

Deutsche Arbeitsgemeinschaft
für Jugend- und Eheberatung e.V.

Auf Schatzsuche – Ressourcen nutzen

Informationsrundschriften
Nr. 227 September 2013

Vorstand der DAJEB

Präsidentin:	Renate Gamp Dipl.-Psychologin, Psych. Psychotherapeutin, Supervisorin (BDP)	Postillionweg 22 24113 Kiel Tel.: 04 31 / 9 12 20 renate.gamp@lathom.de
Vizepräsident:	Berend Groeneveld Dipl.-Psychologe, Psych. Psychotherapeut, Supervisor (BDP)	Roonstr. 53 32105 Bad Salzuflen Tel.: 0 52 31 / 99 28 - 0 begroene@gmx.de
Beisitzer:	Dorothea Fischer M.A. (Mediation), Ehe-, Familien- und Lebensberaterin, Mediatorin (BM)	Wissmannstr. 4 12049 Berlin Tel.: 0 30 / 69 53 43 64 kontakt@mediation-fischer.de
	Ulrike Heckel Dipl.-Soz.-Pädagogin, Supervisorin (DGSv), Ehe-, Familien- und Lebensberaterin	Palzstr. 54 58730 Fröndenberg Tel.: 0 23 77 / 91 03 35 ulrike.heckel@web.de
	Petra Heinze Dipl.-Staatswissenschaftlerin, Supervisorin (DGSv), Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberaterin	Heinrich-Heine-Straße 18 14712 Rathenow Tel.: 0 33 85 / 51 41 40 pmheinze@online.de
	Rolf Holtermann Pfarrer, Ehe-, Familien- und Lebensberater	Josefstr. 23 47574 Goch-Kessel Tel.: 0 28 27 / 2 48 18 10 rolf.holtermann@web.de
	Dana Urban Dipl.-Soz.-Pädagogin Ehe-, Familien und Lebensberaterin	Berlin Tel.: 01 76 / 88 57 18 08 dana.urban@web.de
	Cornelia Weller Dipl.-Soz.-Pädagogin, Ehe-, Familien und Lebensberaterin	Rosentalgasse 7 04105 Leipzig Tel.: 03 41 / 2 25 27 44 weller-cornelia@web.de
Bundesgeschäftsführer:	Dr. Florian Moeser-Jantke	DAJEB Neumarkter Straße 84 c 81673 München Tel.: 0 89 / 4 36 10 91 Fax: 0 89 / 4 31 12 66 info@dajeb.de http://www.dajeb.de

Inhaltsverzeichnis

Rolf Holtermann	Zu diesem Heft	3
	Jahrestagung 2013	
Renate Gamp	Eröffnung der Jahrestagung 2013	5
Prof. Dr. Elisabeth Nicolai	Auf Schatzsuche – Ressourcen in der Beratung	7
	Aus den Arbeitsgruppen:	
Ina König	Märchen und andere Geschichten als Schätze in der Beratungsarbeit	11
Thomas Dobbek	Ressourcenfindung - Schätze heben mit schwierigen Paaren	14
Detlef Vetter	Leiborientierte Methoden in der Paarberatung	16
Kurt Pelzer	Kreative Schatzsuche – Methodische Zugänge zu Ressourcen und Potenzialen	19
Prof. Dr. Elisabeth Nicolai	Ressourcen in der eigenen Arbeitssituation	21
Thomas Weber	Ressourcensuche bei der Arbeit mit traumatisierten Menschen	23
Cornelia Pompe	Ressourcen aktivieren mit dem Züricher Ressourcen Modell (ZRM®)	26
Dirk Schöwe	Ressourcen bündeln mit dem Systemischen Aggressions-Management	28
Prof. Dr. Wolfgang Scherer	Arm und doch reich - Lebensbewältigung bei Multiproblemfamilien	32
	Mitgliederversammlung 2013	
	Bericht über die Mitgliederversammlung 2013	34
	Tätigkeitsbericht für das Jahr 2012	36
	Rezensionen / Filmbesprechungen	
Bak, G.	Film: <i>Schnupfen im Kopf – Ein Leben mit der Psychose</i> (Sandra Förster)	55
Baumeister, R. F.	<i>Wozu sind Männer eigentlich überhaupt noch gut?</i> (Dr. Rudolf Sanders)	57
Bohus, M., Reicherzer, M.	<i>Ratgeber Borderline Störung</i> (Dr. Rudolf Sanders)	58

Creed, L..	<i>... und dann kam Aero: Wie ein Hund mir half, ADHS zu überwinden</i> (Dr. Rudolf Sanders)	59
Engelke, E.	<i>Gegen die Einsamkeit Sterbenskranker. Wie Kommunikation gelingen kann</i> (Eva Reinmuth)	60
Hantke, L., Görges, H.-J.	<i>Handbuch Traumakompetenz: Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik</i> (Anke Culemann)	62
Hassebrauck, M.	<i>Der kleine Liebesberater</i> (Dr. Rudolf Sanders)	65
Kremer, R., Lutz, J., Nagel, B. (Hrsg.)	<i>Notfallseelsorge – Theologische und psychologische Aspekte</i> (Joachim Wolff)	66
Naefs, A.	<i>Ein schamloser Blick auf die Dame in Schwarz: 79 Thesen zu Depression und Gesundheit</i> (Sandra Förster)	68
Pilz-Kusch, U.	<i>Burnout: Frühsignale erkennen – Kraft gewinnen</i> (Dr. Rudolf Sanders)	69
Schneider, K. J., Krug, O. T.	<i>Humanistisch-Existenzielle Therapie</i> (Dr. Rudolf Sanders)	70
Weber, R.	<i>Gehen oder bleiben? Entscheidungshilfe für Paare</i> (Dr. Rudolf Sanders)	71
Young, J. E.	<i>Kognitive Therapie für Persönlichkeitsstörung</i> (Dr. Rudolf Sanders)	72
Zarbock, G., Ammann, A., Ringer, S.	<i>Achtsamkeit für Psychotherapeuten und Berater mit Online Materialien</i> (Dr. Rudolf Sanders)	73
	Pressenotiz / Redaktionsbeiträge	
	Ehe mit Garantie	75
Rolf Holtermann	Ehen halten nicht ewig, aber länger	75
Rolf Holtermann	Kinder als Scheidungsopfer	75

Zu diesem Heft

Liebe Leserin, lieber Leser,

zu den zur Zeit erfolgreichsten Songs gehört das Lied von Silbermond: "Ich habe einen Schatz gefunden und der trägt deinen Namen". Das können wir auch im Rückblick auf die Jahrestagung 2013 resümieren. Wir haben viele Schätze gesucht, gefunden, erhoben und verwendet, die mit Namen der Referent(inn)en, Organisator(inn)en (Petra Heinze und Dana Urban) und Teilnehmenden verbunden sind. Wie wir als Beratende zukünftig diese Schätze nutzen und verwerten, wie wir damit selber auftanken und auch Ressourcen bei den Ratsuchenden auffüllen, das muss jeder selber in für sich authentischer und klientenzentrierter Passung umsetzen.

Ein erster Schatz waren schon die Teilnehmenden, die die Ideen des Vorbereitungsteams und des Vorstandes zu mehr Beteiligungsmöglichkeiten als Mitglieder der DAJEB angenommen haben. Das erstmals im Rahmen der Mitgliederversammlung durchgeführte World-Café bot eine Plattform, um thematische, beratungs- und ausbildungsrelevante Herausforderungen in der Zukunft zu erheben. Drei Themenkreise luden zum Austausch ein: Klient der Zukunft – Bedarf an zukünftigen Kompetenzen – Blended Learning.

Die Beiträge der am World-Café Teilnehmenden sind für uns wie eine Schatzkiste. Sie werden vom Vorstand ausgewertet werden. Unsere daraus erhobenen Erkenntnisse werden in die Weiter- und Bildungsangebote eingehen. Auf der Mitgliederversammlung im Rahmen der Jahrestagung 2014 in Erkner bei Berlin werden wir dazu berichten.

Ein weiterer Schatz war der Hauptvortrag von Professorin Dr. Elisabeth Nicolai. Humorvoll spickte sie ihr Referat mit praktischen Alltagsbeispielen, Anekdoten, Verstörungen. Sie ermutigte uns: Narrative Therapie, Metapher, Geschichten und Weisheiten der Welt können zur Erhebung von Ressourcen ein Griff in die Schatzkiste sein. Mir fällt dazu als Beispiel die Erzählung von den 3 Fröschen ein, die uns fabelhaft auf Ressourcen aufmerksam machen will, die es zu nutzen gilt.

Die drei Frösche

Es gab die Frösche, die fielen in ein Fass Milch. Als sie nicht wieder heraus konnten, war unter ihnen einer, ein Optimist, der sagte: "Ach wir werden schon raus kommen, wir warten nur ab, bis jemand kommt." Er schwamm so lange herum, bis seine Atemwege von der Milch verklebt waren. Dann ging er unter.

Der andere war ein Pessimist, der sagte: "Man kann ja überhaupt nichts machen!" Und dabei ging er unter.

Der dritte war ein Realist. Er sagte: "Wir wollen doch strampeln, man kann nie wissen. Strampeln wir!" Und so strampelte er stundenlang. Plötzlich spürte er et-

was Festes unter seinen Füßen. Er hatte aus der Milch Butter gestrampelt. Nun kletterte er auf den Butterkloß und sprang hinaus.

Auch die Arbeitsgruppen und Workshops haben unsere Spurensuche nach Schatzkisten für die Beratung gefördert. Da waren die Referent(inn)en und Teilnehmenden schon ein Schatz an sich. Es ist uns gelungen, auch die kleinen Schatzkisten im Alltag zu entdecken, zu heben und auszuprobieren, die sowohl die Ressourcen von Ratsuchenden als auch Beratenden nutzen und auffüllen können. Hilfreich ist dabei u. a. die Fokussierung auf die jeweiligen Potentiale, die nicht negative Selbstbilder und Defizitorientierung verstärken oder gar verstetigen.

Die Dokumentation unserer Jahrestagung möge auch diejenigen zu Schätze-Suchenden und -Hebenden machen, die nicht dabei sein konnten. Aber Achtung! Wo Schätze entdeckt werden, gibt es immer wieder auch Schatzräuber. Du hast viel zu geben, lass es dir nicht nehmen! Passen wir also auf, dass uns niemand unserer Schätze beraubt! Schön, wenn jeder Ratsuchende und Beratende es immer mal wieder erlebt: "Ich habe einen Schatz gefunden und der trägt deinen Namen."

Es grüßt Sie und Euch alle im Namen des Vorstandes und Redaktionsausschusses,

Rolf Holtermann

Eröffnung der Jahrestagung 2013 in Bonn

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Mitglieder und Gäste,
ich begrüße Sie alle herzlich zu unserer Jahrestagung 2013 hier in Bonn.

Ich begrüße besonders unsere Referentinnen und Referenten, allen voran Frau Prof. Dr. Elisabeth Nicolai mit ihrem Hauptreferat zum Thema "Auf Schatzsuche – Ressourcen in der Beratung".

Wir als Beraterinnen und Berater erleben oft Einzelne und Paare, die sich in einer aussichtslos erscheinenden Situation befinden:

- Da ist z. B. die alleinerziehende Mutter, die durch Doppelt- und Dreifachbelastung sich am Ende fühlt und keine Möglichkeit sieht – oder auch tatsächlich hat, ihre Situation konstruktiv zu verändern – sie ist erschöpft, weil ihre Ressourcen erschöpft sind. Demosthenes hat dies auf den Begriff gebracht: "Auch Quellen und Brunnen versiegen, wenn man oft und viel aus ihnen schöpft".
- Oder denken Sie an das Paar, dessen Liebe schon lange erloschen ist, die ihre Beziehung mehr schlecht als recht verwalten und die so nicht mehr weiter leben können und wollen – aber auch nicht einmal den Ansatz eines Auswegs sehen können; sie haben zu spät erkannt, dass – wie es Honoré de Balzac in "La Cousine Bette" formuliert hat – "Der Quell, aus dem die Liebe schöpft, Begrenzungen <hat>".

Schnell kann sich bei solchen Klientinnen und Klienten die Gegenübertragung einstellen: solche Beratungen sind anstrengend und manchmal auch für uns erschöpfend.

Aber ist das auch so? Sind bei diesen Klientinnen und Klienten die Ressourcen erschöpft, die Quellen versiegt oder ist da noch etwas – etwas, was sie nicht sehen und oft auch wir als Beratende nicht?

Bei unserer Tagung wollen wir diesem Verborgenen nachgehen, den unerkannten und ungenutzten Schätzen, Kraftquellen und Potenzialen unserer Klientinnen und Klienten.

Nach der Einführung in das Thema durch Frau Prof. Dr. Nicolai werden wir uns in Arbeitsgruppen dreifach dem Thema nähern:

Einmal wird eine große Bandbreite von Methoden vorgestellt, um die verborgenen Schätze zu finden und zu heben; diese reichen von

- der Arbeit mit Märchen,
- leiborientierten Methoden und
- Methoden, die bildhafte, erzählende und sinnliche Möglichkeiten nutzen bis hin zu praktischen Trainings,

- die Ressourcen aktivieren können oder
- Aggressionen managen können.

In drei Arbeitsgruppen wollen wir uns mit Klientinnen und Klienten beschäftigen, die für Beratende immer wieder eine Herausforderung darstellen:

- sehr "schwierige" Paare,
- traumatisierte Menschen und
- Multiproblemfamilien.

Schließlich sollen und wollen wir auch Ressourcen in der eigenen Arbeitssituation aufspüren – oder wie es Johann Gottfried Herder, der große deutsche Kulturphilosoph; ausdrückte:

"Innere Schätze beglücken.
Dir im Innern liegt Edelstein und Gold;
da grabe in den Grüften."

Unsere Beratungen sind oft immer noch sehr stark defizitorientiert – wir verfallen offensichtlich immer wieder in diese Haltung. Wir hoffen, dass wir mit unserer Tagung dazu beitragen können, in Zukunft verstärkt ressourcenorientiert arbeiten zu können, uns auch auf unsere Stärken zu besinnen.

Und es gibt eine Ressource, eine Quelle, die hier bei unserer Jahrestagung nicht verborgen ist, alltäglich ist.

Daher möchte ich mit einem Zitat des Anthropologen und Psychoanalytikers Ernest Bornemann enden, der 1975 in seinem bedeutsamen Werk "Das Patriarchat" schrieb:

"So hat der Mann in der modernen Industriegesellschaft die Frau durch Entfremdung und Entmenschlichung zu einer unbezahlten Energiequelle gemacht, an der er jeden Abend, jede Nacht und jeden Morgen seine Batterien auflädt, nachdem er erschöpft von der Arbeit nach Hause gekommen ist. Was er als seine männliche Kraft betrachtet, ist also die Kraft der Frau, die ihn versorgt."

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit.

Dipl.-Psych. Renate Gamp
Präsidentin der DAJEB

Postillionweg 22
24113 Kiel

renate.gamp@lathom.de



Auf Schatzsuche – Ressourcen in der Beratung

Abstract

Lebende Systeme lassen sich durch Anregungen und Verstörungen verändern. Selbstreferentialität meint nach Luhmann daher: Die je eigene Welt ist seit der Kindheit subjektiv durch die "je eigene Brille gefärbt" und wird interpretiert durch die je persönliche Sinnhaftigkeit (Maturana/Varela). In Paarkonflikten verfestigen sich beispielsweise durch kleine Reize i. S. einer Musterkomplementierung konflikträchtige Verhaltensmuster. Ungeeignete Lösungsversuche verstetigen sich. Wenn bisherige Muster durch neue Bilder und Interpretationen unterbrochen werden, die positive Gefühle auslösen und damit die Nutzung kreativer Potentiale ermöglichen, können sich Interaktionsmuster und kognitive Einstellungen positiv verändern. Das Erheben von Ressourcen (Potentiale, Fähigkeiten und positive Erfahrungen) bei Ratsuchenden kann mit ihnen zu konstruktiven Suchprozessen und Problemlösungen führen, die ihre Selbstwirksamkeit und ihre Zuversicht stärken. Dazu gehört das Verstärken des positiven Selbstbildes der Ratsuchenden nach dem Motto: Haben Sie ihre Ratsuchenden heute schon gelobt? Beraterische Neutralität erschließt durch pacing and leading den Raum für die Ressourcenorientierung. Sie eröffnet und verfestigt durch Wertschätzung und Lob den Zugriff auf die kreativen Potentiale der Ratsuchenden.

Psychosoziale Stichworte: Empathie – Interaktionsmuster – Konfliktmuster – Musterkomplettierung – pacing and leading – Ressourcenorientierung – Selbstbilder – Selbstwirksamkeit – Selbstreferentialität – Sinnorientierung – Systemische Beratung – Wertschätzung

Die diesjährige Jahrestagung der DAJEB widmete sich der Bedeutung der Ressourcenorientierung in der Beratungsarbeit. Ein wichtiges Thema, wenn man bedenkt, mit welchen Problemstellungen Beraterinnen und Berater in ihrer täglichen Arbeit zu tun haben.

Systemische Grundbegriffe und Grundhaltungen liefern dazu ein theoretisches wie praktisches Konzept, ausgehend von der Annahme, dass sich lebende Systeme nicht zu einer Veränderung instruieren lassen, sondern nur Anregungen, allenfalls konstruktive Störungen dafür nützlich sein können.

Eine systemisch-konstruktivistische Herangehensweise an Beratung geht davon aus, dass die Welt nicht als eine objektive Gegebenheit besteht, sondern in der Betrachtung jedes Individuums und seiner/ihrer Möglichkeiten entsteht. Im Laufe des Lebens entstehen bei allen Menschen in einer Wechselwirkung zwischen Er-

fahrungen, Anlagen, Potentialen und sozialen Umwelten jeweils ganz eigene Wirklichkeiten, aus denen wir das entwickeln, was Luhmann (1993) Selbstreferentialität nennt:

Wir erkennen nur, was wir erkennen, und wir sehen nicht, was wir nicht sehen. Darüber hinaus erklären wir uns mit dieser eingeschränkten Sichtweise die Wirklichkeit so, dass das "Sinn" macht, was wir glauben (Maturana/Varela1987).

So entstehen eigentlich recht eigenweltliche kognitive Muster, mit denen wir durch eine ganz eigene Brille Wirklichkeit sehen und erleben. Die Muster, von denen hier die Rede ist, werden von der Kindheit an gebahnt und haben prinzipiell die Tendenz, sich selbst in endlosen Feedbackschleifen zu reproduzieren. Das funktioniert, indem die potentiell unendliche Menge an Wahrnehmungsreizen im Dienste einer lebensnotwendigen Komplexitätsreduktion dahingehend gefiltert wird, dass die schon vorhandenen Strukturen als sogenannte Attraktoren wirken (Bateson 1981, Kriz 1999, Roth 2003). Das heißt, sie ziehen die Informationen an, die zu dem passen, was schon da ist. Man nimmt mehr von dem wahr, was man schon "auf dem Schirm" hat und Anderes, Unbekanntes wird eher ausblendet. Die positive oder negative Interpretation des vielzitierten halbvollen oder halbleeren Glases ist als kognitives Muster derselben Wirklichkeit ein einfaches Beispiel dafür.

Beim Wahrnehmen geschieht also permanent ein Prozess der Musterkompletierung. Zum "mehr desselben wahrnehmen" genügt uns sogar schon ein wahrgenommener Teilaspekt, um automatisch zum ganzen Muster zu vervollständigen. Wenn wir beispielsweise eine bestimmte Erwartungshaltung in einer Beziehung zu einem Menschen haben, genügt uns ein Blick, eine Geste, eine minimale Information, um ein vorhersehbares Interaktionsmuster aufzurufen. So beschreiben sich Paare in der Beratung häufig wie in einem destruktiven Drehbuch feststeckend, in dem kleinste Reize genügen, um automatisierte Konfliktmuster auszulösen.

Der Weg vom kognitiven Muster über die festen Verhaltensmuster führt zu dem, was wir dann als Problem beschreiben. Verhaltensmuster, die als Problem beschrieben werden, schienen ursprünglich als Lösungen tauglich. Ein Verhalten, das zunächst einem guten Zweck diene, wird irgendwann als veränderungsbedürftig bewertet.

Nehmen wir an, der Alkohol diene einem Menschen anfangs dazu, die Nervosität in stressigen Zeiten im Job zu mildern. Die erfolgreiche Lösung wurde immer häufiger genutzt, denn im Sinne des kognitiven Musters wird das Trinken als Lösungsverhaltensweise immer wahrscheinlicher, je öfter sie erfolgreich genutzt wird. Dann beginnen Andere – Familie, Freunde, Arbeitskollegen – zu beobachten und den ehemaligen Lösungsversuch als Problem zu beschreiben. Sie mahnen zu Veränderung und doch ist der Betroffene u. U. in seinem Muster wie gefangen. Je mehr er sich als hilflos und veränderungsunfähig erlebt, desto tiefer verfestigt sich die Kognition – es ist wie es ist, weil es so ist, wie es ist.

Von Problemen zu Lösungen

So beschreiben Klient(inn)en in der Beratung, sie hätten alles versucht und es habe nichts genützt, es komme doch immer wieder auf dasselbe heraus – das sei das Problem.

Dieser Selbstbeschreibung setze ich die Idee entgegen, dass es zu jedem Problem eine Vielzahl (geschätzt bis zu 5.000000) an Lösungsmöglichkeiten gibt, von denen wir in der Regel nur 2-3 sehen. Die spezielle Art unserer Wahrnehmung und Reaktion auf einen veränderungsbedürftigen Zustand sorgt erst dafür, dass er sich verstetigt und so zu einem Problem wird. Will man Fußpilz (veränderungsbedürftiger Zustand) aufgrund früherer guter Erfahrungen (kognitives Muster) mit Aspirin (bekannter Lösungsversuch) behandeln, wird das eine ziemlich sichere Methode sein, den Fußpilz zu verstetigen. Wenn man als nächstes die Aspirindosis erhöht und das Medikament häufiger einnimmt, wird das Problem bleiben – und subjektiv hat man doch alles getan. Das Andauern eines Problems kann also erreicht werden durch das unbeirrte Fortsetzen nicht funktionierender Lösungsversuche, allenfalls auch einer Dosiserhöhung, also mehr von dem zu tun, was nicht funktioniert.

Wenn wir davon ausgehen, dass lebende Systeme sich selbst durch organismische, psychische und soziale Feedbackprozesse von Moment zu Moment erschaffen und erhalten, wie gelingt dann Veränderung in Beratung?

Veränderungen werden möglich, wenn bisherige Muster durch andere Bilder und Interpretationen unterbrochen werden, die positive Gefühle und damit die Nutzung kreativer Potentiale ermöglichen.

In der Beratung sollen und wollen wir Anregungen schaffen, mithilfe derer Klient(inn)en bisherige stabile Interpretationsmuster und Problemsichten dekonstruieren können.

