

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

Liebe Beraterinnen und Berater,

mit dieser Ausgabe haben Sie die erste Ausgabe von **BERATUNG ALS PROFESSION** der DAJEB vor sich am Bildschirm.

Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e. V. wurde 1949 gegründet mit den Zielen:

- Aufbau von Jugend- und Eheberatungsstellen anzuregen und zu fördern,
- Vermittlung qualifizierter Fort- und Weiterbildung in Theorie und Praxis für deren Mitarbeiter\*innen,
- wissenschaftliche Grundlagenforschung im Bereich Ehe und Familie.



Diese Ziele und Inhalte aus 1949 wurden seither permanent den vielgestaltigen neuen Formen und Herausforderungen partnerschaftlichen und familiären Zusammenlebens angepasst. Die DAJEB entwickelt sich weiter, sie bewahrt und erneuert sich zugleich. Zur Kommunikation dieser Prozesse unter den Mitgliedern unserer Arbeitsgemeinschaft und im Arbeitsfeld psychologischer und psychosozialer Beratung hat der Vorstand bislang zweimal im Jahr die gedruckten Informationsrundschreiben herausgegeben. Dieses wird es künftig einmal im Jahr, im Anschluss an die Jahrestagung im PDF-Format weiter geben.

Zukünftig soll die Online-Zeitung "Beratung als Profession" als Ergänzung dazu erscheinen. Durch unseren Zuwendungsgeber, das BMFSFJ, sind wir gehalten, in Zukunft auf dieses Format umzustellen. Dem kommen wir hiermit nach. "Beratung als Profession" erscheint zunächst zweimal im Jahr, einmal im Frühjahr und einmal im Herbst.

Die Online-Zeitung widmet sich dem fachlichen Austausch und bietet aktuelle Informationen aus Wissenschaft und Beratungspraxis. Wie die Fenster im Bild wollen wir uns mit Hilfe des Internets dafür öffnen. Neben Informationen aus der beruflichen Praxis werden wir Anregungen aus Nachbardisziplinen diskutieren und die beraterische Relevanz gesellschaftlicher Entwicklungen erörtern. Zudem stellen wir Ihnen Bücher zum Themenbereich vor und weisen auf aktuelle Fortbildungsangebote hin.

Wir freuen uns auch über Ihre Beiträge, denn Sie sind in der täglichen Arbeit in den Beratungsstellen nah an den Klientinnen und Klienten und bekommen dadurch hautnah gesellschaftliche Entwicklungen mit. Über die Gremien unseres Verbandes können wir so Themen auch in die (fach-)politischen Ebenen weiterleiten. Wenn Sie Anregungen und Ideen haben, sind diese herzlich willkommen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen der ersten Ausgabe!

Für den Vorstand

Cornelia Weller, Präsidentin der DAJEB

### Themen in dieser Ausgabe:

- DAJEB Jahrestagung, 21. - 23. März 2019 in Baunatal
- Medikalisierung von Sexualität

### Aus der Praxis

- Monitoring zum Stand der Prävention sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen
- Gefahr für Babys durch Schütteln wird unterschätzt
- In Gruppen über Körper und Sexualität reden – wie geht das?

### Buchbesprechungen

- *Die Smartphone-Epidemie: Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft*
- *Time to care. Wie Sie Ihre Patienten und Ihren Job lieben*
- *Nebeltage Glitzertage: Kindern bipolare Störungen erklären*

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

### **DAJEB Jahrestagung 2019:**

***Gut bewährt und irritierend neu: Kompetent beraten***

**21. - 23. März 2019 in Baunatal (bei Kassel)**

Zu unserer Jahrestagung wollen wir Sie recht herzlich einladen. Sie ist in zweifacher Hinsicht interessant:

Zum einen begehen wir das 70-jährige Bestehen unseres Verbandes! Wir möchten mit Ihnen im Rahmen der Mitgliederversammlung am Donnerstag darauf anstoßen und uns in Form eines unterhaltsamen Rückblicks an Vergangenes erinnern und gemeinsam in die Zukunft schauen.

