

Ressourcen wirken – eine Gratwanderung zwischen wissenschaftlichem Anspruch, therapeutischem Alltag und einer Haltung, ohne die es nicht geht

Cornelia Tsirigotis

*„Welche Ressource für welche Zwecke zielführend ist, dürfte somit deutlich von diesem Zweck abhängig sein...
... Wer Nägel in die Wand schlagen will, sucht sich einen Hammer; wer einen Hammer hat, sucht sich ein Betätigungsfeld (z. B. Nägel, die in die Wand geschlagen werden müssen)...
... Ressourcen müssen zudem als solche erkannt und bewertet werden.“
(Schiepek, Cremers S. 152)*

Seit Beginn meiner Arbeit mit Menschen im psychosozialen Bereich war ich neugierig auf das, was in ihnen steckt (oder stecken könnte, wenn die Bedingungen zur Entfaltung besser wären), zunächst noch ohne meine Haltung mit „Ressourcenorientierung“ zu bezeichnen. In der weiteren Suche nach für meine Alltagspraxis brauchbaren, handlungsrelevanten Leitmotiven habe ich unter anderem Anregungen aus der entwicklungsorientierten Familientherapie (u. a. Satir et al. 1995), der lösungsorientierten Therapie (u. a. Berg 1992, de Jong, Berg 1998) und deren fließendem Übergang auf dem Weg zu Ressourcen (Loth 1998, 2000, Hargens & Eberling 2000) bezogen. Ich verfolgte die Diskussion über Ressourcenorientierung, Empowerment (Stark 1996, Lenz, Stark 2002) und Salutogenese (Antonovsky 1997, Hintermair 2002). Erkenntnisse aus der Psychotherapieforschung, dass 40% der herausgefundenen Unterschiede in den Ergebnissen von Therapie mit Merkmalen der KlientInnen zu tun haben (Hubble et al. 2001) ließen weiter umdenken. Theoretische Diskussion und eine bunte Vielfalt praktischer Ansätze von Arbeit mit Ressourcen in vielen Arbeitsfeldern entwickelten sich quasi nebeneinander. Nicht erst seit dem DGVT-Kongress 2000 gibt es Bemühungen, die Diskussion zu verbreitern, ihr mit neuen Forschungen stabilere Füße zu verleihen. Die Diskussionsbeiträge dieses Kongresses waren der Ausgangspunkt für dieses Buch:

Heike Schemmel & Johannes Schaller [Hg.] 2003: Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. Tübingen: DGVT-Verlag, 608 S., € 39,00

Besonders spannend erscheint, dass die Diskussion buchbegleitend in den drei Jahren weitergegangen ist. So hat Niederschlag gefunden, was sich in Forschung und Praxis getan hat und weiter tut um das, was Ressourcen sind, wie Klienten sie nutzen und wie TherapeutInnen sie dabei unterstützen. Die HerausgeberInnen haben sich sehr viel Mühe gemacht, zu begleiten, zu ordnen, zusammenzufassen, zu bewerten und Anregungen für

die weitere Diskussion zu geben. 26 Fremdbeiträge sind in sieben Gebiete geordnet. Die besondere Leistung der HerausgeberInnen liegt nicht nur in der Zusammenstellung, sondern in der Art der Verknüpfung, Sichtung, Ordnung und Bewertung der Diskussionsstränge. Jeder Teil wird von ihren Bemerkungen eingeleitet und schließt ab mit ihrer Diskussion und Stellungnahme.

Zwei Ziele verfolgen die HerausgeberInnen: „eine Plattform zu schaffen, auf der der aktuelle Stand um das Thema ‚Ressourcen‘ aus der Perspektive der Wissenschaft und der Praxis gesichtet, systematisiert und reflektiert werden kann“ (S. 12) und weiter: „... auf der unterschiedliche praktische Umsetzungen der Idee ‚therapeutische Arbeit mit Ressourcen‘ sichtbar werden können“ (S. 13). Die Notwendigkeit und der Sinn, mit Ressourcen zu arbeiten, gehen weder ohne Berücksichtigung des defizitbestimmten Einflusses des Krankenkassenabrechnungswesens auf die Therapielandschaft und die psychosozialen Dienstleitungen noch ohne Berücksichtigung der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen. Die Fülle störungsbestimmter Literatur (z. B. zu ADS, Trauma) oder die TherapeutInnensuche selbst in lösungsorientierten Mailing-Listen, die beginnen mit: „Therapeut(In) gesucht zu Sucht, ADS, ...“ sprechen für sich.