Als Beratende können wir in keiner Weise instruieren, welche Ergebnisse diese Dekonstruktionen haben werden, aber wir tragen im Beratungsprozess mit der Gesprächsführung zur Aufmerksamkeitsfokussierung der Klient(inn)en bei. Die Fragen und Interventionen der Berater(innen) laden die Klient(inn)en in die kognitive Welt der Probleme und Defizite oder der Kompetenzen, Ressourcen und gelungenen Lösungen ein.

Wenn wir Lösungen anregen wollen, die über das bisherige Verhalten hinausgehen, (das vermutlich nicht erfolgreich war, sonst würde man nicht die Hilfe in der Beratung suchen) sind Ressourcen der Stoff, aus dem Veränderungen entstehen. Sich darüber klar zu sein, was einem nicht gelingt, was man nicht kann und woran man schon gescheitert ist, wird das Auftauchen einer zielführenden, kreativen Lösungsidee eher unwahrscheinlich machen. Lösungen brauchen Kreativität, die wiederum den Zugriff auf alles bisher erfolgreiche "Erfahrungsmaterial" braucht.

Fragen nach Ressourcen, stellen meist an sich schon einen Unterschied zu den bisher problemorientierten Beschreibungen dar und führen so unmittelbar zu kog-

nitiven Suchprozessen. Für Klient(inn)en ist die Annahme, die erwünschten Lösungen seien bereits vorhanden, würden lediglich noch nicht von ihnen genutzt, häufig entlastend und stiftet Zuversicht. Damit aus einzelnen neuen Erfahrungen konstruktive neue Muster entstehen können, muss jeder erzielte Erfolg explizit durch Fragen und Reflexionsschleifen im Gedächtnisspeicher gesichert werden.

"Wie genau haben Sie das geschafft?" Damit kann die neu entstehende Plastizität des Gehirns gestärkt und Musterveränderungen können gefestigt werden.

Zusammenfassend lässt sich also Lösungs- und Ressourcenorientierung in der Beratung umsetzen, indem konsequent nach Potentialen, Fähigkeiten und guten Erfahrungen zum Thema gemacht werden und jede noch so kleine Veränderung gewürdigt wird.

Zu den sicherlich in großer Fülle bereits vorhandenen Ressourcen können folgende Haltungen für Lösungs- und ressourcenorientierte Berater(innen) nützlich sein:

Beraterische Neutralität eröffnet den Raum für die Dekonstruktion bestehender Muster der Klient(inn)en und Neugier eröffnet einen Suchraum. Ressourcenorientierung in den Fragen stärkt positive und wertschätzende Gefühle und ermöglicht den Zugriff auf die kreativen Potentiale des Gehirns. Mit der Auftrags- und Kundenorientierung tragen wir der Selbstreferentialität der Klient(inn)en als Konstrukteurinnen/Konstrukteure der eigenen Wirklichkeit Rechnung. Nur sie wissen, wie die Lösungen ihrer Probleme aussehen und wir begleiten sie auf dieser spannenden Entdeckungsreise zu den lang verloren geglaubten Schätzen ihrer Ressourcen und Potentiale.

Literatur

- | | |
|---|--|
| Luhmann, N. | <i>Soziale Systeme. Grundriß einer allgemeinen Theorie.</i> Frankfurt a.M. 1993 |
| Maturana, H. R., Varela, F. | <i>Der Baum der Erkenntnis.</i> Bern 1987 |
| Bateson, G, Jackson, D. D.,
Haley, J. et al. | Schizophrenie und Familie.
Berlin 1981 |
| Kriz, J. | <i>Systemtheorie – Eine Einführung für Psychotherapeuten, Psychologen und Mediziner, 3. Aufl.</i> Stuttgart 1999 |
| Kriz, J. | <i>Chaos, Angst und Ordnung. Wie wir unsere Lebenswelt gestalten, 2. Aufl.</i> Stuttgart 1998 |
| Roth, G. | <i>Aus Sicht des Gehirns.</i> Berlin 2009 |

De Shazer, S.

*Der Dreh – Überraschende Wendungen
und Lösungen in der Kurzzeithherapie.*
Heidelberg 1993

Elisabeth Nicolai, Prof. Dr. sc. hum.
Dipl.-Psych. Psych. Psychotherapeutin.
Supervisorin

Paulusweg 6
71638 Ludwigsburg

e.nicolai@eh-ludwigsburg.de oder
nicolai_liz@yahoo.de



Ina König

Arbeitsgruppe Märchen und andere Geschichten als Schätze in der Beratungsarbeit

Zu diesem Workshop hatten sich 20 Teilnehmende (17 Frauen und 3 Männer) aus unterschiedlichen Beratungsbereichen mit Erwachsenen, Kindern und Familien eingefunden.

Einleitend wurde eine Beziehung zum morgendlichen systemischen Referat von Frau Prof. Dr. Nicolai gezogen. Wenn man Märchen und andere Geschichten im Beratungskontext nutzt, ist es wie in einer festgefahrenen Situation, ein Kaleidoskop ein bisschen weiter zu drehen. Dadurch entstehen ganz neue Bilder und Möglichkeiten. Das bestätigt auch die Neurobiologie, dass zunächst im Inneren neue Bilder entstehen, die dann nach außen hin verändertes Handeln freisetzen können. Ulrich Freund spricht wegen dieser Umstrukturierungen, die Märchen anregen, vom "Wirkfaktor Grimm".

Die Mitte des Raumes war mit bunten Tüchern dekoriert, auf denen zahlreiche Symbole lagen, die an Märchen erinnerten. Jede und jeder war eingeladen, zu Beginn ein Symbol zu wählen und sich damit vorzustellen und die Wünsche für das Seminar zu äußern, denn wir waren ja auf einer Reise in "die Zeit, in der das Wünschen noch geholfen hat". Vor allem die Märchen Dornröschen, Aschenputtel und der Froschkönig wurden mehrfach genannt. In dieser ersten Runde wurde schon klar, dass die meisten Teilnehmenden Märchen aus der Kindheit erinnerten, die sie geliebt und manchmal auch gefürchtet haben und die für lange Zeit bedeutungsvoll für sie waren. Es gab den Wunsch, das etwas mehr zu beleuchten und selbst Mut zu bekommen, in den eigenen Arbeitsbereichen mit Märchen und anderen Geschichten zu arbeiten.

In einem ersten Themenblock wurde die Gattung Märchen erläutert: Eine kleine Mär, eine Botschaft von kleinen Helden und Heldinnen, die auf ihrem Lebensweg sind auf der Suche nach gelingendem Leben. Es werden keine Einzelschicksale erzählt, sondern es kommen in den Figuren kollektive Erfahrungen zum Ausdruck. Sie erzählen nicht, was passiert ist (das ist passé), sondern bewahren, was sich in Jahrhunderten als wahr erwiesen hat. "Märchen sind keine Lügengeschichten für Leichtgläubige, sondern eine zauberhafte Poesie gegen die Trostlosigkeit eines Daseins ohne Wunder." (Heinrich Dieckerhoff). Wie die Wunderfrage in der systemischen Therapie, wird durch das Märchen die sog. Tatsachenwelt gelockert und es eröffnen sich neue Möglichkeiten und zwar nicht nur eine, sondern 5000 (siehe Nicolai). Märchen ermutigen auch in schier unlösbar erscheinenden Lebenssituationen standzuhalten, weil es am Ende gut ausgehen wird.

Für die Arbeit mit Märchen in der Beratung wurde das Deutungsmodell der Psychologie C.G. Jungs (Dieckmann, Kast, Riedel, Jellouschek) erläutert. Märchen als Geschichten aus dem kollektiven Unbewussten der Völker reichern mit ihren Symbolen das kleine Alltagsbewusstsein an. Sie können objektstufig verstanden werden (die Mutter im Vergleich zu meiner Mutter, die Schwester und der Bruder als Spiegel für meine eigenen Geschwisterbeziehungen ...) oder subjektstufig (jede Figur im Märchen ist ein Anteil meiner Person). Welche Lösungen sie im Zuhörenden anregen, sollte offen gelassen werden. In der praktischen Arbeit zeigte sich dann auch sogleich, wie unterschiedlich die Reaktionen waren, je nachdem, auf welchen "Acker" die Geschichte fiel.

Für die nun folgende Selbsterfahrungseinheit wurde das afrikanische Märchen "Die Sternenfrau" ausgewählt; eine Frau vom Himmel bringt einen Korb mit kostbaren Geheimnissen mit auf die Erde, die ihr Erdenmann aber nicht lüften darf. Sie leben eine Weile glücklich zusammen, bis der Mann eines Tages in dem Korb nachsieht und seine Frau verhöhnt, weil in dem Korb ja gar nichts drin sei. Da "ging sie in den Sonnenuntergang und wurde nicht mehr gesehen".

Die Geschichte wurde in einer Imagination fortgeführt, sich den eigenen Korb mit seinen Schätzen, die man mit in die Partnerschaft / Freundschaft mitgebracht hat, vorzustellen und wahrzunehmen, wie achtungsvoll oder verächtlich damit vom anderen umgegangen wird oder wurde. In einem Zweiergespräch wurde das Erlebte,

soweit man das wollte, ausgetauscht. Im anschließenden Plenum ging es um die Frage, wie und wann könnte das Märchen in der Beratung genutzt werden und wann eher nicht. Subjektstufig ist es sicher sehr gut in Einzelberatungen zu nehmen, um zu sehen, wie das interne Zusammenspiel unserer weiblichen und männlichen Anteile ist (Teilearbeit). Objektstufig könnte es für Paare die Einsicht stärken, dass Geheimnisse zu achten sind und Kostbarkeiten oft wechselseitig nicht gesehen werden und wie katastrophal das für die Beziehung sein kann. Man könnte z.B. einen anderen Schluss der Geschichte (statt Trennung) schreiben lassen. Befreiend könnte die Geschichte für Frauen nach einer Trennung sein, die sich immer noch fragen, ob sie nicht noch mehr hätten tun können, statt anzuerkennen, dass es manchmal im Leben unüberbrückbare Verschiedenheiten gibt.

Eine kurze Blitzlichtrunde zeigte, dass die meisten gut einen emotionalen Bezug zum Thema herstellen konnten und das Märchen als inspirierend empfanden, wenn auch auf sehr verschiedene Weise. Die Neugier für den nächsten Tag war geweckt.

Am Samstag ging es um die Arbeit mit Kindheitsmärchen (Skriptmärchen). Meist wird man fündig, wenn man einen Ratsuchenden nach seinem Kindheitsmärchen fragt. Wenn man es sich nennen und erzählen lässt, erhält man eine "verzählte" Fassung, die oft unmittelbar mit der Lebensgeschichte der Klienten zutun hat. Zum Beispiel erinnern viele vom Froschkönig, seine Verwandlung sei durch einen Kuss geschehen. Nach der Grimmschen Fassung ist es aber ein Wurf an die Wand. (Ulrich Freund, der viel mit Angehörigen von Suchtkranken gearbeitet hat, hat sehr viel häufiger die Kuss- als die Wurffassung erzählt bekommen. Da ist man auf Symbolebene mitten im Thema!)

Wir wählten für die Selbsterfahrungseinheit das Rumpelstilzchenmärchen. In der Kinderpädagogik wird es oft zum Thema Aggression und Affektkontrolle eingesetzt. Wir betrachteten es unter dem Gesichtspunkt des Leistungskomplexes von Vätertöchtern und Muttersöhnen. Nachdem das Märchen vorgelesen worden war, bekam jede einen Fragebogen zum Thema Leistungen/Antreiber und: Was erlöst mich aus Überforderungen und rettet mein "inneres Kind"? Nach der Stillarbeit fanden sich wieder Zweiergruppen zum Austausch. Als Kontrastgeschichte zum Rumpelstilzchen wurde das armenische Märchen "Das Glück des Tagelöhners" erzählt. Ihm zu lauschen, hatte nach dem deftigen Rumpelstilzchen eine verzaubernde Wirkung.

Wir reflektierten in einer Plenumsrunde, wo jede/jeder Einsatzmöglichkeiten für die Märchen sieht. Die Vielfalt war erstaunlich. Auch der interkulturelle Kontext, in dem einige arbeiten, wurde genannt. Es gibt in den verschiedenen Völkern viele Parallelmärchen mit interessanten Varianten! Außerdem führen Märchen in die Kindheit und damit zu zentralen Prägungen.

In einer letzten Einheit ging es um Weisheitsgeschichten aus verschiedenen Weisheitstraditionen und die Möglichkeit, damit den Prozess und die Lösungssuche auf sehr freibleibende Weise zu unterstützen. Jede zu direkte Absicht der Berater schadet (man ahnt die Absicht und man ist verstimmt ...).

In der Feedbackrunde konnte sich jede/jeder einen kleinen Kristall nehmen und eine Facette benennen, die er/sie mit in seinen Beratungsalltag nimmt: Lust, wieder mehr Märchen zu lesen und sie auch in die Beratung einzubauen, mit Kindheitsmärchen der Ratsuchenden zu arbeiten, kleine Geschichten sammeln und einstreuen, um das Kaleidoskop ein bisschen weiter zu drehen. Die Teilnehmenden empfanden den Workshop als inhaltsreich und gleichzeitig als gelöst und heiter.

Ina König
Pfarrerin, Ehe- und Lebensberaterin

Große Kirmes 9 d
59556 Lippstadt
ina.m.koenig@web.de



Thomas Dobbek

Arbeitsgruppe Ressourcenfindung – Schätze heben mit schwierigen Paaren

Wenn man Schätze heben will, braucht man zunächst eine Schatzkarte. Dies gilt ebenso für die Arbeit mit Paaren! So hatten die Teilnehmenden als erstes eine Schatzkarte zu bearbeiten, indem sie Fragen nachgingen, wie z. B. "Was sind die typischen 'Schatzräuber'?" oder auch "Wo liegen die 'Schatzkammern' des Paares?" (mind map Technik)

Nach dieser ersten Orientierung nach außen, ging es dann um die Orientierung nach innen: "Wo liegen denn die Schätze in uns Beratenden als Grundlage für unsere Arbeit?"

Hierzu wurde mit Hilfe des "Züricher Ressourcen Modells" in Kleingruppen gearbeitet (360° Feedback). Plenar mündete dies in der für Beratende wichtigen Feststellung: "Eigenlob stimmt".

Ein weiterer Eckpunkt unserer Schatzsuche bestand in der Analyse der inneren Haltung zu Problemen und Lösungen. In unserer Arbeit tendieren wir alle dazu, Probleme "wegkriegen" zu wollen und stattdessen eine Lösung zu finden.

Paarkonstellationen, in denen genau diese Haltung nicht hilfreich ist, wurden diskutiert. Es gilt im Blick zu halten, welches Paar (Dynamik) in welcher Entwicklungsphase vor uns sitzt, um am Ende nicht hören zu müssen: "Wenn das die Lösung ist, dann hätte ich gerne mein Problem zurück."

Im Anschluss wurde eine Methode aus der emotionsfocussierten Paartherapie (EFT-P) demonstriert und eingeübt. Ziel dieser Übung war es, zu den primären, ungestillten Bedürfnissen der Partner zu kommen, die oft hinter den konfliktären Gefühlen im Vordergrund stecken (uns allen vertraut, wenn wir uns wieder einmal fragen, worum es bei dem Paar XY denn eigentlich geht).

Breiten Raum (im wörtlichen und zeitlichen Sinne) nahm dann die "Seilearbeit" (Lebensflussmodell) mit Paaren ein. Die Paarlinien waren für einen Beispielfall am Boden aufgebaut und dienten den Teilnehmenden als Grundgerüst zur Arbeit mit dem Paar. In Rollenspielen wurde mit dem Paar gearbeitet, wobei die Aspekte: "Der Zauber des Anfangs", "der Segen der Kinder" und "die Chance der Krise" als mögliche Ressourcen des Paares in den Arbeitsfokus genommen wurden.

Abschließend wurde auf die Arbeit bei Trennung oder Trennungsambivalenz mit Hilfe der Seilearbeit eingegangen. Die Arbeitsgruppe zeichnete sich durch ein Engagement und eine Lernatmosphäre aus, die von allen als bereichernd empfunden wurde.

Thomas Dobbek
Dipl.-Psychologe, Psychotherapeut, Gestalt-
therapeut (DVG), Sexualtherapeut (IFAS),
Supervisor (DVG)

Evangelische Beratungsstelle für
Erziehungs-, Jugend-, Ehe- und Lebensfragen
Adenauerallee 37
53113 Bonn

beratungsstelle@bonn-evangelisch.de



Arbeitsgruppe

Leiborientierte Methoden in der Paarberatung

Die Gestalttherapie und die Integrative Therapie von Hilarion Petzold und Mitarbeiter(inne)n (Fritz-Perls-Institut) bildeten die Grundlage für die Interventionen, die in diesem Workshop als Möglichkeiten und Ressourcen in der Arbeit mit Paaren vorgestellt wurden.

Der komplexe Leibbegriff in der Integrativen Leib- und Bewegungstherapie kann hier nicht ausführlich dargestellt werden (s. zusammenfassend dazu Petzold, 2009, S. 38).

An dieser Stelle folgendes Zitat, das auch die Ressourcen des Ansatzes für die Paararbeit fassbar machen kann: "Der Mensch als Leibsubjekt ist durch ein differentielles und integriertes 'Wahrnehmen-Verarbeiten-Handeln' mit der Lebenswelt verflochten – mit den Menschen in Zwischenleiblichkeit, mit den Dingen durch Gebrauch und Handhabung. Er wird von den Gegebenheiten der Lebenswelt bewegt, beeinflusst, gestaltet, und er wiederum bewegt, bearbeitet, beeinflusst sie kokreativ durch sein Tun und Wirken – in konstruktiver und auch in destruktiver Weise." (Petzold, 2009, S. 39)

Der Begriff des Leibes bezieht sich auf die Existenz, der des Körpers auf die materielle Grundlage: "Der Körper, den ich habe versus der Leib, der ich bin" (genauer Marcel, 1976).

Ein zentraler Zugang zum eigenen Leib und zur eigenleiblichen Bewusstheit (awareness) ist das Spüren. Spüren heißt, sich den Regungen des Leibes und den körperlichen Impulsen und Bewegungsansätzen zu öffnen, dies ermöglicht den Zugang zu sich selbst und zur Welt bzw. zum Partner. Das eigenleibliche Spüren wird gefördert durch das Fokussieren auf den eigenen Körper u. a. mit Hilfe von kreativen Medien und dem Experimentieren mit Haltung, Mimik, Gestik, Bewegung.

In der Paartherapie können Experimente, die z. B. Körperhaltungen, Berührungen oder Bewegungen der Partner im Raum mit einbeziehen, die Themen des Paares für dies selbst vielschichtiger erlebbar machen. Durch die Konzentration der Wahrnehmung zunächst auf sich selbst und erst dann auf den jeweiligen Partner, ist zu dem eine Möglichkeit gegeben, dass sich das Paar nicht nur in gegenseitigen Vorwürfen verliert, sondern die dahinterliegenden Themen kokreativ miteinander entwickeln kann.

Aber auch der/die Therapeut(in) hat die Möglichkeit, mehr von dem Paar wahrzunehmen als dies allein über Sprache möglich ist. Auch bei der/dem Berater(in) führt das Verlassen des eigenen Sessels über das eigenleibliche Spüren zu mehr

Möglichkeiten, andere Standpunkte und Sichtweisen einzunehmen. Und als angenehmen Nebeneffekt hält es einen selber frischer!

Nach dem Leitsatz "Willst du etwas beim Paar in Bewegung bringen, bring sie in Bewegung" kann das Paar aufgefordert werden, dass sich jede(r)

- mit der entsprechenden Haltung,
- in der entsprechenden Entfernung,
- in der entsprechenden Hin- oder Abwendung zur/zum anderen

in den Raum stellt, "so wie Sie jetzt im Moment zur/zum anderen emotional stehen".

An der auf diese Art entstehenden Paar-Skulptur werden dann die relevanten Themen des derzeitigen Beziehungserlebens für die Partner erlebbar und damit auch sicht- und bearbeitbar.

In der Arbeitsgruppe wurden verschiedene Übungen zu wesentlichen Paarthemen wie z. B. Kontakt, gegenseitige Unterstützung und Abgrenzung vorgestellt und von den Teilnehmer(inne)n am eigenen Leib erprobt.

Die Teilnehmer(innen) wurden ermutigt, mit dem Paar danach Ausschau zu halten, wie viel Berührung im Alltag noch möglich ist und evtl. ausgebaut werden kann. So vernachlässigen Paare in längeren Partnerschaften häufig die liebevollen Kontaktmöglichkeiten beim morgendlichen Aufstehen oder auch bei der Begrüßung nach der Arbeit. In der Paarberatung gilt es dann, diese Ressourcen wieder verfügbar zu machen.

Auch die Frage, ob Männer gegenüber dieser Art der Beratungsarbeit überhaupt offen seien, ob eine Therapeutin denn mit dem männlichen Teil des Paares überhaupt so arbeiten könne und welche Besonderheiten dabei wichtig sein könnten, spielte eine Rolle in der Arbeitsgruppe. Der Referent verwies zur gegengeschlechtlichen Einfühlung in die männliche Rolle u. a. auf Hollstein (2010) und Sufke (2008).

Literatur

Besems, T., van Vugt, G.

Wo Worte nicht reichen. Therapie mit Inzestbetroffenen. München 1990

Hausmann, B., Neddermeyer, R.

Bewegt-Sein. Integrative Bewegungs- und Leibtherapie in der Praxis. Paderborn 1996

Hollstein, W.

Der entwertete Mann. In: Merkur. Deutsche Zeitschrift für europäisches Denken. 2010
Kostenlos online verfügbar

- Kepner, J. *Körperprozesse. Ein gestalttherapeutischer Ansatz.* Edition Humanistische Psychologie 1999
- Marcel, G. *Leibliche Begegnung.* Ausgabe 15/2013 der Polyloge. www.fpi-publikationen.de/polyloge. 1976
- Mitchell, S. *Kann denn Liebe ewig sein? Psychoanalytische Erkundungen über Liebe, Begehren und Beständigkeit.* Gießen 2004
- Petzold, H. *Der "Informierte Leib".* In: Waibel, M.; Jacob-Krieger, C. (Hrsg.): *Integrative Bewegungstherapie. Störungsspezifische und ressourcenorientierte Praxis.* Stuttgart 2009. S. 27-44
- Rahm, D. *Gestaltberatung. Grundlagen und Praxis integrativer Beratungsarbeit.* Paderborn 2011
- Süfke, B. *Männerseelen. Ein psychologischer Reiseführer.* Ostfildern 2008
- Waibel, M., Jacob-Krieger, C. (Hrsg.) *Integrative Bewegungstherapie. Störungsspezifische und ressourcenorientierte Praxis.* Stuttgart 2009
- Wheeler, G., Backman, S. (Hrsg.) *Gestalttherapie mit Paaren.* Wuppertal 1990

Zahlreiche kostenlose Artikel zur Integrativen Bewegungs- und Leibtherapie auf der Homepage des Fritz-Perls-Instituts: www.fpi-publikationen.de/polyloge

Detlef Vetter
Psych. Psychotherapeut

Burgstr. 6
33602 Bielefeld

info@detlef-vetter.de

Arbeitsgruppe Kreative Schatzsuche – Methodische Zugänge zu Ressourcen und Potenzialen

Mit dem Thema des Workshops ließ sich gut an den Vortrag von Prof. Dr. Elisabeth Nicolai vom Vormittag anknüpfen. Im ersten Teil des Workshops stellte der Referent die sog. "Balancekompetenz" vor, die als bedeutsame Ressource für Berater(innen) und Klient(inn)en markiert werden kann. Hiermit ist der achtsame und selbstreflektierende Umgang mit Polaritäten aller Art zu verstehen, so z. B. mit den Kontinuen zwischen Verändern und Bewahren, Neutralität und Positionierung oder "Wissen" und "Zweifeln".

Oder auch die Balance in dreidimensionalen Räumen wie bei den Dimensionen Denken, Fühlen und Handeln oder den Zeitformen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Indem man den laufenden Beratungsprozess danach beobachtet, inwieweit man – bewusst oder unbewusst – in welcher Richtung der Polaritätsachsen mehr unterwegs ist, kann man für die nächste Beratungssitzung im Sinne einer "positiven Verstörung" eine alternative Richtung einschlagen. Findet sich der/die Therapeut/in also häufig auf der Achse der Veränderung wieder (im Sinne, dass man sich hierfür verantwortlich fühlt) und erlebt man den/die Klienten/in eher "unbeweglich" oder "widerständig", kann man die nächste Sitzung z. B. mit der Frage beginnen: "Wozu könnte es auch gut sein, alles zu lassen, wie es ist?"

Ähnlich kann man, wenn in den letzten Stunden überwiegend über die Vergangenheit gesprochen wurde, in der nächsten Sitzung nur zukunftsorientierte Fragen stellen.

Nach einem theoretischen Input dazu (Literatur s. u.) wurden methodische Zugänge zur Arbeit mit Balancekompetenz vorgestellt und z. T. ausprobiert ("Innere Waage" und "Polaritätenstern").

Nach der Pause lag der Schwerpunkt auf der kreativen Arbeit mit Metaphern, Sprüchen, Zitaten und Geschichten. Zum Einstieg konnten die Teilnehmer(innen) ausliegende Zitate (diese können als kulturelle Schatzkiste gesehen werden, in der eine Art geronnene Lebenserfahrung komprimiert wird) auswählen und diese als "mögliche Lösungsansätze" ausgesuchten "Problemen" oder Fragestellungen im nachhinein zuordnen.

Im Anschluss folgte dann der zweite Input zur Arbeit mit und in Metaphern (u. a. ein Beispiel von Milton Erikson) zur Verwendung von tradierten Geschichten (zwei Beispiele wurden vorgelesen) und zur biografischen Arbeit an der jeweiligen Lebensgeschichte der Klient(inn)en (deren problemhypnotische Varianten durch res-

sourcenorientierte in einer "Renarration" ersetzt oder ergänzt werden / vgl. Ben Furman: Es ist nie zu spät, eine glückliche Kindheit zu haben).

Zuletzt wurde in die "Königsdisziplin" des narrativen Ansatzes, die Konstruktion therapeutischer Geschichten, eingeführt.

Als weitere methodische Zugänge wurden die Verwendung sog. "Projektiver Karten oder Bilder" und das Anfertigen einer sog. "inneren Landkarte" als mögliche Einstiege in eine Therapiesitzung vorgestellt.

Literatur

Pelzer, K.

Systemische Haltung und Balance, in:
Schindler, H., Loth, W., von Schlippe, J.
(Hrsg.): *Systemische Horizonte*, Göttingen
2011

Kurt Pelzer
Dipl.-Psychologe, Paar- und Familien-therapeut,
Supervisor und Lehrsupervisor (SG und DGSV)

Sülzburgstr. 105 a
50937 Köln

pelzer.pbz@gmx.de



Arbeitsgruppe

Ressourcen in der eigenen Arbeitssituation

In dem Workshop zur Ressourcenarbeit wurden mehrere Instrumente vorgestellt, die man methodisch praktisch zur Arbeit mit Familien mit Kindern und Jugendlichen einsetzen kann. Unter anderem wurde der Ressourcent Teppich vorgestellt, den die Autorin Prof. Dr. Elisabeth Nicolai 2009 in Steffen Fliegel, Annette Kämmerer (Hrsg.) *Psychotherapeutische Schätze Band 1*, Dgvt-Verlag veröffentlicht hat.

Der Ressourcent Teppich

Ziel der Übung

Visualisierung und Verdeutlichung der Ressourcen in der Familie

Zielgruppe

Familien mit Kindern und Jugendlichen, Erwachsene, Kinder und Jugendliche im Einzelsetting

Einsatzmöglichkeiten

Besonders geeignet für Familien (oder Einzelne), die sich und andere überwiegend kritisieren, negativ bewerten oder sich mit starken Selbstzweifeln beschäftigen.

Setting

Einzeltherapie, Familientherapie, Paartherapie, Gruppentherapie

Bereich / Fokus

Körperwahrnehmung durch den entstehenden Ressourcent Teppich, Gefühl und Gedanken wahrnehmen und verändern, Problemverhalten verändern mit Hilfe der Ressourcen

Dauer der Übung

1 bis 1,5 Stunden je nachdem, ob es sich um eine Familie handelt oder um Einzelklient(inn)en

Benötigtes Material

Papierkärtchen in verschiedenen Farben (je Klient(in) eine Farbe)

Beschreibung der Übung:

Die Therapeutin befragt jedes einzelne Familienmitglied nacheinander nach Ressourcen und Fähigkeiten, während alle anderen Familienmitglieder zuhören. Sie fängt zumeist beim jüngsten Familienmitglied an, fragt dann die älteren Geschwister in der Reihenfolge des Alters und zuletzt die Eltern. Dies beginnt z. B. bei dem Kind "A" mit der Frage: "Was machst Du gerne, was kannst Du gut, was

schätzt Du an Dir selbst?" Danach folgen zirkuläre Fragen über die Vermutungen, die "A" über die Wertschätzung der anderen Familienmitglieder oder auch Personen außerhalb der Familie (Freundin, Klassenkameraden, Sport usw.) hat. Man fragt "A" beispielsweise: "Wenn ich Deine Geschwister fragen würde, was sie an Dir schätzen oder was Du gut kannst, was, glaubst Du, würden Sie mir sagen?". Danach erhalten alle Familienmitglieder die Möglichkeit, Ergänzungen hinzuzufügen. Dabei geht es nicht um das Verifizieren oder Infragestellen des bisher Besprochenen, sondern um eine unkommentierte Sammlung von Ressourcen aus unterschiedlichen Blickwinkeln. Jede einzelne dieser Ressourcen wird auf ein Kärtchen geschrieben und vor das jeweilige Familienmitglied in einem Halbkreis auf den Boden gelegt. Nacheinander entstehen um die Füße aller Anwesenden Ressourcenteppeiche und ein gemeinsamer Familien-Ressourcenteppeich.

Nun erfolgt eine ausgiebige Würdigung der familiären und individuellen Ressourcen, indem man sich diese nochmals genau anschaut, eventuell sogar eine kleine Begehung macht und die Ressourcen der anderen genau betrachtet. Häufig werden diese Sammlungen als etwas Überraschendes erlebt, da durch die Kärtchen die Fülle der Ressourcen erst deutlich sichtbar wird. Man kann nicht darüber hinwegsehen. Die Familie nimmt die Kärtchen mit nach Hause und es wird eine Vereinbarung getroffen, sie dort gut sichtbar, z. B. über den Betten der Kinder oder an einer anderen Stelle aufzuhängen. Die Familie erhält den Auftrag, die Ressourcensammlung im familiären Alltag großzügig zu ergänzen. In den folgenden Sitzungen kann auf die Ressourcen Bezug genommen werden, da sie sich leicht vor dem inneren Auge visualisieren lassen. Bei der Veränderung der Problemläufe, die die Familie zur Therapie führten, kann nun geschaut werden, wie alle Beteiligten ihre Ressourcen nutzen können.

Ursprung

Der Ressourcenteppeich entstand aus der Idee der Nutzbarmachung von Unterschiedswahrnehmung und der Erkenntnis der Psychotherapieforschung, dass erfolgreiche Psychotherapie mit Ressourcenaktivierung verbunden ist. Die beschriebene Übung unterstützt die Wahrnehmung des Unterschiedes von "hier gibt es nichts zu loben" hin zu "es gibt eine Fülle von Ressourcen", die wir aktiv nutzen können.

Literatur

De Shazer, S.

Das Spiel mit Unterschieden: wie therapeutische Lösungen lösen. Heidelberg 2004

Grawe, K.

Psychologische Therapie. Göttingen 1998

Elisabeth Nicolai, Prof. Dr. sc. hum.
Dipl.-Psych. Psych. Psychotherapeutin.
Supervisorin

Paulusweg 6
71638 Ludwigsburg

e.nicolai@eh-ludwigsburg.de oder
nicolai_liz@yahoo.de



Thomas Weber

Arbeitsgruppe Ressourcensuche bei der Arbeit mit traumatisierten Menschen

Traumatische Erfahrungen können den Beratungsalltag erheblich beeinflussen. Die Auswirkungen führen vielfach zu einer Verunsicherung auf Seiten des Betroffenen, aber auch auf Seiten des Beraters. Dabei kann gerade der Beratungsprozess die Selbstheilungsversuche des Betroffenen entscheidend anstoßen. Nach traumatischen Erfahrungen kann das Leben aus den Fugen geraten. Es kommt zu Gefühlen der Ohnmacht und Hilflosigkeit. Alles, was bisher geholfen hat, funktioniert nicht mehr. Der eigene psychische Bewältigungsapparat wird durch das Ereignis überfordert. Es entsteht ein Kontrollverlust. Auf der subjektiven Ebene erleben Opfer intensive Angst, Todesangst und dissoziative Erlebnisweisen.

Traumatisierte Menschen reagieren nach solchen Ereignissen sehr unterschiedlich. Die Beschwerden wechseln zum Teil innerhalb kürzester Zeit heftig. Etliche Betroffene wollen immer wieder über das Ereignis sprechen, andere vermeiden

jedwede Konfrontation und schweigen. Die Bandbreite menschlicher Reaktionen entspricht der Vielfältigkeit des Menschen.

Der betroffene Mensch versucht die Verletzung mit den ihm zur Verfügung stehenden Bewältigungsmechanismen selbst "zu verarzten", zu heilen. Dies ist individuell sehr verschieden. Egal, wie heftig oder ungewöhnlich die Gefühlszustände erscheinen mögen, es gibt dabei kein falsches Erleben. Um diese Erfahrung zu verarbeiten, in seinen Lebensentwurf zu integrieren, benötigt der Mensch Zeit. Der Betroffene versucht seinen eigenen Weg zu finden.

Gelingt dieser Bewältigungsprozess nicht, geht die anfängliche traumatische Reaktion in einen traumatischen Prozess über. Die Beschwerden verfestigen sich oder neue gesundheitliche Probleme kommen hinzu. Es kann zur Ausprägung psychischer Erkrankungen in Form von Traumafolgestörungen kommen. Neben einer Posttraumatischen Belastungsstörung leiden langfristig viele Betroffene u. a. an depressiven Störungen, Suchterkrankungen (insbesondere Alkohol und Medikamente), psychosomatischen Problemen, Angststörungen und anderen körperlichen und psychischen Erkrankungen. Der gesamte Körper wird mit der Zeit in Mitleidenschaft gezogen und oftmals werden die Beschwerden mit dem ursprünglichen Ereignis gar nicht in Verbindung gebracht. Alkohol und Medikamente werden vom Betroffenen als Selbstheilungsversuch eingesetzt, um die Bilder und Gefühle zu betäuben. Dies gelingt anfangs vielleicht, wobei oftmals ein eigenständiges Problem durch die Suchtmittel entsteht. Im Extremfall führen schwere traumatische Erfahrungen zu einem sozialen Abstieg, vermehrten beruflichen Ausfallzeiten, Frühberentungen, Scheidungen und dissozialen Entwicklungen, in manchen Fällen zu einer erhöhten Suizidgefahr. Die Folgen können gravierend sein.

Menschen reagieren sehr verschieden auf traumatische Erfahrungen und Hilfsangebote. Was für den einen hilfreich und entlastend ist, kann einen anderen Menschen eher belasten und ihn in seiner Verarbeitung stören. Jeder hat eigene Strategien und Methoden entwickelt, auf belastende Situationen zu reagieren. Viele versuchen es ohne Hilfe, andere ersuchen um professionelle Hilfe. Ihr Verhalten erscheint manchmal fremd und unverständlich. Im Beratungsprozess geht es vor allem darum, die individuellen (konstruktiven) Selbstheilungsversuche zu unterstützen. Nicht die Umgebung sollte den Umgang bestimmen, sondern der Betroffene selbst. Hilfe und Unterstützung sollten sich immer an den konkreten Bedürfnissen des Einzelnen orientieren. Dieser Leitsatz muss jeden Beratungsprozess bestimmen. Das, was der Traumatisierte erlebt hat, war unfreiwillig. Deswegen ist es wichtig, dass alles, was danach passiert, auf freiwilliger Basis geschieht. Das Gegenüber ist verpflichtet, mit den unterschiedlichen Reaktionen einfühlsam und verständnisvoll umzugehen.

Aufdringliches Verhalten in einem Beratungsprozess kann den natürlichen Verarbeitungsprozess nachhaltig stören und blockieren. Der traumatisierte Mensch kann sich demgegenüber kaum zur Wehr setzen. Dieses Verhalten kann zu Retraumatisierungen führen, die der Betroffene nicht mehr verarbeiten kann.

Der Traumatisierte braucht seinen Schutzraum, damit er seinen Genesungsprozess beginnen oder fortsetzen kann. Wird dieser verletzt, gerät das Opfer wieder in Not. Der betroffene Mensch braucht Ruhe- und Rückzugsmöglichkeiten, um seine eigenen Ressourcen abrufen zu können. Da der Betroffene selbst die Informationshoheit verloren hat, ist es wichtig, ihm jeden Schritt in der Beratung, jede Handlung zu erläutern, zu erklären (Wiederherstellung der Handlungskontrolle).

Traumatisierte Opfer befinden sich in einem Ausnahmezustand. Durch ihre Betroffenheit sind ihre eigenen Schutzmechanismen herabgesetzt oder gar vollständig aufgehoben. Es liegt in unserer Verantwortung im Beratungsprozess, mit dieser Intimität angemessen und verantwortungsbewusst umzugehen.

Literatur

Dreiner, M., Weber, T.

Trauma – was tun? Informationen für akut betroffene Menschen und deren Angehörige. Unfallkasse Berlin: <http://unfallkasse-berlin.de/content/artikel/1511.html> (am 08.01.2013)

Shah, H., Weber, T.

Trauer und Trauma. Die Hilflosigkeit der Betroffenen und der Helfer und warum es so schwer ist, die jeweils andere Seite zu verstehen. Kröning 2013

Thomas Weber
Dipl.-Psychologe

Zentrum für Trauma- und Konfliktmanagement (ZTK)
Clemensstr. 5-7
50676 Köln

weber@trauma-aktuell.de



Arbeitsgruppe Ressourcen aktivieren mit dem Züricher Ressourcen Modell (ZRM®)

Die Teilnehmer(innen) der Arbeitsgruppe wurden beim Betreten des Raumes von einem Teppich aus Bildern, die auf dem Boden ausgebreitet waren, empfangen. Die ansprechenden Motive aus Natur, Tier- und Menschenwelt und die leuchtenden Farben wollten ohne Worte auf einer unbewusst-intuitiven Ebene wirken und die ersten positiven Impulse setzen.

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde, in der die Teilnehmer(innen) z. T. mehr fachlich-arbeitsbezogene Interessen, z. T. aber auch ganz persönliche Neugier am ZRM®-Training bekundeten, wurde zunächst ein wenig Wissen zu der wissenschaftlichen Grundlage des ZRM®-Trainings vermittelt.

Aus der Motivationspsychologie stammt das "Rubikon-Modell" nach Heckhausen. Es veranschaulicht, wie das Zusammenwirken von bewussten Motiven und unbewussten Bedürfnissen das Fällen einer Entscheidung, das Überschreiten des inneren "Rubikons" also, verhindern oder ermöglichen kann. Aus Wünschen werden Handlungen, wenn es gelingt, die Idee dessen, was ich tun möchte oder sollte, in Einklang zu bringen mit dem, was sich für mich auch gut anfühlt und in Übereinstimmung steht mit meinen mir wichtigsten, oft aber unbewussten Bedürfnissen. Erst dann kann aus einem "Ich würde gerne mal ..." ein "Ich will und werde tun!" entstehen.

Dieser Prozess der Abstimmung der bewussten und unbewussten Impulse lässt sich auch auf der neuropsychologischen Ebene darstellen. Das Großhirn arbeitet logisch, analytisch, bewusst und eher langsam mit Hilfe von Worten. Hier entstehen die vernunftsgesteuerten Wünsche und Motive. Das im Mittelhirn gelagerte limbische System funktioniert hingegen schnell, assoziativ und nach der einfachen, aber für das Überleben wichtigen Einschätzung: "Das tut mir gut/gefällt mir" vs. "Das tut mir nicht gut/gefällt mir nicht". Diese Einschätzung geschieht beim Menschen, wie bei allen Lebewesen, blitzschnell innerhalb von 200 Millisekunden. Statt mit Worten äußert es sich mit dem, was wir meist als "Bauchgefühl" bezeichnen, nämlich mit spontan einsetzenden Körperempfindungen, somatische Marker genannt und dem intuitiv spontanen Impuls "Wow – nix wie hin!" oder "Grmpf – nix wie weg!" Im ZRM® wird dieser lebenssichernde Impuls nicht wegdiskutiert oder gar als "innerer Schweinehund" bekämpft, sondern als eine Ressource ins Bewusstsein gehoben und mit ins Boot geholt. In Anlehnung an die ersten, einfachsten Lebewesen, die einst in der "Ursuppe" des Lebens entstanden, nennen wir den intuitiven spontanen Überlebensimpuls unseren inneren "Strudelwurm".

Nun durfte der innere "Strudelwurm" in Aktion treten und die Wahl eines persönlichen Bildes aus dem Bilderteppich leiten. Die Teilnehmer(innen) wählten sich (oder ließen sich vielleicht auch erwählen) aus den auf dem Boden ausgebreiteten Bildern jeweils ein Bild aus, das nur gute, angenehme, freudvolle – also gut "strudelnde" – Empfindungen auslöste. Da Bilder ohne Worte wirken, sprechen sie direkt das Limbische System und damit die un- oder vorbewusste Bedürfnisebene an.

Erst dann begannen wir, den Bildern in mehreren Schritten Worte zu verleihen und so deren Botschaft an das Selbst ins Bewusstsein zu heben. Mit der Technik des "Ideenkorbes" wurden in der Gruppe zunächst viele positive Assoziationen zu den ausgewählten Bildern gesammelt. In den Worten und Formulierungen, die persönlich am besten gefielen und sehr gut "strudelten", ließ sich das persönliche Thema oder Motiv erkennen. Aus dem Thema schließlich entwickelte jede/r Teilnehmer(in) für sich ein Ziel, das als Haltungsziel auf einer übergeordneten Einstellungsebene liegt, das positiv formuliert ist, das zu 100% unter eigener Kontrolle liegt und das innerhalb von 200 Millisekunden ein Lächeln auf die Lippen zaubert.

"Ich finde Ruhe und Gelassenheit." "Tief verwurzelt wachse ich hoch hinaus." "Ich lasse die Sonne in mein Leben." "Ich folge meiner Spürnase." "Frei und kraftvoll schwinde ich mich in die Lüfte." Das sind Beispiele für positiv formulierte Haltungsziele, die eine ressourcenvolle Einstellung sich selbst und dem Leben gegenüber festigen und weiter wachsen lassen können. Und sie sind damit eine Ressource beim achtsamen Wahrnehmen des Könnens, des Gelingens und des Genießens im Alltag wie auch bei der Bewältigung schwieriger und herausfordernder Aufgaben. Alle Teilnehmer(innen) haben ein Haltungsziel für sich formuliert und sind damit über ihren persönlichen "Rubikon" gekommen.

Schließlich ging es darum, das neue und vielleicht noch sich ungewohnt anfühlende Ziel im Bewusstsein zu verankern und präsent werden zu lassen. Alle Teilnehmer(innen) erhielten sieben Bohnen als Erinnerungshilfen. Diese lassen sich in die rechte Hosentasche stecken. Und jedes Mal, wenn sich eine innere Verbindung mit dem Ziel herstellt und das Ziel die gewünschte Haltung wie innere Größe, Kraft oder Gelassenheit spüren lässt, immer wenn es gut "strudelt" beim Blick auf das Bild, wenn eine einfache oder vielleicht schon schwierigere Aufgabe mit Hilfe der guten Haltung gelingt – immer dann wechselt eine Bohne von der rechten in die linke Hosentasche. Am Abend greifst du in die linke Hosentasche und siehst sieben Bohnen in deiner Hand liegen. Dann weißt du: Das war ein guter Tag!

Cornelia Pompe
Dipl.-Psychologin, Psych. Psychotherapeutin

Friedrich Pieper Str. 1 b
32758 Detmold
cornelia.pompe@web.de



Dirk Schöwe

Arbeitsgruppe Ressourcen bündeln mit dem Systemischen Aggressions-Management (SAM©)

In der Arbeitsgruppe wird gezeigt, dass eine einheitliche Sichtweise auf Aggressionen und Gewalt benötigt wird. Bisher genutzte Begriffe und Verlaufsbeschreibungen von Aggressionen und Gewalt sind nicht eindeutig und bieten daher großen Interpretationsspielraum. Begriffe wie "ausgerastet, rücksichtslos gewesen, gewalttätig gewesen, voll daneben gewesen" oder aber "das Verhalten war herausfordernd, verhaltensoriginell" beschreiben nur vage, wie die Konfliktsituation eigentlich wirklich war. Es wurde deutlich gemacht, dass vieles aus unserer Biografie in solchen Formulierungen mitschwingt und das die/der Klient(in) oftmals zur Projektionsfläche unserer eigenen Erfahrungs- und Erlebniswelten wird. Er zeigte auf, dass mit solchen Begriffen ein ressourcenorientiertes Aggressions-Management kaum möglich ist. Von daher bedarf es einer einheitlichen Begriffsbestimmung von Aggressionen und Gewalt. Durch das Modell der AggressionsAcht© und die Prinzipien des SAM© wird solch eine einheitliche Sprache möglich gemacht. Dieses Modell erlaubt nicht nur, Verhalten zu erkennen und zu verstehen, sondern auch Interventionen zu erarbeiten.

Die AggressionsAcht

Es wurde deutlich gemacht, dass Ursachen von Aggressionen und Gewalt die Nichterfüllung der Bedürfnisse von Menschen sind. Hier wurde die Bedürfnishierarchie nach Maslow als Ausgangsbasis für Ursachen von Aggressionen und Gewalt in den Raum gestellt. Der gesunde Ablauf von Aggressionen wurde folgendermaßen dargestellt.

An erster Stelle steht die Erwartung. Ist diese nicht erfüllt, gerät der Mensch in Hilflosigkeit und wendet sich der nächsten Phase zu, um seine Bedürfnisse befriedigen zu können. Die Enttäuschung! Bringt die Enttäuschungsphase auch keine Veränderung, wird der Mensch wieder hilflos und geht zur nächsten Möglichkeit über: Ärger- und Frustphase. Sollte das Diskutieren, Aushandeln und Ersatzbefriedigungen suchen in dieser Phase auch nicht helfen, um das Bedürfnis zu befriedigen, wird die Wut gelebt, so Schöwe.

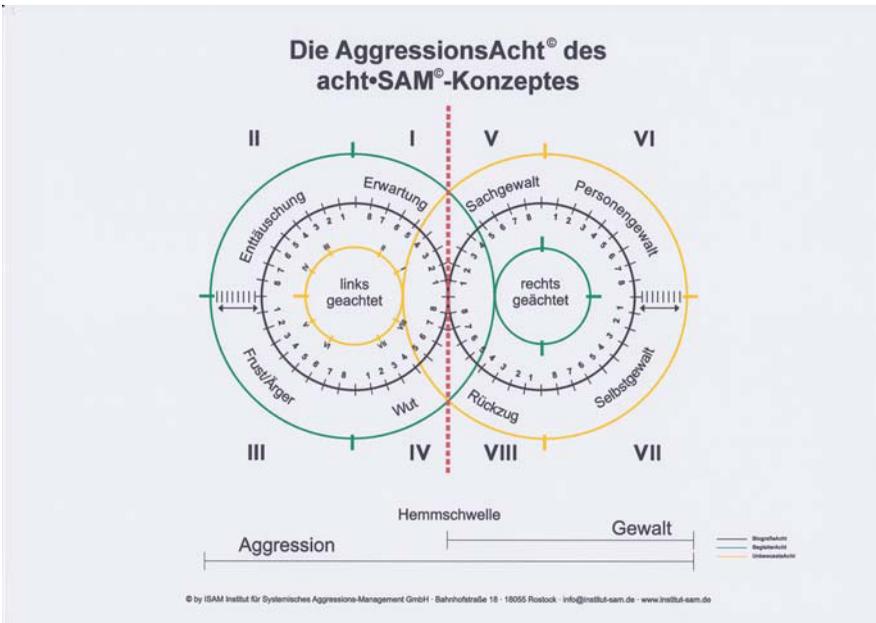
Bei den bisher aufgeführten Phasen (Erwartung, Enttäuschung, Frust und Ärger, Wut) handelt es sich um die im geachteten Bereich gelebten Phasen. Auf dieser Seite der AggressionsAcht© (links) wird versucht im konstruktiven, nicht zerstörerischen Bereich die Bedürfnisbefriedigung zu erreichen. Hier (im Verhaltensverlauf, die an den Tag gelegten Kompetenzen) wird nicht zerstört. Überschreiten unsere Klient(inn)en/Mitmenschen nun die Hemmschwelle, so übertreten sie die Schwelle hin zum geächteten Bereich der AggressionsAcht©, in dem die Zerstörung/Gewalt beginnt.

Es wird angenommen, dass über die Sachgewalt (das Zerstören von Dingen, Sachen) versucht wird, Bedürfnisse zu befriedigen. In dieser Phase werden Türen zugeschlagen und dabei zerstört, Gegenstände werden kaputt gemacht. Die höchste Form dieser Phase ist der Vandalismus. Gibt es hier kein Vorankommen, so wird in die nächste Phase übergangen, die Personengewalt / die Gewalt gegen andere Menschen, Tiere oder Pflanzen (hier gehört auch das Mobbing rein, die Prügelei auf dem Schulhof, das Schlagen aus Hilflosigkeit etc.). Die höchste Form dieser Phase ist der Totschlag. Nach der Personengewalt folgt die Selbstgewalt, in der wir das Nägelkauen, bis es blutet, das Haare reißen, Einkoten, Einnässen, das Kopf gegen die Wand schlagen uvm. finden können. Die höchste Form dieser Phase ist der Selbstmord. Als letzte Phase auf der rechten Seite der Acht© findet sich der Rückzug. Die höchste Form dieser Phase ist die Katatonie. In dieser Phase ziehen sich Menschen innerlich und/oder äußerlich aus der Welt zurück und legen stereotype Verhaltensweisen an den Tag. Der Tagesablauf ist auf das Existentielle beschränkt (Essen, Schlafen).

Es ist davon auszugehen, dass jedes Verhalten auf nicht befriedigte Bedürfnisse zurückzuführen ist. Auch jegliches Gewaltverhalten, im Modell der AggressionsAcht© auf der rechten Seite aufgeführt (im geächteten Bereich). Mit diesem Wissen können Begleiter aus anderen Perspektiven auf ihre Klient(inn)en schauen, denn jeder Mensch interagiert dabei in seinen eigenen Mustern und Prägungen (BiografieAcht©). Mit dem Modell der AggressionsAcht© ist ein Handwerkszeug

geschaffen worden, welches Verhalten betrachtet, ohne in Stigmatisierungen verhaftet zu bleiben.

Durch die einzelnen Phasen der Acht© kann jegliches Verhalten in Zahlen, Daten und Fakten wieder gegeben werden. Durch die weiteren Achten im Modell, die BiografieAcht© und die BegleiterAcht© wird jeder Standpunkt betrachtet und kann in die Begleitung von jedem Menschen eingebracht werden, wodurch eine ganz-



heitliche und wertungsfreie Sichtweise, eine achtsame Lebens- und Arbeitshaltung erlangt werden kann.

Die Prinzipien des Systemischen Aggressions-Managements

Es gibt über 30 verschiedene Prinzipien, die in Worten auf Karten geschrieben stehen. Sie sind Wegweiser und Haltungsgeber. Es geht mitunter um ressourcenorientiertes Denken und Handeln und die Ganzheitlichkeit der Betrachtungsmöglichkeiten. Mit den W-Fragen erfahren wir die Zahlen, Daten und Fakten unserer Klient(inn)en, denn "wie, was, wann, wo und wer?" geben Antworten her. Dabei wissen wir, dass "Wieso, weshalb und warum oft stumm macht" und schätzen die faulste Frage der Welt "Was noch?". Egal wie die Zahlen, Daten und Fakten unserer Klient(inn)en ("ZDF" – ein weiteres Prinzip) lauten, sie werden gewürdigt, denn

sie sind die Wahrnehmung, die Wirklichkeit, die Wahrheit unserer Klient(inn)en (Würdigung).

Wenn wir nun mit diesen Zahlen, Daten, Fakten unserer Mitmenschen etwas verändern wollen, dann können wir wiederum mit den W-Fragen, erfragen wie diese Veränderung aussehen kann, so dass wir gemeinsam in eine andere Richtung denken/schauen können ("ARD"). Raus aus der Problemwirklichkeit, rein in die Möglichkeiten/Lösungswirklichkeit. In dieser neuen Lösungswirklichkeit angekommen ist die o. g. faulste Frage der Welt eine der schönsten, so finden es SAM'er.

Stellen Sie sich vor: Sie haben ein Problem und jemand widmet Ihnen seine komplette Aufmerksamkeit. Er hört Ihnen zu, ohne Sie zu unterbrechen und ohne UVW (urteilen, vergleichen und werten – ein weiteres Prinzip – UVW tut weh!). Er stellt Ihnen Fragen, bei denen Sie merken, wie viel Wertschätzung und Interesse in seinem Zuhören liegt (W-Fragen, ohne Wenn und Aber und Warum, denn das macht oft stumm – Würdigung). Nachdem er sich alles angehört hat, fragt er "Was nun? Wie sieht das Neue aus? Wo wird es sein? Wer kann Sie unterstützen? Was brauchen Sie dazu?" etc. ... und ganz zum Schluss, wenn Sie schon in der neuen Wirklichkeit sind, dann kommt die Frage nach dem "Was noch?"...

Dirk Schöwe
Psychomotoriker und systemischer Sozial-
therapeut

ISAM – Institut für Systemisches
Aggressions-Management
Bahnhofstr. 18
18055 Rostock
info@institut-sam.de



Arbeitsgruppe

Arm und doch reich – Lebensbewältigung bei Multiproblemfamilien

Was sind „Multiproblemfamilien“?

Eine vorläufige Definition: Es handelt sich um Familien, die in Bedrängnis geraten sind oder um Familien mit vielfältigen Problembelastungen. Diese Problembelastungen sind in der Regel psychischer, sozialer und materieller Natur.

Worin äußern sich defizitäre Lebensverhältnisse?

Wir können zur Systematisierung vom Lebenslagenkonzept ausgehen, also von Unterversorgungslagen. Diese lassen sich in folgende Kategorien einteilen: Benachteiligungen/Deprivation in den Lebensbereichen Arbeit, Einkommen, Wohnen, Gesundheit, Bildung, soziale Teilhabe (bzw. soziale Beteiligung). Vielfach folgen aus Benachteiligungen in einem Bereich Konsequenzen in den anderen Kategorien. Dies muss nicht notwendigerweise zu einer Kumulation im Sinne einer "Multiproblemfamilie" führen. Vielmehr sind weitere Faktoren zu erkennen, die die Situation verschärfen: Sucht, fehlende oder mangelhafte Erziehungskompetenz, Aggression, spezifisches Familienbild, andere Lebensentwürfe oder -vorstellungen, psychische Belastungssituation oder Beeinträchtigung, Fähigkeit zum Befürfnis-Befriedigungs-Aufschub u. a. m.

Ferner sind von großer Bedeutung: der Grad der Verfestigung von Benachteiligungen/Deprivationen, der Generationenverlauf (i. S. v. mehrgenerationaler Belastung), fehlende Ressourcen zur Problembewältigung. Zur Diagnose müssen also eine Vielzahl kumulierender individueller Störungen und sozialer Probleme erkennbar sein. Insofern handelt es sich also bei "Problemfamilien" um einen unklaren Fachbegriff.

Hilfeprozess

Der Hilfeprozess ist unter institutionellen und personenbezogenen Aspekten zu betrachten. In der Analyse sind dabei jeweils die Strukturen, der Prozess und der Diskurs von Belang.

Zur Konkretisierung wurde der Mangel an Geld (= finanzielle Armut) zum Ausgangspunkt genommen. In der Regel gilt die Prämisse "Ohne Moos nix los". Dies wäre aber vor dem Hintergrund der Themenstellung der Arbeitsgruppe ("Arm und doch reich – Lebensbewältigung bei Multiproblemfamilien") zu beweisen.

Ganz sicher gilt für alle in finanzieller Armut Lebenden die Herausforderung der Verwaltung des Mangels. Um dies aber nicht zum alltagsbestimmenden Moment zu verfestigen, könnte eine Perspektive sein, diesen Familien zu Wendungen in

andere Werte und Verhalten zu verhelfen. Hier ließen sich die eingangs genannten Aspekte einordnen: Wie gehen Institutionen mit der finanziellen Armut um? Soweit die Betroffenen von Leistungen nach SGB II leben, gibt es ein Regelwerk des Forderns und gelegentlichen Förderns, das Abhängigkeiten, Zumutungen, Zwänge und Grenzen setzt, die sich zum Teil aus dem Gesetz, zum Teil aus institutionellem Handeln speisen. Andere Institutionen wie beispielsweise Schuldnerberatungsstellen handeln in ähnlichen Logiken. Wieder andere wie Erziehungsberatungsstellen blenden diesen Aspekt u. U. als "sachfremd" aus. Die Hilfeprozesse gestalten sich dann in den organisationsverwurzelten Aufträgen und Selbstverständnissen. Sofern institutionell ein Diskurs geführt wird, der die Lebenslage "Einkommen" zum Gegenstand hat, wird er sich zumeist in Anlehnung an das Selbstverständnis des Hilfeprozesses anlehnen. Eine analoge Analyse könnte auch auf einer personenbezogenen Ebene stattfinden.

Die Alltagsbewältigung ist speziell für Multiproblemfamilien ein permanenter Kraftakt; zur Entwicklung von Alternativen oder zur Eröffnung von Freiräumen oder neuen Erfahrungswelten fehlen in der Regel Phantasie und Vorbild. Für die in der Sozialen Arbeit Tätigen, die entsprechend für dieses Thema sensibilisiert sind, stellt sich also die Frage, welche Perspektiven wir anbieten können, in Kenntnis und bei Berücksichtigung der chronischen Abhängigkeit von öffentlichen Versorgungs- und Kontrollinstitutionen.

Aktives Bewältigungshandeln

Eine der Stärken von Multiproblemfamilien sind die Netzwerke. In der Regel sind sie Milieu-bezogen und Milieu-begrenzt (Nachbarn, Bekannte, einzelne Familienmitglieder). Wie können diese ausgeweitet werden? Eine Stärke bei diesen Familien ist weiterhin das Bedürfnis nach sozialer Anerkennung, Wertschätzung und nützlichem Tun. Wie könnte dies realisiert und gestärkt werden?

Prof. Dr. Wolfgang Scherer

Robert-Volkmann-Str. 3
04317 Leipzig

scherer@hs-mittweida.de



Bericht über die Mitgliederversammlung 2013

1. Begrüßung

Renate Gamp begrüßt die anwesenden Mitglieder. Sie stellt fest, dass form- und fristgerecht zur Mitgliederversammlung eingeladen wurde und dass diese beschlussfähig ist.

2. Bericht des Vorstandes

Renate Gamp weist auf die ausführlichen "Unterlagen zur Mitgliederversammlung 2013" hin, die den Mitgliedern vorab übersandt wurden.

Dann referiert sie den "Bericht des Vorstandes".

3. Aussprache

Im Anschluss beantwortet der Vorstand eine Frage zu den im "Beratungsführer" aufgenommenen Beratungsstellen.

4. Jahresabschluss 2012, Haushalt 2013, Planung 2014

Dr. Florian Moeser-Jantke erläutert den Jahresabschluss 2012, den Haushalt 2013 und die Planung 2014.

5. Rechnungsprüfungsbericht und Entlastung des Vorstandes

Rosamaria Jell berichtet über ihre mit Margarita Gansert durchgeführte Rechnungsprüfung im März 2013 und verweist auf den Bericht des Rechnungsprüfungsausschusses, der allen Mitgliedern mit den Unterlagen zur Mitgliederversammlung vorliegt.

Sie bestätigt den sorgfältigen Umgang mit den anvertrauten Mitteln und empfiehlt die Entlastung des Vorstandes.

6. Entlastung des Vorstandes

Rosamaria Jell beantragt die Entlastung des Vorstandes. Der Antrag wird einstimmig angenommen. Der Vorstand nimmt an dieser Abstimmung nicht teil.

7. Änderung der Satzung

Dr. Florian Moeser-Jantke erläutert den "Antrag des Vorstandes für die Neufassung der Satzung", der allen Mitgliedern zusammen mit der Einladung zur Mitgliederversammlung zugeschiedt wurde. Die Satzungsänderung wird einstimmig bei einer Enthaltung angenommen.

8. Mitarbeit in den Ausschüssen

Renate Gamp ruft die Mitglieder zur Mitarbeit in folgenden Ausschüssen auf:

a) Ausschuss zur Vorbereitung der Jahrestagung 2015

In diesem Ausschuss arbeitet derzeit Dorothea Fischer (Vorsitzende); sie berichtet, dass sich im Vorfeld ein Interessent gemeldet hat.

b) Ausschuss zur Vorbereitung der Jahrestagung 2016

Verantwortliches Vorstandsmitglied für diesen Ausschuss ist Cornelia Weller; Interessensbekundungen kommen von Claudia Gansauge und Carmen Hühnerfuß.

c) Ausschuss "Beratung hilft"

Für diesen neu gegründeten Ausschuss ist Berend Groeneveld verantwortliches Vorstandsmitglied. Er berichtet, dass die Broschüre "Beratung hilft" sprachlich und inhaltlich überarbeitet werden soll. Die Neuauflage soll in ca. 1 1/2 Jahren erscheinen. Interessensbekundungen kommen von Uli Kruse sowie von Rosamaria Jell und Birgit Lüth-Söthebehr.

9. World-Café

Dorothea Fischer erläutert den Ablauf des im Anschluss stattfindenden World-Cafés zu den Themen

a) Klient(in) der Zukunft

b) Kompetenzen

c) E-Learning

Die erhaltenen Ergebnisse und Anregungen sollen in der Mitgliederversammlung 2014 präsentiert werden.

10. Verschiedenes

Hierzu gab es keine Wortmeldungen.

Tätigkeitsbericht für das Jahr 2012

1. Jahrestagung 2012

Die Jahrestagungen sind das zentrale Arbeitstreffen der Mitglieder der DAJEB und von an der Arbeit der DAJEB interessierten Gästen. Inhaltlich werden Querschnittsthemen der Beratung behandelt, d. h. Themen, die für Berater(innen), die in unterschiedlichen Tätigkeitsfeldern und mit unterschiedlichen Zielgruppen arbeiten, von gemeinsamen aktuellem Interesse sind.

Die Jahrestagung 2012 fand vom 17. - 19. Mai in Erkner bei Berlin statt und hatte das Thema "Ver-Bindungen".

Die Tagung wurde durch die Präsidentin, Frau Dipl.-Psych. Renate Gamp, eröffnet. Herr Ulrich Paschold, Leiter des Referats 203 des BMFSFJ, hielt das Grußwort.

Den fachlichen Teil eröffnete Herr Prof. Dr. Klaus E. Grossmann mit seinem Hauptreferat "Bindungstheorie: Forschung und Anwendung".

Anschließend wurde das Thema in 8 Arbeitsgruppen vertieft bearbeitet:

- AG 1: Die Folgen sicherer und unsicherer Bindungserfahrungen über den Lebenslauf
Referent(in): Dr. Karin und Prof. Dr. Klaus E. Grossmann
Moderatorin: Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
- AG 2: Schwierige Paare – leicht beraten?
Referent: Dipl.-Psych. Thomas Dobbek
Moderatorin: Dipl.-Soz.-Päd. Petra Knispel
- AG 3: Virtuelle Schaufenstergestaltung – Der medienvermittelte Klienten-Kontakt zur Beratungsstelle
Referent: Dr. Stefan Schumacher
Moderator: Rolf Holtermann, Pfarrer
- AG 4: Stalking und Gewalt oder: Wenn Liebe zum Wahn wird
Referentin: Catrin Seeger, Systemische Therapeutin
Moderatorin: Dipl.-Staatsw. Petra Heinze
- AG 5: Facebook, Twitter und Co. – Beziehungen im Netz
Referentin: Dipl.-Soz. arb. Christiane Wellnitz
Moderatorin: Dipl.-Psych. Cornelia Strickling
- AG 6: Beziehungsmodelle in Beratungssystemen
Referent: Dipl.-Soz.-Päd. Ulrich Schlingensiepen
Moderator: Patrick Friedl, wiss. Mitarbeiter

- AG 7: Das Familiensystem im Clinch
Referent: Dipl.-Soz.-Wiss. Peter Ebel
Moderatorin: Dipl.-Psych. Cornelia Strickling
 - AG 8: Sexuelle Probleme? Super!
Referentin: Dipl.-Psych. Berit Brockhausen
Moderator: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
- Teilnehmerzahl: 124
- Planung / Vorbereitung: Dipl.-Staatsw. Petra Heinze,
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
- Qualitätssicherung: durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und
Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Jahrestagung"
- Qualitätskontrolle: Teilnehmerbefragung
mit spezifischem Erhebungsbogen (für Jahrestagungen)
Bewertung des Hauptreferates: 1,13
Bewertung der Arbeitsgruppen (Durchschnitt): 1,83

2. Mitgliederversammlung 2012

Die Mitgliederversammlung 2012 fand am 17. Mai in Erkner statt.

a) Bericht des Vorstandes

Die Präsidentin berichtete über die Arbeit des Vorstandes in den Jahren 2008 bis 2012.

Vorab hatten alle Anwesenden die "Unterlagen zur Mitgliederversammlung 2012" und eine Informationsbroschüre über die Kandidatinnen und Kandidaten für die Wahlen zum Vorstand und zur Rechnungsprüfung erhalten.

b) Aussprache

Der Vorstand beantwortete Fragen zum Tätigkeitsbericht.

c) Jahresabschluss 2011

d) Haushalt 2012

e) Planung 2013

Der Geschäftsführer erläuterte den Jahresabschluss 2011, den Haushalt 2012 und die Planung 2013 unter Hinweis auf die zugesandten Unterlagen.

f) Rechnungsprüfungsbericht

Rosamaria Jell erläuterte den Rechnungsprüfungsbericht für das Jahr 2011.

g) Entlastung des Vorstandes

Der Vorstand wurde einstimmig entlastet. Der Vorstand nahm an dieser Abstimmung nicht teil.

h) Wahlen des Vorstandes und der Rechnungsprüferinnen

Renate Gamp wurde zur Vorsitzenden gewählt; Berend Groeneveld wurde zum Vizepräsidenten gewählt.

Als Beisitzer(innen) wurden gewählt: Dorothea Fischer, Ulrike Heckel, Petra Heinze, Rolf Holtermann, Dana Urban, Cornelia Weller.

Rosamaria Jell und Margarita Gansert wurden zu Rechnungsprüferinnen gewählt.

i) Interessensbekundungen für die Mitarbeit in den Ausschüssen:

aa) Redaktionsausschuss

Vorsitzender ist Rolf Holtermann; weitere Mitglieder sind: Sandra Förster und Ingo Stein. Interessensbekundungen kommen von Eva Reinmuth und Gabriele Rüger.

bb) Ausschuss "Modularisierung"

Vorsitzende ist Cornelia Weller; weitere Mitglieder sind: Kathrin Dix, Dorothea Fischer und Rosamaria Jell.

cc) Ausschuss "Kompetenzen"

Vorsitzender ist Dr. Florian Moeser-Jantke; weitere Mitglieder sind: Anke Culemann, Ulrike Heckel, Christine Rüberg. Interessensbekundungen kommen von Annette Böndel, Dorina Hartmann, Birgit Lüth-Söthebehr, Rosa Meneses-Grohnwald.

dd) Ausschüsse zur Vorbereitung der Jahrestagungen 2013 und 2014

Im Ausschuss zur Vorbereitung der Jahrestagung 2013 arbeiten Heinze (Vorsitz) und Urban; im Ausschuss zur Vorbereitung der Jahrestagung 2014 arbeiten Weller (Vorsitz), Gansauge und Hühnerfuß mit.

j) Verschiedenes

Dr. Rudolf Sanders stellte sein Forschungsprojekt über die Wirksamkeit und die Methoden der Paarberatung vor, das er in Zusammenarbeit mit der Fernuniversität Hagen durchführt.

3. Weiterbildungskurse zum/r Ehe-, Familien- und Lebensberater/in

Die Weiterbildung in Ehe-, Familien- und Lebensberatung ist bisher weder vom Bund noch den Ländern gesetzlich geregelt.

Im Interesse der ratsuchenden Klient(inn)en ist es aber erforderlich, dass Ehe-, Familien- und Lebensberater(innen) in allen Bundesländern eine Weiterbildung nach einheitlich hohen Qualitätsstandards absolviert haben.

Die DAJEB führt daher Weiterbildungskurse in Ehe-, Familien- und Lebensberatung durch, die zum Kernbereich der Arbeit im Rahmen der institutionellen Förderung gehören.

Die Weiterbildungskurse finden zentral in Nordrhein-Westfalen und Berlin statt mit Teilnehmer(inne)n aus allen Bundesländern.

Die Weiterbildung wird berufsbegleitend durchgeführt und richtet sich vor allem an Psycholog(inn)en, Sozialpädagog(inn)en/Sozialarbeiter(innen), Theolog(inn)en und Ärztinnen/Ärzte mit einem einschlägigen (wissenschaftlichen) Hochschulabschluss.

Sie dauert 3 1/2 Jahre und besteht aus:

- Theoretischer Teil:
 - mindestens 300 Stunden Theorie;
 - mindestens 50 Stunden Praxisreflexion;
 - Anfertigung einer Literaturlarbeit;
- Praktischer Teil:
 - mindestens 150 Stunden eigene Beratungstätigkeit unter Anleitung bzw. Supervision in einer anerkannten Praktikumsstelle;
 - Anfertigung von 50 ausführlichen Stundenprotokollen;
 - Anfertigung von 3 Fallstudien (die dritte Fallstudie gilt als Abschlussarbeit);
 - mindestens 70 Stunden Gruppensupervision;
 - mindestens 20 Stunden Einzelsupervision;
- Zwischenprüfung
 - eine Klausurarbeit (Diskussion einer vorgegebenen Beratungssituation);
 - ein Lehrgespräch über die erworbenen theoretischen Grundkenntnisse;
- Abschlusskolloquium
 - die dritte Fallstudie als Abschlussarbeit;
 - ein Lehrgespräch über erworbene Kompetenz an Hand der Abschlussarbeit.

Der Zeitaufwand für den/die Teilnehmer/in beträgt insgesamt etwa 1.250 Stunden.

Im Berichtsjahr fanden statt:

a) 50. Weiterbildungskurs

Leitung:	Dipl.-Staatsw. Petra Heinze
Mentorin/en:	Dipl.-Psych. Anke Culemann Dipl.-Psych. Kurt Pelzer Dipl.-Päd. Pfarrer Ingo Stein
Supervisor(inn)en:	Dipl.-Soz.-Päd. Christina Dishur Dipl.-Staatsw. Petra Heinze Dipl.-Psych. Ute Maischein Dipl.-Päd. Pfarrer Ingo Stein
Teilnehmerzahl:	26
Abschluss:	November 2012
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Weiterbildungskurse"
Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Weiterbildungskurse) nach der Zwischenprüfung und dem Abschlusskolloquium. Bewertung der Weiterbildung "insgesamt" nach dem Abschlusskolloquium: 1,7

b) 51. Weiterbildungskurs

Leitung:	Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
Mentor(inn)en/ Supervisor(inn)en:	Dipl.-Psych. Berend Groeneveld Dipl.-Soz.-Päd. Ulrike Heckel Dipl.-Psych. Brigitte Kortmann Dipl.-Psych. Detlef Vetter
Teilnehmerzahl:	21
Abschluss:	September 2015
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Weiterbildungskurse"
Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Weiterbildungskurse) nach der Zwischenprüfung und dem Abschlusskolloquium.

c) Mentorenkonferenz

Einmal jährlich treffen sich die Mentor(inn)en der Weiterbildungskurse zu einem Erfahrungsaustausch und zur Klärung von grundsätzlichen Fragen der Weiterbildung.

Termin:	25./26. Februar 2012
Ort:	Hannover

Leitung:	Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
Themen	<ul style="list-style-type: none"> - Homosexualität und Familien - Berichte über den Stand der Arbeiten <ul style="list-style-type: none"> -- des Ausschusses "Modularisierung" und -- des Ausschusses "Kompetenzen" - Hypothesenbildung bei Falldarstellungen

4. Zusatzqualifikation "Grundlagen der Erziehungsberatung für Ehe-, Familien- und Lebensberater(innen)"

Ehe-, Familien- und Lebensberatung einerseits und Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern (die frühere "Erziehungsberatung") andererseits wird von vielen Trägern immer noch voneinander getrennt in speziellen Beratungsstellen angeboten.

Demgegenüber favorisiert die DAJEB im Sinn einer familienbezogenen Beratung einen integrierten Ansatz, der alle Lebensalter mit einbezieht.

Dies heißt für die Praxis, dass Familienberatungsstellen in den Bereichen

- Ehe-, Familien- und Lebensberatung,
 - Beratung für Kinder, Jugendliche und Eltern und
 - Schwangerenberatung
- arbeiten.

Für die Weiterbildung der Berater(innen) heißt dies, dass sie neben einer Weiterbildung in Ehe-, Familien- und Lebensberatung auch über Grundkenntnisse in Erziehungsberatung verfügen müssen (und umgekehrt, dass Erziehungsberater(innen) auch über Grundkenntnisse in Ehe-, Familien- und Lebensberatung verfügen müssen).

Um dieser Anforderung gerecht zu werden, bietet die DAJEB die Fortbildungsreihe "Grundlagen der Erziehungsberatung für Ehe-, Familien- und Lebensberater(innen)" an mit dem Ziel des Erwerbs zusätzlicher Kompetenz von Beratung von Familien bei Erziehungsproblemen.

Als übergreifende Methode kommt das 3-Säulenmodell zur Anwendung: Wissensvermittlung – Methodenzentrierte Selbsterfahrung – Transfer in die Berufspraxis.

Jeder der 5 Teile umfasst 20 Stunden. Es können einzelne Teile der Zusatzqualifikation oder alle fünf Teile belegt werden.

Ehe-, Familien- und Lebensberater(innen), die alle fünf Teile belegt haben, können an einem Praktikum teilnehmen; dieses besteht aus:

- mindestens 40 selbstständig durchgeführten Beratungsstunden,
- in denen mindestens 6 Fälle durchgängig zu bearbeiten sind,
- mindestens 30 Beratungsstundenprotokollen,
- 10 zweistündigen Gruppensupervisionssitzungen,
- 10 einstündigen Einzelsupervisionen.

- Abschlusskolloquium mit
 - einer Fallstudie als Abschlussarbeit und
 - einem Lehrgespräch über erworbene Kompetenz anhand der Abschlussarbeit.

Sie erhalten nach erfolgreicher Abschlussprüfung ein Zertifikat "Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberater(in) (DAJEB)".

Im Berichtsjahr fanden statt:

a) Teil 2: Entwicklungspsychologie des Kindes – Bindungstheorie – alterstypische Störungsbilder – Indikationen mit Behandlungsansätzen

Termin: 3. - 5. Februar 2012
 Ort: Hannover
 Referentin: Dipl.-Psych. Martina Gartner

b) Teil 3: Entwicklungspsychologie des Jugendlichen – alterstypische Störungsbilder – Indikationen mit Behandlungsansätzen

Termin: 20. - 22. April 2012
 Ort: Hannover
 Referentin: Dr. Elke Nowotny

c) Teil 4: Grundsätze der Erziehungsberatung – Kindeswohl – Frühe Hilfen – Kontraktbildung

Termin: 22. - 24. Juni 2012
 Ort: Hannover
 Referent: Prof. Dr. Jörg Maywald

d) Teil 5: Kinder im Spannungsfeld elterlicher Beziehungskonflikte – systemischer Ansatz

Termin: 31. August - 2. September 2012
 Ort: Hannover
 Referent: Dipl.-Psych. Thomas Lindner

e) Praktikum

Abschlusskolloquium: 3. September 2012
 Supervisorin: Dipl.-Staatsw. Petra Heinze, Supervisorin (DGSv)

Leitung: Dipl.-Psych. Cornelia Strickling, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB)

Teilnehmerzahl: 31

Qualitätssicherung: durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungsreihen"

Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen)
Bewertung	1,86

5. Fortbildungen

Ehe-, Familien- und Lebensberater(innen) sind zur regelmäßigen Fortbildung verpflichtet.

Auf dem Fortbildungs"markt" gibt es ein breites Angebot von Veranstaltungen, die auch für Berater(innen) geeignet sind; die DAJEB bietet daher nur Fortbildungen

- zu aktuellen Problemen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und
- über Therapieformen, die Ehe-, Familien- und Lebensberatung sinnvoll ergänzen.

Im Jahr 2012 wurden folgende Fortbildungen durchgeführt:

a) Stressbewältigung in der Beratung oder Selbstfürsorge in Burnout gefährdeten psychosozialen Berufsfeldern

Termin:	7. - 9. November 2012
Ort:	Zingst
Referent(in):	Dr. med. Maike Pellarin Dipl.-Soz.-Päd. Ulrich Schlingensiepen
Leitung:	Dipl.-Staatsw. Petra Heinze
Teilnehmerzahl:	20
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungen"
Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen) Bewertung: 1,85

b) Kreative Methoden und neuere Konzepte in der Sexualberatung

Termin:	8. - 9. Dezember 2012
Ort:	Bielefeld
Referent:	Dipl.-Psych. Detlef Vetter
Leitung:	Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
Teilnehmerzahl:	14
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungen"
Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen) Bewertung: 1,07

6. Informationsrundschriften

Das Informationsrundschriften hat 2 Funktionen: es ist:

- Mitgliederzeitschrift und
- Fachzeitschrift für Ehe-, Familien- und Lebensberatung.

Im Berichtsjahr erschienen:

- Informationsrundschriften Nr. 224
"Zumutungen und Ermutigungen – Aktuelle Herausforderungen und zeitgemäße Konzepte in der psychologischen Beratung von Kindern und Familien"
Januar 2012, 88 Seiten, Auflage: 1.000 Expl.
- Informationsrundschriften Nr. 225
"Ver-Bindungen"
September 2012, 92 Seiten, Auflage: 1.000 Expl.

Verantwortlicher Redakteur: Rolf Holtermann

7. Öffentlichkeitsarbeit

Im Berichtsjahr verzeichnete die Homepage der DAJEB (www.dajeb.de) 184.253 Besuche (Tagesdurchschnitt ca. 505 Besuche).

8. Mitarbeit in Organisationen und Gremien, Kooperationen

a) Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF)

Der DAKJEF ist das einzige Kooperationsgremium für die Institutionelle Familienberatung; in ihm sind vertreten:

- die DAJEB,
- die Bundeskonferenz für Erziehungsberatung,
- die Evangelische Konferenz für Familien- und Lebensberatung,
- die Katholische Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung und
- die Pro Familia.

Da es bisher auf Bundesebene kaum gesetzliche Regelungen für die Familienberatung gibt und auf Länderebene hauptsächlich nur Förderrichtlinien für Beratungsstellen existieren, ist der DAKJEF ein unverzichtbares Gremium vor allem für die Erarbeitung von verbindlichen Standards und Empfehlungen für

- die Weiterbildung;
- die Arbeit der Beratungsstellen und
- die Arbeit der Berater(innen), insbesondere neue Formen und Zielgruppen der Beratung.

Der Schwerpunkt der Arbeit lag im Berichtsjahr bei den Themen:

- Fachliche Empfehlungen für eine kultur- und migrationsensible Beratung,
- Erstellung eines Rahmenkonzeptes für eine Fort- und Weiterbildung:
Teamorientierte migrations- und kultursensible Beratung und
- Qualitätsstandards für die psychosoziale und psychologische Beratung im Internet.

Im Berichtsjahr fanden folgende Sitzungen statt:

aa) Zentrale Arbeitstagungen / Plenumssitzungen

Anzahl: 2
Datum: 14./15.März und 1./2. Oktober 2012
Ort: Frankfurt
Vertreter(innen): Dipl.-Psych. Renate Gamp
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller,
Dr. Florian Moeser-Jantke

bb) Geschäftsführer(innen)sitzungen

Anzahl: 2
Datum: 15. März und 2. Oktober 2012
Ort: Frankfurt
Vertreter(in): Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller,
Dr. Florian Moeser-Jantke

cc) Arbeitsgruppe "Zukunft des multidisziplinären Teams in der Institutionellen Beratung angesichts der Einführung von Bachelor- und Masterstudienabschlüssen"

Anzahl: 1
Datum: 29. Mai 2012
Ort: Frankfurt
Vertreter(in): Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller

dd) Rahmenkonzept für eine teamorientierte Fort- und Weiterbildung zur migrations- und kultursensiblen institutionellen Beratung

Anzahl: 1
Datum: 17. September 2012
Ort: Frankfurt
Vertreterin: Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller

b) Deutsche Gesellschaft für Beratung e. V. (DGfB)

Schwerpunkte der Arbeit sind z. Zt.: Vergleich der unterschiedlichen Weiterbildungsgänge und die Entwicklung von Qualitätsstandards für die Weiterbildung und Beratungsarbeit.

In der DGfB sind z. Zt. 29 Organisationen, die auf dem Feld der Beratung bundesweit tätig sind, Mitglied.

Die meisten Mitglieder gehören nicht zur institutionellen Beratung; es sind vielmehr

- Verbände, die bestimmte Schulrichtungen innerhalb des Feldes der Beratung und Therapie vertreten,
- Berufsverbände,
- Fachverbände sowie
- Hochschulen.

Freiberuflich Tätige bilden einen erheblichen Anteil der Mitglieder in den Mitgliedsorganisationen der DGfB.

Im Berichtsjahr arbeitete die DAJEB in folgendem Gremium mit:

Mitgliederversammlung

Anzahl: 1
Datum: 19.10.2012
Ort: Frankfurt
Vertreter: Dipl.-Soz.-Päd. Ulrike Heckel

c) Beirat zum LSVD-Projekt "Homosexualität und Familie"

Anzahl: 1
Datum: 15.11.2012
Ort: Köln
Vertreter: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld

Darüber hinaus ist die DAJEB Mitglied in

d) Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband

e) Internationale Kommission für Partnerschafts- und Familienbeziehungen (ICCFR) der Weltfamilienorganisation (WFO)

9. Projektförderung

Durch die institutionelle Förderung der DAJEB werden insbesondere die Jahrestagung (s. 1.), die Mitgliederversammlung (s. 2.), die Weiterbildungskurse (s. 3.), ein Teil der Fortbildungen (s. 4. und 5.), ein Teil der Publikationen (s. 6.), die Mitarbeit in Organisationen und Gremien (s. 8.) und die Arbeit des Vorstandes und der Geschäftsstelle (s. 10.) finanziert.

Zusätzlich zu dieser institutionellen Förderung wurden im Berichtsjahr folgende Projekte der DAJEB gefördert, die finanziell so umfangreich waren, dass sie nicht aus dem laufenden institutionellen Haushalt finanziert werden konnten.

a) Fortbildungsreihe "Gesprächsführung als Grundlage helfender Beratung für Mitarbeiter(innen) in der familienbezogenen Beratung mit dem Schwerpunkt Beratung Schwangerer"

Die Fortbildungsreihe richtet sich an Mitarbeiter(innen) in Familienberatungsstellen, insbesondere in den neuen Bundesländern.

Zahlreiche dieser Mitarbeiter(innen) haben zwar ein einschlägiges (Fach-)Hochschulstudium absolviert, verfügen aber nicht über ein ausreichendes Instrumentarium an Methoden der Gesprächsführung als Voraussetzung helfender Beratung.

Dennoch ist es im Interesse der ratsuchenden Klient(inn)en erforderlich, dass alle Mitarbeiter(innen) in den Familienberatungsstellen über fundierte Grundlagen in Gesprächsführung verfügen. Dabei muss gewährleistet sein, dass die Berater(innen) bundesweit nach einem einheitlichen Standard ausgebildet sind, denn nur so kann sichergestellt werden, dass ein(e) Klient(in) z. B. in einer kleinen Beratungsstelle im Allgäu die gleiche Qualität von Beratung vorfindet wie z. B. in einem großen Beratungszentrum in Berlin.

Die vorgesehene Fortbildungsreihe vermittelt den Teilnehmer(inne)n in einem überschaubaren Zeitraum (ca. 1 Jahr) und mit relativ wenigen Veranstaltungen (8 Wochenenden) die notwendigen Kompetenzen in Gesprächsführung. Da die Fortbildungsreihe zeitlich nicht aufwändig ist, haben in der Vergangenheit auch zahlreiche Träger die Teilnahme ihrer Mitarbeiter(innen) unterstützt.

Spezifischer Schwerpunkt war im Berichtsjahr das Thema "Gesprächsführung in der Schwangerenberatung".

Die Fortbildungsreihe fand in Chorin (bei Berlin) statt.

Teil 1: Grundlagen der Gesprächsführung in der psychologischen Beratung

Termin: 16. - 18. März 2012
Referent: Dr. Stefan Schumacher
Teilnehmerzahl: 18

Teil 2: Das einmalige Beratungsgespräch in der Schwangerschaftskonfliktberatung – Soziale Hilfen Teil 1

Termin: 20. - 22. April 2012
Referentinnen: Prof. Dr. Ulrike Busch
Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix
Dipl.-Soz.-Päd. Jutta Franz
Teilnehmerzahl: 17

Teil 3: Grundlagen der Krisenintervention – Soziale Hilfen Teil 2

Termin: 1. - 3. Juni 2012
Referentinnen: Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
Teilnehmerzahl: 17

Teil 4: Gesprächsführung mit Minderjährigen und Eltern in der Krise – Soziale Hilfen Teil 3

Termin: 13. - 15. Juli 2012
Referentinnen: Prof. Dr. Ulrike Busch
Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix
Dipl.-Soz.-Päd. Jutta Franz
Teilnehmerzahl: 18

Teil 5: Gesprächsführung mit Paaren – Soziale Hilfen Teil 4

Termin: 31. August - 2. September 2012
Referent(in): Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix
Dipl.-Psych. Thomas Dobbek
Teilnehmerzahl: 19

Teil 6: Gesprächsführung in der Sexualberatung – Soziale Hilfen Teil 5

Termin: 19. - 21. Oktober 2012
Referent(innen): Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix
Dipl.-Psych. Thomas Dobbek
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
Teilnehmerzahl: 19

Teil 7: Gesprächsführung bei der Thematik Pränataldiagnostik – Besonderheiten bei der Beratung von Migranten

Termin: 9. - 11. November 2012
Referent(innen): Dipl.-Psych. Zrinka Lucic-Vrhovac
Dr. Stefan Schumacher
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
Teilnehmerzahl: 19

Teil 8: Gesprächsführung bei der Thematik Abschied, Trauer und Tod – Adoption

Termin: 7. - 9. Dezember 2012
Referentinnen: Dipl.-Soz.-Päd. Elvira Cieslak
Dipl.-Psych. Ellen Friedemann
Dipl.-Soz.-Päd. Marion Jahn
Teilnehmerzahl: 17

Leitung:	Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungsreihen"
Qualitätskontrolle:	Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen) Bewertung Teil 1: 1,60 Bewertung Teil 2: 1,35 Bewertung Teil 3: 1,29 Bewertung Teil 4: 2,00 Bewertung Teil 5: 1,30 Bewertung Teil 6: 1,26 Bewertung Teil 7: 1,21 Bewertung Teil 8: 2,58

b) Beratungsführer

Der "Beratungsführer" erfasst z. Zt. ca. 13.500 ambulante psychosoziale Beratungsstellen in Deutschland:

- AIDS-Beratungsstellen,
- Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche,
- Ehe- Familien- und Lebensberatungsstellen,
- Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen,
- Sexualberatungsstellen,
- Sozialberatungsstellen und
- Suchtberatungsstellen.

Printversion

Die Gesamtauflage von 1987 - 2012 betrug 243.300 Exemplare.

Die Ausgabe Nord (Erscheinungsdatum 2010) ist noch lieferbar und wird häufig nachgefragt.

"Beratungsführer online"

Da inzwischen fast alle Nutzer der Printversionen des Beratungsführers über einen Internetzugang verfügen, wurde auf Empfehlung des BMFSFJ beschlossen, zukünftig den Beratungsführer nicht mehr in einer Printversion erscheinen zu lassen.

Der "Beratungsführer online" wird regelmäßig aktualisiert durch:

- Veränderungsmeldungen durch Stellenleiter(innen), Träger und Nutzer(innen), die sofort in den Datenbestand eingearbeitet werden;
- regelmäßige Überprüfung des bestehenden Datenbestandes durch den Versand von Fragebögen an die Beratungsstellen; von dem derzeitigen Bestand von ca. 12.000 Datensätzen werden jährlich ca. 3.000 überprüft, so dass wie bei den Printversionen des Beratungsführers in der Vergangenheit innerhalb von 4 Jahren der Datenbestand komplett überprüft wird;
- Recherche im Internet nach bisher nicht erfassten Beratungsstellen, die dann ebenfalls mit einem Fragebogen angeschrieben werden.

Der Beratungsführer "online" ist in zwei Versionen verfügbar:

- Über die Homepage der DAJEB: diese Version ist eher für "Fachleute" konzipiert, da die Suchfunktionen hier umfangreicher sind (für einen "Laien" aber auch verwirrender) und Beratungsstellen ihren Eintrag selbst online verändern können.
- Über die Homepage des BMFSFJ (Startseite/Familienwegweiser/Familie regional/ Beratungsführer online): diese Version ist besonders klientenfreundlich gestaltet.

Die Suchanfrage kann

- örtlich nach Postleitzahlbereichen oder Orten und
- nach Beratungsschwerpunkten

durchgeführt werden.

Bei den durch die Suchanfrage gefundenen Beratungsstellen kann auch ein Lageplan abgerufen werden.

c) "Eltern bleiben Eltern"

Die Broschüre wurde weiter sehr stark nachgefragt, so dass im Berichtsjahr die 19. Auflage mit 116.000 Exemplaren gedruckt wurde.

Umfang: 40 Seiten

Gesamtauflage seit 1989: 2.877.000 Exemplare

Qualitätskontrolle: Äußerst positive schriftliche und telefonische Rückmeldungen von Bestellern und Lesern.

d) "Beratung hilft besser leben"

Die Broschüre wurde weiter stark nachgefragt, so dass im November 2011 die 12. Auflage mit 30.000 Exemplaren gedruckt wurde.

Umfang: 36 Seiten

Gesamtauflage seit 1999: 666.000 Exemplare

Qualitätskontrolle: Sehr positive schriftliche und telefonische Rückmeldungen von Bestellern und Lesern.

10. Der Vorstand

a) Vorstandsmitglieder bis 17. Mai 2012

- Präsidentin: Dipl.-Psych. Renate Gamp, Kiel
- Vizepräsident: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld, Bad Salzuflen
- Beisitzer(innen): Patrick Friedl, wiss. Mitarbeiter, Würzburg
Dipl.-Staatsw. Petra Heinze, Rathenow
Rolf Holtermann, Pfarrer, Goch-Kessel
Dipl.-Soz.-Päd. Petra Thea Knispel, Berlin
Dipl.-Psych. Cornelia Strickling, Cloppenburg
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller, Leipzig
- (Geschäftsführer: Dr. Florian Moeser-Jantke, München)

b) Vorstandsmitglieder ab 18. Mai 2012

- Präsidentin: Dipl.-Psych. Renate Gamp, Kiel
- Vizepräsident: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld, Bad Salzuflen
- Beisitzer(innen): Dorothea Fischer, M.A., Berlin
Dipl.-Soz.-Päd. Ulrike Heckel, Fröndenberg
Dipl.-Staatsw. Petra Heinze, Rathenow
Rolf Holtermann, Pfarrer, Goch-Kessel
Dipl.-Soz.-Päd. Dana Urban, Berlin
Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller, Leipzig
- (Geschäftsführer: Dr. Florian Moeser-Jantke, München)

c) Vorstandssitzungen

fanden statt am

- 24./25. Februar in Hannover
- 17. Mai und 19./20. Mai in Erkner und
- 27. Oktober in Hannover.

d) Themenschwerpunkte der Vorstandssitzungen

- Mitgliederversammlungen und Jahrestagungen (Jahrestagung und Mitgliederversammlung 2012, Planung Jahrestagung und Mitgliederversammlung 2013, Vorüberlegungen Jahrestagung 2014);
- Weiterbildungskurse;
- Fortbildungsveranstaltungen und -reihen;

- Neustrukturierung der Weiterbildungskurse (Modularisierung, Ausrichtung nach Kompetenzen, E-Learning);
- Publikationen;
- Öffentlichkeitsarbeit;
- Zusammenarbeit mit anderen Verbänden und Institutionen;
- Finanzen (Jahresabschluss 2011, Rechnungsprüfung für das Jahr 2011, Fortschreibung Haushalt 2012, Wirtschaftsplan 2013, Voranschlag Wirtschaftsplan 2014, mittelfristige Finanzplanung bis 2015);
- Migration;
- Europa;
- Projekte (laufende Projekte, Projektplanung).

e) Ausschüsse des Vorstandes

Ausschuss Fort- und Weiterbildung

Aufgaben:

- Auswertung der laufenden Weiterbildungskurse, Fortbildungen und Fortbildungsreihen;
- Fortschreibung der Curricula der Weiterbildungskurse und Fortbildungsreihen;
- Planung der Weiterbildungskurse und Fortbildungen
- Entwicklung von Controlling- und Qualitätssicherungsinstrumenten für die Fort- und Weiterbildungen.

Mitglieder: (bis 17.5.)
 Dipl.-Psych. Berend Groeneveld (Vorsitz), Dipl.-Staatsw. Petra Heinze, Dr. Florian Moeser-Jantke, Dipl.-Psych. Cornelia Strickling, Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller

Mitglieder: (ab 18.5.)
 Dipl.-Psych. Berend Groeneveld (Vorsitz), Dorothea Fischer, M.A., Dipl.-Soz.-Päd. Ulrike Heckel, Dipl.-Staatsw. Petra Heinze, Dr. Florian Moeser-Jantke, Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller

Termine: 24. Februar, 17. Mai und 26. Oktober 2012

Redaktionsausschuss

Aufgaben: Unterstützung des verantwortlichen Redakteurs bei der mittel- und langfristigen Planung der Informationsrundschriften.

Mitglieder: Rolf Holtermann, Pfarrer (Vorsitz), Dipl.-Soz.-Arb. Sandra Förster, Dipl.-Päd. Ingo Stein, Dipl.-Psych. Eva Reinmuth, Gabriele Rüger

Termin: 17. Mai 2012

Ausschuss Kompetenzen

- Aufgaben: Überprüfung der Weiterbildungscurricula im Hinblick auf die von den Teilnehmer(inne)n zu erwerbenden Kompetenzen
- Mitglieder: Dipl.-Soz.-Päd. Ulrike Heckel (Vorsitz), Birgit Lüth-Söthebehr, Dr. Florian Moeser-Jantke, Dipl.-Soz.-Päd. Christine Rüberg
- Termine: 16. Mai und 26. Oktober 2012

Ausschuss Modularisierung

- Aufgaben: Gliederung der Weiterbildungscurricula in Module
- Mitglieder: Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller (Vorsitz), Dipl.-Soz.-Päd. Kathrin Dix, Dorothea Fischer, M.A., Rosamaria Jell, M.A.
- Termine: 26. April, 19. Juli, 11. Oktober und 26. Oktober 2012

Vorbereitungsausschuss für die Jahrestagung 2013

- Mitglieder: Dipl.-Staatsw. Petra Heinze (Vorsitz), Dipl.-Soz.-Päd. Dana Urban
- Termine: 31. März und 28. Juli 2012

Vorbereitungsausschuss für die Jahrestagung 2014

- Mitglieder: Dipl.-Soz.-Päd. Cornelia Weller (Vorsitz), Dipl.-Soz.-Arb. Claudia Gansauge, Carmen Hühnerfuß
- Termin: 3. September 2012

f) Beauftragte des Vorstandes

E-Learning

- Beauftragte: Dipl.-Soz.-Päd. Dana Urban
- Aufgaben: Überprüfung der Weiterbildungscurricula unter dem Aspekt, welche Teile zukünftig in Form von E-Learning vermittelt werden können

Migration

- Beauftragter: bis 17.5.2012: Patrick Friedl, wiss. Mitarbeiter
ab 18.5.2012: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld (kommissarisch)
- Aufgaben: Beobachtung der (fach)politischen Diskussion

Europa

Beauftragte: Dipl.-Psych. Renate Gamp

Aufgaben: Beobachtung der sozialpolitischen Diskussion und Entwicklung

g) Qualitätssicherung der Vorstandsarbeit

Traditionsgemäß wurde auf der Herbstsitzung des Vorstandes grundsätzlich über dessen Arbeit und die Perspektiven für die DAJEB unter folgenden Aspekten diskutiert:

- Was wurde im Jahr 2012 erreicht?
- Was wurde im Jahr 2012 versäumt?
- Welche Aufgaben sind in den Jahren 2013 ff. vorrangig?
- Welche außerverbandlichen Entwicklungen sind für die zukünftige Verbandsarbeit zu beachten?

11. Rechnungsprüferinnen:

Margarita Gansert und M.A. Rosamaria Jell

12. BMFSFJ und andere Bundesbehörden

Am 14.11.2012 nahm der Geschäftsführer an dem alljährlichen Kooperationsgespräch im BMFSFJ teil.

Die Zusammenarbeit mit dem

- BMFSFJ, insbesondere Ref. 203,
- dem Bundesverwaltungsamt, insbesondere den Ref. IIA4 und
- dem Bundesamt für zentrale Dienste, insbesondere D 4.11

lief im Berichtsjahr sehr kooperativ und produktiv.

Rezensionen / Filmgespräche

Gamma Bak (Regisseurin)

Schnupfen im Kopf - Ein Leben mit der Psychose

DVD-Film, 92 Minuten; GMfilms

Die Autorin und Regisseurin Gamma Bak hat die autobiographische Dokumentation *Schnupfen im Kopf* gedreht, einen Film über ihr Leben mit der Krankheit Psychose.

In *Schnupfen im Kopf* spricht sie über die letzten vierzehn Jahre ihres Lebens, in denen sie sieben hochpsychotische Phasen hatte. Der Inhalt des Films besteht hauptsächlich aus Selbstinterviews und aus Gesprächen mit Gammas nächsten Mitmenschen. Hier vermittelt sie einen Eindruck, wie die anderen über sie, über ihre Erkrankung denken. Zu Wort und ins Bild kommen zum Beispiel ihr Vater, einige Freundinnen, der Ex-Partner, eine Mitpatientin aus der Psychiatrie. Und es wird sehr klar deutlich: Die Berührung mit einer Psychotikerin ist für die Umwelt verwirrend und verunsichernd und wird sehr unterschiedlich erlebt. Eine Freundin von Gamma kann sich zum Beispiel gar nicht vorstellen, was während der akuten Phase mit ihr passiert, Gammas Vater hingeben findet es nicht ungewöhnlich, wenn Künstler und Künstlerinnen regelmäßige Aufenthalte in der Psychiatrie erleben.

Zwischen den einzelnen Sequenzen gibt es immer wieder Einblendungen von unharmonischen und verstörenden Bildern und Klängen. Sie passen gut zu der Verwirrung, die durch den Kontakt mit der Krankheit entsteht und erlauben die Frage, ob Gamma Bak damit darstellen will, dass sich so die Wahrnehmung in einer Psychose anfühlt.

Die Autorin und Regisseurin spricht sehr offen über ihr Leben mit der Krankheit. Sie erklärt, welche Situation sie heute, in der Rückschau, als Auslöser für die "erste Krise" sieht. Sie bezeichnet ihre akuten psychotischen Phasen immer als "Krise" oder als "Nervenzusammenbruch". Auch darin wird deutlich, wie stark sie mit der Diagnose ringt.

Leben mit der Psychose bedeutet für sie, dauerhaft in Gefahr zu sein, wieder in eine psychotische Wahrnehmung hineinzugleiten. Daher achtet Gamma immer darauf, ob sie bereits erste Frühwarnzeichen erkennt, die auf eine erneute Krise hindeuten. Das Erkennen der Frühzeichen hat sie in jahrelanger Arbeit in Einzel- und Gruppentherapie mühsam erlernt. Aber genau diese ständige Hab-Acht-Stellung lässt sie auch immer sehr vorsichtig sein, ermöglicht wenig Spontaneität, wenig unkontrolliertes, außergewöhnliches, "verrücktes" Verhalten (das ja auch sehr belebend und wohltuend sein kann). Sie dreht sich in einem Gedankenkarussell aus "Bin ich noch in Ordnung?" oder "Fängt es schon wieder an, schwierig zu werden?"

Das Leben mit den Medikamenten ist ebenfalls eine große Herausforderung für sie. Auf der einen Seite sind sie für Gamma sehr hilfreich, halten die Psychose weitestgehend im Griff. Auf der anderen Seite fühlt sie sich in ihrem Gefühlsleben stets betäubt und leidet unter den enormen Nebenwirkungen, wie zum Beispiel unter einer massiven Gewichtszunahme von 20 Kilo, mit der sie sich nicht gut arrangieren kann.

Im Film dokumentiert sie per Videotagebüchern einen ärztlich verordneten und begleiteten Abbruchversuch der Psychopharmaka. Hier wird ihre tiefe Verunsicherung und Angst vor einem erneuten Krankheitsausbruch sehr deutlich sichtbar. Sie entscheidet sich dann letztlich doch dafür, die Medikamente weiter zu nehmen und vorerst mit den Nebenwirkungen zu leben.

Die Krankheit und das Leben mit dieser Diagnose empfindet sie selbst als "zutiefst kränkend". Sie fürchtet sich davor, durch diese Erkrankung so sehr in ihrem Leben, in ihren Handlungen eingeschränkt zu sein. In einer Sequenz berichtet sie von schweren Phasen in der Psychiatrie, in denen sie sich kaum bewegen und ihren Namen nicht mehr schreiben konnte. Sie erzählt, wie die Psychose sie verändert hat und dass sie nicht nur in den akuten Momenten mit der Krankheit kämpft, sondern dass sie in ihrem Leben dauerhaft präsent ist.

Die 92 Minuten des Films sind sehr beeindruckend. Gamma Bak, die so offen und ehrlich über ihre Krankheit spricht und damit ein großes Tabu bricht ("Wer erklärt sich denn schon freiwillig für verrückt?"), zeigt sich in ihrer ganzen Wut und Enttäuschung über die Psychose, aber auch in ihrer Hoffnung, sie doch irgendwann hinter sich lassen zu können.

Sehr klar und deutlich lässt sie die Zuschauenden auch an ihrer Scham, an ihren Ängsten, an ihrem Ringen mit der Krankheit und der damit verbundenen Stigmatisierung teilhaben. Auf mich wirkt sie wie eine zutiefst verunsicherte Frau.

Mich hat ihre persönliche Darstellung der Krankheit sehr bewegt und tief beeindruckt. Diesen Film finde ich besonders empfehlenswert für alle, die mit der Krankheit zu tun haben, deren Angehörige betroffen sind oder die mit Erkrankten arbeiten und einen nahen und sehr persönlichen Eindruck in das Leben mit einer Psychose bekommen wollen.

Sandra Förster, Diplom-Sozialarbeiterin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB)

sandra.foerster@profamilia.de

sandra.foerster@lichtblick-beratung.de

Roy F. Baumeister

Wozu sind Männer eigentlich überhaupt noch gut? Wie Kulturen davon profitieren, Männer auszubeuten

Verlag Hans Huber, Bern 2012

Ich schicke es gleich voraus, ein faszinierendes Buch, das viele ungeprüfte Ideen und Urteile über Männer und Frauen und deren Miteinander radikal auf den Kopf stellt. Das habe ich gerne mit mir machen lassen, denn es beruht nicht auf Ideen oder Phantasien, sondern es ist das Ergebnis von langfristigen Forschungsarbeiten.

Es handelt sich nicht um ein Anti-Frauenbuch, es ist aber auch kein Pro-Männerbuch, sondern es geht der Frage nach, wie unsere Kultur Männer und Frauen anders nutzt. Dabei ist Kultur natürlich keine selbstständige Größe. Vielmehr benutzen wir Menschen Systeme, um uns das Leben zu erleichtern. Kultur ist eher so etwas wie eine Überlebensstrategie des Menschen; mit diesem System sollen die grundlegenden biologischen Bedürfnisse unserer Art gedeckt werden: Überleben und Fortpflanzung. Und dabei werden Männer und Frauen unterschiedlich genutzt.

Als Gegenpart nutzt der Autor eine "imaginäre Feministin", die die Behauptung aufstellt, dass Frauen systematisch von der Gesellschaft benachteiligt und von den Männern unterdrückt werden und wurden. Ein Beispiel ist der Einkommensunterschied. Beweist das niedrige Durchschnittseinkommen von Frauen tatsächlich, dass Frauen unterdrückt werden? Diese These kann der wissenschaftlichen Überprüfung nicht standhalten. Denn es gibt zahlreiche plausible Erklärungen für Einkommensunterschiede. Männer arbeiten weniger häufig in Teilzeitstellen als Frauen. Sie sind durchschnittlich ehrgeiziger als Frauen. Sie sind eher bereit, für höheres Gehalt ihre Lebensqualität, ihre Gesundheit und ihre persönliche Sicherheit hintanzustellen, zu reisen und andere Belastungen auf sich zu nehmen. Wenn es z. B. um die Zahl der Todesfälle am Arbeitsplatz geht, so handelt es sich dabei in der Regel um Männer. Für gefährliche Arbeiten bezahlt unsere Gesellschaft besser. Wenn dem nicht so wäre, würde jemand eine Stelle annehmen, auf der ein erhebliches Verletzungsrisiko besteht?

Entscheidend ist also die Frage, was der Kultur am besten nutzt. Welche Aufgabe hat eine Frau, welche ein Mann, und wenn es tatsächlich einen Unterschied gibt zwischen beiden, dann gibt es sicherlich woanders auch einen Ausgleich. Die Natur sorgt dafür, dass ein Geschlecht eine Fähigkeit bekommt und behält, wenn gleichzeitig das Fehlen dieser Fähigkeit für das andere Geschlecht eine Stärke bedeutet, auf die es nicht verzichten kann.

Entscheidend für den Autor liegt der Unterschied in der Tatsache, dass ein Mann in der Entwicklungsgeschichte der Menschheit seine Gene an viele Frauen weitergeben konnte, aber um in diese Rolle zu kommen, musste er mit anderen Männern konkurrieren, der Stärkste sein. Wer kein Interesse daran hatte, die anderen auszustechen, der das Leben leicht nahm und zusah, wie sich die anderen vorbeidrängten, der pflanzte sich nicht fort. Wer dagegen die Ellenbogen ausfuhr, zeugte

mit größerer Wahrscheinlichkeit Nachwuchs. Von diesen Vorfahren stammen wir heutigen Männer ab. Wer Nachkommen wollte, musste andere Männer übertreffen. Nicht umsonst wurde im Mittelalter die Gründung einer Ehe an das Vorhandensein von Besitz gekoppelt, das allgemeine Heiratsverbot erst 1846 aufgehoben.

Frauen hatten in der Menschheitsgeschichte dieses Problem nicht. Sie traten zwar auch untereinander in Konkurrenz, aber ihnen ging es lediglich darum, einen besseren Partner (!) zu bekommen. Dieses erreichten sie nicht, indem sie andere Frauen im körperlichen Wettstreit niederrangen, sondern indem sie hübscher, süßer und liebenswerter waren als ihre Konkurrentinnen. Und die Antwort, warum die Monogamie für die Männer von Vorteil ist, ahnen Sie vielleicht, sonst finden Sie sie ebenfalls in dem Buch.

Ein Buch, das die Debatte um die Rolle von Frau und Mann in unserer Gesellschaft und die Frage und das Verständnis von Frauenquoten neu beleben wird.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Martin Bohus, Markus Reicherzer
Ratgeber Borderline Störung. Informationen für Betroffene und Angehörige
Hogrefe Verlag, Göttingen 2012

Auf Störungen der Interaktion und Kommunikation treffen wir insbesondere im Bereich der Beziehungs- und Paarberatung. Der vorliegende Ratgeber ist für Betroffene und Angehörige gedacht, aber auch Kolleginnen und Kollegen bietet er die Möglichkeit, sehr kompakt sich noch einmal bewusst zu machen, welche Verhaltens- und Erlebensmuster eine Borderline Störung kennzeichnen. So bietet er für die Diagnostik einen hilfreichen Leitfaden. Eine zentrale Frage für Klient(inn)en sind auch mögliche Ursachen. Zwar berichten 70% der Borderline-Patienten von sexuellem Missbrauch, körperlicher Gewalt oder emotionaler Vernachlässigung. Und so ist auch anzunehmen, dass diese Erfahrungen eine wichtige Rolle bei der Entwicklung der Störung spielen. Trotzdem gilt es, sich immer wieder bewusst zu machen, dass es viele Patienten gibt, die über keine derartige Erfahrung verfügen und dass man schlicht und einfach nicht sagen kann, wo die Störung ihren Ursprung nimmt. Als Möglichkeit der Behandlung – und das Wissen darum ist sehr wichtig, um Klient(inn)en einen Weg weisen zu können mit der Störung umzugehen – wird die Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) vorgestellt. So kann man als Berater nachvollziehen, was in der DBT geschieht, welche Bedeutung das Skills Training hat, z. B. die Module: innere Achtsamkeit, Stresstoleranz, Umgang

mit Gefühlen, zwischenmenschliche Fähigkeiten oder Möglichkeiten der Verbesserung des Selbstwertes. Abgerundet wird der Ratgeber mit wichtigen Internetadressen, Arbeitsblättern, einem Bericht einer Betroffenen und Hinweise für Angehörige.

Warum empfehle ich zunächst einmal Beraterinnen und Beratern, vorausgesetzt sie sind keine Fachleute in Borderline-Störungen, diesen Ratgeber zu lesen? Weil sie es sind, die Ratsuchende motivieren können, ihnen Mut machen, sich gezielte fachliche Hilfe zu holen. Und natürlich können sie dann zum Nachlesen ihren Klient(inn)en den Ratgeber empfehlen.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Liam Creed

... und dann kam Aero. Wie ein Hund mir half, ADHS zu überwinden

Ernst Reinhard Verlag, München 2012

Hat man in der Beratung mit Eltern Kontakt, deren Kind mit dem Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivität Syndrom (ADHS) kämpfen, so sind diese nicht selten verzweifelt und an den Grenzen ihrer Kraft angelangt. Das vorliegende Buch ist ein echter Mutmacher! Ein von der Störung Betroffener beschreibt seinen Weg der Heilung, nicht von der Störung aber davon, sie zu bewältigen. Ausgesucht für ein Fernsehprojekt lernt er mit dieser Störung einen Hundewelpen für hilfsbedürftige Menschen zu trainieren.

Aber wie kam der Autor in dieses Projekt? Das Besondere an ADHS ist, dass Dinge meist passieren, bevor man eine Chance hat, eine fundierte Entscheidung über das zu treffen, was man gerade tut. Und so wurde der Autor für sich selbst und seine Umgebung eine wandelnde Katastrophe. Abgesehen von seinen offensichtlichen Verhaltensauffälligkeiten gab es ein anderes Problem, das im Alltag großen Schaden anrichtete, und das war die Tatsache, dass er die Aufmerksamkeit seiner Mutter rund um die Uhr, sieben Tage in der Woche brauchte. Doch er hatte Glück, denn seine Mutter wusste trotz all seiner Wutausbrüche ganz tief im Inneren, dass er ein guter Junge war.

Hinzu kam ein verständnisvoller Lehrer, der den Weg in das Projekt bahnte. In dieser Tier-gestützten Intervention, der Ausbildung eines Welpen zu einem Hund, der bedürftigen Menschen z. B. die Tür öffnen oder auch Wäsche in die Waschmaschine sortieren kann, geschah für den Autor das Wunder. Der Kontakt mit dem Tier und einfühlsamen Trainern ermöglichte es ihm, relativ uneingeschränkte Akzeptanz zu erfahren. Bei ihm und in der Hundeschule fühlte er sich zum ersten Mal nicht wie ein exzentrischer Außenseiter. Diese neuen Erfahrungen von Bezie-

hung, Selbstwirksamkeit und Gebrauchtwerden ermöglichten ihm, Fähigkeiten auszubilden, die bei Menschen mit ADHS unzureichend vorhanden sind: Konzentration, Aufmerksamkeit, Ruhe und Impulskontrolle.

Ein spannendes und rührendes Buch, in dem der Leser Liam auf seinen Weg in ein neues Leben begleitet; abgerundet mit einem Beitrag über die Wirkung von Tieren auf Menschen mit dem ADHS aus Expertensicht.

Das Buch gehört als Anschauung und Empfehlung für Eltern aber auch Therapeuten in jede Erziehungsberatungsstelle.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Ernst Engelke

Gegen die Einsamkeit Sterbenskranker. Wie Kommunikation gelingen kann

Lambertus Verlag, Freiburg 2012 (978-3784121116), 378 Seiten

Der Autor hat Philosophie, Theologie, Pädagogik und Psychologie studiert und ist ein ausgewiesener Fachmann in der Begleitung sterbenskranker Menschen. Seine Erfahrungen gibt er in Fortbildungen an Mitarbeiter(innen) von Sozial- und Palliativstationen, Hospizen, Altenheimen und Hospizstationen weiter. Seine Beobachtungen und Empfehlungen basieren auf einem breiten Erfahrungshintergrund. Er möchte "ermutigen ...", sich der "Lebenswirklichkeit (der Sterbenden) und der Lebenswirklichkeit ihrer Begleiter zu stellen, ..." und "weitergeben, ...wie Kommunikation mit Sterbenskranken gelingen kann" (S. 12).

Engelkes Buch wendet sich in erster Linie an Ärzte und Pflegende, sowie möglicherweise an Hospizhelfer(innen), also Personen, die direkten Kontakt mit Sterbenskranken haben, weil es umfassende Einblicke und Anregungen bietet. Es zu lesen kann aber auch durchaus hilfreich sein für Berater(innen), die mit Schwerkranken oder deren Angehörigen zu tun haben.

Das Erleben und Verhalten Sterbenskranker wird unter verschiedenen Aspekten betrachtet. Die Frage nach der "Wahrheit" (weiß der Kranke, wie es um ihn steht, will er es wissen?), die Bedeutung elementarer körperlicher Bedürfnisse, das Auf und Ab von Angst und Hoffnung, die Einsamkeit, die oft kreative Doppeldeutigkeit der Sprache, Bewertungen des eigenen Lebens und andere Themen werden in ihrer Bedeutung für den Kranken intensiv beleuchtet und machen die Besonderheit seiner Lage verständlich.

Weiter lenkt Engelke den Blick auf die Situation und die Reaktionen von Angehörigen und Freunden, bevor er Erleben und Verhalten der professionellen Helfer be-

schreibt. Durchaus kritisch zeigt der Autor auch strukturelle Bedingungen auf, die zu Überforderung der Helfer führen können. So ist die Verweildauer der Patienten auf Palliativstationen innerhalb der letzten 12 Jahre auf ca. ein Viertel der Zeit gesunken, weil Sterbende noch kurz vor ihrem Tod auf die Palliativstation verlegt werden. Die Sterbenden kommen zum Schluss noch in eine neue, fremde Umgebung. Das verstärkt das Gefühl von Einsamkeit und Abgeschobensein. Die Professionellen sind in kurzen Abständen mit dem Tod von Patienten konfrontiert ("vier Tote in fünf Stunden"). Das kann zusammen mit anderen Herausforderungen leicht zu einer – strukturellen – Überforderung führen (S. 194).

Das umfangreichste Kapitel widmet sich der im Untertitel des Buches aufgeworfenen Frage, wie Kommunikation mit Sterbenskranken dennoch gelingen kann. Bei den "Bausteinen dialogischer Kommunikation" geht der Autor auf verschiedene wichtige Aspekte ein. Er unterscheidet z. B. drei relevante Grundformen der Kommunikation (small talk, begleiten und beraten) und zeigt deren Chancen und Grenzen. Das "Begleiten" entspricht weitgehend der non-direktiven Gesprächsführung. "Ein wirklicher Begleiter geht einen kleinen Schritt hinter dem Sterbenskranken her, ... versucht zu erkennen, was den Sterbenskranken bewegt und umtreibt. Begleiten ist der schmale Weg zwischen Identifikation auf der einen Seite und Distanzierung auf der anderen Seite" (S. 211). Beraten dagegen ist Hilfe bei Entscheidungen, wobei der Berater sich in den Dienst des Ratsuchenden zu stellen und auf Machtausübung und Manipulation zu verzichten hat.

Engelke stellt ein eigenes einfaches Kommunikationsmodell vor, das hilft Begegnungen und Gespräche effizient zu strukturieren. Es differenziert vier verschiedene Arten von Fokussierung in der Kommunikation, speziell der Beantwortung von Fragen des Patienten: Ich-Fokussierung, Du-Fokussierung, Es-Fokussierung und Lebenswelt-Fokussierung. Sie alle haben ihre Berechtigung.

Die Einengung jedoch ist problematisch, wenn die Du-Fokussierung fehlt, die Frage nach Wünschen und Ergehen des Patienten. "Wenn dem Sterbenskranken ermöglicht wird, sein Befinden und seine Anliegen selbst mitzuteilen, erspart sich sein Gesprächspartner umständliches und zeitraubendes Fragen."

Die Leser(innen) bekommen Informationen auch über Gebräuche und Pflichten im Zusammenhang mit den monotheistischen Religionen und erhalten Anregungen für den hilfreichen Umgang mit speziellen Herausforderungen, wie z. B. dem Mitteilen schlechter Nachrichten oder der Äußerung von Suizidgedanken/-absichten.

Engelke geht auf vielfältige, z. T. sehr spezielle Themen ein, die im konkreten Umgang mit Sterbenskranken Bedeutung haben können. Seine Ausführungen machen immer wieder deutlich, was Berater(innen) nur allzu gern bestätigen werden: Rat, Aufmunterung, Trost können nur helfen, wenn sie nicht dazu dienen, mir den Leidenden und sein Leid vom Leibe zu halten, sondern mich auf den anderen mit seinem Leid einzulassen.

Insofern ist dieses Buch zu dem sehr speziellen Thema auch eine Untermauerung für das, was überhaupt gute Gespräche ausmacht, sei es im Alltag, in der Beratungsstelle oder am Sterbebett.

Eva Reinmuth, Hohenloherstr. 27, 97234 Reichenberg

beratung.reinmuth@googlemail.com

Lydia Hantke, Hans-Joachim Görges

Handbuch Traumakompetenz: Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik

Junfermann Verlag, Paderborn 2012 (ISBN 978-3873878686), 512 Seiten

Schon lange wartete ich auf dieses Handbuch, hat mir doch von den verschiedenen Weiterbildungen, die ich als Psychologin gemacht habe, keine für meine praktische Arbeit mit traumatisierten Menschen so viel gegeben, wie die Ausbildung zur traumazentrierten Fachberaterin (DeGPT) bei den beiden Autoren. So freue ich mich sehr, dass das Fachwissen nun in "gebündelter" Form vorliegt. Es richtet sich an Berater(innen) und Pädagog(inn)en, Erzieher(innen) und Lehrer(nnen), Pflegekräfte, Einzelfallhelfer(innen), Therapeut(inn)en, Vollzugshelfer(innen), Polizeibeamtinnen/Polizeibeamte und Notfallseelsorger(innen). Der Einfachheit halber werde ich im folgenden Text nur von Beratern sprechen.

Das Titelbild des Buches mit einer aufgeblühten weißen Seerose finde ich stimmig gewählt, da doch Seerosen die botanische Besonderheit aufweisen, dass sie über die Blattoberseite atmen, um zu überleben. Genau darum geht es in diesem 512 Seiten und 825 Gramm schweren Praxisbuch für die Arbeit mit traumatisierten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Es geht um Finden und Stabilisieren neuer Lösungen im Umgang mit traumatisierten Kindern, Jugendlichen, Gruppen, kognitiv eingeschränkten Menschen und Erwachsenen, auch in anderen Kulturkreisen. Und es geht um die nicht mehr wahrgenommenen Stärken und die unterschiedlichen Arten von Kraft, die sich in den ganz eigenen Formen von Weiterleben entwickelt haben. Es geht darum, wie wir als Beraterinnen und Berater helfen können, diese besonderen Stärken zu erkennen und im Umgang mit den erlittenen Verletzungen stabil zu werden.

Die Autorin Lydia Hantke ist Diplom-Psychologin, Systemische und Hypnotherapeutin, Traumatherapeutin, Supervisorin, Master of "Biographical and Creative Writing" und gründete 2002 das "Institut Berlin". Hans-Joachim Görges ist Diplom-Psychologe, Systemischer und Hypnotherapeut und arbeitet seit 2005 freiberuflich im Institut Berlin. Die Autoren sind beide im Bereich Therapie, Weiterbildung und

Supervision tätig, haben in unterschiedlichen Arbeitsfeldern gearbeitet und verfügen über einen breiten Erfahrungsschatz. Beeindruckt bin ich, wie es den Autoren gelungen ist, dieses umfassende Curriculum und diesen Wissensschatz in diese sehr gut lesbare, übersichtliche Form zu bringen.

Das Buch ist in zwei große Abschnitte gegliedert. Im Teil I (180 Seiten) werden die theoretischen Grundlagen erläutert, wobei die Autoren Erkenntnisse von Traumatheorie, Entwicklungspsychologie und Neurowissenschaften sehr gut verständlich und übersichtlich miteinander verbinden. In Teil II (330 Seiten) werden praktische Übungen zu allen Teilen der Traumarbeit systematisch vorgestellt.

Teil I beginnt damit, dass die Autoren transparent ihre Hintergründe darstellen, "woraus sich der Nährboden unserer Gedanken zusammensetzt" (S. 25), dabei gehen sie von der Grundannahme aus: "wir konstruieren uns die Welt immer wieder neu aus dem, was wir gelernt und zur Verfügung haben." (S. 26), entsprechend entstand auch ihr theoretischer Ansatz der Traumatherapie aus der Systemischen Therapie und der Hypnoseforschung. Teil I beschäftigt sich dann intensiv mit der Gehirnentwicklung, erklärt Grundbegriffe wie Traumata, Notfallreaktion, Spannungskurve, Ressourcenbereich und die verschiedenen Formen der Dissoziation. Immer wieder schaffen es die Autoren, sonst oft trocken lesbare Theorie über Psychotraumatologie in origineller, leserfreundlicher Sprache darzustellen. So veranschaulichen sie beispielsweise den Entwicklungsverlauf vom Fötus, pränatal zum Kleinkind bis zur Pubertät, indem sie es aus der Erlebnisperspektive erzählen. An vielen Stellen ist die Sprache kreativ, ausdrucksstark und bildhaft. So wird beispielsweise im Kapitel Notfallreaktion die Aufgabe des Hippocampus so beschrieben: "... der Bibliotheksangestellte am Schalter unseres Gedächtnisses, nimmt alles Material an und muss die Information an seinem kleinen Tresen horten, weil er nichts in die Verarbeitungsregion ... weiterreichen kann." (S. 60) Weiter führen die Autoren zur Veranschaulichung ein "Häschen" für das limbische System und einen "Denker" für die Großhirnrinde ein. So kann Psychoedukation in der Praxis auf Verständnis stoßen, besonders auch bei Kindern und kognitiv eingeschränkten Menschen! Wichtige bildliche Darstellungen und Informationen zur Psychoedukation befinden sich in Farbe und als herausnehmbarer Teil im Anhang.

Die ausführliche Erläuterung der praktischen Übungen in Teil II beginnt bei Nothilfen, Dissoziationsstops, Stabilisierungs- und Reorientierungsübungen und erklärt die hilfreiche Rolle und den Umgang mit Normalisierungsinterventionen. Dies wird ergänzt durch eine große Palette an Wahrnehmungsübungen für Körper und Geist im Hier und Jetzt, sowie durch zahlreiche Übungen für die Ressourcenbereichserweiterung, z. B. Schreiben als Ressource, Innere Helfer oder die Schutzmantelübung. Weiterhin wird der "Handbuchkatalog praktische Übungen" ergänzt durch Übungen zur Verantwortungsübernahme und Übungen zur Distanzierung, z. B. Bildschirmarbeit, Externalisierung, Telearbeit oder die Arbeit mit dem Inneren Kind, sowie die Einbeziehung von anderen Menschen als zusätzliche Unterstützung.

Alle diese Übungen werden nach einem gleichbleibenden Schema beleuchtet. Anhand der Übung "Arbeit mit dem Ressourcenbarometer" aus dem Übungskapitel für die Wahrnehmung von Unterschieden in Zeit und Raum, soll dieses Schema hier exemplarisch dargestellt werden. Zunächst gibt es einen Einführungstext zu der Übung, dort wird dann erklärt, warum das Ressourcenbarometer ein geniales Instrument zur Verankerung im Hier und Jetzt ist. Anschließend werden unter der Überschrift "Wann, Warum und Wie?" die Rahmenbedingungen für den Einsatz des Ressourcenbarometers, die Ziele von Kompetenzaufbau, Raum- und Zeitorientierung, Anforderungen an Raum, Zeit und Material anhand von konkreten Beispielen und Situationen aufgeführt: z. B. "In der Traumaberatung weiß der Klient nicht mehr, was er tun soll, er hat Angst, er ist durcheinander und er hat das Gefühl, er kann gar nicht erzählen, worum es geht." (S. 283) Es folgt eine ausführliche Anleitung, wie die Übung durchgeführt werden soll, die Schwierigkeiten und Gefahren bei den Übungen werden ebenso beleuchtet, wie die Situation danach und die Auswirkungen der Übung. Das Schema für die Darstellung jeder Übung beinhaltet dann weiterhin zu jedem einzelnen Setting extra, d. h. für Kinder, Jugendliche, kognitiv eingeschränkte Menschen, Gruppen und Menschen aus anderen Kulturkreisen, die Besonderheiten, die es im Kontakt zu berücksichtigen gilt. Das Schema der Darstellung jeder Übung endet mit einem Transkript aus der Praxis.

Die Stärken des Buches sind neben leicht verständlichen Darstellungen selbst schwierigster Prozesse, z. B. "Was passiert im Körper bei einem Trauma?", sehr schöne Skizzen, übersichtliche Abbildungen und verwendete Metaphern. Sehr gut finde ich auch, dass explizit bei allen Übungen auf mögliche Gefahren hingewiesen wird, so z. B. dass man bei der Bildschirmtechnik bei Jugendlichen darauf achten soll, dass sie nicht ihr Handy für ihren unangenehmen Film nehmen (S. 416). Bei jeder Übung wird darüber hinaus ausführlich auf mögliche Schwierigkeiten beim Durchführen der Übung hingewiesen und dabei zusätzlich gleich konkrete Lösungen und Erklärungen angeboten, wie man damit umgehen könnte. Umfangreiche Übungen aus allen Gebieten der Traumarbeit, machen das Handbuch zu einer Schatzkammer, aus der sich jede Beraterin und jeder Berater, die für sie/ihn passende Übung aussuchen kann. Bereits zu Beginn des Buches kann man anhand des ausführlichen detaillierten Inhaltsverzeichnisses erahnen, dass dieses "Schatzbuch" dem Namen Handbuch sehr gerecht wird. Einen besonderen Pluspunkt erhält das Buch von mir darüber hinaus für das ausführliche kommentierte zehnteilige Literaturverzeichnis, um sich im Dschungel der Traumaliteratur gut zurecht zu finden (S. 510 ff.).

Was hätte ich mir noch gewünscht? Aus meiner Sicht ist in diesem echten Handbuch alles drin: Was, Wie, Wann und Warum? Was ich mir trotz ausführlichem Register vorne noch persönlich gewünscht hätte, dass es bei der Vielfalt der Übungen im Anhang für einen schnellen Überblick eine Tabelle gibt mit Kategorien, z. B. Welche Übung für was braucht wie viel Zeit?

Allen im Sozialwesen Tätigen, die Basiswissen und Handlungskompetenz z. B. auch durch Schritt-für-Schritt-Anleitungen im Umgang mit traumatisierten Men-

schen erwerben möchten, kann ich die Anschaffung dieses besonderen Fachbuches zum Basiswissen für Theorie, Beratung und Pädagogik sehr empfehlen.

Anke Culemann, Diplom-Psychologin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (DAJEB), Systemische Kinder- und Jugendlichentherapeutin (NIK), Traumazentrierte Fachberaterin (DeGPT)
Familienberatungsstelle Zehdenick
Im Kloster 1, 16792 Zehdenick
a.culemann@immanuel.de

Manfred Hassebrauck
Der kleine Liebesberater

Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2012

Dem Thema Liebe, Sexualität widmen sich viele Ratgeber, denn wer will nicht, dass das Liebesglück bzw. die Lust in der Sexualität anhält? Bei dem vorliegenden Werk handelt es sich um einen ganz besonderen Ratgeber, denn er beruht auf den Ergebnissen wissenschaftlicher Forschung. Der Autor, Professor für Sozialpsychologie an der Universität Wuppertal, widmet seine Arbeit seit drei Jahrzehnten den Themen Liebe, Partnerwahl und Beziehung. So gibt es 100 Fragen und 100 wissenschaftlich fundierte Antworten – mit den entsprechenden Belegen dazu. Und das macht das Besondere an diesem Buch, dass die Hinweise nicht "aus dem Bauch" geschrieben sind. Nun mögen manche erschrecken, wenn sie "wissenschaftlich" hören. Das Buch ist so geschrieben, dass auch Nicht-Wissenschaftler es verstehen und ihren Nutzen daraus ziehen können.

Natürlich geht die erste Frage darum: Was ist eigentlich Liebe? Die lapidare Antwort lautet: dass es die Liebe nicht gibt, sondern sie eine Mixtur ist aus Intimität, Leidenschaft und Bindung. Und selbstverständlich wird erläutert, was unter den drei Komponenten zu verstehen ist. Auch der Frage, ob eine Liebe ein Leben lang halten kann, wird nachgegangen oder der Frage, wie wichtig Sex in einer Beziehung ist.

Das Buch bietet all denjenigen, die endlich fundierte Antworten auf diesen Themenkomplex haben wollen, zumindest gewichtige Anhaltspunkte. Ob sie sich dann damit zufrieden geben wollen oder sich dafür entscheiden, die berühmte Ausnahme von der Regel zu sein, steht auf einem anderen Papier.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Raimar Kremer, Jutta Lutzi, Bernd Nagel (Hrsg.)

Notfallseelsorge – Theologische und psychologische Aspekte

Forum GesundheitsMedien, Merching 2012 (978-3942436502), 256 Seiten

Wer sich in die Themen der Notfallseelsorge einarbeiten möchte, kann nur auf wenige Titel zurückgreifen, die umfassend informieren. Der Klassiker ist das von Joachim Müller-Lange herausgegebene "Handbuch Notfallseelsorge", das 2006 in 2. Auflage erschienen ist und in diesem Jahr in völlig überarbeiteter und erweiterter 3. Auflage herausgegeben wird. Das Kursbuch "Notfallbegleitung für Muslime und mit Muslimen" (2011) beschreibt nicht nur das Kurrikulum für die Ausbildung von ehrenamtlichen muslimischen Notfallbegleitern, sondern besticht durch seine kurzen und präzisen fachlichen Beiträge. Es gibt für die Begleitung von Muslimen in Notfallsituationen wertvolle Hinweise, behandelt aber seelsorgliche Fragestellungen nur am Rande. Aus dem katholischen Bereich stammt das von Christof Breitsameter 2012 herausgegebene Buch: "Notfallseelsorge – Ein Handbuch". In fast 30 Beiträgen gibt das Buch Auskunft zu den unterschiedlichsten Aspekten der seelsorglichen Krisenbegleitung, greift aber auch juristische, medizinethische und philologische Themen auf.

Ende 2012 erschien im Verlag Forum GesundheitsMedien das von Raimar Kremer, Jutta Lutzi und Bernd Nagel herausgegebene Buch "Notfallseelsorge – theologische und psychologische Aspekte". Mit diesem Buch, das aus der Arbeit des Zentrums Seelsorge und Beratung der Evangelischen Kirche in Hessen und Nassau (Friedberg) entstanden ist, wird ein wichtiger Beitrag zur Qualitätssicherung dieses Seelsorgebereiches geleistet. Auch wenn die Schrift nicht den Anspruch eines Handbuches erhebt, kann ich es als praxisorientiertes Handbuch sehr empfehlen. Es eignet sich hervorragend sowohl als Grundlagenbuch bei der Ausbildung von ehrenamtlichen Notfallseelsorgenden, als auch zur Vertiefung der notfallseelsorglichen Kenntnisse von Theologinnen und Theologen. Das Buch basiert teilweise auf dem "Praxishandbuch der Notfallseelsorge" (2009) aus dem gleichen Verlag, das sowohl als Loseblattsammlung als auch als CD-ROM erschienen ist.

Das nun vorliegende Buch ist in sechs Abschnitte gegliedert:

1. theologische Aspekte,
2. die helfende Ethik in den Religionen,
3. psychologische Aspekte,
4. Kinder in der Notfallseelsorge,
5. die Praxis der Notfallseelsorge,
6. Materialien zu Liturgie und Predigt

Die praxisorientierten Beiträge bestechen durch ihre Beschränkung auf das Wesentliche und durch ihre präzise Formulierung. Wer mehr wissen will, wird auf die weiterführende Literatur verwiesen.

Sehr erfreulich ist, dass sich die Autoren besonders mit theologischen, ethischen und liturgischen Fragen beschäftigen. Ich habe bei der Ausbildung von ehrenamtlichen Notfallseelsorgenden die Erfahrung gemacht, dass es für die theologischen (z. B. Theodizeefrage) und seelsorglichen (z. B. Rituale, Gesprächsführung) Fragestellungen nur wenig Literatur gibt, die die NotfallSEELSORGE gegenüber der NotfallBEGLEITUNG qualifiziert. In diesem Buch werden durchgehend die seelsorglichen Aspekte in Notfallsituationen reflektiert.

Mit Gewinn habe ich das Kapitel "Helfende Ethik in den Religionen" gelesen, da nicht nur der Islam, sondern auch das Judentum in den Blick genommen wird. Sehr hilfreich ist der Beitrag von Raimar Kremer "Christliche Seelsorgende im Umgang mit Menschen muslimischen Glaubens". Er greift die typischen Fragen auf, die sich beim Notfallseelsorgeeinsatz in muslimischen Familien stellen, beantwortet sie und zeigt mögliche Probleme an.

Bei der Beschreibung der psychologischen Aspekte (Kapitel 3) fällt angenehm auf, dass die Situation der Notfallseelsorgenden besonders in den Blick genommen wird. Die Belastungen durch die 24-stündige Rufbereitschaft werden von Jutta Lutz ebenso thematisiert, wie die Gefahr des "burnouts" oder des "Helfersyndroms". Gut ist, dass auch Bewältigungsformen für die Notfallseelsorgenden selbst angesprochen werden.

Der Umgang mit Kindern in Notfallsituationen ist für die Notfallseelsorge ein relativ neues Kapitel. Erst 2012 hat sich der 14. Bundeskongress Notfallseelsorge in Erfurt damit ausführlich beschäftigt. Umso erfreulicher, dass den "Kindern in der Notfallseelsorge" ein eigenes Kapitel gewidmet wird, in dem es um die Kommunikation mit Kindern und deren Vorstellungen vom Tod geht. Auch der plötzliche Kindstod wird an dieser Stelle thematisiert, u. a. mit Blick auf die Trauer der Geschwister.

Als weitere Einsatzindikationen werden im nächsten Kapitel das Überbringen einer Todesnachricht, häusliche Notfälle, Suizid und Suizidalität und Großschadenslagen ("Seelsorge nach traumatischen Erlebnissen") aufgegriffen. Auch hier fällt wieder eine besondere Stärke des Buches auf: Neben der präzisen Beschreibung der mit der einzelnen Indikation verbundenen Fachkenntnisse (Feldkompetenz), werden die besonderen seelsorglichen Herausforderungen beschrieben und anhand von Beispielen aus der Praxis diskutiert. Mit Gewinn habe ich die Beiträge von Raimar Kremer zu den Themen Sozialbestattungen und Qualitätssicherung und von Bernd Nagel zu den Themen Zeit- und Raumkategorie und "Was wirkt in der Seelsorge?" gelesen. Sie schärfen den Blick für das eigene seelsorgliche Handeln. Ich kann mir diese (und weitere) Beiträge auch gut als Grundlage für eine weiterführende und vertiefende Diskussion bei regionalen Fortbildungen für Notfallseelsorgende vorstellen. Auch an dieser Stelle beweist sich der praxisbezogene Charakter des Buches.

Das letzte Kapitel stellt Materialien zu Liturgie und Predigt bereit. Neben sechs Predigten bzw. Andachten gibt es eine kleine Sammlung von Gebeten und Aussegnungsliturgien, u. a. auch für einen orthodoxen Christen.

Das Buch erfüllt den Anspruch der Herausgeber "zur Reflexion der eigenen Praxis und zum Vertiefen des theoretischen Wissens" (S. 13) beizutragen. Es ist durchgehend praxisorientiert und ein wichtiger Beitrag zur Profilierung der NotfallSEELSORGE in der Gemengelage von kirchlichen und säkularen Angeboten in diesem Bereich. Das Buch bietet einen hervorragenden Einstieg in das Arbeitsfeld der Notfallseelsorge, ist gut lesbar und leicht verständlich geschrieben. Das unterstreicht die Hoffnung der Herausgeber, mit diesem Buch "Unentschlossene für den spannenden Dienst der Notfallseelsorge zu gewinnen" (S. 13). Schade nur, dass der Titel des Buches so langweilig und wenig einladend wirkt.

Joachim Wolff,
Gemeindepfarrer (75%) joachim.wolff@ekir.de und
Koordinator der ökumenischen Notfallseelsorge im Kreis Kleve (25%)
www.notfallseelsorge-kleve.de.

Mitautor beim Müller-Lange, J., Rieske, U., Unruh, J. (Hrsg.): *Handbuch Notfallseelsorge*, 3. Aufl. 2013, darin Artikel gemeinsam mit Bernhard Ludwig: "Ausbildung von ehrenamtlichen Notfallseelsorgenden (ENFS)" (erscheint 2013)

Adrian Naefs

Ein schamloser Blick auf die Dame in Schwarz: 79 Thesen zu Depression und Gesundheit

Elster Verlag, Zürich 2011 (ISBN 978-3907668900), 154 Seiten

Adrian Naef lädt bereits mit dem Titel seines Buches ein zu einem schamlosen Blick auf die Dame in Schwarz. Und tatsächlich hat mich genau dieser Buchtitel schon sehr neugierig auf die "79 Thesen zu Depression und Gesundheit" gemacht. Wie viel interessanter ist es mit der von C. G. Jung zitierten Dame in Schwarz zu Tisch zu gehen, als sich ganz theoretisch mit der Problematik der Depression auseinander zu setzen?

Beim Lesen habe ich dann auch verstanden, was das Schamlose an Naefs Blick auf diese Erkrankung ausmacht. Er hinterfragt den zurzeit gängigen Umgang mit der Depression, indem er z. B. unsere Gesundheitssysteme als krank bezeichnet und dem sogenannten "Nachtgänger" – so nennt er die/den an Depression Erkrankte(n) – die Erkrankung als "Notbremse unserer Seele" zugesteht. Laut Naef können dem Menschen, der schwer erkrankt ist, andere von außen nicht helfen, er braucht Zeit und muss "gelassen" werden, um wieder zu gesunden.

Die 79 Thesen lassen sich kaum zusammenfassen, da sie sehr unterschiedlich sind. Anhand der Überschriften einzelner Thesen, die stark polarisierend wirken können, möchte ich einen Einblick in Naefs Aussagen geben:

- Es ist nicht entscheidend, Gründe zu kennen (These 1)
- Ein Phänomen, das keiner Therapie bedarf (These 7)
- Eine Depression kann das Beste sein, das einem je wiederfahren ist (These 8)
- Es gibt gute Gründe in der Hölle zu bleiben (These 10)
- Einsicht wendet alles (These 13)
- Zwei Drittel aller Unfälle und Krankheiten haben eine Botschaft (These 15)
- Wer Gesundheit will, darf keine Angst haben, sie zu verlieren (These 23)
- Wir meinen zu verstehen und rechtfertigen nur das Bisherige (These 43)
- Depression ist ein religiöses Phänomen (These 50)
- Humor wäre das Aspirin allen Leidens (These 53)
- Man gibt sich zu viel Mühe (These 59)
- Trotz allem: kein Zweifel mehr an der Großartigkeit dieser Welt (These 79)

Die Thesen des Autors finde ich interessant, aber nicht immer leicht zu verstehen und zum Teil auch schwer zu befürworten – schon alleine dadurch, da sie auf mich sehr ungewohnt und daher auch ungewöhnlich wirken. Naef rüttelt auf, macht neugierig, zeigt unbekannte Aspekte der Thematik. Auf jeden Fall habe ich durch das Lesen dieses Buches begonnen, die Depression aus einer mir neuen Richtung zu betrachten. Warum hat sich Naef denn so intensiv mit dieser Krankheit beschäftigt? Er durchlebte selbst drei Jahre lang eine schwere Depression.

Sandra Förster, Diplom-Sozialarbeiterin, Ehe,- Familien- und Lebensberaterin (DAJEB)
sandra.foerster@profamilia.de
sandra.foerster@lichtblick-beratung.de

Ulrike Pilz-Kusch

Burnout: Frühsignale erkennen – Kraft gewinnen. Ein Praxisübungsbuch für Trainer, Berater und Betroffene

Beltz Verlag, Weinheim 2012

Manchmal treffe ich auf Menschen, die mich an einen Motor erinnern, der unter hohen Drehzahlen läuft. Und sie selber merken es überhaupt nicht. Wenn sie Glück haben, ist das Zusammenleben mit ihnen so anstrengend, dass der Partner

sie in eine Paarberatung schleppt oder gute Freunde sie darauf aufmerksam machen, dass mit ihnen etwas nicht stimmt, dass es schwer ist, mit ihnen wirklich in Kontakt zu kommen. So landen sie dann bei einem Coach oder in der Beratung und lernen, sich Zeit zu lassen, sich zu spüren, um mit sich selber in Kontakt zu kommen.

Das vorliegende Buch bietet dazu einen Rahmen auf der Grundlage des Focusing. Acht Schlüssel werden angeboten, zur eigenen Schatzkiste, den eigenen Ressourcen, wieder zu finden. Diese Entdeckungsreise bedingt natürlich zunächst beim eigenen Körper, zu lernen auf dessen Stimme zu hören. Im nächsten Schritt freundlich und fürsorglich sich im eigenen Tun zu beobachten. Dann sich Freiräume zu gestalten und wahrzunehmen, wie damit wirksame Entlastung erfahren werden kann. Im vierten Schlüssel wird das Veränderungspotenzial der Akzeptanz erkannt, nach dem Motto: Tatsachen sind freundlich. Sodann wird der Fokus auf das gelenkt, was stärkt und eine Lösung nahe bringt, um zum Schluss ressourcenschonend und aktivierend zugleich in den eigenen Rhythmus, der Kraft des gesunden Wechsels zu gelangen.

Gleich welche Gruppe man als Trainer leitet, Burnout-Prophylaxe, Eltern oder Paare vor dem scheinbaren Ende ihrer Beziehung, der rote Faden dieses Buches in Verbindung mit den vielen praxisnahen und sofort einsetzbaren Übungen ist eine wahre Fundgrube.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Kirk J. Schneider, Orah T. Krug
Humanistisch-Existenzielle Therapie
Ernst Reinhard Verlag, München 2012

In diesem Buch geht es um die Geschichte, den theoretischen Rahmen und die praktische Anwendung der heutigen humanistischen-existenziellen Therapie. Diese Therapieform ist tief verwurzelt mit der Frage, was es bedeutet, voll und subjektiv lebendig zu sein. Martin Bubers "Ich-Du-Philosophie" wird wieder wachgerufen, denn das Hauptelement der Therapie ist "Heilen durch Begegnung". Praktiker dieser Therapieform sind der Überzeugung, wenn lebens einschränkende Muster in der Gegenwart erlebt werden, dass Klient(inn)en dann eher bereit und in der Lage sind, in Zukunft lebensbejahende Muster zu wählen. Anders formuliert, der Weg zu größerer Freiheit wird paradoxer Weise durch die Begegnung mit den Dingen gefunden, in denen wir gefangen sind.

Um mit Klient(inn)en dahin zu gelangen, bestimmen vier Kernziele die Praxis. Zunächst einmal geht es darum, ihnen zu helfen, sich selbst und anderen gegenüber präsenter zu sein; dann sie erfahren zu lassen, wie sie sich sowohl mobilisieren als auch im Hinblick auf eine vollere Präsenz selbst blockieren; dann geht es darum, ihnen Wege aufzuzeigen, die Verantwortung für die Gestaltung ihres derzeitigen Lebens zu übernehmen und letztlich sie auf dem Weg zu begleiten, Möglichkeiten des Seins in ihrem äußeren Leben zu wählen oder zu verwirklichen – und zwar auf der Grundlage dessen, dass sie sich den existenziellen Gegebenheiten wie Endlichkeit, Ungewissheiten und Angst stellen und ihnen nicht ausweichen.

Unabhängig von der therapeutischen oder beraterischen Schule, der sich jemand verbunden fühlt, bietet dieses Übersichtswerk viele Impulse, das eigene beraterische Handeln zu reflektieren und inspirieren zu lassen.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Roland Weber

Gehen oder bleiben? Entscheidungshilfe für Paare

Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2012

Scheiden tut weh, sagt eine alte Volksweisheit. Aber auch Bleiben kann wehtun, wenn man sich nicht klar für das Bleiben entschieden hat. In unserer Ex und Hopp Gesellschaft ist der Schritt sich zu trennen schnell als Problemlösung da. Häufig verbunden mit der Hoffnung, mit dem neuen Mann, der neuen Frau würde alles besser. Ein Irrtum, wie die Scheidungsforschung zeigt. Damit es in einer neuen Beziehung allerdings besser werden kann, gilt es, sich bewusst zu machen, ob man gehen oder bleiben will. Und das erfordert einen inneren Entwicklungsprozess, den man zumindestens alleine, am besten aber mit dem Partner gemeinsam gehen sollte.

Wie Roland Weber aufzeigt, sind es insbesondere Erwartungen, hohe Qualitätsansprüche an eine Beziehung, die zu Überforderungen und Enttäuschungen führen können. Und werden diese dem Partner angelastet, treibt man die Beziehung in die Insolvenz. So geht der erste Schritt dahin, sich zu fragen, wovon man sich eigentlich trennen will und müsste. Sind es die Erwartungen oder der Partner? Mithilfe eines Tests über Stärken und Schwächen der Beziehung: "Wir teilen die Arbeit im Haushalt gerecht auf." "Wir machen uns Komplimente und zeigen uns, dass wir uns attraktiv finden." oder "Wir sprechen einfach so darüber, was wir am Tag gemacht haben." ist es möglich, diffuse Gefühle zu benennen, damit eine

Entscheidung reifen kann. Denn nur eine Entscheidung, die in Ruhe hat reifen können, eröffnet für die Zukunft neue konstruktive und wachstumsorientierte Möglichkeiten. Hierbei ist es insbesondere wichtig, dass die Intuition, das kluge Unbewusste und der Verstand miteinander eins sind. Für all diejenigen, die nach dem Abwägen zur Idee kommen, wir könnten es ja eigentlich noch mal versuchen, gibt es im Schlusskapitel deutliche Hinweise, wie es möglich ist, auf die Liebe Einfluss zu nehmen. So ist etwa das Verstehen des Partners nicht nur eine Frage der Fähigkeit, sondern auch ein Akt des Wollens, den Partner verstehen zu wollen oder nicht.

Neben dem grundsätzlichen "Ja, ich will dich, und ich bin für dich da", sollten in einer Zeit, wo eine Ehe und Partnerschaft weit mehr ist als eine Wirtschaftsgemeinschaft oder als ein Bündnis zum Erhalt der Gesellschaft und Aufzucht der Kinder, die Fragen des Gehens oder Bleibens – auch wenn man sich noch so gut versteht – zu einer regelmäßigen Übung, etwa vor dem Hochzeitstag, werden. Das würde vielen unnötiges Leid ersparen und sicherlich die Zahl der Ehescheidungen in unserem Land senken. Für diesen TÜV vor dem Hochzeitstag bietet das Buch eine hervorragende Grundlage.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Jeffrey E. Young
Kognitive Therapie für Persönlichkeitsstörung, Ein Schema-fokussierter Ansatz
dgvT Verlag, Tübingen 2012

Mittlerweile gibt es eine Fülle an Veröffentlichungen zur Schematherapie. Da stellt sich die Frage, warum jetzt das erste Grundlagenwerk aus dem Jahr 1990 im Deutschen veröffentlicht wird. Für mich als jemand, der gerne den schematherapeutischen Ansatz in der Arbeit mit Paaren nutzt, ist dieses erste Grundlagenwerk, das das Anliegen sehr zentriert, ein echter Gewinn.

Zunächst einmal geht es um eine Abgrenzung zu kognitiven Kurzzeittherapie, die von Beck und seinen Mitarbeitern 1979 zur Behandlung von Depressionen entwickelt wurde. Dabei werden die Grenzen von sieben Annahmen dieser Kurzzeittherapie aufgezeigt. Ferner die Einschränkungen der kognitiven Therapie bei Persönlichkeitsstörungen, da drei Charakteristika nämlich Rigidität, Vermeidung und überdauernde interpersonelle Schwierigkeiten zu beträchtlichen Problemen in der Anwendung der kognitiven Kurzzeittherapie führen. Faszinierend ist es nachzulesen, wie es aus diesen Beobachtungen dann zur Definition der frühen malaptiven

Schemata, als extrem stabile und überdauernde Motive, die sich in der frühen Kindheit entwickeln, über die gesamte Lebenszeit hinweg elaboriert werden und die maßgeblich dysfunktional sind, kommt. Diese werden sodann definiert und ihre Ursprünge in der Kindheit aufgezeigt.

Im zweiten Teil dieses Grundlagenwerkes wird aufgezeigt, wie es möglich ist, mit Hilfe eines Schemafragebogens und eines Klienten-Leitfadens gemeinsam mit den Ratsuchenden sich diesen, das Leben behindernden Einschränkungen bewusst zu werden und funktionale Wege des Verhaltens zu lernen.

Der Hinweis, dass die Therapie bzw. die Beratung in und mit Gruppen eine ausgezeichnete Möglichkeit für die Aktivierung von Schemata – die ja zwischenmenschliche Ursprünge aufweisen – ist, kann ich auf Grund meiner langjährigen Erfahrung im Rahmen der Paarberatung nur bestätigen. Und gerade wenn diese aktiviert sind, ist die beste Voraussetzung gegeben, neues funktionales Verhalten zu lernen.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Gerhard Zarbock, Axel Ammann, Silka Ringer
Achtsamkeit für Psychotherapeuten und Berater mit Online Materialien
Beltz Verlag, Weinheim 2012

In den letzten Jahren hat das Konzept Achtsamkeit, das vielen vielleicht eher aus der Meditationspraxis bekannt ist, an Bedeutung für Psychotherapie und Beratung gewonnen. Auf die Frage: Warum Achtsamkeit ...? gibt es keine eindeutige Antwort. Aber die Frage selbst ist wichtiger als die Antwort, denn die persönliche Erfahrung, die der einzelne als Psychotherapeut, Berater oder auch Ratsuchender macht, steht über der Theorie, das heißt dem intellektuellen Verständnis (was es sein sollte oder könnte). Die Lehre der Achtsamkeit betont einen experimentellen Zugang. Um zu begreifen, welchen Nutzen verschiedene Methoden bringen, reicht intellektuelles Verständnis nicht aus. Ausprobieren und Erfahrungen sind dabei essentiell.

Um einen solchen Erfahrungsweg gehen zu können, bietet das vorliegende Buch einen Acht-Wochen-Kurs zum Selbstlernen grundlegender Achtsamkeitsfertigkeiten. Da dieses Lernen nicht mal so nebenbei geht, bedarf es für die Umsetzung einen klaren Tagesplan und die notwendige Disziplin, diesen auch einzuhalten. Der Weg zur Achtsamkeit lohnt sich, wie ich aus eigener Erfahrung weiß. Das Spüren und Wahrnehmen bei mir selber, was mein Körper mir erzählt und signalisiert, verändert nicht nur die Haltung mir selbst gegenüber, sondern hat einen

ausgesprochen positiven Einfluss auf die Beziehungsgestaltung im Rahmen von Therapie und Beratung.

Das Konstrukt Achtsamkeit wurde mittlerweile auch psychometrisch evaluiert, und dabei hat sich eine 5-Faktoren-Lösung heraus kristallisiert, die es ermöglicht, das Training auf diese fünf Elemente der Achtsamkeit auszurichten. Dabei handelt es sich um folgende Facetten: Konzentrieren, Beobachten, Benennen, Nicht-Bewerten, Nicht-Reagieren. Unterstützt wird der eigene Übungsweg durch eine Fülle an Arbeitsmaterialien, die zum Teil auch Online abzurufen sind.

Nicht ohne Grund beginnt das Buch im Vorwort mit einer Checkliste zum Burnout, sind doch Menschen in helfenden Berufen in besonderem Maße herausgefordert.

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden
dr.sanders@partnerschule.de

Presse­notiz / Redaktions­beiträge

Auch das noch – Ehe mit Garantie

Der Schweizer Pfarrer Jaroslaw Duda (43) stellt allen von ihm getrauten Brautpaaren eine Ehe-Garantie für 5 Jahre aus. Dafür müssen sie sich verpflichten, mindestens einmal im Jahr zu ihm zu kommen. Wenn die Eheleute Kontakt zum Priester hielten, werde die Beziehung stabiler, ist der Geistliche überzeugt. In sieben Jahren traute der Seelsorger 44 Paare, von denen nach Medienberichten alle noch zusammen sind. Mittlerweile kämen sogar Paare aus Deutschland, um sich trauen zu lassen.

Übernahme mit freundlicher Genehmigung aus der NRZ vom 26.4.2013

Ehen halten nicht ewig, aber länger

Wiesbaden. Nach Informationen, die das statistische Bundesamt in Wiesbaden jetzt Ende Juli veröffentlichte, wird heute jede 3. Ehe geschieden, jedoch erst zu einem späteren Zeitpunkt als noch vor 20 Jahren. Damals (1992) wurden 135.010 Ehen geschieden und die Ehedauer lag bei 11,5 Jahren. 14 Jahre und sechs Monate waren Paare hingegen verheiratet, bevor sie im Jahr 2012 den Gang zum Scheidungsrichter antraten. 179.147 Ehen wurden 2012 geschieden. Damit verringerte sich die Zahl prozentual um 4,5% im Vergleich zum Vorjahr. Das Durchschnittsalter zum Zeitpunkt der Scheidung stieg an; bei Männern lag es bei 45,5 Jahren, die Frauen waren im Durchschnitt 42,5 Jahre alt.¹

Rolf Holtermann, DAJEB

Kinder als Scheidungsopfer

Über 143.000 minderjährige Kinder sind im Jahr 2012 Scheidungsopfer geworden.² Für sie sind die Folgen oft gravierender als für die geschiedenen und häufiger schon wieder zum Zeitpunkt der Ehescheidung neu verpaarten Eltern. Während die neu verliebten Eltern oft emotional auftanken, erleben Kinder die Scheidung ihrer Eltern als emotionalen Verlust oder als Einbruch der Bindungsqualität zu einem Elternteil. Loyalitätsprobleme gegenüber dem anderen Elternteil, auch Probleme des gesellschaftlichen Status, das Einleben in eine neue Umgebung,

¹ <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Ehescheidungen/Tabellen/MasszahlenEhescheidungen.html>

² <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Ehescheidungen/Tabellen/EhescheidungenKinder.html>

Versagensängste in der Schule, Armutsrissen, Verlust des sozialen Umfeldes sind u. a. Folgen, die die Kinder beschäftigen und ihnen Energien abfordern. Deshalb fordern immer mehr Beratungsinstitutionen, dass man sich mehr für die Kinder aus Scheidungsfamilien engagiert und Konzepte entwickelt, um gemeinsame Elternschaft auch nach einer Scheidung besser gelingen zu lassen.

Insgesamt muss man allerdings mit noch mehr betroffenen Kindern und Paaren rechnen. In der Statistik des Bundesamtes werden Kinder von unverheirateten Paaren nicht erfasst.

Die kostenlose DAJEB-Broschüre "Eltern bleiben Eltern", schriftlich festgehaltene Elternvereinbarungen, die Eltern und Kinder begleitenden Beratungsangebote sowie Gruppenangebote für Kinder aus Scheidungsfamilien können beispielsweise Eltern bei dieser Aufgabe unterstützen.

Rolf Holtermann, DAJEB

Ausschüsse des Vorstandes:

Fort- und Weiterbildungsausschuss:	Berend Groeneveld (Vorsitz), Dorothea Fischer, Ulrike Heckel, Petra Heinze, Cornelia Weller, Dr. Florian Moeser-Jantke
Ausschuss "Kompetenzen":	Ulrike Heckel (Vorsitz), Birgit Lüth-Sötebehr, Dr. Florian Moeser-Jantke, Christine Rüberg
Ausschuss "Modularisierung":	Cornelia Weller (Vorsitz), Kathrin Dix, Dorothea Fischer, Rosamaria Jell
Ausschuss für die Jahrestagung 2014:	Cornelia Weller (Vorsitz), Claudia Gansauge, Carmen Hühnerfuß
Ausschuss für die Jahrestagung 2015:	Dana Urban (Vorsitz)
Ausschuss für die Jahrestagung 2016:	Dorothea Fischer (Vorsitz)

Beauftragte des Vorstandes:

Beauftragte für E-Learning:	Dana Urban
Migrationsbeauftragter:	Berend Groeneveld (kommissarisch)
Europabeauftragte:	Renate Gamp

Rechnungsprüferinnen:	Margarita Gansert, Rosamaria Jell
------------------------------	-----------------------------------

Herausgeber: Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend-
und Eheberatung e.V.
Neumarkter Str. 84 c, 81673 München

Verantwortlicher Redakteur: Rolf Holtermann

Redaktion: Sandra Förster, Rolf Holtermann, Eva Reinmuth, Ingo
Stein

Druck: Pröll Druck, Augsburg

Diese Veröffentlichung erscheint mit finanzieller Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.

Sie ist einschließlich aller ihrer Teile urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb des Urhebergesetzes ist ohne Zustimmung der DAJEB unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.

Es ist deshalb nicht gestattet, diese Veröffentlichung ganz oder in Teilen zu scannen, in Computern oder auf CDs zu speichern oder in Computern zu verändern, es sei denn mit schriftlicher Genehmigung der DAJEB.

Einzelpreis dieses Heftes: € 8,90 zzgl. Versandkosten

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend