



**Relationale Wege des (Wieder)Einstiegs ins Arbeitsleben  
Zur Ko-Konstruktion von Kontexten des Empowerment**  
Karin Roth

Vortrag mit Diskussion im Rahmen des Workshops  
„Gemeinsam mehr erreichen! Netzwerke der Teilhabeförderung im Ruhrgebiet“  
Universität Duisburg-Essen, Campus Essen 28.9.2023

Projekt Essen.Pro.Teilhabe  
Fachgebiet für Berufspädagogik und Berufsbildungsforschung  
Institut für Berufs- und Weiterbildung  
Fakultät für Bildungswissenschaften  
Universität Duisburg-Essen

[essenproteilhabe@uni-due.de](mailto:essenproteilhabe@uni-due.de)

**Yael Elya**  
INSTITUT

# Akte der Wirklichkeitskonstruktion

- Wir alle haben Überzeugungen, Werte, Glaubenssätze, Erklärungsmuster und Voraussagemodelle – auch bezüglich Arbeitsförderung, Fähigkeitsfähigkeit, Teilhabe am Arbeitsleben, Gesundheit, Beeinträchtigung, Barrieren etc.
- Unsere Alltags- und fachlichen Theorien wirken sich auf unser konkretes Denken und Handeln aus:
- Auf ihrer Grundlage entscheiden wir jeweils AKTIV darüber
  - was wir aus der Vielfalt neutraler Ereignisse auswählen (welche Unterscheidungen wir treffen und dadurch auch welches „Etwas“ wir als „Etwas uns bedeutsamen“ herstellen
  - was wir dann wie benennen
  - wie erklären
  - wie bewerten

**Sobald wir sprechen schließen wir Türen.**  
**Robert Musil**

**Unser vermeintlich selbstbestimmtes Leben ist stark von sprachlich vermittelten, kulturellen Regeln, Denk- und Handlungsrahmen geprägt.**

## **Beispiele...**

Literaturempfehlung:

Baecker, Jochen; Borg-Laufs, Michael; Duda, Lothar & Matthies, Ellen (1992). Sozialer Konstruktivismus - eine neue Perspektive in der Psychologie. In Siegfried J. Schmidt (Hrsg.), Kognition und Gesellschaft. Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus 2 (116-145). Frankfurt a. M.: Suhrkamp.

und [www.boag-online.de](http://www.boag-online.de)

(Bochumer Arbeitsgruppe für Sozialen Konstruktivismus und Wirklichkeitsprüfung)

# Wie kann ich wissen?

**Wenn ich dir eine Frage stelle über die Welt, dann sagst du mir, deine Antwort hänge von der jeweiligen Perspektive ab, die du wählst. Was aber, wenn ich auf eine Antwort dränge, die jenseits aller Bezugsrahmen angesiedelt wäre... Was kannst du mir dann antworten?**

**(Nelson Goodman in Gergen 2002)**

Gergen, Kenneth, J. (2002). Konstruierte Wirklichkeiten. Eine Hinführung zum sozialen Konstruktivismus. Stuttgart: Kohlhammer.

## Relationales Denken

1. Wir stehen nicht außerhalb der Welt. Wir sind ein Teil der Welt. Durch Miteinander-Sprechen und gemeinsames Handeln erschaffen wir Wirklichkeit.
2. Sprechen, "Erkennen" und die Produktion von Wissen sind **soziale Ereignisse**, die nicht von den gesellschaftlichen und historischen Zusammenhängen getrennt werden können, in denen sie entstehen.
3. Sprache ist nicht neutral. Sprache bildet nicht ab. Sprache schafft Wirklichkeit. Sobald wir anfangen, die Anzahl „arbeitsunfähiger Menschen“ mit Statistik zu erfassen, haben wir bereits die Vorurteile einer bestimmten Subkultur akzeptiert.
4. Wir bewegen uns aktiv in Netzen von lokalen und zeitlich begrenzten Übereinkünften zwischen Personen. Indem wir sie leben, erhalten wir sie aufrecht, schaffen Wirklichkeiten, auch Wirklichkeiten dessen, was wir „Selbst“ nennen oder „Person“, oder „PersonenPerson“, oder „Person als Schnittstelle von Beziehungen“.

