

Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung
Jahrgang 19, Heft 4/2018

Inhalt

Editorial	2
Brigitte Hieronimus: <i>Trennung als biografische Erfahrung</i>	4
Sven Slowik: <i>Prävention als Dimension der Ehepastoral</i>	11
Matthias Scheibe: <i>Männlichkeit(en) zum Thema machen</i>	30
Buchbesprechungen	46
<i>Impressum</i>	80

Editorial

Im Kampf um die „Ehe für alle“ wurde deutlich, wie wichtig Paaren eine exklusive und auf Dauer angelegte Beziehung ist. Die Partner und Partnerinnen wollen sich aufeinander verlassen können, damit das Schwere leichter und das Schöne schöner wird. Entsprechend kommt Paarbeziehungen eine kaum zu überschätzende Bedeutung für Lebenszufriedenheit, Wohlbefinden und Glück zu. Während eine gelingende Partnerschaft die physische und psychische Gesundheit schützt, stellen eine belastete und unglückliche Beziehung ebenso wie eine Trennung oder Scheidung einen relevanten gesundheitlichen Risikofaktor dar. Nicht zuletzt vor diesem Hintergrund widmet sich Brigitte Hieronimus im ersten Beitrag dem Thema *Trennung als biografische Erfahrung*. Sie nutzt dabei seit vielen Jahren das Verfahren Partnerschule, ergänzt durch Biografie- und Traumaarbeit. Dabei arbeitet der einzelne Partner bzw. die einzelne Partnerin jeweils unabhängig voneinander an eigenen biografischen Entwicklungsthemen, während der/die jeweils andere als „Beobachter/in“ daran teilhat. Dies fördert ein neues gegenseitiges Verstehen und ermöglicht eine friedliche Trennung. Häufiger kommt es jedoch vor, dass Paare durch diese Vorgehensweise in eine gereifte Form von Bindung und Autonomie hineinwachsen und zusammenbleiben wollen.

Umso glücklicher können sich Paare schätzen, die durch eine zielorientierte Ehevorbereitung die Möglichkeit haben, den gemeinsamen Entwicklungsprozess unter kompetenter Anleitung zu beginnen. In seiner Masterarbeit an der Universität Bochum in Pastoraltheologie lenkt Sven Slowik das Augenmerk auf die in Deutschland immer noch viel zu seltene Prävention von Beziehungsstörungen. Er stellt *Prävention als Dimension der Ehepastoral – Kriterien einer wirksamen Ehevorbereitung und -begleitung am Beispiel des Beziehungs-Kompetenzen-Trainings Partnerschule* vor.

Männlichkeitsvorstellungen können bei Jungen einen enormen Anpassungsdruck erzeugen, der sie mitunter zu Verhaltensweisen „verführt“, die in der Familie, Schule oder Ausbildung als problematisch eingeordnet werden. In seinem Beitrag *Männlichkeit(en) zum Thema machen. Eine Idee zur strukturierten Bearbeitung des Junge-Seins im Einzelsetting* greift Matthias Scheibe diese Herausforderung auf. Er skizziert eine Technik, mit der es im Rahmen von genderreflektierender Jungenarbeit gelingen kann, sich konstruktiv mit eigenen Männlichkeitsvorstellungen auseinanderzusetzen.

Bei den Buchbesprechungen sei besonders auf *Traumasensible Paartherapie* von Katharina Klees hingewiesen. Wenn Menschen in ihrer Kindheit traumatisierende Erfahrungen von emotionaler, psychischer oder sexueller Gewalt machen mussten, wirkt dies häufig nachhaltig bis in die Paarbeziehungen im Erwachsenenalter hinein. Noch viel zu oft werden aktuelle Beziehungskrisen und -konflikte aber nicht mit den Traumatisierungen in der Vergangenheit in Verbindung gebracht.

Dr. Rudolf Sanders

Brigitte Hieronimus
Trennung als biografische Erfahrung

1. Trennung als Realität

Für die meisten Menschen ist das Gelingen ihrer Beziehung ein wichtiges Anliegen. Gerade Frauen leiden darunter, wenn die Partnerschaft aus dem Ruder läuft. Für viele Männer ist der Gedanke, „an der Beziehung arbeiten“ ein Gräueltat und sie hoffen, es werde sich alles irgendwie von allein regeln. Dass dies nicht der Fall ist, erleben wir laufend. Die statistischen Werte sind eklatant, inzwischen wird jede zweite Ehe geschieden. Trotzdem sind Trennung und Scheidung für die Betroffenen in der Regel ein seelischer Tsunami, auch wenn festzustellen ist, dass es hinterher vielen wieder besser geht.

In meinen Beratungen mit Paaren arbeite ich seit vielen Jahren erfolgreich mit dem Modell „Partnerschule“ und habe es durch die persönlich ausgerichtete Biografie- und Traumaarbeit ergänzt. In den Beratungen arbeitet jeder der Partner an seinem eigenen biografischen Entwicklungsthema und der jeweils andere ist als „Beobachter“ anwesend. Dies fördert ein neues gegenseitiges Verstehen und man kann sich in Frieden trennen. Häufiger kommt es jedoch vor, dass die Paare in eine gereifte Form von Bindung und Autonomie hineinwachsen und zusammenbleiben wollen. Aus diesem Grund behandle ich in diesem Artikel das Thema „Bindung und Autonomie“ unter Berücksichtigung frühkindlicher traumatischer Verlusterfahrungen besonders ausführlich.

2. Was macht es so schwierig, sich zu trennen?

Der Gedanke an eine Trennung löst in der Regel tiefe Verlustangst aus und ist für die meisten Menschen eine schmerzhaft Erfahrung, die sie nicht unbedingt wiederholen möchten und die deshalb so lange wie möglich hinauszögert wird. Trennung von einem einst geliebten Menschen fühlt sich auf der psychischen Ebene wie ein Tsunami an. Wir fallen aus einer als sicher empfundenen Bindung heraus und fühlen uns heimatlos ohne die Liebe des anderen. Denn die Liebe des erwachsenen Menschen trägt immer auch die Liebe eines Kindes zu seinen Eltern in sich. Ist diese Liebe in den ersten drei Lebensjahren nicht oder nur unzureichend beantwortet oder gar missbraucht worden, entwickelt sich in den meisten Fällen aufgrund dieser Mangelenerfahrung eine ungestillte Liebesehnsucht, die nicht selten in Liebesillusionen mündet. Im Klartext bedeutet das: Wir beginnen Liebe, Ehe und Partnerschaft zu idealisieren und wollen nicht wahrhaben, wenn wir etwas fühlen, was dem Ideal der Liebe widerspricht. Wer als Kind nicht erleben konnte, was eine gesunde Bindung ist; wer beispielsweise spürt, wie sich Mutter oder Vater aufopfern oder sich immer wieder betrügen lassen; wer erleben musste, dass sich die Eltern ihnen gegenüber gewalttätig,

ablehnend oder emotional bestrafend verhielten, der lernt etwas „Falsches“ über Liebe. Falsch in dem Sinne, dass diese Menschen sich später an etwas klammern, *was sich wie Liebe anfühlt, aber keine Liebe ist.*

Die traurige Realität vieler Menschen ist, dass sie seit ihrer Kindheit gelernt haben, Eltern zu lieben, die ihnen weh tun, die sie vernachlässigen, sie nicht wirklich haben wollen und nicht beschützen! Daraus entsteht eine Traumabiografie, die das Grundthema in sich trägt: Nicht gewollt – nicht geliebt – nicht geschützt. Eine Klientin beschreibt ihre Erfahrungen folgendermaßen:

3. Fallbeispiel

Durch die persönlich ausgerichtete Biografiearbeit an meinem ersten Jahrsiebt, in dem es um Bindung, Sicherheit und Orientierung geht, habe ich herausgefunden, dass ich seit frühester Kindheit gelernt habe, Untreue zu ertragen. Das hat dazu geführt, dass mir dieses Thema später immer wieder als Lernfeld präsentiert wurde. Während meiner Ehe habe ich selbst Trennungen, Untreue und Versöhnung erlebt, doch ich habe nicht erkannt, was das mit meiner eigenen Biografie zu tun hat.

Als ich während meiner Ehe einen Mann kennenlernte, der mich ungeheuer faszinierte, trennte ich mich von meinem Ehemann, da meine Ehe mich nicht zufrieden stellte. Dieser andere Mann lebte schon länger von seiner Frau getrennt, und ich ging wie selbstverständlich davon aus, dass er sich eines Tages scheiden lässt – so wie ich es tat. Das war aber nicht der Fall. Im Gegenteil. Sein Wunsch nach Nähe und Partnerschaft war zwar vorhanden, aber dieser Wunsch kollidierte im Laufe der Jahre immer stärker mit einem ausgeprägten Freiheitsanspruch. Daraus entwickelte sich ein unerträglich ambivalentes Nähe- und Distanzspiel, das mich an meine tiefsten Verlustängste brachte. Es kam zwar auch immer wieder zu Reifungsprozessen auf beiden Seiten, doch immer häufiger spürte ich, dass irgendetwas nicht stimmte.

Obwohl ich an meinen Verlustängsten bereits gearbeitet hatte und erkannte, dass meine Werte nicht unbedingt mit denen meines „Lebenspartners“ übereinstimmten, ich nicht bereit, mich endgültig zu trennen. Ich wollte einfach keine erneute Trennung erleben. Deshalb hielt ich an der Beziehung fest, obwohl ich den „Braten gerochen“ habe. Glücklicherweise hatte ich Glück im Unglück: Ich entdeckte, dass der Mann Außenbeziehungen hatte, die er versuchte zu verheimlichen. Ich stellte ihn zur Rede, doch er leugnete. Die Untreue machte ihren Job aber so gut, dass ich die Augen vor der Wahrheit nicht mehr länger verschließen konnte. Ich erkannte schlagartig, dass ich dabei war, das Leben meiner Mutter zu wiederholen, die sich trotz ständiger Untreue meines Vaters nicht von ihm getrennt und mir von Kindheit an ihr Liebesleid aufgebürdet hatte. Ich hielt es also für „normal“, unter der Liebe zu leiden.

In der vertieften Biografie- und Traumaaarbeit bearbeitete ich dann intensiv meine frühkindlichen Verlustthemen: Meine Mutter ging schon kurz nach meiner Geburt arbeiten, mein Vater suchte sich eine neue Arbeit in einer weit entfernten Stadt. So betreute mich meine Großmutter, die neben mir, zwei eigene Kinder zu versorgen hatte. Sie war eine durch den Krieg traumatisierte,

kaltherzige Frau, die nach einem halben Jahr Pflegeeltern suchte, weil sie überfordert war. Meine Mutter wusste das, war aber nicht in der Lage, etwas dagegen zu unternehmen, da sie sich emotional abhängig fühlte. Ich lebte also in ständiger Angst, weggegeben zu werden und fühlte Großmutter's Ablehnung. Mein Großvater war der einzige, der mir wenigstens etwas Nähe und Geborgenheit gab. Drei Jahre später zog meine Mutter zu meinem Vater, den ich nicht kannte. Ich vermisste meinen Großvater, hatte Heimweh nach ihm und Angst vor dem fremden Mann, der mein Vater war.

Die Ehe meiner noch jungen Eltern war ein einziges Drama. Mein Vater war jähzornig und gewaltbereit, hatte immer wieder Affären, hielt aber an der Ehe fest. So erlebte ich eine Mutter, die sich ständig als Opfer fühlte. Im Laufe meines Älterwerdens war ich es, die sich emotional um meine Mutter kümmerte, die ihr immer wieder zuhörte und so in ihr Liebesdrama hineingezogen wurde. Ich lernte also durch meine Mutter, dass man unter allen Umständen bei einem Mann bleibt, auch wenn er einem weh tut und man darunter leidet. Dieses Muster habe ich erst unterbrechen können, als ich mich innerhalb der biografischen Trauma Arbeit meinen frühkindlichen Verlustängsten stellen und Schritt für Schritt auflösen konnte.

In der Trauma Arbeit gehen wir der Frage nach:

4. Was kann man tun? Wie kann man sich selbst helfen, um eine Trennung zu überstehen?

Zunächst gilt es zu akzeptieren, dass es keine Abkürzungen gibt, um eine Trennung zu verarbeiten. Es stimmt zwar, dass der Wunsch nach ständiger Beziehungsarbeit abnimmt, weil die erhoffte Veränderung nicht oder nur kurz eintritt; gleichzeitig bleibt der hartnäckige Versuch bestehen, die Beziehung zu retten. Dieses innere Dilemma löst Unbehagen, Angst und sogar Panik aus. Wendet man sich in solchen Zeiten an Berater, Psychologen oder andere fachkundige Menschen, ist das auf jeden Fall der richtige Schritt zur Bewältigung. Doch viele scheuen davor zurück, weil sie insgeheim fürchten, an den Kern der Wahrheit zu gelangen. Je länger man wartet, desto mehr Energie wird darauf verwendet, die Wahrheit zu verdrängen. Der größte Schmerz ist der Vermeidungsschmerz. Der Schmerz, der Licht ins Dunkel bringt, ist in der Regel nur kurz.

Wer sich auf diesen Weg der Klarheit begibt und sich die familiären Beziehungsgeschichten genauer anschaut und ergründet, der findet aus dem Dilemma heraus. Frauen haben irgendwann die Nase voll von der ewigen Beziehungsarbeit, weil sie den Eindruck haben, alleine für das Beziehungsgelingen verantwortlich zu sein. Das ist jedoch eine fatale Schlussfolgerung. Es geht nämlich nicht nur um das Gelingen der Beziehung in der Partnerschaft, sondern es geht vor allem darum, eine kohärente Bindung und Autonomie zu sich selbst herzustellen. Autonomie bedeutet auch, fühlend zuzulassen, was man zuvor an Gefühlen abgespalten hat und diese abgelehnten Gefühle wieder zu integrieren.

Wer keine gesunde Wahrnehmung zu sich selbst aufbauen kann, der ist in Gefahr, das Alte solange zu wiederholen, bis er sich dabei selbst zerstört.

In der Aufarbeitungsphase kann man sich folgende Fragen zu stellen:

1. Welche Bedeutung haben Beziehungen für mein Wohlbefinden?
2. Welches Beziehungsmuster habe ich gelernt?
3. Aufgrund welcher Beziehungserfahrungen habe ich Symptome wie Ängstlichkeit oder gar eine Depression entwickelt?
4. Welche Gefühle und bis dahin unentdeckte Traumata spielen in meinem Elternhaus und Beziehungen eine Hauptrolle?

Dazu müssen wir wissen, dass Beziehungen die Hauptquelle für Wohlbefinden, aber auch die Ursache für psychisches Leiden sind. Hinter den meisten Formen psychischen Leidens und vielen Formen körperlicher Erkrankungen finden wir destruktive Beziehungsmuster. Wir tun also gut daran, uns nach und während einer Trennung so rasch wie möglich an die Bearbeitung unserer eigenen Themen zu machen, damit wir nicht erneut „verstrickte“ sondern „atmende“ Beziehungen aufbauen können. Wie schon erwähnt, geht es dabei um den biografischen Entwicklungsweg der Psyche. Wir können auch sagen, dass es sich um einen Nachreifungsprozess innerhalb der eigenen Biografie handelt. Zunächst gilt es also zu klären, was ein gesundes und was ein krankes Beziehungsverhalten ist.

Da Gefühle der Kern aller Bindungsbeziehungen sind, gehört die Angst verlassen zu werden genauso dazu, wie die Wut, nicht beachtet oder wahrgenommen zu werden. Als Kind brauchen wir das liebende Gegenüber der Eltern sowie das anderer naher Bezugspersonen. Doch wie das Gegenüber auf uns und unsere Liebe reagiert, hängt vor allem von dessen eigener Bindungsfähigkeit und Lebenserfahrung ab. Im Laufe des Heranwachsens macht jeder Mensch die unterschiedlichsten Liebeserfahrungen, wozu auch Trennungen gehören. Bei jeder Trennung wird er also erneut konfrontiert. Sehr oft spielt der frühkindlich erlebte Liebesmangel eine zentrale Rolle und zieht sich später wie ein roter Faden durch das gesamte Liebes- und Sexualleben.

Psychisch verarbeiten kann man eine Trennung erst, wenn man sich an die Aufarbeitung der eigenen Beziehungsgeschichte macht. Hier finden sich häufig familiär bedingte Verlusttraumata, die zu inneren Abspaltungen geführt haben. Diese abgespaltenen Gefühle wie Angst, Panik, Trauer oder Wut müssen integriert werden, damit man nicht länger wiederholt, was einem in der Kindheit geschadet hat. Es geht bei der Trennungsverarbeitung also darum, seine Liebesenergie nicht länger in destruktive Beziehungs- und Gedankenmuster zu investieren.

Wenn das gelingt, lernt man sich selbst genauer kennen und begreift, was die unbewussten Anziehungsmerkmale sind, die eine Partnerwahl ausmachen. Denn gerade die unbewusste Partnerwahl entscheidet über das Gelingen und Misslingen einer Beziehung. Bindungsfaktoren einer nicht bewussten Wahl des Partners sind beispielsweise ähnliche Lebenserfahrungen oder die Kompensation eigener Defizite.

