

Poster - Drei-Länder-Tagung

Autorinnen: Lettner-Hauser Karin, Ruckser-Scherb Renate

Titel:

Selbstmanagement triggern – Empowerment durch individuelle Lösungsorientierung

Hintergrund

Gesundheitsinformationen verständlich aufzubereiten und der Zielgruppe Anwendung und Umsetzung im Sinne eines Transfers in die individuelle Lebenswelt zu ermöglichen ist eine Herausforderung im Alltag aller Gesundheitsberufe, sowohl in der Lehre als auch in der Praxis. Dabei kommt dem Selbstmanagement der zu Beratenden eine große Bedeutung zu, da es immer wichtiger wird, Menschen zu befähigen selbstwirksam und positiv auf ihre individuellen Lebensbedingungen einzuwirken.

Die zu Beratenden bringen eigene Fähigkeiten und Stärken ein und wirken aktiv und eigenverantwortlich am Prozess mit. Empowerment ist hier verstanden als eine Haltung und inkludiert Beratung und einen kooperativen Prozess mit allen Beteiligten (Schaeffer, Schmidt – Kaehler, 2012). Interventionen knüpfen daher immer an den jeweiligen Bedürfnissen, den vorhandenen Ressourcen und den Anforderungen des Alltags an. Selbstverständlich braucht es hierfür aber auch Tools, um Menschen zu befähigen, ihr eigenes Verhalten, ihre Umwelt und ihre Gewohnheiten zu reflektieren und gegebenenfalls zu adaptieren.

Seitens der Gesundheitsberufe ist es immer häufiger erforderlich in verschiedene Rollen zu schlüpfen bzw. flexibel in verschiedenen Rollen zu agieren. Um Selbstmanagement zu triggern und individuelle Lösungsorientierung zu ermöglichen, ist es daher oft notwendig einen Rollenwechsel vorzunehmen. Neben der Rolle der Expert*in kann es situationsbezogen sinnvoll sein, in verschiedene andere Rollen zu schlüpfen, wie beispielsweise die Rolle der Kommunikator*in und/oder die der Teamworker*in.

Thema:

Am Beispiel der ressourcenorientierten Beratung werden Möglichkeiten aufgezeigt, Menschen in ihrem Selbstmanagement zu unterstützen. Im Fokus steht dabei immer die individuelle Lösungsorientierung.

Ziel der lösungsorientierten Beratung ist also nicht die Lösung als solche, sondern Lösungsorientierung. Lösungen werden verstanden als Veränderungen eines Teils eines Systems, also Veränderungen von Wahrnehmungen, Gedanken, Gefühlen, Verhaltensmustern, Lebensplänen usw. Menschen sollen befähigt werden, ihr erlangtes Wissen und ihre Erkenntnisse im eigenen Alltag umzusetzen.

Ziel ist es, Menschen zu befähigen, ihre Alltagsprobleme im Selbstmanagement zu lösen.