- **Ich frage nach dem „WIE“: Wie wird etwas als etwas hervorgebracht?**
- **Ich sehe mir genau diese Prozesse der Herstellung von Wirklichkeit an, die Sprachspiele und ihre Regeln.**
- **Ich nehme nichts mehr für selbstverständlich.**
- **Mit welchen Folgen ist es verbunden, wenn ich etwas genau auf diese Art und Weise konstruiere?**
- **Und: Folgen für wen?**
- **Und welche Stimmen (d.h. eigene Anteile oder aber Stimmen anderer Personengruppen) werden dabei unterdrückt? Mit welchen Folgen?**

# Wahrnehmung

**Die Vorstrukturierungen, die die Beschreibungssprachen liefern, haben einen starken Effekt darauf, wie wir uns die Welt und unser „Selbst“ erklären.**

[www.boag-online.de](http://www.boag-online.de)



# Bedeutungsmobile

**Bedeutung ist nicht „in mir“ oder „im Gegenüber“ zu verorten, sondern im Dazwischen.**

Bedeutung resultiert aus dem gemeinsamen aktiven Koordinieren.

Die eigene Fähigkeit, Bedeutung herzustellen, hängt nicht nur vom Gegenüber ab, das von mir produzierte Sätze und Aktionen beantworten/ergänzen muß, damit wir eine gemeinsame Bedeutung herstellen können.

Sondern auch von meinem biographischen Gewordensein, von dem, was ich bislang in meinen Beziehungserfahrungen gelernt habe zu unterscheiden, zu benennen, zu erklären und zu bewerten.

So schränken diese Erfahrungen die ich im Laufe meiner Biographie gemacht habe auch die Ergänzungsmöglichkeiten des Gegenübers ein.

Das Gleiche gilt für das Gegenüber.

Kontinuierliche Umdeutungsmöglichkeiten sind potenziell in diesen Prozessen immer enthalten und damit arbeite ich.

- **Traditionen liefern uns Bedeutungsmöglichkeiten - Sprachspiele und ihre Regeln - aber sie determinieren nicht das, was sein muss.**

**Relationales Selbst (Kenneth Gergen)**

**PersonenPerson ([www.boag-online.de](http://www.boag-online.de))**

**Das „Selbst“ als Schnittstelle von Beziehungen (Kenneth Gergen) - relationale Verantwortung aller Beteiligten**

**Beobachtung 2. Ordnung**

**Was ich aus der Betroffenen-Bewegung gelernt habe**

**und T E I L E A R B E I T**

# **„Symptome“ im Beziehungskontext sehen**

- **„Sich nicht waschen“**
- **„Dauersprechen“**
- **„einen Anteil einsperren“**

**Ein System entwickelt ein ungewöhnliches Verhalten.**

**Das ungewöhnliche Verhalten kann eine positive Funktion für das System haben.**

**Was traditionell als Symptom beschrieben wurde, bekommt eine ganz andere Qualität, wir lernen vom Gegenüber: Was ist die Geschichte des Anteils, der sich z.B. nicht wäscht? Wer ist das?**

**In welchem Kontext macht es Sinn, dass diese Person/dieser Anteil dieses Verhalten zeigt?**

# Eine relationale Sicht von Behinderung

***Tochter:***

**Papi, was ist eigentlich Behinderung?**

***Vater:***

**Behinderung, meine Liebe, ist ein Erklärungsprinzip.**

***Tochter:***

**Wenn es ein Erklärungsprinzip ist, was erklärt es dann?**

***Vater:***

**Alles, mein Schatz, alles, was man damit erklären will. Behinderung ist ein Erklärungsprinzip für Situationen, in denen die Verständigung der Personen nicht so verläuft, wie gewünscht oder erwartet und dieses Missgeschick der Verständigung einer Person ursächlich zugeschrieben wird, die vielleicht deutlich anders ist als die meisten, indem man sagt, sie sei behindert.**

Walther, Renate (1995). Behinderung aus konstruktivistischer Sicht - dargestellt am Beispiel der Tübinger Untersuchung zur Situation von Familien mit einem Kind mit Sehschädigung. In J. Neumann (Hrsg.), Behinderung - von der Vielfalt eines Begriffs und dem Umgang damit (89-104). Tübingen: Attempto Verlag.

