

Beratung Aktuell
Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung

Jahrgang 13, Heft 2/2012

Inhalt

<i>Editorial</i>	2
Ruth Pfister & Hans Ulrich Kötter: Neurointrinsic Mind Modulation and Synchronization – isyMind	3
Stefan Näther & Dr. Bernhard Kühnl: Netzwerkorganisation für Familien	19
Christian Roesler & Britta Künzig: Virtuelle Beziehungen – neue Medien schaffen neue Beziehungsformen und neue Beratungsanlässe	30
<i>Buchbesprechungen</i>	53
<i>Impressum</i>	60

Editorial

Die Erkenntnisse der Neurowissenschaften haben einen bedeutenden Einfluss auf die Gestaltung von Beratungs- und Therapieprozessen genommen. Diese nutzend stellen *Ruth Pfister & Hans Ulrich Kötter* eine von ihnen entwickelte hocheffektive wissenschaftlich basierte Methode für Psychotherapie und Coaching vor: *Neurointrinsic Mind Modulation and Synchronization – isyMind*. Die Grundidee macht sich die Tatsache zunutze, dass das Gehirn alle Eindrücke speichert, vernetzt und einen ständigen Abgleich vornimmt, indem es neue Erfahrungen mit bereits vorhandenen assoziativ vergleicht und sie in einem individuell priorisierenden, hierarchischen System emotional, kognitiv, somato-vegetativ und motivational bewertet. So werden die Lern-Gedächtnis-Netze (re)modelliert. isyMind zielt darauf ab, neben dem expliziten Gedächtnis auch das implizite Gedächtnis in der Therapie zu integrieren und zu nutzen.

Was ist in der Elternberatung möglichst niederschwellig? Wie lassen sich mit kleinen gezielten Informationen große Effekte erzielen? Wie sind Eltern zu erreichen, die nie eine Beratungsstelle aufsuchen würden? Auf all diese Fragen geben *Stefan Näther & Dr. Bernhard Kühnl* in ihrem Artikel *Netzwerkorganisation für Familien* eine beeindruckende Antwort. Sie stellen ein seit 25 Jahren bewährtes Konzept vor, den Psychologischer Fachdienst der Erziehungsberatungsstellen in den Kinderkrippen in München. Dieser Aufsatz ist es Wert, in den Teams von Beratungsstellen diskutiert zu werden, um die eigene Arbeit zu reflektieren und mögliche neue Wege der Beratung mutig zu gehen.

Das Internet mit seinen vielfältigen Möglichkeiten bringt auch neue Formen der Beziehungsgestaltung hervor. Für viele Menschen ist das Netz der Weg, einen Partner fürs Leben zu suchen und zu finden. *Christian Roesler & Britta Künzig* geben in ihrem Beitrag *Virtuelle Beziehungen – neue Medien schaffen neue Beziehungsformen und neue Beratungsanlässe* spezifisch für Berater einen Überblick über das Feld der Online-Partnersuche und stellen eine eigene Studie vor, in der sie Paare, die sich über entsprechende Kontaktbörsen kennengelernt haben, über den Verlauf und die Qualität ihrer Beziehung befragt haben.

Dr. Rudolf Sanders

Ruth Pfister & Hans Ulrich Kötter

Neurointrinsic Mind Modulation and Synchronization – *isyMind*

Mithilfe eines Paradigmenwechsels zu einer hocheffektiven wissenschaftlich basierten Methode für Psychotherapie und Coaching

1. Einleitung – wissenschaftliche Grundlagen

In diesem Artikel stellen wir *Neurointrinsic Mind Modulation and Synchronization* (in der Folge = *isyMind*) eine neue Psychotherapiemethode vor, die auf der Basis von aktuellen neurowissenschaftlichen Erkenntnissen aus den Bereichen der Emotionsforschung, der Neuropsychologie, der Bildgebung (funktionelles cMRT, SPECT, PET) und der computergestützten Simulation von Prozessierungsvorgängen in neuronalen Netzwerken entwickelt wurde. Dabei liefert die Bildgebung vor und nach Therapie wertvolle Hinweise auf die, an Verhaltensänderungen beteiligten Hirnstrukturen. Modelle wie Parallel Distributed Processing Connectionist Neural Network (PDP-CNN) versuchen, mit Computermodellen menschliche Lern-Gedächtnis- und Entscheidungsprozesse zu simulieren. Es wird hypothesiert, dass neuronale Netzwerke einen Zustand der Konsonanz anstreben und in Veränderungsprozessen Kognitionen, Emotionen und Verhalten simultan verändert werden (Tryon 2005, Spitzer 2000). Das hierdurch gewonnene Verständnis hilft uns, Lern-Gedächtnis-Prozesse besser zu verstehen und psychotherapeutische Algorithmen zu entwickeln.

(In unserem Artikel und bei der Darstellung unserer Fallbeispiele verwenden wir zur terminologischen Vereinfachung die derzeit gebräuchlichere männliche Form, verstehen darunter jedoch ausdrücklich die Einbeziehung beider Geschlechter, insbesondere, da es sich bei einem größeren Teil der psychotherapeutisch behandelten Patienten um Patientinnen und bei einem Großteil der behandelnden Therapeuten um Therapeutinnen handelt.)

1.1 Plastizität und neuronale Modellierung

Das menschliche Gehirn ermöglicht außergewöhnliche Lernprozesse. Diese Fähigkeit ständigen Lernens und der (Re-)Organisation des Gehirns bezeichnet man als Gehirnplastizität. Synaptische Plastizität beschreibt die aktivitätsabhängige Änderung der Stärke der synaptischen Übertragung (zwischen zwei Nervenzellen), die sowohl durch Änderungen der Physiologie als auch der Morphologie verursacht werden. Kortikale Plastizität bezeichnet die aktivitätsabhängige Änderung von Größe, Konnektivität oder Aktivierungsmuster kortikaler Netzwerke. Dabei ist dieser Begriff nicht auf den Kortex (Großhirnrinde) beschränkt, sondern umfasst die Vernetzungs-

prozesse aller Neurone im Gehirn. Der Begriff der Plastizität geht auf Donald Olding Hebb zurück, der 1949 die Hebb'sche Lernregel aufstellte. (Hebb 1949).

Auf neuronaler Ebene lassen sich nach Lernprozessen synaptische Veränderungen im ZNS nachweisen (Bottjer & Arnold 1997; Kolb & Whishaw 1998). Neurogenese und Neuroplastizität finden, mit einem Schwerpunkt in den Säuglings- und Kleinkinderjahren, in großem Umfang bis zur Adoleszenz statt. Neueren Befunden zufolge sind sie jedoch auch bis ins hohe Alter möglich (Steinwachs 2010). Damit ist die generelle Voraussetzung gegeben, auch psychopathologisches Verhalten neu auszurichten und in psychisch angemessenes funktionelles Verhalten zu verändern.

1.2 Lern-Speicher-Prozesse

Lernprozesse laufen bewusst oder unbewusst ab. Sie können rein kognitiv (gedanklich) ablaufen, sind aber umso stärker, je mehr die Wahrnehmung an körperliche, emotionale und soziale Empfindungen gekoppelt ist. Das Gehirn speichert und vernetzt diese Eindrücke und nimmt einen ständigen Abgleich vor, indem neue Erfahrungen, mit bereits vorhandenen Erfahrungen assoziativ verglichen sowie in einem individuell priorisierenden, hierarchischen System emotional, kognitiv, somato-vegetativ und motivational bewertet werden, wodurch die Lern-Gedächtnis-Netze (re)modelliert werden. Unter anderem zeigte Schwarz (1983), dass Beurteilungsprozesse auch vom aktuellen „state of mood“ abhängig sind. Es existieren verschiedene Theorien zu den komplexen Urteils- und Lernprozessen, von denen nach Einschätzung der Autoren die „Theorie der somatischen Marker“ mit dem „as-if-loop“ von Damasio (1996) für die Behandlung somato-vegetativ verankerter Traumata mit *isyMind* relevant ist. Die an Emotionen bzw. Gefühle geknüpften Bewertungsmodalitäten scheinen zum Teil individueller und zum Teil genetischer Natur zu sein (Ekman et al. 1994).

In der klinischen Arbeit der Autoren zeigt sich, dass jeder Patient/Klient primär einem kognitiven, einem emotionalen oder einem somato-vegetativen Verankerungspfad im Urteils- und Lernprozess folgt, was in der Folge für die Behandlung von Bedeutung ist.

1.3. Explizites und implizites Gedächtnis

Schacter (1987) schlägt die Begriffe „explizites und implizites Gedächtnis“ vor, um die semantische Verwirrung der Begriffe „unterbewusst“ und „unbewusst“ zu vermeiden. Dabei steht der Begriff „explizites Gedächtnis“ für alle bewussten Lern-Gedächtnis-Prozesse und „implizites Gedächtnis“ für alle un- und unterbewussten Lern-Gedächtnisprozesse. Nach verschiedenen Hypothesen unterscheiden sich explizites und implizites Gedächtnis zudem in der Beteiligung der neuronalen Strukturen und der Geschwindigkeit. Dabei zeigt die neueste Forschung, dass der Hippocampus als primä-

res Zentrum der Gedächtnisbahnung an beiden Prozessen beteiligt ist (Henke et al. 2012).

Explizite Lern-Gedächtnis-Prozesse laufen in der Regel relativ langsam ab und erfordern viele Wiederholungen, bevor sie ins implizite Gedächtnis überführt werden. Denn, wird Verhalten häufig genug wiederholt, wird es in eine schnellere, automatische und weitgehend unbewusste zentralnervöse Verarbeitung durch andere Hirnzentren überführt. Der implizite Lern-Gedächtnis-Prozess ermöglicht ein deutlich schnelleres und effektiveres Lernen, da über eine höhere Parallelverarbeitung weitaus mehr Variablen gleichzeitig verarbeitet werden können als bei bewusster Kontrolle. Aber auch explizite Lern-Gedächtnis-Prozesse können schnell verlaufen. Einmalige, sehr starke Sinneseindrücke, können einschließlich ihres Kontextes im deklarativen oder episodischen Gedächtnis gespeichert und in der Regel verbal, d.h. bewusst, mitgeteilt werden (Singer und Ricard 2008).

Grawe forderte neben den, von ihm postulierten, grundlegenden fünf Wirkfaktoren (Therapeutische Beziehung, Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, Motivationale Klärung, Problembewältigung), dazu auf, gezielt den expliziten Modus in der modernen Psychotherapie zu aktivieren (Grawe 2004, 2005), da er den impliziten für nicht zugänglich hielt.

1.4 Funktionales (situationsadäquates) und dysfunktionales Verhalten

Häufig eingeübtes inadäquates (pathologisches) Verhalten führt ebenfalls zu automatisierten Verhaltensmustern. Dynamisch in einem Konflikt miteinander verbundene Personen, z.B. Paare oder Familien, triggern besonders zielsicher über spezifische Schlüsselreize dieses automatisierte pathologische Verhalten.

Therapeutisch angeregte (Verhaltens-)Neuerungen stehen häufig im Widerspruch und Wettstreit zu automatisiertem, inadäquatem Verhalten und erfordern entsprechend häufige Wiederholungen und kognitive Kontrolle zur Verstärkung und Implementierung des neuen Verhaltensmusters.

Um eine Verhaltensänderung zu erzielen, bemühen sich Therapeuten und Patienten in allen Therapiemethoden und Beratungsprozessen (einen gelungenen Vertrauensaufbau setzen wir voraus) um einen Bewusstwerdungsprozess, der die Betroffenen das pathologische und oftmals ambivalente Verhalten erstmals gewahr werden lässt. Zu dieser Erkenntnis versucht der Therapeut die Betroffenen, je nach Therapierichtung, über Hinweise zur Analyse der Gefühle, der Kognitionen, der interaktiven Prozesse oder der Körpersprache zu verhelfen. *Dabei wird der Bewusstwerdungsprozess immer über Dritte (die Therapeuten), also extrinsisch (= von außen) angeregt.* Hat der Patient eine Eigenwahrnehmung über sein pathologisches Verhalten erreicht, versucht der Therapeut, Anregungen und Hilfestellungen für neues Verhalten zu geben. *D.h., auch die Lösungsprozesse werden häufig mittelbar, extrinsisch über Dritte (= die Therapeuten) mitgestaltet.*

2. isyMind

isyMind stellt einen Meilenstein in der Psychotherapieentwicklung dar, weil die Methode nicht nur auf den fünf geforderten Wirkfaktoren aufbaut, sondern neben dem expliziten Gedächtnis gezielt das implizite Gedächtnis in die Therapie integriert und nutzt. *isyMind* beschreitet durch das *paradigmatische Neuverständnis der Rolle des Therapeuten einen alternativen Zugangsweg, über den die Bewusstwerdung und Lösungsgenerierung unmittelbar im Patienten selbst geschieht (= intrinsisch)*. Der Therapeut unterstützt den Patienten in der technischen Durchführung der Methode und sichert dessen Belastbarkeit ab. Der eigentliche Erkenntnisgewinn findet jedoch im Patienten selbst statt und wird von diesem dem Therapeuten mitgeteilt. Diese intrinsische Steuerung ermöglicht über spezifische Konnektoren die gezielte Aktivierung relevanter Inhalte des impliziten Gedächtnisses (siehe Kontextualisierungen im nächsten Abschnitt) und erlaubt dadurch eine schnelle und positive Modulation des Verhaltens.

isyMind beginnt gezielt mit der Benennung des führenden Gefühls oder des im Vordergrund stehenden Gedankens (im expliziten Gedächtnis). Während der Behandlung kommt es zu einem dynamischen Informationsaustausch zwischen *explizitem und implizitem Gedächtnis*. Dabei generieren Patienten und Klienten in der Folge, häufig zu ihrem eigenen Erstaunen, neue hochspezifische, z.T. zuvor unbewusste Kontextualisierungen, in denen weitere problembezogene Gedanken, Gefühle, Motive oder Körperzustände benannt werden. Im neurointrinsicen Verarbeitungsprozess werden die spezifischen, subjektiven Kontextualisierungen nun bewusst wahrgenommen und selbstverantwortet moduliert, indem negative und schädigende Emotionen, Gedanken, Motivationen und Körpererinnerungen bewusst moduliert und voneinander entkoppelt werden.

Der Behandlungsprozess geht teilweise so überraschend schnell, dass wir Grawes Postulat, alte Verhaltensmuster könnten nur durch extensives Training kontrolliert, aber nicht gelöscht oder alternativ moduliert werden, infrage stellen müssen. Nach einer erfolgreichen Modulierung oder Entkopplung (Disengagement) etablieren die Patienten und Klienten gezielt neue Kontextualisierungen in Form neutraler bzw. positiver Emotionen, Kognitionen und Motivationen. Neurophysiologisch werden dabei vermutlich alternative Pfade im neuronalen Netz verstärkt und neue dendritische Verbindungen gebahnt.

2.1 Vorteile des neurointrinsicen Therapieprozesses

Als Vorteile gegenüber konventionellen Psychotherapien erachten wir, dass durch eine neurointrinsiche Behandlung der Patient:

- a. selbstbestimmt an seinen eigenen persönlichen Schlüsselreizen und Kontextualisierung arbeitet (Kommunikationsverzerrungen und interpretative Missverständnisse können vermieden oder einer schnellen Klärung zugeführt werden).

- b. nur am aktuell selbst wahrgenommenen Konflikt arbeitet (modifiziert wird nur, was der Patient selbst anbietet und wozu seine psychischen Ressourcen ihn befähigen; aufgrund der Selbstbestimmung werden weniger Widerstände präsentiert).
- c. eine emotional-kognitive Entkoppelung unmittelbar, ohne Fremdvermittlung (Therapeut) erreicht (dies reduziert Übertragungsphänomene; der Patient erlebt sich als selbsteffektiv).
- d. über die emotio-kognitive Entkoppelung eine selbst gewonnene Erkenntnis herbeiführt, die ihn zu einer neuen Sicht der Dinge und zu eigenen Lösungsideen befähigt (Ressourcenaktivierung des Patienten, Entwicklung eigener Coping-Strategien, im Langzeitverlauf die Entwicklung gesteigerter Resilienz)
- e. über Entkoppelungs- und neue Plastizitätsvorgängen an einer Aufhebung seiner Automatisierungen arbeiten kann und damit eine realistische Chance gewinnt, neues Verhalten aus sich heraus, d.h. ohne ständig erforderliche (und häufig zu langsame) kognitive Kontrolle, zu implementieren und dauerhaft zu verankern.
- f. deutlich schneller sein selbst definiertes Ziel erreicht.

2.2 Ablauf einer neurointrinsic Behandlung

2.2.1 Anamnese und Diagnosestellung

Vor einer Behandlung führen wir in unserer klinischen Praxis mit den Patienten eine ausführliche Anamnese durch. Wir erfragen die aktuelle Symptomatik, die Eigen- und Familienanamnese. Zum Ausschluss weiterer Störungen führen wir zusätzlich ein strukturiertes Interview nach den Kriterien des ICD 10 durch. Dies deckt häufig Komorbiditäten (z.B. begleitende Phobien, erlebte Traumata) auf, die das Gesamtbild des Patienten vervollkommen.

In Beratungsgesprächen erheben wir in Grundzügen allgemeine anamnestische Daten und fokussieren weitgehend auf die geschilderte Problematik. Im Gegensatz zu klinischen Fällen, setzen wir aufgrund der Arbeitsfähigkeit und der beruflichen Zielorientierung ausreichende psychische Ressourcen für eine neurointrinsic Modulation voraus.

2.2.2 Abklärung von Belastbarkeit

Die aktuelle Belastbarkeit wird als Grundvoraussetzung einer Behandlung immer überprüft. Über visuelle Analogskalen schätzen die Patienten und unmittelbar Beteiligten (z.B. Eltern) ihre Problembelastung und ihre Problemlösefähigkeit ein. Neben der ärztlichen Fremdwahrnehmung wird damit der akute Leidensdruck der Patienten objektiviert und gegebenenfalls korrigiert. Z.B. kann sich ein „beherrschter, intellektualisierender“ Patient kurz vor einer Dekompensation befinden, bzw. ein „aufgelöster“ Patient sich als noch ausreichend handlungsfähig darstellen. Bei akuten mittelgradigen Depressionen, bzw. akuter Suizidalität setzen wir *isyMind* derzeit noch nicht ein. Die Angaben der Patienten zu Selbsteffektivität und Problembelastung dienen, neben weiteren Kriterien, auch als Kontrolle für den Behandlungs-

verlauf. Nach Abschluss der Aufnahmegespräche sprechen wir eine diagnostische Einschätzung und gegebenenfalls eine Behandlungsempfehlung aus.

Die Erstgespräche dienen auch dem Aufbau einer Vertrauensbasis und wir holen das Einverständnis der Patienten zu einer nachfolgenden Behandlung ein. In unseren Behandlungsempfehlungen fühlen wir uns keiner Fachrichtung alleinig verpflichtet. Wir arbeiten Schulen übergreifend mit dem Einsatz von tiefenpsychologischer Psychotherapie, Verhaltenstherapie, kreativen Therapien, medikamentöser Therapie und *isyMind*. *isyMind* hat sich in der Fokustherapie und adjuvant in der psychotherapeutischen Langzeittherapie als außerordentlich effektiv erwiesen, deshalb streben wir als Mittel der ersten Wahl immer einen Behandlungsversuch mit *isyMind* an.

2.2.3 Therapeutischer Zugang über spezifische Verankerungsmuster

Empirisch beobachten wir bei Patienten / Klienten drei unterschiedliche Verankerungssysteme, nach denen Erfahrungen priorisiert verarbeitet werden. Die in der Regel mit Wahrnehmungen aus allen Bereichen (somato-emotio-kognito-vegetativ) zusammengesetzte Erfahrung wird dabei am häufigsten über emotionale, zum Teil über kognitive und am seltensten über somato-vegetative Kontextualisierungen verankert. Wir hypothesieren dabei, dass die bewusst zugängliche Einstiegskontextualisierung bereits ein Hinweis auf das bevorzugte Verankerungsmuster ist und im weiteren Behandlungsverlauf auch bevorzugt Kontextualisierungen aus diesem Bereich auftreten. D. h., Patienten mit einem emotionalen Verankerungsmuster erinnern sich in der Regel gut über ein vorherrschendes Gefühl an eine belastende Erfahrung. Menschen mit einem kognitiven Verankerungsmuster finden einen Behandlungseinstieg eher über Gedanken, Abwägungen oder Fragen. Bei einer dritten Gruppe stellen sich im Laufe einer Behandlung z.T. starke somato-vegetative Wahrnehmungen ein.

Anamnestisch berichtet die somato-vegetative Gruppe häufig von körperlichen Gewalterfahrungen in der Vorgeschichte. Bei einem somato-vegetativ vorliegenden Verankerungsmuster, bzw. bei Patienten mit physischen Gewalterfahrungen, besteht wie bei allen reaktivierenden Psychotherapieverfahren die Gefahr der Dissoziation. *isyMind* verringert durch den Verzicht auf extrinsische Triggerung visueller, olfaktorischer oder akustischer Schlüsselreize sowie die neurointrinsiche Selbststeuerung und die selbst durchgeführte Körperstimulation das Auftreten von Dissoziationen. Dennoch erfordert das Auftreten starker somato-vegetativer Reaktionen eine umfassende therapeutische Unterstützung, insbesondere, da der somato-vegetative Bereich in der Regel autonom, d.h. unbewusst und für die Patienten nicht vorhersehbar, zugeschaltet wird (siehe auch Aktivierung expliziter und impliziter Lern-Gedächtnis-Prozesse). Einer (Trauma-)Behandlung sollte deshalb eine ausführliche Aufklärung des Patienten mit gemeinsamer Risiko-Nutzen-Abwägung vorausgehen.

2.2.4 Therapeutische Unterstützung beim Auffinden der spezifischen subjektiven Kontextualisierung

In der überwiegenden Zahl der Behandlungs- und Beratungsfälle hat sich die emotionale Kontextualisierung als zentraler Ausgangspunkt der *isyMind* Behandlung bewährt. Der Patient wird nach seinem vorherrschenden Gefühl zu der vorliegenden Problematik befragt. Die Aufgabe des Therapeuten besteht darin, den Patienten beim Auffinden des Gefühls, bzw. in der Verifizierung der Gefühlsäußerung durch Fragen oder Vorschläge zu unterstützen. Kann dieses Primärgefühl eindeutig benannt werden, werden die Patienten um einen, das Gefühl genau beschreibenden oder erklärenden (kognitiven) Zusatz gebeten. Ebenso wird mit kognitiven, bzw. somato-vegetativen Wahrnehmungen verfahren. Der Therapeut hilft dem Patienten/Klienten, seine spezifische Wahrnehmung innerhalb seiner subjektiven Kontextualisierung so genau wie möglich zu erfassen.

Wird die Kontextualisierung vom Patienten verifiziert, wird direkt mit der Modulation der Erfahrung begonnen. Eine Deutung durch den Therapeuten oder eine Erklärung des pathologischen Verhaltens ist überflüssig bzw. kontraproduktiv. Die Hintergründe des Verhaltens müssen nicht analysiert und erkannt werden, um es aufzulösen. Dem Patienten wird vermittelt, Gefühle, Kognitionen, Motivationen, bzw. somato-vegetative Reaktionen wertfrei und als persönlich bedeutsam zuzulassen und ein sofortiges Disengagement anzustreben.

2.2.5 Modulation und Disengagement von Kontextualisierungen

Innerhalb der Behandlung werden standardisiert und zeitgleich emotionale, kognitive und somato-vegetative Empfindungen aktiviert.

Unter Anleitung des Therapeuten stimuliert der Patient rhythmisch mit seinen eigenen Händen z.B. seinen Bauch- und Brustbereich und wiederholt dabei skandierend seine extrahierte Kontextualisierung, während er zeitgleich aufgefordert wird, die entsprechende Wahrnehmung so intensiv wie möglich zuzulassen (z.B. das Gefühl „Angst“, den Gedanken „keiner mag mich“, die Körperwahrnehmung: „mein Puls rast“ etc.). Die zuvor extrahierte subjektive Wahrnehmung muss dabei zumindest kurzfristig wiederbelebt und ausgehalten werden. Dies entspricht Erfahrungen anderer Therapierichtungen (z.B. Foa & Kozak 1986; Grawe 2004).

