

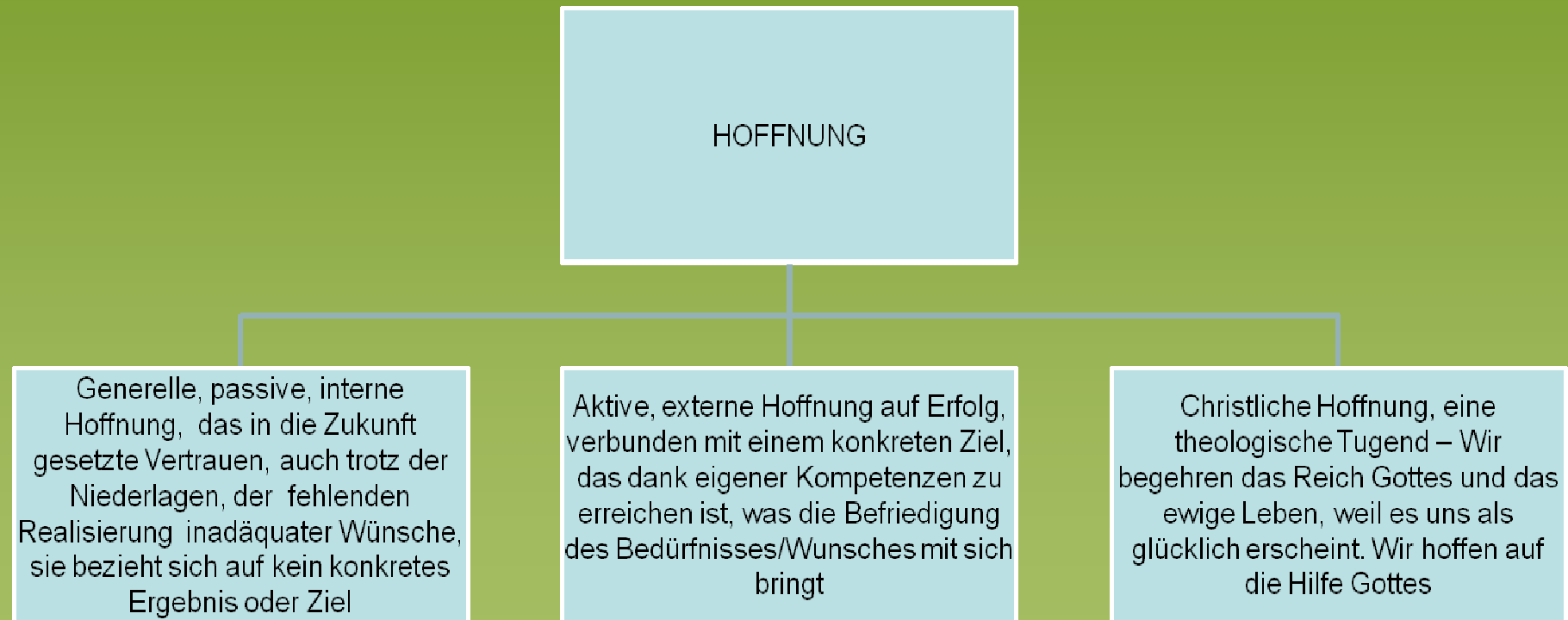
# DIE HOFFNUNG WIEDEGEWINNEN IM PROZESS DER CHRISTLICHER BERATUNG

- Arten der Hoffnung
- Patientenporträt
- Quellen der Hoffnungslosigkeit
- Objekte der Hoffnung
- Aufgaben der Beratung
- Methoden der Beratung
- Aussage eines Patienten

