

Professionelle Nähe –  
statt professionelle Distanz

„Der Mensch ist die  
Medizin des Menschen“  
afrikanisches Sprichwort

Nähe beruhigt

- <https://youtu.be/MLErNXIYjMg>

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Gefahrenzonen und Nebenwirkungen  
„professionelle“ Distanz

Verrohung

Unmenschlichkeit

Gleichgültigkeit

Emotionale  
Abstumpfung

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Was meint „Professionelle Nähe?“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

3 Säulen von Professionalität

- 1. Der professionelle Blick: Fachwissen**, das mir ermöglicht Geschehen aus „professioneller Sicht“ zu betrachten
- 2. Professionelle Handlungskompetenz:** Wissen, wie ich handeln kann....
- 3. Reflektionsfähigkeiten:** über mich nachdenken können, „wissen was mit mir los ist“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

### Leitfragen zum Aspekt: professionelle Nähe

- 1. Der professionelle Blick:** Was müsste ich erkennen und verstehen können, um in emotionaler Nähe zu dem Anderen zu bleiben?
- 2. Professionelle Handlungskompetenz:** Welche Haltungen und Handlungen sind geeignet, um den Anderen Nähe spüren zu lassen?
- 3. Reflektionsfähigkeiten:** Was brauche ich für mich, um gut geschützt in der Nähe von Anderen zu sein?

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

### Haltungen und Handlungen

Bewerten	Verstehen
Distanz	Nähe

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

### Fallbeispiel

Frau M. ruft freitagmorgens ihre sozialpädagogische Familienhelferin an. Sie ist sehr in Aufregung und signalisiert, dass sie vor dem Wochenende noch unbedingt ein Gespräch mit ihr bräuchte und fragt, ob sie es irgend möglich machen könne, heute noch einmal vorbei zu kommen. Sie wirkt sehr verzweifelt und beginnt zu weinen, als die SPFH Kollegin deutlich macht, dass es so kurzfristig schwierig sei. Sie bietet ihr an, sich telefonisch kurz mit ihr zu verständigen. Frau M. macht daraufhin deutlich: sie könne am Telefon nicht so gut sprechen, hätte aber das Gefühl, dass sie das Wochenende in ihrem Zustand mit den Kindern in keinem Fall schaffen würde. Die Sozialpädagogin entscheidet sich ein paar Termine umzulegen und teilt Frau M. dann mit, dass sie gegen 15.00 noch einmal vorbei käme, um zu schauen, was es brauche. Als sie am Nachmittag gerade auf dem Weg zu Frau M. ist, erhält sie von dieser um 14.45 eine sms, dass sie kurzfristig weg musste und nicht zuhause sei. Es ginge ihr schon besser als vormittags und sie melde sich Anfang der Woche wieder. Es ist bereits das 2te Mal, dass dieses seit Hilfebeginn vor 4 Wochen so abläuft

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

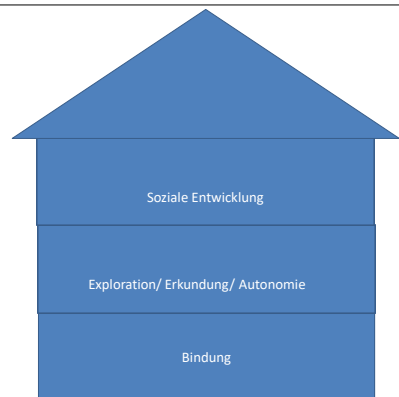
### Haltungen und Handlungen

<b>Bewerten</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dramatisiert</li> <li>• Lässt Helfer nach ihrer Pfeife tanzen</li> <li>• ist rücksichtslos</li> <li>• glaubt es müsse sich alles sofort um sie drehen</li> <li>• Unmögliches Benehmen</li> <li>• Was denkt sie sich eigentlich....</li> </ul>	<b>Verstehen</b>
<b>Distanz</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Belehren und Moralisieren: so geht es nicht!</li> <li>• Eigene Befindlichkeiten in den Vordergrund stellen</li> <li>• Eigene Interessen und Interessen anderer betonen</li> <li>• Rücksichtnahme einfordern</li> <li>• Ihr beim nächsten Mal keinen schnellen Termin anbieten: das muss Sie lernen</li> <li>• .....</li> </ul>	<b>Nähe</b>

