



Abgrenzung der eigenen Person gegenüber KlientInnen und Angehörigen

Sich einlassen, ohne vereinnahmt zu werden

17. Oktober 2009

Herzlich willkommen!

Gerhard Kapl

Sie kennen das vielleicht ...

- „Bleib doch noch da!“
- „Außer mit dir kann ich ja mit keinem mehr reden“
- Angehöriger: „Jetzt red´ doch dem Papa zu, dass er endlich ! Auf mich hört er ja nicht.“
- „Die andere Mitarbeiterin kümmert sich viel besser um mich“
- Wenn ich in diese Wohnung komme, gruselt es mich schon beim Eingang
- Wenn ich von dieser Familie weggehe, habe ich das Gefühl, als Mistkübel missbraucht worden zu sein

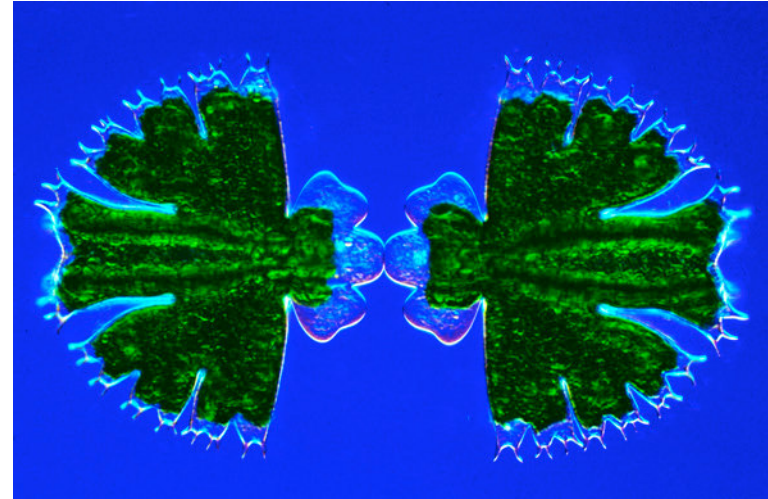
Grenzen ...

