

Anleitung versus Beratung von Familien – Was macht den Unterschied?

Um in einer überinformierten, und doch nicht besser informierten Welt beraten zu können, ist der gut dosierte Einsatz von fundiertem Fachwissen unerlässlich.

Margit Holtschlag



Anleitung bedeutet, dass man etwas zeigt oder erklärt und dann überprüft, ob und wie die angeleitete Person das neu erlernte Wissen umsetzen kann. Eine Anleitung nimmt sich einzelne Steinchen eines komplexen Geschehens heraus und betrachtet diese mit der anzuleitenden Person genauer.

Eine Anleitungssituation dient dazu, Fertigkeiten und Hintergrundwissen zu vermitteln und Eltern bzw. der angeleiteten Person Sicherheit in der Interaktion mit den Kindern zu geben. In einer Anleitungssituation sollte das Augenmerk darauf liegen, dass die angeleitete Person Selbstwirksamkeit erfahren kann und erste kleine Erfolge im Lernprozess eintreten können. Wenn Menschen sehr unter Anspannung oder gar Stress stehen, kann es sein, dass sie von dem Erlernten fast nichts umsetzen können. Ihre Aufnahmefähigkeit ist dann noch durch überwältigende Gedanken und Gefühle blockiert. In diesen Situationen sind Feinfühligkeit und Güte gefragt.

Eine Anleitung kann sowohl mit Bezugspersonen als auch mit Auszubildenden erfolgen.

Beratung bedeutet, Familien achtsam, sensibel und vorausschauend durch ein bis dahin oft unsicheres Fahrwasser zu loten und sie in ihrem Entwicklungsprozess zu begleiten. In einer Beratung sollte man die kleinen und großen Steine im Blick haben, die an der einen oder anderen Stelle die Passage erschweren können.

Eine Beratung ist ein Prozess, dessen Ergebnis zu Beginn der Beratung völlig offen ist. Beratung kann von positiven und negativen Emotionen begleitet werden. Das Ziel einer Beratung sollte immer sein, eine für alle Beteiligten bestmögliche Lösung zu finden. Durch eine gelungene Beratung können neue Aspekte einer besonderen Situation gesehen werden. Selbstwirksamkeit und Selbstbewusstsein können gestärkt werden. Eine Beratung kann den Weg für neue Lernprozesse frei machen.

Fazit 1

Anleitung und Beratung sind unterschiedliche Dinge, die ineinander verzahnt sind, die aber nicht verwechselt werden sollten. Anleitungen befähigen

Vorteile einer Anleitung

Eine Anleitung zu einer einfachen pflegerischen oder interaktiven Handlung kann eine vertrauensvolle Basis für einen weiteren Dialog schaffen. Eine Anleitung ist praxisnah und durch das „Begreifen“ fällt das Lernen leichter. Wichtig ist es, am Anfang erst einmal einfache Sachen zu zeigen, und nicht mit der z.B. für Frühgeborene und Kinder mit Atemnot anspruchsvollsten Aufgabe, dem Trinken aus der Flasche, zu beginnen. Zielführender ist es, am Anfang z.B. das Berühren, das nonnurtive Säugen an der Brust, wickeln oder kleine Interaktionen, wie z.B. das beruhigende Wiegen des Babys, zu zeigen. Die Ernährung des Kindes ist für Eltern eine existentielle Aufgabe, mit der sie in bindungssensiblen Situationen noch leicht überfordert werden können. Besonders auf Frühgeborenenstationen sollte man in Hinblick auf spätere Interaktionsstörungen daher genau abwägen, in welche Pflegehandlungen man die Eltern als Erstes einbindet.

Vorteile einer Beratung

In einer Beratung können neue Gedanken angestoßen, und eigene Lösungsvorschläge entwickelt werden. Eine gelungene Beratung führt zu mehr Akzeptanz des Geschehenen, zu einer Orientierung auf der Suche nach weiteren Lösungsmöglichkeiten und im Idealfall auch zu einer neuen Sinnhaftigkeit. Das bedeutet, dass eine kompetente Beratung ein wichtiger Beitrag zur Stärkung der Resilienz (Widerstandsfähigkeit) der jungen Familien sein kann. Das Risiko einer Trauma-Folgestörung kann so reduziert werden. Eine Beratung kann helfen, die oft blockierenden Gedanken zu ordnen und den Weg für Neues frei zu machen.

die angeleitete Person, Dinge selbständig und selbstwirksam durchzuführen. Beratungen befähigen die beratenen Personen, Entscheidungen für eine weitere Entwicklung zu treffen. Beratungen gehen über die Anforderungen und Möglichkeiten einer Anleitung hinaus.

Für eine Anleitung sowie für eine Beratung benötigt man ein umfassendes Expertenwissen, von dem man allerdings nur wenig weitergeben sollte. Zu viele Informationen können junge, verunsicherte und vielleicht auch noch traumatisierte Familien überfordern.

Es ist wichtig, in dem Bewusstsein anzuweisen und zu beraten, dass von dem Gehörten nur ca. 20 % behalten werden können, und dass es so rasch zu einer Verzerrung kommen kann, dem so genannten Verzerrungswinkel.

Der Verzerrungswinkel kann sich z.B. darin zeigen, dass die Fachkraft, die zuvor die Familie beraten hat, etwas gesagt oder gezeigt haben kann, von dem die Eltern in dem aktuellen Gespräch vermeintlich noch nie etwas gehört haben. Die verzerrte Wahrnehmung kann zu Missverständnissen und auch zu Misstrauen in der Kommunikation führen.

Eltern, die sich in einer für sie unerwarteten Situation wiederfinden, kreisen mit ihren Gedanken oft um starke Gefühle und um die Aufgaben, die sie noch nicht zu Ende bringen konnten. Auch das kann die Aufnahmefähigkeit erheblich mindern.

Damit in einer Anleitungs- und Beratungssituation die Verzerrung möglichst gering gehalten werden kann, möchte ich hier das Fundament darstellen, welches für mich die Basis gelungener Anleitungs- und Beratungssituationen ist.

Säule 1: Eine positive Grundhaltung

Säule 2: Zeit und Ruhe für das Erstgespräch

Säule 3: Die Möglichkeit, das Gespräch mit 1-2 Folgeterminen fortzusetzen

Säule 4: Kenntnisse über verschiedene Kommunikationsmodelle und die Fähigkeit, diese als impliziertes Wissen einzusetzen

Säule 5: Die Fähigkeit gut zuhören zu können

Säule 6: Eine einfache, bildhafte und lösungsorientierte Sprache

Säule 7: Kommunikationsmöglichkeiten auf verschiedenen Kanälen (verbal, haptisch, visuell)

Säule 8: Ein differenziertes und verlässliches Netzwerk

Säule 1: Positive Grundhaltung

Eine positive Grundhaltung besteht aus Respekt, Akzeptanz und echter Anteilnahme. Im Gegensatz zur echten Anteilnahme führen Beschwichtigungen zu dem Gefühl, nicht ernst genommen zu werden. Im schlimmsten Fall können Beschwichtigungen zu einer Resignation oder auch zu einer Rebellion führen. „Ist doch gut“, ist die wohl am häufigsten verwendete Beschwichtigung.

Säule 2: Zeit und Ruhe

Zeit und Ruhe sind eine wichtige Voraussetzung, um für einen Entwicklungsprozess die Voraussetzungen zu schaffen. Wenn durch Zeitmangel Druck entsteht, riskiert man die Chance, dass der Impuls oder Gedankenstoß, den man geben konnte, sich nicht weiterentwickeln kann. Ich versuche daher, anspruchsvolle Gespräche nur dann zu beginnen, wenn ich weiß, dass es eine Möglichkeit gibt, das Gespräch an einem Folgetag fortzusetzen. Geht das nicht, zeige ich etwas aus der Praxis oder bespreche ein einfaches Thema.

Säule 3: Folgetermine

Um den Entwicklungsprozess weiter begleiten zu können, benötigt man zusätzlich 1-2 Termine, in denen man genau sehen kann, was als Nächstes benötigt wird und in dem Gedankenanstöße reifen können.

Es ist wichtig, sich genau anzusehen, wann man mit einem Beratungsprozess beginnt. Manchmal ist als Einstieg eine vertrauensbildende Anleitung sinnvoll.