Zum anderen laden wir Sie am Freitag und Samstag ein, mit uns das gut Bewährte in der Beratungsarbeit zu erkennen, anzuwenden, wertzuschätzen und einen Blick auf das Neue für Berater\*innen zu wagen. Bewährtes bewahren und Neues wagen, damit wollen wir uns beschäftigen.

Einerseits: Nicht alles Neue muss auch besser sein als das Alte. Und manchmal ist es sinnvoll, an Bewährtem festzuhalten – wenn es sich wirklich bewährt hat.

Andererseits wären wir sicherlich manchmal erfolgreicher, wenn wir mit einigen Gewohnheiten brechen und Neues wagen würden. Wenn wir das Vertraute und Gewohnte tun, erhalten wir als Ergebnis auch das Vertraute. Wenn wir beginnen, zu experimentieren, verlassen wir das sichere Terrain des Vertrauten und Gewohnten.

Für Berater\*innen besteht eine Kompetenz im Nichtwissen. Das versuchen wir in den Fort- und Weiterbildungen, in den Supervisionen als Ressource zu nutzen. Die Haltung bringt Fragen hervor und provoziert im besten Fall mehr Möglichkeiten für Ratsuchende und Beratende, schafft Entwicklung und Erkenntnis.

Wir Berater\*innen halten manchmal an Meinungen oder Methoden fest, obwohl die Ergebnisse, die wir auf Basis dieser Einstellungen und durch die Verwendung dieser Methoden erzielt haben, nicht immer wirklich befriedigend sind.

Als Hauptreferenten konnten wir Prof. Dr. Stefan Busse zum Thema "Mit dem Dritten sieht man besser – Triangulierung als beraterische Kompetenz" gewinnen. Prof. Busses Thema "Triangulierung" ist ein bewährter Ansatz in der psychologischen Beratung und Therapie. Neu ist das Denk- und Handlungskonzept, die Dreiseitigkeit als Kompetenz zu entdecken und anzuwenden.

Wir wollen in den verschiedenen Arbeitsgruppen vielfältige Aspekte beleuchten und neue, praktische Ansätze für die Beratungsarbeit vorstellen und einüben:

- Kultursensible Haltung und Techniken im Beratungsgespräch
- Triangulierung in der Beratung
- Wird es die Digitalisierte Beratung geben? Künstliche Intelligenz in der Sprachanalyse
- Stimmungsdynamiken in Zeiten der Vielfalt
- Vernetzte Methoden – Paarbalance.de – interaktives Online-Coaching für Paare in der Beratung
- Den Dingen auf den Grund gehen – Meta-Modell-Arbeit in der Onlineberatung
- Innere Beheimatung: Spannung von Zugehörigkeit und Abgrenzung
- Humor als Arbeitsmittel in der Teamführung
- Die Suche nach Orientierung im Dickicht familiärer Wirklichkeiten

Wir möchten Sie anregen, neugierig Neues auszuprobieren und Altes achtsam zu erhalten. Entdecken Sie mit uns, werden und bleiben Sie neugierig!

Im Namen des Vorstandes

Cornelia Weller, Präsidentin der DAJEB

Der Flyer mit ausführlichen Informationen und das Anmeldeformular sind verfügbar unter:

<https://www.dajeb.de/fileadmin/dokumente/03-jahrestagungen/flyer-jt-2019.pdf>

und

<https://www.dajeb.de/fileadmin/dokumente/03-jahrestagungen/anmeldeformular-online-tn-2019.pdf>

**Anmeldeschluss: 18. Januar 2019**

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

### Aus der Praxis

#### Medikalisierung von Sexualität und sexuellen Problemen

Dr. Rudolf Sanders

Die Lobbyverbände der pharmazeutischen Industrie beeinflussen die Gesundheitspolitik in Deutschland maßgeblich. So ist "Normales sexuelles Verlangen" kein wissenschaftlich definierter Terminus, sondern ein kulturelles Konstrukt. Jedes Paar definiert dieses anders und für sich einmalig. Ferner ist sexuelles Verlangen immer ein Zusammenspiel unterschiedlichster Faktoren des Miteinanders eines Paares. Wird scheinbar mangelndes Verlangen zur "Krankheit" gemacht, lässt sich mit deren Behandlung viel Geld verdienen. Mit der Einnahme von Viagra®, seit 20 Jahren auf dem Markt, wird implizit Leistungsdruck aufgebaut, nämlich immer zu können und vor allen Dingen zu müssen. Und Stress ist jedoch spätestens seit den bahnbrechenden Untersuchungen von Masters und Johnson als *der* Lustkiller bekannt.