### Das Konzept des guten Grundes

- **Aspekte von Entwicklung und Entwicklungsaufgaben**
- **Biografische Erfahrungen: Bindung, Trauma, Kultur.....**
- **Grundbedürfnisse: Menschen verhalten sich immer aus ihren Bedürfnissen heraus**
- **Positive Absichten: Was versucht der Mensch für sicher zu stellen**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Professionelle Nähe

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Das Fundament professioneller Nähe

*Herzlichkeit*  
*Mitmenschlichkeit*  
*Freundlichkeit*  
*Zugewandtheit*  
*Achtsamkeit*  
*Liebevolle Güte*  
*Wärme*  
*Hilfsbereitschaft*  
*Großzügigkeit/ Gnade*

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Aspekt: Zu Gast im Leben von Anderen sein

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Aspekt: Präsenz

**„Ich bin da!“**

Sichtbar  
 Erreichbar  
 Spürbar

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

Aspekt: Mitgefühl

„Echtes Mitgefühl ist die Fähigkeit, die Gefühle eines anderen Menschen zu verstehen und im metaphorischen Sinne in seine Schuhe zu schlüpfen und zu verstehen, dass der Grund dafür, dass jemand sich anders verhält, manchmal einfach der ist, dass er etwas auf dem Herzen hat.

Also sollte man ihm zuhören, um zu sehen, was er gerade durch macht und fühlt...“

(B. Perry,2012)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Mitgefühl ist eine Haltung

Feinfühlige Haltung	Feindselige Haltung
<b>Zugewandt und interessiert</b> (ich möchte verstehen, was mit Dir ist)	<b>Bewerten</b> (das ist schlecht)
<b>Freundlich</b> (ich bin da, um Dich zu unterstützen)	<b>Belehrend</b> (so geht es nicht!)
<b>Ressourcevoll</b> (Es gibt gute Gründe für alles was da ist...Ich sehe Dich auch mit deinen Stärken und Lebensleistungen)	<b>Feindseligkeit</b> (dafür hat er verdient, da muss man jetzt mal...)
<b>Mitfühlend</b> (ich fühle deine Not/ dein Leiden – ganz unabhängig von deinem Verhalten)	<b>Eigene Befindlichkeit in den Vordergrund stellen</b> (so nicht mit mir!)

„Es ist mir wichtig hervorzuheben, dass Mitgefühl über Empathie hinausgeht (...).

Empathie ist Einfühlung und in soweit neutral (...).

Mitgefühl setzt immer Einfühlung voraus und reicht weit darüber hinaus durch die mitfühlende Absicht Heilsames bewirken zu wollen.“

(Luise Reddemann in: Schlusstücke 2018, S. 86)

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

## Heilsames Mitgefühl zeigt sich...

- In nonverbalen Signalen: mitfühlende Mimik, zugewandte Haltung
- Signale von **Trost** und **Zuwendung**
- In verbaler Präsenz (emotionale **Resonanz** → spiegeln von Gefühlen, Bedürfnissen, Anliegen...)
- **Hilfsbereitschaft**

Wenn es uns gelingt, freundlich und mitfühlend zu sein, können Menschen ermutigt werden, sich mit sich selbst zu befreunden.

