



Stiftung Jugendnetzwerk  
Geschäftsstelle  
Seestrasse 129  
8810 Horgen

Zentrale: 044 727 40 20  
info@jugendnetzwerk.ch  
www.jugendnetzwerk.ch

## Schemaberatung und Schemacoaching

### Einsatz am Beispiel der aufsuchenden Familienhilfe

**Schemaberatung und Schemacoaching sind sozialpädagogische Varianten der Schematherapie, die den Fachkräften der Sozialen Arbeit im deutschen Sprachraum seit 2015 zur Verfügung stehen. Die Familienaktivierung implementiert derzeit Schemaberatung und Schemacoaching als Ergänzung zur Methodik der kompetenzorientierten Familienarbeit<sup>1</sup> (KOFA). Die Fachkräfte sollen im Umgang mit dysfunktionalen Persönlichkeitsfaktoren befähigt werden. Erfolge in der Zusammenarbeit mit Eltern und Erziehungspersonen sollen durch die Arbeit an und mit Schemata einen „Nachhaltigkeitsschub“ erhalten.**

#### Ausgangslage

In der täglichen Arbeit der Familienaktivierung ist die KOFA-Methodik ein nicht mehr wegzudenkendes, zentrales Element. Erziehungskompetenzen, so der Grundgedanke der kompetenzorientierten Familienarbeit, sind in aller Regel von sogenannten Stress reduzierenden Schutz- oder Stress induzierenden Belastungsfaktoren abhängig. Um die erzieherischen Kompetenzen von Erziehungspersonen zu verbessern, wird daher mit den Familienmitgliedern an einem Erhalt bzw. Ausbau der vorhandenen Schutzfaktoren und einer Verminderung der bestehenden Belastungsfaktoren gearbeitet. Erziehungskompetenzen werden benötigt, damit Kinder und Jugendliche die anfallenden Entwicklungsaufgaben funktionaler bewältigen können.

Überdies müssen Erziehungspersonen selbst im Laufe ihrer Erziehungstätigkeit Entwicklungsaufgaben bewältigen, und zwar auf eine für sie selbst und vor allem für die Kinder möglichst stressfreien Weise.

Soziale Arbeit fokussiert dabei üblicherweise auf sozioökonomische Faktoren und weniger auf psychologische Aspekte. Letztere werden gerne dem therapeutischen oder ärztlichen Bereich zugeordnet. Problematisch wird diese Delegation dann, wenn wir es mit sogenannten hard-to-reach-Klienten/innen zu tun haben, was häufig der Fall ist. Dieser Personenkreis weist eine psychische Problematik, die sich in festgefahrenen dysfunktionalen Verhaltensmustern äussert und schwierige sozioökonomische Lebensbedingungen auf, die sich oft gegenseitig bedingen und verstärken. Bei dieser Klientel ist es unerlässlich, auch dysfunktionale Persönlichkeitsfaktoren positiv zu beeinflussen, um eine Nachhaltigkeit der durchgeführten Interventionen zu erreichen.

#### Schemaberatung und Schemacoaching als ergänzende Methodik

Vor diesem Hintergrund hat sich die Familienaktivierung entschlossen, die Arbeit mit und an Persönlichkeitsfaktoren zu intensivieren. Die Methodik Schemaberatung und Schemacoaching (Dr. Anke

---

<sup>1</sup> Kitty Cassée: KOFA-Manual Handbuch für die kompetenzorientierte Arbeit mit Familien, 3. Auflage Bern 2015

Handrock, Zahn, Bauman 2016<sup>2</sup>) wurde im Rahmen einer umfangreichen In-house-Fortbildung und in einer für die Familienarbeit modifizierten Form implementiert. Schemaberatung und Schemacoaching basiert auf einem modifizierten Konzept der aktuell zur dritten Welle der Verhaltenstherapien zählenden Schematherapie (Young 1990; Young et al. 2003, 2005), für die bereits eine gute Wirksamkeit bei psychischen Themen nachgewiesen wurde. Insbesondere bei Persönlichkeitsakzentuierungen bzw. -störungen ist diese Wirksamkeit vorhanden.

Schemaberatung wird gemäss Handrock et al. als „Aufklärung von Klienten über die Entstehung und die Auswirkungen von Schemata in ihren jeweiligen Lebens- und Arbeitsbereichen verstanden. Darüber hinaus beinhaltet die Schemaberatung die Aufklärung über die Veränderbarkeit von schemabedingten Reaktionen und die Voraussetzungen dafür.“

Schemacoaching geht über die Schemaberatung hinaus und beinhaltet noch eine systematische Stärken- und Ressourcen-Orientierung. Zusätzlich wird fokal an dysfunktionalen Schemata und Modi gearbeitet.

Den Familiencoaches obliegt es, gemäss des Mottos „so wenig wie möglich, so viel wie nötig“ im Rahmen einer Eingangs- resp. Verlaufsdagnostik zu bestimmen, ob im vorliegenden Fall Schemaberatung oder Schemacoaching fachlich indiziert ist – oder eher eine ergänzende psychotherapeutische Behandlung in Frage kommt.