" ... die Angst vor der eigenen Unzulänglichkeit ist das größte bekannte Hindernis für effektives sexuelles Funktionieren, einfach weil sie das angstvolle Individuum so vollständig von seiner natürlichen Reaktionsfähigkeit ablenkt, indem die Wahrnehmung sexueller Reize, die vom Partner ausgehen oder zurückgegeben werden, abgeblockt wird." (Masters & Johnson 1970, S.12) Aus diesem "Mangel" lässt sich Kapital schlagen!

Viagra® ist das meistverkaufte pharmazeutische Produkt aller Zeiten. Es suggeriert, dass es sich bei

der Erektionsfähigkeit vor allem um ein medizinisches Thema handelt, für das eine medizinische Lösung vorhanden sei. Auch ohne Viagra® lässt sich mit speziellen Übungen bezogen auf die Erektionsfähigkeit, z. B. mit Kniebeugen und Anheben der Beine, durch eine bessere Blutversorgung der Beckenregion diese wieder steigern. (Komisaruk et.al. *Orgasmus – Was Sie schon immer wissen wollten*. Huber Verlag Bern 2012 S. 103).

Gerade die Beratung bietet hier Möglichkeiten wirksame Alternativen aufzuzeigen, wie etwa die *Partnerschule* mit dem integrierten "Kleinen Genusstraining" oder das Programm *Sexocorporel*, bei dem bestehende Fähigkeiten und Ressourcen erweitert werden, und es nicht um einen defizitären Blick auf Störungen und Dysfunktionen geht.

Dr. Rudolf Sanders, Dipl.-Pädagoge, Integrativer Paar- und Sexualtherapeut, Ehe-, Familien- und Lebensberater (BAG)

Weiterführende Literatur:

Maß, R. & Bauer, R. (2016): Lehrbuch Sexualtherapie, Klett Cotta Stuttgart.

Von Sydow, K. & Seiferth, A. (2015): Sexualität in Paarbeziehungen, Hogrefe Verlag

Sanders, R. (2017): Abschied vom Dampfkessel Modell – Bindungsorientierte und achtsamkeitsbasierte Sexualtherapie Beratung Aktuell 2/2017, S.16 -34, verfügbar unter:

<https://partnerschule.de/sexualtherapie.pdf>

(aufgerufen am 12.11.2018)

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

### Monitoring zum Stand der Prävention sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen?

Sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen stellt neben anderen Gewaltformen ein gesellschaftlich äußerst relevantes Problem dar. Zum Kreis der Maßnahmen gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen zählen Präventionsanstrengungen vor allem im Bereich institutioneller Schutzkonzepte.

Das Monitoring zum Stand der Prävention sexualisierter Gewalt an Kindern und Jugendlichen erfasst im Auftrag des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs der Bundesregierung systematisch die Einführung und Umsetzung von Schutzkonzepten in Einrichtungen resp. Organisationen vor dem Hintergrund der 2011 entwickelten "Leitlinien zur Prävention und Intervention sowie zur langfristigen Aufarbeitung und Initiierung von Veränderungen nach sexualisierter Gewalt durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Institutionen".

Die übergeordneten Ziele des Monitorings sind zum einen die Unterstützung der Weiterentwicklung von Einrichtungen und Organisationen als Schutzorte (Schutz vor sexualisierter Gewalt innerhalb der Einrichtung) sowie zum anderen als Kompetenzorte (Einrichtung bzw. Organisation als kompetenter Ansprechpartner für Kinder und Jugendliche, die innerhalb oder außerhalb der Einrichtung sexualisierte Gewalt erfahren haben). Dies wird unter anderem mittels der Analyse und Aufbereitung positiver Beispiele sowie durch einen aktivierenden Charakter der Untersuchungsmethoden verwirklicht. Darüber hinaus werden die ersten beiden Monitoring-Erhebungswellen (2012/2013) fortgeführt und vertieft, um Fortschritte im Ausbau von Präventions- und Interventionsmaßnahmen sichtbar zu machen.