Die spezifische Triggerung und der Disengagementprozess werden solange fortgesetzt, bis eine vollständige Entkoppelung vorliegt, d.h. der Patient/Klient die extrahierte Wahrnehmung nicht mehr verspürt. *isyMind* Behandlung wird in der beschriebenen Weise nur im geschützten therapeutischen Rahmen angewandt. Die Dissonanz zwischen der bewussten Wahrnehmung der aktuell sicheren und geschützten Situation und dem pathologische inneren Erleben führt nach unserer Hypothese zur Entkoppelung und Neubewertung. Der Einsatz von *isyMind* in der Akutsituation ist möglich, folgt aber vermutlich einer anderen zentralnervösen Verarbeitung und wird im Rahmen des vorliegenden Artikels nicht behandelt.

Eine *isyMind* Behandlung umfasst nahezu immer mehrere, miteinander verbundenen Kontextualisierungen, die in Form einer Kaskade aufeinanderfolgend in einem personalisierten neurointrinsic assoziativ logischen Zusammenhang auftauchen. Hat der Patient alle für ihn bedeutsamen Kontextualisierungen moduliert, stellt sich bei ihm ein Zustand von Ruhe und Ge-

lassenheit ein. Die erfolgreiche und vollständige Modulation führt neben Ruhe, Gelassenheit und Problemdistanzierung häufig auch zu einer unmittelbaren und neuen Sicht der Dinge und dem zeitgleichen oder unmittelbar nachfolgenden Auftreten eigener proaktiver Lösungsideen.

Durch *isyMind* kann neues Verhalten erheblich leichter als in einer reinen Expositionstherapie umgesetzt werden, da unbewusste Blockaden aufgehoben werden. Unsere Patienten werden nach einer Behandlung nicht aufgefordert, das Verhalten weiter zu beüben, da die wesentliche Verhaltensänderung bereits innerhalb der Therapie stattfindet. Die Behandlung wird von den Beteiligten häufig als so schnell und „einfach“ empfunden, dass sie zunächst an ihrer Wirksamkeit zweifeln. *Eine erfolgreiche Modulation zieht jedoch immer eine Verhaltensänderung nach sich.* Wie weitreichend diese ist, stellen die Betroffenen manchmal erst später fest, wenn ihnen auffällt, dass eine zuvor vorhandene Symptomatik nicht mehr eingetreten ist. Abschließende Beratungsgespräche unterstützen den Implementierungsprozess des neuen Verhaltens optimal. Innerhalb einer Abschlussberatung informieren wir deshalb auch über Hintergründe des Verfahrens und die Grundlagen zentralnervöser Verarbeitung. Damit kann der weitere Implementierungsprozess für die Betroffenen verständlicher gemacht und eine bewusstere Gestaltung ermöglicht werden.

3. Beispiele aus der Praxis

Als ausführliche Fallbeispiele stellen wir einen klinischen Fall und einen Beratungsprozess (Coaching) vor. In beiden Fällen wurde neben der Anamnese und Abschlussberatung ausschließlich *isyMind* eingesetzt.

3.1 Fallbeispiel 1

Klinische Problematik: Behandlung eines sechsjährigen Mädchens mit Trennungsangst und ihrer Familie.

Behandlungsdauer: acht Einheiten

3.1.1 Symptomatik:

N. trennte sich nicht gerne von der Mutter, weinte, wenn sie im Kindergarten bleiben, beim Vater am Wochenende übernachten oder mit ihm in den Urlaub fahren sollte. Die Mutter fühlte sich durch den von der Tochter eingeforderten Dauerkontakt belastet und war verunsichert, inwieweit sie N. zwingen sollte, im Kindergarten oder beim Vater zu bleiben. Insbesondere bestanden Ängste, wie N. auf den bevorstehenden Schulbesuch reagieren würde.

3.1.2 Anamnestischer Hintergrund

Die Mutter erlitt vor der Geburt von N. zwei Fehlgeburten und eine Totgeburt. N. selbst wurde gesund, aber vorzeitig geboren und war viereinhalb Wochen im Wärmebett hospitalisiert. Die frühkindliche Pflege von N. forderte

von den Eltern große Anstrengungen. N. erhielt abgepumpte Muttermilch im Fläschchen, wies einen extrem kurzen Stillrhythmus auf und litt unter heftigen Dreimonatskoliken. Die frühkindliche Entwicklung verlief normal. N. wurde aufgrund der Berufstätigkeit beider Eltern mit eineinhalb Jahren von einer Tagesmutter betreut. Wegen psychischer Auffälligkeiten beim Abholen wurde N. im Alter von zweieinhalb Jahren herausgenommen und nachfolgend von der Großmutter mütterlicherseits versorgt, was ohne Problem gelang. Rückblickend besteht der Verdacht, dass N. von der Tagesmutter zeitweise in der Toilette eingesperrt wurde. Die Mutter zeigte sich belastet, die Problematik damals eventuell nicht richtig bzw. nicht rechtzeitig erkannt zu haben.

Als N. zwei Jahre alt war, trennten sich die Eltern gütlich. N. lebte seitdem bei der Mutter, mit regelmäßigen und häufigen Besuchskontakten zum Vater. Der mit dem dritten Lebensjahr begonnene Kindergartenbesuch von N. erwies sich zeitweise als schwierig und wurde in seinen zeitlichen Rahmenbedingungen immer wieder modifiziert. Beide Eltern erschienen zum Erstgespräch und machten einen sehr fürsorglichen Eindruck.

3.1.3 Behandlung

Die Behandlungseinheiten differenzierten sich wie folgt:

- Anamnese und differenzialdiagnostische Abklärung des Kindes einschließlich neurologischer Untersuchung und projektiver Testung: fünf Stunden (aufgeteilt in Eltern: zwei Stunden, Kind [in Anwesenheit der Eltern]: zwei Stunden, Vater: eine Stunde)
- *isyMind* Behandlung: Kind: eine Stunde, Mutter: eine Stunde
- Abschlussgespräch: Eltern: eine Stunde

isyMind bietet als personalisierte Psychotherapie die Möglichkeit, jedes Mitglied im Familiensystem individuell und spezifisch zu behandeln. Wir erfassen deshalb differenziert das Problemverständnis und die Wunschziele aller beteiligten Familienmitglieder. Innerhalb der spezifischen Problembelastung wird die Ausrichtung auf ein gemeinsames Ziel gesucht, dem sich alle verpflichten können. Die gleichzeitige Verhaltensmodifikation von Eltern und Kindern erleichtert dabei die Verhaltensimplementierung trotz eingeschliffener Gewohnheiten innerhalb des Systems.

Die Diagnostik und Problemdifferenzierung innerhalb des Familiensystems ergab für:

- *Das Kind:* Leiden unter der Trennung der Eltern, Freude auf den bevorstehenden Schulbesuch.
- *Die Mutter:* Große Verunsicherung, inwieweit sie den geäußerten Ängsten und Wünschen des Mädchens nachgeben sollte; Wahrnehmung von großer Traurigkeit beim Mädchen, verbunden mit dem Wunsch, das Mädchen möge wieder fröhlich und ohne Angst sein und den Kindergarten alleine besuchen; Zukunftsangst im Hinblick auf die bevorstehende Einschulung; die Frage, ob andere Ursachen, konkret die Erfahrung bei der Tagesmutter, aufgearbeitet werden müssten.

- *Den Vater*: Den Wunsch, N. möge wieder fröhlich sein und ohne Ängste im Kindergarten bleiben; Angst, der Besuchskontakt von N. könnte eingeschränkt werden.

Aufgrund einer stark empfundenen Problembelastung, der Symptomatik „Trennungsangst“ und den negativen Vorerfahrungen wurde den Eltern zunächst die Möglichkeit gegeben, eine ausreichende Vertrauensbasis als Behandlungsgrundlage auszubilden. Die Diagnostik des Kindes mit Malen, neurologischer Untersuchung, Spielsequenzen am Puppenhaus und projektiver Testung wurde deshalb in Anwesenheit der Eltern durchgeführt.

Beide Eltern waren durch Ängste, bzw. Weinen der Tochter verunsichert, inwieweit sie Maßnahmen gegen den Willen ihres Kindes durchsetzen sollten. Im Gegensatz zu einer verhaltenstherapeutisch konfrontativen Therapie empfahlen wir *isyMind* Behandlung, um bestehende, unbewusste Ängste aufzulösen und einen eigenen Standpunkt zu gewinnen, welches Verhalten von N. innerhalb der aktuellen Situation adäquat zu fordern sei.

Wir hypothesierten einen leicht bewusst herzustellenden Zugang zur *isyMind* Behandlung über ein vorwiegend emotionales Verankerungsmuster. *isyMind*-Behandlung wurde bei Mutter und Tochter durchgeführt. Dabei spiegelten die Umstände der Behandlung des Mädchens die aktuelle Problematik wider. Nach einem gemeinsamen Diagnostiktermin (Mutter, Tochter) sollte unmittelbar anschließend ein Einzeltermin der Mutter stattfinden. Der Vater kam, um N. abzuholen und sie in den Kindergarten zu bringen. N. begann daraufhin in Anwesenheit beider Eltern zu weinen, war völlig aufgelöst und wollte nicht in den Kindergarten. Ad hoc wurde den Eltern eine *isyMind*-Behandlung der Tochter vorgeschlagen. Aufgrund des Alters und des zugrunde liegenden Konfliktes leitete die Therapeutin eine durch den Vater gestützte Behandlung an. Der Zugang wurde über das vordringlich belastende Gefühl hergestellt. Auf Fragen der Therapeutin äußerte das Mädchen, sie sei „*traurig*“. Der dazugehörige persönliche Kontext lautete: (*Traurigkeit*), *wenn die Esther von mir erzählt*. (Anmerkung, dieser Kontext war z.T. nur für die kleine Patientin erschließbar und hatte mit einer Abschiedssequenz im Kindergarten zu tun, an der ihre Mutter und ihre Kindergartenfreundin Esther beteiligt waren. Für den Erfolg einer Behandlung müssen jedoch keine Hintergründe aufgedeckt werden!). Der Vater unterstützte, angeleitet von der Therapeutin die Behandlung der Tochter, indem er die entsprechende Handbewegung durchführte und den vom Kind vorgegebenen Satz zeitgleich wiederholte. (Dabei können kleinere Kinder z.B. auf dem Schoß des jeweiligen Elternteils sitzen und Mutter oder Vater die eigenen Hände auf die Hände des Kindes legen). Die Behandlung von N. erzielte über diese einzige Kontextualisierung eine erfolgreiche Modulation. N. beruhigte sich, umarmte den Vater und war bereit, sich zu verabschieden. Sie begann jedoch zu diskutieren, ob sie vor dem Mittagessen abgeholt werde. Von der Therapeutin wurde der weitere Entscheidungsprozess an den Vater delegiert. Der Vater wurde nun als handlungsfähig erlebt und schien, nachdem N. sich wieder beruhigt hatte und nicht mehr weinte mit ihrem Diskussionsversuch gut umgehen zu können. Die Stunde der Mutter wurde nicht weiter blockiert und N. verließ problemlos mit ihrem Vater die Praxis in Richtung Kindergarten. Der

von den beiden im Weiteren gefundene Kompromiss war, dass sie im Kindergarten zu Mittag aß, aber etwas früher abgeholt wurde.

Die direkt auf den Weggang von N. folgende *isyMind*-Behandlung der Mutter beinhaltete fünf Kernaussagen und zeigte die Aufarbeitung der traumatischen Geburtsgeschichte von N. Wir möchten sie in ihrer Bedeutung und Schwere als Gesamtabfolge darstellen. Die von unseren Patienten geäußerten Wahrnehmungen werden von uns nicht infrage gestellt (auch wenn dies zuweilen schwerfällt), sondern wertfrei akzeptiert. Dies geschieht im Wissen, dass die eigene neurointrinsiche Bearbeitung Belastungen weit besser entkoppelt, als alle unsere Anmerkungen oder Rückfragen dies ermöglichen würden.

isyMind Behandlung der Mutter von N.:

- Meine Trauer, dass ich allein war (Anmerkung: bei der Geburt des toten Kindes).
- Meine Traurigkeit und mein Schuldgefühl, dass ich mich nicht um K. kümmern konnte (Anmerkung: tot geborenes Kind).
- Meine Trauer und mein Schuldgefühl, dass ich K. vielleicht nicht genug geliebt habe.
- Mein Schuldgefühl, dass ich N. an erste Stelle gesetzt habe und damit die Beziehung zerstört habe (Anmerkung Ehebeziehung).
- Meine Trauer, dass ich denke, unzulänglich zu sein.

Nach der *isyMind* Behandlung war die Mutter ruhig und gefasst. Sie konnte Ängste und Trauer von N. und sich selbst in Bezug zu den erlittenen Verlusten sehen. Die Mutter wurde beratend ermutigt, sich Zeit für die Betrauerung der Kindstode in der Familie zu nehmen. Um diese Thematik auch altersadäquat mit N. zu besprechen, wurden verschiedene Möglichkeiten erörtert.

Die Behandlung des Vaters bestand in wertschätzender Einbeziehung und Beratung. Eine *isyMind* Behandlung wurde nicht empfohlen, da seine Ängste bewussteinah waren und durch einen positiven Behandlungsverlauf ausreichend gelöst werden konnten.

Beide Eltern berichteten über die positive Entwicklung von N. Sie übernachtete schon bei Freundinnen, war stolz auf ihre Vorschule im Kindergarten und besuchte auch den Vater wieder. Ein halbes Jahr nach Behandlungsende hatte sich die Situation in der Katamnese weiter stabilisiert und der Besuchskontakt zum Vater völlig normalisiert.

3.2 Fallbeispiel 2

Beratungsprozesses/Coaching.

Behandlungsfrequenz: einmalig, Behandlungsdauer: ca. zweieinhalb Stunden.

3.2.1 Zur Vorgeschichte

Die 36-jährige Betriebswirtschaftlerin Frau B. arbeitete nach zweimaligem Erziehungsurlaub (Geburt eines Sohnes und einer Tochter) parallel zur Betreuung ihrer Kinder weiter auf ihrer alten Stelle in einem Telekommunikationsunternehmen. Um ihre familiären Aufgaben zu bewältigen, hatte sie ihre Vollzeitstelle auf 2/3 gekürzt. Während ihrer Erziehungsurlaube waren neue, jüngere Mitarbeiter zum Team gestoßen, die sich gerne profilierten. Ihr vormaliger Chef, der sie sehr geschätzt hatte, war in die Vorstandsetage aufgestiegen. Sich bei ihrem neuen Chef in den Vordergrund zu spielen, lag ihr nicht, sie hatte jedoch das Gefühl, sich neu positionieren zu müssen, da sie sich in Projekten nun vor allem als „Zuarbeiterin“ sah und keine Projektleitungen mehr übertragen bekam.

3.2.2 Behandlung

Konkrete Problembeschreibung, Wunschziel: Frau B. äußerte, „dass das Gebaren der neuen Mitarbeiter sie anficht“, sie jedoch auch den Eindruck habe, sich „klarer positionieren“ zu müssen, was ihr typbedingt schwer falle. Ihr Wunschziel sei, als kompetente Kollegin gesehen zu werden.

Verankerungsmuster: Frau B. wurde nach unserem Eindruck als kognitiver Verankerungstyp eingeschätzt. Damit ist es ihr eventuell erschwert, eine emotionale Kontextualisierung gleich zu Beginn herzustellen. Ein Zugang zu ihren Gefühlen konnte jedoch über kognitive Kontextualisierungen gebahnt werden. Im Verlauf der Behandlung ermöglichte die Aktivierung des impliziten Funktionsmodus auch die Wahrnehmung von beteiligten und zuvor stark kontrollierten Gefühlen.

Auffinden der spezifischen subjektiven Kontextualisierung: Frau B. wurde aufgefordert, ihre im Vordergrund stehenden Gefühle zu ihrer beruflichen Situation so genau wie möglich zu beschreiben. Frau B. äußerte lachend: „keiner mag mich, keiner will mit mir spielen“. Ihre Äußerung wies wiederum auf eine kognitive Verankerung hin, da sie keine Gefühle wie Ärger oder Enttäuschung benannte, sondern die Situation komplex beschreibend erlebte. Sie wurde angeleitet, ihre Kontextualisierung unter Durchführung der Körperstimulation skandierend zu wiederholen: „Keiner mag mich, keiner will mit mir spielen.“ Rechtfertigungsversuche ihrerseits bezüglich ihres Satzes wurden unterbrochen und sie wurde gebeten, auftretende Gefühle und Gedanken als für sie persönlich bedeutsam zu respektieren und soweit als möglich zuzulassen.

Nach ca. 60 Sekunden äußerte Frau B. auf Nachfrage, dass sie sich die Situation nicht so richtig vorstellen könne und „alles so weit weg sei“. Dies wurde als Rückmeldung verstanden, dass tatsächlich die bewusste Wahrnehmung der Kontextualisierung als Voraussetzung für das Wirkprinzip von *isyMind* erst erarbeitet werden musste.

Frau B. wurde aufgefordert, als nächste Kontextualisierung die Wahrnehmung, „dass ist so weit weg“ zu wiederholen. Auf Nachfrage äußerte Frau B. dann, dass sie sich „nicht mehr so entspannt fühlte“. Erneutes Nachfragen ergab: „ich fühle mich einsam.“ Das folgende Disengagement: „mich einsam fühlen“ löste eine heftige emotionale Reaktion aus, die Frau B. nun wahrnehmen und zulassen konnte. Sie musste kurzfristig weinen, konnte

aber mit verbaler Unterstützung des Therapeuten die Behandlung gut fortsetzen. Die folgenden emotional-kognitiven Kontextualisierungen entwickelte sie auf Nachfragen des Therapeuten alleine. Die gesamte Abfolge stellte sich in acht Hauptpunkten wie folgt dar:

1. „Keiner mag mich, keiner will mit mir spielen.“
2. „Das ist so weit weg.“
3. „Ich fühle mich einsam.“
4. „Meine Wut ausgebootet zu werden.“
5. „Meine Trauer, nicht ernstgenommen zu werden.“
6. „Mein Schwanken, zwischen der Angst, mir was zuzutrauen und der Angst, kaltgestellt zu werden.“
7. „Mein Wunsch nach Harmonie (Anmerkung: in Bezug auf andere) und Gelassenheit“ (Anmerkung: in Bezug auf sich selbst).
8. „Mein nicht immer von der Anerkennung der anderen abhängig sein wollen“.

Nach Abschluss dieser Kaskade erlebte sich Frau B. als gelassen und ruhig. Auf Rückfragen wollte sie bei sich als neues Verhalten *„ruhig und gelassen, aber selbstbewusst und kompetent auftreten“* verankern. Diese neue Ausrichtung wurde von Frau B. schriftlich notiert, mit den begleitenden Handbewegungen ebenfalls mehr wiederholt und als Merkzettel mit nach Hause genommen.

9. Ich trete ruhig und gelassen, aber selbstbewusst und kompetent auf.

3.2.3 Abschlussberatung:

Frau B. wurde erläutert, dass ihr nach erfolgreicher Modulation die Implementierung ihres neuen Verhaltens leichter falle. Um ihr den Übergang weiter zu erleichtern, wurde sie abschließend noch mit zwei Standardlösungen beraten:

- Um sich in konfliktbehafteten Gesprächen mit Kollegen einen Zeitvorteil zu verschaffen, sollte sie einen jederzeit anwendbaren, proaktiven Standardspruch vorbereitet, wie „Ich möchte über... nachdenken/benötige Informationen und schlage vor, dass wir uns /morgen zusammensetzen, um diesen Punkt nochmals zu diskutieren.“
- Meetings, in denen sie Herausforderungen erwartete, sollte sie mit einer positiven Imagination vorbereiten, z.B. sich allein die gelungene Schlusszene vorstellen.

Weitere Behandlung oder spezifisches Einüben von Verhalten wurde nicht empfohlen, da die neurointrinsic Modulation erfolgreich und vollständig verlaufen war und damit automatisch verändertes Verhalten freisetzt.

Katamnese:

In einer ersten Rückmeldung erlebte sich Frau B. an ihrer Arbeitsstelle gelassener und ruhiger, was bereits von den Kollegen bemerkt wurde. Ein weiteres Resümee soll nach einem Einjahres-Beobachtungszeitraum gezogen werden.

Ausblick

Mit *isyMind* ist es gelungen, empirisch untermauerte Prinzipien der Psychotherapieforschung in einer wissenschaftlich basierten und hochwirksamen Therapiemethode zu integrieren. Das Ziel wird sein,

1. weitere kontrollierte klinische Studien mit *isyMind* durchzuführen, um *isyMind* als evidenzbasierte Psychotherapiemethode zu etablieren.
2. eine effektive Behandlung mit *isyMind* auch bei depressiven und emotional hoch kontrollierten Patienten zu ermöglichen, in dem deren spezifische Zugangsmechanismen zur intrinsischen Kaskade noch besser verstanden werden.
3. die Effektivität weiter zu verbessern, indem die neuronalen Verankerungsmuster, z.B. mithilfe funktioneller Bildgebung und EEG weiter untersucht werden, um beteiligte Hirnregionen zu identifizieren und noch spezifischer aktivieren zu können.
4. krankheitsspezifische Module zu entwickeln, die einen Überblick über die zu einem Krankheitsbild am häufigsten auftretenden Basiskonkretualisierungen bieten und eine diagnosespezifische Beratung beinhalten.
5. systemanalytische Modelle zu entwickeln, die in einem Gesamtkonzept spezifische Behandlungsempfehlungen aller Betroffenen vereinigen (z.B. in der Behandlung von Paaren oder Familien).

Zusammenfassung

Mit *isyMind* wurde eine neue Psychotherapiemethode und Psychotherapientechnik entwickelt, die aktuelle neurowissenschaftliche Erkenntnisse aus den Bereichen der Neuropsychologie, Kognitionspsychologie, der Bildgebung und der computergestützten Simulation von Prozessierungsvorgängen des menschlichen Gehirns berücksichtigt. Mit *isyMind* wird ein Paradigmenwechsel in der Psychotherapie vollzogen, indem der Therapeut dem Patienten (Klienten) einen strukturellen Rahmen zur Verfügung stellt, der es dem Klienten ermöglicht, den therapeutisch wirksamen, inhaltlichen Pfad über einen eigenverantwortlichen und selbstwirksamen intrinsischen Kaskadenprozess komplett selbst zu bestimmen. Die spezifische Therapietechnik von *isyMind* stimuliert die am pathologischen Reiz-Reaktionsverhalten beteiligten und vernetzten ZNS-Regionen und modifiziert, vermutlich durch synaptische Umgewichtung- und Plastizitätsvorgänge, die situationsinadäquate Konkretualisierung. Über die simultane Veränderung von Kognitionen, Emotionen, Motivationen sowie somato-vegetativen Reaktionen erfolgt eine Neubewertung und Neuausrichtung von Verhalten.

isyMind minimalisiert über den Ansatz einer individuellen, personalisierten Psychotherapie das Auftreten von Widerständen und bewirkt eine Behandlungsintensivierung bei insgesamt kürzerer Behandlungsdauer. Die neugewonnene eigene innere Einsicht der Patienten (Klienten) wird zum Abschluss der *isyMind*-Behandlung gegebenenfalls durch therapeutische Beratung (z.B. Informationsvermittlung) ergänzt und bietet so die optimale Basis, um neues Verhalten leichter umzusetzen und dauerhaft zu implementieren.

isyMind kann in Beratungs- oder Coachingprozessen, Fokustherapien und Langzeittherapien eingesetzt werden.

Stichworte: Neurointrinsische Modulation, *isyMind*, Synchronisation, Lern-Gedächtnis-Prozesse, Emotion, Kognition, Motivation, as-if body-loop, Neuropsychotherapie, Plastizität, Psychotherapie, Selbsteffektivität, Coping Strategie, Resilienz, Konkretualisierung, Konsonanz,

implizites Gedächtnis, explizites Gedächtnis, Disengagement, Traumatherapie, Trigger, neues Verhalten

Abstract

With *isyMind* a new psychotherapy method and technique has been developed, including the latest neuroscientific findings in the fields of neuropsychology, cognitive psychology, neuroimaging and computer-aided simulation of human brain processing as Parallel Distributed Processing Connectionist Neural Network. With *isyMind* a paradigm shift in psychotherapy has taken place:

The therapist only provides the patient (client) a specific structural framework, that enables the client himself to deliberately determine the contents of a therapeutical effective path in form of a self-effective intrinsic cascade process. The specific therapy technique of *isyMind* triggers the CNS-Regions linked with the maladaptive pathological stimulus-response behavior. *isyMind* modifies the inadequate contextualization, presumably through a change of synaptic connection weights and plasticity. The simultaneous change in cognitions, emotions, motivation, and somato-vegetative reactions leads to reassessment and realignment of behavior

The individual, personalized treatment procedure of X minimizes psychological resistance, causes an intensification of treatment and shortens the treatment period.