*Es gibt Hoffnung solange die Freiheit ist.*



# ARTEN DER HOFFNUNG



# PORTRÄT EINES PATIENTEN

- jemand wird sich nicht ändern
- ich kann ohne den Täter nicht leben
- ich bin böse
- ich bin ganz verletzt
- es gibt keine Lösung, nichts wird sich ändern
- es gibt keine Wahl
- es gibt keine Liebe, sie ist unmöglich
- Leben hat keinen Sinn
- Gott ist böse, unengagiert, verdammt mich, klagt mich an
- ich verdiene das Gute nicht
- ein Konflikt setzt einer Bekanntschaft Ende, Kontakt geht zurück
- ich kann mich nicht natürlich, authentisch geben
- ich kann mich auf mich selbst nicht verlassen, kein Selbstvertrauen
- ich bin allein und allen egal
- die Menschen, die mir nahe stehen, haben böse Absichten
- ich kann mich auf meine Beurteilung der Wirklichkeit nicht verlassen
- Vergegenwärtigen von Verletzungen - es hat keinen Sinn, davon in der Therapie zu sprechen
- Selbstverwirklichung ist unmöglich

# QUELLEN DER HOFFNUNGSLOSIGKEIT

- Sender findet keinen Empfänger (Elternteil, Gott, ein anderer Mensch) – Passivität, Rückzug, Verzweiflung
- Verlassen, Unterbrechung eines Dialogs
- fehlende Bindungen
- fehlende Befriedigung der Bedürfnisse – Erwartungen können nicht erfüllt werden
- Verluste, mit denen man sich nicht abgefunden hat
- eigenes und fremdes Leiden
- Empfinden von viel Übel und wenig Gutem
- Gewalt – Hilflosigkeit (bei einem Opfer-Syndrom)
- Beschuldigen – zu frühes Erwarten des Erfolgs
- keine Unterstützung beim Abschließen eines „Werkes“, kein Ansehen, Verärgerung,
- permanentes Aufwachsen im Klima der Hoffnungslosigkeit, der fehlenden Problemlösungen
- nicht unternommene Veränderungen im Leben (zu wenig Zeit für einen Neuanfang - Verzweiflung)
- Krise, Schmerz ist ein Feind
- geistige Missbräuche
- Chaos der Bedürfnisse

# OBJEKTE DER HOFFNUNG

- Irdische Güter
- Ewige Güter
- Person, die die irdischen Güter gibt
- Person, die verletzt
- andere Personen
- die Umstände, die Welt
- Berater/Therapeut
- Gott
- Patient selbst
- Person, die die ewigen Güter zur Verfügung stellt

# AUFGABEN DER BERATUNG

## Wiedergewinn der generellen Hoffnung

- Bindung ist möglich, Erfahrung der therapeutischen Beziehung (Grundvertrauen, E. Erikson)
- Annehmen der abreagierten Gefühle und des Leides – man kann sie lindern, sie dienen dem Menschen
- Akzeptanz der vergangenen Ereignissen – sie haben Sinn, daraus lernt man
- Wiedergewinn vom Gefühl des eigenen Wertes, der Würde und Wichtigkeit durch Verständnis, Aufmerksamkeit, Akzeptanz, Ansehen, Annehmen des Beraters
- positives Bild von sich selbst
- Erfahrung, dass man den Kontakt nicht abbricht – man kann eine Bindung dauerhaft bauen
- Therapeut, der nicht bedroht = Welt und Menschen, die nicht bedrohen
- Gegenwart und Zukunft als Bereich der Chancen und Möglichkeiten für sich selbst und für andere
- Entdecken der Mission, Berufung, des Sinnes vom eigenen Leben
- Überzeugung vom allgegenwärtigen Sinn der Existenz u. der Welt ohne Gründe
- Auch unter schwierigen Umständen gibt es eine Wahl der inneren Einstellung dazu – Freiheit (V. Frankl)
- Hoffnung des Therapeuten (Ersatzhoffnung)