Link zum Monitoring / zuletzt aufgerufen am 12.11.2018:

<https://www.dji.de/ueber-uns/projekte/projekte/monitoring-zum-stand-der-praevention-sexualisierter-gewalt-an-kindern-und-jugendlichen.html>

### Gefahr für Babys durch Schütteln wird unterschätzt

Pressemitteilung des Bundesfamilienministeriums  
(Veröffentlicht am 04.12.2017)



Wenn Eltern für einen kurzen Moment die Kontrolle verlieren und ihr schreiendes Baby schütteln, können sie ihm schwere Schäden zufügen, die zu körperlicher und geistiger Behinderung führen können. Zehn bis 30 Prozent der Kinder sterben sogar an den Folgen eines Schütteltraumas.

Wie hoch der Aufklärungsbedarf in der Bevölkerung zum Schütteltrauma ist, zeigt eine aktuelle Repräsentativbefragung des Nationalen Zentrums Frühe Hilfen (NZFH). Nur 79 Prozent der Befragten stimmen der Aussage zu, dass man Babys niemals schütteln darf. 21 Prozent der Befragten meinen irrtümlicherweise, dass Schütteln einem Baby nicht schade.

Das Nationale Zentrum Frühe Hilfen hat es sich zusammen mit dem "Bündnis gegen Schütteltrauma" zur Aufgabe gemacht, über die Folgen des Schüttelns von Säuglingen und Kleinkindern aufzuklären – im Auftrag des Bundesfamilienministeriums (BMFSFJ).

"Leider kommt es immer wieder vor, dass Babys durch Schütteln schwer verletzt werden, manche sogar sterben. Deshalb ist Aufklärung für Eltern notwendig. Sie müssen wissen, wo sie Hilfe bekommen, wenn sie sich überfordert fühlen.", erklärte Dr. Katarina Barley, die ehemalige Bundesministerin für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. "Eltern dürfen in schwierigen Situationen nicht alleine gelassen werden. Deshalb ist die Arbeit des 'Bünd-

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

nis gegen Schütteltrauma' so wichtig. Ich danke allen Bündnispartnerinnen und -partnern für ihr Engagement."

Das Wissen über frühkindliche Schreiphasen, die als Hauptauslöser für das Schütteln von Säuglingen gelten, ist in der Bevölkerung gering. Dr. Heidrun Thaiss, Leiterin der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), dem Träger des NZFH, berichtet: "Zwei Drittel der Befragten ist nicht darüber informiert, dass es intensive Schreiphasen im Säuglingsalter geben kann. 18 Prozent der Befragten glauben sogar, dass Babys manchmal nur schreien, um zu ärgern. Deshalb ist es wichtig, dass Eltern von Babys, die viel schreien, gut informiert sind und wissen, wo sie rechtzeitig Unterstützung finden können."

23 Verbände, Vereine und Institutionen aus dem Gesundheitswesen, dem Kinderschutz und der Kinder- und Jugendhilfe haben sich dem "Bündnis gegen Schütteltrauma" angeschlossen. Durch neue Informationsmaterialien werden den Eltern Wege aufgezeigt, wie sie mit der Situation besser umgehen können. Wichtige Anlaufstellen für Eltern, deren Baby viel schreit, sind die niedergelassenen Kinderärztinnen und Kinderärzte, Frühe Hilfen in den Kommunen sowie (Familien-)Hebammen. Aber auch Wohlfahrtsverbände, Vereine und Kinderkliniken bieten spezielle Beratungsangebote für Säuglinge mit Regulationsproblemen.