5. Warum Paare zusammenbleiben, obwohl sich die Liebe längst verabschiedet hat

Natürlich kann eine Paarbeziehung bestehen bleiben, wenn die partnerschaftliche Liebe abhandengekommen ist. Häufig handelt es sich um kameradschaftliche oder geschwisterliche Beziehungen, wo sich Erotik und Sexualität längst verabschiedet haben und man zwar friedlich, aber gelangweilt und leer nebeneinander lebt. Kinder, die in diesen Familien leben, spüren aber sehr genau, wenn sich ein Elternteil mit seinen Bedürfnissen unterordnet. Schauen wir genauer hin, finden wir unter einer scheinbaren Harmonie der Eltern eine Wiederholung des Bindungsmusters, das aus ihrer Kindheit stammt.

Wenn ein Kind mit Eltern zusammenlebt, die keine gemeinsamen Interessen, Ziele und Werte haben und trotzdem zusammenbleiben, weil es finanzielle und emotionale Abhängigkeiten gibt, was soll es daraus lernen? Wenn es erlebt, wie sich die Mutter emotional ausbeutet lässt und den Vater trotzdem idealisiert, lernt es zwar, sich in verdrehten Verhältnissen zurechtzufinden, ist aber auf der psychischen Ebene verwirrt. Im späteren Leben suchen sich diese Menschen oft Partner die das bekannte mütterliche oder väterliche Muster in sich tragen, weil es „Heimatglocken“ sind, die da läuten. Wenn diese bereits bekannte „Hausmannskost“ ein Vereinnahmen oder Anklammern war: Wer erlebt hat, wie sich Eltern gegenseitig ständig anschreien, abwerten und herunterputzen, der weiß nicht, wie die gesunde Kost der Liebe schmeckt. Die Schmerztoleranz ist bei diesen Menschen erschreckend hoch, weil das bekannte Leid immer noch besser zu ertragen ist als eine Trennung.

6. Wenn Paare „der Kinder wegen“ zusammenbleiben

Auch hier spielen frühe Beziehungserfahrungen eine entscheidende Rolle. Wer von Kindheit an immer wieder Gewalt und Missbrauch erlebt, weiß nicht was eine gesunde Beziehung ausmacht und wiederholt in seiner eigenen Beziehung oftmals ein ähnliches Muster. Körperliche und seelische Gewalt sowie emotionaler Missbrauch in Liebesbeziehungen sind bei vielen Paaren ein zähes Klebemittel. Man bleibt trotz misslicher Umstände zusammen, um nicht allein zu sein und mildert damit seine Angst vor Verlust und Einsamkeit.

Wenn ein inneres Verbot besteht, die Beziehung aufzulösen, sprechen wir von Co-Abhängigkeiten in Beziehungen. Eine gesunde Paarbeziehung zeichnet sich dadurch aus, dass sich jeder gleichwertig fühlt, dass aufrichtiges Interesse vorhanden ist und gegenseitige Empathie und Liebe in Konflikten überwiegen. Im Gegenzug bedeutet das: Eine Auflösung der Beziehung ist möglich und eine Trennung ist keine Tragödie, sondern eine gesunde autonome Handlung.

7. Warum Trennungserfahrungen zu einer gesunden Autonomie gehören

Erstaunlich viele Menschen sind nicht in der Lage, eine selbstbestimmte Trennung herbeizuführen. Im Alter von 14 bis 21 Jahren reift diese Fähigkeit heran und dient einer gesund wachsenden Ich-Stabilität. Fehlt dieser Entwicklungsschritt, kommt es im Alter von 40 bis 50 Jahren häufig zu einem seelischen Nachreifungsprozess. Dieses Nachreifen ist nötig, um ein autonomes Verhalten einzuüben. Die Voraussetzungen hierfür sind allerdings ein unerschütterlicher Wille, zu sich selbst zu stehen sowie genügend Beharrlichkeit, den inneren Wandlungsprozess in der eigenen Biografie voranzubringen. Wer sich nach einer Trennung allmählich wieder wohlfühlt, bleibt nicht in Zorn und Wut stecken – einer anderen Form von Verstrickung. So gesehen weisen uns jede Trennung und jeder Abschied darauf hin, was es innerhalb der eigenen „Liebes-Biografie“ noch zu lernen gibt, damit die Liebesfähigkeit weiterhin reifen kann.

Zusammenfassung

Die Trennung von Paaren ist etwas Alltägliches geworden. Der Schmerz aber ist nicht zu verleugnen, hat man doch einmal mit ganz anderen Erwartungen und Hoffnungen die Beziehung begonnen. Möglichen biografischen Ursachen dieser Trennung auf den Grund zu gehen, bietet die Möglichkeit, sich persönlich weiterzuentwickeln und keine Altlasten mehr in eine neue Beziehung mitzunehmen.

Schlüsselworte: Trennung, Scheidung, Biografiearbeit

Abstract

The parting of couples has almost become commonplace. However, the pain cannot be denied, as one began the relationship with completely different expectations and hopes. Getting to the bottom of possible biographical causes of the separation offers the opportunity to develop oneself personally and not to take any burdens from the past into a new relationship.

Keywords: separation, divorce, biographical work

Literatur

- Hieronimus, B. & Galle, H. (2016): Mut zum Lebenswandel. Wie Sie Ihre biografischen Erfahrungen sinnvoll nutzen. Bielefeld: Kamphausen.
- Levine, A. P. (2010): Sprache ohne Worte. Wie unser Körper Trauma verarbeitet und uns in die innere Balance zurückführt. München: Kösel.
- Maaz, H.J. (2014): Die neue Lustschule. Sexualität und Beziehungskultur. München: dtv.
- Ruppert, F. (2012): Trauma, Angst & Liebe. Unterwegs zur gesunden Eigenständigkeit. München: Kösel.
- Ruppert, F. (2010): Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Sanders R. (2017): Destruktive Muster in Paarbeziehungen. Erkennen, Verstehen, Intervenieren. *Beratung Aktuell* 4, S. 31–45, <http://beratung-aktuell.de/ausgabe-4-2017>

Brigitte Hieronimus, Dozentin am Frauenseminar Bodensee/Schweiz, zertifizierte Biografieberaterin, Trainerin nach dem Modell Partnerschule.
info@brigitte-hieronimus.de, www.brigitte-hieronimus.de

Sven Slowik
Prävention als Dimension der Ehepastoral
Kriterien einer wirksamen Ehevorbereitung und
-begleitung am Beispiel des Beziehungs-Kompetenzen-
Trainings Partnerschule

1. Abenteuer Ehe

Die Ehe gehört zu den letzten großen Abenteuern der Gegenwart. Als Goldgräber ihres Beziehungsglücks begeben sich Menschen auf einen verheißungsvollen aber auch gefährlichen Weg, wenn sie sich für die Ehe entscheiden. Die Kirche ist dazu aufgerufen, diese Menschen nicht nur zu begleiten, sondern auch auf diese Reise vorzubereiten, um in diesem Prozess der Ehe nicht nur persönlich zu wachsen, sondern ggf. auch Erfahrungen von Heilung zu machen. Dies ist insbesondere dann elementar, wenn alte Verletzungen aus Kindertagen sie an der Fülle des Lebens in einer Ehe hindern.

Welche Kriterien diese Vorbereitung beinhalten muss, ist Inhalt dieses Artikels, welcher auf meiner Masterarbeit mit gleichnamigem Titel vom Sommersemester 2018 im Lehrstuhl für Pastoraltheologie der Katholisch-Theologischen Fakultät der Ruhr-Universität Boch basiert. Prävention definiert diese Arbeit im psychologischen Sinne als vorausschauende Intervention, die diejenigen Ressourcen bei Paaren stärkt, welche notwendig sind, um eine hinreichend zufriedene Beziehung führen zu können. Es geht dabei nicht nur darum, in Notlagen für die Menschen da zu sein, sondern sie auch durch Prävention vor schweren Krisen zu schützen. Aus theologischer Sicht bedeutet Prävention in der Ehepastoral, den Paaren die notwendigen Erfahrungen wissens- und glaubensvermittelnder Natur zu ermöglichen, um bewusst die Ehe als Sakrament leben zu können.

2. Die Not der Vorbereitung

Eine effektive Ehevorbereitung ist nicht nur deswegen sinnvoll, damit die Kirche den Anspruch und die Schönheit der Unauflöslichkeit dieser aufrecht erhalten kann, sondern auch von gesellschaftspolitischen Belangen. Denn das Scheitern von Beziehungen und Ehe führt nicht nur bei den Kindern, die aus dieser Beziehung hervorgegangen sind zu einer höheren Vulnerabilisierung und Störungswahrscheinlichkeit, sondern auch bei den Eltern zu möglichen beachtlichen gesundheitlichen Schäden. Die Aktualität der Fragestellung, welche Bedingungen eine gute Ehevorbereitung aufweisen müsse, zeigt sich auch in dem Nachsynodalen Apostolischen Schreiben *Amoris Laetitia* (Freude der Liebe) von Papst Franziskus (2016). Dieser betont die Notwendigkeit, Paaren die Möglichkeit zu geben, sich vor der Eheschließung ausreichend

kennen zu lernen. Die Vorbereitung dürfe sich dabei keinesfalls auf doktrinale Überzeugungen und spirituelle Ressourcen beschränken sondern müsse praktische und inkarnierte Wege aufzeigen den Ehealltag liebevoll und erfüllen zu gestalten (Franziskus, 2016, S. 167–170). Der bisherige Weg in deutschen Bistümern, die Ehevorbereitung in den meisten der Fällen auf einen organisatorisches Gespräch mit einem Geistlichen zu reduzieren, ist folglich absolut nicht ausreichend beziehungsweise ein Relikt vergangener Zeiten in denen Gesellschaft, Familie und Gemeinde den Ehepaaren mehr Halt und Struktur gegeben haben. Der Impuls, der von *Amoris Laetitia* ausgeht, könnte nun dazu genutzt werden, eine neue Art der Ehevorbereitung in den deutschen Bistümern systematisch und flächendeckend auszubauen.

3. Zur Krise der Ehe und Partnerschaft

Radikale Formen des Zusammenlebens, wie die in den 68ern propagierte „Freie Liebe“ oder die Lebensform des freiwilligen Singledaseins haben sich zwar nicht durchgesetzt, doch seit Scheidungen in Deutschland statistisch erfasst werden, steigt die Anzahl der Scheidungen. Die Scheidungsrate liegt aktuell bei ca. 45% (Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung, 2016). Es gilt zu beachten, dass die Scheidungsrate nur eine Momentaufnahme darstellt und kein verlässliches Maß für die Stabilität von Ehen bzw. Partnerschaft ist. Gibt es doch eine große Zahl unverheirateter, langfristig zusammenlebender Paare, auch mit Kindern. Diese sind statistisch schwer zu erfassen und hier liegt die Trennungsrate vermutlich noch höher, so dass davon ausgegangen werden muss, dass mittlerweile mehr als die Hälfte der Partnerschaft in Deutschland durch Trennung beendet werden.

Die Krise der Ehe und Familie in ihrer traditionellen Ausprägung zeigt sich damit auch in einem Rückgang der Geburten und Heiratshäufigkeit.

Mit Beginn der industriellen Revolution, im Wandel von einer agrarisch bestimmten Gesellschaft zu einer Industriegesellschaft wurden gesellschaftliche Strukturen stark verändert. Dies führte zur Individualisierung, Pluralisierung, Deinstitutionalisierung und Enttraditionalisierung (Fuhrer, 2007). In unserer Gesellschaft ist eine Vielfalt an Wertorientierungen, Lebensstilen und Formen familialen Zusammenlebens möglich, wobei die traditionell starken sozialen Instanzen, wie Großfamilie oder Gemeinde an Einfluss verlieren. Diese Entwicklung ist nicht nur zu beklagen - ganz im Gegenteil: Sie bedeutet einen Gewinn an Handlungsspielräumen und eröffnet die Chance zur individuellen Lebensgestaltung; gleichzeitig ist sie aber mit einem Verlust an Sicherheit, an Orientierung und an Handlungswissen verbunden.

Letztendlich sind Männer und Frauen erst seit zwei Generationen herausgefordert, ihre Beziehung auf Gleichberechtigung basierend zu

gestalten. Die „Hausfrauenehe“ wurde 1976 abgeschafft – bis zu diesem Zeitpunkt konnte ein Mann z.B. den Arbeitsvertrag seiner Ehefrau gegen deren Willen kündigen. Heute stehen Männer und Frauen vor der anspruchsvollen Aufgabe ihre Rollenbeziehungen miteinander auszuhandeln, was hohe Kommunikations- und Problemlösekompetenzen erfordert.

Auch die kirchlichen Institutionen haben im Rahmen dieses Prozesses an Bindekraft verloren. Die kirchliche Forderung nach Übereinstimmungen im Bereich der Glaubensüberzeugung oder der Ausübung von religiösen Praktiken steht scheinbar im Widerspruch zu einem autonomen selbstbestimmten Subjekt

4. Die existentielle Bedeutung einer gelingenden Paarbeziehung

Trotz des Wissens um die Möglichkeit des Scheiterns, – und das ist das Entscheidende und Berührende – wünschen sich die meisten Menschen eine glückliche, harmonische und vor allem langfristige Partnerschaft (Hahlweg & Bodemann, 2003) und in den Zukunftsperspektiven vieler junger Menschen spielen Kinder, also die Gründung einer eigenen Familie, eine ganz zentrale Rolle (Albert, 2006).

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass im Rahmen der sich wandelnden gesellschaftlichen und individuellen Eigenschaften weiterhin ein starker Wunsch nach Gemeinschaft und Sicherheit besteht. Offensichtlich besteht also auch in einer offenen Gesellschaft mit ihrer Pluralität an Werten und Normen der Wunsch nach Langfristigkeit in zwischenmenschlichen Beziehungen. Auch die Bewertung von Scheidungen ist überwiegend negativ (Harder, 2012, S. 66). Im Angesicht einer als anonym und materialistisch empfundenen Welt ist die Paarbeziehung für viele ein Ort der Sehnsucht und idealen Vorstellungen, in denen die Mangelerfahrungen der Außenwelt kompensiert werden müssen (Zulehner, 1990, S. 34–39). Angesichts der oft nicht erlernten notwendigen Skills für eine gelungene Paarbeziehung – diese wurden oft nicht von den Eltern vorgelebt – ist dies natürlich eine brisante Ausgangsposition, die aufgegriffen und mit viel Geduld und Kompetenz begleitet werden muss. Denn bei aller Instabilität und Verwirrung, die die geänderten Rahmenbedingungen der Ehe hervorrufen, bergen diese gleichzeitig auch die Möglichkeiten persönlicher Reife und gesellschaftlichen Wachstums. Unter Einbezug der Chaostheorie sind sie vielleicht sogar die Bedingungen für mehr Klarheit und Struktur; aber eben einer ausdifferenzierten Klarheit und einer komplexen Struktur (Sanders 2006, S. 107–109).

Ein Neuentwurf der Ehevorbereitung, die sowohl psychologische Kompetenzen wie auch theologisches Wissen vermittelt, kann dort ansetzen. Denn einiges spricht dafür, dass die bisherige Vermittlung der

kirchlichen Ehelehre unter den Bedingungen der Spätmoderne gescheitert ist. Papst Franziskus: „Zugleich müssen wir demütigt und realistisch anerkennen, dass unsere Weise, die christlichen Überzeugung zu vermitteln, und die Art, die Menschen zu behandeln, manchmal dazu beigetragen haben, das zu provozieren, was wir heute beklagen...haben wir häufig die Ehe so präsentiert, das ihr Vereinigungszweck – nämlich die Berufung, in der Liebe zu wachsen und das Ideal der gegenseitigen Hilfe – überlagert wurde durch eine fast ausschließlich Betonung der Aufgabe der Fortpflanzung. Auch haben wir die Neuvermählten in ihren ersten Ehejahren nicht immer gut begleitet, etwa mit Angeboten, die auf ihre Zeitpläne, ihren Sprachgebrauch und ihre wirklich konkreten Sorgen eingehen. Andere Male haben wir ein allzu abstraktes theologisches Ideal der Ehe vorgestellt, das fast künstlich konstruiert und weit von den konkreten Situationen und den tatsächlichen Möglichkeiten der realen Familien entfernt ist“ (AI 29).

Einerseits scheint es also, dass die Ehe und die Hochzeit in Weiß einen letzten Zufluchtsort der Liebe und Geborgenheit darstellen, andererseits ist das notwendige psychologische Rüstzeug wie auch das theologische Eheverständnis der Kirche entweder nicht bekannt oder wird eher als Belastung empfunden. Die Sinnstiftung durch die Sakramente und deren Logik der Liebe wird nicht recht vermittelt und bleibt so auf der Strecke. Dass die sakramentale Ehe als ein exklusives Ja über die Lebensspanne angelegtes Zu- und Füreinander eine wirkliche Alternative zu anderen Partnerschaftskonzepten ist, wird dabei nicht klar (Knapp 1999, S. 22). Auf alle Fälle ist die gegenwärtige Situation der Ehe eine große Herausforderung für die Kirche und die Aufforderung, nicht länger als Vollstrecker entleerter Glaubensrituale zu fungieren, sondern sich aktiv um eine ausreichende Vorbereitung der Eheleute zu bemühen.

