

## Professionelle Nähe – statt professionelle Distanz

„Der Mensch ist die  
Medizin des Menschen“  
afrikanisches Sprichwort

### 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

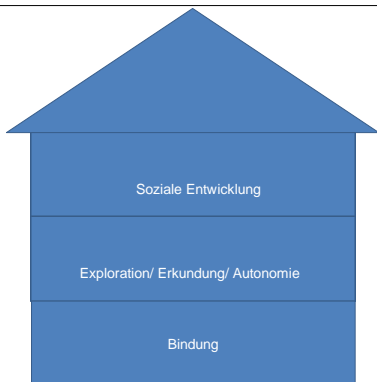
## Haltungen und Handlungen

<p><b>Bewerten</b></p> <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>	<p><b>Verstehen</b></p>
<p><b>Distanz</b></p> <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>	<p><b>Nähe</b></p>

## 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

## Die Bedeutung von Bindung

- **Überlebenssystem:** Bindung ist für das Überleben eines Menschen so grundlegend, wie etwa die Luft zum Atmen, Ernährung und Schlaf
- **Hirnreifung:** Liebe lässt Gehirne wachsen
- Bindungssystem ist **Gegenspieler zum Stresssystem**
- Resilienzforschung: sichere Bindung ist der bestbekannteste **Schutzfaktor**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Bindungsentwicklung

### Aspekte einer gesunden Bindungsentwicklung

- Vertrauen finden: „Der sichere Hafen“ – Die primäre Bindungsperson
- Fremdeln
- Objekt-Konstanz
- Anhänglichkeit/ Rückanbindung
- Selbstkonzept: „Ich bin, was ich bekomme“

## Sicheres Bindungsverhalten

- Wendet sich in Stresssituationen an seine Bindungsperson (sucht seine Nähe)
- Lässt sich von dieser schnell beruhigen
- Zeigt in Anwesenheit der Bindungsperson gutes Explorationsverhalten
- Zeigt in fremden Situationen gegenüber der Bindungsperson Rückanbindungsverhalten“ (Umschauen, zeigen etc.)

## Unsichere Bindungen

- Minimieren von Bindungsbedürfnissen: unsicher – vermeidende Bindungsmuster
- Maximieren von Bindungsbedürfnissen: unsicher-ambivalentes Bindungsmuster

-----  
**Desorganisierte Bindung und Bindungsstörungen**  
 vor dem Hintergrund von Traumatisierungen  
 und schweren biografischen  
 Bindungsbelastungen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg



Liebe mich,  
 wenn ich es am wenigsten verdient habe,  
 denn dann brauche ich es am meisten.

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: Präsenz

- **Anwesenheit:** Sichtbarkeit, Erreichbarkeit, Ansprechbarkeit
- **Emotionale Verfügbarkeit**
- **Körperkontakt**
- **Blickkontakt**

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Aspekt: Mitgefühl und emotionale Resonanz

„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

## Gemeinsames Handeln

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Aspekt: Assistenz und 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
- Ich helfe Dir, wenn Du an den Grenzen deiner Kräfte bist

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Nähe in Konfliktsituationen

- Begrenzen als Beziehungs- statt als Erziehungsaspekt
- Überprüfen ob Grenze angemessen und notwendig ist oder nur Teil von „Machtkampf“
- Begrenzen zur „Sicherheit“ und nicht als „Machtdemonstration“
- **Anerkennen und Verbalisieren** der Bedürfnisse/ Gefühle/ Sichtweisen des Gegenübers
- Eigene Positionen als „**Ich-Botschaft**“ verdeutlichen
- **Signalisieren**, dass ich im Konflikt im Kontakt bleibe

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Versöhnungsgesten nach Konfliktsituationen

- Äußerungen der Wertschätzung und des Respekts gegenüber dem Anderen, seinen Stärken und Fähigkeiten
- dem Anderen etwas Gutes tun
- eine gemeinsame Aktion vorschlagen
- Bedauern eigener unangemessener Verhaltensweisen

©Christa Kursch-Anbuhi

## Aspekt: sich „bereichern“ lassen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Aspekt: „mich selbst einbringen“

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

„Ohne gute Beziehungserfahrungen wird es nicht gehen. Nur wer von anderen lernt, wie sich Sicherheit, Unterstützung, Mitgefühl und Akzeptanz in allen, auch den dunkelsten Bereichen der eigenen Persönlichkeit anfühlen, wird lernen, sich selbst entsprechend zu behandeln – und eigene Schutzbefohlene ebenfalls“

(Michaela Huber in: Der Feind im Inneren, S.18)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Nähe zu sich selbst.....

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Professionalität und Selbstreflektion

„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 für Selbstmanagement
- Ressourcenreiche Lebensführung und gute Selbstfürsorge
- Selbstfürsorgliche Haltungen

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg

## Selbstfürsorgliche Haltungen und Sichtweisen

- 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
- Die Erlaubnis es sich gut gehen zu lassen
- Zu Gast im Leben von anderen sein – statt die Verantwortung für sein Leben zu übernehmen

## Ressourcenbewusste Lebensführung

- Aufsuchen, nutzen und installieren von persönlichen Ressourcen und Kraftquellen



## Stressregulation und Selbstmanagement



*„Man muss sich auch von sich selbst nicht alles gefallen lassen....“*

## Selbstmitgefühl statt Selbstkritik

## Danke!

Copyright für Inhalt und Folien:

Corinna Scherwath

Nähere Informationen zu Fort-/weiterbildungen, sowie Veröffentlichungen über

Pädagogisch-Therapeutisches Fachzentrum  
Gertigstrasse 28  
22303 Hamburg  
Tel.: 040/65039718  
[scherwath@onlinehome.de](mailto:scherwath@onlinehome.de)

[www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de](http://www.paedagogisch-therapeutisches-fachzentrum.de)

copyright C.Scherwath PTFZ Hamburg