**Wir leben den Stil der Zitate, derer wir mächtig sind.**

frei nach Oswald Wiener

**Sobald unser Denken auf den Begriff gekommen ist, hört es auf, es kommt zur Ruhe....**

frei nach Fritz Mauthner

**Nur prinzipiell unentscheidbare Fragen können wir entscheiden.**

(Heinz von Foerster)

**Die Welt, wie wir sie sehen, ist genau das, die Welt, wie wir sie sehen.**

(Ernst von Glasersfeld)

Paul Watzlawick in Simon 2014, S. 15:

Ein Mann läuft durch die Straße und klatscht in die Hände.

Ein anderen Mann begegnet ihm und fragt „Warum klatschst Du?“.

Der Mann antwortet: „Um die Elefanten zu vertreiben“.

Der andere erwidert: „Aber hier sind doch keine Elefanten.“

Die Antwort: „Na siehst Du, es wirkt.“

Simon, Fritz B. (2014). Einführung in die (System-)Theorie der Beratung. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.



**Ich arbeite mit den drei Aspekten der Wirklichkeitskonstruktion**

**Beschreiben**

**Erklären**

**Bewerten**

- Was wurde ausgeblendet?
- Was könnte anders geordnet werden?
- Führt die Neuordnung zu einer Bedeutungsveränderung?
- Mit welchem Effekt?
- Welche Vorannahmen könnte ich verändern?
- Welche in Frage stellen?
- Was ist mir selbstverständlich?
- Worüber schweige ich?

- Bei Mehrpersonensystemen macht es Sinn, mit der Beschreibung zu beginnen, da die meisten Konflikte aus unterschiedlichen Erklärungen und Bewertungen entstehen.
- Und diese sind jeweils mit unterschiedlichen Handlungskonsequenzen verbunden.

Der **Gesprächsprozess selbst** kann neue Erfahrungen ermöglichen, wenn es gelingt, daß alle

**sich gegenseitig zuhören,**

**vor den anderen die jeweils eigene Perspektive darlegen,**

**gemeinsam nachdenken.**

So kann gegenseitiges Verstehen erzeugt werden.

- Konstruktion alternativer Kausalitäten.  
Es gibt für ein Verhalten immer mehrere Erklärungsmöglichkeiten (abhängig von dem Zugrundegelegten). Es macht Sinn, die konstruierten Kausalitäten zu thematisieren und Wirkungszusammenhänge zu konstruieren, die Veränderungsoptionen eröffnen.
- Umbewertung ist eine weitere Möglichkeit.
- **Das Finden von Ausnahmen und deren Kontextualisierung. Damit verbunden ist die Teilearbeit, die Herausarbeitung der Anteile, die in den Ausnahmen aktiv agieren. Es ist möglich zu lernen, diese Teile aktiv zu nutzen. Es ist möglich zu lernen, bewußt zu assoziieren und bewußt zu dissoziieren.**

In jedem Miteinander Sprechen und Handeln werden implizit oder explizit drei „Sinndimensionen“ verhandelt:

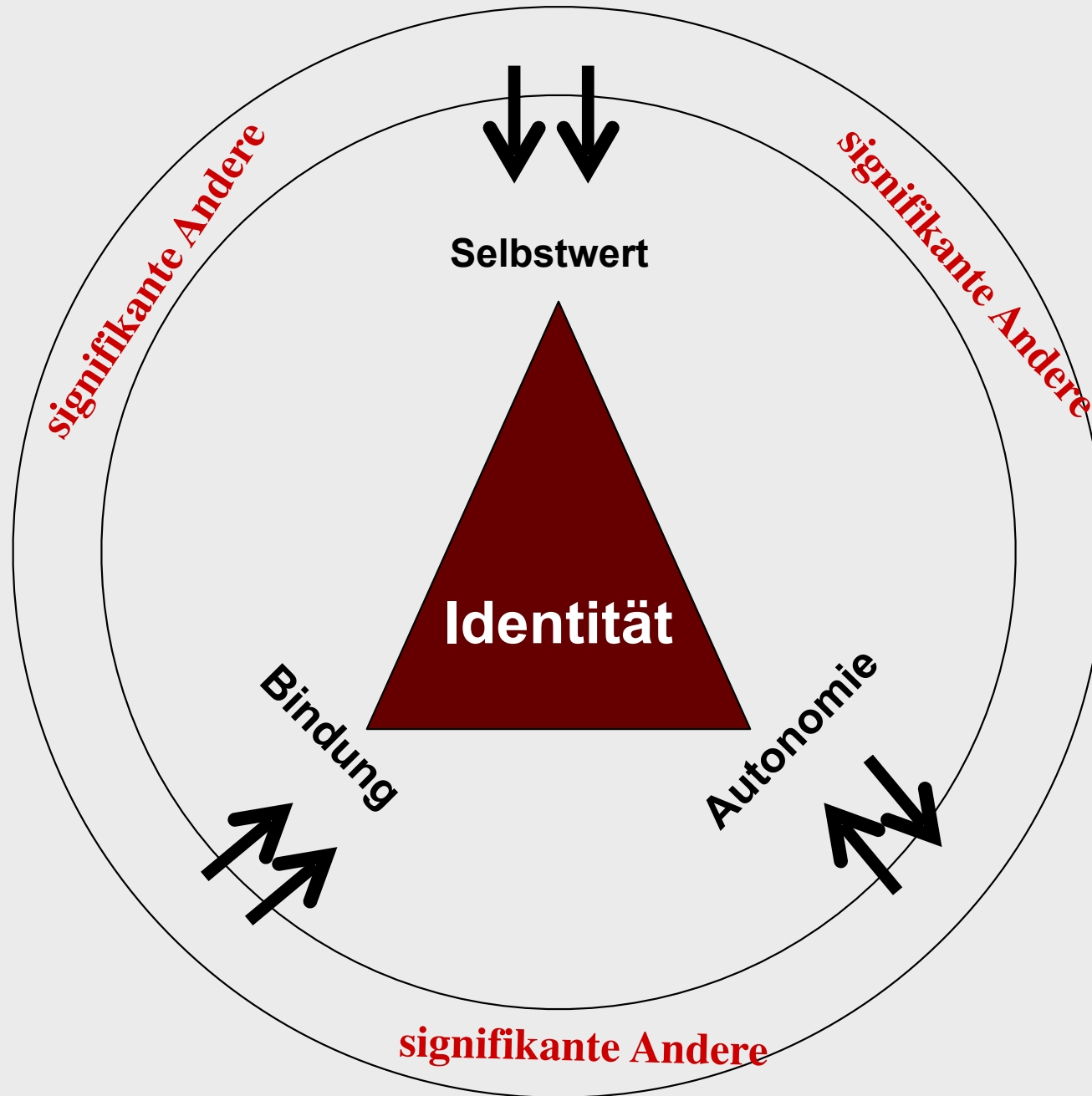
1. Sachdimension (sachliche Inhalte)
2. Sozialdimension (Beziehungsaspekt)
3. Zeitdimension (zeitliche Ordnung von 1 & 2)

Beispiele aus meiner Arbeit im Bereich Entpsychiatisierung und Entchronifizierung...