5. Ehe als Bund und Gemeinschaft

Das kirchliche Eheverständnis kann hier Orientierung und Hilfe bieten. Fundament der christlichen Ehe ist dabei keine juristische Übereinstimmung bezüglich der Rechte und Pflichten der Ehepartner, welche vor Beginn der Ehe abgestimmt wurden, sondern die radikale Annahme und Bejahung des Partners (Astrath 1995, S. 812). Dieser unbedingte personale Akt ist es, der die Institution der Ehe als schützende Rahmenbedingungen gegenüber der Gesellschaft rechtfertigt und ihr einen Inhalt gibt (Knapp 1999, S. 109). Die Ehe ist also Ausdruck radikaler personaler Liebe, eingebettet und geschützt von einer rechtlich abgesicherten Institution. Wesentlich ist die Beziehung, nicht die Institution.

Sie ist ein Vorgeschmack der „göttlichen Herrlichkeit“ und weist daher auch über sich selbst hinaus. Dieser eschatologische Charakter des Ehesakraments ist eine Antwort auf den Sehnsuchtsüberschuss

der Menschen in Bezug auf die Ehe. Die Ehe ist kein Ort, in dem alle Sehnsüchte befriedigt und erfüllt werden können noch sollen, sondern der Ort, der es ermöglicht, in der Beziehung zu den Menschen und Gott mit Blick auf das Reich Gottes zu wachsen.

Der prozedurale eschatologische Aspekt des Ehesakramentes ist eine der Hauptaussagen in Amoris Laetitia, der nur dann denkbar wird, wenn Ehe mehr ist als eine gottgesegnete Gütergemeinschaft. Ehe ist ein Ort des Wachstums, der einen lebensgeschichtlichen Prozess impliziert (Zulehner 2016, S. 43), in dem die Ehepartner jederzeit auf die helfende Gegenwart Gottes vertrauen dürfen, sich aber gleichzeitig der permanenten Verwiesenheit auf diesen Gott bewusst sein müssen (Knapp 1999, S. 144).

Das Sakrament der Ehe darf dabei nicht mit einem automatisierten Zuspruch der göttlichen Hilfe verwechselt werden. Es stellt das Ehepaar in die herausfordernde Aufgabe, sich selbst und seine Liebesfähigkeit in den Kontext des unverfügbaren Gottes zu stellen (Knapp 1999, S. 47). Das Schon und das Noch-Nicht sind die Pole, zwischen denen die Eheleute sich bewegen. Das Sakrament ist gerade die Kraft, die es ermöglicht, nicht bei einem dieser Pole zu verweilen, sondern einerseits mit einem hoffnungsvollen Realismus im Noch-Nicht nicht zu verzweifeln, wie auch dem „Schon“ die notwendige eschatologische Konnotation zu geben (Faber 2011, S. 56).

Um diese Art der innigen Gemeinschaft leben zu können, ist der Aspekt der radikalen Freiheit wichtig. Die freie Entscheidung ist als stabile Rahmenbedingung notwendig und ermöglicht den Paaren über die Zeit in der Liebe zu wachsen, indem sie diese freie Entscheidung täglich neu bejahen (Knapp 1999, S. 87). Dabei sind es nicht zwei Vertragspartner, die ihr Leben zusammen gestalten, sondern zwei Personen, die eine Ehegeschichte schreiben und die sich auf den Weg machen (Zulehner 2016, S. 45).

6. „An ihren Ansprüchen gemessen ist jede Ehe gescheitert“

Mit diesem Zitat von Troje (1992, S. 168) kommen wir zur Frage der Machbarkeit, diesen Bund zu leben. Die Antwort darauf lässt sich in zwei Ansätzen zusammenfassen.

1. Das Christentum ist eine Religion der Überforderung. Sobald sich der Ehebund an der Treue Gottes zum Menschen misst und diesen zum Vorbild nimmt, überfordert sich der Mensch per se einfach deswegen, weil er nicht Gott ist (Faber 2011, S. 63). Aber gerade diese heilsame Überforderung ermöglicht es den Menschen, sich auf Gott hin zu öffnen, seine Perspektive des Möglichen anzunehmen. Das Sakrament der Ehe wird in

diesem Sinne als eine Verbindung von menschlicher und göttlicher Liebe gesehen und im Vertrauen auf den Beistand und die Hilfe Gottes geschlossen. Dieses Vertrauen wird auch dadurch gespeist, dass Gott selbst „sein erlösendes und heiliges Wirken an die menschliche Natur und ihre Begrenztheit bindet“ (Stuflesser & Winter 2006, S. 73).

2. Es ist notwendig, eine Unterscheidung der Geister vorzunehmen. Derjenige und diejenige, die in einer menschlichen Beziehung die Erfüllung der absoluten Liebe suchen, überfordern den Partner maßlos. Absolute Annahme und absolute Liebe gibt es nur bei Gott. Auch in der Ehe gilt, dass die Gnade die Natur voraussetzt. Beziehung erfordert daher ein hohes Maß an zwischenmenschlichen Kompetenzen und muss eingeübt werden. Um sich in Freiheit für die sakramentale Ehe entscheiden zu können, ist es wichtig zu wissen, für was und für wen sich die Ehepartner entscheiden. Ohne eine theologisch und psychologisch fundierte Ehevorbereitung ist dies nicht möglich.

7. Gründe für das Scheitern Ehe und Beziehung

Um wirksam auf die Ehe vorbereiten zu können, ist es sinnvoll zu wissen, an welchen Faktoren Ehe scheitert und welche Faktoren eine Partnerschaft stabilisieren. Wie schon am Anfang des Artikels dargestellt, sind gesellschaftliche Modernisierungsfaktoren und demographische Veränderungen zwei wirkmächtige Komponenten für Instabilität in Paarbeziehungen. Dazu kommen teilweise überhöhte Idealvorstellungen bezüglich des psychologischen Wohlbefindens in Beziehungen. Das Scheitern der Paarbeziehung hat in diesem Fall damit zu tun, dass Paare subjektiv voneinander immer mehr verlangen, aber gleichzeitig nicht die Motivation aufbringen, dementsprechend mehr in die Paarbeziehung zu investieren (Esser 2002, S. 28). Partnerschaftskonflikte sind nicht primär durch den Inhalt der Konflikte charakterisiert, sondern durch die Art und Weise, wie mit diesen Konflikten umgegangen wird. Eine destruktive und verletzendende Kommunikation ist dabei eine Hauptursache für das Scheitern von Beziehungen (Bodenmann 2013, S. 149). Einhergehend mit schlechter Kommunikation und Interaktion sind mangelhafte Problemlösekompetenzen. Diese sind charakterisiert durch eine sehr hohe oder sehr niedrige Frequenz von Konflikten. Der Konflikt selbst zeichnet sich dabei durch eine hohe Intensität und Eskalation aus. Das Paar schafft es nicht, sich gegenseitig in Stresssituation zu unterstützen bzw. dem Gegenüber die Freiräume zu geben, um individuell mit Stresssituationen auf konstruktive Weise umzugehen (Bodenmann 2005, S. 30). Dies führt dazu, dass keine passenden Rahmenbedingungen geschaffen werden, um kreative neue Lösungsansätze zu finden. Dieser Teufelskreis wird durch äußere Stressoren wie

Stress im Berufsleben noch verstärkt. Die unter Idealbedingungen schon nicht sehr gut funktionierende Kommunikation und Problembewältigung droht unter solchen Bedingungen zu zerbrechen (Heinrichs, Bodenmann & Hahlweg 2008, S. 24).

Schmidt (2017) hat anhand von 63 gerichtspsychologischen Gutachten gescheiterter katholischer Ehen im Rahmen eines Ehenichtigkeitsverfahrens Gründe für das Scheitern katholischer Ehen herausgearbeitet. Bei der umfassenden Faktorenanalyse generierte sich ein übergeordneter Faktor bei 52,4% der Personen, den der Autor als *Ich-Schwäche* bezeichnet. Für Schmidt ist *Ich-Stärke* diejenige Fakultät, die es einem Menschen erlaubt, seine subjektiv empfundene Mächtigkeit gegenüber den Anforderungen der inneren und äußeren Realität durchzusetzen. Sie erfordert Selbstvertrauen, Vertrauen auf seine eigenen Kräfte und Entscheidungssicherheit. *Ich-Stärke* kann auch als persönliches Stehvermögen beschrieben werden, das sich in Selbstkontrolle und Selbststeuerung zeigt. *Ich-Schwäche* wiederum zeigt sich darin, dass ein Mensch nicht die Entschlussfähigkeit aufbringt, sich gegenüber Forderungen des Umfeldes oder seines Über-Ichs durchzusetzen (Schmidt 2017, S. 34). Sie führt dazu, den Bezug zur Realität verzerrt darzustellen und den Partner/ die Partnerin, in einem unrealistischen Bild zu sehen. Die Gründe dafür können multipel sein, sind aber meist in nicht mehr adaptiven frühkindlichen Schemata zu finden. Dies kann zum Beispiel das forcierte Hervorheben von kindlicher Leistung und Erfolg durch die Eltern sein (Schmidt 2017, S. 81).

8. Stabilisierende Faktoren einer Ehe

Die destabilisierenden demographischen und soziologischen Aspekte, welche einen massiven Einfluss auf die Paarbeziehung haben, können nicht ohne weiteres geändert werden und bilden die Rahmenbedingungen, in denen sich Beziehungen zurechtfinden müssen. Das psychologische Instrumentarium, welches hilft, um mit diesen Gegebenheiten klarzukommen, die *Ich-Stärke*, kann aber gezielt gefördert werden (Harder 2012, S. 261). Ausschlaggebend für die Stabilität ist dabei der emotionale und kognitive Rahmen in welchem ein Paar sich befindet. Folgende theoretischen Ansätze sind unter anderem möglich, um partnerschaftliche Stabilität zu erklären: In den Forschungsarbeiten von Esser ist der emotionale und kognitive Rahmen eines Paares der Megafaktor für die Stabilität dieser. Die Faktoren mit der größten Bedeutung sind dabei: „Kirchliche Heirat, Wunsch nach einer ‚richtigen‘ Familie, gute Passung zueinander, Akzeptanz in den jeweiligen Verwandtschaften“ (Esser 2002, S. 30). Laut seiner Frame-Selektionstheorie sind diese Frames „mentale Ehemodelle, die den Partnern Orientierung bieten und relativ stabil sind“ (Esser 2002, S. 32). Solange der Frame beider Partner übereinstimmt, verstärkt sich dieser selbst und es entsteht ein synergetischer Prozess (Esser 2002, S. 32).

Auch bei John Gottman lässt sich die Idee einer positiven Dynamik in der Paarbeziehung finden. Es ist nicht das Erlernen einer mehr oder weniger effektiven Kommunikationsmethode, die die Qualität der Beziehung im Endeffekt ausmacht, sondern eine von tiefer Freundschaft, Realismus und emotionaler Intelligenz getragene Beziehung (Gottman & Silver 2002, S. 12). Diese Rahmenbedingungen zeichnen sich dadurch aus, dass die Partner sich gut kennen und dafür sorgen, dass es einen ausreichenden Austausch emotionaler Zuwendung und Bewunderung sowie ein geteiltes Verständnis von dem gibt, was Sinn und Gehalt der Ehe ausmacht (Gottman & Silver 2002, S. 188). Gute Kommunikation ist weiterhin ein Prädiktor für eine gute Beziehung. Eine gute Beziehung zeichnet sich aber durch weit mehr aus als nur gute Kommunikation (Harder 2012, S. 377).

Essers und Gottmans Erklärungsmodelle einer stabilen Beziehung können aber nur teilweise auf ein präventives Partnerschaftsprogramm übertragen werden. Denn eine gute Passung oder eine tiefe Freundschaft sind nicht ohne weiteres lehr- oder lernbar. Ein wichtiger Gedanke ist aber der der Rahmenbedingung. Ein präventives Programm muss primär Rahmenbedingungen schaffen, in denen sich die Paare entwickeln und strukturieren können. Es ist daher sinnvoller, an diesen Rahmenbedingungen der Beziehung zu arbeiten, als an den spezifischen Stellschrauben der Beziehung zu drehen. Die Partnerschule ist ein solcher Ort.

8. Partnerschule – ein Beziehungs-Kompetenzen-Training

Die Partnerschule wurde Anfang der 1990er-Jahre an der katholischen Ehe- und Familienberatungsstelle in Hagen und Iserlohn von Rudolf Sanders (1997, 2017) als ein klärungs- und bewältigungsorientiertes Verfahren beständig weiter entwickelt. Als Kompetenzen werden dabei einerseits das Verstehen und Klären der aktuellen Probleme eines Paares und andererseits das Training zur Bewältigung verstanden. Konkret bedeutet dies, dass Partner lernen, die unbewusste Dynamik im Miteinander verstehen. Ferner, die Bedeutung und Auswirkungen der Herkunftsfamilie zu entschlüsseln und ggf. zu bewältigen. Hinsichtlich der gemeinsamen Gestaltung ihrer Sexualität gilt es, jeglichen Leistungsdruck hinter sich zu lassen, um Sexualität als Kraftquelle ihres Miteinanders zu entdecken.

Petzold weist in einem Aufsatz: *Bemerkungen zu kritischen Diskursen in der paartherapeutischen Theorieentwicklung*, auf das Manko hin, dass das Problem eines übergreifenden Rahmens zur konzeptuellen Bonität der Paartherapie bislang nicht hinreichend aufgegriffen wurde, obwohl es doch evident sein dürfte, dass ein solcher notwendig wird, will man miteinander fruchtbar diskutieren. Ein theoretischer Rahmen müsste u.a. auch über ein "Spektrum an Normalität" in Paarrelationen

erarbeitet werden, ein schwieriges Kapitel, ohne das aber keine Positionen zu pathologischen Paarprozessen zu gewinnen und empirisch zu untersuchen sind und man damit keine konsistenten, forschungsbasierten Hilfen, eine befriedigende Normalität gewinnen kann. (Petzold 2016)

Deshalb wird zielorientiert davon ausgegangen, dass alle Paare, die die Partnerschule besuchen, wollen, dass ihre Liebe bleibt und wächst bis zum Ende ihrer Tage. Ferner, dass sie sich im Angesicht des anderen immer mehr zu dem Menschen entwickeln können, der in ihnen angelegt ist. So sollen sie die Gelegenheit haben, in Verbundenheit zu wachsen, um immer mehr eine persönliche Souveränität und sozialbezogene Autonomie (Herpertz & Fiedler 2008) zu entwickeln.

Konkret werden Partnerschaftskrisen durch eine Neumodellierung maladaptiver Beziehungsmuster gelöst. Die Klientinnen und Klienten bekommen im Rahmen dreier Module die Möglichkeit, ihre alten überkommene Beziehungsmuster zu entdecken und der Beziehung so einen neuen Rahmen zu geben, in dem sich das Paar, unter Rekurs auf die der Beziehung je eigenen Ressourcen, neu strukturieren kann, um seine Krise differenzierter lösen zu können bzw. Krisen den Nährboden zu entziehen und diese so gar nicht erst zustande kommen zu lassen (Sanders 2006, S. 117). Weiteres Ziel der Partnerschule ist es, den Beteiligten ein Höchstmaß an Autonomie in dieser Partnerschaft zu ermöglichen. Als autonome Partner sollen sie lernen, selbst für ihr Glück Verantwortung zu übernehmen, ohne ihre nicht aufgearbeiteten Probleme an den Partner zu übertragen und diese im Sinne autonomer Selbstregulierung zu lösen. Dabei gilt es, diese Probleme im partnerschaftlichen Kontext als autonom handelnde Person auszutragen (Sanders 2006, S. 56).

Fachlich steht dieser Ansatz auf dem Boden der Integrativen Therapie, wie sie von Petzold (1993) und Grawe (1998, 2004) konzipiert wurden. In prospektiven Untersuchungen konnte die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit hinsichtlich einer Verbesserung der partnerschaftlichen und sexuellen Zufriedenheit nachgewiesen werden (Kröger & Sanders 2002) Seit August 2016 wird die Partnerschule in der Grünen Liste Prävention beim Justizministerium in Niedersachsen geführt (Grüne Liste 2016). Im Rahmen dieses Beziehungs-Kompetenzen-Trainings machen die Paare signifikant neue Erfahrungen in der Art und Weise ihres Miteinanders.

Im Folgenden werden zwei zentrale Elemente der Partnerschule in den Fokus gestellt, die für eine Ehevorbereitung wichtig sind und Rahmenbedingungen für die Entwicklung von Beziehungskompetenzen bieten: Embodiment und Gruppensetting.

9. Theologische Leiblichkeit und Arbeit mit dem Leib

Das Christentum ist die Religion der Inkarnation (Madragule Badi 2006, S. 279). Die Integrität von Menschlichkeit und Göttlichkeit Christi war Gegenstand jahrhundertelanger Diskussionen (Hoping 2004, S. 90). Christus ist zwar Mensch und damit Leib geworden, eine entsprechende Gewichtung der dogmatischen Reflexion über die Leiblichkeit gibt es aber nicht (Freyer 2009, S. 9).

Der Leib wird in diesem Artikel als beseelter Träger des menschlichen Subjekts verstanden. Der Leib des Menschen als empirischer Ausdruck seines Personseins in dieser Welt ist Gegenstand der Theologie des Leibes von Johannes Paul II. In dieser würdigt Johannes Paul II. als erster Papst ohne Einschränkung die menschliche Sexualität und stellt diese in den Kontext der menschlichen Gottesebenbildlichkeit. Die sexuelle Begegnung zwischen Mann und Frau, die „Sprache des Leibes“ (Johannes Paul II 1985, S. 250), wird durch Johannes Paul II. als „Moment der Gottesebenbildlichkeit“ (Goertz 2016, S. 526) dargestellt. Leiblichkeit und Inkarnation sind göttliche Sprachen, kein Hindernis in der Gotteserkenntnis, wie es eine leibesfeindliche Gnosis behaupten würde, sondern der Weg zu dieser (Hoping 2004, S. 129).