# AUFGABEN DER BERATUNG

## Wiedergewinn der Hoffnung auf Erfolg (Erwerben der Fähigkeiten)

- Wiedergewinn der Subjektivität
- Vertrauen der eigenen Beurteilung der Realität (Selbstvertrauen)
- Das Bewusstmachen und Ausserung der eigenen Wünsche, Möglichkeiten, Begrenzungen
- Die Fähigkeit bauen, das Gute, das Nötige adäquat zu nennen und anzustreben oder auch das, was stört und destruktiv wirkt, zu entfernen oder zu modifizieren
- Erkennen, welches Ziel trotz der Niederlagen realisierbar ist, welche Niederlagen durch neue Proben zu überwinden sind und wo man aufgeben soll, weil man auf gegebene Situation keinen Einfluss hat
- Möglichkeit der sicheren Entdeckung neuer Verhaltensweisen
- Erleben von den Erfolgen, der Handlungsfähigkeit – der Hoffnung darauf, dass man Lösungen findet
- Es ist möglich, die Beziehungen zu bauen, man kann es lernen
- Illusion gegenüber sich selbst, den Anderen, der Welt verlieren
- Das Neue versuchen, neue Ordnung bauen, den Zerfall der alten Ordnung akzeptieren
- Verringern der Angst vor der Verantwortung, dem Entscheiden und Riskieren
- Entdecken des Potenzials, der Talente

# AUFGABEN DER BERATUNG

## Wiedergewinn der christlichen Hoffnung

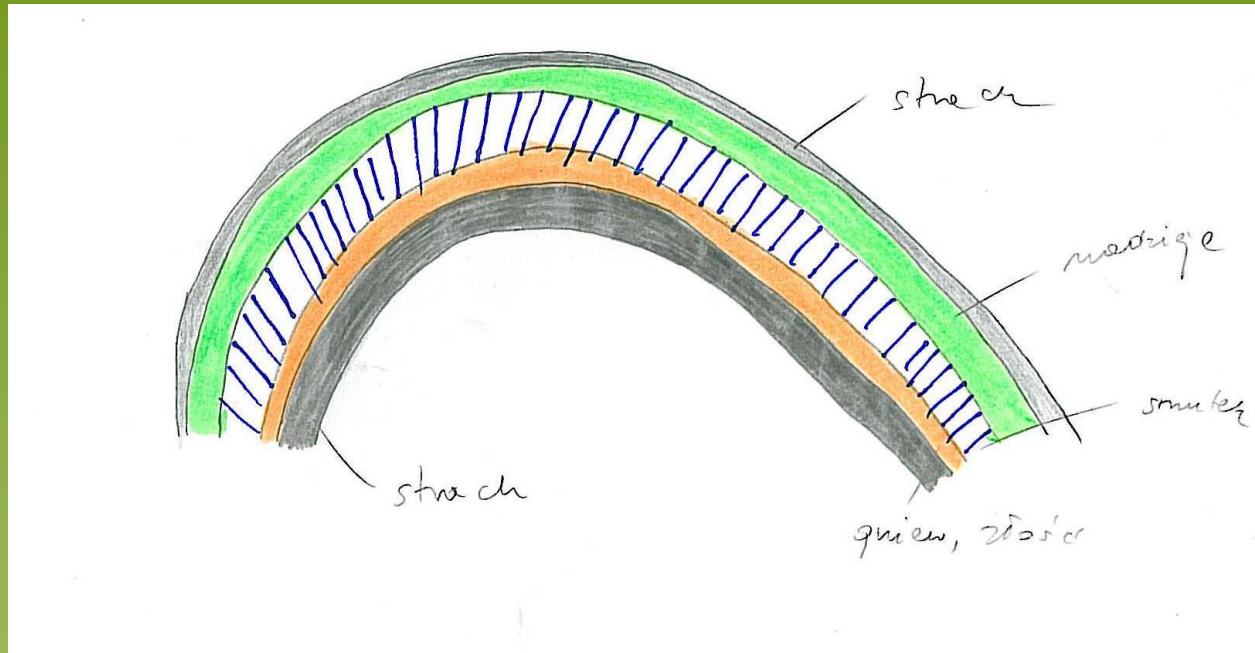
- Veränderung vom Bild des Gottes: Er will unser Glück und zeigt den Weg, ist an meiner Seite, ist erreichbar, nah, vertrauenswürdig. Er ist mit uns im Leid
- Gott ist Sinn und alles hat Sinn, unabhängig von der äußeren Realität
- Leben ist Pilgern, Prozess, es gibt immer neue Chancen, neues Leben
- Lernen, wie man Bedürfnisse, das Gute unterscheidet; Ordnen des Objekts der Hoffnung
- Ordnen der inadäquaten Bedürfnissen und ihren Objekten
- Pedagogik des Gottes: von Unverschämtheit bis Demut, Zustimmung zur Beschränktheit eigener Möglichkeiten. Anerkennen der Menschlichkeit
- Ordnen und Zeigen der Grenzen der irdischen, psychologischen Hoffnung
- die übernatürliche Hoffnung bewusstmachen – im Leben geht es um etwas Größeres, was keine hier erreichbare Sache ersetzen kann
- Askese – Zustimmung zum Fehlen der absoluten Erfüllung auf der Erde dessen, was unser Herz verlangt
- Das Böse wurde besiegt – ein Mensch ist fähig, in jeder Situation das Gute zu wählen (Freiheit)
- Vergeben, Versöhnung ist möglich - es gibt Gerechtlichkeit, Wahrheit, Erbarmen
- Offenheit für Selbstverwirklichung, die alle denkbaren, menschlichen Pläne überschreitet (Selbstverwirklichung als Nebenefekt der Selbsttranszendenz)
- Das letzte Ziel verleiht Sinn und Wert der Existenz und motiviert zum engagierten Leben in der Gegenwart