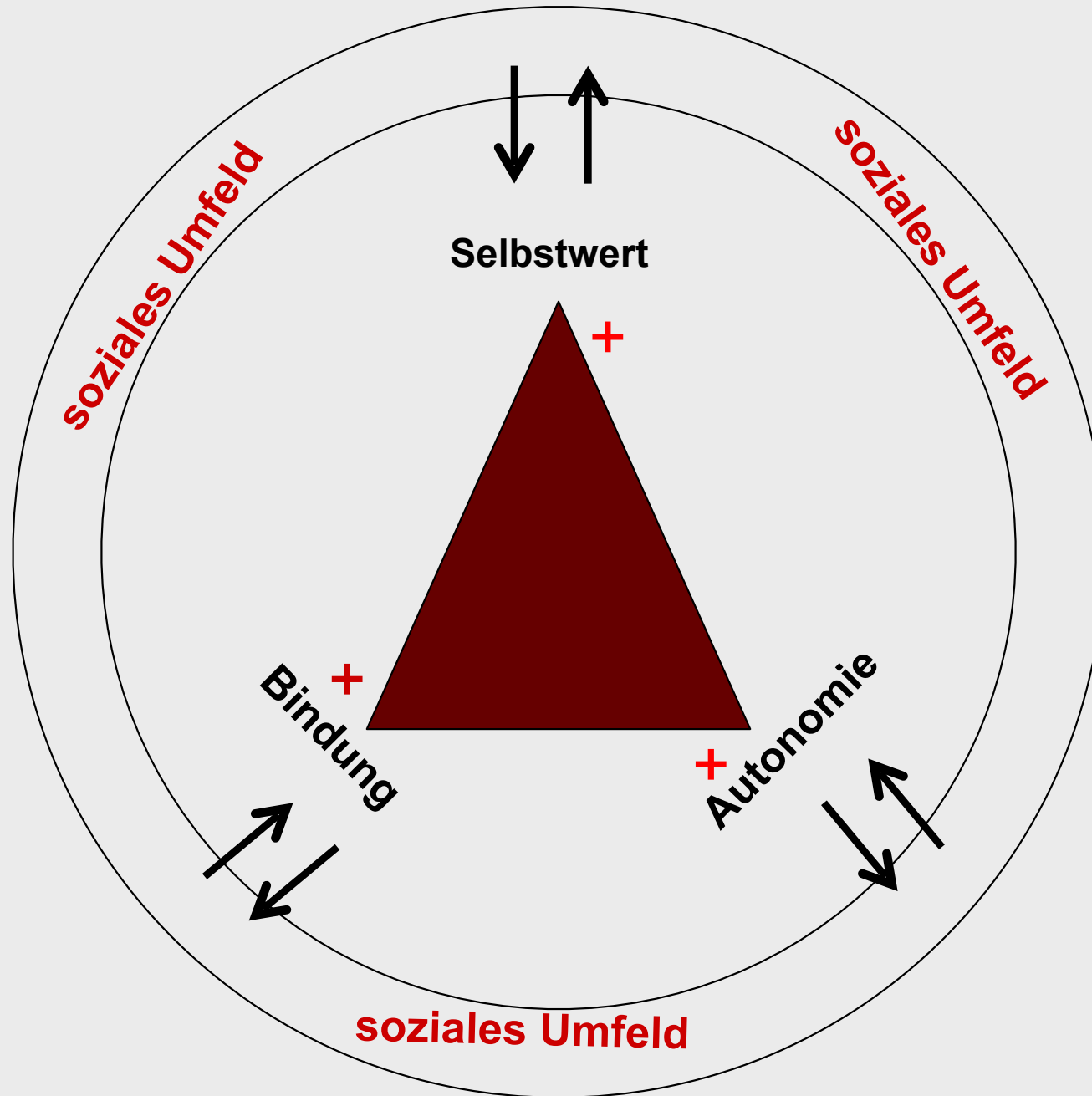
- Informationelle Geschlossenheit autopoietischer Systeme: „Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht.“
- Menschen als „nicht-triviale Maschinen“ (Heinz von Foerster)

# Bindungstheorie

John Bowlby (1907-1990)