Der Leib ist mehr als der Träger der Seele. Der Mensch ist Leib oder, um mit Nietzsche zu sprechen: „Leib bin ich, ganz und gar, und nichts außerdem.“ (Nietzsche 1968, S. 35). Diese Leiblichkeit und die „Inszenierung des Leibes“ (Chauvet 2015, S. 149) in der Sakramententheologie transportiert die geistliche Mitteilung Gottes, die des Heiligen Geists selber. Sakramente zeigen uns, „dass das Wahrste des Glaubens sich nirgendwo anders als im Konkreten des ‚Leibes‘ ereignet“ (Chauvet 2015, S. 149). Das Geistige erscheint im Leiblichen, daher kann uns auf signifikante Weise nichts ansprechen, was nicht durch den Leib vermittelt wird. Der Mensch hat keinen Leib, sondern der Mensch ist Leib und dieser Leib macht seine Persönlichkeit und Einzigartigkeit aus und ist Bedingung dafür, mit anderen Menschen in Kontakt und mit Gott in Beziehung zu treten. Die Sakramente sind daher nicht Zugeständnis an die Schwäche des Menschen, der an seine Leiblichkeit gebunden ist, sondern desillusionieren von einer falschen Vergeistigung und führen ihn gerade zu seiner Leiblichkeit zurück (Chauvet 2015, S. 149). Die Sakramente vergeistigen den Menschen nicht, sondern erinnern ihn an seine leibliche und gottgewollte Bedingung.

Vor diesem Hintergrund eignet sich die Integrative Therapie nach Petzold (1990), um mit Paaren zu arbeiten, da sie sich insbesondere durch das Leibkonzept auszeichnet. Es handelt sich dabei um *das* zentrale Konzept dieses therapeutischen Ansatzes. Dieses wird erschlossen aus einem vertieften philosophisch erkenntnistheoretischen Verständnis der menschlichen Existenz und des Wesens des „Mensch-Sein“ als Körper-Seele-Geist Ganzheit und seines zur und in der Welt

Seins. So wird hier mit den Menschen auf einem bio-psycho-sozial-ökologischem Hintergrund in vielfältigen Verfahren schon seit den 1960er-Jahren gearbeitet. Im Folgenden werden nun zwei Aspekte der Partnerschule beleuchtet, die im Rahmen einer Konzeptionierung einer Ehevorbereitung zum Tragen kommen könnten. Dies ist zum einen der biologische Aspekt in der Arbeit mit dem Körper und zum anderen der soziale, in der Arbeit mit Gruppen.

Embodiment ist ein Konzept, welches sich in den letzten Jahren in der deutschen und internationalen Wissenschaftssprache etabliert hat (Leuzinger-Bohleber & Pfeifer 2013, S. 21). Es bezeichnet kein einheitliches wissenschaftliches Konzept, sondern vielmehr eine wissenschaftliche Perspektive, die sich von der stark kognitivistischen Tradition der klinischen Psychologie abgrenzt. Diese besagt, psychische Leiden können hauptsächlich durch die Korrektur von dysfunktionalen Kognitionen, ähnlich einem Programmierfehler in einem falsch laufenden Computerprogramm, geändert und geheilt werden. Embodiment geht dagegen davon aus, dass psychische Prozesse mit körperlichen zusammenspielen (Storch & Tschacher 2014).

Eine Änderung in der Beziehung, besonders wenn eingefahrene Interaktionsmuster aktualisiert werden, muss aus dem Erleben kommen. Diese Erfahrung muss körperlich, leiblich und konkret erfahrbar werden, um im Langzeitgedächtnis abgespeichert werden zu können. Der Zugang, zu den eigenen Körperempfindungen ist dabei oft nicht spontan und unvermittelt möglich, da Erziehung und Arbeitswelt den Fokus auf Impulsunterdrückung und kognitive Optimierung legen und den Menschen von seinem Leib entfremden (Höhmnn-Kost 2018, S. 11).

Im Zentrum des Embodiments steht der Leib des Menschen, der mehr ist als der biologische Organismus. Der Leib des Menschen ist Ausdruck des ganzen Menschen sowie beseelter Ausdruck seiner Individualität und seines in Beziehung Tretens mit anderen Menschen. „Leib ist der belebte, beseelte, Geist erfüllte, lebendige Körper, ist Körper in Beziehung, in einem fortwährenden Veränderungsprozess“ (Höhmnn-Kost 2018, S. 20).

Embodiment bedeutet, den Menschen als eine Körper-Geist-Einheit zu betrachten. Das bedeutet, dass kognitive Prozesse nicht abstrakt und ohne körperliches Korrelat betrachtet werden können (Storch & Tschacher 2014, S. 24). Es bedeutet ferner, dass es eine neuronale Grundlage des Geistes gibt und dass dieser Geist viel mehr ist als die Summe aller Gehirnfunktionen. Der Geist ist immer in die Prozesse des Körpers eingebettet und dies nicht nur auf neuronaler Ebene, sondern auch in der Form von diversen bewussten wie auch unbewussten körperlichen Abläufen und Zuständen. Kognition ist immer auch verkörperte Kognition. Sie ist, um einen Begriff aus der Kommunikationstheorie zu verwenden, „embodied communication“ (Storch & Tschacher

2014, S. 21). Das Konzept des Embodiments steht dabei im Gegensatz zu Kommunikationstheorien, die einen Sender, Empfänger und eine Codierungsmetapher als Basis haben, wie zum Beispiel das Kommunikationsquadrat von Schulz von Thun (Schulz von Thun 2009). Dieser geht dabei von Kommunikation als zu entschlüsselndem Informationsstrom aus. Der Mensch reagiert als Reiz-Reaktionsmaschine in der Abfolge: Wahrnehmung, Verarbeitung, Reaktion (Storch & Tschacher 2014, S. 49).

Storchs Modell beschreibt Kommunikation anders: Sie ist etwas, das zwischen den Menschen passiert. Personen, die zusammen sind, erzeugen Kommunikation, die sowohl verbal, als auch nonverbal ist (Storch & Tschacher 2014, S. 19). Kommunizieren Menschen miteinander, bilden sie ein neues System, welches sich synergetisch organisiert und durch die Rahmenbedingung der Kommunikation geordnet wird (Tschacher, Ramseyer & Grawe).

Vier Konsequenzen lassen sich aus dieser Annahme schließen:

1. Kommunikation hat kein Ziel, sie ist nicht gerichtet, sondern spielt sich zwischen den kommunizierenden Personen in Form eines Prozesses ab. Weder ist es möglich, nur zu hören noch, nur zu reden.
2. Es existiert nicht die eine richtige Botschaft.
3. Daher kann Kommunikation auch nicht kontrolliert werden.
4. Kommunikation ist immer auch leibliche Kommunikation (Storch & Tschacher 2014, S. 45).

Für komplexe Paarprobleme gilt es dementsprechend nicht, die Wahrheit bzw. den Fehler des Paares herauszufinden, sondern Rahmenbedingungen zu schaffen, in denen die Paare auf ihre eigene Kreativität und Selbstorganisation Zugriff haben können (Storch & Tschacher 2014, S. 46). Wichtigste Konsequenz dieser Perspektive des Embodiments ist es aber, dass im Beziehungsgeschehen erwünschte Änderung erfahrbar sein muss, sie muss körperlich und konkret durchlebt werden, um als solche neue Erfahrung im Gedächtnis gespeichert zu werden (Storch & Tschacher 2014, S. 100).

Es ist also nicht ausreichend, dysfunktionales Beziehungsverhalten zu benennen, sozusagen durchzuanalysieren und das Therapiesetting mit dem hehren Wunsch nach Besserung zu verlassen. Höchstwahrscheinlich wird das Paar in kurzer Zeit in seine alten zerstörerischen und von Kindheit an eingprägten Interaktionsmustern verfallen. Muster, Narrationen oder Schemata sind soziale Handlungsskripte, die in der frühen Kindheit gelernt und im Erwachsenenalter unbewusst ausgeführt werden (Otte 2005, S. 24). Im Falle einer nicht hinreichend zugewandten und liebevollen Beziehung zum Kind hatten diese Muster oft überlebenswichtigen Funktion. So konnte ein Kind, welches lernte,

unsichtbar zu sein und damit nicht aufzufallen eher den Schlägen der Mutter, des Vaters entkommen. Werden diese Muster aber unbearbeitet in eine erwachsene Beziehung hineingetragen, sind diese dysfunktional und können die Beziehung zerstören (Sanders 2006, S. 135).

Um eine Beziehung zu sanieren gilt es, diese Narrationen in wohlwollenden Rahmen zu aktualisieren und zu bearbeiten und den Paaren durch neue Erfahrungen die Möglichkeit zu geben, sinnvolle Zweitreaktion zu generieren. Diese Möglichkeit bietet die Partnerschule im Rahmen der in den Modulen angebotenen Körperarbeit.

Ziel ist es dabei, dass die Paare in Bewegung kommen, sowohl körperlich, als auch in ihrem Beziehungsleib, um sich aus eingefahrenen Fixierungen zu befreien. Sie trainieren immer mehr, sich selbst wahrzunehmen, sich dadurch selber besser ausdrücken zu können und durch diese beiden Faktoren zu einer achtsameren Wahrnehmung des Partners zu kommen. Für die konkrete konzeptuelle Entwicklung der körpertherapeutischen Übungen, die in den Seminartagen immer am Morgen stattfinden, ist die „Integrative Bewegungs- und Leibtherapie“ nach Petzold wichtig. Er beschreibt den Menschen als „[...] multisensorisches Wesen, das in allen seinen Sinnen angesprochen werden muss und als multiexpressives Wesen, das mit seinen Ausdrucksmöglichkeiten einbezogen werden muss und einen Lebensraum braucht“ (Petzold 2015, S. 90). Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Körperarbeit zum Ziel hat, eingespielte dysfunktionale Muster bewusst zu machen und durch neue zu ersetzen.

Eine konkrete Übung, die während aller Module und auch im Rahmen der Einzeltherapie eine zentrale Rolle spielt, ist die Standübung. Ziel ist es dabei, Ich-Stärke und Standhaftigkeit zu erfahren und dann auch in Konfliktsituation zu bewahren. Während dieser Übung stehen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer schulterbreit und werden unter Anleitung durch ihren eigenen Körper geführt. Dabei geht es darum, ins Spüren des Selbst zu kommen, die eigene Standfestigkeit zu erfahren und sich bewusst zu werden, dass es einen Boden gibt, der uns trägt und Füße, die uns halten. Höhmann-Kost (2018, S. 20) betont, dass eine aufgerichtete Körperhaltung im Stehen sich tendenziell positiv auf das Selbstempfinden auswirkt. Ein stabiler Stand steht dabei symbolhaft für den Wunsch, aufrecht durchs Leben zu gehen und sich auch aufrecht den Konflikten der Paarbeziehung zu widmen. Die Art und Weise des Stehens kann auch auf andere Lebensbereiche übertragen werden. Durch diese Übung werden zwar keine Paarkonflikte gelöst, aber die idealen Bedingungen geschaffen, damit sich die Partner auf Augenhöhe begegnen (Höhmann-Kost 2018, S. 105).

Die theologische und psychologische Dimension der Leibarbeit, des Embodiments wird in dem folgenden Zitat von Höhmann-Kost deutlich: Die leibtherapeutische Arbeit am und im Stand bietet stützende und ich-

stärkende Möglichkeiten. In der senkrechten Körperhaltung kann ich bewusst erleben: dies ist mein Platz. Kein anderer Mensch auf der Welt nimmt ihn ein. [...] Andererseits stehe ich, wenn ich die senkrechte Linie meines Körpers in der Vorstellung nach oben verlängere in Verbindung mit Höherem, Überirdischem, Kosmischem. Ich bin sowohl im Kontakt als auch allein und ich bin mitverantwortlich (a.a.O. S. 104).

10. Partnerschule als gruppentherapeutisches Setting

Gemeinschaft ist eine der Grundkategorien christlichen Seins. Da, wo Gott ist, ist Gemeinschaft (Hemmerle 1996). Es liegt daher nahe, eine nach christlichen Werten orientierte Paartherapie auch unter diesem Aspekt zu gestalten. Die Arbeit in Gruppen gehört daher zu einem der Grundkonzepte der Partnerschule. Grundlegend dafür ist das Konzept der „Einzelberatung im Gruppensetting“ (Wilbertz 2011, S. 56). Charakteristisch für dieses Setting ist es, dass Aufgaben, wie die Problemanalyse, die ursprünglich dem Therapeuten vorbehalten sind, Schritt für Schritt auf die Klientinnen und Klienten übertragen werden. Die Klienten werden dadurch füreinander immer mehr zu Co-Therapeuten und übernehmen für sich und die anderen die Verantwortung.

Methodisch verläuft eine Gruppensitzung so, dass einzelne Problemstellungen der Teilnehmer in den Mittelpunkt der Sitzung gestellt werden, mit dem Ziel, persönliche Lösungen zu finden. Unter keinen Umständen werden seitens der Leitung gruppendynamische Probleme inszeniert! Ein offensichtlicher Aspekt, der für die Gruppentherapie spricht, ist das ökonomische Argument (Fiedler 2005, S. 17). So wäre es im Rahmen der Partnerschule finanziell nicht möglich, diese Anzahl von Stunden im einzeltherapeutischen Setting zu leisten.

Psychotherapeutischen Wirksamkeitsstudien weisen darauf hin, dass Beziehungsstörungen sich in der Paarbeziehung und in einer Gruppenkonstellation am besten aktualisieren und heilen lassen (Grawe, Donati & Bernauer 1994, S. 704). Dies ist auch auf die Wirkfaktoren der Gruppentherapie zurückzuführen, die in einer Einzeltherapie nicht vorkommen können: Zu allererst sei die Gruppenkohäsion genannt. Diese ist nicht als ein Aufgehen des Einzelnen im Gruppenganzen zu verstehen, sondern im Gegenteil als ein schützender Rahmen, eine Art Spielraum gesellschaftlicher Bedingungen, in denen sich die Mitglieder, mit ihren Problemen frei zeigen können. In der Gruppe wird auch die Universalität des Leidens bewusst. Dadurch können die Mitglieder der Gruppe die Schwere ihres eigenen Leidens in einem anderen Licht sehen und es in Relation setzen. Sie erleben, dass sie nicht mit ihrem Leiden und ihren Schwierigkeiten allein sind. Schon dadurch entsteht Entlastung (Fiedler 2005, S. 274 ff.). Durch die Kohäsion der Gruppe entsteht eine Atmosphäre der Offenheit und des Vertrauens, welche wiederum dazu führt, dass sich die Klienten mitteilen. Dadurch

wiederum gewinnen die anderen Mitglieder mehr Klarheit und Einsicht über ihre eigene Situation. Dabei findet Modelllernen statt, da alle Mitglieder ständig sehen, wie die anderen mit Problemen umgehen, im Positiven wie auch im Negativen. Ähnlich wie beim Feedback-Geben und -Empfangen hat die Gruppe den Vorteil, dass sie nicht auf einen Therapeuten fixiert ist, der Quell aller Weisheit sein muss, sondern Klienten als Modell vorfindet, die in authentischer Weise ihr Bewältigungs- und Coping-Modell zur Verfügung stellen. Gruppensettings geben eine weit größere Möglichkeit an therapeutischen Interventionen: So sind Rollenspiele ein Übungsfeld, in dem erhebliche therapeutische Fortschritte erreicht werden, da neue Situationen im Vorfeld geübt werden können. Zwischenmenschliche Schwierigkeiten werden in einem Setting behandelt, in dem viel zwischenmenschliche Interaktion stattfinden. Wenn Paare sich in ein gruppentherapeutisches Setting begeben, erleben sie andere Paare in Aktion und können über das Beobachten und Reflektieren des Verhaltens der anderen leichter Zugang zum eigenen Paarverhalten finden. Die Gruppe bietet mehr Möglichkeiten der Spiegelung und der Ermutigung, als es in einer Einzeltherapie möglich wäre (Grawe et al. 1994, S. 704). Die Gruppe stellt ein Übungs- und Beziehungsfeld dar, welches im Besonderen für komplexe zwischenmenschliche Probleme gut geeignet ist, da es eine Vielzahl von Angeboten gibt, innerhalb dieser Gruppe zu agieren, Feedback zu geben, sich selbst zu öffnen oder auch, je nachdem, – und darin liegt ein weiterer wichtiger Vorteil – sich aus dem Geschehen so weit herauszunehmen, wie es dem Einzelnen passend erscheint. Im gruppentherapeutischen Setting hatte sich im Rahmen einer von Snyder et al. (2006) durchgeführten Vierjahreskatamnese auch gezeigt, dass eine „verständnisorientierte Therapie“ (Sanders 2006, S. 111), in der die Partner versuchen, sich gegenseitig aufgrund der je eigenen Lebensgeschichte und der Herkunftsfamilie zu verstehen, um einiges erfolgreicher war als eine „bewältigungsorientierte Verhaltenstherapie“ (Sanders 2006, S. 111), bei der es darum geht, Kommunikationstechniken und Problemlösestrategien zu erlernen.

