wir es an!

Frage: Kann ich die „Gefahr“ mit meinen vorhandenen Ressourcen bewältigen?

Wahl der adäquaten Copingstrategie:

- Problemorientiertes Coping (handlungsorientiert)
- Emotionsorientiertes Coping (intrapsychisch)
- Bewertungsorientiertes Coping (intrapsychisch)

Phase 4: Neubewertung

Was nehmen wir mit?

Evaluation der Situation

- Reappraisal (Neubewertung der Situation)
- Der Erfolg der Bewältigungsstrategie wird bewertet, um eine dynamische Anpassung an die neue Situation zu gewährleisten
- Dieser Bewertungsprozess zielt auf eine Neubewertung der Erstbewertung an

Was hat eigentlich Auswirkungen auf meine Kommunikation?

Und was kann ich tun?

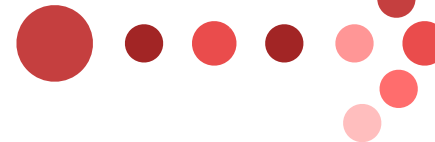
Stressoren



Urteilsprozess



Normative Vorstellungen



Beurteilungen

Geh mal völlig frei an die Sache ran ...

Mit Urteilen bezeichnen wir den psychologischen Prozess, der zugrunde liegt, wenn Menschen einem **Urteilsobjekt** einen **Wert** auf einer **Urteilsdimension** zuordnen und das daraus resultierende Urteil explizit zum Ausdruck oder danach handeln bringen.

Es gibt vier Urteilsdimensionen:

- evaluative Urteile (Ist das gut oder schlecht?)
- prädikative Urteile (Vorhersage von zukünftigen Ereignissen / Wahrscheinlichkeiten)
- Wahrheitsurteile (Richtigkeit oder Falschheit von logischen Schlüssen)
- soziale Urteile (Urteile über Personen)

Was hat eigentlich Auswirkungen auf meine Kommunikation?

Und was kann ich tun?

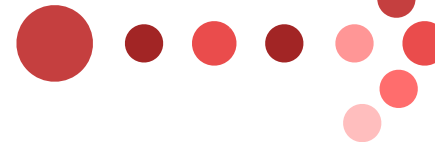
Stressoren



Urteilsprozess



Normative Vorstellungen



Normative Vorstellungen

Das ist doch so!

Normative Vorstellungen = Werte, Haltungen und gesellschaftliche Erwartungen, die Berater*innen (bewusst oder unbewusst) in Gespräche einbringen.

Beispiele:

- Familien- und Rollenbilder
- Gesundheit und Körper
- Religiöse und kulturelle Werte
- Autonomie vs. Fürsorge
- Leistung und Arbeitsethos
- Umgang mit Alter, Krankheit und Sterben
- Sexualität und Partnerschaft
- Soziale Gerechtigkeit und Teilhabe

Was hat eigentlich Auswirkungen auf meine Kommunikation?

Und was kann ich tun?

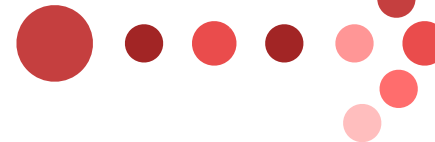
Stressoren



Urteilsprozess



Normative Vorstellungen



Q&A