

Kaczor, Michaela (2010). Beratung im Gehen. Eine Untersuchung zu einer Form psychosozialer Beratung. Evangelische Fachhochschule Darmstadt, Fachbereich A: Masterarbeit im Studiengang Psychosoziale Beratung.

Zusammenfassung

Beratung im Gehen ist eine Beratungsform, die in der beraterischen Praxis sowohl absichtsvoll als auch spontan eingesetzt wird. In der Beratungstheorie ist diese Beratungsform jedoch noch wenig entfaltet. Es gibt bisher kaum Forschungsarbeiten zu diesem Thema. Ziel der Masterthesis war die Entwicklung von Bausteinen für eine allgemeine Theorie der Beratung im Gehen im Rahmen einer explorativen Studie. Als Untersuchungsweg wurde die Erforschung absichtsvoll durchgeführter Beratungen im Gehen gewählt, um diese Ergebnisse dann auf absichtsvoll oder spontan durchgeführte psychosoziale Beratung zu übertragen.

Es wurde eine Dokumentenanalyse mit Hilfe einer eigens entwickelten Auswertungsmethode durchgeführt. Die Grundlage der Arbeit bilden vier Praxisberichte über Beratung im Gehen in wissenschaftlichen Publikationen aus Pädagogik, Psychologie und Medizin. Sie stammen aus den USA und Kanada. Zur Auswertung hinzugezogen wurden ferner die Dokumentation einer Hospitation bei einer Praxisübung, sowie nicht-wissenschaftliche Quellen, nämlich verschiedene Homepages aus der beraterischen Praxis von Beratung im Gehen und populärwissenschaftliche Artikel. Deren Auswertung wird ergänzt durch ausgewählte Beiträge von weiteren Forschungsergebnissen aus Hirnforschung, Neurowissenschaften, Sportmedizin und Psychologie, Pädagogik, Motologie, Psychiatrie, Lauftherapie und der körperorientierten therapeutischen Arbeit. Ein wesentliches Element bilden die Beiträge aus der pädagogischen Forschung zu Naturerleben und Beratung.

Es zeigten sich deutliche Wirkungszusammenhänge zwischen Bewegung und Beratungsgeschehen, insbesondere in Bezug auf Bewegung und Lernen. Eine besondere Rolle bei Beratung im Gehen spielt ebenfalls das Naturerleben während des Beratungsgespräches. In der Arbeit werden mögliche Wirkfaktoren und Gegenanzeigen für eine Beratung im Gehen identifiziert. Die Ergebnisse werden nach ihrer Relevanz für die Beratenen, die Beratungsfachkräfte und den Beratungsprozess unterschieden. Die Arbeit gibt Hinweise, welche Faktoren im praktischen Einsatz von Beratung im Gehen beachtet werden müssen.

Beratung im Gehen zeigt sich so als Beratungsform, die geeignet sein könnte, Lernprozesse und somit Veränderungsprozesse zu beschleunigen. Beratung im Gehen verändert die Beratungsbeziehung, kann einen niedrighschwelligen Zugang zu Beratungsleistungen ermöglichen und bietet besondere Chancen für systemische psychosoziale Beratung. Es bedarf weiterer Forschungen zur qualitativen Ergänzung und quantitativen Verifizierung der Ergebnisse dieser Forschungsarbeit. Die Masterthesis bietet hierfür zahlreiche Anknüpfungspunkte und Querverweise und kann als Nachschlagewerk genutzt werden.

Abstract

Counseling while walking is a type of counseling, used in counseling practice, both intentionally and spontaneously. However, the theory for this type of counseling has yet to be developed. Up until now, there has only been sparse research on this topic. The aim of this master thesis was the development of modules for a general theory of counseling while walking based on exploratory research. The line of research was the exploration of deliberately practiced counseling while walking, in order to apply these results to both intentionally or spontaneously performed psychosocial counseling while walking.

A document analysis was carried out using a specifically developed evaluation method. The basis of the work consisted of four practice reports on counseling while walking from USA and Canada. These were articles from scientific journals on educational theory, psychology and medicine. The documentation from the attendance of a lecture on counseling while walking at a lab was also used for the evaluation. Non-scientific sources, namely several homepages of professionals, who practice counseling while walking and popular scientific articles were also analyzed. Their analysis was complemented by selected contributions from other results from the areas of brain research, neuroscience, sport medicine and sport psychology, educational theory, motology, psychiatry and body-focused therapeutic work. The contributions from educational research of experiences and counseling in nature were of fundamental importance.

Significant interactions between the actions of movement and counseling were shown, in particular in relation to movement and learning. During the counseling while walking session, the experience of nature also plays a significant role. Possible effective factors and counterindications for counseling while walking were identified. These results are differentiated according to their relevance to the clients, to counseling professionals and to the consultation process. The thesis indicates the factors that should be considered in the practical use of counseling while walking.

Counseling while walking is an intervention, which could be suitable for accelerating the processes of learning and as a consequence the processes of change. It changes the relationship between clients and counselors; it can support a low-threshold access to consulting services and offers special opportunities for systemic psychosocial counseling. Further studies are necessary to complete the qualitative and quantitative verification of the results. For this purpose, this master thesis offers numerous links and cross references and can also be used as a reference work.