To the patient's or client's own, new-gained insight after the *isyMind* treatment therapeutic counseling (eg information) is added if necessary, providing the optimal basis for demonstrating and permanently implementing the new behavior

isyMind can be used in coaching processes, short-and long-term therapies.

Keywords: Neuro-intrinsic Mind Modulation, *isyMind*, Synchronization, Learning Memory Process, as-if body-loop, neuropsychotherapy, plasticity, psychotherapie, self-efficacy, coping strategy, psychological resilience, contextualization, consonance, implicit memory, explicit memory, disengagement, trauma therapy, trigger, new behaviour

Literatur

- Bottjer, S. W. & Arnold, A. P. (1997): *Development plasticity in neural circuits for a learned behavior*. In: Annual Review of Neuroscience, 20, 459-481.
- Ekman, P. & Davidson, R. J. (1994): *The nature of emotions: Fundamental questions*. In: New York: Oxford University Press.
- Foa, E. B. & Kozak, M. J. (1986): *Emotional Processing of Fear: Exposure to Corrective Information*. In: Psychological Bulletin, Vol.99, No.1, 20- 35.
- Graf, P. & Schacter, D. L. (1985): *Implicit and explicit memory for new associations in normal subjects and amnesic patients*. In: Journal of Experimental Psychology. Learning, memory, cognition, 11, 501-518.
- Grawe, K. (2004): *Neuropsychotherapie* (S. 125-126), Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Grawe, K. (2005): *Empirisch validierte Wirkfaktoren statt Therapiemethoden*. In: Report Psychologie, 7/8, 311.
- Hebb, D. (1949): *The organization of behavior. A neuropsychological theory*. New York: Wiley.
- Kolb, B. & Whishaw, I. Q. (1998): *Brain plasticity and behavior*. In: Annual Review of Psychology, 49, 43-64.
- Reber T. P.; Luechinger, R.; Boesiger, P. & Henke, K. (2012): *Unconscious Relational Inference Recruits the Hippocampus*. In: The Journal of Neuroscience, 32(18), 6138-6148.
- Schacter, D. L. (1987). *Implicit memory: History and current status*. In: Journal of experimental Psychology. Learning, memory, cognition, 13, 501-618.
- Schwarz, N. & Clore G. L. (1983): *Mood, misattribution, and judgements of well-being: informative and directive functions of affective states*. In: Journal of personality and Social Psychology, 45, 513-523.
- Singer, W. & Ricard, M. (2008): *Aufmerksamkeitsstudien*. In: Hirnforschung und Meditation. Ein Dialog (S. 40). Frankfurt: Suhrkamp Verlag.
- Singer, W. & Ricard, M. (2008): *Verschiedene Speichermechanismen*. In: Hirnforschung und Meditation. Ein Dialog (S. 82). Frankfurt: Suhrkamp Verlag.
- Spitzer, M. (2000): *Geist im Netz: Modelle für Denken, Lernen und Handeln*, Heidelberg, Berlin: Spektrum, Akad. Verlag.

- Steinwachs, C. A. (2010): *Grundlagen* In: Kognitive Plastizität und Demenzentwicklung im Alter aus interdisziplinärer Sicht, (S.19 –33). Berlin Münster Wien Zürich London: LIT Verlag.
- Tryon W. W. (2005): *Possible mechanisms for why desensitization and exposure therapy work*. In: *Clinical Psychology Review* 25, 67-95.

Ruth Caroline Pfister, Fachärztin für Kinder und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie, Ärztliche Leitung: Institut für TraumaHeilTherapie,
Privatpraxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie.
Südanlage 12, 35390 Giessen,
www.traumaheiltherapie.de, **E-Mail:** info@traumaheiltherapie.de

Hans Ulrich Kötter, Dr. med., Forschungstätigkeit und angewandte Wissenschaft im Bereich Neuropsychotherapie und Medizindidaktik, Geschäftsführer c3p Innovationswerkstatt Dr. Kötter & Partner, Wissenschaftliche Leitung: Institut für TraumaHeilTherapie.
Südanlage 12, 35390 Giessen,
www.traumaheiltherapie.de, **E-Mail:** huk@c3p.de

Stefan Näther & Dr. Bernhard Kühnl

Netzwerkorganisation für Familien

Psychologischer Fachdienst der Erziehungsberatungsstellen in
den Kinderkrippen

1. Erfolgreiche Praxis seit 25 Jahren

Seit 1985 bieten die städtischen Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche und seit 2001 gemeinsam mit den Beratungsstellen in freier Trägerschaft in den Münchener Kinderkrippen Beratung vor Ort an: Mindestens einmal im Monat besucht eine Diplom-Psychologin oder ein Diplom-Psychologe die Kinderkrippen, die im jeweiligen Einzugsbereich der regionalen Stellen liegen. Eltern können sich über Fragen der kindlichen Entwicklung und Erziehungsthemen informieren sowie persönliche und familiäre Probleme besprechen. Dieses Angebot richtet sich auch an die Mitarbeiterinnen der Kinderkrippen und wird aktiv genutzt. Weiterhin gestalten die psychologischen Fachkräfte Elternabende zu Themen wie z.B. „Geschwisterstreit“ oder „Grenzen setzen“ und nehmen bei Bedarf auch an den normalen Elternabenden teil. Benachteiligte Kinder, die über einen Hilfeplan in der Krippe sind und Kinder mit erhöhtem Förderbedarf stehen im besonderen Focus dieser Form der Arbeit.

Durch diese Kooperation intensivierte sich die Zusammenarbeit zwischen Krippeneltern, Kinderkrippe und Beratungsstelle: Die Anzahl der Kleinkinder, die Anlass der Beratung waren, hat sich bei den Beratungsstellen von 5 % im Jahre 1985 auf über 10 % im Jahre 2009 mehr als verdoppelt (Jahresberichte der Münchener Erziehungsberatungsstellen, nicht veröffentlicht).

Heute werden aktuell in der einschlägigen Literatur „aufsuchende Ansätze“ diskutiert und umgesetzt (z.B. Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung, 2009). Aufsuchende Beratung heißt, dass die Fachkräfte dort hingehen, wo der Bedarf bzw. die Familie im Alltag ist. Das Stadtjugendamt war hier äußerst fortschrittlich, da dieser aufsuchende Ansatz im Kinderkrippenbereich schon vor 25 Jahren so eingeführt wurde. Die Eltern und Kinder erhalten in ihrer ganz gewohnten Umgebung und ganz selbstverständlich ein Beratungsangebot.

Um Ihnen diese Kooperation bildlich und dadurch verständlicher darzustellen, laden wir Sie einmal auf einen der „Rundgänge“ eines der Autoren in einer Kinderkrippe ein:

1.1 Rundgang durch die Kinderkrippe

Mein Besuch beginnt um 8:30 Uhr; diese Uhrzeit ist günstig, denn da bringen die Eltern noch ihre Kinder, sie können mich nebenbei anfragen und ich kann mich noch mit der Leitung der Einrichtung besprechen, bevor es richtig losgeht. Danach bleibt noch genügend Zeit bis zum Mittagessen, mich mit den Kindern zu beschäftigen.

Beim Betreten der Kinderkrippe besteht Hausschuhpflicht, ein Gefühl des Daheimseins stellt sich ein. Im Eingangsbereich über der Box mit den Hausschuhen sind alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Krippe mit einem Foto und der jeweiligen Funktion ausgehängt. Ein Bild von mir hängt dort auch, was auch heißt: ich gehöre also auch dazu.

Bevor ich aber mit der Leitung bespreche, bietet mir meist der Koch vorher noch einen Kaffee an. Ja, Sie haben richtig gelesen, hier gibt es noch einen Koch! Das mag vielleicht nebensächlich klingen, aber ich sehe als Psychologe auch in der Vermittlung von Esskultur jenseits des üblichen Fastfoods elementare pädagogische Ziele von Beziehung wie auch Bildung verwirklicht. Auf jeden Fall lernen schon die ganz Kleinen, dass eine Pizza nicht an Bäumen wächst. Überhaupt ist der Koch ein lustiger männlicher Zeitgenosse, der auf die Bedürfnisse der Kinder eingeht und ganz nebenbei Genderaspekte in einer doch eher weiblich dominierten Kinderkrippenwelt verwirklicht.

Mit meinem Kaffee gehe ich dann in das Büro der Leitung, ein uns vertrautes Ritual beginnt: Sie bittet mich, mir heute mehr Zeit für die Piraten-Gruppe zu nehmen. Die Kinder seien dort so lebhaft, dass die Erzieherinnen gerne einen Tipp hätten, wie sie damit umgehen können. Dann vereinbaren wir noch einen Termin zusammen mit einer alleinerziehenden Mutter und der Bezirkssozialarbeiterin: Ein Kind soll über das so genannte Hilfeplanverfahren aufgenommen werden, die Mutter leide unter Depressionen. Da die Kinderkrippe im Rahmen der Elternarbeit zum Beispiel mit psychischen Störungen überfordert wäre, ist hier das grundsätzliche Ziel, dass die Eltern regelmäßig Unterstützung durch Beratungsgespräche erhalten. Diese Gespräche finden dann aber meist an unserer Beratungsstelle statt. An dieser Stelle wird auch deutlich, wie fließend die Übergänge des psychologischen Fachdienstes und der Beratungsstellentätigkeit durch diese Kooperation werden: für Eltern sehr niederschwellig, eigentlich nicht spürbar.

Auch für Gefährdungseinschätzungen der Kinder in diesem Zusammenhang stehe ich zur Verfügung. Sie drückt mir den schriftlichen Hilfeplan in die Hand und bemerkt nebenbei: „Ach, was mir noch einfällt. Frau B. wird sich noch bei Ihnen melden, Sie möchte ein Beratungsgespräch, aber nicht hier, sondern an Ihrer Stelle. Bei Familie B. kriselt es schon länger und eine Trennung steht im Raum. Ich habe ihr Ihre Visitenkarte gegeben, nur dass Sie Bescheid wissen“.

Familie B. kennt mich über einen Elternabend zum Thema Geschwisterstreit. Ich gestalte gerne Elternabende, weil das sehr effektiv ist: Es werden gleichzeitig viele Eltern mit psychologischen Themen erreicht, die Eltern kommen untereinander mehr in Kontakt und unterstützen sich gegenseitig und vor allem wird die Zugangsschwelle zu mir, dem „Psychologen“, gesenkt. Wahrscheinlich war auch das persönliche Kennenlernen ausschlaggebend, dass sich Familie B. nun wegen der Problem an mich wendet.

Aber nun zurück zu meinem Gespräch mit der Leitung, eine Bitte hätte sie nämlich noch: In der Langstrumpf-Gruppe werde heute ein Kind eingewöhnt, ob ich da bitte nicht hingehge - sie meint natürlich, ich soll nicht „stören“. Ich sage „Ja, klar“ und denke mir innerlich: Schön, dass das Verhältnis

durch unsere kontinuierliche Kooperation so vertraut ist, dass sie mir auch so ein „Nein“ ohne weitere Bedenken sagen kann.

Zuerst schaue ich in die Schlumpf-Gruppe, frage die Erzieherinnen, ob es irgendetwas gibt, setze mich an den Tisch zu den Kindern. Ich nehme mir Zeit, die Kinder zu beobachten. Wenn ich ein besonderes oder auffälliges Verhalten wahrnehme, bespreche ich das mit den Erzieherinnen und wir entwickeln Handlungsmöglichkeiten. Heute fällt mir nichts auf und ich verabschiede mich bald wieder, weil ich ja von dem Mehrbedarf in der Piratengruppe weiß.

Beim Verlassen des Gruppenzimmers treffe ich auf Dominik, der mich freudig begrüßt. Als ich Dominik vor ca. einem halben Jahr kennenlernte, war sein Verhalten sehr schwierig, er war aggressiv und integrierte sich nicht in die Gruppe. Die Erzieherinnen vermuteten damals Probleme bei den Eltern oder dass er vielleicht eine Sprachentwicklungsstörung habe. Ich sollte ihn mir damals mal ansehen. Im Spiel und beim Ansehen eines Bilderbuches stellte ich fest, dass ein deutlicher Sprachentwicklungsrückstand vorlag. Ich hatte jedoch den Verdacht, dass die Ursache dafür (wie auch die Integrationsprobleme) an seinem Hörvermögen liegen könnte. Ich empfahl eine pädaudiologische Untersuchung und eine dadurch indizierte kleine Operation brachte einen unglaublichen Effekt. Nach vielleicht nur zwei Wochen war Dominik ein völlig verändertes Kind, spielte mit den Altersgenossen und machte sprachlich enorme Fortschritte. Beim Zusammentreffen mit Dominik freue ich mich über seine gute Entwicklung.

Ich eile in die Piratengruppe, ich habe mich zu lange aufgehalten und muss ja zumindest alle Gruppen noch besuchen: Mir schlägt ein sehr ungewohnter Lärm und große Aktivität entgegen. Zunächst beobachte ich nur das Verhalten der Kinder: Mir fällt auf, dass zum einen diese Gruppe wirklich aus etwas vielen kleinen „Alphatieren“ zusammengesetzt ist – aber das lässt sich nur schwer ändern. Dann fällt mir auf, dass viele kleine Details und Spielmöglichkeiten in der Gruppe angeboten werden wie Verkleidungsecke, Mosaikspiele etc., die unkoordiniert von den Kindern durch die Gegend geworfen und gezogen werden. Offensichtlich sind sie damit überfordert. Gemeinsam mit den Erzieherinnen entwickeln wir, dass der Gruppenraum geleert und eine Aktion „Wir bauen ein Piratenschiff aus Pappkartons“ gestartet wird. Die Kinder bekommen eine gemeinsame Mission und Aufgabe, die das Gruppengeschehen ordnen und beruhigen wird. Die Erzieherinnen scheinen zufrieden, weil sie eine neue pädagogische Handlungsoption für die momentan schwierige Gruppensituation haben.

Ich ziehe weiter zur Wicki-Gruppe: Das letzte Mal haben wir ein schwieriges Elterngespräch vorbereitet. Eine Mutter will ihren recht überfürsorglichen Erziehungsstil mehr in der Gruppe verwirklicht sehen. Das Beratungsziel ist, dass die Mutter mehr loslassen kann und ihrem Kind damit auch mehr Selbstständigkeit zutraut. Die Erzieherinnen berichten, dass das Gespräch nicht erfolgreich gewesen sei, die Mutter hätte viel zu wenig annehmen können. Ich ermuntere sie, dass sie bestimmt auf dem richtigen Weg sind, aber es oft auch Zeit braucht für Veränderung. Ich bestärke sie, am Thema dran zu bleiben und erzähle von meinen kurzfristigen Beratungsmisserfolgen - und wie sich dann später doch Vieles bewegt hat.

Nun klappern schon die Geschirrwägen und es gibt Mittagessen. Es ist Zeit, dass ich noch mal bei der Leitung vorbeisehe, mit ihr meine Eindrücke besprechen und ich mich dann verabschiede.

Während in früheren Jahren viele Eltern noch sehr mit sich haderten und sie teilweise ein schlechtes Gewissen plagte, ihr Kind einer Kinderkrippe anzuvertrauen, so ist es heute ganz selbstverständlich: Kinder können sich hier im geschützten und sicheren Rahmen verselbstständigen. Damit wird wiederum vielen Eltern und hier insbesondere den Müttern auch die Möglichkeit gegeben, Selbstständigkeit in Beruf und Einkommen zu verwirklichen. Diese Zufriedenheit kommt auch den Kinder zu Gute.

Diese positive Entwicklung ist vor allem auch der hervorragenden pädagogischen Arbeit der Abteilung Kindertagesbetreuung des Stadtjugendamtes zu verdanken, die – auch über viele Widerstände hinweg – dieses Angebot kontinuierlich qualitativ und quantitativ ausbaute. Insbesondere der Schwerpunkt auf den pädagogisch liebevoll und geschützt gestalteten Raum, der den Kindern Bindung und Geborgenheit gibt, bietet die Grundlage für Entwicklung und Bildung. Und nur das Vertrauen der Eltern in diese Qualität führte dazu, dass das Kinderkrippenangebot in der Nachfrage stetig stieg.

2. Angebote durch Kooperationen in einem verbindlichen Netzwerk für Kinder und Familien verknüpfen

Die Münchener Kindertagesstätten sind seit 2011 in einer neuen Organisationsform, dem „optimierten Regiebetrieb“, zusammengeführt. Die Kinderkrippen und Kindertageszentren sind mit den Kindergärten, Kooperationseinrichtungen und Horten organisatorisch nun zusammengefasst.

Es bestehen Befürchtungen, dass durch die organisatorische Trennung in zwei verschiedenen Referaten das bisher Erreichte an Zusammenarbeit durch die neuen Systemgrenzen gefährdet werden könnte. Auf der anderen Seite bietet aber gerade diese Umstrukturierung die Chance und Gelegenheit, für die dort betreuten Kinder und deren Familie die psychosoziale Versorgung weiterzuentwickeln, also die verbindliche Zusammenarbeit auch auf die bisher weniger erreichten Bereiche wie Kindergärten und Horte auszuweiten.

Eine Arbeitsgruppe der Facharbeitsgemeinschaft Familienangebote, Repräsentanten der Einrichtungen familienbezogener Angebote, hat in einem kooperativen Prozess Thesen entwickelt, wie die psychosoziale Versorgung weiterentwickelt werden kann:

These 1: Kooperation muss verbindlich sein

„Zur Förderung von gesundem Aufwachsen stehen in der Bundesrepublik neben den Eltern unterschiedliche Systeme in der Verantwortung. Die verteilte Verantwortung kann jedoch die Versorgung an den Übergängen von einem System zum anderen erschweren. Eine möglichst optimale Gestaltung dieser Übergänge ist daher ein wichtiges Ziel“, so die Einleitung des 13. Kinder- und Jugendberichts unter dem Kommissionsvorsitz von Prof. Heiner Keupp (2009). Nach einer umfassenden wissenschaftlichen Analyse des derzeitigen Wissensstandes empfiehlt die Kommission den Aufbau verbind-

licher Kooperationsformen der verschiedenen Systeme in lokalen Netzwerken und betont auch die besondere Bedeutung dieser Netzwerke im Bereich der Kindertagesbetreuung (ebda, S. 259).

Die Betonung liegt hier auf „verbindlich“ und bedeutet für die Praxis, dass die Kooperation zwischen den Angeboten geregelt gelebt wird - und nicht beliebig ist.

Im Bayerischen Bildungs- und Erziehungsplan (BEP, S. 451) ist darüber hinaus Folgendes dazu formuliert: „ Kindertageseinrichtungen haben in Fällen von deutlich erhöhtem Förderbedarf des Kindes und familiären Problemen die Aufgabe, Hilfsangebote von Einrichtungen der Jugend- und Familienhilfe sowie anderer psychologischer Fachdienste zu vermitteln. Durch eine intensive Zusammenarbeit insbesondere mit Frühförder-, Erziehungs- und Familienberatungsstellen, dem Jugendamt und dem Allgemeinen Sozialdienst sollen eine bessere Prävention, eine frühzeitige Intervention bei Entwicklungsrisiken oder anderen Problemen sowie die Erschließung von Ressourcen und Beratungsangeboten für Familien erreicht werden. Fachdienste, die mit der spezifischen Förderung von Kindern mit Entwicklungsrisiken oder Behinderung befasst sind, sollen möglichst in der Einrichtung tätig sein.“

Dabei soll es nicht vorrangig darum gehen, neue Angebote zu schaffen, sondern bereits vorhandene Angebote und Dienste zu integrieren, mit dem Ziel, diese den Familien in den jeweiligen Münchner Sozialregionen in integrierter Form leichter zugänglich zu machen.

Das kann jedoch nur in enger Zusammenarbeit mit den verschiedenen Anbietern im sozialen Nahraum sowie – bei Bedarf – den überregionalen Beratungs- und Bildungseinrichtungen erreicht werden. Die Begrifflichkeit „sozialer Nahraum“ ist dabei nicht nur in einem geografischen Sinne zu verstehen, denn verbindliche Kooperationen lassen sich sehr wohl auch über regionale Grenzen hinweg verabreden. Auf jeden Fall ist es notwendig, in der Einrichtung Kooperationsverantwortliche festzulegen, die die hierfür erforderliche Kontakt und Vernetzungsarbeit organisatorisch unterstützen und als Ansprechpartner fungieren.

These 2: Kindertagesstätten sind im vorschulischen Bereich wesentliche Knotenpunkte mit den Familienangeboten für ein starkes Netz für Kinder

Kindertagesstätten sind Lebenswelten der Kinder, die Betreuung, Bildung und Erziehung sicherstellen. Sie sind auch zentrale Orte, die Familie unterstützen. Etwa 30 Prozent aller Münchener Kinder unter 3 Jahren besuchen bereits eine Kindertageseinrichtung, annähernd alle Münchener Kinder mit 5 Jahren eine Kindertagesstätte. Dadurch sind die Kindertagesstätten wesentliche Knoten- und Anknüpfungspunkte für Angebote der Kinder- und Jugendhilfe und des Gesundheitswesens. Die Familienangebote setzen dort am effektivsten an, wo Kinder und Familien sich gewöhnlich aufhalten, nämlich in den Kindertagesstätten. Damit für Kinder und Familien die Angebote leicht erreichbar sind, braucht es starke Verknüpfungen zwischen Kindertagesstätten und Familienangeboten. Auch die internationale wie auch bundesweite Fachdiskussion über die Weiterentwicklung von Kindertageseinrichtungen

(u.a. Fthenakis 2003; Peucker & Riedel 2004) geht von der Zielvorstellung aus, dass die Notwendigkeit einer leichten Verfügbarkeit von bedarfsgerechten Erziehungs- und Bildungsangeboten an einem Ort, für berufstätige und insbesondere für unterprivilegierte und verarmte Eltern immer offensichtlicher wird. Dies beinhaltet die – zumindest punktuelle – Aufhebung versäulter Angebote zugunsten eines integrierten multiprofessionellen Netzwerkansatzes, um Kindern und Familien bedürfnis- und bedarfsgerechte Leistungen mit einem niederschweligen Zugang an einem Ort zu ermöglichen. Geht man also davon aus, dass Beratungs- und Unterstützungsangebote für Familien im Sozialraum verstärkt wichtig werden und Eltern aufgrund gesteigerter Anforderungen zunehmend weniger Zeit zur Organisation des familiären Alltags und dessen Bewältigung zur Verfügung haben, bieten sich Kindertageseinrichtungen als Ort der Vernetzung bzw. Integration sozialer Dienstleistungen an.

These 3: Altersgemischte Konzepte wie Kindertages-Zentren sind aufgrund der Betreuungskontinuität besonders tragfähige Knotenpunkte

Die Öffnung in den sozialen Nahraum, wesentlicher Bestandteil in der Kindertages-Zentren- und Early-Excellence-Center-Konzeption gewährleistet darüber hinaus wohnortnahe und für Familien gut zu erreichende Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten vor Ort. Darüber hinaus hat sich das Kindertages-Zentren-Konzept besonders bewährt, unter anderem da die Beziehungen und der Austausch zwischen den Betreuerinnen und den Familien aufgrund der erweiterten Altersmischung der Kinder über eine längere Lebensaltersspanne bestehen bleiben. Damit steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Familien Kontakt zu den Beratungsfachkräften bekommen, dieses Angebot nutzen und auch zu einem späteren Zeitpunkt wieder darauf zurückkommen. Häufig entstehen auch Synergien in den Beratungen, da Geschwisterkinder in altersgemischten Einrichtungen häufiger anzutreffen sind.

These 4: Verschiedene Angebote einen sich durch die Ausrichtung an den Bedürfnissen der Kinder und ihren Familien

Systeme neigen dazu, das eigene Angebot zu betonen, andere ähnliche Hilfsangebote als Konkurrenz zu erkennen und in eigenen Interessenstrukturen zu denken und zu handeln. Dieses Phänomen der „Systemgrenzen“ kann überwunden werden, indem sich Förderprogramme oder Konzeptionen an den unterschiedlichen Bedürfnissen und Handlungsmöglichkeiten von Kindern und deren Müttern, Vätern, Großeltern sowie weiteren Bezugspersonen ausrichten: „Das gemeinsame Ziel“, Familien und Kinder zu fördern und zu unterstützen, eint die verschiedenen Anbieter von Leistungen zu einem übergeordneten, gemeinsamen Anliegen.