Zunächst ein Blick aufs Ganze

Eine das breite Spektrum des Themas umfassende Einladung formuliert Wolfgang Loth mit gewohnter sprachlicher Eindringlichkeit. Bewegt vom Aufspüren von Ressourcen im und für den therapeutischen Alltag macht er deutlich, dass Ressourcen sowohl Ausgangspunkt wie auch Ziel des Miteinanders von TherapeutIn und KlientIn sind. Die Frage ist: „Was muss zusammenkommen, damit Hilfesuchende ein Angebot zur Hilfe für sich als stimmig erleben und nützlich im Sinne ihrer Anliegen?... Was erlaubt es ihnen eher, ihre spezifischen Möglichkeiten mit denen von Hilfeanbietern zu verbinden und zu verbünden?... Und was hilft ihnen dabei, sich von ihren Ressourcen im Alltag bewegen zu lassen und sie auf dem Weg zu halten?“ (S. 32). Er nimmt einiges vorweg, was im Verlaufe des Buches von anderen Autoren weiter untersucht wird: „Die Frage, was denn nun genau Ressourcen ‚sind‘, ist ebenso naheliegend, wie ‚einfach schwierig‘ zu beantworten. Einfach deshalb, weil sich im Grunde alles als Ressource eignet – inklusive erlittenes Leid. Schwierig deshalb, weil ‚alles‘ manchmal wie ‚nichts‘ wirkt: nicht greifbar, keine Richtungsangabe“ (S. 33f.). Nachdrücklich weist er darauf hin, dass alles Bemühen darum, Ressourcentaxonomien zu finden, im konkreten Fall spezifiziert und mit Leben gefüllt werden muss. In seinen empathisch erzählten Fallbeispielen zeigt er, wie es möglich ist, die Achtung vor der Autonomie der Hilfesuchenden zum Kern einer respektvollen therapeutischen Grundhaltung zu machen. Diese kommt auch in Peter Kaimers Beitrag über Story Dealing als Möglichkeitenerweiterung zum Ausdruck. Er überprüft an theoretischen Konzeptionen: „Wenn wir die Postmoderne nicht als Beliebigkeit missverstehen wollen, lohnt sich m. E. sehr wohl die

Orientierung an relativ rationalen Kriterien wie Prüfbarkeit, logische Konsistenz, empirische Bewährung, Bezug zu theoretischen Vorstellungen u. a. m.“ (S. 76). Vom Rahmen über das ins Licht Setzen, Fördern der alternativen Geschichte bis zum Verankern geht es darum, „... diese Geschichten überzeugend, spannend, gefühlsbetont zu erzählen oder besser noch gemeinsam – mit den Klient/inn/en an deren Ursprungsgeschichte anknüpfend zu entfalten.“ (S. 76) Wie das gehen kann, zeigt die Geschichte eines Klienten.

... im Einzelnen untersucht ...

Den Teil „Blick in die Wissenschaft“ eröffnet Ulrike Willutzki mit einer Übersicht, was denn Ressourcen sind. Sie trägt theoretische Ansätze zusammen und kommt auf diese Weise zu Unterscheidungen wie interne (personale) und externe (soziale), objektive und subjektive Ressourcen. Wesentlich bleiben jedoch bei der Bewertung, was als Ressource dienlich sein kann, der Zweck und der Kontext, in dem sich eine Ressource für die KlientIn als solche erweist. Smith und Grawe betonen in gleicher Weise die Funktionalität des Ressourcenbegriffs in seinem Zweck zur Bedürfnisbefriedigung. Sie untersuchen therapeutische Veränderungsprozesse auf Grundlage der Konsistenztheorie. Um der im Veränderungsprozess entstehenden Destabilisierung (hier Inkongruenzspannung) zu begegnen, kommt es auf die Etablierung guter therapeutischer Beziehungen an. Der Veränderungstheorie der KlientInnen nähern sich Duncan und Miller dadurch, dass sie den Klienten beratend um Rat fragen. Schon in dieser Titelformulierung wird ihr wesentliches Leitmotiv deutlich, das sie mit der von ihnen gewohnten Emphase vortragen und mit Ergebnissen von Evaluationsstudien untermauern. Das Herzstück des Blicks in die Wissenschaft liefern Günter Schiepek und Sandra Cremers mit einer ebenso engagierten wie umfassenden Darstellung dessen, was Ressourcen sind und welche Ethik ihrer Aktivierung zugrunde liegt: „Das Wertefeld einer ressourcenbezogenen Haltung aktiviert ein Begriffsnetz, in dem sich unter anderem Konstrukte wie Empowerment, Gesundheit, Kohärenzsinn, Selbstwirksamkeit, Selbstbestimmung oder Lebensqualität befinden ... Es handelt sich um hohe, aber notwendigerweise relativ unbestimmte Ideale, die viele Freiheitsgrade zulassen, die sich wandeln und wandeln müssen.“ (S. 150) Auf dieser Grundlage beschäftigen sie sich mit Ressourcen unter dem Blickwinkel forschungsmäßiger Erfassbarkeit. Sie stellen brauchbare Ressourcenkategorien vor und zeigen das an einem mit Suchtpatienten durchgeführten Projekt. Wichtig ist ihnen der Hinweis über die Bedeutung von Selbstwert- und Selbstwirksamkeitserfahrungen und die Konsequenzen für eine ressourcenorientierte Therapie. Und weiter: Ressourcenaktivierung bedarf des konkreten Spürens und Aneignens im Handeln und in der Erfahrung sowie der Möglichkeit, in den persönlichen Sinnzusammenhang eingebettet zu sein. Damit schlagen sie die Brücke zur einem selbstorganisationstheoretischen Blick auf Therapie: „Die sogenannten *generischen Prinzipien* organisieren und begründen die Auswahl spezieller therapeutischer Methoden und Techniken“ (S. 187). Dass und wie das in der Praxis alltäglich handhabbar ist, dazu steuert Wolfgang Loth eine Übersetzung in Form