### Neue Informationsangebote:

Den Flyer und einen Aufklärungsfilm zum Schütteltrauma sowie Adressen von Beratungsstellen finden Sie unter:

[www.elternsein.info](http://www.elternsein.info)

### In Gruppen über Körper und Sexualität reden – wie geht das?

*Kerstin Franke*

Wie kann das in **sexualpädagogischen Veranstaltungen mit verschiedenen Altersgruppen** gelingen? Diese Frage stelle ich mir schon seit vielen Jahren und bin dabei auf die Aufklärungsmodelle von PAOMI gestoßen. Zu Beginn meiner Beraterzeit zeigte ich Abbildungen von Büchern und Postern, versuchte mit Knete, Seilen, Luftballons und Holzpenissen in anschaulicher Weise die Geschlechtsteile von Mann und Frau zu erläutern und Prozesse in den jeweiligen Körpern zu erklären.

Wie "lustvoll beraten", seinen eigenen Körper wahrnehmen und verstehen sowie Interesse für das andere Geschlecht wecken? Was passiert in den einzelnen Entwicklungs- und Lebensabschnitten in meinem Körper, ist es normal oder muss ich mir Sorgen machen? Fragen über Fragen und oft schaute ich in verständnislose Gesichter oder merkte an den Reaktionen, dass ich die Teilnehmer\*innen wenig erreichte und vom "lustvoll beraten" weit entfernt war.



Bei Recherchen im Internet und Weiterbildungen im sexualpädagogischen Bereich stieß ich auf die Aufklärungsmodelle von PAOMI. Was war hier anders? PAOMI ist die Abkürzung von "part of mine" und bedeutet "ein Teil von mir". Mit sorgfältig ausgewählten Materialien und Farben werden in liebevoller Handarbeit verschiedene Organe und Geschlechtsteile des Menschen hergestellt. Nach einigen Überlegungen, die Modelle sind kostenintensiv, bestellte ich Penis und Vulva/Vagina. Schon beim Öffnen der Verpackung stellte sich ein neugieriges und lustvolles Gefühl ein. Im Seidenpapier eingeschlagen und Organzabeutel geschützt lagen die Modelle nun endlich vor mir. An der Vulva kann

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

man herrlich die äußeren und inneren Schamlippen anfassen und erläutern, welche Öffnungen sie schützen. Die rote Klitoris mit ihren Schutzhäutchen und ihrer Rundung, die beim zärtlichen Berühren anschwillt und sich verhärtet. Durch die verlängerte Scheidendarstellung kann man wunderbar die Benutzung von Hygieneartikeln erläutern. Dies war mir zuvor nur mit Folien möglich. Auch das Modell des Penis weist viele Vorteile auf. Durch die bewegliche Vorhaut kann die Wichtigkeit der Körperhygiene der Jungen sehr transparent dargestellt werden.

Da diese Modelle sehr gut in meinen Veranstaltungen angenommen wurden, erweiterte ich ständig mein Sortiment. Schnell waren das Zyklusband "Helga" und Zyklusmodell "Anke" bestellt. Daran konnte man sehr bildhaft den Zyklus einer Frau sowie die fruchtbaren Tage erläutern. Durch die verschiedenfarbigen Kreise mit unterschiedlichen Bedeutungen können Regelblutung, Eisprung und die Überlebensdauer von Spermien in der Gebärmutter mit wechselnden Szenarien durchgespielt werden. Mit Hilfe des Zyklusbades "Anke" können die Kreisläufe von Eisprung, Wanderung durch den Eileiter und Ausscheiden mit der Schleimhaut bei Nichtbefruchtung in eindrucksvoller Weise vollzogen werden. Natürlich ist es auch möglich, das Ei auch durch den Samen befruchten zu lassen und die anschließende Einnistung in die Gebärmutter darzustellen.

Ich glaube, dass man schon bei meinen lebhaften Erläuterungen spürt, wie begeistert ich von PAOMI bin. Auch bei einer lustigen Veranstaltung mit Senioren in einer Tagespflege zum Thema "Verhütung einst und heute" kamen diese Modelle zum Einsatz und eine ältere Dame (86 Jahre) rief mitten im Seminar:



*"Mann, wurden wir früher für dumm gehalten und hatten doch überhaupt keine Ahnung! Mit diesem Wissen wäre mir einiges erspart geblieben."*

Mir macht es sehr viel Spaß und Freude in Veranstaltungen zu bestimmten Themen rund um Sexualität sowie Körperwissen zu referieren und ich bin mit meinem ansprechenden Handwerkszeug bestens gerüstet. Wem ich Lust auf "lustvolles beraten" mit PAOMI vermitteln möchte, kann gern auf [www.part-of-mine.de](http://www.part-of-mine.de) die geeigneten Modelle für seine Arbeit finden. Viel Spaß dabei!