# ARBEITSMETHODEN

- Den Weg der Hoffnung des Patienten entdecken
- Den Hoffnungs-bezogenen Wortschatz verwenden  
(Sie haben Hoffnung verloren, Sie setzen Hoffnung, was/das hat in Ihnen Hoffnung erweckt usw.)
- Aufgaben für den Patienten:
  - Hoffnungen aufschreiben und sie als Realität oder Illusion klasifizieren
  - Generalisierte Überzeugungen von der Hoffnungslosigkeit in die konkrete Ausdrücke wandeln z.B. ich bin ganz böse – ich bin böse auf Eltern
  - Test „worauf habe ich Einfluss, und worauf nicht“, „Verantwortung für und gegenüber“
  - Diagramm der Hoffnung und Hoffnungslosigkeit in dieser Woche/ in diesem Monat und ihre Gründe
  - Zeichnung: Regenbogen der Gefühle, zeichne die Hoffnung, Verzweiflung
  - Tagesbuch „Meine Verlangen“
  - Diagramm: ich kann, ich will, ich muss, ich soll, (V. Frankl/K.Popielski)
  - Theophostiches Gebet

# ARBEITSMETHODEN



# ARBEITSMETHODEN

NAIVITÄT



HOFFNUNG

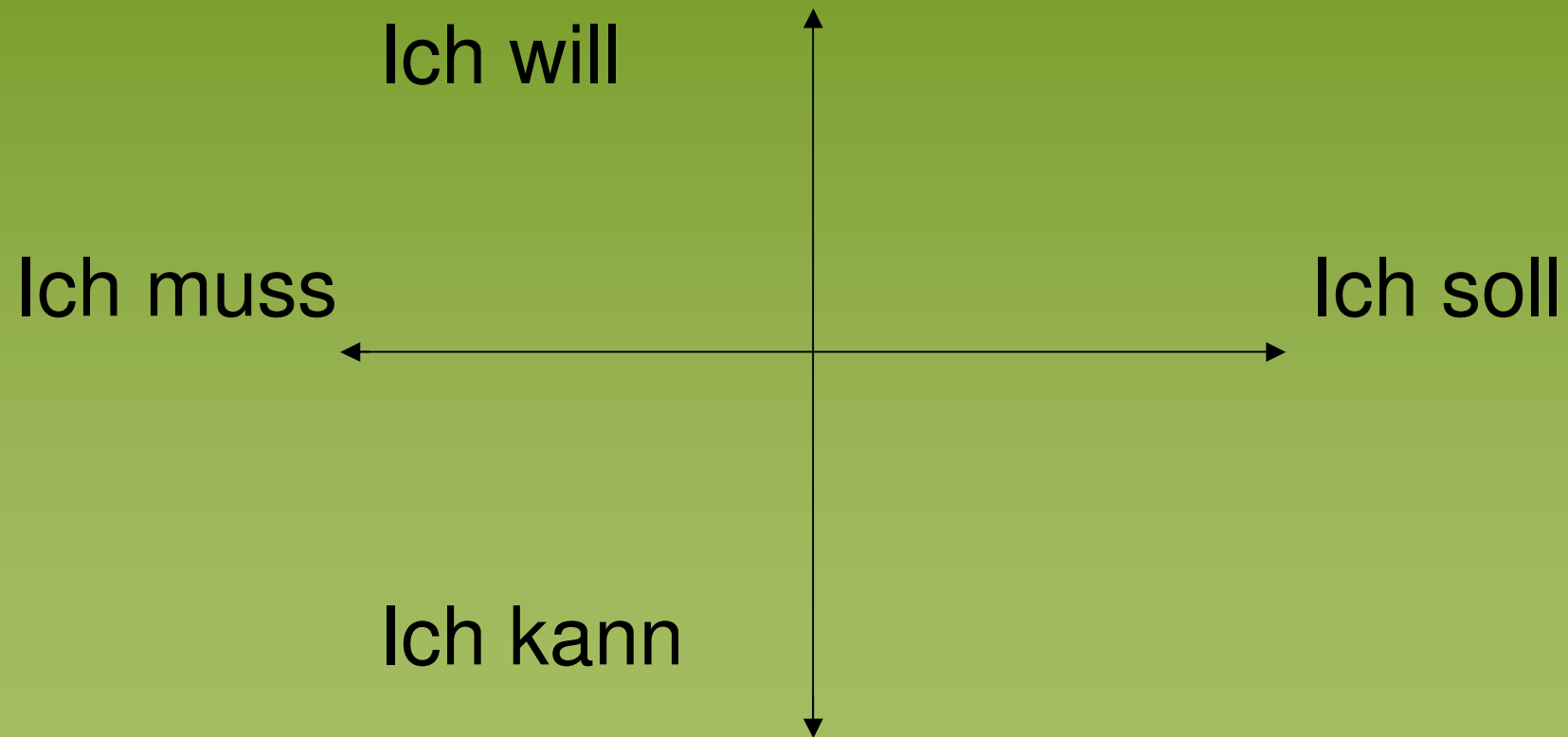
VERZWEIFLUNG

# ARBEITSMETHODEN

ES GIBT EIN ZIEL	
ES IST WERT, DIESES ZIEL ZU ERREICHEN	
MANN KANN ES ERREICHEN	
ICH HABE FÄHIGKEITEN	

(STRUKTUR DER HOFFNUNG)

# ARBEITSMETHODEN



# HERAUSFORDERUNGEN

- Rhythmus der Hoffnungen und Verzweiflungen nachfolgen, natürliche Entwicklungsspannung, Pedagogik des Gottes, Noodynamik
- Die Hoffnung lässt es nicht zu, sich damit zu begnügen, was nicht Gott ist. Sie ist ein unaufhörliches Bedürfnis nach dem Gott allein. Und Vertrauen, dass es möglich ist, Ihn überhaupt zu erreichen.
- Vernünftiges Vertrauen, gut gelegte Hoffnung
- Mensch ist zur Bildung der Hoffnung in sich selbst und in den Anderen fähig
- Pflege der Hoffnung – systematische und bewusste Arbeit an dem Denken gemäß der Hoffnung
- Wahl der Hoffnung/der Hoffnungslosigkeit
- Verantwortungsbewusstsein, Entscheiden und Riskieren – Aufgaben für ganzes Leben

# HOFFNUNG AM ANFANG UND ENDE DER THERAPIE(Umfrage)

- schnelle und positive Problemlösung durch die Veränderung des Verhaltens einer Person, die in meinem Fall ein Problem war
- Veränderung des Verhältnisses der Eltern gegenüber mir
- unerwartet gefundene, große, ideale Liebe ohne Leid, die meine Wunden heilt
- Gewinnen der sozial akzeptierten Merkmale des Glückes (Mann, Kinder, finanzielle Stabilisierung, schönes Aussehen)
- Ich werde große und wichtige Person
- (Hoffnung) darauf, dass ich fertige Lösungen finde, was und wie ich machen soll, um Probleme mit mir selbst, die mich im Leben stören, loszuwerden
- das eigene, großgeschriebene Ich vergolden
- (Hoffnung darauf) dass jemand mir endlich zustimmt, dass ich „OK“ höre und Recht auf eigene Meinung habe

- Inneres Leben gibt Frieden und Gefühl der völligen Freude
- So, wie ich bin, kann ich glücklich sein und mein Leben wird sinnvoll
- Ich setze Hoffnung auf Gott
- Hoffnung auf göttliches Leben in mir spielt die wichtigste und zentrale Rolle
- Hoffnung, die von der Umgebung nicht unverbunden ist – solche tief verwurzelte Hoffnung erlöscht nie, kann nur vorläufig verdunkelt werden
- Weitere ruhige Entwicklung in eine unbekannte Richtung, ich weiß diese Richtung nicht mehr, ich schwimme mit dem Strom (Ergebung)
- Ob ich eine Lösung finde, hängt größtenteils von meiner Einstellung gegenüber mir selbst, Herrn Gott und dem Mitmenschen ab. Sie steckt in mir, auf die Anderen habe ich begrenzten Einfluss
- das Leben in vollen Zügen mit realer Aussicht darauf, dass einmal alles gut wird, mit dem Gefühl, dass ich weiß, wer ich bin und (teilweise) weiß, was ich will und was nicht