Eine sozialraumorientierte Zusammenarbeit trägt dazu bei, sich mit den anderen sozialen Institutionen in der Region noch besser bekannt zu machen, das spezifische Netz der kooperierenden Partner am jeweiligen Standort zu ergänzen und so das Angebotsspektrum – je nach Bedarf der vor Ort lebenden Kinder und Familien – bedürfnisgerecht zu erweitern.

In diesem Sinne unterstützen sich die Angebote gegenseitig, um die Familien optimal zu unterstützen, was zur nächsten These überleitet:

These 5: Koproduktionen mit verschiedenen Familienangeboten und mit der Kindertagesbetreuungseinrichtung schafft Synergien

Es ist für alle Beteiligten hilfreich, wenn sich Angebote gegenseitig unterstützen, das heißt auch: Bestimmte Hilfen werden durch Koproduktionen gemeinsam gestaltet, denn das bedeutet sparsamen Umgang mit Ressourcen und Gewinnung von Synergieeffekten. Im Rahmen der Zusammenarbeit kann es also nicht allein darum gehen, bestehende Angebote und Maßnahmen des Sozialraums einfach unter einem neuen Dach anzubieten. Es muss vielmehr auch Ziel sein, die vorhandenen Netzwerkstrukturen zu nutzen, um in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Anbietern vor Ort und in Abstimmung mit dem Bedarf der Kinder, Mütter und Väter bedarfsgerechte und bedürfnisorientierte Angebote neu oder weiter zu entwickeln.

These 6: Familien und Kinder frühzeitig und präventiv mit Angeboten erreichen

Die Fachkräfte der Kindertagesstätten sehen die ihnen anvertrauten Kinder fast jeden Tag und können Angebote unmittelbar setzen, wenn für Kinder und Familien ein unterstützendes Familienangebot notwendig wird. Werden Kinder und Familien dadurch mit Familienangeboten frühzeitig erreicht, kann über eine präventive Wirkung das Entstehen von psychischen Problemen und weiteren Auffälligkeiten verhindert werden; bei einer sich bereits entwickelnden Störung kann frühzeitig eingegriffen werden. Die unmittelbar entlastende Wirkung wirkt sehr oft deeskalierend. So werden einerseits bei erfolgreicher Unterstützung in den Familien Entwicklungsschübe und das Erleben von Freude ermöglicht, andererseits können in der längeren Folge auch kostenintensive Erziehungshilfen vermieden werden. Ein wichtiger Aspekt ist in diesem Zusammenhang auch die Erfahrung, dass durch die Kooperation mit Anbietern bspw. der Familienbildung und Erziehungsberatung auch Familien erreicht werden können, die bislang kaum oder gar nicht durch die herkömmlichen Strukturen angesprochen wurden.

These 7: Familienangebote sind bei Bedarf Brücke, Wegweiser und Begleiter zu den Hilfen zur Erziehung

Familienangebote, die niedrigschwellig für Familien in den Kindertagesstätten zu erreichen sind, können gleichzeitig bei vorliegender Notwendigkeit die Schnittstelle zum System der Kinder- und Jugendhilfe, respektive zu den Hilfen zur Erziehung sein. Da die Familienangebote selbst auch zur Kinder- und Jugendhilfe gehören und damit „ortskundig“ sind, stellen sie auch eine Wegweiserfunktion dar. Sie beraten, unterstützen und begleiten Familien bei der Hilfeerschließung und unterstützen dabei gleichzeitig die Erziehungskräfte in den Einrichtungen vor Ort. Die jeweilige Lebenssituation des Kindes und der Familie ist häufig den für das Kind zuständigen Erziehungskräften zunächst besser bekannt und kann durch eine intensive Zusammenarbeit aller am Hilfeprozess Beteiligten in der weiteren Hilfeerschließung zielgerichteter berücksichtigt werden.

These 8: Inklusion – mit zusätzlichen unterstützenden Familienangeboten können Kinder mit besonderen Bedürfnissen in der Kindertageseinrichtung gefördert werden

Die Inklusion von Kindern mit besonderen Bedürfnissen, d.h. die gemeinsame Erziehung, Bildung und Betreuung von (sozial) benachteiligten Kindern und Kindern mit Behinderung oder von Behinderung bedrohten Kindern stellt ein grundlegendes Ziel in Kindertageseinrichtungen dar. Mit zugehender Beratung und Unterstützung vor Ort stehen weitere stützende Angebote auch Familien zur Verfügung, die den Weg in die jeweilige Institution (noch) nicht schaffen. Gerade die Beratung und Unterstützung von Familien im Hinblick auf deren individuelle Belastungssituation ist hier besonders wichtig. Die regionale Organisationsstruktur bietet auch die Möglichkeit, Familien in die Beratungsstelle zu begleiten und dort weiter zu betreuen.

Mit diesen zusätzlichen Familienangeboten wie Beratung und Therapie „vor Ort“ können Kinder in ihrer gewohnten Umgebung gefördert und unterstützt werden, damit ist die Inklusion gewährleistet. In den städtischen Kinderkrippen und in Kinderkrippen in Betriebsträgerschaft freier Träger der Jugendhilfe besteht bereits die Regelung, dass Kinder mit erhöhten Förderbedarf und Hilfeplan automatisch von einer psychologischen Fachkraft der regionalen Beratungsstelle betreut wird.

These 9: Familienangebote brauchen enge Kooperation, um Kinder ohne Tagesbetreuung in Kindertagesstätten zu vermitteln

Die Familienangebote erreichen auch Familien, die keine Tagesbetreuung haben, für die aber eine Kindertageseinrichtung für die kindliche Entwicklung förderlich und notwendig wäre. Hier benötigen die Familienangebote die intensive Zusammenarbeit mit den Kindertageseinrichtungen und die Unterstützung, Beratung und Vermittlung durch die jeweiligen Kindertagesstätten, damit auch für diese benachteiligten Kinder der notwendige Bedarf gedeckt werden kann.

3. Schnittstellen durch Netzwerkorganisation gestalten

Kooperation und Koproduktion sind die notwendige Grundlage einer gemeinsamen Hilfestellung, die sich an den Bedürfnissen der Familien orientiert. Die vorherigen Thesen sind der Versuch, Hindernisse der Kooperation überinstitutionell zu minimieren.

Gleichzeitig hat sich unsere Gesellschaft aber funktional in Teilsysteme differenziert, deren ursächliche Codierungen binär sind. Die einzelnen Teilsysteme können diesen Code nicht verlassen und müssen Arbeitsweisen anderer Teilsysteme in ihren Code übersetzen. Das Kapital ist der Code des Wirtschaftssystems, Krankheit im System des Gesundheitswesens und Verwirklichungschancen im Erziehungs- und Jugendhilfebereich. Nach Luhmann (1999) sorgt der Code für die Schließung des Systems, Programme für seine partielle Offenheit, da sie dafür sorgen, dass Externes mit einem anderen Code in eigene Operationen eingebaut werden kann, ohne dass das Teilsystem seine eigentliche Codierung verlassen muss. Jedes Teilsystem kann die Welt nur aus seiner Sicht beobachten, die für das System we-

sentlich ist. Gleichzeitig muss die Spannung ausgehalten werden, dass die Umwelt auch aus einer anderen Perspektive betrachtet werden kann. Dieses Wissen ist in den Teilsystemen vorhanden, der eigene Code wird aber als wichtiger betrachtet, da er das Überleben und die Anschlussfähigkeit des Systems an weitere Operationen garantiert. Bei einem Verlust des Quellcodes wird das System nicht mehr weiter existieren: wenn Kapital keine relevanter Quellcode mehr ist, gibt es kein marktorientiertes Wirtschaftssystem; wenn Verwirklichung und gesellschaftliche Teilhabe keine Rolle mehr spielt, dann wird das System der Jugendhilfe nicht weiter existieren.

Gleichzeitig sind die funktionalen Differenzierungen nicht festgeschrieben. Es sind neue funktionale Differenzierungen denkbar, die wichtige neue Leitunterscheidungen treffen werden, genauso wie Teilsysteme sich weiter ausdifferenzieren in Unterteilsysteme, die über den gleichen binären Code verfügen, aber aufgrund begrenzter gesellschaftlicher Mittel in Konkurrenz zueinander stehen. Dies führt zur der Notwendigkeit, das Besondere und Einzigartige des Angebotes innerhalb des Teilsystems darstellen zu müssen und sich beständig gegen neue Unterteilsysteme behaupten zu können als auch als gesamtes Teilsystem sich gegen andere durchzusetzen. Die Teilsysteme sind also keine Monolithe, sondern sind selber in einer internen Konkurrenz: versäulte Angebote der Jugendhilfe untereinander (z.B. ambulante versus stationäre Angebote, ambulante Angebote untereinander), Förderschulen versus Regelschulen, Hauptschulen versus weiterführende Schulen, Fachärzte versus Allgemeinärzte, usw. Dies verstärkt die Abgrenzung untereinander und erhöht die Notwendigkeit, sich zu behaupten, da die Mittel die zur Verfügung stehen, begrenzt sind.

Diese Grundordnung führt dadurch auch zu Verdrängungswettbewerben innerhalb des Helfersystems: ein schwieriger Schüler kann sowohl im Schulsystem, im Gesundheitssystem als auch in der Jugendhilfe Angebote erhalten. Diese können unabhängig voneinander arbeiten, da für sie nur ihr ursprünglicher Quellcode wichtig ist. Ob ein Schüler psychisch krank ist, tangiert primär die Schule nicht, solange er dort funktioniert; ob ein Kind eine Störung mit Krankheitswert hat, tangiert primär das Jugendhilfesystem nicht, da hier nur die nicht gewährleistete Erziehung zum Wohl des Kindes wichtig ist. Wenn es den Systemen nun aber nicht gelingt, die Operationen und Unterscheidungen anderer Systeme zur Kenntnis zu nehmen, dann arbeiten sie parallel nebeneinander, was zu den berühmt berüchtigten vielgestaltigen Helfersystemen insbesondere von besonders belasteten Familien führt. Gemeinsame Kooperation in diesen Fällen muss verbindlich sein, alleine die Frage in welchen Bezügen Familien noch betreut werden, kann hier ein erster Schritt sein.

Die Grundentscheidung zu einem Teilsystem kann von den Nutzern getroffen werden,

intensivere Maßnahmen unterliegen aber der Kontrolle innerhalb eines Systems. Ob eine Spezialbehandlung gezahlt wird, ein besonderes Gymnasium ausgewählt werden kann, eine stationäre Heimunterbringung genehmigt wird, entscheidet das Teilsystem – unter Umständen auch über oder gegen den Willen der Nutzer.

Dabei sind die (Teil-)Maßnahmen von ihrer Notwendigkeit überzeugt und haben die Tendenz zur Vergrößerung und Perfektionierung. Denn durch diese Erweiterung kann in einem Verdrängungswettbewerb die Notwendigkeit des eigenen Systems unterstrichen werden.

Um dies nicht ins Uferlose wachsen zu lassen, werden nun Kontrollmechanismen eingerichtet, die den Nutzen der jeweiligen Systeme nachweisen sollen.

Dies funktioniert quantitativ über die Anzahl der Belegungen oder Beratungen als auch über eine festgestellte Veränderung mit einer Vorher- und Nachermessung. Um diese Kontrollfunktion wahrzunehmen, werden dabei möglichst umfassend Kennzahlen erfasst – je genauer und differenzierter, desto günstiger für das Kontrollsystem. Diese Kontrollsysteme sind die Beobachter zweiter Ordnung für die Teilsysteme, sie beobachten aber auch die anderen Kontrollsysteme. Je mehr genaue Zahlen, je mehr Fakten in Form nachweisbarer Erfolge vorhanden sind, desto überzeugter erscheinen nun der Erfolg der vom Kontrollsystem beobachteten Maßnahmen sowie die Wichtigkeit des Kontrollsystems, die um sich von anderen abzuheben, nun möglichst viele dieser Daten benötigt. Sie legitimiert nun ihre Wichtigkeit und ihren eigenen Ausbau mit der Kontrolle, benötigt aber gleichzeitig die Anbieter zur weiteren Überlebensfähigkeit. Dies führt zum Wachstum von Steuerungsmechanismen.

Das Dilemma der Systemgrenzen kann nur eine nachhaltige Netzwerkorganisation lösen. „Eine Netzwerkorganisation stellt eine auf Wettbewerbsvorteile zielende Organisationsform ökonomischer Aktivitäten dar, die sich eher durch kooperative als durch kompetitive und durch relativ stabile Beziehungen zwischen rechtlich selbstständigen, wirtschaftlich jedoch meist unabhängigen Unternehmen auszeichnet“ (Bea & Göbel 1999, S. 368).

Der Vorteil dieser Netzwerkorganisation lässt sich gut am Beispiel Familie verdeutlichen: Die individuelle Pluralisierung unserer Lebenswelt bedingt auch in der Folge eine Pluralisierung familialer Lebenswelten:

Sozialer Strukturwandel, Pluralität scheinbar gleichberechtigter Erziehungsvorstellungen, die eine Positionierung erforderlich machen, unterschiedliche familiäre Lebensmodelle, veränderte Freizeitgestaltungen von Kindern und Jugendlichen, Instabilität der Ehe, Entkoppelung biologischer und sozialer Elternschaft, familiäre Erwerbstätigkeit und die damit verbundene Frage der angemessenen Kinderbetreuung, Fragen der Unterstützung der (Groß-)Elterngeneration ...

Einzelne Systeme sind hier mit der Beantwortung von komplexeren Fragen überfordert, da diese sehr schnell die immanenten Systemgrenzen sprengen.

Um diese herausfordernden und komplexen Themen wie zum Beispiel „Familienfreundlichkeit“ aktiv gestalten zu können, ist nun eine neue Organisationsform notwendig, die sich gerade über eine flexible und die Systemgrenzen überschreitende Zusammenarbeit definiert. Die Zusammenarbeit scheitert aber häufig schon an der Angst der Verantwortlichen eines Teilsystems vor Einflussverlust und unzureichenden alternativen Anreizen für eine Kooperation (vgl. Berger 2010). Beim Thema Familie müsste die Kommune die Rolle derjenigen Mitarbeiter/innen im operativen Bereich stärken, die die

Zusammenarbeit fördern, indem sie Projekte oder Prozesse mit den relevanten Akteuren anderer Systeme aktiv fördern und begleiten. Denn bisher konstatieren die einzelnen System Veränderungen innerhalb ihres binären Codes und können die Unterscheidungen anderer Systeme nur unzureichend wahrnehmen.

Auf kommunaler Ebene wäre somit eine Netzwerkorganisation zum Thema familienunterstützende Lebensbedingungen notwendig, die die Zusammenarbeit der großen Systeme Soziales, Bildung, Gesundheit, Wirtschaft und Stadtplanung zu wichtigen Themen der Familie wie z.B. Kindertagesbetreuung, Erziehung u.a.m. verbindlich fordert, fördert und regelt.

Zusammenfassung

Es wird aus dem Praxisalltag beschrieben, wie in Münchner Kinderkrippen über eine verbindliche Zusammenarbeit mit den psychologischen Fachdiensten der regional zuständigen Erziehungsberatungsstelle ein integriertes Angebot für Familien gestaltet wird.

Daraus folgernd wird über mehrere Thesen generiert, wie diese „best practice“ für alle Kindertageseinrichtungen weiter zu entwickeln wäre.

Im Abschluss wird dargestellt, wie durch eine Netzwerkorganisation über Systemgrenzen hinweg Formern der Familienförderung gestaltet werden können.

Stichworte: Krippe, psychologischer Fachdienst, Kindertagesstätten, Netzwerkorganisation, Kooperation, Schnittstellen, Synergieeffekte, gesellschaftliche Teilsysteme

Abstract

The daily practice is described of the collaboration between a Munich day nursery and the psychological counseling service of a regional family guidance center offering an integrative service for families. Consequently, several theses are generated about how these “best practices” could be further developed for all child day-care facilities. In conclusion, it is shown how forms of family support can be shaped through a cross-system network organization.

Key words: Day nursery, psychological counseling service, child day-care centers, network organization, cooperation, interface, synergy effect, social subsystems

Literatur

Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen & Staatsinstitut für Frühpädagogik (2006): Der Bayerische Bildungs- und Erziehungsplan für Kinder in Tageseinrichtungen bis zur Einschulung. 2., aktualisierte und erweiterte Auflage. Berlin, Düsseldorf: Cornelsen Verlag Scriptor.

Bea, Franz Xaver & Göbel, Elisabeth (1999): Organisation: Theorie und Gestaltung. UTB Berger, Roland (2010): Beyond cross-functional collaboration

http://www.rolandberger.com/media/publications/2010-11-08-rbsc-pub-Beyond_cross_functional_collaboration_de.html (05.05.12)

Fthenakis, W. E. (2003): Elementarpädagogik nach PISA. Wie aus Kindertagesstätten Bildungseinrichtungen werden können. Freiburg: Herder

Gripp-Hagelstange, Helga (1997): Niklas Luhmann – eine erkenntnistheoretische Einführung. München: Fink.

Keupp, Heiner (2009): Deutscher Bundestag, Drucksache 16/12860

Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung Bayern e.V. (2009): LAG-Positionspapier: Aufsuchende Erziehungsberatung stärken und ausbauen – Hinweise zu Formen, Konzepten und notwendigen Rahmenbedingungen.

Luhmann, Niklas (1999): Soziale System. Grundriß einer allgemeinen Theorie. Frankfurt: Suhrkamp, 7. Auflage

Peucker, Christian & Riedel, Birgit (2004). Recherchebericht Häuser für Kinder und Familien, Familie, Senioren, Frauen und Jugend & Deutsches Jugendinstitut

Stefan Näther, Dipl. Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Systemischer Paar- und Familientherapeut, ist Leiter der kommunalen Erziehungsberatungsstellen in München.

E-Mail: mail@stefan-naether.de

Bernhard Kühnl, Dr. phil., Dipl. Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, ist Leiter des SOS-Beratungszentrums München, Vorstand der Landesarbeitsgemeinschaft für Erziehungsberatung Bayern und Weiterbildungsreferent im Rahmen der Ausbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie.

E-Mail: bernhard.kuehnl@sos-kinderdorf.de

Christian Roesler & Britta Künzig

Virtuelle Beziehungen – neue Medien schaffen neue Beziehungsformen und neue Beratungsanlässe

Eine Studie über Partnersuche im Internet und die Entwicklung virtuell entstandener Paarbeziehungen

1. Neue Interaktionsformen

Seit die neuen Telekommunikationsmedien von einer größeren Zahl von Menschen genutzt werden, haben sich neue Interaktionsformen herausgebildet: man chattet bis spät in die Nacht mit Menschen, die möglicherweise auf einem ganz anderen Erdteil leben; man kann im Prinzip von jedem Ort und aus jeder Situation mit Partnern und Freunden per Handy telefonieren - man kann aber auch ebenso zu jeder Zeit von anderen erreicht werden; Menschen schreiben sich wieder täglich Briefe, nur heißen sie jetzt Mails. Aus diesen neuen Kommunikationsmitteln sind neue Möglichkeiten, Beziehungen zu knüpfen und zu gestalten, bis hin zu kompletten virtuellen Beziehungsformen entstanden: Fernbeziehungen spannen sich mittlerweile über verschiedene Kontinente, weil man sich ja täglich per Webcam und Skype sehen und unterhalten kann; manche Menschen verbringen große Teile ihrer Zeit in virtuellen, webbasierten Spielwelten (z.B. World of Warcraft), in welchen sie eine virtuelle Identität unterhalten und mit anderen virtuellen Identitäten Beziehungen pflegen, oder streifen durch Chatrooms, auf der Suche nach interessanten Gesprächspartnern und anderen virtuellen Abenteuern.

Das Internet hat sich als Kommunikationsmedium etabliert und ist somit nicht mehr nur noch Inbegriff von Datentransfer und Informationsgewinn. Die Erschließung neuer sozialer Kontakte über das Medium Internet macht es möglich, dass Menschen zueinander finden, die sich im realen Leben vielleicht nie begegnet wären. Außerdem lassen sich leichter Menschen finden, die ähnliche Anliegen haben. Von kommerziellen wie nicht-kommerziellen Kontaktbörsen und Partnervermittlungen, Online-Chats, Interessensforen bis hin zu virtuellen Gemeinschaften eröffnen sich neue Möglichkeiten, immer und überall, bequem und ganz anonym mit einer großen Vielzahl anderer Suchender in Kontakt zu kommen (Döring 2009). Nach aktuellen Angaben der ARD/ZDF Onlinestudie 2010 wird das Internet von 49 Millionen Deutschen ab 14 Jahren genutzt. Dies entspricht einem Bevölkerungsanteil von fast 70 Prozent. Die Suche nach einem Liebes- oder Sexualpartner hat sich ebenfalls im Medium Internet etabliert, laut Pflitsch und Wiechers (2011) nehmen ca. 7 Millionen deutsche Singles pro Monat rund 2700 verschiedene Online-Dating-Portale in Anspruch, um zu flirten und um ernsthafte Beziehungen zu suchen. Weitere 3 Millionen suchen bewusst Sexkontakte im Internet. Der Branchenumsatz hat sich von 2003 bis 2009 verachtfacht und liegt zur Zeit der Studie bei 179,5 Millionen, was einem Plus von 9,7 % zum

Vorjahr entspricht. Aktuell leben circa 5,4 Millionen Deutsche in einer Partnerschaft, die über das Internet entstanden ist (Geser & Bühler 2006).

Diese neuen Interaktionsmöglichkeiten haben sicherlich viel Nützliches mit sich gebracht. In der Beratungsarbeit wird aber spürbar, dass hier auch ganz neue Problemsituationen entstehen, die man bisher nicht kannte, und es entstehen Beratungsanliegen, für die geeignete Interventionsformen erst noch zu entwickeln sind. Das beginnt damit, dass in den letzten Jahren die Paarberatungen drastisch zugenommen haben, bei welchen eine geheim gehaltene Außenbeziehung vom betrogenen Partner aufgedeckt wurde, indem die Telefonnummer der Affäre im Handyspeicher entdeckt oder die heimlichen Mails auf dem Laptop gelesen wurden. Hier haben sich durch die neuen Kommunikationsmittel zum einen die gegenseitigen Kontrollmöglichkeiten in der Partnerschaft vervielfacht. Noch komplexer wird der Fall dann, wenn eine Außenbeziehung nur virtuell bestand, z.B. indem ein Partner einen regelmäßigen Kontakt mit einer anderen Person im virtuellen Raum unterhielt – und es sich zeigt, dass der Betreffende sich hier öffnen und über tiefste Gefühle mitteilen konnte, während dies mit dem eigenen Ehepartner Face-to-Face nicht gelingen will. Es taucht hier die Frage auf, ob dies tatsächlich als Außenbeziehung zu verstehen ist – zumindest sind die Gefühle beim „betrogenen“ Partner häufig ebenso verletzt wie bei einer Affäre im real life. Mittlerweile existieren schon Ratgeberbücher für Frauen, deren Männer virtuell Fremdgehen (Rijsing 2010). Fälle wie die folgenden stellen dann erst recht die Beratung vor bisher nicht vorstellbare Probleme: Ein Klient berichtet, er habe in einem internetbasierten Rollenspiel, in dem er die Rolle eines Ritters habe, mit der Rollenträgerin einer Elfe „geschlafen“. Seitdem plage ihn das Gefühl, er sei seiner Freundin untreu geworden – aber sei denn das nun wirklich so, schließlich sei das ja alles nur virtuell gewesen. Ein anderer Klient berichtet, er habe in einem privaten Chatroom einen sexuellen Kontakt mit einer anderen Person gehabt. Nun plage ihn der Zweifel, ob sein Gegenüber tatsächlich eine Frau gewesen sei, es gäbe ja auch solche Männer, die sich in Chatrooms nur als Frauen ausgaben usw.

Erfahrungen wie die beschriebenen können bei manchen Menschen zu erheblichen Identitäts- und Beziehungsverunsicherungen führen, und für uns Berater entsteht das Problem, dass wir selbst den Realitätsstatus dieser Beziehungen nicht einschätzen können. Zumindest sind diese virtuellen Beziehungen und deren Probleme nicht ohne weiteres mit unseren bisherigen Beziehungsbegriffen und Interventionsmöglichkeiten angebar. Hochkomplex wird die Beratungssituation dann, wenn Virtualität und Realität aufeinanderstoßen: In den letzten Jahren hat die Zahl der Ratsuchenden zugenommen, die einen Partner zunächst über das Internet kennen- und lieben gelernt haben, sei es im Chat oder über Internetpartnerbörsen, und die dann bei der realen Begegnung mit diesem Menschen und beim Versuch, miteinander zu leben, einen anderen Menschen erleben als den, mit dem sie sich virtuell so wunderbar austauschen konnten.

In der Fachwelt ist man sich einig, dass geeignete Konzepte für das Verständnis virtueller Beziehungen noch fehlen (vgl. Roesler 2011 zu derselben Problematik in Bezug auf virtuelle psychotherapeutische/beraterische Beziehungen). Zugleich sind wir in der Beratungsarbeit teilweise massiv mit dieser

Problemstellung konfrontiert. Es ist keine Frage, dass man die Beratungsarbeit konzeptionell weiterentwickeln muss, um bei diesen Beziehungsproblematiken angemessene Beratungsangebote machen zu können. Andererseits bieten die virtuellen Kommunikationen auch neue Beratungsmöglichkeiten. So hat die Zahl der Jugendlichen, die Beratung in Anspruch nehmen, drastisch zugenommen, seit Erziehungsberatungsstellen E-Mail- bzw. Online-Beratung anbieten. In jedem Fall ist davon auszugehen, dass die beschriebenen Problemstellungen in Zukunft anwachsen werden und Beratungsstellen sich auf diese Entwicklung fachlich und konzeptionell einstellen müssen.

In unserem Beitrag wollen wir spezifisch für Berater einen Überblick über das Feld der Online-Partnersuche geben sowie eine eigene Studie vorstellen, in der wir Paare, die sich über entsprechende Kontaktbörsen kennengelernt haben, über den Verlauf und die Qualität ihrer Beziehung befragt haben.

2. Virtuelle Interaktion

Durch die neueste Webtechnologie, das Web 2.0, ist es mittlerweile möglich, dass jeder Nutzer, der Zugriff auf das Internet hat, interaktiv in diesem unterwegs sein, jederzeit Inhalte eigenständig hochladen und als Mitgestalter des Internetangebots angesehen werden kann. Das Konzept des „User-Generated-Content“ (Karadeniz 1998) kann als neue Qualität angesehen werden und wird von Experten als „Revolution der Medienlandschaft“ bezeichnet. Das „alte“ Web 1.0 war im Vergleich zum neuen Web 2.0 eine Ein-Weg-Kommunikation, es fehlte die Interaktion zwischen Sender und Empfänger. Das Web 2.0 sieht hingegen vor, dass Nutzer aktiv an der Darstellungsform einer Internetseite beteiligt sind und eine Zwei-Wege-Kommunikation möglich wird, die virtuelle Interaktion. Um das tun zu können, sind keine besonderen Fähigkeiten gefragt und es besteht keine Notwendigkeit, Inhalte zu programmieren. Konkret handelt es sich bei den Kommunikationsformen um Weblogs, Wikis, soziale Netzwerke und Web Services (Karadeniz 1998). Die Websites zur Online-Partnervermittlung, wie z.B. *eDarling* oder *ElitePartner* und die Seiten für Online-Kontaktanzeigen (*Friendscout24*, *neu.de*) zählen hierbei zu den sozialen Netzwerken.

Tabelle 1: Online-Anwendungen für soziale Kontakte					
Online-Anwendung	<i>Gesamt</i>	<i>14-19 J.</i>	<i>20-29 J.</i>	<i>30-49 J.</i>	<i>ab 50 J.</i>
<i>E-Mail senden und empfangen</i>	84 %	90 %	92 %	83 %	75 %
<i>Onlinecommunitys (z.B. Facebook, MySpace, StudiVZ)</i>	32 %	79 %	62 %	22 %	7 %
<i>Instant Messaging (z.B. ICQ)</i>	29 %	81 %	51 %	18 %	8 %
<i>Gesprächsfo- ren/Chaträume/Newsgroups</i>	19 %	63 %	30 %	12 %	3 %
<i>Online-Spiele</i>	13 %	28 %	22 %	9 %	6 %
<i>Kontakt-/Partnerbörsen</i>	3 %	7 %	3 %	4 %	1 %
Basis: Deutschsprachige Onlinenutzer ab 14 Jahren in Deutschland (Teilnehmerzahl: 1252)					
Quelle: ARD/ZDF-Onlinestudie 2010 (Van Eimeren & Frees 2010)					

3. Online-Partnervermittlung und Online-Kontaktbörsen

Es ist wichtig, zwischen Online-Partnervermittlungen und Online-Kontaktbörsen zu unterscheiden. In den Texten und Beiträgen zum Thema kursieren verschiedene Begriffe, weshalb es notwendig erscheint, klar zu definieren, was man worunter versteht. Hier sei noch kurz erwähnt, dass die in der Literatur gebrauchten Begriffe Flirtbörsen, Singlebörsen, Datingportale und Partnerbörsen gleichzusetzen sind mit dem in dieser Arbeit verwendeten Begriff der Online-Kontaktbörse.

Die Online-Partnervermittlung ist eine Weiterentwicklung der klassischen Partnervermittlung, wie man sie aus Zeitungsinseraten kennt, bei der sich die Nutzer mit einem Profil auf einer speziellen Online-Partnervermittlungsseite anmelden. Dieses Profil beinhaltet Informationen über die eigene Person, wie Interessen, Beruf, Größe, Bild und Wohnort. Den Betreibern einer Partnervermittlungsseite geht es darum, den Nutzer effektiv bei der Suche nach einem passenden Partner zu unterstützen. Der Unterschied zu anderen Kontaktplattformen im Internet, wie Online-Kontaktbörsen, besteht darin, dass ein spezielles Matching-Verfahren angewandt wird. Anhand eines psychologischen Persönlichkeitstests, der auf neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruht und persönliche Präfe-

renzen bezüglich einer Partnerschaft berücksichtigt, wird ermittelt, wer zu wem passen könnte. Die Betreiber wenden dabei bestimmte (geheime) Algorithmen an, die zu einer erfolgreichen und langfristig glücklichen Beziehung verhelfen sollen. Liegen Übereinstimmungen vor, bekommen die Mitglieder Partnervorschläge zugesandt. Die meisten Verfahren berufen sich dabei auf das Motto „Gleich und Gleich gesellt sich gerne“ und versuchen so passende Partner für ihre Nutzer zu finden. Meistens sind die Mitglieder einer Online-Partneragentur schon etwas älter und auf der Suche nach stabilen und langfristigen Beziehungen, nicht - wie es häufig bei Online-Kontaktbörsen der Fall ist - auf der Suche nach kurzfristigen Flirt- bzw. Sex-bekanntschäften außerhalb des Internets. Durch das Matching-Verfahren sollen von Anfang an Enttäuschungen bezüglich bestimmter Erwartungen für eine langfristige Beziehung ausgeschlossen werden. Dadurch können die Mitglieder relativ sicher davon ausgehen, dass die vorgeschlagenen Kontakte ähnliche Vorstellungen und Ansichten von einer Beziehung haben, wie sie selbst. Für die Online-Partnervermittlung stellt letztendlich das Matching-Verfahren das Grundgerüst für eine gelingende Beziehung dar (Steppat 2011).




Online-Kontaktbörsen dienen ebenso wie die Online-Partnervermittlung dazu, einen Partner zu finden, haben aber eine andere Ausrichtung. Es wird bei den Online-Kontaktbörsen Eigeninitiative der Nutzer gefordert. Sie müssen selbst aktiv werden und sich um Kontakte bemühen, d.h. sie durchstöbern anhand selbstgewählter Kriterien die Datenbanken nach passenden Profilen und können sich nicht auf die Vorschläge einer Partnervermittlung berufen. Die Börsen werden meistens von jüngeren Leuten bevorzugt. Es geht nicht primär darum, den Partner fürs Leben zu finden, sondern eher ums Flirten, Spaß haben und Freunde finden (Stiftung Warentest 2011, S. 76 ff.). 68 % der Singles im Internet nutzen die Kontaktbörsen (www.singlebörsen-vergleich.de 2011). Ähnlich wie bei der Online-Partnervermittlung sind auch bei den Online-Kontaktbörsen eine Registrierung und eine Profilerstellung erforderlich. In diesem Profil gibt sich der Nutzer ein Pseudonym und macht Angaben zum eigenen Wohnort, Geschlecht, Alter und wonach er sucht. Häufig bieten die Kontaktbörsen auch Single-Events und Singlereisen an, um die Suchenden in Real-Life-Treffen zusammenzubringen.

Grundsätzlich kann man sagen, dass es sich bei Datingplattformen aller Art um „lose verbundene Gemeinschaften [handelt], die als kleinsten gemeinsamen Nenner den Wunsch nach einem Beziehungspartner aufweisen.“ (Dombrowski 2011, S. 85). Sie helfen den Menschen dabei, sich einander vorzustellen und erhöhen die Chancen beziehungswillige Personen zu treffen, denen die Nutzer im realen Leben wahrscheinlich nie begegnet wären. Sofern es von den Plattformen angeboten wird, besteht die Möglichkeit zwischen einer Premium-Mitgliedschaft (höhere Kosten, maximaler Service) und einer normalen Mitgliedschaft (keine Kosten, eingeschränkte Nutzungsmöglichkeiten) zu wählen.

Die folgende Tabelle gibt einen Überblick über die führenden Online-Partnervermittlungen und Online-Kontaktbörsen sowohl für heterosexuell als auch homosexuell orientierte Menschen. Führende Heterosexuelle Online-

Partnervermittlung ist nach Stiftung Warentest 2011 und singlebörsenvergleich.de die Seite *Parship.de*. Anhand eines sehr umfangreichen Persönlichkeitsprofils werden viele Partnervorschläge gemacht, die zunächst ohne Foto versendet werden. Selbst der Nutzer, der nichts für die Partnervermittlung bezahlt, erhält einen guten Überblick über die Seite und die Kontaktaufnahme wird den Nutzern durch Spaß-Fragen erleichtert.

Tabelle 2: Die führenden Portale für heterosexuelle und homosexuelle Online-Partnervermittlungen und Online-Kontaktbörsen in Deutschland			
Heterosexuelle Partnervermittlungen	Mitgliederzahl	Geschlechterverhältnis (M:W)	Kosten für 3 Monate
 PARSHIP.de Liebe ist, wenn's passt	5.200.000	49:51	€ 179,70
 ElitePartner.de Akademiker & Singles mit Niveau	2.850.000	46:54	€ 164,70
 eDarling	1.250.000	47:53	€ 89,70
 partner.de	750.000	47:53	€ 74,70
Homosexuelle Partnervermittlungen			
 gay-PARSHIP.com Finde die Liebe Deines Lebens	375.000	/	€ 179,70
 gay2gether Entdecke Deine Liebe.	Ca. 1.000.000	/	€ 58,50
Heterosexuelle Kontaktbörsen			
 FRIEND SCOUT24 Wir verlieben Dich!	Über 10.000.000	57:43	€ 89,70
 neu.de	5.000.000	59:41	€ 74,70
 FLIRTCAFE Flirten Chatten Datteln	1.800.000	58:42	14 Tage € 1,99, dann 6 Mon. € 114
 Dating Cafe.de	1.500.000	48:52	1. Monat gratis, dann ca. € 69

 Finya.de. Einfach verlieben	800.000	56:44	gratis
Homosexuelle Kontaktbörser			
 GAYROMEO	1.100.000	/	gratis
 lesarion	115.000	/	gratis

Quelle: Angaben laut Portalanbieter; www.singlebörsen-vergleich.de (Stand: Januar 2011) und www.dating-vergleich.de (Stand: 2011)

4. Welche strukturellen Veränderungen erfährt die Partnersuche durch das Medium Virtualität?

4.1 Bewusste Entscheidung zur Partnersuche auf Kontaktbörsen

Zunächst einmal unterscheidet sich die Online-Partnersuche von der konventionellen Suche darin, dass sich die Akteure aktiv dazu entscheiden die Kontaktbörsen und Partnervermittlungen im Internet als Medium der Partnersuche zu wählen. Sie nehmen damit bewusst an einem Kontext teil, der explizit auf die Partnerwahl ausgerichtet ist. Dabei steigen zum einen die Chancen einen Partner zu finden, der nicht Teil des bestehenden realen Kontaktnetzes ist, zum anderen steigt die Möglichkeit von Interessierten entdeckt zu werden. Skopek (2009) beschreibt, dass sich durch das Online-Dating eine „Tendenz zur sozialen Öffnung bei der Partnerwahl“ (Skopek et al. 2009, S. 11) abzeichnet.

Ein grundsätzlicher Unterschied zum Realkontakt besteht hier also darin, dass man sich mit der Anmeldung in einer Online-Partnerbörser schon explizit als beziehungssuchend outet, während hier im realen Kontakt eine viel größere Ambiguität herrscht. Im virtuellen Kontakt fällt zugleich das Element der sozialen Kontrolle durch die Umgebung, peer-groups usw. weg, da man sich ja unter Ausschluss der Öffentlichkeit, zu Beginn ja sogar unter dem Mantel der Anonymität begegnet. Es wurde schon vielfach darauf hingewiesen, dass das Netz hier zu einer Verminderung sozial angepassten Verhaltens führt. Andererseits können sich Individuen im Netz hier auch sehr viel offener mitteilen, weil sie keine sozialen Nachteile daraus befürchten müssen.

4.2 Enthemmung

Über die computervermittelte, schriftliche Kommunikation werden in vielen Situationen „Enthemmungseffekte“ (Döring 2003a, S. 536) unterstützt, die sich durch eine größere Selbstoffenbarung und Zuwendung, aber auch ein höheres Aggressionspotential und Grenzüberschreitungen zeigen. Durch die Enthemmung beschleunigt sich oftmals das Kennenlernen von Unbekannten (z.B. in einem Chat, oder auf anderen Kontaktseiten im Internet)

oder auch flüchtigen Bekannten, da durch die Selbstoffenbarung intime Details preisgegeben und persönliche Themen schneller angesprochen werden (z.B. Gefühlsäußerungen, Ansprechen heikler Themen, sexuelle Anspielungen). Eine gesteigerte Selbstoffenbarung führt selbstverständlich nicht immer zum erhofften Beziehungsziel, dennoch lässt sich schnell klarstellen, ob sich die wechselseitigen Beziehungsinteressen der Beteiligten vereinbaren lassen oder nicht. Es bietet sich demnach an, über den medialen Weg Interesse an einer Person zu signalisieren, ohne dass man sich peinlichen und kränkenden Konfrontationen aussetzen muss. Es wird zudem möglich Sehnsüchte zu äußern, die im realen Leben als unsicher, riskant und beängstigend erfahren werden. Zum Beispiel ermöglicht es einem Mann sich zum ersten Mal auf schwule Kontakte einzulassen, oder einer Frau sich mehrere Liebhaber zu nehmen (vgl.: Döring 2003a, S. 536 ff. und S. 552).

4.3. Heterogene Zusammensetzung der Teilnehmer

In den selbstgewählten Räumen im Internet herrscht eine weitaus größere Heterogenität der Teilnehmer, als das in realen Kontexten, wie z.B. in der Nachbarschaft, der Fall ist. Das Internet ist sehr viel offener, sodass prinzipiell niemand von der Nutzung von Datingportalen ausgeschlossen ist. So ist es für zwei Menschen mit grundsätzlich unterschiedlichen soziodemographischen und soziokulturellen Hintergründen sehr viel leichter möglich miteinander in Kontakt zu kommen. Die Gesamtheit der Nutzer von Datingportalen unterscheidet sich zudem von der Gesamtbevölkerung insofern, als dass sie eher männlich, jung und höher gebildet ist und aus Haushalten mit tendenziell höherem Einkommen stammen (Skopek et al. 2009).

4.4 Großer „Pool“ an potenziellen Partnern

Auch die Anzahl an potenziellen Partnern ist neben der Heterogenität im Internet sehr viel größer als im realen Leben. So besteht beim Online-Dating die Möglichkeit, auf sämtliche Nutzer der Datenbank zuzugreifen, während beispielsweise der Freundeskreis einer Person zahlenmäßig stark eingeschränkt ist. Da die Kontaktierungen auf Online-Kontaktbörsen bewusst vorgenommen und von mindestens einer Person initiiert werden, ist es nahezu ausgeschlossen, zufällig einen Partner kennenzulernen, wie es beispielsweise beim Ausgehen der Fall sein kann. So besteht das Kontaktnetzwerk aus bewusst ausgewählten Personen und ist nicht vorstrukturiert, wie z.B. im Bildungssystem. Es kommen zu jedem Zeitpunkt durch neue Anmeldungen weitere Teilnehmer als Kontaktpartner infrage, da keine Selektion stattfindet (Skopek et al. 2009).

4.5 Unabhängigkeit von Zeit und Raum

Es besteht im Internet, vorausgesetzt man hat einen Zugang dazu, prinzipiell rund um die Uhr und überall die Möglichkeit zum Online-Dating. Jeder Nutzer kann sich jederzeit und an jedem Ort über infrage kommende Partner

informieren und mit diesen interagieren. Das Interagieren ist dabei nicht an ein gleichzeitiges Treffen der Teilnehmer, wie z.B. bei einer persönlichen Begegnung, gebunden, sondern kann zeitversetzt stattfinden. Das bedeutet, dass das Versenden von Nachrichten und das Beantworten nicht unbedingt unmittelbar aufeinander folgen müssen. Zudem eröffnet sich ein größerer Handlungsspielraum für die Partnersuchenden, da das Online-Dating eine zusätzliche Option zu den Alltagskontexten der Partnerwahl darstellt (Skopek et al. 2009).

4.6 Anonymität

Ein weiterer signifikanter Unterschied zum alltäglichen Kontext besteht darin, dass die Situationen und Akteure im Internet anonym sind. Es ist den Internetnutzern gänzlich selbst überlassen, wie sie sich selbst darstellen und welche persönlichen Details sie in der Interaktion mit Anderen preisgeben. Durch die Verwendung von Pseudonymen wird ihre wirkliche Identität geheim gehalten. Die Kontaktabbahnung zwischen zwei Personen ist beim Online-Dating textbasiert, gekennzeichnet durch ein wechselseitiges Hin- und Herschreiben, wodurch viele Merkmale, die in einer realen Interaktion wichtig erscheinen, wegfallen, wie z.B. Aussehen, Verhalten, Gestik, Mimik, Geruch usw.

4.7 Kontrolle

Daraus folgt unmittelbar, dass die Person offensichtlich eine viel größere Kontrolle über den Ablauf der Beziehungsaufnahme hat, sie kann selektiver Informationen mitteilen als im wirklichen Leben und den Kontakt auch jederzeit ohne Folgen beenden. Nachdenklich stimmt eine amerikanische Untersuchung, in der 57 % der Befragten zwar angaben, sich durch virtuelle Netzwerke besser mit anderen verbunden zu fühlen, aber ganze 44 % explizit äußerten, dass sie die virtuellen Beziehungen allen anderen vorzögen (Wahnhoff 2011).

4.8 Verunsicherung

Ebenso unmittelbar ist mit der Anonymität aber auch eine Verunsicherung über die wahre Identität des Gegenübers verbunden. Indem die Kommunikationspartner das Verhalten des Anderen nicht wahrnehmen und beobachten können und sie sich auf standardisierte Informationen ihres Gegenübers verlassen müssen, entstehen Unsicherheiten darüber, wie andere Teilnehmer einer Kontaktbörse einzuschätzen sind. Im Grunde genommen handelt somit jeder auf einer Kontaktseite zunächst isoliert (Skopek et al. 2009).

4.9 „Dyadische Exklusivität“

Dadurch, dass die Kontaktabbahnung zwischen zwei Personen im Internet eine sehr exklusive ist, folgt, dass sich die verschiedenen Akteure nicht wechselseitig in ihren Annäherungsversuchen im Weg stehen. Es besteht

also keinerlei Rivalität bei der Kontaktaufnahme zu einer bestimmten Person. Jeder hat die Möglichkeit, jeden anzuschreiben, ohne besondere Rücksicht darauf nehmen zu müssen, dass der Angeschriebene eventuell schon mit einem anderen Nutzer in engerem Kontakt steht. Die Nutzer folgen beim Online-Dating ihrem freien Willen, da es zum einen keine direkte externe soziale Kontrolle gibt und sie zum anderen erst lernen müssen, welche Strategien der Partnersuche im Internet erfolgreich sind.

5. Sozialwissenschaftliche Daten zur Verbreitung der Online-Kontaktbörsen

Mit der Verbreitung der Online-Partnerbörsen hat sich auch sozialwissenschaftliche Forschung über dieses neue soziale Phänomen etabliert. So betreibt das Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg ein Forschungsprojekt „Prozesse der Partnerwahl auf Online-Kontaktbörsen“ (Schulz & Zillmann 2009). Die Zeitschrift für Familienforschung (2011/3) hat dem Thema ein ganzes Heft gewidmet. Zunächst entwickelten sich die Online-Kontaktbörsen unter homosexuellen Männern. In der Homosexuellen-Szene ist Online-Dating schon so dominant, dass selbst einschlägige Bars abends leer bleiben (Pflitsch & Wiechers 2011, S. 2). Von hier aus hielt das Online-Dating Einzug auch bei den Heterosexuellen. Die Nutzer unterscheiden sich mittlerweile lediglich dahingehend von der Gesamtbevölkerung, dass sie das Internet intensiver nutzen, jünger, häufiger Single, höher gebildet und besser verdienend sind (vor allem bei teureren Diensten) (Döring 2009). Aus einer soziologischen Studie wird ersichtlich, dass es bei der Online-Partnersuche eine klare Tendenz zur Bildungshomophilie (Partnerwahl auf Augenhöhe) gibt, die mit dem Niveau der eigenen Bildung stark zunimmt. Dieses Phänomen zeigt sich vor allem bei Frauen. Sie möchten sich bildungsmäßig nicht „abwärts“ orientieren und kontaktieren häufiger Partner mit höherem Bildungsabschluss. Bei Männern ist das eher umgekehrt (Skopek 2009).

In einer repräsentativen Studie (Schmitz et.al. 2011) erwiesen sich 5,45 % aller Paarbeziehungen als durch Internetkontakt zustande gekommen, in der Altersgruppe der 1990-94 geborenen sogar 9 %. In den USA sollen es schon 17 % aller Beziehungen sein. In jedem Fall stimmt das Argument nicht, Menschen, die Kontakte zu anderen über das Internet suchen, seien gehemmter, sozial unsicherer usw. Überraschenderweise ist das Gegenteil der Fall, die Netznutzer sind intelligenter, sozial kompetenter, offener usw.

6. Welche Gründe führen zur starken Verbreitung der Online-Partnersuche?

Kennzeichnend für die Spätmoderne ist es, dass keine „sozialen Arrangements“ (Geser & Bühler 2006, S.3) mehr speziell für die Partnerwahl ausgebildet werden, sondern diese Prozesse nebenbei geschehen und somit unkontrollierbar und unberechenbar sind. Meist findet sich ein Partner in Institutionen oder Interaktionsfeldern mit anderen Themenschwerpunkten,

wie in Schulen, in Betriebsstätten, Vereinen, bei Freizeitanlässen u.a. Ausbildungskontexte und der Arbeitsplatz nehmen zwar weiterhin eine wichtige Rolle bei der Partnerschaftssuche ein, zumal die Ausbildungszeiten immer länger werden, dennoch empfinden viele Individuen in der Gesellschaft solche konventionellen Angebote als nicht mehr ausreichend. Die konventionellen Felder der Partnersuche werden oft als ineffizient erlebt, weil grundsätzlich ein wechselseitiges Unwissen darüber besteht, wer überhaupt subjektiv interessiert und motiviert ist eine exklusive Paarbeziehung einzugehen. Hinzu kommt:

6.1. Heiratsalter verschoben

Dadurch, dass sich das durchschnittliche Heiratsalter verschoben hat, wird die Suche nach einem Beziehungspartner oft erst nach der Ausbildungszeit aktuell.

6.2. Striktere Umgangsregeln

In vielen Betriebsstätten sind striktere Umgangsregeln (z.B. zum Schutz gegen sexuelle Belästigung) zwischen Männern und Frauen eingeführt worden, die es ihnen erschweren miteinander in Kontakt zu kommen.

6.3. Sekundäre Singles nach Trennung und Scheidung

Durch Trennungen und Scheidungen entstehen vermehrt sekundäre Singles, die aufgrund ihres mittleren bis höheren Lebensalters nicht mehr die üblichen Einrichtungen und Veranstaltungen (Schule, Disco, Partys) besuchen, die für Jüngere noch Gelegenheiten zur Partnersuche bieten.

6.4. Starke zeitliche Belastung

Aufgrund von starken Belastungen in Beruf und/oder Familie (z.B. Alleinerziehende Mütter) haben viele keine Zeit für die Partnersuche. Hinzu kommt, dass die Meisten durch diverse Beziehungserfahrungen anspruchsvoller und selektiver geworden sind, als sie es in ihrer Jugend waren (Geser & Bühler 2006).

7. Einschätzung der Nutzer zu Vor- und Nachteilen des Online-Datings

Als größter Vorteil des Online-Dating wird laut einer kanadischen Umfrage (Brym & Lenton 2001) angegeben, dass man Personen kennenlernen könne, die man im realen Leben nie treffen würde.

„It creates the opportunity to meet people one would otherwise never meet (64 % of respondents gave this item a score of 4 to 6). Men are significantly more likely than women to cite this as a big advantage. People living in rural and farming areas, as well as people living in small towns and villages far from major cities, are significantly more likely than people living in other types of communities to cite this as a big advantage.“ (Brym & Lenton 2001, p.25).

In der Auswertung von Bühler-Ilieva (2006) stellt sich heraus, dass bei den Nutzern die „Anonymität“ als größter Vorteil angesehen wird, da sie einen gewissen Schutz verspricht. Der Punkt „sehr große Auswahl an Partnerinnen/Partnern“ steht für die Nutzer erst an vierter Stelle (S. 238).

Auch die Tatsache, dass man sich einen nahezu voraussetzungslos offenen, **örtlich und zeitlich unabhängigen** und von bestimmten Verhaltenszwängen befreiten Zugang zur Partnersuche verschaffen kann, wird als weiterer Vorteil gesehen. Viele Nutzer der Schweizer Kontaktbörse (www.partnerwinner.ch) geben an, viel weniger Hemmungen und Ängste beim Kontaktknüpfen im Internet zu haben, als im realen Leben.

Als großer Vorteil werden auch die **geringen Kosten**, mit denen eine Kontaktierung verbunden ist (mit Ausnahme der pauschalen Abonnementen-Gebühr), genannt. So begünstigt die niederschwellige Zugänglichkeit, dass auch Menschen auf Online-Kontaktbörsen gehen, deren Motivationslage noch nicht ganz sicher ist und die wenig Vertrauen in die neuen Technologien haben.

Des Weiteren wird die Möglichkeit des „**role switching**“ in der Online-Interaktion als sehr positiv empfunden. Das heißt, die User können innerhalb von Sekunden von einem Kontakt zum nächsten wechseln oder gleichzeitig mehrere Antwortmails verfassen, wodurch die Chancen steigen, von möglichst vielen Kontaktpartnern zumindest einen ersten Eindruck zu bekommen.

Schriftliche Online-Kommunikation eignet sich zudem besser dazu, Kontakte zu jeder Zeit zu beenden, als das bei Telefonaten oder Face-to-Face Begegnungen der Fall ist. Es sind keine unmittelbaren Reaktionen des Betroffenen zu erkennen, wodurch der Sender keine Scheu haben muss aufrichtig und „schonungslos“ zu sein. Diejenigen, die einen Korb bekommen, haben es leichter damit fertig zu werden, weil sie sich sagen können, dass sie bisher wenig in die Beziehung investiert haben und sie sich leicht wieder nach alternativen Kontakten umsehen können. Der Vorteil „**unverbindlicher Kontakte**“ steht auch bei der Befragung von Bühler-Ilieva (2006) an dritter Stelle und wird von Frauen als sehr viel wichtiger eingeschätzt als von Männern.

Zu guter Letzt stellt sich der **geschützte Rahmen**, den das Internet mit seinen Diensten bietet, als Vorteil dar, da er es den Partnersuchenden ermöglicht, ganz deren Individualität auszuleben, ohne sich von äußeren Zwängen beeinflussen zu lassen. Dabei können sich die Menschen beispielsweise ganz frei ihren sexuellen Vorlieben (z.B. homoerotischer oder sado-masochistischer) hingeben, die oft nur als unausgesprochene und verheimlichte Wünsche existieren, weil sie den Erwartungen anderer aus dem sozialen Umfeld nicht entsprechen würden.

„Weil sich die Teilnahmeaktivität im geschützten privaten Raum vollzieht, wo keinerlei soziale Normen und Sozialkontrollen wirksam sind, wird sie in erster Linie durch subjektive intrapersonelle Motivationen, Interessen, Stimmungen und Zielsetzungen bestimmt“ (Geser & Bühler 2006).

Viele der Vorteile können auch als Nachteile interpretiert werden. So sehen zum Beispiel in der Anonymität einige Nutzer der Schweizer Singlebörse auch den Nachteil, sich hinter dem Pseudonym verstecken zu können und nicht ehrlich und wahrheitsgetreu sein zu müssen. Die Selbstdarstellung orientiert sich oft an konventionellen Mustern, anstatt an individuellen Eigenschaften, da viele Menschen gar nicht in der Lage sind, den eigenen Charakter und persönliche Vorlieben zu reflektieren. Außerdem wollen sich viele

im „rechten Licht“ präsentieren und sich gut verkaufen, um mit der „Konkurrenz“ mithalten zu können (Geser & Bühler 2006; Döring 2009, S. 13).

Auch die erleichterte Exit-Option kann dazu führen, dass Konflikte nach Enttäuschungen und Missstimmungen nicht mehr ausgehalten und ausgetragen werden. Durch das sofortige Beenden eines Kontakts entsteht keine Möglichkeit mehr eine gelingende Beziehung entstehen zu lassen, die davon lebt, konflikthafte Situationen zu meistern (Geser & Bühler 2006). Die Unverbindlichkeit, mit der Beziehungen im Internet geführt werden können, birgt das Risiko des Verlusts von Sicherheit, Vertrauen und Geborgenheit. So werden tragfähige, verlässliche Beziehungen von flüchtigen Beziehungen abgelöst, da Kontaktsuchende sich nicht mehr so häufig auf monogame, feste Beziehungen einlassen wollen, wenn sie wissen, dass ein neuer Partner nur einen Mausklick entfernt zu sein scheint. Durch die neue Alternativenfülle könnte demnach die Stabilität von Bindungen gefährdet sein (Döring 2009, S.12).

Des Weiteren bringt der Vorteil, dass sich zwei Menschen aus den unterschiedlichsten Lebensbereichen im Internet begegnen können, auch Schwierigkeiten mit sich. Zum Beispiel ist es nicht leicht, den neuen Partner in das bestehende Netz von Verwandten und Bekannten zu integrieren (Geser & Bühler 2006). Schließlich ist die fehlende Mimik und Gestik innerhalb der Kommunikation ein Nachteil, wenn es darum geht, bestimmte Emotionen und Stimmungen zu zeigen. Virtuelle Partner sind weniger in der Lage, einander ihre Sympathie auszudrücken, als Face-to-Face Partner. Andererseits wird durch das Kennenlernen „von innen nach außen“ und den Mangel an körperlicher Wahrnehmung und nonverbalen Signalen ein wechselseitiges „Beschnuppern“ auf verbaler Ebene erreicht, welches zur Folge hat, dass man schnell sehr persönliche Themen bespricht und sich ein Gefühl großer Vertrautheit zwischen den Kommunikationspartnern einstellt (Geser & Bühler 2006). Dies wird als „neoromantischer“ Effekt bezeichnet – aufgrund der oben dargestellten Strukturmerkmale der virtuellen Begegnung entsteht in vielen Fällen sehr schnell eine große, zumindest gefühlte Intimität, eine große Offenheit und Mitteilungsbereitschaft, sehr schnell entsteht eine gemeinsame Welt und der andere wird Teil davon, und genau dies ist das wesentliche Merkmal intimer Beziehungen (Dröge & Voirol 2011, Döring 2010).

8. Spannungen

In der Welt der Online-Partnersuche müssen die Beteiligten also große Spannungen aushalten. Zwar neigt wohl die Mehrzahl der fest Gebundenen dazu, sich im Internetkontakt nur Selbstbestätigung zu holen. Bleibt der/die andere dann aber nach mehreren Kontakten weiter interessant, wird womöglich ein Kontakt im real life angestrebt. Dann begegnet das zweite Spannungsmoment, nämlich dass offenbar der virtuelle Kontakt zu ausgeprägten Idealisierungen des Anderen einlädt, die durch entsprechend „optimierte“ Selbstdarstellungen auch noch gefördert werden. Bei der Erstellung eines eigenen Profils in Kontaktbörsen stehen Nutzer nämlich vor einem grundsätzlichen Dilemma: einerseits ist die Konkurrenz gigantisch, so dass man sich mit einem möglichst optimalen, interessanten, attraktiven Profil

präsentieren muss; andererseits darf man sich hier nicht zu weit von der Wahrheit entfernen, wenn man eine dauerhafte Partnerschaft im real life im Auge hat. Interessant ist, dass sich hier empirisch schon bestimmte Muster der (unwahren) Selbstpräsentation feststellen lassen (Zillmann et.al. 2011): so greifen offenbar vor allem Männer zu unwahren Selbstdarstellungen, die in zentralen Bereichen von Attraktivität scheinbar benachteiligt sind, insbesondere bei der Darstellung von Körpergröße, Bildungsgrad und Alter. Frauen dagegen stufen ihren Bildungsstand nach unten ab. Diese Muster weisen natürlich vor allem auf die Erwartungen der Akteure hin, was wohl beim anderen Geschlecht als attraktiv erscheint. Auch Skopek (2011) kann in einer empirischen Untersuchung zum Onlinedating-Verhalten zeigen, dass in den Selbstdarstellungsprofilen traditionelle Rollenmuster vorherrschen, z.B. Männer viel häufiger Frauen ansprechen und aktiv sind, während Frauen eher Anfragen empfangen.

Auf diesem Hintergrund wird verständlich, warum es beim ersten realen Aufeinandertreffen zu erheblichen Enttäuschungen kommen kann, die auf der einen Seite durch die eine Weile lang gepflegten Idealisierungen und Projektionen, auf der anderen Seite durch mehr oder weniger geschönte Selbstpräsentationen befeuert werden.

Hier wird schon deutlich, dass diese strukturellen Elemente der Online-Partnersuche unmittelbare Auswirkungen auf Beratungen haben kann. Wie im Beispiel anfangs erwähnt, kommt es tatsächlich zu Verunsicherungen in Paarbeziehungen aufgrund der Differenz zwischen medialer Selbstdarstellung und realer Begegnung. Auch ist davon auszugehen, dass zunehmend mehr Klienten in die Möglichkeiten der virtuellen Partnersuche einsozialisiert sind und dies Folgen für ihre Bereitschaft hat, an einer aktuellen Beziehung zu arbeiten, etwa nach dem Motto: „Warum die Mühe, wenn der nächste Partner im virtuellen Supermarkt so leicht erreichbar ist“.

Hinzu kommt die enorme Spannung zwischen dem Ideal, eine romantische Liebesbeziehung zu finden („die/den Richtige/n“), und dem rationalistisch-marktorientierten Zugang der Onlineplattformen, in denen ein Profil, im Grunde eine Art Bewerbung zu erstellen ist, wo mit Algorithmen Partner-Matchings vorgenommen werden, man Eignung prüft usw. Schon dies allein muss zu Irritationen führen.

In die Welt der Onlinebörsen muss man einsozialisiert werden. Wie das abläuft, folgt unten. Forschung zeigt aber auch, dass diejenigen Paarbeziehungen, die – über das Internet vermittelt – über die ersten Begegnungen hinaus Bestand haben, sich dann statistisch betrachtet nicht mehr von auf anderen Wegen entstandenen Beziehungen unterscheiden (Döring 2010).

9. Wie gestaltet sich die konkrete Suche nach einem Partner im Internet?

9.1 Die gezielte Beziehungssuche im Internet

Es lassen sich bei der gezielten Beziehungssuche asynchrone Kontaktbörsen (Online-Kontaktanzeigen) von synchronen Kontaktforen (Chatforen, um in einen direkten Dialog zu kommen) unterscheiden. Typisch für die Partnersuche per Kontaktanzeige ist, dass die Suchenden eine rationale

Vorauswahl an standardisierten Informationen zur eigenen Person treffen. (z.B. Geschlecht, Alter, Größe, Wohnort, Hobbies usw.). Durch Kurzbiographien, Fotos und Verlinkungen auf der eigenen Profildseite werden Hintergrundinformationen über die Inserierenden abrufbar. Wer auf der Suche nach einem ganz bestimmten Wunschpartner ist, kann das Angebot auf dem Anzeigemarkt nach bestimmten Kriterien systematisch filtern. So ermöglicht die Online-Kontaktanzeige eine viel höhere Effizienz als eine Offline-Kontaktanzeige. Emotionale Aspekte spielen bei den ersten Online-Kontakten eine ebenso wichtige Rolle, wie die zunächst rational betrachteten Profilübereinstimmungen. Schreibstil, Häufigkeit und Länge der Botschaften und Inhalte wirken sich auf die Emotionen der Beteiligten aus und zeigen, ob sie sich zu ihrem Gesprächspartner hingezogen fühlen oder nicht (Döring 2003, S. 449 ff.). Nach einer Umfrage auf der Dating-Seite www.partnerwinner.ch gaben 3,6 % von 577 Nutzern an, sich bereits nach dem ersten Mail in ihr Gegenüber verliebt zu haben (Bühler-Ilieva 2006, S. 275). So scheint es tatsächlich so etwas wie die „Liebe auf den ersten Klick“ im Internet zu geben. Sobald auf die Kontaktanzeigen baldige persönliche Treffen in der Realität folgen, unterscheidet sich die Beziehungsanbahnung nach einer Online- oder Offline-Annonce nicht mehr. Die meisten Nutzer einer Online-Kontaktbörse streben eine persönliche Begegnung an, da sie einen Lebensabschnittspartner im realen Leben suchen. Durch ein Treffen lässt sich dann prüfen, ob die Bereitschaft, eine Beziehung auch außerhalb des Netzes einzugehen, tatsächlich gegeben ist (Döring 2003, S. 449 ff.). Aus der wissenschaftlichen Befragung von Nutzern der Schweizer Online-Kontaktbörse www.partnerwinner.ch geht hervor, dass immerhin 23 % der Nutzer bereits einen Partner durch die Kontaktbörse gefunden haben (Bühler-Ilieva 2006, S. 264). Dabei liegt die Erfolgsquote bei den Frauen höher, als bei den Männern. Dies mag an dem vorhandenen „Männerüberschuss“ liegen.

Die synchronen Kontaktforen ermöglichen den Kontaktsuchenden einen unmittelbaren, zeitgleichen Austausch miteinander. Im Gegensatz zu Single-Partys im Real-Life sind Single- und Flirt-Chats rund um die Uhr und niederschwellig nutzbar. Die Chatnutzer müssen sich keine Gedanken über Anfahrtswege zu einem bestimmten Treffpunkt, über ein besonderes Aussehen oder über ihre Schüchternheit machen. Sie können anonym überall neue Kontakte suchen. Im Vergleich zur Beziehungssuche auf asynchronen Kontaktbörsen, bei der meist eine Paarbeziehung oder Freundschaft außerhalb des Netzes angestrebt wird, funktioniert die synchrone Kontakthanbahnung eher auf der rein virtuellen Ebene und die Nutzer sind meist nur auf der Suche nach flüchtigen Online-Begegnungen. Bestimmte Beziehungen, wie z.B. sexuelle Nebenbeziehungen, können oft auch alleine innerhalb des Mediums Internet realisiert werden und haben nicht das Ziel, in der Realität vollzogen zu werden (Döring 2003, S. 452 ff.).

9.2 Spezifische Kompetenzen

In einer Studie über die Nutzung des Internet durch Jugendliche zur Gestaltung sexueller Beziehungen (Burda 2008) stellt die Autorin bezüglich der Frage, ob das Internet die Grundkonstellationen von Entwicklung und Sozia-

lität verändere, fest: „ Zum einen verändern sich auch im Zeitalter der virtuellen Realität die Anforderungen und Bewältigungsnotwendigkeiten sexueller Adoleszenz nicht grundsätzlich, zum anderen stellt der virtuelle Erfahrungsraum eine erweiterte Option zur Gestaltung sexuell konnotierter Geschlechterbegegnungen dar. Das Agieren in diesem Raum ist jedoch nicht voraussetzungslos, sondern verlangt spezifische Kompetenzen wie z.B. die Übergänge zwischen den zwei Erfahrungsräumen zu meistern und einen Umgang mit virtueller Öffentlichkeit“. Auch Schmid (2011) betont, dass vor allem der Übergang zwischen den Welten Virtualität und Realität spannungsvoll ist und eine Herausforderung darstellt. Vor allem den hier genannten Aspekt der spezifischen Kompetenzen, die es erfordert, sich erfolgreich im virtuellen Beziehungsraum zu bewegen und die Übergänge zu meistern, konnten wir durch unsere Untersuchung weiter erhellen. Es zeigen sich hier offenbar gewisse allgemeingültige Muster und Regeln.

10. Von der virtuellen zur Real-Life-Beziehung: eine Interview-Studie

Eine Beziehung, die ihre Anfänge im Internet nimmt, gestaltet sich in der Kennenlernphase anders als eine, die im Real Life entsteht. Der Beziehungsverlauf ist von besonderen Merkmalen geprägt und stellt die Beziehungspartner vor bestimmte Herausforderungen. In der Untersuchung sollte herausgefunden werden, was die Beweggründe dafür sind, im Internet einen Partner zu suchen, wie die Befragten den Beziehungsverlauf vom virtuellen Kontakt im Internet hin zur Partnerschaft in der Realität erleben, ob sich besondere Herausforderungen für Menschen stellen, die ihren Partner über Internet suchen und welchen Einfluss das Online-Dating auf die heutigen Beziehungen hat. Um eine möglichst heterogene Versuchsgruppe für die Interviews zu bekommen, wurden Frauen und Männer verschiedenen Alters und mit verschiedener sexueller Orientierung akquiriert. Die Interviewpartner unterschieden sich bezüglich ihres Geschlechts, Alters, ihrer sexuellen Orientierung und der Länge der Beziehungen. Hinsichtlich des formalen Bildungsstandes bestand allerdings keine Heterogenität, da sich alle Probanden durch einen akademischen Bildungsweg auszeichneten.

10.1 Sowohl die gezielte Beziehungssuche als auch der beiläufige Beziehungsaufbau im Internet können als erster Schritt auf dem Weg in eine längerdauernde Partnerschaft fungieren

Die Untersuchungsergebnisse veranschaulichen, dass die gezielte Beziehungssuche und der beiläufige Beziehungsaufbau als Einstieg in eine neue Partnerschaft dienen können. Deutlich wird, dass ganz verschiedene Motivationen Einfluss auf die gezielte Suche nehmen. Die Ergebnisse der Interviews bestätigen, dass die Profile der Nutzer von anderen gezielt nach bestimmten Kriterien durchsucht und aussortiert werden. Die Befragten sprachen auf bestimmte Hobbies an, suchten Personen in einer speziellen Stadt oder ganz gezielt nach anderen gleichgeschlechtlichen Menschen. Man kann also sagen, dass der Einsatz von Filtermethoden sinnvoll und erfolgsversprechend ist, wenn es darum geht, spezifischen Wünschen bei

der Partnerwahl nachzugehen. Entsteht der Online-Kontakt beiläufig z.B. in einem on- oder off-topic Forum, geschieht das zumindest aus dem Interesse heraus, sich zunächst mit anderen auszutauschen, was daraufhin zu einem intensiveren Gespräch, bis hin zum persönlichen Treffen führen kann, das zu Beginn keineswegs geplant gewesen sein muss.

10.2 Gestufte Intensivierung: Es lässt sich ein typischer Verlauf vom ersten Online-Kontakt bis zum realen Treffen feststellen, der durch diverse Medienwechsel gekennzeichnet ist

Vom Beginn eines Kontakts über ein Profil im Internet bis hin zum realen Treffen durchläuft die Beziehung zwischen zwei Kontaktpartnern verschiedene Stadien, die vor allem durch den unterschiedlichen Mediengebrauch geprägt sind. Je mehr man sich vom Internet und den Email-Nachrichten entfernt und immer häufiger telefoniert, skyppt, SMS schreibt oder sich über andere Medien austauscht, desto enger und verbindlicher werden die Beziehungen. Charakteristisch dabei ist, dass die Medien zunehmend mehr Unmittelbarkeit erhalten, sei es Schnelligkeit (SMS) oder Stimme (Telefon), Bild usw. Haben sich die Partner auf diese Weise näher kennengelernt, fühlen sie sich sicher genug, sich auf ein reales Date einzulassen. Man kann folglich sagen, dass der Medienwechsel den Beziehungsverlauf positiv beeinflusst und unterstützt, da er beiden Beteiligten signalisiert, dass ihr Gegenüber so interessiert ist am anderen, dass er es wagt, sich auf die neuen Situationen, die ein Medienwechsel mit sich bringt, einzulassen. Diese neuen Situationen, wie z.B. das erste Mal die Stimme des anderen zu hören oder ein Foto zu sehen, sind insofern ein Wagnis, als dass sie auch dazu führen könnten, dass der andere danach kein Interesse mehr haben könnte. Offenbar stellt der Medienwechsel eine Besonderheit des Online-Datings dar und kann als besondere Chance angesehen werden, den Beziehungsverlauf abgestuft zu intensivieren und ihn dahingehend zu begünstigen, dass sich die Beteiligten schrittweise intimer kennenlernen und einander zunehmend vertrauen können. Diese Besonderheit in der Annäherungsphase scheint aber die einzige Besonderheit der virtuellen Partnersuche zu sein.

10.3 Die auf diesem Wege entstandenen Paarbeziehungen unterscheiden sich später nicht von klassisch zustande gekommenen

Sobald sich die Liebespartner wiederholt offline begegnet sind, ist es unerheblich, wo sie sich kennengelernt haben - ob in einer Bar oder im Internet. Sie definieren ihre Beziehung ab dem ersten realen Treffen als Offline-Beziehung. Diese Tatsache deckt sich auch mit den Erkenntnissen von Döring (2003, S. 474). Allerdings hat der besondere Kennenlernprozess über Internet auch eine besondere Bedeutung für die Liebespaare als Teil ihrer Beziehungsgeschichte. In gemeinsamer Erinnerung kehren die Paare offenbar gerne zu Details dieses Prozesses zurück. Das Online-Dating wird als regelrechte Basis der Beziehung betrachtet, auf die die reale Beziehung später aufbauen konnte, da man sich durch den schriftlichen Kontakt intensiv kennenlernte. Allerdings findet man hier auch das Phänomen, dass die Erfahrung der erfolgreichen Nutzung des Internets auch später noch negativen Einfluss haben kann, z.B. indem Eifersuchtsphantasien schneller ent-

flammen, sobald man merkt, dass der Partner weitere oder neue Kontakte im Internet pflegt.

10.4 Die Besonderheiten des Online-Datings in der Erfahrung der Befragten

In der Untersuchung konnte festgestellt werden, dass die oben erwähnten Besonderheiten der Partnerwahl über Internet tatsächlich als überwiegend positiv erlebt werden.

Die **Unabhängigkeit von Zeit und Raum** wird von den Befragten als besonderer Vorteil gesehen, da man sich beim Kennenlernen zum einen so viel Zeit lassen kann, wie man möchte und sich zum anderen zu jeder Zeit mit dem anderen beschäftigen kann.

Auch die **Erweiterung des Kontaktnetzes** wird als positiver Aspekt genannt und erlebt. Durch den großen Pool an Alternativen konnten die Befragten Menschen kennenlernen, die ihnen sonst im realen Leben nie begegnet wären. Kritisch wird betrachtet, dass die große Auswahl überfordern kann, wenn z.B. nicht nach bestimmten Kriterien selektiert wird. Ist man mit sehr vielen Personen gleichzeitig über das „role-switching“ in Kontakt, bleibt der Austausch eher oberflächlich und kann so nicht zu dem gewünschten Ergebnis eines intensiven Kennenlernens führen. Findet man einen Partner über Internet, kann es sich außerdem als schwierig darstellen, den neuen Partner in die bestehende Familien- und Freundeskreise zu integrieren.

Als weitere positiv erlebte Besonderheit des Online-Datings wird der Kennenlernprozess „**von innen nach außen**“ genannt. Durch die Anonymität entstehen keine Hemmungen, über intime Details zu sprechen und direkter zu fragen und zu antworten, als man es sich in der Realität zutrauen würde. Da das Aussehen des Gegenübers im Internet zunächst weniger wichtig ist und man sich über das Geschriebene versucht, ein Bild vom anderen zu machen, kann das Online-Dating eine besonders gute Möglichkeit für Menschen darstellen, die sich im Real-Life vielleicht keine Chance gegeben hätten.

Die **computervermittelte Kommunikation** wird als sehr direkt und abwägar bezeichnet, die Beteiligten haben ein hohes Maß an Kontrolle, können gezielt Gemeinsamkeiten herausfinden und so prüfen, ob Sympathie entsteht. Der schriftliche Ausdruck gibt Sicherheit durch die Möglichkeit, sich gewählt und eloquent auszudrücken. Als nachteilig wird erlebt, dass Mimik und Gestik nicht abschätzbar sind und man den Wahrheitsgehalt des Geschriebenen nicht einschätzen kann.

Die **Exklusivität der Zweierbeziehung** im Online-Dating wird positiv bewertet, da die Befragten den Fokus auf eine Person lenken und sich auf diese konzentrieren konnten, ohne dabei von Dritten gestört zu werden.

10.5 Der Übergang vom virtuellen zum realen Kontakt als Herausforderung in der Entwicklung der Beziehung

Wie oben erwähnt, stellt der Übergang von der virtuellen zur realen Beziehungsebene einen entscheidenden Punkt und eine Herausforderung dar, für deren Bewältigung es offenbar spezifischer Kompetenzen bedarf. Die Aussagen der Interviewpartner bestätigen dies anschaulich. Von einem gro-

ßen Teil der Befragten wird berichtet, dass sie beim ersten realen Treffen den Partner bereits sehr gut zu kennen glauben und wissen, worauf sie sich einlassen. Vermutlich entsteht dieses Gefühl durch das bereits beschriebene Phänomen des Kennenlernens „von innen nach außen“. Des Weiteren stimmten die Vorstellungen, die sie sich von ihrem Gegenüber im Vorhinein gemacht hatten, größtenteils mit dem realen Menschen überein. Beim Aussehen und bei persönlichen Hintergründen deckten sich Vorstellung und reales Bild nicht immer. Grundsätzlich wird also ein Abgleich vorgenommen, bei dem die real existierende Person mit der Imagination, die man sich von ihr gemacht hat, verglichen wird. Daraus ist zu schließen, dass die besondere Herausforderung bei der Online-Partnersuche darin besteht, sich selbst möglichst authentisch über die Schriftsprache offenzulegen, was wiederum voraussetzt, das man über eine möglichst präzise Selbstkenntnis verfügt und diese in möglichst präzise Sprache fassen kann. Ehrlichkeit und Authentizität tragen demnach während des Schriftverkehrs entscheidend dazu bei, ein stimmiges Selbstbild zu präsentieren und sich wiederum vom Gegenüber ein genaues Fremdbild konstruieren zu können. Die Fähigkeit, anhand der virtuell verfügbaren Informationen über den anderen potenzielle Partner aus dem riesigen Pool selektieren zu können, um dann in eine schrittweise Annäherung zu investieren, scheint eine weitere Schlüsselkompetenz für die virtuelle Partnersuche zu sein.

Eine letzte, entscheidende Herausforderung im Übergang liegt darin, sich im Face-to-Face Gespräch ausdrücken zu können, und damit nun die Sicherheit und Kontrolle der computervermittelten Kommunikation gänzlich hinter sich zu lassen. Der von uns beschriebene schrittweise Medienwechsel, der zu einer gestuften Beziehungsintensivierung führt, ist dabei ganz offenbar hilfreich.

11. Resümee

Da die Interviewpartner in unserer Stichprobe alle sehr positive Erfahrungen beim Online-Dating sammeln konnten und ihnen der Übergang in eine reale Partnerschaft gelang, stellen sie sicher eine einseitige Auswahl dar. Es wäre sinnvoll, den hier vorgestellten Ergebnissen eine Untersuchung gegenüberzustellen, die Personen befragt, bei denen das Online-Dating nicht zum gewünschten Ziel einer Partnerschaft geführt hat. Trotz dieser Einschränkung hat unsere Untersuchung aber neue Erkenntnisse über die virtuelle Partnersuche erbracht. Die Ergebnisse zeigen, dass grundsätzlich aus einem Erstkontakt im Internet eine gelingende reale Partnerschaft entstehen kann, die sich nach wiederholten Offline-Kontakten nicht mehr von einer konventionellen Partnerschaft unterscheidet, in ihrer Entstehungsphase aber geprägt ist von Besonderheiten und Herausforderungen, mit denen sich die Beziehungspartner auseinandersetzen müssen. Angesichts der oben berichteten hohen Zahlen von Teilnehmern an virtuellen Partnersuche-Angeboten muss Online-Dating heute nicht mehr als normabweichend bezeichnet werden. Die Suche nach einem Beziehungspartner im Netz ist schon jetzt ein Bestandteil der gesellschaftlichen Normalität der Spätmoderne geworden. Diverse Faktoren, die die konventionelle Partnerwahl für manche Menschen

erschweren, z.B. hohe Mobilitätsanforderungen, machen diese neue Methode der Partnersuche attraktiv. Manche Vorteile dieses Weges, wie oben ausgeführt, lassen sogar vermuten, dass hier tragfähigere Beziehungen entstehen, was aber in weiteren Untersuchungen noch zu zeigen wäre. Zugleich wird aber auch ganz deutlich, dass mit der virtuellen Beziehung eine neue Beziehungsform entstanden ist, die eigenen Gesetzmäßigkeiten folgt und eigene inhärente Fallstricke besitzt. Beratung, die sich mit Partnerschafts- und Beziehungsproblemen befasst, muss sich auf diese neuen gesellschaftlichen Realitäten und diese neuartige Beziehungsform einstellen. In Zukunft braucht es bei Beratern Kenntnisse über die Möglichkeiten der virtuellen Beziehungssuche und -aufnahme sowie über Muster, Regelmäßigkeiten und Risiken, wie wir sie hier beschrieben haben. Insbesondere die aufgezeigten Verunsicherungen bei der virtuellen Kontaktaufnahme sowie die spezifischen Kompetenzen, die die Herausforderung des Übergangs von der virtuellen zur realen Ebene erfordert, sollten Beratern bekannt sein, da anzunehmen ist, dass Beratungsanlässe im Feld der virtuellen Beziehungsaufnahme sich vor allem an diesen Punkten festmachen.

Zusammenfassung

Immer mehr Menschen suchen Beziehungspartner über das Internet. Die daraus entstehenden virtuellen Beziehungen stellen eine neue, bislang unbekannt Form von Beziehung dar, deren Bedingungen beschrieben werden. In diesen neuen Beziehungsformen entstehen auch neue Problematiken und zunehmend Anlässe für Beratung. Daher benötigen Berater in Zukunft Wissen über die virtuelle Partnersuche, über virtuelle Beziehungen und deren Verlaufsmuster und Problematiken. Der Artikel stellt die Funktionsweise von Online-Partnerbörsen dar und gibt einen Überblick über das Angebot in Deutschland. Die Besonderheiten virtueller Beziehungen wie z.B. erhöhte Phantasietätigkeit, Enthemmung bei der Selbstoffenbarung usw. werden dargestellt. In einer eigenen Studie haben die Autoren untersucht, wie sich Paarbeziehungen, die über Online-Partnerbörsen zustande kamen, langfristig entwickeln. Es zeigen sich typische Verlaufsmuster der Annäherung sowie die zentrale Erkenntnis, dass nach dem ersten face-to-face-Kontakt sich die Entwicklung dieser Beziehungen nicht mehr von solchen mit einem „klassischen“ Beginn unterscheiden.

Keywords: Online-Partnersuche; virtuelle Beziehungen; Paarprobleme; Beratung; Entwicklung von Paarbeziehungen

Summary

More and more people are searching for relationship partners via the internet. The resulting virtual relationships represent a new, until now unknown form of relationship, whose conditions are described. New difficulties and growing causes for counselling develop in these new forms of relationships. Therefore, counsellors in the future require knowledge about online dating, virtual relationships, their course of development and difficulties. The article presents the functioning of online dating sites and gives an overview of the choice in Germany. The characteristics of virtual relationships are described, e.g. increased fantasizing, inhibitions of self disclosure etc. The authors investigate in an own study how couple relationships that resulted from online dating developed over time. Typical patterns of approaching behaviours emerged as well as the central finding that after the first face to face contact these relationships do not differ from those with a conventional beginning.

Keywords: online dating; virtual relationships; couple problems; counselling; development of couple relationships.

Literatur

- Brym, Robert J.; Lenton, Rhonda L. (2001): Love Online. A Report on Digital Dating in Canada. msn.ca. Toronto. Online verfügbar unter <http://bestsoftworks.com/docs/loveonline.pdf>, zuletzt geprüft am 11.04.11.
- Bühler-Ilieva, Evelina (2006): Einen Mausclick von mir entfernt. Auf der Suche nach Liebesbeziehungen im Internet. Marburg: Tectum.
- Burda, S. (2008): Was nützt die Liebe im Virtuellen? Adoleszenz, Sexualität und der virtuelle Erfahrungsraum des Internet. Dissertation, Pädagogische Hochschule Freiburg.
- dating-vergleich.de (2011). Online verfügbar unter <http://www.dating-vergleich.de/singleboersen/finya/>, zuletzt geprüft am 12.04.2011.
- Dombrowski, Julia (2011): Die Suche nach der Liebe im Netz. Eine Ethnographie des Online-Datings. Bielefeld: Transcript.
- Döring, Nicola (2003): Neuere Entwicklung in der Partnerschaftsforschung. Wechselwirkungen zwischen Telekommunikation und Paarbeziehung. In: Bierhoff, I.; Grau, H.-W. (Hg.): Sozialpsychologie der Partnerschaft. Berlin [u.a]: Springer, S. 533–565.
- Döring, Nicola (2003a): Sozialpsychologie des Internet. Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen. Göttingen: Hogrefe.
- Döring, Nicola (2009): Liebe per Mausclick? Chancen und Risiken der Partnerwahl im Internet. In: *FORUM Sexualaufklärung und Familienbildung* (2), S. 8–14.
- Döring, N. (2010): Wie wir Liebes- und Sexpartner im Internet finden. Der aktuelle Forschungsstand. *Psychosozial* 33 (4)
- Dröge, K. & Voirol, O. (2011): Online dating: The tensions between romantic love and economic rationalization. *Zeitschrift für Familienforschung* 23 (3), S. 337-357.
- Geser, Hans; Bühler, Evelina (2006): Partnerwahl Online. Institute of Sociology at the University of Zurich. Zürich. Online verfügbar unter http://socio.ch/intcom/t_hgeser15.htm#top, zuletzt geprüft am 26.03.2011.
- Pflitsch, Dirk; Wiechers, Henning (2011): Der Online-Dating-Markt 2009-2010. Deutschland-Österreich-Schweiz. Online verfügbar unter <http://www.singleboersen-vergleich.de/presse/online-dating-markt-2009-2010.pdf>, zuletzt geprüft am 12.04.2011.
- Rijsingen, H.v. (2010): Unsichtbare Affären. Per Mausclick zum Sexkick. Berlin: Orlanda.
- Roesler, C. (2011): Die virtuelle therapeutische Beziehung – eine Reflexion ihrer Möglichkeiten und Grenzen. In: Eichenberg, C.; Stein, B.; Schauenburg, H. (Hg.): Psychotherapie und Internet. *Psychotherapie im Dialog* 12 (2), S. 107-112.
- Schmid, W. (2011): Liebe und andere Beziehungen. In: *Familiendynamik*, 36 (3), S. 214-224.
- Schmitz, A. et al. (2011): Myths and facts about online mate choice. *Zeitschrift für Familienforschung* 23 (3), S. 358-381.
- Schulz, F. & Zillmann, D. (2009): Das Internet als Heiratsmarkt. Ausgewählte Aspekte aus Sicht der empirischen Partnerwahlforschung. www.ifb.bayern.de/imperia/md/content/stmas/ifb/materialien/mat_2009_4.pdf
- singlebörsen-vergleich.de (2011). Online verfügbar unter <http://www.singleboersen-vergleich.de/>, zuletzt geprüft am 09.05.2011.
- Skopek, Jan; Schulz, Florian; Blossfeld, Hans-Peter (2009): Partnersuche im Internet. Bildungsspezifische Mechanismen bei der Wahl von Kontaktpartnern. In: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* 61 (2), S. 1–28.
- Skopek, J. (2011): Partnerwahl im Internet: Eine quantitative Analyse von Strukturen und Prozessen der Online-Partnersuche. Wiesbaden: VS.
- Steppart, Henrik: Online-Partnervermittlung. Eine kleine Einführung. Online verfügbar unter <http://www.edarling.de/ratgeber/singleleben-partnersuche/online-partnervermittlung>, zuletzt geprüft am 01.03.2011.
- Stiftung Warentest (2011): Wo sich die Suche lohnt. Partnerbörsen. In: *Stiftung Warentest* (3), S. 76–81.
- van Eimeren, Birgit & Frees Beate (2010): Ergebnisse der ARD/ZDF Onlinestudie 2010. Fast 50

- Millionen Deutsche online - Multimedia für alle? In: *Media Perspektiven* (7-8). Online verfügbar unter http://www.media-perspektiven.de/uploads/tx_mppublications/07-08-2010_Eimeren.pdf, zuletzt geprüft am 24.02.2011.
- Wahnhoff, T. (2011): Wa(h)re Freunde. Wie sich unsere Beziehungen in Online-Netzwerken verändern. Heidelberg. Spektrum.
- Zillmann, D.; Schmitz, A.; Blossfeld, H.-P. (2011): Lügner haben kurze Beine. Zum Zusammenhang unwahrer Selbstdarstellung und partnerschaftlicher Chancen im Online-Dating. *Zeitschrift für Familienforschung* 23 (3), S. 291-318.

Prof. Dr. Christian Roesler, Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Psychoanalytiker (C.G.Jung-Institut Zürich). Professur für Klinische Psychologie und Arbeit mit Familien
Katholische Hochschule Freiburg, Catholic University of Applied Sciences, Staatlich anerkannte Hochschule, Karlstraße 63, 79104 Freiburg
Telefon +49 761 200-1513, E-Mail: christian.roesler@kh-freiburg.de, Web: www.kh-freiburg.de

Britta Künzig, Studium der Sozialen Arbeit an der Katholischen Hochschule Freiburg, Catholic University of Applied Sciences, Bachelor of Arts, Soziale Arbeit (BA), pädagogische Fachkraft in einer Familie im SOS-Kinderdorf Schwarzwald.

Buchbesprechungen

Günther Bitzer-Gavornik: *Lebens- und Sozialberatung in Österreich*
3. überarbeitete Auflage, facultas Verlag, Wien 2012, € 28,80

Das ist mir noch nicht passiert, dass die Besprechung eines Buches Neid bei mir auslöste. Das, was in Österreich an einer klaren beraterischen Identität möglich ist, davon sind wir in Deutschland noch Meilen weit entfernt. 1990 wurde die Berufsgruppe der Lebens- und Sozialberaterinnen in der Wirtschaftskammer gegründet, um jenen qualifizierten Beratern und Beraterinnen, die weder Psychotherapeuten noch Klinische Psychologen waren bzw. sind, eine berufliche Existenz als selbstständig Tätige zu ermöglichen.

Eigentlich ein dringender Schritt, auch in Deutschland die gesetzlichen Grundlagen dafür zu schaffen, um qualifizierte Berater und Beraterinnen von Scharlatanen unterscheiden zu können. Denn für Ratsuchende ist es schwer, die Spreu vom Weizen zu trennen. Die Menschen, die eine Beratung aufsuchen sind in der Regel nicht im Sinne der Heilkunde krank. Eine Trennung vom Lebenspartner, Schwierigkeiten mit den Kindern, der Verlust des Arbeitsplatzes oder der Tod eines geliebten Menschen stellt jeden vor eine herausfordernde Lebenssituation. Diese kann manchmal so belastet sein, dass es sinnvoll ist, sich fachliche Hilfe zu holen.

Ich fange mit dem Ende des Buches an, denn hier finden sich die Richtlinien und die Wege einer qualifizierten standardisierten Ausbildung. Das ist deshalb zu betonen, weil all die Praxisfelder und Anwendungsbereiche – von der Paarberatung, über die Mobbing-Beratung bis hin zu männer-spezifischer bzw. frauen-spezifischer Beratung *nur* dann verantwortlich und qualifiziert ausgeübt werden können, wenn der Weg, sich Berater oder Beraterin zu nennen, ein qualifizierter ist.

Neben diesen Anwendungsfeldern werden unterschiedliche Methoden in der Lebensberatung vorgestellt. Als Beispiel seien genannt die Hypno-Systemische Beratung, das NLP oder die Integrative Gestaltberatung als Methode der Lebens- und Sozialberatung.

Als ich im letzten Jahr eine Fortbildung Partnerschule in Graz gegeben habe, fiel mir auf, mit welcher Selbstverständlichkeit die Kolleginnen und Kollegen sich als Beraterinnen und Berater verstehen, keinerlei Schielen auf mögliche Konkurrenz oder heftiges Sich-Abgrenzen-Müssen zu psychotherapeutischen Kolleginnen.

Noch viel können wir in Deutschland von unseren Nachbarn in Österreich lernen.

Dr. Rudolf Sanders

Burkhard Andresen: *BB-PI. Beziehungs- und Bindungs-Persönlichkeitsinventar*
Hogrefe, Göttingen 2012, € 98,00

Die richtige Diagnostik zur rechten Zeit! Mit dem Wegfall klarer Vorgaben, wie eine Ehe oder Partnerschaft zu funktionieren hat, welche Rolle die Frau, welche Rolle der Mann hat und wenn die Qualität des Miteinanders zu *dem* entscheidenden Kriterium einer Beziehung geworden ist, ist folgende Frage virulent: Was für ein Beziehungsmensch bin ich eigentlich?

Der vorliegende Fragebogen hilft, soweit man das im Hinblick auf die Frage nach der Liebe überhaupt sagen kann, Antworten zu finden. Diese Unsicherheit hat sicherlich dazu geführt, dass wir im wissenschaftlichen Bereich weitgehend eine Vermeidung des Themas Sexualität und Erotik im Kernbereich der Eigenschaftstheorie und der Diagnostik der Persönlichkeit feststellen können. Auch im Bereich der Ehe- und Partnerschaftsberatung kann man hier von einem weißen Fleck sprechen. Deshalb: Ein standardisierter Fragebogen zur rechten Zeit! Denn viele Ratsuchende fragen sich: Wie ticke ich eigentlich in Sachen Liebe? (Populärwissenschaftliche Tests und Antworten lassen sich zuhauf in einschlägigen Illustrierten finden.)

Im Grundlagenteil des Manuals werden in einer prägnanten Übersicht zusammenfassend die bisherigen empirischen Ergebnisse zum Thema Liebes- und Bindungsstile in Verbindung mit der Persönlichkeit vorgestellt. Sodann folgen die Konzeption und Testkonstruktion des BB-PI.

Die Skalen im Einzelnen lauten:

- **Liebe, Erotik und Verständnis** (z.B. Bedürfnis nach feinsinniger Erotik; Suche nach liebevoller Nähe Verbundenheit)

- **Sexualität, Abenteuer und Begehren** (z.B. triebhafte und orgiastische Sexualität; Akzeptanz riskanter und abweichender Formen der Sexualität)
- **Unsicherheit, Enttäuschung und Zweifel** (z.B. Bindungsangst und Ambivalenz in Partnerschaften; emotionales Beziehungschaos)
- **Dominanz, Streitbarkeit und Aggressivität** (z.B. Aggressivität und Streitlust in Beziehungen; Eifersucht und Rachsucht)
- **Bindung, Nähebedürfnis und Abhängigkeit** (z.B. Abhängigkeit vom Partner und Unselbstständigkeit; Bedürfnis, alles mit dem Partner zu teilen)
- **Verführung, Charme und Attraktivität** (z.B. Glaube an die eigene Attraktivität und Ausstrahlung; dass man glaubt, Partnern im sexuellen Bereich starke Erlebnisse bieten zu können)
- **Treue, Moral und Beständigkeit** (z.B. die Ehe als Institution wird ausdrücklich bejaht; vorausschauende Existenzsicherung für die Familie)
- **Marktorientierung, Anspruch und Stolz** (z. B. Suche nach einem Partner zum Vorzeigen, auch hinsichtlich rein körperlicher Attraktivität; Besitz ergreifendes Denken in der Partnerschaft).

Bei der Interpretation der Skalenwerte eines Probanden darf man natürlich keine gesicherten Aussagen über einen *bestimmten* Partner oder eine *bestimmte* Partnerschaft ableiten. Es geht um die *partnerübergreifende* Beziehungs- und Bindungspersönlichkeit eines Menschen. Als langjähriger Eheberater und Forscher stellt sich mir die Frage, inwieweit und vor allem *wie* es möglich ist, ggf. destruktive Ausprägungen durch neue Erfahrungen im Miteinander eines Paares oder im Rahmen einer Partnerschule für Singles zu verändern. Natürlich habe ich als Rezensent den Fragebogen selber ausgefüllt und ausgewertet. Ich habe mich weitgehend darin wiedergefunden.

Dr. Rudolf Sanders

Erika Butzmann: Eltern Kompetenzen stärken. Bausteine für Elternkurse
Ernst Reinhard Verlag, München & Basel 2011, € 24,90

Genau solche Bücher liebe ich besonders! Als Leiter einer Ehe Familien und Lebensberatungsstelle weiß ich kaum, wie es gehen soll, die Mengen an Anfragen zu bewältigen. Da bietet die Arbeit mit Gruppen, als Beratung in und mit Gruppen oder als psychoedukative nicht nur einen Ausweg, möglichst viele Ratsuchende zu „bedienen“, sondern im Sinne des Empowerments ihnen Wege zu eigener Kompetenz und die Kraft des Miteinanders erleben zu lassen. Und genau eine solche Möglichkeit bietet die vorliegende Veröffentlichung.

Wir wissen aus der Literatur, aber häufig auch aus dem konkreten eigenen Erleben, dass mit der Geburt eines Kindes für ein Elternpaar eine neue Zeit beginnt. Sie sind auf einmal Familie, und das stellt viele Eltern auf eine harte Probe. Gerade haben sie sich als Paar zusammengerauft und schon lässt das Leben mit dem Kleinkind den Alltag aus dem Ruder laufen.

Das Buch bietet vier Bildungsmodule, die die wichtigsten Probleme in der früheren Familienphase berücksichtigen. Ganz zu Beginn geht es darum, die unterschiedliche Wahrnehmung des Familienalltags mit Kleinkindern durch Frauen und Männer zu verstehen und das darin enthaltene Konfliktpotenzial. Sodann werden Konflikt auslösende kindliche Verhaltensweisen in den ersten sechs Jahren und die Möglichkeiten der Eltern, angemessen darauf zu reagieren, aufgezeigt. Im dritten Modul werden das Streitverhalten der Eltern und die Auswirkungen dieses Verhaltens auf die Kinder thematisiert und im letzten Modul geht es um den Einfluss der erlebten Erziehung in der Herkunftsfamilie auf das eigene Erziehungsverhalten.

Das Wunderbare an diesem Buch ist, dass man hier das Rad nicht neu erfinden muss. Kolleginnen und Kollegen, die in der Lage sind mit Gruppen zu arbeiten (den anderen würde ich einfach mal Mut machen, damit anzufangen) bekommen neben der jeweiligen theoretischen Einführung einen klaren Ablaufplan, Handreichungen (als Download beim Verlag) und mögliche Alternativen aufgezeigt und werden so sehr schnell in der Lage sein, durch einen solchen Kurs Eltern in ihren Kompetenzen zu unterstützen.

Nicht zu unterschätzen sind die Hinweise auf die Art der Gestaltung bzw. besondere Herausforderungen, also: Kurzzeitform oder Wochenende und Tagesseminare, Seminare mit Alleinerziehenden bzw. mit Hochrisikofamilien und vom Jugendamt betreute Familien.

Und ganz zum Schluss möchte ich verraten, womit ich als erstes beim Lesen angefangen bin: mit der Literaturliste. Und da wusste ich, dass das vorliegende Buch nicht so einfach aus dem Bauch heraus geschrieben wurde, sondern empirisch wissenschaftlich fundiert mit den aktuellen Ergebnissen der Bindungsforschung, Neurowissenschaften und dem Wissen darum, wie Erwachsene lernen.

Zum Schluss wünsche ich dem Buch eine gute Verbreitung für eine zielorientierte kundenfreundliche Arbeit in Familienbildungsstätten und Beratungsstellen.

Dr. Rudolf Sanders

Ellen Frank & Jessica C. Levenson: *Interpersonelle Psychotherapie. Eine Einführung*
Ernst Reinhard Verlag, München & Basel 2011, € 24,90

Die Ursprünge der interpersonellen Therapie (IPT) sind in den späten 1960er-Jahren im Rahmen eines Forschungsprojektes zu finden. Es ging dabei um die Auswirkungen der Anwendung von Medikamenten zur Behandlung von Depressionen in Verbindung mit einer begleitenden Psychotherapie oder ohne diese. Dabei wurde deutlich, dass psychiatrischen Störungen in zwischenmenschlichen Beziehungszusammenhängen auftreten. Daraus entwickelte sich die Vorgehensweise, dass alle Bestandteile der Behandlung immer wieder darauf abzielen, den Zusammenhang zwischen der Entwicklung der Symptome bei Individuen und ihren sozialen Lebensumständen herzustellen. So dienen die Schilderungen der früheren Beziehungsmuster dem Therapeuten im Hier und Jetzt zu einem informierten Verständnis der gegenwärtigen Situation eines Klienten. Da von dem Klienten als sozialem Wesen ausgegangen wird, das durch zwischenmenschliche Erfahrungen emotional berührt wird, ist es demzufolge nur folgerichtig, dass soziale Umstände große Auswirkungen auf seine psychologische Verfasstheit haben.

Der vorliegende Band gibt eine gute Übersicht über den Ursprung und die Entwicklung der IPT und zeigt an Beispielen den therapeutischen Prozess auf. Ganz besonders hinzuweisen ist auf den Fakt, dass es sich hierbei um eine evidenzbasierte Vorgehensweise handelt, die durch Forschungsarbeiten zur Wirksamkeit belegt werden. Üblicherweise ist die Interpersonelle Psychotherapie als Kurzzeit-Therapie mit einem Stunden Umfang von 16 bis 20 Sitzungen angelegt; allerdings gibt es auch Langzeitbehandlungen in bestimmten klinischen Zusammenhängen, die angemessen und wirksam sind.

Dr. Rudolf Sanders

Hermann Lang: *Die strukturelle Triade und die Entstehung früher Störungen*
Klett-Cotta, Stuttgart 2011, € 34,95

Ein psychoanalytisches Werk, absolut spannend zu lesen, weitet es doch den Blick auf die Bedeutung des Vaters für die psychische Entwicklung und Stabilität eines Menschen. In dem von Lang vorgelegten Konzept der „strukturellen Triade“ wird das Freud'sche Konzept des Vaters als gehassten Rivalen bzw. libidinöses Objekt geweitet auf die Bedeutung, die der Vater bereits während der Schwangerschaft hat. Menschliche Neugeborene sind dergestalt „weltoffen“, dass sie im Gegensatz zu an die Umwelt angepassten Tieren, dem formenden Einflusses ihrer Umgebung in hohem Maße ausgesetzt sind. In seiner anfänglichen Hilflosigkeit wird der Mensch in ein Gefüge hineingeboren, das von Anfang an ihn in entscheidender Weise hinsichtlich der späteren Erlebnisbereitschaften und Verhaltensstile prägt. Neurowissenschaftliche Untersuchungen konnten dies beeindruckend nachweisen. Und diese Ursprungswelt ist die Familie. Sie ist der primordiale Sozialraum, der von der frühen Kindheit bis zur Pubertät, Adoleszenz und beginnende Reifezeit zentral auf den Werdenden einwirkt. Sie ist der soziale Mikrokosmos, worin mitmenschliche Kommunikation erlernt wird und in diesem Gefühl ist es natürlicherweise jener „unvergessliche Andere“, dessen Bedeutung ein späterer Mensch nicht mehr erreicht, der nährt und pflegt. Es ist die Mutter, die wärmt und liebt.

Doch in der Beziehung des kleinen Menschenwesens zur Mutter trifft dessen Intentionalität, die von einem natürlichen Bedürfnisse ihren Ausgang nimmt, auf das Begehren der Mutter, das vielleicht mehr will, als lediglich dieses Bedürfnis sättigen. Mütterliche Wünsche können im Kinde anderes erfüllt werden wollen, als sich mit der Andersheit eines Anderen zufriedenzuge-

ben, sich mit der Anerkennung eines „Du“ zu begnügen. Oder anders ausgedrückt: Bleiben zentrale Bedürfnisse der Mutter – also durch ihren Mann – unbefriedigt, liegt es nahe, dass sie deren Befriedigung bei jenem sucht, der sich hier als ideales Objekt anbietet: bei ihrem Kind, das sie in seiner extreme Abhängigkeit und Plastizität nach ihrem Bilde zu formen versuchen kann. Wird dergestalt das Kind zur narzisstischen Krücke des mütterlichen Ich, dann ist die Basis zur Entwicklung eigener Subjektivität gefährdet. Es kann Konfusion eintreten, die Generationsschranken fallen, es kann zum fantasierten Inzest kommen.

Für alle Kolleginnen und Kollegen, die mit Paaren, Alleinerziehenden oder Familien arbeiten wird greifbar nahe, wie wichtig es ist, die Bedeutung des Mannes als Vater bewusst zu machen und zu würdigen.

Dr. Rudolf Sanders

Karl Heinz Brisch (Hrsg.): Bindungen – Paare, Sexualität und Kinder
Klett-Cotta, Stuttgart 2012, € 37,95

Karl Heinz Brisch ist es zu verdanken, dass man immer wieder auf die Entwicklungsbedingungen von Kindern aufmerksam gemacht wird. Neben eigenen Forschungsarbeiten holt er solche Forscher an einen Tisch, die sich diesem Thema widmen. Das vorliegende Buch ist das Ergebnis eines Kongresses von November 2010 in München. In den verschiedenen Aufsätzen geht es u.a. um folgende Gesichtspunkte:

- Heutige Paarbeziehungen werden durch die frühen Bindungserfahrungen des jeweiligen Partners bestimmt. So beeinflusst die Trennung eines Elternpaares die Bindungsfähigkeit und die Entwicklungsmöglichkeiten der Kinder.
- Der Verlust eines Kindes beeinflusst langfristig die Paardynamik, wenn der Trauerprozess nicht gut bewältigt werden kann.
- Traumatische Erfahrungen in der Kindheit beeinflussen die Entstehung von destruktiven Täter-Opfer-Bindungen in Paarbeziehungen, die sich dann in den Beziehungen zu den eigenen Kindern wiederholen können.
- Kinder, die Zeugen elterliche Gewalt werden, erfahren gravierenden Einfluss auf ihre Gehirnentwicklung und dies führt zu einer pathologischen Bindung an die Eltern.

Und ganz besonders wichtig: durch frühzeitige Interventionen zur Verbesserung der Qualität der Partnerbeziehung besteht auch eine hervorragende Möglichkeit der Prävention. Wie Längsschnittstudien zeigen, kann durch die Arbeit mit Paaren eine sichere Eltern-Kind-Bindung gefördert werden und somit kann die gesamte Entwicklung eines Kindes über die Stärkung der Qualität positiv beeinflusst werden. So konnte z. B. nachgewiesen werden, dass Teilnehmer aus Gruppen, bei denen das Schwergewicht der Interventionen auf der Partnerbeziehung und dem „ko-elterlichen“ Verhältnis lag, auch wirksame Erziehungsstrategien anwandten. Lag der Akzent, wie in einer Vergleichsgruppe, lediglich auf dem Erziehungsverhalten, bewirkte dies keine Veränderung in der Qualität der Partnerbeziehung, während der Akzent auf den ehelichen und ko-elterlichen Angelegenheiten sich positiv sowohl auf die Paarbeziehung als auch auf die Eltern-Kindbeziehung auswirkte. Überdies zeigten die Kinder der Eltern aus den Gruppen mit dem Schwergewicht auf der Paarbeziehung im ersten Schuljahr bessere Ergebnisse und einem geringeren Aggressionspegel als die Kinder aus der Kontrollgruppe. Zum Zeitpunkt des Wechsels in die weiterführende Schule ließen die Kinder derjenigen Eltern, die zehn Jahre zuvor an einer professionell geführten Paargruppe teilgenommen hatten, nach Aussagen ihrer Lehrerinnen noch immer positive Wirkungen dieser lang zurückliegenden Intervention erkennen. Nach meinen nun mehr als 20 Jahren Beratung in und mit Gruppen als „Partnerschule“ freue ich mich insbesondere über solche Belege, die meinen Erfahrungen und eigenen prospektiven Untersuchungen entsprechen. Und in diesem Sinne finden wir eine Fülle an empirisch gesicherten Daten, die in hohem Maße nützlich sein können, die Schwerpunkte und Vorgehensweisen der Arbeit in Ehe- und Familienberatungsstellen zu überprüfen.

Dr. Rudolf Sanders

ren, sich mit seinem eigenen Selbst zu erleben, aber dieses auch mit einem anderen Menschen zu teilen. Dazu ist es notwendig, negative Programmierungen, die häufig kulturellen Ursprungs sind, zu erkennen und einschränkende Glaubenssätze zu überwinden. Wie genau das gehen kann, wird ausführlich anhand von Beispielen und Übungen beschrieben. Dabei ist das zentrale Ziel, nicht sein Leben ausschließlich auf die Vergangenheit oder die Zukunft auszurichten und zu positionieren und sich damit von seinem Körper und seinem Energiefeld abzuschneiden, sondern entscheidend ist es, sich selbst im ewig-gegenwärtigen Jetzt, dem wirklichen Zentrum der Mitte von Körper und Energiefeld zu spüren.

Und was ist der Lohn dafür? Frau und Mann werden sich beim Sex viel geerdeter fühlen und im Jetzt präsent sein können. Das wird nicht nur auf die sexuelle Begegnung seine Auswirkungen haben, sondern überhaupt das eigene Leben bewusster gestalten lassen.

Dr. Rudolf Sanders

Eva Tillmetz: *Familienaufstellungen. Sich selbst verstehen, die eigenen Wurzeln entdecken*
Klett Cotta, Stuttgart 2012, € 16,95

Das Interesse an Familienaufstellungen ist bei vielen Ratsuchenden groß. Irgendwo haben sie schon von Freunden davon gehört oder den Ratschlag bekommen, doch eine Familienaufstellungen zu machen. Aber was sich genau dahinter verbirgt können viele Ratgeber oft nicht konkret beschreiben. Da bietet das vorliegende Buch eine präzise und anschauliche Hilfe. Zunächst einmal wird deutlich gemacht, dass es sich dabei um eine Methode der Systemischen Familientherapie handelt und man eigentlich von drei unterschiedlichen Methoden sprechen muss, die die Wechselwirkung von Beziehungsnetzen sichtbar, hörbar und spürbar machen. Diese drei darstellenden Methoden werden in diesem Buch explizit vorgestellt: die Familienskulptur, die Familienrekonstruktion und die Familienaufstellung. Um den theoretischen und therapeutischen Hintergrund zu verstehen, werden zunächst zum tieferen Verständnis dieser Methoden die zentralen Grundannahmen der Systemischen Familientherapie aufgezeigt. Ratsuchende können anhand der Literatur überprüfen, ob und wenn ja welche der Vorgehensweisen möglicherweise hilfreich sein kann. Unabhängig davon wird man allein schon durch das Lesen, das Nachvollziehen von Beispielen, vielleicht sogar durch das Übersetzen auf das eigene Leben, von dieser Art der Lebenshilfe profitieren.

Dr. Rudolf Sanders

Marcus Damm & Marc-Guido Ebert: *Das Schemapädagogische Selbstkontroll-Training (Sek.2). Didaktik und Methodik eines neuropädagogischen Konzeptes zum Umgang mit schwierigen Schülern*
Ibidem-Verlag, Hannover 2012, € 24,95

Seit mehr als 20 Jahren leite ich eine Ehe- und Familienberatungsstelle. In diesem Rahmen mache ich vermehrt die Erfahrung, dass Eltern über Lehrer und Lehrer über Eltern klagen. Es geht um Leistungsanforderungen, Disziplinschwierigkeiten und insbesondere um die Beziehungsgestaltung, die nicht selten durch Angst voreinander gekennzeichnet ist. Leidtragende sind vor allem die Schüler und Schülerinnen, weil ihre Energie in endlose und nicht ergiebige Auseinandersetzungen fließt.

Im Rahmen der Beratungsstelle habe ich das pädagogische Modell Partnerschule entwickelt. Es konnte seine Wirksamkeit und Nachhaltigkeit in prospektiven Untersuchungen nachweisen. Partner verstehen die Wurzeln ihrer Beziehungsprobleme und erproben neue Wege des Miteinanders. Dieses neue Lernen passiert insbesondere in und mit Gruppen bis zu 16 Teilnehmern. Der entscheidende Weg der Heilung von Beziehungsstörungen geschieht gerade durch das bewusste Gestalten von Beziehungen in dieser Gruppe. Die Verantwortung dafür liegt in der Hand der Beraterinnen und Berater, die die Partnerschule leiten. Ein wichtiger Schlüssel für den Erfolg ist dabei das Wissen, dass Beziehungsstörungen sich gerade dadurch auszeichnen, das im Neuen das Alte reproduziert wird. Ratsuchende handeln häufig nicht wie gesunde Erwachsene, sondern sie begegnen einander wie verletzte, missbrauchte, wütende, verwöhnte oder trotzige Kinder. Und diese Modi zu verstehen, sie als in der Lebensgeschichte einmal hilfreich

erworben zu akzeptieren, sind die Voraussetzung, sie dann in Verhaltensweisen eines gesunden Erwachsenen zu überführen. So lautet das Motto der Partnerschule „Lieber mit dem alten Partner etwas Neues, als mit einem neuen das Alte!“

Das vorliegende Buch übersetzt das Wissen um die Auswirkungen maladaptiver Schemata, das Wissen um unterschiedliche Modi (der wütende Thomas, die zickige Anna ...), die je nach Situation in die Gestaltung des Schulalltags zutage treten. Dem Leser und der Leserin wird aber nicht nur in verständlicher Weise der aktuelle Wissensstand vermittelt, er bekommt darüber hinaus auch Arbeitsunterlagen, die sich sofort im Unterricht einsetzen lassen. Großen Wert wird insbesondere auch auf die Selbstreflexion des Lehrenden gelegt. Auch er muss um seine Schemata und Modi wissen, damit er nicht mit ganz viel Kraft und Anstrengung genau das verhindert, was er eigentlich erreichen will. Ganz im Sinne einer signifikant anderen Beziehungsgestaltung, wie sie die Schemapädagogik auszeichnet, wissen die Autoren um die Vorläufigkeit ihres Konzeptes und laden ihre Leser zu Rückmeldung, Austausch und Nachfrage ein. Bei dem Schemapädagogischen Selbstkontroll-Training (SSKT) handelt es sich um einen Meilenstein, das Miteinander von Lehrer und Schüler zu verändern. Das Wissen um die eigenen Lebensfallen – und das insbesondere auch aufseiten der Lehrer und Lehrerinnen – wird nachhaltigen Einfluss auf ein positives Lernklima sowohl auf schulischen Lernstoff und insbesondere auch auf die Beziehungsgestaltung haben. Diese ist für das Zusammenleben in unserer Gesellschaft von eminenter Bedeutung und deshalb ist das Letztere in meinen Augen wirklich Lernen fürs Leben.

Dr. Rudolf Sanders

Paul Watzlawick: *Man kann nicht nicht kommunizieren. Das Lesebuch*

Zusammengestellt vom Trude Trunk und mit einem Nachwort von Friedemann Schulz von Thun
Verlag Hans Huber, Bern 2011, € 19,95

Manche Schätze muss man wieder heben oder sie auf einen Sockel stellen, damit sie nicht in Vergessenheit geraten. So ist es mit dem vorliegenden Lesebuch mit Auszügen aus verschiedensten Veröffentlichungen von Paul Watzlawick. Aber es ist weit mehr als nur ein Lesebuch, es ist vielmehr eine Einführung bzw. ein Lehrbuch der Techniken und Methoden einer konstruktivistischen Therapiepraxis. Watzlawicks radikaler Konstruktivismus negiert eine absolute Wirklichkeit. Wir finden sie nicht, sondern erfinden sie. Unsere Wirklichkeitsvorstellungen hält er für rein subjektive Konstrukte und also auch für veränderbar. „Wirklichkeit“ betrachtet er als Ergebnis von Kommunikation und diese führt häufig zu Missverständnissen. So gibt es für Watzlawick Wirklichkeiten erster und zweiter Ordnung. Die erste ist die, die unsere Sinnesorgane uns vermitteln und die wir in derselben Weise sehen: den Baum, den Tisch, den Wind und Regen. Die Zuschreibung von Sinn, Bedeutung und Wert ist dagegen eine rein individuelle oder womöglich auch eine kulturelle Sache, die Millionen von Menschen gemeinsam haben können. Denken wir an die Bäume in Stuttgart, die für den Bahnhofsneubau gefällt werden mussten. Je nachdem, welche Bedeutung ein Mensch diesen Bäumen zumisst, wird er unterschiedlich darauf reagieren. Und nur im Zusammenbrechen unserer Wirklichkeitskonstruktionen begreifen wir, dass die Welt nicht so ist, wie wir sie uns entworfen haben.

Wie die Wirklichkeit durch Kommunikation konstruiert wird und sich z.B. innerhalb der Dynamik einer Paarbeziehung trotz allen Leids am Leben erhält, macht Watzlawick deutlich am System zwischen Georg und Martha aus dem berühmten Beziehungsdrama „Wer hat Angst vor Virginia Woolf?“. Daraus können wir für die Paarberatung direkt ableiten, dass es nicht um die Inhalte zuerst geht, die ein Paar miteinander verhandelt, sondern dass es insbesondere das *Wie* ist, wie sie es machen, so miteinander zu leiden, um daraus Interventionen abzuleiten, dass *Wie* zu verändern.

Leser, die sich bisher wenig mit dem systemisch-konstruktivistischen Ansatz auskennen, sei als Eingangslektüre das Schlusskapitel empfohlen, in dem sich Bernhard Pörksen und Paul Watzlawick über die Axiome der Kommunikation, den heimlichen Realismus einer psychiatrischen Diagnose und das konstruktivistische Lebensgefühl unterhalten, nach dem Motto: „Wir können von der Wirklichkeit nur wissen, was sie nicht ist.“

Dr. Rudolf Sanders

Impressum

Eine Vielzahl gesellschaftlicher Umbruch-Situationen kennzeichnet die Gegenwart. Die daraus entstehenden Verunsicherungen werden u.a. deutlich in steigenden Scheidungszahlen, dem Leid der Scheidungswaisen, beim Bewältigen persönlicher Krisen sowie in vermehrten Schwierigkeiten im mitmenschlichen Umgang (Mobbing etc.). Die Frage, wie unter diesen Umständen der Einzelne sein Leben gestalten soll, führt viele Menschen in die Beratung.

Beratung Aktuell will Erkenntnisse der wissenschaftlichen Psychologie und Pädagogik in einer verständlichen Form als Hilfe für den Praxisalltag zur Verfügung stellen. Gleichzeitig sollen Erfahrungen der Praktiker die wissenschaftliche Theoriebildung fruchtbar beeinflussen. Die Darstellung gesellschaftlicher Tendenzen, die sich in der Beratung seismografisch abzeichnen, wie etwa die Folgen von Arbeitslosigkeit, finden in der Zeitschrift Platz, um so gesellschaftspolitisches Handeln mit zu beeinflussen.

Zielgruppe:

Die Zeitschrift richtet sich an Beraterinnen und Berater, an Fachleute, die mit Zuhören, Rat, Anleitung, Supervision, Therapie zur Seite stehen und begleiten in den Bereichen:

- Ehe-, Familien- und Lebensberatung
- Erziehungsberatung
- Schwangerschaftsberatung
- Schuldnerberatung
- Psychotherapie
- Ärztliche Praxis
- Erwachsenenbildung
- Schule
- Seelsorge
- Prophylaxe und Gesundheitsförderung

Herausgeber:

Rudolf Sanders, Dr. phil., Dipl.-Päd., Leiter der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hagen & Iserlohn, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich Eheberatung, Paartherapie, Begründer des Verfahrens Partnerschule.

Beratungsstelle, Hohle Straße 19 a, 58091 Hagen, Tel.: 02331-788582, Fax: 02331-788583, E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de, Web: www.partnerschule.de

Notker Klann, Dr. rer. nat., Dipl.-Psych., Ehe-, Familien- und Lebensberater; Forschungsschwerpunkte: Partnerschaft, Prozess- und Erlebnisqualitätssicherung in der Eheberatung.

Am Eichweg 14, 53572 Bruchhausen, E-Mail: klann.beratung@t-online.de

Wissenschaftlicher Beirat:

Prof. Dr. **Friedrich K. Barabas**, Jurist, Prof. für Recht FB Sozialpädagogik, FH Frankfurt/M.; Dr. **Günther Bitzer-Gavornik**, Leiter der Akademie SteiGLS in Graz; Prof. Dr. **Peter Fiedler**, Psychologisches Institut der Universität Heidelberg; Prof. Dr. **Kurt Hahlweg**, Psychologisches Institut der Universität Braunschweig; Prof. Dr. **Peter Kaiser**, Arbeitsbereich Psychologie, Hochschule Vechta; Prof. **Nitza Katz-Bernstein**, Erziehungswissenschaftliches Institut der Universität Dortmund; Prof. Dr. **Andrea Kerres**, Dipl.-Psych., FH München; Prof. Dr. **Andreas Kerres**, Stiftungsfachhochschule München; Dr. **Christine Kröger**, KFH Köln; Prof. Dr. **Michael Märten**, FH Dresden, EAG Düsseldorf; Prof. Dr. **Frank Nestmann**, TU Dresden FB Beratung und Rehabilitation; Dr. **Dorothea Rahm**, Dipl.-Psych., Braunschweig; Prof. Dr. **Bernd Roehle**, Universität Marburg; Dr. **Dieter Schmelzer**, Dipl.-Psych., Nürnberg; Dr. **Elmar Struck**, Dipl.-Psych., Leiter der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Bonn; Prof. Dr. Dr. **Paul Michael Zulehner**, Institut für Pastoraltheologie, Wien.

Redaktion:

Dr. Rudolf Sanders, Alte Str. 24e, D-58313 Herdecke, Tel.: 02331-73434,
Fax: 02331-788583
E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de, Web: www.partnerschule.de
Für „Aktuelles aus der Beratungsszene“: Dr. Notker Klann,
E-Mail: klann.beratung@t-online.de

Projektleitung:

Heike Carstensen, Junfermann Verlag, Postfach 18 40, D-33048 Paderborn, Andreasstraße 1a, D-33098 Paderborn,
Tel.: 05251-13 44 18, Fax: 13 44 44, E-Mail: carstensen@junfermann.de

Erscheinungsweise/Service:

Beratung Aktuell erscheint viermal jährlich als Online-Ausgabe auf www.active-books.de, einem E-Book-Angebot des Junfermann Verlages. Einzelne Artikel werden zudem als separate E-Books angeboten.
Für „Aktuelles aus der Beratungsszene“: www.beratung-aktuell.de

Verantwortlich für www.active-books.de:

Monika Köster, Tel.: 05251-13 44 14, Fax: 13 44 44,
E-Mail: koester@junfermann.de

Zitierhinweis:

Nach den Vorgaben der „Deutsche Gesellschaft für Psychologie – Richtlinien zur Manuskriptgestaltung“ kann wie folgt aus der Zeitschrift zitiert werden bzw. sind entsprechende Angaben in der Literaturliste zu machen:

1.) beim Zitat: Es kann die übliche Form angewendet werden, weil alle nötigen Angaben der jeweiligen Ausgabe entnommen werden können.

2.) Literaturliste: Autor, A.A., Autor, B.B. & Autor, C.C. (2009). Titel des Artikels. *Beratung Aktuell*, XX (Ausgabe des aktuellen Jahres), XXX-XXX (Seitenzahl: von-bis). Zugriff am Tag. Monat. Jahr, Verfügbar unter <http://www.active-books.de/beratung-aktuell.html>

(Alle verwendeten Satzzeichen und die Schreibweise (kursiv) entsprechen den Vorgaben)

Verlag:

Junfermann Verlag, Postfach 18 40, D-33048 Paderborn, Andreasstraße 1a, D-33098
Paderborn, Tel.: 05251-13 44-0, Fax: 05251-13 44 44,
E-Mail: infoteam@junfermann.de, Web: www.junfermann.de