Diese Freundschaft mit sich selbst macht sie langfristig unabhängiger, weil sie daraus erlernen, sich selbst zur Seite zu stehen

(In Anlehnung an Gedanken von Luise Reddemann, 2018)

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

## Aspekt: Hilfsbereitschaft

- Ich tue gerne etwas für Dich
- Ich nehme Dir gerne etwas ab, wenn die Last für Dich groß ist und es Dich erleichtern würde
- Ich unterstütze Dich gerne, wenn Du darum bittest
- Ich bin bereit einzuspringen, wenn deine Kräfte nicht reichen

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

## Aspekt: „mich selbst einbringen“

copyright C.Scherwath PTEZ Hamburg

## Aspekt: sich „bereichern“ lassen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Irvin Yalom zu seinen Schülern:

- Vermeiden Sie eine Diagnose
- Kreieren Sie für jeden Menschen eine andere Hilfe
- Lassen Sie zu, dass der Mensch Ihnen wichtig ist
- Seien Sie Sie selbst
- Versuchen Sie die Welt so zu sehen wie ihre Gegenüber

Irvin Yalom, Wie man wird, was man ist, 2017

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Die Helfer\*innen -Nähe zu uns selbst -

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Professionalität und Selbstreflexion

„Willst Du dem anderen hilfreich sein – Dann schau auch in Dich selbst hinein..“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Voraussetzungen für „professionelle Nähe“

- Kenntnisse und Verarbeitung eigenen „biografischen Materials“ (Bindungs- und Traumageschichten)
- Bereitschaft die Verantwortung für eigene Bedürfnisse, Zustände und Verhaltensweisen zu übernehmen
- Strategien und Möglichkeiten zur Selbstregulation und Selbstberuhigung
- Einen Raum innerer „Unverfügbarkeit“ in sich einnehmen können
- Ressourcenreiche Lebensführung und gute Selbstfürsorge
- Selbstfürsorgliche Haltungen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Selbstfürsorgliche Haltungen und Sichtweisen

- Zu Gast im Leben von Anderen sein – statt die Verantwortung für sein Leben zu übernehmen
- Nicht das ganze Ausmaß der „Katastrophe“ fokussieren, sondern im Moment handeln
- Den eigenen Teil der Verantwortung von der Gesamtverantwortung unterscheiden können
- Die eigene Wirksamkeit nicht an einer Symptom-Veränderung beim Gegenüber festmachen
- Sich selbst Anerkennung und Wertschätzung geben, für das Bemühen und die Bereitschaft Präsenz zu zeigen und Unterstützung anzubieten

## Selbstmitgefühl

„Trösten allerdings ist immer möglich, wenn es uns das Gegenüber erlaubt. Und Zugewandtsein auch. Das heißt aber immer auch, sich vom Schmerz anderer berühren zu lassen. Dies wird in helfenden Berufen oft wohl deshalb vermieden, weil die Helfenden nicht darin geübt sind, den Schmerz wieder gehen zu lassen“

(Luise Reddemann, 2018)

## Wohin mit meinem Schmerz?

- Gibt es einen Platz zu dem ihr gehen könnt, um ihn symbolisch dort abzulegen?
- Gibt es „universelle Hände“ in die ihr ihn legen könnt?
- Gibt es einen Menschen, bei dem ihr lassen könnt, was Euch tief bewegt?
- Gibt es eine Musik oder eine Tätigkeit, die hilft, dass der Schmerz sich verändern und auflösen kann
- Oder was noch? Wo könnt ihr „Gepäck“ ablegen?

## Die Erlaubnis es sich gut gehen zu lassen

## Und gut für die eigene Zuwendung sorgen....

### Weitere Informationen zum Thema, sowie Beratung und Fortbildung:

Pädagogisch-Therapeutisches Fachzentrum (PTFZ)  
 Gertigstrasse 28  
 22303 Hamburg  
 Tel. 040/ 650 397 18  
[www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de](http://www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de)

Ansprechperson: Corinna Scherwath

#### Veröffentlichungen :

- Corinna Scherwath/Sibylle Friedrich, Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung Reinhardtverlag, Erscheinungsdatum: 3.Aufl. Juli 2016
- Corinna Scherwath: Was Klaras Verhalten uns sagen kann....Ressourcenorientierte Zugänge bei auffälligem Verhalten, Cornelsen Verlag, Erscheinungsdatum: August 2018