11. Die Gruppe als Ort des Erkennens

Gemeinschaft wird so zu einem Ort des Erkennens, in dem das Potenzial des Einzelnen und das des Paares zur Geltung kommen kann. (Gadamer 1985, S. 18) Bedingung dafür ist eine zugewandte und entspannte Atmosphäre in der Gruppe. Sie bietet die Möglichkeit, unter der Supervision der Beraterinnen und Berater beziehungs kompetentes Verhalten einzuüben, zu erfahren und so Erfolgserlebnisse zu generieren (Sanders 2006, S. 20).

Dies ist dann notwendig, wenn es im Leben der Teilnehmerinnen und Teilnehmer nicht genügend Übungsmöglichkeiten gab, sozial angemessenes Verhalten zu üben oder selbstwerterhöhende

Erfahrungen im Umgang mit anderen Personen zu machen. Diese fehlenden Erfahrungen können in der Interaktion mit anderen Menschen nachgeholt und Lernlücken aufgefüllt werden (Hinsch & Pfingsten 2015, S. 13). Für eine anhaltende Verbesserung des Zustandes der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist diese Modellierung und Neuausrichtung zwischenmenschlicher Beziehungsgestaltung wesentlich (Grossmann & Grossmann 2012). Diese Aussage beruht auf der Bindungsforschung. Unsichere Bindung ist laut Grawe der größte Risikofaktor für psychische Erkrankungen (Grawe 2004, S. 268). Bindung kann dabei definiert werden als die „gelungene Integration von Autonomie und emotionaler Verbundenheit“ (Gloger-Tippelt 2016, S. 151). Die erwachsene Bindung zum Partner hat dabei Parallelen zu frühen Bindungserfahrungen und speist sich teilweise aus diesen, auch wenn der Zuwachs an Symmetrie und Entscheidungsmöglichkeiten die Bindung einzugehen und zu gestalten eine Differenzierung verlangt. Gleichgeblieben ist, dass die Bindung der Ort der Sicherheit ist. Sie ist im Idealfall „sichere Basis und sicherer Hafen, aus dem heraus der Einzelne in die Welt hinausgehen kann und von dort wieder zurückkehrt“ (Gloger-Tippelt 2016, S. 287).

Die Verletzung des Bindungsbedürfnisses hat nicht nur eine hohe prognostische Bedeutung für psychische Störungen, sondern ist auch ein Schlüssel für das Verständnis von Paarkonflikten. Bindung hat in diesem Rahmen eine positive Bedeutung und darf nicht mit Fusion oder Vereinnahmung durch den Partner verwechselt werden. Es ist ein natürliches Bedürfnis des Menschen, welches in der menschlichen Grundstruktur angelegt ist und sich im einzigartigen und individuellen Bezug zu einem Gegenüber äußert (Gloger-Tippelt 2016, S. 287). Diese „verstrickte[n] Bindungsrepräsentation[en]“ (Grossmann & Grossmann 2012, S. 567) gilt es anzuschauen und durch alternative Bindungsmuster zu ersetzen, um so den Klientinnen und Klienten die Möglichkeit zu geben, ihr Grundbedürfnis nach Bindung, und damit einhergehend nach Orientierung und Kontrolle zu befriedigen (Senf, Broda & Amann 2012, S. 162).

In einer Gruppe entwickeln sich Rahmenbedingungen, in denen der Mensch sein Bedürfnis nach Beistand und Solidarität leben kann. Dies kann innerhalb der Gruppe gelebt werden, indem Feedback gegeben oder Anerkennung ausgesprochen wird. Diese selbstwerterhöhenden Erfahrungen sind in einem einzeltherapeutischen Setting nicht möglich, da dort die Rollen sehr klar aufgeteilt sind zwischen dem, der gibt, also dem Therapeuten bzw. der Therapeutin, sowie dem, der empfängt, den Eheleuten – im Gegensatz zur Gruppe in der die einzelnen Teilnehmer auch die Rolle des Gebenden einnehmen können. Die Gruppe weist daher durch eine viel größere Flexibilität im Umgang mit Problemen auf. Dies führt auch dazu, dass der Therapeut/die Therapeutin auf diese „Weisheit der Vielen“ (Surowiecki 2005, S. 12) zurückgreifen

kann. Jeder kann so seinen Teil zum Gelingen der Gruppe beitragen und wird in Verantwortung gezogen (Fiedler 2005, S. 278).

Zusammenfassung

Gesellschaftliche und kirchliche Rahmenbedingung für Partnerschaft werden aufgezeigt. Das Beziehungskompetenztraining Partnerschule wird als Modell einer wirksamen Ehevorbereitung bezugnehmend auf Papst Franziskus „Amoris Laetitia“ exemplarisch mit den Elementen Embodiment und der Gruppenarbeit vorgestellt.

Schlüsselworte: Ehevorbereitung, Paartherapie, Partnerschule, Embodiment, Gruppentherapie,

Abstract

Societal and ecclesiastical conditions for a partnership are shown. The relationship competence training Partnerschule is presented as a model of effective marriage preparation, which refers to Pope Francis "Amoris Laetitia" with the elements embodiment and group work.

Keywords: marriage preparation, couple therapy, Partnerschule, embodiment, group therapy

Literatur

- Albert, M. (2006). *Jugend 2006. Eine pragmatische Generation unter Druck* (Shell-Jugendstudie, Bd. 15). Frankfurt am Main: Fischer.
- Astrath, W. (1995). Norbert Lüdecke, Eheschließung als Bund. Genese und Exegese der Ehelehre der Konzilskonstitution „Gaudium et Spes“ in kanonistischer Auswertung. Joachim Eder, Der Begriff „Foedus matrimoniale“ im Eherecht des CIC. *Zeitschrift der Savigny-Stiftung für Rechtsgeschichte. Kanonistische Abteilung*, 81 (1). <https://doi.org/10.7767/zrgka.1995.81.1.506>
- Bodenmann, G. (2005). *Beziehungskrisen erkennen, verstehen und bewältigen*. Bern: Huber, 2. Aufl.
- Bodenmann, G. (2013). *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Huber.
- Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. (2016). *Demografische Fakten*. Zugriff am 28.12.2018. Verfügbar unter <https://www.bib.bund.de/DE/Fakten/Fakten.html>
- Chauvet, L.-M. (2015). *Symbol und Sakrament. Eine sakramentale Relecture der christlichen Existenz*. Regensburg: Pustet.
- Esser, H. (2002). In guten wie in schlechten Tagen? Das Framing der Ehe und das Risiko zur Scheidung. Eine Anwendung und ein Test des Modells der Frame-Selektion. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie* (54), S. 27–63.
- Faber, E. M. (2011). *Einführung in die Katholische Sakramentenlehre*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft, 3.Aufl.
- Fiedler, P. (2005). *Verhaltenstherapie in Gruppen. Psychologische Psychotherapie in der Praxis*. Weinheim: Beltz.
- Franziskus. (2016). *Freude der Liebe. Das apostolische Schreiben für die Familien*. Leipzig: Benno.
- Freyer, T. (2009). Einleitung. In T. Freyer (Hrsg.), *Der Leib. Theologische Perspektiven aus dem Gespräch mit Emmanuel Levinas* (S. 7–11). Ostfildern: Matthias-Grünewald-Verlag.

- Fuhrer, U. (2007). *Erziehungskompetenz. Was Eltern und Familien stark macht*. Bern: Huber.
- Gadamer, H.-G. (Hrsg.). (1985). *Seminar: Die Hermeneutik und die Wissenschaften*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, 2. Aufl.
- Gloger-Tippelt, G. (Hrsg.). (2016). *Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis*. Bern: Hogrefe, 3. Aufl.
- Goertz, S. (2016). Theologien des transsexuellen Leibes. Eine moraltheologische Sichtung. In G. Schreiber (Hrsg.), *Transsexualität in Theologie und Neurowissenschaften. Ergebnisse, Kontroversen, Perspektiven* (S. 517–533).
- Gottman, J. M. & Silver, N. (2002). *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe*. Berlin: Ullstein.
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). *Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. Göttingen: Hogrefe.
- Grossmann, K. & Grossmann, K. E. (2012). *Bindungen. Das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hahlweg, K. & Bodemann, G. (2003). Universelle und indizierte Prävention von Beziehungsstörung. In I. Grau & H.-W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 191–217). Berlin: Springer.
- Harder, U. (2012). *Prävention in der Seelsorge. Vorgestellt am Beispiel der Eheseelsorge*. Univ., Diss. u.d.T.: Prävention in der Seelsorge, Greifswald 2010; zur Relevanz vorbeugenden Handelns für die Seelsorgetheorie, vorgestellt und erläutert am Beispiel der Ehe-Seelsorge. Neukirchen-Vluyn: Neukirchener Theologie.
- Heinrichs, N., Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2008). *Prävention bei Paaren und Familien*. Göttingen: Hogrefe.
- Hemmerle, K. (1996). *Gemeinschaft als Bild Gottes. Beiträge zur Ekklesiologie*. Freiburg: Herder.
- Herpertz, S. & Fiedler, P. (2008). In M. Berger & J. Angenendt (Hrsg.), *Psychische Erkrankungen* (S. 390–477). München: Elsevier Urban & Fischer, 3. Aufl.
- Hinsch, R. & Pfungsten, U. (2015). *Gruppentraining sozialer Kompetenzen GSK. Grundlagen, Durchführung, Anwendungsbeispiele*. Weinheim: Beltz, 6. Aufl.
- Höhmman-Kost, A. (Hrsg.). (2018). *Integrative Leib- und Bewegungstherapie (IBT). Theorie und Praxis*. Bern: Hogrefe, 3. Aufl.
- Hoping, H. (2004). *Einführung in die Christologie*. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft.
- Johannes Paul II. (1985). *Die Erlösung des Leibes und die Sakramentalität der Ehe. Katechesen 1981-1984*. Vallendar-Schönstatt: Patris-Verlag.
- Knapp, M. (1999). *Glaube - Liebe - Ehe. Ein theologischer Versuch in schwieriger Zeit*. Würzburg: Echter.
- Kröger C. & Sanders R. (2002). Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effektivität und Effizienz des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule. *Beratung Aktuell. Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung* (4), S. 176–195.
- Leuzinger-Bohleber, M. & Pfeifer, R. (2013). Embodiment: den Körper in der Seele entdecken. Ein altes Problem und ein revolutionäres Konzept. In M. Leuzinger-Bohleber (Hrsg.), *Embodiment – ein innovatives Konzept für Entwicklungsforschung und Psychoanalyse* (S. 14–39). Göttingen: Hogrefe.
- Madragule Badi, J.-B. (2006). *Inkarnation in der Perspektive des jüdisch-christlichen Dialogs*. Zugl.: Bonn, Univ., Diss., 2005. Paderborn: Schöningh.
- Nietzsche, F. (1968). *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für alle und keinen*. Kritische Gesamtausgabe, hrsg. von Giorgio Colli und Mazzino Montinari, Abt. 6, Bd. 1. Berlin: de Gruyter.
- Otte, H. (2005). *Prozeduren sozialen Verhaltens. Wie unbewusste Regeln unsere Beziehungen gestalten - und behindern*. Paderborn: Junfermann.

- Petzold, H. (2015). Die Zukunft ist human. Interview von Netzwerk Psychologie mit H. Petzold. *Netzwerk Psychologie* (1), S. 87–96.
- Petzold, H. (2016). Bemerkungen zu kritischen Diskursen in der paartherapeutischen Theorieentwicklung. *Beratung Aktuell. Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung*, 17(1), S. 54–67.
- Sanders R. (1997): Integrative Paartherapie, Grundlagen-Praxeologie-Evaluation. Eine pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung von Frau und Mann als Partner, Peter Lang Frankfurt 1997. Dissertation Universität Münster als PDF-Datei unter <http://partnerschule.eu/publikationen/>
- Sanders, R. (2006). *Beziehungsprobleme verstehen - Partnerschaft lernen. Partnerschaft als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders R. (2017): Destruktive Muster in Paarbeziehungen. Erkennen, Verstehen, Intervenieren. In: *Beratung Aktuell* 4, S.31-4 5. <https://www.active-books.de/kategorien/buch/523-beratung-aktuell-42017-junfermann-verlag/>
- Schmidt, W. (2017). *Woran Ehen scheitern können. Psychologische Studie basierend auf Erfahrungen aus Ehenichtigkeitsverfahren*. Berlin: LIT.
- Schulz von Thun, F. (2009). *Miteinander reden. Bd 1: Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation*. Reinbek: Rowohlt, 47. Aufl.
- Senf, W., Broda, M. & Amann, G. (Hrsg.). (2012). *Praxis der Psychotherapie. Ein integratives Lehrbuch*. Stuttgart: Thieme, 5. Aufl.
- Snyder, D.C. & Castellani, A.M. (2006). Current status and future directions in couple therapy. *Annual Review of Psychology*, 57(1), S. 317–344.
- Storch, M. & Tschacher, W. (2014). *Embodied communication. Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf*. Bern: Huber.
- Stuflesser, M. & Winter, S. (2006). *Gieße deine Gnade aus. Segen - Feiern des bleibenden Zuspruchs Gottes*. Regensburg: Pustet.
- Surowiecki, J. (2005). *Die Weisheit der Vielen. Warum Gruppen klüger sind als Einzelne und wie wir das kollektive Wissen für unser wirtschaftliches, soziales und politisches Handeln nützen können*. München: Bertelsmann.
- Troje, H. E. (1992). *Gestohlene Liebe. Zur Archäologie der Ehe - ein Rettungsversuch*. München.
- Tschacher, W., Ramseyer, F. & Grawe, K. (2007). Intentionality in non-equilibrium systems? The functional aspects of self-organized pattern formation. *New Ideas in Psychology* (25), S. 1–15.
- Wilbertz, N. (2011). Ehe-, Familien- und Lebensberatung 2020. Die Zukunft der EFL in sich wandelnder Gesellschaft. *Blickpunkt EFL-Beratung. Zeitschrift des Bundesverbandes katholischer Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen und -berater e.V.*, S. 48–59.
- Zulehner, P. M. (1990). *Kleine Lebenswelten. Zur Kultur der Beziehungen zwischen Mann und Frau*. Paderborn: Bonifatius, 2. Aufl.
- Zulehner, P. M. (2016). *Vom Gesetz zum Gesicht. Ein neuer Ton in der Kirche: Papst Franziskus zu Ehe und Familie: Amoris laetitia*. Ostfildern.

Sven Slowik, Studium der Philosophie (Paris), Studium der Theologie und Geschichte (Münster, Bochum), Master of Education, Lehramtsanwärter.
Sven.slowik@rub.de

Matthias Scheibe

Männlichkeit(en) zum Thema machen

Eine Idee zur strukturierten Bearbeitung des Junge-Seins
im Einzelsetting

1. Einleitung

„In der Jugendsozialarbeit sind Jungen überrepräsentiert. [...] [Sie] benötigen [...] – neben ‚allgemeinen‘ – auch geschlechtsbezogene Deutungen, Konzeptionen und Arbeitsformen, um sich als männliche Jugendliche oder junge Männer in der Jugendsozialarbeit in positiver Weise entwickeln zu können“ (Neubauer, 2011, S. 22). Jungen¹ nutzen demnach häufiger die individuumorientierten Angebote der Jugendsozialarbeit², meist jedoch unfreiwillig. Sie werden geschickt, weil Autoritätspersonen ihre Verhaltensweisen als problematisch empfinden. Dass dieses jedoch oft nur nach Außen gewandte Bewältigungsversuche der eigenen Orientierungsschwierigkeiten sind, wird dabei meist nicht verstanden (Rohrmann, 2008, S. 110 f.). In vielen Fällen wurzeln die Schwierigkeiten auch in Vorstellungen über Männlichkeit, sowohl in den eigenen als auch in denen ihres Umfeldes (Stuve & Debus, 2012, S. 56).

Die *Bundesarbeitsgemeinschaft Ev. Jugendsozialarbeit* reagierte 2011 auf diese Situation mit dem Projekt „Jungensozialarbeit“, bei dem das Thema innerhalb von drei Jahren auf mehreren Ebenen bearbeitet wurde. Ein Teil zielte darauf ab, die Fachkräfte dieses Arbeitsfeldes mit verschiedenen Aktionen und Schulungen für die Lebenslagen von

¹ Im vorliegenden Text sind in dem Begriff ‚Jungen‘ nicht nur männliche Kinder, sondern auch männliche Jugendliche eingeschlossen, sofern sie sich selbst als solche identifizieren, gegebenenfalls auch von anderen als diese ‚gelesen‘ werden und zwischen sechs und 21 Jahre alt sind. Wird in diesem Beitrag die männliche Form verwendet, so sind auch ausschließlich Personen gemeint, die sich als ‚männlich‘ identifizieren und auch als solche ‚gelesen‘ werden.