Kerstin Franke, Dipl.-Sozialpädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Leiterin im Beratungszentrum des DRK KV Zwickauer Land e. V.

### Buchbesprechungen

**Manfred Spitzer: Die Smartphone-Epidemie: Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft**  
Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2018; 20,00 EUR



Wenn sich jemand wie Manfred Spitzer mit wirtschaftlichen und politischen Interessen anlegt, hat er es nicht leicht. Denn die Arme der digitalen Lobby reichen weit und tief, und die Hände an diesen Armen verteilen sehr viel Geld an willige Marktschreier. Wir als Beraterinnen und Berater erleben

durch die Schilderungen unserer Klient\*innen, welche destruktiven Auswirkungen das Smartphone auf das Miteinander in der Familie haben kann. Und vor allen Dingen erleben wir diese Veränderung auch an uns selbst. Wir spüren etwas, können aber oft gar nicht benennen, was es eigentlich ist, was Irritationen auslöst.

In diesem Buch geht es nicht um Angstmacherei, sondern darum, die in Fachblättern wie *Science* oder *Nature* publizierten Erkenntnisse vieler unabhängiger Wissenschaftler\*innen zusammenfassend darzustellen und die Wahrheit über die Auswirkungen von Smartphones für jedermann und

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

jedefrau verständlich auf den Punkt zu bringen. Das gelingt dem Autor so gut, dass man das Buch guten Gewissens jedem Ratsuchenden, der Kinder hat oder für diese verantwortlich ist, empfehlen kann.

So konnte etwa eine britische Studie an über 1000 Mädchen feststellen, dass diejenigen, die im Alter von 13 Jahren mehr als 3 Stunden täglich in Facebook unterwegs sind, mit 18 Jahren doppelt so häufig an einer Depression erkranken. Eine Analyse der PISA-Daten von mehr als 50 Ländern über 10 Jahre konnte belegen, dass je mehr Geld in einem Land in die digitale Infrastruktur (Computer, WLAN im Klassenzimmer) investiert wurde, desto eher haben sich die Leistungen der Schüler\*innen in diesem Land verschlechtert.

Für uns in der psychosozialen Beratung besonders aufschlussreich ist die Tatsache, dass die digitale Informationstechnik auch äußerst ungünstige Auswirkungen auf das Sozialverhalten hat. Wenn Menschen Zeit miteinander verbringen, sich austauschen, ihre Erlebnisse, Gedanken und Gefühle teilen, dann geschieht dies unvermittelt, das heißt im direkten Austausch. Wir spüren die Emotionen des anderen an der Sprachmelodie, dem Gesichtsausdruck, der Gestik und manchmal sogar am Schweißgeruch. All dies erlebt man nicht mit Bildschirm, Lautsprecher und Tastatur, denn Medien sind wörtlich übersetzt (!) immer nur "das Vermittelnde", also das genaue Gegenteil von Unmittelbarkeit. Aus diesem Grunde können soziale Online-Medien Unzufriedenheit und Depressivität hervorrufen, wie US-amerikanische Studien und eine randomisierte kontrollierte dänische Studie an mehr als tausend Teilnehmer\*innen nachweisen konnte.

Menschen kommen in die psychosoziale Beratung vor allen Dingen deshalb, weil sie wollen, dass ihre nahen Beziehungen wieder gelingen, dass sie in echten Kontakt und Gefühlsausdruck kommen. Da bietet diese Veröffentlichung eine Fülle an wissenschaftlichen Argumenten, das eigene Verhalten zu überprüfen und gegebenenfalls dann "top-down" zu verändern.

