

proximale Methoden

Seelsorgerische Verantwortung der CSA

Ziel: zum Nächsten werden und psychische soziale Not (Einsamkeit, Schuld, ...) lindern  
wichtig Gleichgewicht zwischen Ich-Identität (=innere Lebenskräfte) und sozialer Identität (=äußere Lebenskräfte) zu fördern

Problem von Nähe-Distanz ("hilf mir aber lass mich in Ruhe") durch sensibles, abwartendes, kongruentes und proximales Handeln überwinden

Institutioneller Rahmen (Macht, direktiv) erschwert seelsorgerlich tröstend zu handeln

Trost und Ermutigung als Hilfe zur Stressregulation ist Basis für Resilienzaufbau

Hilfe, Scheitern zu verarbeiten, evtl. Sinn vermitteln, Gottes Gegenwart auch im Scheitern zu sehen

Selbstsorge

Selbstachtsamkeit in Verantwortung vor Gott macht sich bewusst:

- Wer bin ich?
- Wozu bin ich?
- Was will ich tun?
- Weshalb will ich es tun?

Selbstsorge durch

- persönliche Beziehungen stärken
- Balance Arbeit, Familie, Freizeit
- Reflexion, Meditation (MBSR)
- angemessene Ernährung + Schlaf
- positives Gottesbild
- Intervision, Supervision
- konstruktiv mit Fehlern umgehen

falsche Gottesbilder (strafend, fordernd), können sich negativ auf Handlungsmotivation auswirken

existentielle Kommunikation

Ziel: Klient zu eigenen spirituellen Quellen und haltgebenden Überzeugungen (Sinn) zu führen

Helfender muss sich hierfür guten Überblick über Gesamtsituation des Hilfsbedürftigen verschaffen

SPIR-Modell hilfreich

- Spiritualität:** welche sinnstiftenden Quellen vorhanden, was gibt Halt?
- Platz im Leben:** welche Stellung nimmt diese Kraftquelle im Leben des Hilfesuchenden ein?
- Integration:** Wird Spiritualität in bestimmten sozialen Umfeld gelebt/gepflegt?
- Rolle:** Welche Rolle kann hierbei die helfende Person einnehmen

Symbole/Bilder oft hilfreich, wirken mehr über Gefühle, insbesondere bei Kindern hilfreich

Gebet

Form sich dem Heiligen zu nähern und dadurch Angst und Unsicherheit zu reduzieren (relig.-phänomenologische Sicht)

Religionspsychologie: Manifestation der Zusammengehörigkeit von Menschen untereinander und mit Gott

Gebet ermöglicht somit Nächster zu werden und Nächste zu "bekommen", allein dieses "In Beziehung geborgen Sein" wirkt positiv auf Geist und Körper

Gebet bietet Weg zum Verarbeiten von Schuld (Bekennen und Freigesprochenwerden)

befreiende Wirkung von Klagegebet

Fürbittegebet und hörendes Gebet im Rahmen von Fallbesprechung