### **Das Modus-Modell**

Kern der Schemaberatung/-coaching ist das sogenannte Modus-Modell: Schemata werden als neuronal vorgebahnte Wege verstanden, auf denen im Sinne einer Reaktionsbereitschaft eine emotionale (Verhaltens-) Reaktion extrem schnell und leicht abrufbar ist. Modi werden als aktivierte Schemata mit einem qualitativ eindeutigen Erlebenszustand (kognitiv, emotional, vegetativ, einschliesslich Verhaltenstendenz) definiert. Problematisch sind Modi dann, wenn sie dysfunktional - d.h. fremd- und selbstschädigend sind und Erziehungskompetenzen beeinträchtigen. Dysfunktionale Modi, etwa in Verbindung mit starken Angst und Wutgefühlen, behindern den Betroffenen häufig bei der Erreichung seiner Ziele und der Erfüllung seiner Bedürfnisse, was in aller Regel mit einem intensiven Stresserleben einhergeht.

Im Modus-Modell unterscheidet man funktionale und dysfunktionale Modi; des Weiteren dysfunktionale Bewältiger-Modi. Grundgedanke dieses Modells ist, dass dysfunktionale Modi Erlebenszustände hervorrufen, die aufgrund ihres unangenehmen Charakters mittels entsprechender Modi wiederum funktional oder dysfunktional „bewältigt“ werden.

### **Schemaberatung und Schemacoaching vs. Schematherapie**

Schemaberatung und Schemacoaching sind dann angezeigt, wenn der Modus „Fitter-Erwachsener“ so ausgeprägt ist, dass der Klient / die Klientin mithilfe einer Beratung oder eines Coachings die dysfunktionalen Modi kontrollieren und ihnen funktionale Handlungsweisen entgegensetzen kann.

---

<sup>2</sup> Anke Handrock, Claudia Anna Zahn, Maike Baumann: Schemaberatung, Schemacoaching, Schemakurzzeittherapie, Weinheim 2016

Eine Schematherapie ist dann indiziert, wenn der „Fitte-Erwachsene-Modus“ nicht ausreichend stark ausgebildet ist und den dysfunktionalen Modi nicht genug entgegensetzen kann. In solchen Fällen kann es ein wichtiges Ziel der Familienarbeit sein, den betreffenden Elternteil zu einer Psychotherapie zu motivieren und ihn - gegebenenfalls und immer unter Bezugnahme auf seine Erziehungskompetenzen - dabei zu begleiten.

Adressat im Kontext der Familienarbeit ist die Erziehungsperson, die in der Lage sein sollte, alle vorhandenen Kompetenzen in Bezug auf das eigene Erziehungsverhalten abzurufen, neue Kompetenzen zu erwerben, die körperlichen und psychischen Bedürfnisse des Kindes wahrzunehmen und in die erzieherischen Entscheidungen miteinzubeziehen. Kurz gesagt: Im Kontakt mit dem Kind befindet sich die Erziehungsperson so oft wie möglich im Modus des Fitten-Erwachsenen.

Schemaberatung und Schemacoaching legen besonderen Wert auf die Stärkung von Kompetenzen und Ressourcen (funktionaler Copingstrategien) mittels imaginativer Techniken. Zur Erhebung von funktionalen und dysfunktionalen Copingstrategien können auch testdiagnostische Fragebögen eingesetzt werden.

Des Weiteren beinhalten sie das bewusste Einüben und Trainieren von neuen Verhaltensmustern mithilfe strukturierter Verfahren; im vorliegenden Kontext von kindgerechtem Erziehungsverhalten bzw. Verhaltensmustern, die im täglichen Leben der Erziehungspersonen Stress reduzieren und somit kindgerechtes Erziehungsverhalten „freilegen“.

### **Ausblick**

Die Stiftung Jugendnetzwerk steht noch am Anfang mit der Implementierung von Schemaberatung und Schemacoaching als Ergänzung zur Methodik der kompetenzorientierten Familienarbeit. Bislang nahmen die Mitarbeitenden der Familienaktivierung an einer 9-tägigen internen Weiterbildung „Schemaberatung und Schemacoaching im Rahmen der sozialpädagogischen Familienarbeit“ teil.

Erste Erfahrungen mit Anwendungen in der täglichen Arbeit mit Klienten/innen sind ermutigend. Letztere sprechen auf Inhalte der Schemaberatung und des Schemacoachings gut an. Die Mitarbeitenden fühlen sich sicherer im Umgang mit „psychisch schwierigen“ Klienten/innen und deren dysfunktionalen Modi.

Langfristig wünschen wir uns eine wissenschaftliche Begleitung. Sie soll Antwort auf die Frage geben, ob der Einsatz von Schemaberatung und Schemacoaching dazu beitragen kann, die Erziehungskompetenz von Erziehungspersonen zu steigern. Im Rahmen einer Fachtagung werden wir die Methodik vorstellen und über entsprechende Erfahrungen im Arbeitsalltag berichten.

### Fachtagung

Schemaberatung und Schemacoaching im Kontext der Jugend- und Familienhilfe

Datum: 20. September 2018

Weitere Informationen: [info@jugendnetzwerk.ch](mailto:info@jugendnetzwerk.ch)