Säule 4: Kommunikationstheorien

Hierzu zählen vor allen Dingen die gewaltfreie Kommunikation nach Marshall S. Rosenberg¹, das Kommunikationsquadrat nach Schulz von Thun² und die systemisch-lösungsorientierte Fragestellung. Weitere Grundkenntnisse in anderen Theorien halte ich für absolut notwendig. Wichtig ist es, sich diese nicht als Technik aneignen zu wollen, sondern dieses implizit, also intuitiv, einsetzen zu können.

Säule 5: Zuhören

Meine Erfahrung ist, dass eine minutenlange Pause oft zu kleinen Sternstunden der Erkenntnis führen kann.

Mein Lieblingszitat für Beratungen ist daher das von Dean Rusk³ der einmal ge-

sagt hat, „am besten überzeugt man andere, in dem man ihnen zuhört.“

Pausen in der Kommunikation helfen, Gedanken neu und weiter entwickeln zu können. Zu kurze oder gar keine Pausen führen oft dazu, dass zwar viel Wissen vermittelt wird, aber sehr wenig davon behalten wird und noch weniger zur Entfaltung kommen kann.

Säule 6: Bildhafte Sprache⁴

Ich persönlich habe in den vielen Jahren der Beratung einen ganz eigenen Sprach- und Kommunikationsstil entwickelt, welcher besonders durch eine bildhafte Sprache geprägt ist. Meine Erfahrung ist, dass Eltern sich in Ausnahmesituationen mit Beispielen und Bildern Dinge leichter vorstellen und merken können. Das gibt den Gesprächen oft eine berührende und vielleicht auch etwas poetische Atmosphäre.

Säule 7: Kommunikation auf verschiedenen Kanälen (verbal, haptisch, visuell)

Durch die Vielzahl an Gesprächen, die manche Familien zu bewerkstelligen haben, versuche ich in den Beratungen, mit wenigen Worten und kleinen praktischen Impulsen Eltern darin zu unterstützen, ihre Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit wiederzufinden. Das erreiche ich durch kleine Anleitungssituationen zur Interaktion mit dem Baby, wie z.B. mit einzelnen Elementen aus der Babymassage, des Tragens oder dem Singen eines Wiegenliedes.

Diese besondere Art der Kommunikation führt auch in belastenden Situationen zu der einen oder anderen nachhaltig wirkenden „Sternstunde“.

Säule 8: Netzwerk

Für eine Beratung benötigt man ein gutes und vielfältiges Netzwerk.

Eine Beratung kann noch so gelungen sein, es wird immer Punkte geben, an der man an seine eigenen Grenzen stößt. Wichtig ist es dann, zu wissen an wen man weiter verweisen kann und was der nächste Schritt für die Familie sein könnte. Um so besser man in den Beratungen aufgestellt ist, um so authentischer und mitmenschlicher können sie werden.

1. Marshall B. Rosenberg (1934-2015), Psychologe und Mediator, Begründer der GfK

2. Friedemar Schulz von Thun (geb. 1944), Kommunikationspsychologe, Begründer des Kommunikationsquadrates

3. Dean Rusk (1909-1994) Amerikanischer Außenminister unter John F. Kennedy

4. © Margit Holtschlag, „Familienorientiertes Babyschlafcoaching“

5. Patricia Benner, (geb. 1942) amerikanische Pflegewissenschaftlerin, Stufen der Pflegekompetenz, 1994

Berufserfahrung versus Standards zur Beratung

Nach dem Lernmodell von Patricia Benner⁵ bedarf es 2 Jahre Berufserfahrung, bevor man ein Experte auf seinem Fachgebiet ist. Das bedeutet, man hätte auf dem Weg zum Expertenwissen einschließlich der Ausbildung schon 5 Jahre Berufserfahrung.

Bevor man das Level des Experten erreicht hat, braucht man Orientierung, die man z.B. auch durch Pflegestandards erhalten kann. Standards können Orientierungspunkte in einer Beratung sein. Sie können jedoch niemals die Vielfalt von Beratungssituationen bedienen und sollten von daher auch realistisch eingeschätzt werden.