² Jugendsozialarbeit (JSA) ist gesetzlich im § 13 SGB VIII verankert. Ihre Angebote richten sich nicht an Eltern, sondern direkt an Jugendliche, welche sozial benachteiligt und/oder individuell beeinträchtigt sind und deren berufliche bzw. gesellschaftliche Integration deshalb mindestens herausfordernd ist. Sie gliedert sich in *arbeitsweltbezogene, schulbezogene, zielgruppenspezifische und mobile Ansätze der Jugendsozialarbeit, Jugendwohnen* sowie *Migration als Fachdienst- und Querschnittsaufgabe* auf. Bundesweit arbeiten lediglich drei Prozent des Personals der Jugendämter in der Jugendsozialarbeit, die meisten von ihnen in der Schulbezogenen. Dies ist auch der einzige Bereich, in dem in den letzten Jahren ein Stellenzuwachs zu verzeichnen ist. Zusätzlich werden berufsbezogene Maßnahmen zunehmend von den lokalen Arbeitsämtern (SGB III) bzw. Jobcentern (SGB II) finanziert und unter Marktbedingungen vergeben (vgl. Pingel, 2018).

Jungen zu sensibilisieren (vgl. ebd., 22 f.). Grundlegende Informationen stehen Interessierten auch noch nach Projektende online zur Verfügung (vgl. EJSA o.J.), konkrete Ideen zur praktischen Umsetzung sind an dieser Stelle jedoch nicht zu finden.

An diesem Punkt setzt der vorliegende Beitrag an, indem mit *Mantector*³ eine Technik skizziert wird, die Fachkräfte vor Ort und in der Situation unterstützen soll, Männlichkeitsvorstellungen souveräner anzusprechen und die daraus resultierenden Verhaltensweisen gelingender zu bearbeiten. Die hier besprochene Technik entwarf ich für meine Lehre im Vertiefungsbereich „Genderreflektierende Jungen- und Männerarbeit“ an der Hochschule Coburg und entwickelte sie anschließend weiter. Sie basiert auf dem Abgleich fachlich einschlägiger Veröffentlichungen (Winter, 2014; Böhnisch, 2013; Sielert, 2002; Pech, 2009; Wienforth & Stecklina, 2016; Früchtel, Budde & Cyprian, 2013) mit meinen Erfahrungen als Jugendsozialarbeiter mit Jungen. Die folgenden Ausführungen sind als anregender Impuls gedacht, der Fachkräfte ermutigen soll, dieses Thema mit Jungen strukturiert zu besprechen und die gemeinsame Zielfindung um die geschlechtliche Facette zu bereichern.

2. Die theoretischen Eckpfeiler

Jungenpädagogik ist die professionelle Soziale Arbeit, deren Angebote sich gezielt an Jungen richten. Im Gruppenkontext oder Einzelgespräch werden dabei die strukturellen Bedingungen und das persönliche Erleben der eigenen (männlichen) Geschlechtlichkeit thematisiert und inhaltlich, zielbezogen sowie praktisch berücksichtigt. Hierzu werden sowohl interaktive als auch strukturbezogene Methoden von den verantwortlichen pädagogischen Fachkräften eingesetzt. Führt eine Frau ein solches Angebot durch, wird in der Fachliteratur von Cross-Work gesprochen, wenn es dagegen ein Mann betreut, handelt es sich um Jungenarbeit. Bei letzterer erzeugt die herausgehobene Rolle des männlichen Pädagogen einen starken Erwartungsdruck und birgt dadurch auch einige Fallstricke (vgl. Winter, 2013).

Im Kontext des Einzelsettings ist vor allem das Verhältnis zwischen der (einen) Fachkraft und dem (einen) Jungen relevant. Die Beziehungsqualität bestimmt hierbei u.a. die Themenauswahl und maßgeblich wie intensiv diese besprochen werden (können). Aus diesem Grund rückt das (selbst)zugeschriebene Geschlecht der Fachkraft ein Stück weit in den Hintergrund und es ist zu bedenken, dass „[d]iese Person kann, muss aber kein Mann sein“ (Wienforth & Stecklina, 2016, S. 94).

³ Mantector ist ein Kunstwort, das sich aus den englischen Begriffen MAN und DETECTOR zusammensetzt. Der erste bezieht sich auf Modelle für männliche Verhaltensweisen, der zweite auf die Technik, diese aufzuspüren.

Die Überzeugung, dass *Männlichkeit* keine natürliche Gegebenheit, sondern ein relationales Konzept ist, das sich nur in der Abgrenzung zu anderen (Weiblichkeit, anderen Männern) zeigt, hat sich mittlerweile, zumindest in den Sozialwissenschaften, durchgesetzt. Daraus folgt, dass sie ständig neu behauptet (Individuum) und anerkannt (Umfeld) werden muss. Dies wird zusehends schwieriger, denn in modernen Gesellschaften ist Männlichkeit kontingent und somit zur Gestaltungsaufgabe des Einzelnen geworden. Dieser hat aber im Rahmen der (an ihn herangetragenen und wahrscheinlich dadurch verinnerlichten) Erwartungen des sozialen Milieus, der ethnischen Gemeinschaft, der Generation sowie aufgrund seiner sexuellen Orientierung nur begrenzte Variationsmöglichkeiten (vgl. Meuser, 2011, S. 275 ff.).

Allgemein sind Verhaltensweisen routinierte Handlungsstrategien, die sich in gewissen Situationen häufig als erfolgreich erwiesen haben und deshalb in ähnlichen immer wieder angewendet werden, dann aber zumeist unbewusst. Sie können auf Vorstellungen oder Instruktionen basieren, aber meistens *erlernen* Menschen diese, indem sie Aktivitäten anderer realer Bezugspersonen oder medialer Darstellungen beobachten und anschließend das Gesehene nachahmen. Auf diese Weise kann sowohl Neues gelernt als auch bereits Bekanntes bestärkt werden. Das Beobachtete wird wahrscheinlicher behalten und in ein *Modell* umgewandelt, wenn es persönlich als vorteilhaft bewertet wird (vgl. Bandura, 1979).

Kommt es zu einer entsprechenden Situation, dann werden zunächst die persönliche Machbarkeit und die jeweiligen Erfolgsaussichten des Vorgehens geprüft. Fallen beide Abwägungsprozesse positiv aus, wird dementsprechend gehandelt. Dadurch ist es durchaus möglich, dass Menschen eine bestimmte Verhaltensweise mit großem zeitlichem Abstand zur dazugehörigen Beobachtung zeigen. Da diese zudem nicht zwangsläufig identisch reproduziert werden muss, können neue Bewältigungsstrategien entstehen, indem für eine ähnliche Situation bei verschiedenen Personen unterschiedliche Verhaltensweisen erkannt und kombiniert wurden. Dieses Variieren erhöht die Chancen auf Anforderungen passgenau reagieren zu können (vgl. ebd.).

3. Die männlichen Modelle⁴

Jungen lernen demnach neue Verhaltensweisen oder erkennen bereits bekannte stärker an, wenn sie sich diese von realen Bezugspersonen oder medialen Darstellungen anschauen. Es lassen sich nun drei Möglichkeiten identifizieren, durch die Jungen als männlich konnotierte Verhaltensweisen beobachten (können). Diese werde ich im Folgenden anhand *Gleichaltriger desselben Geschlechts, erwachsener Männer im Sozialraum*⁵ und *medialer Projektionen* vorstellen (vgl. Abb. 1).

Gleichaltrige Jungen begegnen sich in der (Berufs)Schule, in Vereinen und der eigenen Familie. Sich darüber hinaus in der Freizeit zu treffen, ist für sie sehr bedeutend (mpfs, 2016, S. 10), denn alle lösen sich schrittweise von den eigenen Eltern und auch dies eint die „natürlichen“ Gruppen. Hier können sie verschiedene Verhaltensweisen ausprobieren, alternative und möglicherweise unkonventionelle. Dort wird aber auch entschieden, welche von denen als männlich gelten (können) und deshalb erwünscht sind. Häufig wird diese Bewertung von eher idealisierten und übertriebenen Vorstellung des Männlichen geleitet. Aus diesem Grund gehen Jungen in Gruppen teilweise Risiken ein, die sie ohne andere wahrscheinlich vermieden hätten (vgl. Böhnisch, 2013, S. 138 ff.). „Die raumgreifende Jungenclique ist somit der soziale Ort, wo sich die Muster männlichen Bewältigungsverhaltens biografisch zum ersten Mal voll ausbilden können“ (ebd., S. 141).

Reale Männer sind in der Regel im Sozialraum anzutreffen und können von Jungen dort beobachtet werden. Aufgrund eher homogener Nachbarschaften (vgl. Goebel & Hoppe, 2015, S. 48 f.) und da *starke Beziehungen* in Netzwerken eine gewisse Ähnlichkeit der Beteiligten voraussetzen (Avenarius, 2010, S. 100), sind diese wahrscheinlich eher Vertreter einer milieutypischen, ethnischen sowie kultur- und religionspezifischen Männlichkeit.

⁴ Frauen (und Mädchen) sind die Co-Architektinnen der Männlichkeit(en) und wirken bei der jeweiligen Ausprägung männlicher Verhaltensweisen in ihrem Umfeld entscheidend mit (Wippermann, 2014, S. 38). Diese müssen zwar von männlichen Modellen gezeigt werden, aber Frauen (und Mädchen) beeinflussen die notwendigen Beobachtungen von Jungen (und Männer), da sie deren Aufmerksamkeit auf gewisse Aktionen lenken. Außerdem schätzen diese eine Handlung häufig als erfolgsversprechender ein, wenn diese den (vermuteten) Ansichten der anwesenden Frauen (und Mädchen) entspricht.

⁵ Hier verstanden als eine von Menschen gestaltete Umwelt, die wiederum deren individuelle und kollektive Handlungen bestimmt. Der Sozialraum ist folglich sowohl ein geografischer Ort als auch das Netzwerk sozialer Beziehungen (Kessl & Reutlinger, 2010, S. 249 f.) und hat demnach entscheidenden Einfluss auf die Ausprägung lokaler und individueller Männlichkeit(en).

In Vereinen sowie Jugend- und Bildungseinrichtungen können ihnen zusätzlich zwar andere Männer begegnen, bei denen sie ggf. alternative männliche Verhaltensweisen beobachten können, diese müssen dann aber für die Jungen auch attraktiv und umsetzbar sein. Außerdem dürfen sie nicht befürchten, in ihren lebensweltlichen Bedingungen dafür sanktioniert zu werden.

Mediale Projektionen umfasst als Sammelbegriff alle audiovisuellen Darstellungen von Personen und Charakteren, die als männlich erkennbar sind. Jungen erleben diese immer dann, wenn sie Filme, Serien und Videos im Fernsehen, Internet oder auf DVD bzw. Blu-ray konsumieren und dies tun viele mehrmals pro Woche (mpfs, 2016, S. 10). Überall dort dominieren jedoch stereotype und meist traditionelle Männerbilder. Selbst wenn diese aus wirtschaftlichen Gründen mittlerweile um andere Formen erweitert wurden, sind diese neuen männlichen Projektionen nicht weniger pauschalisierend (Thiele, 2016, S. 3).

Die Auswahl der medialen Angebote resultiert sowohl aus dem Nutzungsverhalten der eigenen Familie und des Bekanntenkreises, als auch der individuellen Suche nach leicht verfügbaren Lösungen, die bei den realen Bezugsgruppen nicht auffindbar sind (Böhnisch, 2013, S. 150 ff.). Die medialen Projektionen bedienen Vorstellungen männlicher Verhaltensweisen, die jedoch im alltäglichen Miteinander aufgrund fehlender Kompetenzen des jeweiligen Jungen oder zu erwartender Sanktionen durch das Umfeld nur selten gezeigt werden (können).

4. Die Begründung des Vorgehens

Jungenarbeit ist keine Methode und besitzt auch kein festgelegtes Repertoire an Techniken und Übungen. Sie ist die akzeptierende pädagogische Haltung, die Jungen wertschätzend und Männlichkeitsentwürfen kritisch begegnet, Geschlechterthemen und alternative Handlungsweisen diskursiv erarbeitet und dabei verschiedene Techniken und Übungen als Werkzeuge nutzt (Sturzenhecker, 2010). Die prominenten Konzepte der Jungenarbeit, wie bspw. die *Jungenkonferenzen* (vgl. Boldt, 2004, S. 36 ff.), wurden für Gruppen entwickelt, weshalb ihr offenes impulsgebendes Vorgehen beim Thematisieren von Männlichkeit(en), aufgrund der fehlenden gleichaltrigen Diskussionspartner im Einzelsetting, schnell an seine Grenzen kommt (Wienforth & Stecklina, 2016, S. 89). Sollen die Aktivitäten dennoch als Jungenarbeit bezeichnet werden, muss die geschlechtsreflektierende Perspektive anders angeregt werden und trotzdem eine zentrale Position im Prozess einnehmen. Dass (zufällig) eine männliche Fachkraft mit einem Jungen arbeitet, reicht an dieser Stelle bei Weitem nicht aus (ebd., S. 100). Dies spricht für den strukturierten Einsatz von Techniken, die das

Thema Männlichkeit(en) konkret ansprechen und so für die weitere Bearbeitung fruchtbar machen (können).

Der Mantector eignet sich besonders in einer frühen Phase des Prozesses, da mit ihm viele Informationen gewonnen werden können und dennoch die „Komfortzone“ des Jungen unangetastet bleibt, da er entscheidet, was und wie viel er erzählt. Dieser Einblick, in seine sozial-räumliche und fiktionale Lebenswelt, ermöglicht der Fachkraft, die bei dem Jungen beobachteten Handlungen besser einordnen zu können. Da reale Jungen und Männer zunächst als Modelle aufgerufen und benannt werden, können diese ggf. im weiteren Verlauf durch die Fachkraft unterstützend in den Prozess eingebunden werden. Die Kenntnis der medialen „Helden“, und dem was diese tun, ermöglichen seine Wunschkonstruktionen und Fantasien teilweise zu erahnen.

Die unterschiedlichen Blickwinkel ermöglichen eine differenzierte Sichtweise auf die handlungsleitenden Beweggründe und sorgen sicherlich zusätzlich dafür, dass neben offen gelebten Männlichkeitsvorstellungen auch verdeckte Formen angesprochen werden. Diese können später, da sie nun bewusstseinsnäher sind, auch als innerer Antrieb dienen, um neue Verhaltensweisen auszuprobieren.

Zudem werden die thematisierten männlichen Modelle, nachdem sie visualisiert und ihre (be)merkenswerten Verhaltensweisen besprochen wurden, zukünftig von dem Jungen wahrscheinlich bewusster wahrgenommen und erlebt werden. Dieser Prozess kann dadurch verstärkt werden, dass die Technik nach einiger Zeit erneut eingesetzt wird. Dabei muss jedoch beachtet werden, dass die Dimension Geschlecht durch dieses Vorgehen nicht zu stark betont wird und auf diese Weise andere wichtige Aspekte überdeckt.

Der Mantector eignet sich besonders für jene Fachkräfte, die ihre Genderkompetenz entwickeln (wollen) und deshalb noch wenig darin geübt sind, die von Jungen im Gesprächsverlauf häufig beiläufig angedeuteten Bezüge auf Männlichkeitsvorstellungen zu erkennen, aufzugreifen und das Thema daraufhin tiefgründig zu bearbeiten. Die Technik sorgt für einen direkteren und strukturierteren Zugang und ermöglicht dadurch die jeweiligen geschlechtlichen Stereotype gemeinsam (Fachkraft und Junge) zu reflektieren und weitere Handlungsoptionen zu erkunden. Hierbei bereichert der kreative Charakter von Mantector sicherlich das reine Gespräch, vor allem bei nicht so wortgewandten Jungen.

Der *Leitfaden* (vgl. Abb. 3) ist mit seiner klaren Gliederung als erste Idee zu verstehen und die Struktur kann selbstverständlich den jeweiligen Bedingungen vorab angepasst werden. Dies kann auch im Gesprächsverlauf geschehen, wenn es notwendig bzw. sinnvoll erscheint, ihn zu verändern. Ebenso sind die angebotenen Fragen als mögliche Beispiele gedacht, die sicher in dieser Form übernommen werden können, es aber wahrscheinlich hilfreicher ist, auf der hier vorgestellten Grundlage eine eigene Variante des Leitfadens zu entwickeln. Dieser sollte dann auch der üblichen Ausdrucksweise und den Sprachgewohnheiten des jeweiligen Jungen entsprechen.

Zusätzliche Sicherheit kann die Fachkraft auch dadurch gewinnen, dass sie das Arbeitsblatt mit dem eigenen Leitfaden zunächst mit einem Kollegen oder einem anderen Mann in einer Art Rollenspiel ausprobiert und anschließend konstruktiv-kritisch bespricht. Dieser Test bereitet auf den praktischen Einsatz vor, erhöht aber auch die Qualität der Arbeitsmaterialien merklich, sofern die neuen Erkenntnisse und entdeckten Passungsschwierigkeiten dazu anregen, den Leitfaden zu überarbeiten.

Leitfaden (Beispiel)

Sammeln

Wenn du an andere Jungen / männlichen Jugendlichen denkst, wer zeigt dann deiner Ansicht nach attraktive Verhaltensweisen?

Wenn du an (reale) Männer die du kennst oder schon mal gesehen hast denkst, welche zeigen deiner Ansicht nach attraktive Verhaltensweisen?

Welche Männer, die du aus dem Fernsehen, Kino oder Internet kennst, zeigen deiner Ansicht nach attraktive Verhaltensweisen?

Ordnen

Welchem Feld ordnest du die genannten Personen zu? Wo begegnest du ihnen?

Wie nah stehen sie dir? Wie verbunden fühlst du dich ihm?

Welchen Bereichen würdest du die medialen Projektionen (fiktionalen Filme und Serien mit echten Männern/ Cartoons und Animationsfilme/ non-fiktionale Dinge wie Sportler, Moderatoren, Musiker) zuordnen?