Dr. Rudolf Sanders

### Robin Youngson: *Time To Care. Wie Sie Ihre Patienten und Ihren Job lieben*

Mabuse Verlag, Frankfurt a. M. 2017; 24,95 EUR

Ein Buch geschrieben für medizinisches Fachpersonal in Krankenhäusern, die tagtäglich mit Menschen arbeiten. Und doch ist es auch höchst hilfreich für Kolleg\*innen, die im institutionellen Bereich Beratung anbieten. Es finden sich viele



Parallelen etwa hinsichtlich einer hierarchischen Ordnung, Arbeitsdruck durch Wartelisten und nicht zuletzt die persönlichen Belastungen, die dadurch entstehen können, dass wir immer wieder mit schweren Schicksalen konfrontiert werden. Was also tun, um selber nicht seelisch oder körperlich daran krank zu werden?

Wie ist es möglich, an seinem Arbeitsplatz zu strahlen und so Oasen der Ruhe, der Zuwendung



und des Mitgefühls zu schaffen? Die neuesten Entwicklungen der Neurowissenschaften und der Positiven Psychologie weisen den Weg, wie man sogar Zeit einspart, wenn man Zeit aufbringt und zwar gerade auch in den hektischen und anstrengenden Situationen. Denn wenn wir in der Arbeit mit Menschen, nicht nur unser professionelles Wissen, unser Können und unsere Erfahrung mitbringen, sondern auch unser Herz, unseren Geist und unsere

# BERATUNG ALS PROFESSION

## Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 1 (2018)

Seele, dann ist es möglich, neue Quellen der Resilienz, der Stärke und Einflussnahme zu entdecken. So kann jeder Einzelne seine persönliche Stärke wiederentdecken und Wege finden, auch schwerwiegende Probleme aus einer grundsätzlich anderen Perspektive anzugehen, und sich damit von der Diktatur nutzloser Lehren, Vorschriften, Glaubenssätze und institutioneller Gepflogenheiten befreien.

Wenn Beraterinnen und Berater in der Lage sind, aus freien Stücken sich dafür zu entscheiden, ihre Zeit für aufmerksame, mitfühlendere Handlungen zu nutzen, dann gehen sie voller guten Gefühls nach Hause. Und mehr noch, es gibt ein befriedigendes Gefühl der persönlichen Befreiung von tyrannischer Anforderung auf der Arbeit und die Gewissheit, ein freier selbstbestimmter Akteur seines Lebens zu sein.

Besonders beeindruckt, dass es sich hier nicht nur um kluge Ideen handelt, sondern dass sich eine solche Haltung auch auf die Zufriedenheitsskala von Patientinnen und Patienten in hohem Maße signifikant abbilden lässt.

Dr. Rudolf Sanders

**Karen Susan Fessel: Nebeltage, Glitzertage:  
Kindern bipolare Störungen erklären**

BALANCE Buch + Medien Verlag, Köln 2018; 15 EUR



Wenn Kinder die psychischen Störungen ihrer Eltern verstehen, sie eine Erklärung dafür bekommen und sie in den Prozess einbezogen werden, gelangen sie wieder zur Orientierung und Kontrolle, sie

erleben das familiäre Miteinander als berechenbaren Ort. Dieser besteht darin, dass sie verstehen, dass das Verhalten von Vater oder Mutter eine Krankheit ist, dass diese Krankheit, wie ein Beinbruch, auch medizinisch behandelt wird, dass z. B. der Betroffene regelmäßig Tabletten nehmen muss oder gegebenenfalls für eine Zeit lang auch in ein Krankenhaus.

All dies wird in diesem Bilderbuch Kindern in einfühlsamer und witziger Sprache nahegebracht. Für uns Beraterinnen und Berater heißt dies, sensibel zu sein, wenn Eltern eine psychische Störung haben, automatisch immer die Kinder und deren Wohl im Blick zu behalten. Dafür bietet dieses Buch bei dieser Störung eine sehr gute Unterstützung.

Dr. Rudolf Sanders

### Herausgeber:

DAJEB Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e. V.  
Neumarkter Straße 84c, 81673 München

Tel.: 089 4361091

[www.dajeb.de](http://www.dajeb.de) / [info@dajeb.de](mailto:info@dajeb.de)

### Redaktion:

Dr. Rudolf Sanders, Sabine Grimm, Annemarie Potthoff

Verantwortlich i. S. d. P und alle Bildrechte:

Dr. Rudolf Sanders

### Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend