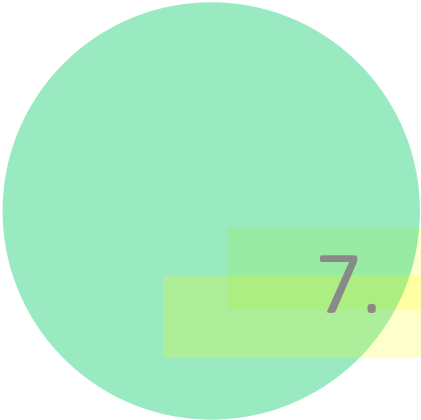


10 Prinzipien von Beratung



7. Handlungsfähigkeiten generieren:
Empowerment

19.10.2024

Prof. Dr. Renate Zwicker-Pelzer

Empowerment- Ressourcenaktivierung- Resilienz

Unterschiedliche Begriffe vs. gemeinsame Intentionen:

- **Empowerment** als Stärkung der Eigenmacht, Befähigung zur Erweiterung des eigenen Handlungsspielraumes (Geschichte der Sozialen Arbeit)
- **Ressourcen** = Mittel, Kraftquellen für neue Handlungen und Vorgänge. Kategorisierung in individuelle, soziale, materielle, infrastrukturelle etc.
- **Resilienz**, als Selbstwirksamkeit in der psychologischen Forschung verstanden, beinhaltet u.a. physische, psychische, psychosomatische und soziale Aspekte, die der Gesundheit dienlich sind

Zu einzelnen Aspekten

- Empowerment aus der Geschichte der Sozialen Arbeit
- Bürgerrechtsbewegung USA
- Emanzipationsbewegung / Frauenbewegung überall
- Die Selbstbestimmt-leben-Bewegung (independent living) von behinderten Menschen u.a.
- Pädagogik der Befreiung

Ressourcen und ihre Aktivierung

- Ressourcen als Mittel, als Kraftquellen, die es ermöglichen, das eigene Leben zu meistern.
- Diese können brach liegen, nicht mehr im bewussten Erleben präsent sein.
- Oder sie sind bewusst, aber die Lebensumstände sind so dominant, dass sie wie verschüttet sind.
- Oder die sozialen, die gesellschaftlichen Umstände verhindern die aktive Nutzung der Ressourcen.
- In der Forschung wird auf die Systemebenen (Urie Bronfenbrenner) meist Bezug genommen.

Ressourcen-Check/Diagnostik in der Beratung als gemeinsame Suchbewegung von Berater*in und Ratsuchenden

- Partner:innen-Übung/ Interview
- Nach den kognitiv zugänglichen Ressourcen suchen
- Nach den schlummernden Ressourcen suchen
- Nach den Selbst-Belohnungen suchen

Systemisch-methodische Anregungen zur Wiedergewinnung der Selbstwirksamkeit

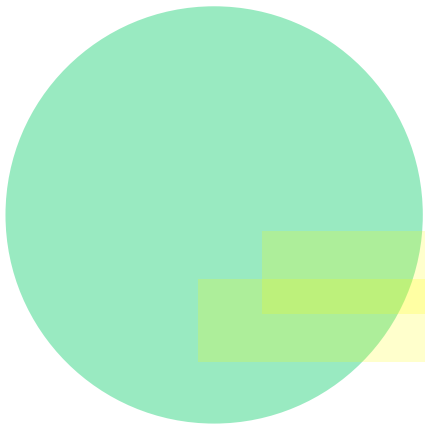
- Tagebuch
- Belohnungsanregungen sammeln
- Ressourcenkoffer
- Die berühmten 3-5 Bohnen täglich in eine andere Tasche tun (Containern von Gutem)
- Metaphern für Gelungenes und Gelingendes suchen und finden
- Sich mit Menschen verbinden, die über ihre Kraftquellen gerne reden oder solche Settings schaffen!
- Empowern = sich empowern, sich empowern lassen



Literaturhinweise

- Bronfenbrenner, U. (1998): Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Frankfurt: Fischer.
- Dorst, B. (2023): Resilienz. Seelische Widerstände stärken. Ostfildern: Patmos.
- Eickhorst, A.; Röhrbein, A. (2019): Systemische Methoden in Familienberatung und -therapie. Göttingen: V & R.
- Gruhl, M.; Körbächer, H. (2012): Mit Resilienz leichter durch den Alltag. Freiburg: Kreuz.
- Herriger, N. (2014): Empowerment in der Sozialen Arbeit. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hoff, T.; Zwicker-Pelzer, R. (Hrsg.) (2022), Kompendium Beratung und Beratungswissenschaft. Baden-Baden: Nomos, 2. Aufl.
- Rohr, D. (2022): Von 40 Grundhaltungen und Interventionen zu 10 Prinzipien von Beratung. Heidelberg: Carl-Auer.
- Rohr, D. (2017): mini-handbuch beraten – Eine kleine Praxis-Einführung mit 10 Prinzipien für 100 Interventionen. Weinheim: Beltz.
- Schubert, F.C.; Rohr, D.; Zwicker-Pelzer, R. (2019): Beratung. Grundlagen-Konzepte-Anwendungsfelder. Berlin: Springer.
- Wirth, J.V.; Kleve, H. (Hrsg.) (2012): Lexikon des systemischen Arbeitens. Heidelberg: Carl-Auer.
- Zwicker-Pelzer, R. (2019): Netzwerkansatz und Systemik - ein Mensch ist selten allein. In: SI:SO 1/2019 Jg. 24., S. 12-19. Siegen: Eigenverlag der Universität.
- Zwicker-Pelzer, R. (2022): Beziehung und Beratung. In: Richter, S.; Bitzer, A. (Hrsg.), In Beziehung sein. Erziehungswissenschaftliche Reflexionen zur Bedeutung von Beziehung in Forschung, Lehre und Praxis (S. 107- 121). Weinheim: Beltz.

Vielen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit



Prof. Dr. Renate Zwicker-Pelzer