„Wer nach allen Seiten hin offen ist
kann nicht ganz dicht sein“

Vertiefungsseminar zum Thema „Abgrenzung“

30. April 2010

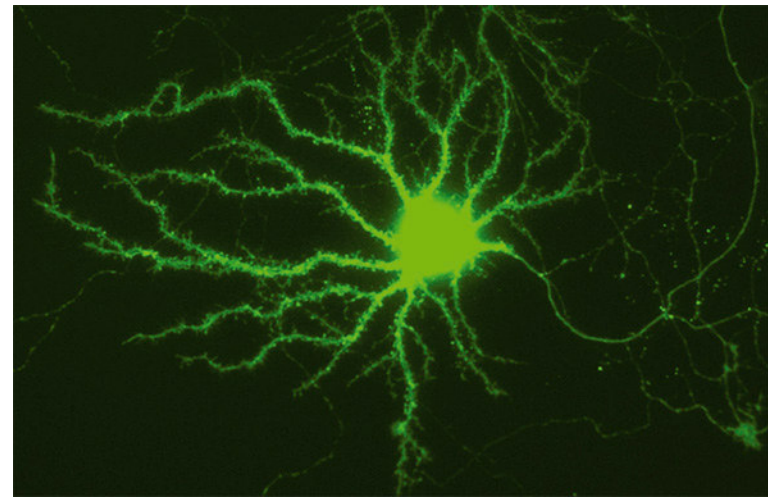




Zieralge bei der Teilung



Pantoffeltierchen



Nervenzelle

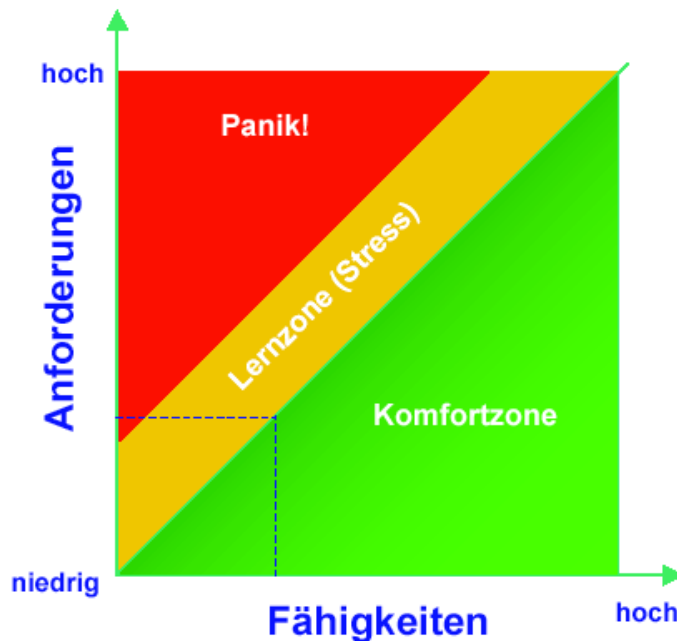
Die Zellmembran

- Sie trennt die Zelle von ihrer Umgebung, d.h. die Grenze erzeugt Eigenständigkeit
- Die Grenze darf aber nicht starr bzw. dicht sein, sondern muss einen Energie- und Informationsaustausch zwischen innen und außen ermöglichen

Grenzen ...

- Erst eine Grenze ermöglicht die Existenz eines Individuums
- Begegnung / Beziehung / Energieaustausch verläuft über Grenzen hinweg
- Grenzen geben Sicherheit und Struktur
- Grenzen können einengen und blockieren

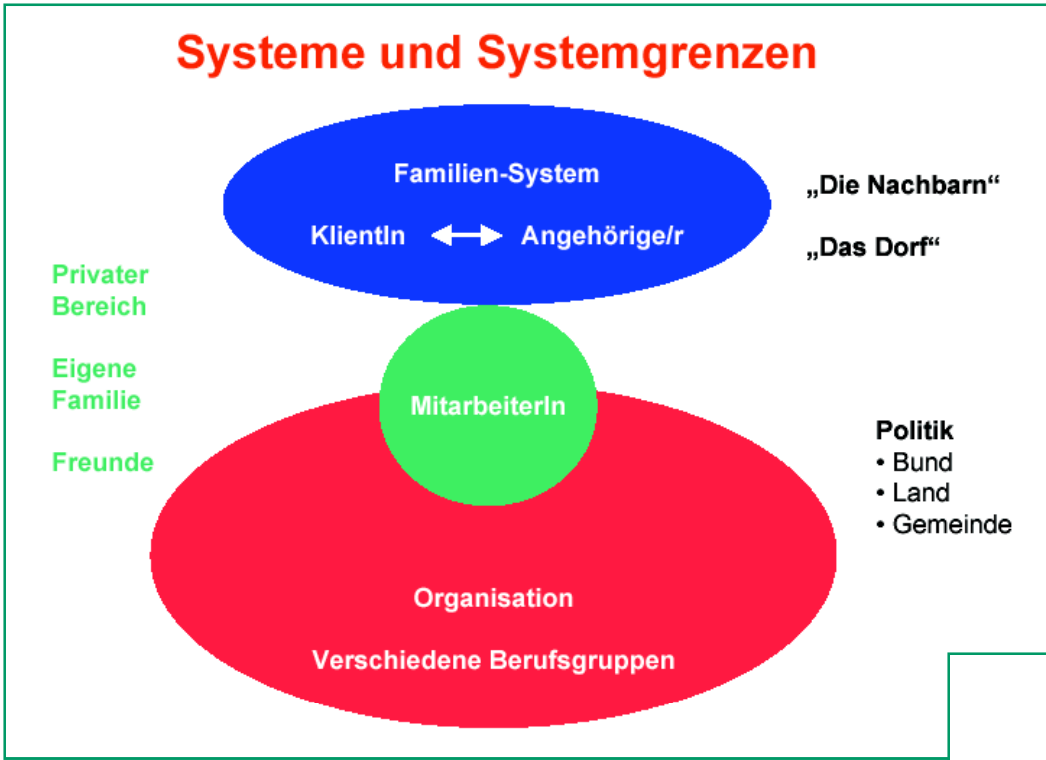
Arbeits- und Lernfelder



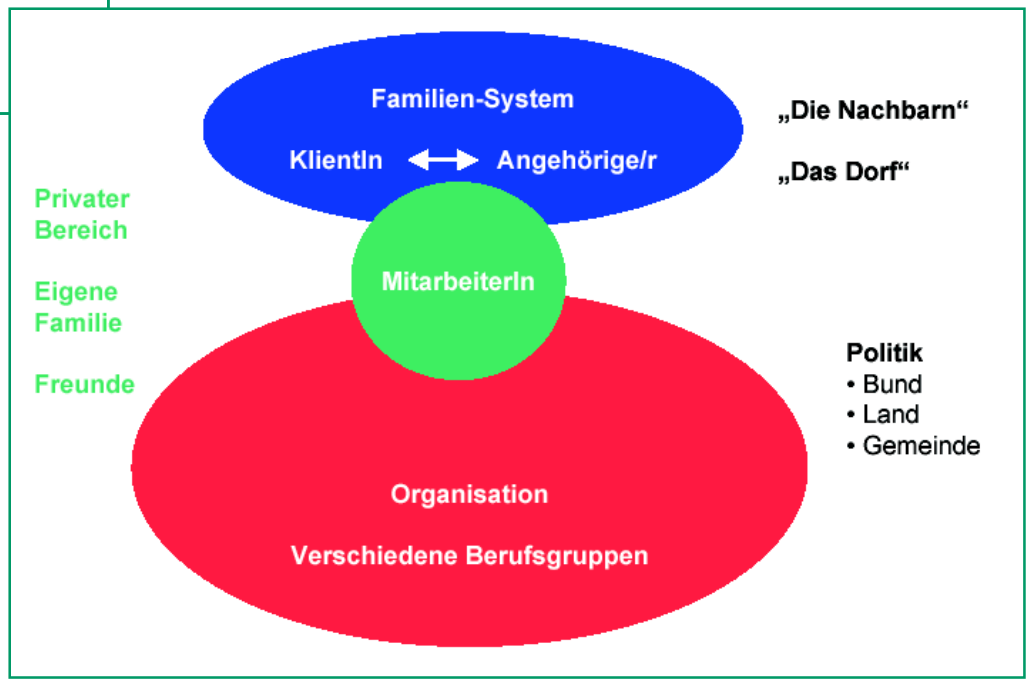
Sinnvolle Grenzen ... einige Beispiele

- Abgrenzung gegen unangemessene Ansprüche Anderer
- Abgrenzung gegen Manipulationsversuche (z.B.: Bauchpinseln, Schuldgefühle, Ehrgeiz)
- Akzeptieren eigener Leistungsgrenzen (Fähigkeiten, Kapazität)

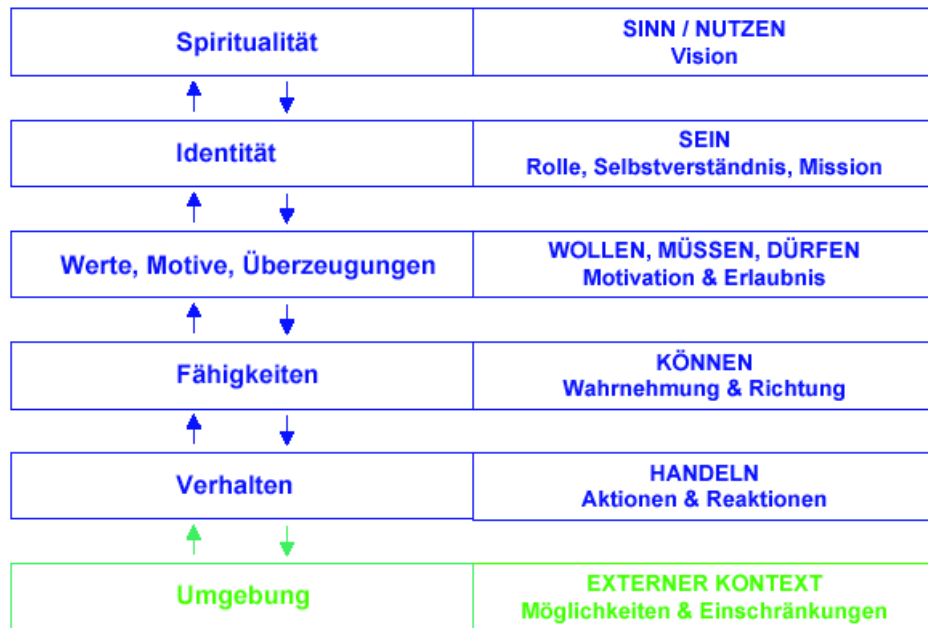
Systeme und Systemgrenzen



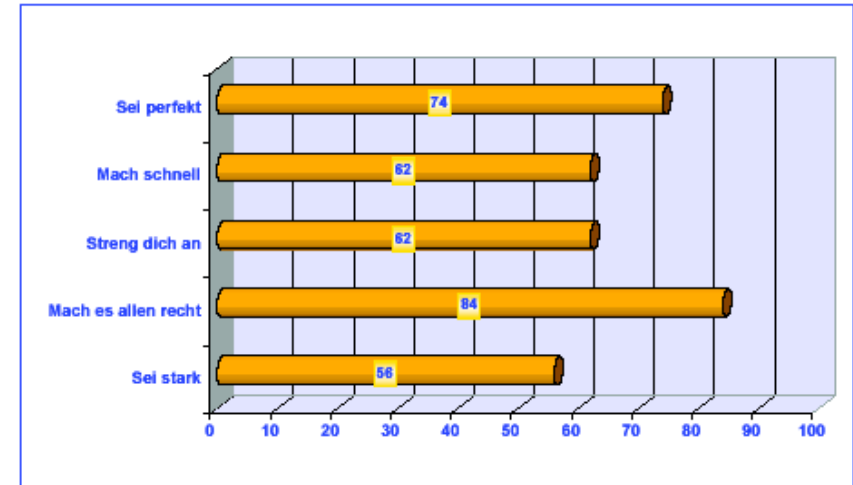
Unsere Wirbelsäule ist dazu gebaut,
das Leben EINES Menschen zu tragen.



Ebenen der Persönlichkeit



Unsere Antreiber



Erwartungen der KlientInnen / Angehörigen

- **Leistungen**
... offizielle, zur Berufsgruppe passend
... „Sonderleistungen“
... „Gefälligkeiten“
- **Beziehung / Geselligkeit / Wertschätzung / Beachtung**
- **Zeit**
... VIEL!
... definierter Zeitpunkt - und das pünktlich!
- **auf meiner Seite stehen / mir helfen**
-

Grenzüberschreitungen ... einige Beispiele

- Angehöriger bestimmt über mündigen Klienten gegen dessen Willen
- KlientInnen / Angehörige rufen mich in meiner Privatzeit am privaten Handy an
- Sie spielen uns gegeneinander aus
-

Grenzüberschreitungen ...

- Erkennen, wenn sie gerade passieren
- Ansätze erkennen, bevor die Grenzüberschreitung passiert
- Grenzüberschreitende Situationen verändern, z.B.:
„Stop!“
Bestimmtheit
Spielregeln vereinbaren
.....
- Das heißt: Ich muss meine Grenzen kennen, sie Anderen kommunizieren und sie ggf. verteidigen!

Betreuungs-Qualität

- Wann bin ich als Betreuungsperson erfolgreich?
- Was ist zu wenig?
- Was ist zu viel des Guten?

Auf der Straße fährt man besser als im Straßengraben

Zu viel Distanz

- Gleichgültigkeit
- Übertriebener Egoismus
- Sturheit
- Dienst nach Vorschrift
- Faulheit
- Schlamperei

Nähe / Distanz ok

- Zuwendung
- Angemessene Leistungen
- Mit-Fühlen

Zu viel Nähe

- Aufopferung
- Vereinnahmt werden
- Mit-Leiden
- Verantwortung im Familiensystem übernehmen

Woran merke ich / merken es Andere sonst noch, dass ich in der Mitte oder in einem der beiden „Straßengräben“ bin?



Der Straßengraben „zu viel Nähe“ ...

- **Gruppen A/B:**
Wie kann ich möglichst schnell in diese Falle hineintappen?
Wie werde ich möglichst schnell vereinnahmt?
- **Gruppen C/D:**
Was kann ich präventiv machen
(Gesundes Abgrenzen)?
- **Gruppen E/F:**
Wie komme ich wieder aus so einer Verstrickung heraus, wenn ich schon drinnen bin?

Wie werde ich
möglichst schnell
vereinnahmt?

mich erpressen lassen
z.B.: "dann bring' ich mich um"
wir lassen uns ausspielen
mit ein schlechtes
Gewissen machen
lassen

man ist bekannt
ist für Hilfsbereit-
schaft

übermotiviert

keine konkreten Vereinbarungen
z.B.: Zeiten
(Beginn/
Ende)

ich will immer mein
Bestes geben

überschätze meine eigene Kraft

eigene Grenzen nicht kennen
zu spät setzen

zu wenig Selbstbewusstsein sein

Mitleid

Gutgläubigkeit

zu wenig fachspezifische
Ausbildung, z.B.
Abgrenzung

zu weich

kann/darf nicht

Nein sagen

1 Ausnahme -> wird zur Regel

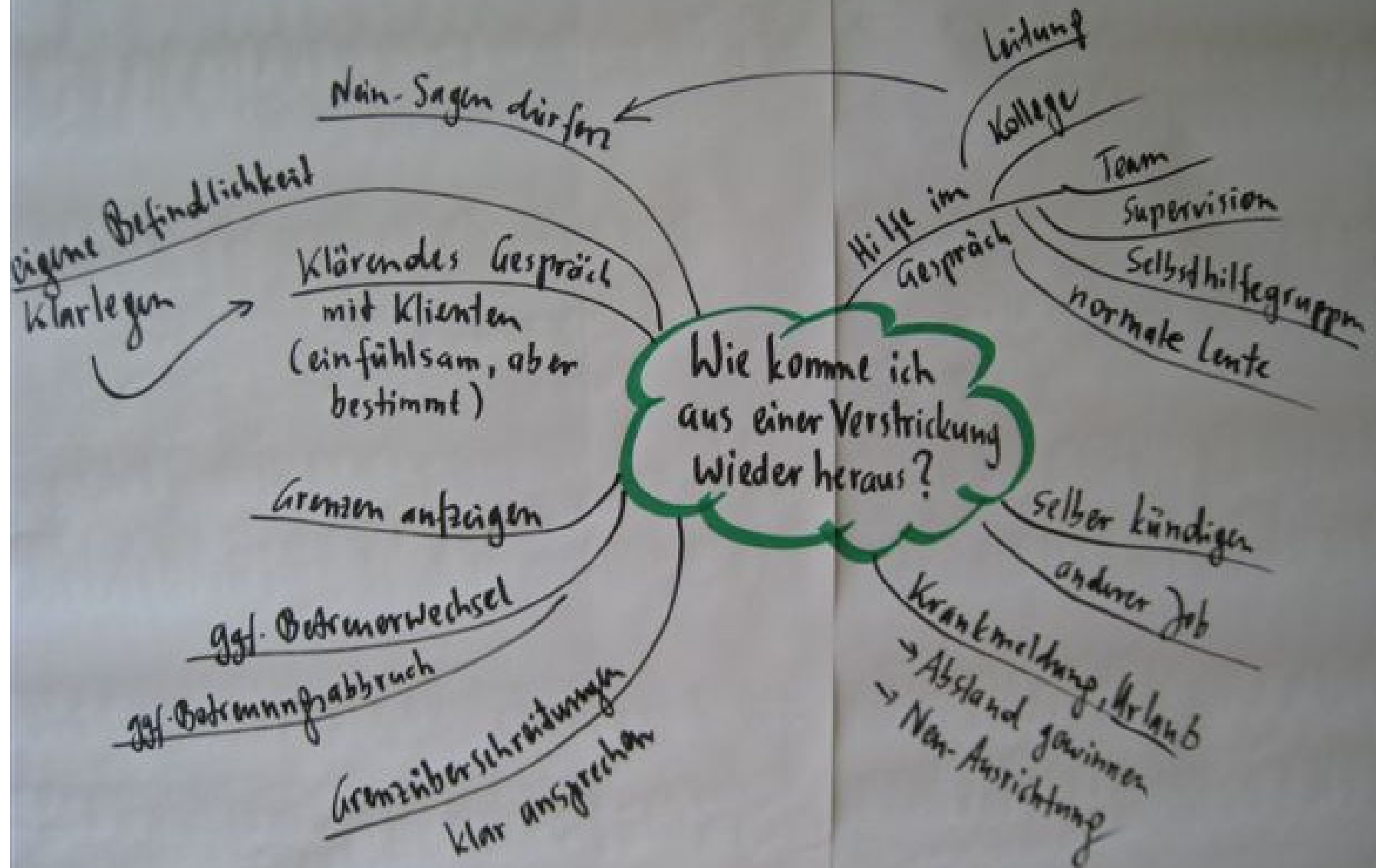
zu wenig Austauschmöglichkeiten
(im Team)