Fazit 2

Die Beratung erfordert ein großes Spektrum an Fachwissen, Erfahrung und Intuition. Ein Standard wird niemals das intuitiv Erlernte und Erfahrene ersetzen. Einen Beratungsstandard kann man als Pflicht sehen, doch eine Kür ist die Beratung, die letztendlich durch Empathie, impliziertes Wissen und individuellen Gestaltungsspielraum zu tiefgreifenden Erfolgen führen wird.

Welchen Einfluss hat eine gelungene Beratung auf den Bindungsprozess?

Der Einfluss einer gelungenen Beratungs- und Anleitungssituation auf den Bindungsprozess ist groß. Aber nicht alles, was man vermeintlich für eine gelungene Bindung einsetzt, ist auch bindungsfördernd.

Doch klären wir erst einmal die Begrifflichkeiten. Was ist denn eine gute Bindung? Meine Definition⁴ dazu lautet folgendermaßen: „Eine gute Bindung ist das Wichtigste, was man seinem Kind mitgeben kann. Sie ist die Basis für Freiheit, Selbstvertrauen und Selbstbestimmung“.

Bindung bedeutet, dass man den Kindern eine sichere Basis bietet und dass sie die Freiheit haben, sich auch von den Bezugspersonen fortbewegen zu können. Gut gebundene Kinder werden zurückkommen und sich auch rückversichern.

Bindung ist ein Band für ein ganzes Leben. Im Idealfall ist dieses Band undurchtrennbar.

Gerade auf einer Neonatologie, aber auch in vielen Beratungssituationen zu Hause stößt man immer wieder auf Bindungsprozesse, die ins Stocken geraten sind oder deren Entfaltung noch nicht beginnen konnte.



Doch nicht jeder vermeintlich gute Impuls für die Bindung ist auch bindungsfördernd. Deshalb ist es wichtig, auch hier mit einem großen Repertoire und viel Feinfühligkeit in die Beratungssituation zu gehen.

Beispiele

Eine Mutter, die schon einmal unangenehme Erfahrungen mit körperlichen Übergriffen gemacht hat, kann ein Saugen des Babys an der Brust eventuell nicht genießen. Sie kann in so einer Situation auch erstarren.

Ein Vater, der eher zu Aktionismus neigt, wird sich nicht in einem Kängurustuhl entspannen können.

Meine Erfahrung ist, dass man einem gelungen Bindungsprozess am ehesten dann den Weg bereitet, wenn man zunächst einmal den Eltern die Chance gibt, bei sich selber anzukommen, bevor sie dann beim Kind ankommen können.

Um bei sich selber ankommen zu können, benötigen sie Güte, Empathie, dass eine oder andere gute Gespräch, einfache Interaktionserfahrungen mit dem Baby und ganz viel Zeit.

Fazit

Anleitungen und Beratungen sind sinnvoll in den täglichen Situationen mit Familien, können für sich angewandt oder miteinander kombiniert werden.

Beratungen gehen über die Anforderungen und Möglichkeiten einer Anleitung hinaus. Die Beratung erfordert ein großes Spektrum an Fachwissen, Erfahrung und

Intuition. Um gut beraten zu können, sollte man Experte in seinem Fachgebiet sein.

Eine Beratung hat das Ziel, den Beratenden dabei zu helfen, ihre Bedürfnisse formulieren zu können und einen eigenen Weg für den Umgang mit einer herausfordernden Situation zu finden. Sie kann die Resilienz stärken und zu Akzeptanz und Selbstwirksamkeit führen.

Beratungen durch Kinderkrankenschwestern haben eine ganz besondere Qualität, da gerade sie den Familien eine besonders gute und fundierte Mischung aus Theorie und Praxis geben können.

Danke

Ich möchte mich bei den unzähligen Kolleginnen und Familien bedanken, die mich bei der Weiterentwicklung meiner Beratungskompetenz unterstützt und ermutigt haben. Ohne sie hätte ich diesen Artikel nicht schreiben können.

© Margit Holtschlag – Verwendung des Artikels auch auszugsweise nur mit Genehmigung von Margit Holtschlag

AUTORIN

Margit Holtschlag
Elternberatung
Uni-Klinik Düsseldorf
Ausbilderin „Familienorientiertes Babyschlafcoaching“
40223 Düsseldorf