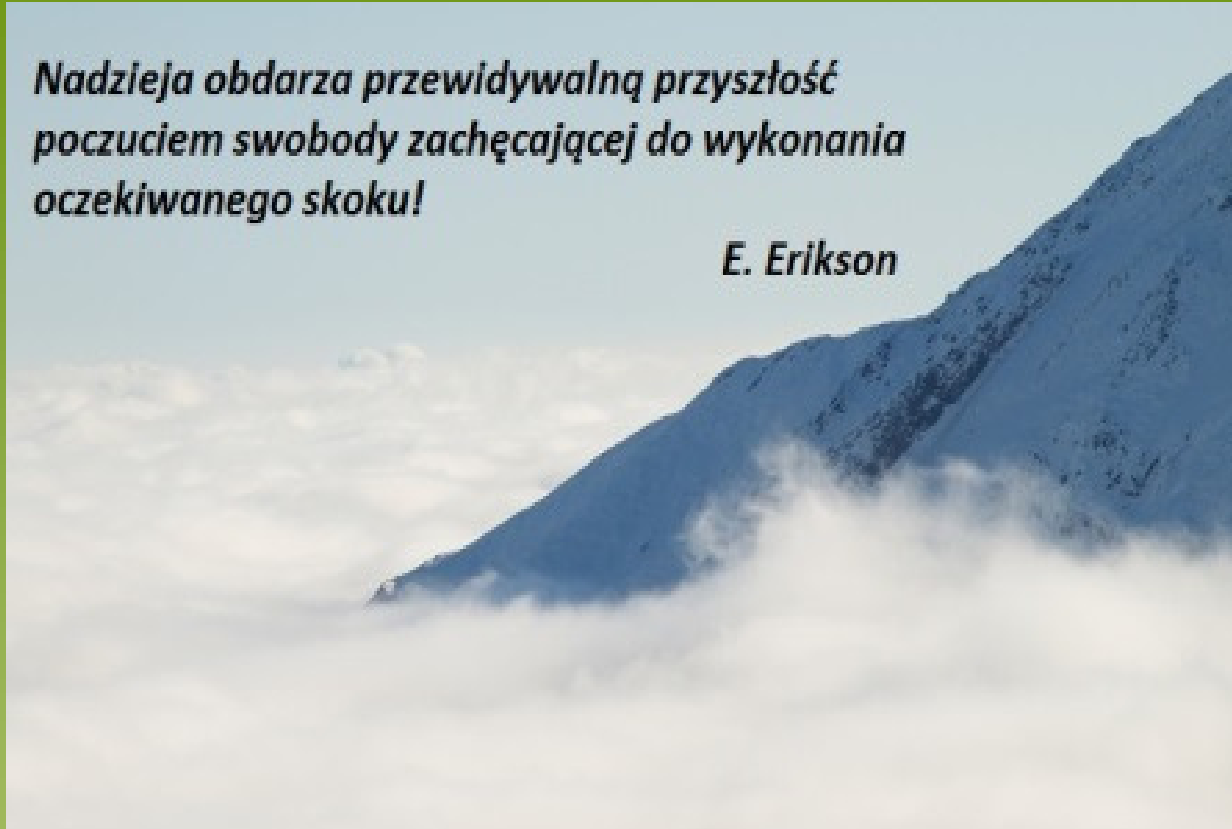
# Was hat mir geholfen, Hoffnung während der Therapie zurückzugewinnen (Umfrage)

- Verhaltensweise des Beraters gegenüber mir: ich war hier wichtig als Person
- Vertrauen, das ich dem Therapeuten, als dem Menschen, entgegenbrachte, seine Ehrlichkeit, Offenheit, Freundlichkeit und Anständigkeit.
- Vertrauen zum Professionalismus der Therapeutin, Ehtik
- Bisherige Erfolge der Therapeutin, große Lebensweißheit, innere und äußere Ordnung
- Offenheit und Ehrlichkeit des Therapeuten verursachten meine Offenheit zu meiner Umgebung. Deswegen wurden die Beziehungen tiefer und wichtiger, sowohl für mich als auch für die Andere
- Ich nahm mich selbst als ratloses und wehrloses Mädchen an, in Situationen, in denen ich bis jetzt nur mich selbst anprangerte
- Ich erfuhr, dass ich „Nein“ sagen darf, wenn alles in mir „Nein“ schreit (selbstvertrauen)
- Ich machte mir meine Begrenzungen bewusst – man darf sich selbst und den Anderen zu große Anforderungen nicht stellen
- Ich lerne, wie man sich selbst für die Leistungen des Alltags, die gar nicht „selbstverständlich“ sind, schätzt
- mühsame Arbeit, Effekte der Therapie
- neue Fähigkeiten, die ich erfolgreich in die Tat umsetzen konnte, Effekte und Unterschiede in der Lebensqualität
- Der Glaube – dass ich auf meinem Weg bin, dass Gott mich führt und reinigt
- Entdeckungen über mich selbst, die den Sinn meiner Therapie bestätigt haben



***Nadzieja obdarza przewidywalną przyszłość  
poczuciem swobody zachęcającej do wykonania  
oczekiwanego skoku!***

***E. Erikson***



***Hoffnung schenkt der vorausgesehenen Zukunft die Freiheit,  
die zum erwarteten Sprung ermuntert.***