unkonsequentes Verhalten

immer erreichbar

**Prävention
(Gesundes Abgrenzen)**

- Supervision
- Klare Aussagen
- regelmäßiger Austausch bei Dienstbesprechungen
- bei Bedarf professionelle Hilfe
- bei Überforderung Betreuung rechtzeitig abgeben
- beim Erstkontakt Aufgaben genau definieren (was, was nicht)
- Kompetenzen klären
- homogenes Team / am gleichen Strang ziehen
- Koordination verschiedener Betreuungsgruppen
- nicht mit Druck setzen lassen
- Helfersyndrom unter Kontrolle haben
- Grundseminar beim Besuchsdienst
- gefestigte Persönlichkeit
- dass es mir selbst gut geht
- Grenzüberschreitungen im Ansatz erkennen, sofort reagieren
- Vorinformationen über Klienten / Anfert. sammeln
- Mein-Sagen können / dürfen



Das „Energiefeld“ beim Klienten

- die Personen (ihre Ausstrahlung und ihr Verhalten)
- wie die Personen miteinander umgehen
- wie die Personen mit mir umgehen
- Räumlichkeiten
- Geruch
- Temperatur
-

ggf.: Emotional-energetische Abgrenzung auf den Ebenen Gedanken, Haltungen, Emotionen erforderlich

Abgrenzen heißt: meine Grenzen ...

- kennen
- akzeptieren
- den Anderen mitteilen
- ggf. verteidigen



Vom Wert der Dinge und der Menschen

Im Rahmen eines Seminars mit sehr vielen Teilnehmern hielt der Trainer einen 50€-Schein in die Luft.

Er fragte: "Wer von Ihnen möchte diesen 50€-Schein haben?"

Überall gingen Hände hoch.

"Ok, einen kleinen Moment" sagte er und zerknüllte den 50€-Schein. "Wer möchte diesen nun zerknüllten 50€-Schein haben?"

Wieder gingen die Hände in die Luft.

"Ok, warten Sie", sagte er und warf den zerknüllten 50€-Schein auf den Boden und trat mit seinen Schuhen darauf herum, bis der Schein zerknittert und voller Schmutz war. Er hob ihn an einer Ecke auf und hielt ihn wieder in die Luft. "Und wer von Ihnen möchte diesen dreckigen, zerknitterten 50€-Schein immer noch haben?"

Und erneut waren die Hände in der Luft.

"Sehen Sie, Sie haben gerade eine sehr wertvolle Lektion erfahren. Was immer ich auch mit dem Geldschein machte, wie schmutzig und zerknittert er auch ist, es hat nichts an seinem Wert geändert. Es sind immer noch 50€. So oft in unserem Leben werden wir selbst fallen gelassen, sind am Boden zerstört und kriechen vielleicht im Schmutz - und fühlen uns wertlos. Aber all das ändert ebenso wenig etwas an unserem Wert, wie das, was ich mit diesem Schein tat, seinen Wert änderte. Der Wert von jedem Einzelnen von uns bleibt immer erhalten, wie schmutzig, arm oder verloren wir auch immer sein werden."

Wie kann ich es Allen Recht machen?

