

Helfen heißt Hoffnung machen

Die Bedeutung positiver Veränderungserwartung in der
Systemischen Therapie



Stefan Geyerhofer
www.geyerhofer.com

Helfen heißt Hoffnung machen

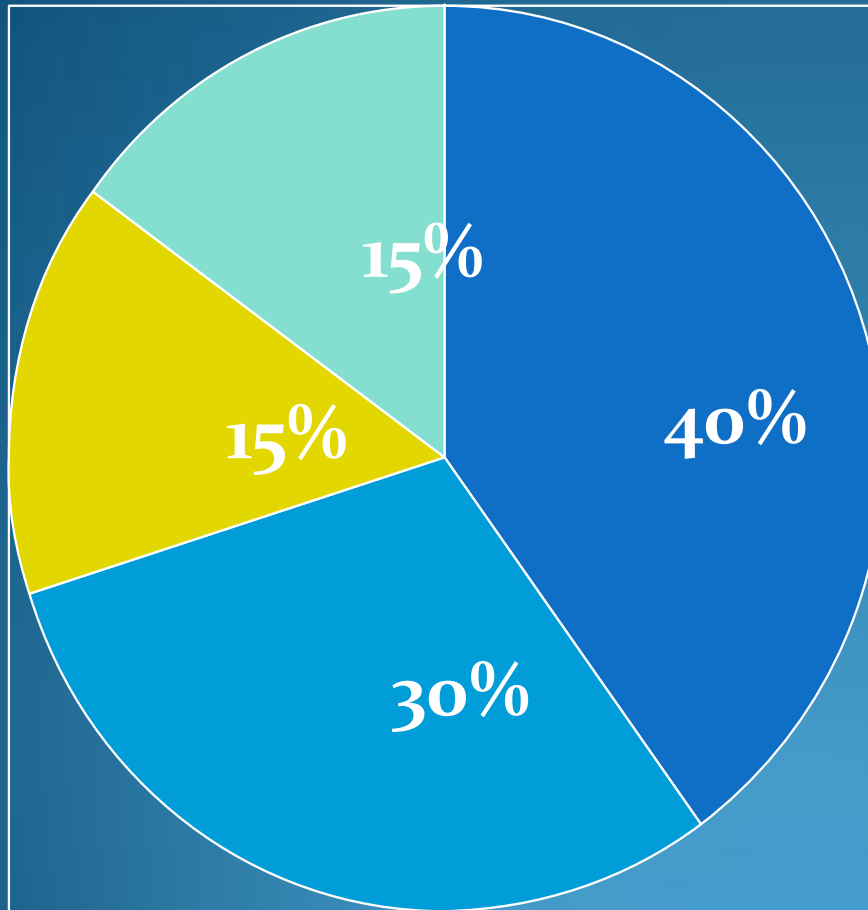
„Die Erwartung, dass sich etwas verbessern kann, ist in der Tat die zentrale Voraussetzung jeder Therapie.“



Steve De Shazer & Insoo Kim Berg



Wirkfaktoren der Psychotherapie



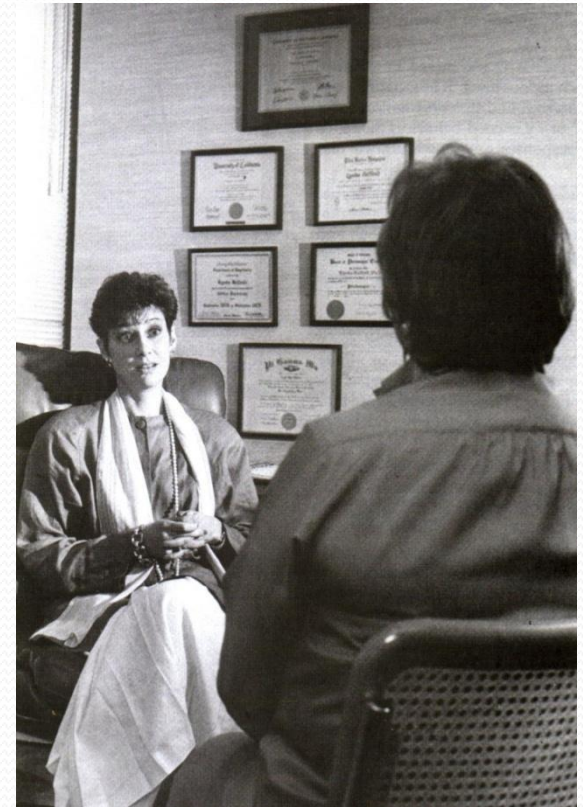
- KlientInnen- und extratherapeutische Faktoren: 40%
- Beziehungsfaktoren: 30%
- Placebo, Hoffnung, Erwartungen: 15%
- Modell- und Technikfaktoren: 15%

Lambert (1992) , Duncan/Hubble/Miller (1995, 1997, 1999)

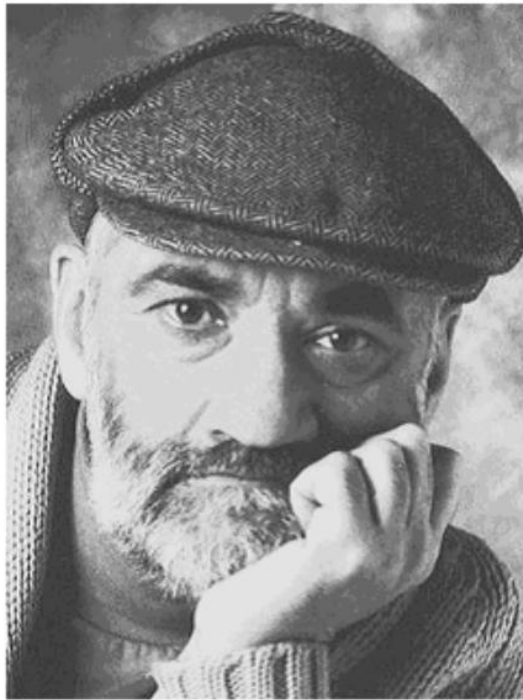
deutsche Terminologie nach Hubble/Duncan/Miller 2001

Wo und wie wir Hoffnung erzeugen und unterstützen können.....

- Überweisung
- Telefonischer Erstkontakt
- Aufnahme und Erstgespräch
- Abschluss der ersten Stunde
- Die therapeutische Beziehung (Vertrauen, Verstehen...)
- Zielorientierung (z.b. Erste Zeichen Frage...)
- „Hausübungen“ und „Experimente“



Helpen heißt Hoffnung machen



"Der Ort der
Hoffnung ist die
Zukunft"

Steve De Shazer

Was tun, wenn die Hoffnung wegbricht?

- Umgang mit Rückfällen
- Wie verlaufen Therapien? Wie das Leben?
- Ex-KlientInnen als Ressource in der Psychotherapie
- Was heißt Therapieerfolg?
- Enttäuschung – die Kehrseite der Hoffnung



Wo und wie wir Hoffnung erzeugen und unterstützen können.....



- Externalisieren – Problem und Person trennen
- Therapieabschluss
- Lösungen können generalisieren
- Lösungen als Ressource für das Leben
- Internalisieren von Lösungen

Die eigene Veränderungserwartung

- Die Hoffnung der KlientInnen und die der TherapeutInnen

„Seid realistisch – erwartet das Wunder!“ (Steve de Shazer)