alltagspraktischer Fragen bei (S. 35f.). Weitere Instrumente zur Ressourcenerfassung legen Trösken und Grawe vor. Dass Menschen mit höheren Ressourcenpotenzialen mehr von Therapie profitieren, stellt aus meiner Sicht eine außerordentliche Herausforderung dar, im therapeutischen Geschehen anschlussfähig an die zu sein, die eben nicht darüber verfügen.

... vielfältig facettiert, praktisch dargestellt ...

Das Bemühen um wissenschaftliche Genauigkeit setzt sich nicht in den weiteren Teilen des Buches fort und das ist auch gut so. Es würde die dem Thema Ressourcen innewohnende Kraft beschneiden. In den folgenden Schwerpunkten geht es um die Breite von Arbeitsfeldern und um die Vielfalt von Arbeit mit Ressourcen. Sowohl LeserInnen als auch AutorInnen mögen mir verzeihen, dass ich die vielfältigen Beiträge nicht im Einzelnen darstelle und bewerte, das würde den Rahmen dieser Besprechung sprengen. Jeder einzelne hat seine Existenzberechtigung: hier kommt der Lesebuchcharakter zum Tragen und die vorausgegangenen Betrachtungen unter wissenschaftlichen Aspekten werden mit Leben gefüllt. Es geht um Selbsthilfe und soziale Netzwerke, Gruppen, über ermutigende Arbeit mit Frauen mit Gewalterfahrung, Jugendhilfe, Gruppentherapie für Kinder suchtkranker Eltern, Kunsttherapie (hier leistet sich der Verlag aufwändige Gestaltung), Zirkus, bereichert durch praktisch einsetzbares Material wie Trumpfkarten und Samentütchen und endet nicht bei Konsequenzen für Ausbildung und Überlegungen zum therapeutischen Selbstcare. Das Mosaik ist bunt und dennoch nicht beliebig.

... über den Tellerrand geschaut ...

Es geht jedoch nicht ohne die Betrachtung der gesellschaftlichen Zusammenhänge, in denen diese Überlegungen zu Ressourcen stattfinden. Und so schließt Heiner Keupp die Beiträge mit einer Forderung ab, in das Ressourcenkonzept die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen miteinzubeziehen. Nur wenn diese stimmen, können Menschen Verantwortung für sich selbst und ihre Gesundheit übernehmen und sich als selbstwirksam erleben. Er weist zurecht darauf hin, dass persönlichen Ressourcen angesichts gesellschaftlicher Herausforderungen und zunehmender Individualisierung ein höherer Stellenwert zugemessen wird. Persönliche Ressourcen als Aus-sich-selbst-Schöpfen scheinen also bitter nötiges Überlebenskapital.

... und diskutiert

Oberflächlich betrachtet könnte man meinen, dass die „wissenschaftliche“ Diskussion und das, was sich in vielfältigen Praxisfeldern tut, unverbunden nebeneinander existieren. Mir scheint jedoch deutlich zu werden, dass die Motive für Forschung und Kategorisierung nicht nur selbstzweckhaft sind, sondern sehr wohl im Liefern von brauchbaren Daten für die Praxis liegen. Mir scheint auch, dass PraktikerInnen die Erkenntnisse und Diskussionsstränge

zur Kenntnis nehmen. Dazu trägt dieses Buch bei, sicherlich nachhaltig durch die ordnende Hand der HerausgeberInnen, die in einer sorgfältigen Diskussion und Würdigung die Bedeutung der einzelnen Argumentationen abwägen und wesentliche Diskussionsstränge bündeln. Dass sich dabei einiges ganz sympathisch der Systematisierung entzieht, liegt am Thema. Wenn Quellen kanalisiert werden, sprudeln sie nicht mehr. Schemmel und Schaller arbeiten in ihrer Abschlussdiskussion noch einmal zwei wesentliche Strömungen heraus: *Ressourcenorientierung* als grundlegende Haltung, bei der die KlientInnen und ihre Anliegen im Mittelpunkt der Betrachtungen stehen und darüber entscheiden, was ihnen als Ressource dient. Demgegenüber wird *Ressourcenaktivierung* verstanden als Förderung vorhandenen Potenzials und korrekativer Erfahrungen auf Grundlage umfassender Ressourcen-diagnostik¹. Ressourcen werden also als Entitäten, als „an sich“ existierend beschrieben. Ob diese Fokussierung die Diskussion erweitert oder doch eher einengt, wird sich zeigen, da schon einige AutorInnen (Loth, Schiepek und Cremers) die Synthese herstellen.

Zum Schluss

Bei der Bewertung der Relevanz des dicken und in jeder Hinsicht (studierend und schmökern) lesenswerten Buches habe ich abzuwägen, was sich an solchen Diskussionsprozessen als hilfreich für die Praxis erweisen mag. Als PraktikerIn brauche ich beides, um dem Tun mit meiner Ressourcenbrille sowohl einen verantwortlich abgesteckten Rahmen zu geben wie auch dem nachvollziehbaren Reflektieren fundierte Anhaltspunkte zu liefern. Einerseits setze ich mir durch Taxonomien orientierende Leitplanken und verschaffe mir durch den Blick auf Forschungsergebnisse – besonders solche zur Einschätzung der Arbeit durch die KlientInnen selbst – einen festeren Boden unter den Füßen. Andererseits geht Weiterentwicklung nicht, ohne die einengenden Pfade einer allzu akademischen Trennung und Kanalisierung zu verlassen. Auf dem Weg zur Entfaltung eines breiten Ressourcenspektrums mit und für KlientInnen gehe ich von einer respektvollen Haltung, von Empathie und eigener Ressourcenerfahrung aus. Auch oder sogar besonders in einem störungsfokussierten Kontext ist eine von den Anliegen der Klienten getragene und geleitete Arbeitsethik von Nöten, die getragen ist von einem an Ressourcen und an Stärken orientierten Menschenbild.

1) Hier wäre sicherlich ein Verweis auf die parallel entstandene umfangreiche Arbeit zur Ressourcen-diagnostik von Klemenz (2003) sinnvoll gewesen.

Literatur

- Antonovsky, A. (1997). Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: DGVT-Verlag.
- Berg, I. K. (1992). Familien Zusammenhalt(en). Ein kurz-therapeutisches und lösungs-orientiertes Arbeitsbuch. Dortmund: verlag modernes lernen.
- De Jong, P., Berg, I. K. (1998). Lösungen (er)finden. Das Werkstattbuch der lösungsorientierten Kurztherapie. Dortmund: verlag modernes lernen.
- Hargens, J., Eberling, W. [Hg.] (2000). Einfach kurz und gut – Teil 2: Ressourcen erkennen und nutzen. Dortmund: borgmann.
- Hintermair, M. (2002). Kohärenzgefühl und Behinderungsverarbeitung. Eine empirische Studie zum Belastungs- und Bewältigungserleben von Eltern hörgeschädigter Kinder. Heidelberg: Median-Verlag.
- Hubble, M. A., Duncan, B. L. & Miller, S. D. [Hg.] (2001). So wirkt Psychotherapie. Empirische Ergebnisse und praktische Folgerungen. Dortmund: verlag modernes lernen.
- Klemenz, B. (2003). Ressourcenorientierte Diagnostik und Intervention bei Kindern und Jugendlichen. Tübingen: DGVT-Verlag.
- Lenz, A. & Stark, W. [Hg.] (2002). Empowerment. Neue Perspektiven für psychosoziale Praxis und Organisation. Tübingen: DGVT-Verlag.
- Loth, W. (1998). Auf den Spuren hilfreicher Veränderungen. Das Entwickeln Klinischer Kontrakte. Dortmund: verlag modernes lernen.
- Loth, W. (2000). Alles im Wunderland? – Notizen von unterwegs. In: Hargens, J., Eberling, W. [Hg.] (2000), pp. 37-57.
- Satir, V., Banmen, J., Gerber, J., Gomori, M. (1995). Das Satir-Modell. Familientherapie und ihre Erweiterung. Paderborn: Junfermann.
- Stark, W. (1996). Empowerment: neue Handlungskompetenzen in der psychosozialen Praxis. Freiburg im Breisgau: Lambertus.

Cornelia Tsirigotis (Aachen;Tsirigotis@t-online.de)