# Entwicklungstraumatisierungen und deren Folgen

**„Traumatische Erfahrung in früher Kindheit aus mindestens einer der folgenden Kategorien:**

- Erfahrungen von körperlicher Gewalt: z.B. Misshandlung, Vernachlässigung, Missbrauch
- langandauernde, emotional unzureichend feinfühligte Versorgung bzw. emotionale oder verbale Gewalt: z.B. langandauernde Entwertungen, Überforderungen, Alleinlassen, fehlende Geborgenheit, emotionale Misshandlung, emotionale Vernachlässigung
- Trennung und Verluste: z. B. durch Erkrankungen von Kind/Eltern, plötzlicher Tod oder Suizid eines Elternteils oder Familienangehörigen
- Zeuge von Gewalt, chronischer Erkrankung, Lebensbedrohlichkeit
- Erleben einer Bedrohung des eigenen Lebens (z.B.eigene Erkrankung, Unfälle)

Diese Ereignisse sind insbesondere gravierend, wenn sie vor dem 3. Lebensjahr stattfinden (sensible Phase für das Stress- und das Bindungssystem), sie können aber auch danach noch große Entwicklungsrisiken nach sich ziehen. (Borg-Laufs et al. 2021, S. 253).“

Borg-Laufs, Michael; Breithaupt-Peters, Monique & Jankowski, Eva (2021). Therapie-Tools Bindung und Bindungsstörungen. Weinheim Basel: PVU Psychologie Verlags Union in der Verlagsgruppe Beltz.

# Bindungstraumatisierungen

---

- ❖ „Bindungspersonen stehen zur Regulierung von Stress nicht zur Verfügung. Oft sind sie die Verursacher\*innen, Täter\*innen, Mittäter\*innen, Selbst-Betroffene oder nicht verfügbar.
- ❖ Die Ereignisse passieren im persönlichen Schutzraum, also in Lebensumfeldern, die Schutz und Sicherheit bieten sollen. Stattdessen sind Angst, Gewalt, Verlassenheit und Konflikte zur Normalität geworden. Dies führt zu einem Verlust des Urvertrauens in die Welt.
- ❖ Deutliche Auswirkungen auf das Stresssystem/affektive und physiologische Dysregulation:
  - verminderte Bewusstheit für Sinneseindrücke, Emotionen und körperliche Zustände (ebd., S. 254)“

- 
- ❖ eingeschränkte Fähigkeit, eigene Emotionen oder körperliche Zustände zu beschreiben
    - Beschäftigung mit Bedrohung und potenzieller Gefahr, Hab-Acht-Stellung: »Die Welt ist gefährlich.«
    - Schwierigkeiten bei der Regulation von körperlichen Funktionen und Sinneswahrnehmungen (u. a. Schlafstörungen, Appetit, Ausscheidungen, veränderte Schmerzempfindlichkeit, Hyperreaktivität auf Berührungen, Gerüche und Geräusche, Desorientierung bei Übergängen)
    - Unfähigkeit, extreme Gefühlszustände zu modulieren, tolerieren, bzw. sich zu beruhigen

- 
- ❖ Tendenz zu Überlebensreaktionen, z.B. Bindungssuche bis hin zum Anbiedern, reaktive verbale und körperliche Aggression, Dissoziation, Erstarren vor Angst, Sammeln, Kontrolle, Unterwerfung, sich laut und groß machen, Flucht, Kampf, Einigeln, Daueraktivität, im Bett liegen, in den Schrank klettern, Fluchtvorbereitungen etc.
  - ❖ unangepasste Versuche der Selbstregulation (z.B. Stereotypien wie Schaukeln, rhythmische Bewegungen, Masturbieren, Selbstverletzungen etc.)

## „Deutliche Auswirkungen auf das Bindungssystem

---

- unsichere Bindung: Bindung und Beziehung ist kein sicherer Hafen, sondern kann auch Trigger sein, unsicher bis desorganisiertes Bindungsmuster
- extremes oder überdauerndes Misstrauen
- Widerstand oder Mangel an Gegenseitigkeit in Beziehungen
- ungeschickte und unangemessene Bindungsversuche: Verstrickung in Beziehungen, (exzessive und promiske) Versuche, vertraute/intime Kontakte herzustellen, übermäßiges Zutrauen zu weitgehend unbekannten Erwachsenen und Gleichaltrigen etc.
- intensive Beschäftigung mit der Sicherheit von Bezugspersonen, Trennungsschwierigkeiten
- eingeschränkte Fähigkeit, Empathie zu regulieren“ (ebd.)

## **„Deutliche Auswirkung auf die Aufmerksamkeits- und Verhaltenssteuerung**

---

- eingeschränkte Fähigkeit, Gefahren wahrzunehmen, sich selbst zu schützen
- Hochrisikoverhalten, Sensation Seeking
- Selbstverletzungen
- Schwierigkeiten, Situationen an gemessen einzuschätzen und zielgerichtetes Verhalten zu initiieren (ebd.)“

## „Deutliche Auswirkungen auf das Selbstbild

---

- entwicklungsverzögertes Bewusstsein für die persönliche Identität
- negatives Selbstbild, Abscheu vor der eigenen Person oder vor dem eigenen Körper



# **„Langfristige Auswirkungen auf die körperliche und psychische Gesundheit**

---

- erhöhtes Risiko für körperliche, geistige und psychische Beeinträchtigungen – gravierende Auswirkungen auf das Funktionieren im Alltag (ebd.)“.

# „Bindungs- und Emotions-Co-Regulation – in Beziehung bleiben in eskalierten Situationen

---

Bindungsvermeidende Menschen fordern ihre Bezugspersonen heraus.

Wenn sie langsam Nähe zulassen können, machen sie neue Bindungserfahrungen, erleben oft zum ersten Mal Sicherheit und emotionale Unterstützung. Gleichzeitig tauchen im Alltag ganz natürlich Trennungssituationen auf, die jetzt verarbeitet werden müssen.

Neue Bindungserfahrungen können auch alte Bindungstraumatisierungen triggern, sodass ganz schnell gut geübte Überlebensreaktionen zum Vorschein kommen (z. B. Kampf, Flucht, Wut etc.).

Die Bezugspersonen müssen deswegen einerseits weiter Beziehungsangebote machen, gleichzeitig aber auch die jetzt auftauchenden Emotionen und Überlebensreaktionen aushalten und regulieren können. (ebd., S. 272)“

**Beobachtung 2. Ordnung wichtig, um hier angemessen zu reagieren und nicht zusätzlich Gewalt mitzuerzeugen!**

# „Typische Überlebensreaktionen bei Eskalation sind:

---

- ❖ **Kampf:** Aggressivität, Wutausbrüche, Schreien, Zerstörungen, Schimpfen und Schimpfworte, das verhasste Arbeitsblatt zerreißen, patzige Antworten
- ❖ **Flucht:** Weglaufen, sich verstecken bzw. verkriechen, eine Aufgabe vermeiden, sich gar nicht erst an eine Aufgabe dranzuwagen
- ❖ **Erstarren:** nicht mehr ansprechbar sein und wegträumen, vor sich hinstarren, nicht mehr aus dem Bett kommen, unendlich müde werden (ebd.)“

Hilfreiche Tips in solchen Situationen finden Sie in dem lesenswerten Buch im Infoblatt 38: Borg-Laufs, Michael; Breithaupt-Peters, Monique & Jankowski, Eva (2021). Therapie-Tools Bindung und Bindungsstörungen. Weinheim Basel: PVU Psychologie Verlags Union in der Verlagsgruppe Beltz.

# Salutogenese

---

- Metapher vom Fluß des Lebens

# Aaron Antonovsky

---

(1923 - 1994)

geboren in Brooklyn

Studium der Medizinsoziologie

1960 Immigration nach Israel

# Stressoren

---

Werden definiert als Anforderungen an den Organismus, auf die dieser keine unmittelbar verfügbaren adaptiven Reaktionen zur Verfügung hat.

# Generalisierte Widerstandsressourcen

---

ermöglichen konstruktiven Umgang mit Stressoren:

- gesellschaftliche Ressourcen
- individuelle Ressourcen

# Gesellschaftliche Widerstandsressourcen

---

- ❖ Intakte Sozialstrukturen
- ❖ Funktionierende gesellschaftliche Netze
- ❖ Frieden
- ❖ Politische, ökonomische und materielle Sicherheit



# Individuelle Widerstandsressourcen

---

- ❖ Kognitive Ressourcen:
- ❖ Wissen, Problemlösefähigkeit, Selbstvertrauen
- ❖ Körperliche Ressourcen: Konstitution, anlagebedingte oder erworbene Stärken und Kompetenzen
- ❖ Ökonomische Ressourcen:
- ❖ Sicherer Arbeitsplatz, Verfügbarkeit über Dienstleistungen

# Das Kohärenzgefühl (SOC)

---

- ❖ „ist eine globale Orientierung, die ausdrückt, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass
- ❖ die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind,
- ❖ einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um den Anforderungen, die diese Stimuli stellen, zu begegnen;
- ❖ Die Anforderungen Herausforderungen sind, die Anstrengung und Engagement lohnen (Antonowsky 1997, S. 36).“

**Antonovsky, Aaron (1997). Salutogenese – Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt-Verlag).**

- 
- ❖ **Verstehbarkeit:** Reize werden als kognitiv sinnhafte Information wahrgenommen, als strukturiert, vorhersehbar und erklärbar
  - ❖ **Handhabbarkeit:** kennzeichnet die Verfügbarkeit geeigneter eigener Ressourcen und die Verfügbarkeit äußerer Ressourcen
  - ❖ **Bedeutsamkeit:** das eigene Leben wird in wichtigen Aspekten als sinnvoll erlebt und als lebenswert; Anstrengung werden gerne als Herausforderungen auf sich genommen

# Erfahrungen, die das Kohärenzgefühl stärken

---

- ❖ Konsistenz (fördert vor allem Verstehbarkeit)
- ❖ Partizipation (fördert vor allem Bedeutsamkeit)
- ❖ Belastungsbalance (fördert vor allem Handhabbarkeit)

# Gefühlsregulation unterstützen

## Von dem Gegenüber lernen

### Neugier und Nichtwissen als Haltung

---

- ❖ Wahrnehmung und Analyse von Gefühlen, Gedanken und Körperreaktionen durch Achtsamkeit
- ❖ Gefühlsregulation durch Veränderung der Situation
- ❖ Selbstmitgefühl
- ❖ Gefühlsregulation durch kognitive Veränderung
- ❖ Umgang mit starken Gefühlen
- ❖ Gefühlsregulation durch soziale Kompetenzen

- 
- ❖ Gefühlsregulation durch Problemlösen
  - ❖ Gefühlsregulation durch Prävention
  - ❖ Familiengespräche / Gespräche mit Mehrpersonensystemen

**Grasmann, Dörte; Felber, Anke; Euler, Felix (2023). Therapie-Tools Emotionsregulation bei Kindern und Jugendliche. Weinheim Basel: Beltz.**

---

### **«Ich will mit euch ins Nichts gucken.»**

Der Satz stammt von Kerstin Kempker und steht im Buchdeckel ihrer Autobiographie: Kempker, Kerstin (2000). Mitgift. Notizen vom Verschwinden. Berlin: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag.

**„Wenn wir die psychiatrische Fachsprache ablehnen, wenn wir unser „Nicht-Verstehen nicht in wichtige Worte hüllen und damit verschwinden lassen“ (Kempker 1991, S. 32), eröffnen sich andere Möglichkeitsräume: „Der andere kann auch fremd bleiben, unbenannt, weil unbekannt; es wird ihm – nicht nur vom Grundgesetz, sondern dann auch vom Arzt – nicht nur die Unantastbarkeit seiner Würde, sondern auch die Würde seiner Unantastbarkeit zugestanden. (ebd.)“**

Kempker, Kerstin (1991). Teure Verständnislosigkeit. Die Sprache der Verrücktheit und die Entgegnung der Psychiatrie. Berlin: Peter Lehmann Antipsychiatrieverlag.

Dank für Ihre Aufmerksamkeit.