Welchen Bereichen würdest du die Gleichaltrigen und realen Männer (Kita, Schule, Arbeit/ Freizeit/ Familie, Freunde, Nachbarn) zuordnen?

Analysieren

Wer sind diese Personen? Was kannst du mir über sie sagen? Was weißt du von ihnen?

Wo triffst du sie oder hast sie getroffen? An welchen Orten sind sie dir aufgefallen?

Welches Verhalten der jeweiligen Personen findest du gut/ spannend/ interessant?

In welchen Situationen würdest du auch so handeln? Wann würdest du genauso handeln?

Welchen Effekt erhoffst du dir davon? Was wird das bringen?

Reflektieren

Wie geht es dir?

Wie war es für dich, die Namen aufzuschreiben? Wie war es für sich, die Liste zu erstellen?

Wie war es für dich, die Namen in die Grafik einzutragen? Wie war es für dich, die Namen gewissen Bereichen zuzuordnen?

Wie hast du dich gefühlt, als du das ausgefüllte Arbeitsblatt betrachtet hast? Was hat dich dabei selbst überrascht?

Würden die Verhaltensweisen der medialen Projektionen klappen, wenn du das so machst?

Wessen Verhaltensweisen imitieren die Gleichaltrigen? Und warum tun sie dies?

Schau dir das Leben der realen Männer an, willst du das bzw. ist das in absehbarer Zeit für dich realistisch?

Welche Verhaltensweisen widersprechen sich? Welche schließen sich gegenseitig aus? Konkurrieren miteinander?

Tipp: Wenn Personen, die eigentlich auf der Liste stehen müssten (z.B. Vater) fehlen, sollte direkt nachgefragt werden, ebenso wenn ein Feld bzw. Bereich völlig leer bleibt.

Abb. 3: Leitfaden (eigene Darstellung)

6. Die praktische Umsetzung

Sammeln: Der Junge wird gebeten, so viele Namen von Personen bzw. Charakteren wie möglich in die Liste einzutragen, deren Verhaltensweisen er als männlich und attraktiv klassifiziert. Es ist hierbei wichtig, dass ausschließlich nach positiven Dingen gefragt wird, denn zu wissen, welche (Re)Aktionen der Junge nicht zeigen will, vermittelt ihm nicht automatisch eine Idee davon, welche Verhaltensweise für ihn in dieser Situation möglicherweise umsetzbar ist.

Leitet eine männliche Fachkraft den Mantector an, sollte sie es wertschätzend, aber unkommentiert zur Kenntnis nehmen, wenn der Junge ihren Namen in die Aufzählung aufnimmt. Dies unterstützt den Prozess, da der Junge sie in diesem Fall wahrscheinlich eher mit einer bestimmten Verhaltensweise verbindet und daher nicht als Gesamtperson betrachtet.

Immer wieder begegnen Fachkräften der Jugendsozialarbeit in ihrem Arbeitsalltag Jungen, die im Schreiben wenig geübt sind, in diesen Fällen muss die Durchführung dahingehend angepasst werden. So könnten diese Jungen beispielsweise die Namen diktieren, dabei ist es jedoch entscheidend, dass die Betroffenen durch das veränderte Vorgehen nicht das Gefühl bekommen, herabgesetzt zu werden.

Ordnen: Jetzt stehen in der Liste (hoffentlich) viele Namen, die nun fortlaufend nummeriert werden. Danach wird das Arbeitsblatt aufgefaltet und der Junge trägt die Zahlen in die jeweiligen Felder (Gleichaltrige/ reale Männer/ mediale Projektionen)⁶ der Grafik ein. Die persönliche Nähe zu den jeweiligen Personen kann durch den variierenden Abstand zur Mitte (ICH) ausgedrückt werden⁷.

Es ist für den folgenden Prozess zielführend, die Visualisierung weiter auszudifferenzieren und die drei Felder zusätzlich in Bereiche zu unterteilen. So könnten beispielweise die Nennungen in den Feldern *Gleichaltrige* und *reale Männer* in die Bereiche *KiTa*, *Schule*, *Arbeit/ Freizeit/ Familie*, *Freunde*, *Nachbarn* gegliedert werden, während sich

⁶ Auf dem Arbeitsblatt wurden die jeweiligen Begriffe durch „andere Jungen und männliche Jugendliche“, „reale Männer“ und „männliche Charaktere in Medien“ ersetzt, um den Jungen einen besseren Anschluss an ihre lebensweltlichen Erfahrungen zu ermöglichen. Im weiteren Text werden jedoch die eingeführten Kategorienbeschreibungen weiterverwendet, da diese treffender sind.

⁷ Die handlungsorientierte Herangehensweise von Mantector auf das systematische Erfassen der subjektiv wahrgenommenen, relevanten Kontakte und sozialen Beziehungen verortet ihn in der Nähe von Techniken, wie dem *Eco-Maps* (vgl. Früchtel et al., 2013, S. 86 ff.), der *Öko-Map* (vgl. Neuffer, 2009, S. 195 ff.) und dem auf Jakob Levy Moreno zurückgehenden *Sozialen Atom* (vgl. Märtens, 1997, S. 96 ff.; Ameln, 2013, S. 252 f.). Der Fokus auf die Lebenslagen von Jungen (vgl. Winter, 2013, S. 54 ff.) im Allgemeinen sowie die individuellen kontextbezogenen Thematisierungen als männlich konnotierte Verhaltensweisen akzentuiert sie von diesen.

hingegen für *mediale Projektionen* die Bereiche *fiktionale Filme und Serien mit echten Menschen/ Romane, Comics, (Computer-)Spiele, Cartoons und Animationsfilme/ Non-fiktionale (bspw. Sportler, Moderatoren, Musiker)* anbieten würden.

Dieses Vorgehen wird sicherlich erleichtert, wenn am Rand des Arbeitsblattes eine gemeinsam erarbeitete Legende mit den entsprechenden Kürzeln angelegt wird und diese dann an dem jeweiligen Namen in der Grafik vermerkt werden. So sind die entsprechenden Personen bei der *Analyse* und *Reflexion* schneller und besser zuzuordnen. Zudem kann auch zu einem späteren Zeitpunkt noch konkret darauf Bezug genommen und spezifisch nachgefragt werden.

Analysieren: Nachdem alle Namen aus der Aufzählung in die Grafik übertragen und somit einem oder mehreren Feldern (ggf. auch Bereichen) zugeordnet wurden, sollte die Darstellung zunächst eine gewisse Zeit gemeinsam wortlos betrachtet werden, um das Bild wirken zu lassen. Es entsteht hierdurch ein erster Eindruck, da nun schnell erkannt werden kann, ob viel oder wenig in der Liste steht und wo sich die Genannten konzentrieren. Beginnend mit dem zentralsten Namen, der dem Jungen am nächsten ist, wird anschließend jede Nennung einzeln besprochen.

Hierbei wird vor allem aktiv nach den als attraktiv bewerteten Verhaltensweisen gefragt und an welchen Orten diese beobachtet wurden. Des Weiteren interessieren auch die Situationen, in denen der Junge diese Verhaltensweisen selber zeigen würde und welche Effekte bzw. Reaktionen er sich davon erhofft. Entscheidend bei diesem Schritt ist, dass die artikulierten Männlichkeitsentwürfe als (vielleicht einzig verfügbare) Lösungsstrategien des Jungen in Auseinandersetzung mit seiner Lebenswelt verstanden werden und selbstverständlich auch dann nicht abgewertet werden dürfen, wenn sie den Vorstellungen der Fachkraft deutlich widersprechen (Sturzenhecker, 2010, S. 47).

Reflektieren: An dieser Stelle des Prozesses könnte der Junge bereits sehr erschöpft sein, da ihm diese Arbeitsform nicht vertraut ist und seine alltägliche Kommunikation wahrscheinlich weniger strukturiert verläuft. Er ist möglicherweise auch innerlich aufgewühlt, da er erstmalig so intensiv über seine Begegnungen mit dem Thema Männlichkeit nachgedacht und es auf sein persönliches Handeln bezogen hat. Vielleicht offenbarte der Junge auch weit mehr Informationen, als er zu Beginn des Gesprächs vermutet hätte.

Es ist nun sicherlich zielführend, sein gegenwärtiges Erleben sensibel und aufmerksam in den Blick zu nehmen, es zu verbalisieren, ihn emotional anzusprechen, nach seinem Befinden zu fragen und dadurch auch seine mögliche Irritation wertzuschätzen. Er sollte nun zunächst erzählen können, wie er es fand, die Liste zu erstellen, die Nennungen

anschließend einzuordnen und wie er sich dabei fühlte, als er das ausgefüllte Arbeitsblatt betrachtete.

Erst danach kann die kritische Auseinandersetzung mit dem Gesagten folgen. Hierfür werden deren Umsetzbarkeit, Motive und Konsequenzen thematisiert und kontrovers besprochen. Fruchtbare Anlässe hierfür bieten vor allem Leerstellen auf dem Arbeitsblatt ebenso wie sich völlig widersprechende Verhaltensweisen, die aber beide von dem Jungen für dieselbe Situation als positiv bewertet wurden.

Die angestrebten Effekte werden abschließend gesammelt und es wird gemeinsam überlegt, welche unbeabsichtigten Konsequenzen jede dieser Verhaltensweisen möglicherweise nach sich zieht. Daran anknüpfend suchen der Junge und die Fachkraft zusammen für die geschilderten Situationen nach alternativen Verhaltensweisen. Diese sollen das Handlungsrepertoire erweitern, müssen aber selbstverständlich in seinem Umfeld trotzdem als männlich gelten, damit sie überhaupt ausprobiert werden (können). Bei dieser Suche wird der Junge nicht gedrängt, sondern zugewandt begleitet und konstruktiv unterstützt.

Perspektive wechseln: Jungen beobachten, empfangen und konsumieren nicht nur als männlich konnotierte Verhaltensweisen, sie sind auch in ihren sozialen Beziehungen und im Stadtteil aktiv, werden dort von anderen als Jungen erkannt, und senden so, mit und durch ihr Tun, wiederum Ideen vom Junge-Sein und Mann-Werden aus. Dadurch besitzen sie auch eine Anerkennungswerte Funktion bei der sozialräumlichen Konstruktion von Männlichkeit.

In dieser Phase des Gesprächs wird der Junge von der Fachkraft deshalb direkt als Experte angesprochen und konkret nach den Verhaltensweisen gefragt, die er zeigt und von denen er annimmt, dass andere (Jungen) sie sich anschauen (könnten). Auf diese Weise wird seine bisherige Rolle als „Lernender“ um die des „Lehrenden“ erweitert und ihm so die eigene Handlungsfähigkeit, Wirkung und ggf. Verantwortung bewusst.

7. Fazit

Sozialräumliche Männlichkeitsvorstellungen erzeugen bei Jungen einen enormen Anpassungsdruck, der sie teilweise zu Verhaltensweisen verführt, die von Autoritätspersonen in der Familie, Schule, Ausbildung oder Kommunalverwaltung als problematisch eingestuft werden. Diese lernen sie häufig modellhaft, indem sie Gleichaltrige, reale Männer oder mediale Projektionen beobachten und deren Verhaltensweisen für sich als attraktiv einschätzen und für umsetzbar halten.

Die vorgestellte Technik ermöglicht es Fachkräften der Jugendsozialarbeit diese Bedingungen zu erkennen und aktiv auf sie einzugehen/-

wirken. So wird der Rahmen des Machbaren sichtbar und kann nun auch ausgereizt werden. Denn eine Intervention ist nur dann erfolgreich, wenn die vereinbarten Ziele ausschließlich Handlungen enthalten, die nach Ansicht des Jungen und dessen Umfeldes als männlich anerkannt sind, ansonsten wird er diese wahrscheinlich nicht umsetzen (können).

Der Mantector ist besonders effizient, wenn er überlegt in den Beratungsprozess integriert und an passender Stelle eingesetzt wird. Entscheidend ist hierbei, dass für seine Anwendung ausreichend Zeit eingeplant wird und es möglich ist, die durch ihn gewonnenen Informationen sowie die daraus entwickelten alternativen Verhaltensweisen später wieder aufzugreifen, sollte sich dies bei anderen Themen anbieten.

Ich möchte an dieser Stelle alle Fachkräfte der Jugendsozialarbeit dazu einladen, den Mantector auszuprobieren und an ihre Praxis anzupassen. Weiterhin möchte ich alle Interessierten zu dem Schritt ermutigen, das Thema weiter zu entwickeln und die von ihnen in der Praxis eingesetzten Techniken dahingehend zu erweitern, dass sie die Männlichkeitsvorstellungen des jeweiligen Jungen, mit den dazugehörigen sozialräumlichen Rahmenbedingungen, ernst nehmen und diese dann gemeinsam reflektieren.

Zusammenfassung

In diesem Beitrag wird der konkrete Einsatz der Technik Mantector in Gesprächssituationen mit Jungen als Angebot der Jugendsozialarbeit vorgestellt. Zunächst wird aber der theoretische Rahmen skizziert, wofür die grundlegenden Begriffe *Jungenarbeit/-pädagogik*, *Männlichkeit* und *Modelllernen* beleuchtet und dadurch für das Arbeitsfeld fruchtbar gemacht werden. Von diesen Überlegungen ausgehend werden drei mögliche Modelle abgeleitet, an denen Jungen sich mit männlichen Verhaltensweisen auseinandersetzen (können).

Schlüsselwörter: Jungenarbeit/ -pädagogik, Männlichkeit(en), Jungenberatung, Netzwerkanalyse, Sozialraumorientierung, Jugendsozialarbeit

Abstract

In this article the concrete use of the technique Mantector in conversation situations with boys as an offer of youth social work is presented. First of all the theoretical framework is outlined, for which the basic terms of boy's work / pedagogy, masculinity and model learning are examined and thereby made fruitful for the field of work. Based on these considerations, three possible models are derived from which boys can deal with male behavior.

Keywords: boy's work / pedagogy, masculinity, boy's consulting, network analysis, social space work, youth social work

Literatur

- Ameln, F. v. (2013). Soziales Atom/ Rollenatom. In Möller, H. & Kotte, S. (Hrsg.), *Diagnostik im Coaching. Grundlagen, Analyseebenen, Praxisbeispiele* (S. 251–261). Heidelberg: Springer.
- Avenarius, C. B. (2010). Starke und schwache Beziehungen. In Stegbauer, C. & Häußling, R. (Hrsg.), *Handbuch Netzwerkforschung* (S. 99–111). Wiesbaden: Springer.
- Bandura, A. (1979). *Sozial-kognitive Lerntheorie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Böhnisch, L. (2013). *Männliche Sozialisation – eine Einführung*. Weinheim: Beltz-Juventa.
- Boldt, U. (2004). *Ich bin froh, dass ich ein Junge bin – Materialien zur Jungenarbeit in der Schule*. Hohengehren: Schneider.
- EJSA (o.J.). Texte zur Jungensozialarbeit. Zugriff am 07.11.2017. Verfügbar unter <http://www.bagejsa.de/handlungsfelder/jungen/selbstverstaendnis/kurztexte/>
- Früchtel, F., Budde, W. & Cyprian, G. (2013). *Sozialer Raum und Soziale Arbeit – Fieldbook: Methoden und Techniken*. Wiesbaden: Springer.
- Goebel, J. & Hoppe, L. (2015). *Ausmaß und Trends sozialräumlicher Segregation in Deutschland*. Berlin: Bundesministerium für Arbeit und Soziales.
- Kessl, F. & Reutlinger, C. (2010). Sozialraum. In Reutlinger, C., Fritsche, C. & Lingg, E. (Hrsg.), *Raumwissenschaftliche Basics – eine Einführung für die Soziale Arbeit* (S. 247–255). Wiesbaden: VS Verlag.
- Märtens, M. (1997). *Psychotherapie im Kontext. Soziale und Kulturelle Koordinatentherapeutischer Prozesse*. Heidelberg: Asanger.

- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (mpfs) (Hrsg.). (2016). *JIM 2016 - Jugend, Informationen, (Multi-)Media. Basisstudie zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger in Deutschland*. Stuttgart.
- Meuser, M. (2011). Männlichkeit. In Ehlert, G., Funk, H. & Stecklina, G. (Hrsg.), *Wörterbuch Soziale Arbeit und Geschlecht* (S. 277–280). Weinheim: Juventa.
- Neubauer, G. (2011). Projekt „Jungensozialarbeit“ - Ein Entwicklungs- und Qualifizierungsprojekt der Bundearbeitsgemeinschaft Ev. Jugendsozialarbeit. *Switchboard – Zeitschrift für Männer und Jungenarbeit*, 197, S. 22–23.
- Neuffer, M. (2009). *Case Management - Soziale Arbeit mit Einzelnen und Familien*. Weinheim: Juventa.
- Pech, D. (Hrsg.). (2009). *Jungen und Jungenarbeit. Eine Bestandsaufnahme des Forschungs- und Diskussionsstandes*. Hohengehren/ Baltmannsweiler: Schneider.
- Pingel, A. (2018). Jugendsozialarbeit. In Böllert, K. (Hrsg.), *Kompodium Kinder- und Jugendhilfe* (S. 737–754). Wiesbaden: Springer.
- Rohrmann, T. (2008). Jungen in der Grundschule. In Matzner, M. & Tischner, W. (Hrsg.), *Handbuch Jungen-Pädagogik* (S. 109–121). Weinheim: Beltz.
- Sielert, U. (2002). *Jungenarbeit - Praxishandbuch für die Jungenarbeit* (Teil 2). Weinheim: Juventa.
- Sturzenhecker, B. (2010). Arbeitsprinzipien aus der Jungenarbeit. In Sturzenhecker, B. & Winter, R. (Hrsg.), *Praxis der Jungenarbeit. Modelle, Methoden und Erfahrungen aus pädagogischen Arbeitsfeldern* (S. 37–62). Weinheim: Juventa.
- Stuve, O. & Debus, K. (2012). Männlichkeitsanforderungen – Impulse kritischer Männlichkeitstheorie für eine geschlechterreflektierte Pädagogik mit Jungen. In Dissens e.V. u.a. (Hrsg.), *Geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen an der Schule. Texte zu Pädagogik und Fortbildung rund um Jungenarbeit, Geschlecht und Bildung* (S. 43–60). Berlin: Dissens e.V.
- Thiele, M. (2016). *Medien und Stereotype*. Zugriff am 16.08.2016. Verfügbar unter: <https://www.bpb.de/apuz/221579/medien-und-stereotype?p=all>
- Wienforth, J. & Stecklina, G. (2016). *Individuenzentrierte Jungenarbeit – Perspektiven auf Jungenarbeit im Einzelsetting* (S. 85– 04). Weinheim: Beltz-Juventa.
- Winter, R. (2013). Jungenarbeit. In Rauschenbach, T. & Borrmann, S. (Hrsg.), *Arbeitsfelder der Kinder- und Jugendarbeit* (S. 52–77) Weinheim: Beltz-Juventa.
- Winter, R. (2014). *Jungen – eine Gebrauchsanweisung. Jungen verstehen und unterstützen*. Weinheim: Beltz.
- Wippermann, C. (2014). *Jungen und Männer im Spagat: Zwischen Rollenbildern und Alltagspraxis. Eine sozialwissenschaftliche Untersuchung*

zu *Einstellungen und Verhalten*. Berlin: Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend.

Matthias Scheibe, M.A. Erziehungswissenschaft, Soziologie, Politikwissenschaft, wechselte aus der Jugendsozialarbeit im September 2014 als Lehrkraft für besondere Aufgaben an die Hochschule Coburg und lehrt u.a. an den Themen Männlichkeit, Jungen, Männer, Väter. Er ist Vorstandsmitglied der Landesarbeitsgemeinschaft Jungen- und Männerarbeit Thüringen e.V. und Mitorganisator der Coburger/Sonneberger Arbeitsgruppe „Männer-AG“.

Friedrich-Streib-Straße 2, 96450 Coburg, www.hs-coburg.de

E-Mail: Matthias.Scheibe@hs-coburg.de

Buchbesprechungen

Hanna Christiansen, David Ebert & Bernd Röhrle (Hrsg.)

Prävention und Gesundheitsförderung, Bd. VI: Entwicklungen und Perspektiven

Fortschritte der Gemeindepsychologie und Gesundheitsförderung
Band 24

dgvt Verlag, Tübingen 2018, 38 €

Bezugnehmend auf die Leser von Beratung Aktuell wird im Rahmen der Rezension eine spezielle Akzentsetzung vorgenommen. Diese hat ihren Bezugspunkt in zwei Grundlagenpapieren des *Deutscher Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung (DAKJEF)*.

In den *Fachlichen Standards von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen* wird in Punkt 13. *Präventive Arbeit*, im Sinne einer Selbstverpflichtung beschrieben, was zu den zehn wichtigsten Aufgabenfeldern gehört (http://www.dakjef.de/pdf/fachliche_standards_efl.pdf).

In den *Aufgaben und Tätigkeiten der/des Ehe-, Partnerschafts- und Familien- und Lebensberaters* steht unter 1. *Aufgaben an zweiter Stelle 1.2 Prophylaxe* (http://www.dakjef.de/pdf/aufgaben_und_taeatigkeiten.pdf). Somit ist auch im Hinblick auf das Tätigkeitsfeld eine enge Verknüpfung zum Themenschwerpunkt der Publikation vorhanden. Allein wegen der großen Zahl, der in dem Buch behandelten Themenfelder, ist eine neigungsorientierte Aufteilung im Team ratsam. Auf überregionaler Ebene wäre ein*e Präventionsbeauftragte*r sinnvoll, wozu das Buch motivieren kann.

Die Publikation kann als Übersichtsarbeit zum aktuellen Wissensstand zur Gesundheitsförderung im Kontext von Gemeindepsychologie durch Prävention eingestuft werden. Um dies erreichen zu können, wird auf vorhandene und selbst durchgeführte Meta-Analysen und Meta-Meta-Analysen Bezug genommen. Damit wird diese Publikation wertvoll, weil sie dem Leser empirisch gut abgesicherte Informationen bietet, die er sonst nur unter großem Zeitaufwand und mit Unterstützung von Experten bekommen könnte. Zusätzlich werden auch noch Perspektiven aufgezeigt, die sich aus den Ergebnissen ableiten lassen. Diese Arbeit wird von 32 Autoren erbracht, die ihren Beiträgen jeweils eine umfangreiche und aktuelle Literaturliste angefügt haben.

Der Übersichtsteil verdeutlicht zunächst, was im Augenblick mit den vorhandenen Präventionsangeboten erreicht und noch nicht erreicht werden kann. Dabei wird auch die Kosten-Nutzen-Analyse reflektiert. In einem zweiten Teil werden zu beobachtenden Trends in der präventiven Arbeit aufgezeigt. Hierzu gehören das Internet und Smartphone. Als gut entwickeltes Beispiel wird die *Internetgestützte Prävention und*

Behandlung von Paarproblemen am Beispiel von PaarBalance (Gastner, J., Schindler, L., Metz, N. & Zuber, A., S. 131–151) vorgestellt. Die Verbindung und die damit erreichbaren Effekte zwischen der internetbasierten Intervention und der Face-to-Face-Intervention im Beratungssetting wird gerade in einer vor dem Abschluss stehenden empirischen Studie untersucht.

Schwerpunkt des dritten Teils sind Präventionsvorhaben, die auf bestimmte Situationen zugeschnitten sind, z.B. psychische Störungen, psychische Belastungen und Erkrankungen in der Arbeitswelt, Gesundheitsförderung in der Schule, in Kindertageseinrichtungen und bei Geflüchteten. Durch die Art der Bearbeitung dieser Themenfelder erweist sich die Lektüre für den Leser auch als „Fortbildung für den Beratungsbereich“. Es werden viele Hintergrundinformationen angeboten, die ein breiteres und vertiefendes Verständnis ermöglichen.

Der letzte Teil beschäftigt sich mit speziellen Störungen. Die ausgewählten Störungsbereiche enthalten auch für die Beratung Verständnis fördernde Informationen und sind deshalb zu empfehlen.

- Ein eher übergreifendes und damit auch in spezieller Weise die Aufmerksamkeit koordinierend, ist der Text *Prävention von somatoformen Störungen* (Baumann & Röhrle, S. 424 ff.). Zu den somatoformen Störungen gehören auch die medizinisch unerklärten Körpersymptome, die immer wieder in Beratungen und Therapien zur Sprache kommen. Die Lektüre kann eine Sensibilität eröffnen, die zu gezielten Überweisungen oder Kooperationsformen mit entsprechenden Fachleuten führen kann. In der vorgelegten Weise wird dieses Thema weltweit erstmals so bearbeitet.

Zwei Themenfelder sind besonders für den Beratungsbereich relevant:

- Mit dem Beitrag *Prävention psychischer Störungen durch paarorientierte Interventionen* (Kröger & Sanders, S. 367 ff) wird die Arbeitsweise, die mit der Partnerschule verknüpft ist, unter präventiven Aspekten zur Vermeidung von psychischen Störungen reflektiert.
- Das Kapitel *Prävention von psychosozial bedingten sexuellen Störungen* (Röhrle, S. 449 ff.) eröffnet eine Perspektive, die so noch nicht häufig thematisiert wurde. Sie enthält Impulse, die vielseitig genutzt werden können.

Unter den aufgezeigten Gesichtspunkten eignet sich diese Publikation als Gesprächsvorlage für die Teams unterschiedlicher Beratungseinrichtungen und -stellen.

Dr. Notker Klann

Manfred Spitzer

Die Smartphone Epidemie. Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft

Klett-Cotta, Stuttgart 2018, 20,00 €

Wenn sich jemand wie Manfred Spitzer mit wirtschaftlichen und politischen Interessen anlegt, hat er es nicht leicht. Denn die Arme der digitalen Lobby reichen weit und tief, und die Hände an diesem Armen verteilen sehr viel Geld an willige Marktschreier. Wir als Beraterinnen und Berater erleben durch die Schilderungen unserer Klienten, welche destruktiven Auswirkungen das Smartphone auf das Miteinander in der Familie haben kann. Und vor allen Dingen erleben wir diese Veränderung auch an uns selbst. Wir spüren etwas, können aber oft gar nicht benennen, was es eigentlich ist, was diese Irritationen auslöst.

In Spitzers Buch geht es nicht um Angstmacherei, sondern darum, die in Fachblättern wie *Science* oder *Nature* publizierten Erkenntnisse vieler unabhängiger Wissenschaftler zusammenfassend darzustellen und die Wahrheit über die Auswirkung von Smartphones für jedermann und jedefrau verständlich auf den Punkt zu bringen. Das gelingt dem Autor so gut, dass man das Buch guten Gewissens jedem Ratsuchenden, der Kinder hat oder für diese verantwortlich ist, empfehlen kann.

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

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

Menschen kommen vor allem mit einem Wunsch in die psychosoziale Beratung: Ihre nahen Beziehungen sollen wieder gelingen. Und sie möchten echten Kontakt und Gefühlsausdruck. Da bietet diese Veröffentlichung eine Fülle an wissenschaftlichen Argumenten, das eigene Verhalten zu überprüfen und gegebenenfalls dann „top-down“ zu verändern.

Dr. Rudolf Sanders

Alexander Trost

Bindungswissen für die systemische Praxis. Ein Handbuch
Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2018, 35 €

Zu Beginn der Professionalisierung der Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung war diese geprägt durch einen psychoanalytischen Ansatz. Es wurde vor allen Dingen mit dem Einzelnen gearbeitet und auch in der Paarberatung war es selbstverständlich, die beiden Partner zunächst zu trennen und mit jedem einzelnen zu arbeiten. Irgendwann wurden beide zusammengeführt, um sie dann gemeinsam zu beraten. Vor etwa 20 Jahren irritierte das systemische Denken diese Sichtweise, was in der Konsequenz zu einer deutlichen Veränderung der Ausbildung führte. Heute treffen wir viele Kollegen und Kolleginnen in der Szene, die explizit von sich sagen, systemisch zu arbeiten, auch wenn es sich dabei nicht selten um einen Sammelbegriff für alles Mögliche handelt.

Das vorliegende Handbuch beschreibt und definiert, was unter systemischer Arbeit mit Klienten zu verstehen ist. Vom systemischen Paradigma, über den radikalen Konstruktivismus, die lösungsorientierten Kurzzeittherapie bis zur systemischen Arbeit heute. Das Buch weist aber auch auf eine entscheidende Lücke hin: In der Abwendung vom dem psychoanalytischen Ansatz wurde vieles Hilfreiche gleich mit über Bord geworfen. Fühlen, Denken und Handeln lassen sich nicht allein aus dem System, in dem sich jemand befindet, erklären. So gelingt dem Autor der konsequente Verweis auf entwicklungspsychologische und biologische Aspekte als rekursiv wirkende Akteure im psychosozialen Geschehen.

Trost liefert den aktuellsten wissenschaftlichen Befund neurobiologischer Grundlagen von Entwicklung und Bindung. Ausführlich geht er auf die Bedeutung der Bindungsbeziehung und -entwicklung im weiteren Lebensverlauf ein. Vor allem weist er darauf hin, was es bedeutet, wenn diese Entwicklung durch Traumatisierungen in der Herkunftsfamilie in hohem Maße beeinträchtigt wurde.

An dieser Stelle schlägt er einen wichtigen Bogen zu uns Beraterinnen und Berater, denn die Psychotherapieforschung weist nach, dass ein Behandlungsprozess durch die Bindungsmuster sowohl der Therapeuten wie des Klienten beeinflusst wird. Ein sicheres Bindungsmuster aufseiten des Therapeuten hat erwartungsgemäß den positivsten Effekt auf Interventionen und die Bewertung seitens des Patienten, bezogen auf die Therapie. Ein eigenes unsicheres Bindungsmuster disqualifiziert nicht per se, schließlich stellt es eine in der Regel funktionierende adaptive Strategie dar. Je stärker aber ein unsicheres Bindungsmuster aufseiten des Klienten mit den entsprechenden Einladungen zu Gegenübertragung in der Arbeitsbeziehung zum Berater wirksam wird, umso größer ist die Falle, bei einem eigenen ambivalenten Bindungsmuster auf dieses Verstrickungsangebot unprofessionell zu reagieren. Oder bei einem vermeidenden Bindungsstil, sich auf die Bearbeitung kognitiver Aspekte zu verlegen und den Beziehungsanteil zu vernachlässigen. Die dazu vorgelegten Daten einer Forschergruppe, bezogen auf 1600 Kolleginnen und Kollegen, weist auf die Dringlichkeit hin, sich diesem Thema zu stellen. Eine unsichere Bindung ist nämlich kein Schicksal, sondern sichere Bindung kann gelernt werden. Solche Kolleginnen und Kollegen sind in besonderer Weise geeignet, Menschen mit Bindungsstörungen zu begleiten und zu fördern.

Zum Schluss kommt mir noch die Frage, ob man wirklich im Titel von systemischer Praxis sprechen darf, da die Bedeutung der Bindungsbeziehung zwischen Beraterin und Klient, zwischen Therapeuten und Patientin dem systemischen Paradigma – Hypothesieren, Zirkularität und Neutralität – deutlich widerspricht. Klaus Grawe spricht 1998 in seinem wichtigsten Werk von Psychologischer Therapie, indem er die Verbindung von Klärung und Bewältigung betont. Um nichts anderes geht es mit einem akribisch zusammen getragenen Wissensstand von 2018, damit im Kontakt mit der Therapeutin oder dem Therapeuten im Rahmen psychosozialer Beratung Ratsuchende solche Beziehungserfahrungen machen können, die den frühen aus der Kindheit signifikant widersprechen. Das Ziel ist, sein Leben so zu gestalten, dass man sich in Systemen so selbstwirksam verhalten kann, um das an Liebe, Kooperation, Wertschätzung schenken und entgegennehmen kann, was zu einem glücklichen Leben führt.

Dr. Rudolf Sanders

Karl-Heinz Brisch (Hrsg.)

Die Macht von Gruppen Bindungen. Ressourcen und Sicherheit, Gefahren und Fanatismus – Möglichkeiten der Therapie und Prävention
Klett-Cotta, Stuttgart 2018, 40 €

Bislang spielt die Arbeit mit Gruppen in der institutionellen Beratung noch eine untergeordnete Rolle. Dabei spricht vieles dafür, diese Beratungsform in weit höherem Ausmaß zu nutzen. Ich selbst habe seit fast 30 Jahren dieses Setting in fast 170 Gruppen mit einem Zeitumfang von 40 bis 80 Stunden zum Teil wochenweise in der Ehe- und Familienberatung mit der Partnerschule als Beziehungskompetenzen-Training im Integrativen Verfahren sehr schätzen gelernt. Werden doch die Ratsuchenden aneinander zu sehr wichtigen Begleitern auf dem Weg der Heilung früh gelernter maladaptiver Beziehungsmuster, die ihrerseits wieder zu Interaktions- und Kommunikationsstörungen in allen Beziehungen im Laufe ihres Lebens werden können.

Die vorliegende Veröffentlichung zeigt, wie selbst in frühen Kinderwelten Säuglinge und Kleinkinder miteinander spielen und lernen können. Und natürlich geht es um die Frage, welche Rolle Beraterinnen und Berater dabei spielen, wenn Bindungen von Individuen an Gruppen entstehen. Welche Rolle spielen hier bestimmte Bindungsmuster der Einzelnen und unter welchen Bedingungen können Führungspersonen diese Entwicklung positiv oder auch negativ beeinflussen? Gerade dieser Aspekt scheint mir deshalb so wichtig, weil nicht wenige Kolleginnen und Kollegen in früheren Ausbildungen, in Selbsterfahrungen, maladaptive Gruppenprozesse erlebt und deshalb Scheu haben, mit diesem Setting zu arbeiten. In Gruppenprozessen kann es zu konstruktiven aber auch zu sehr destruktiven Entwicklungen kommen. Hierbei spielen Mentalisierungsprozesse eine große Rolle.

Die Behandlung von sehr früh und schwer traumatisierten Kindern ist für alle Beteiligten immer eine große Herausforderung. Kreative Therapien können hier besonders zum Gelingen beitragen. Da ich selbst diesen Zugang in großem Maße schätze, freue ich mich, dass in fünf Beiträgen bei den Leserinnen und Lesern Neugier geweckt wird, sich mit diesen oft nicht ganz ernst genommenen therapeutischen Zugangsweisen auseinanderzusetzen. Auch an Fallbeispielen wird deutlich, den Wert kreativer Gruppentherapie mit schwer und früh traumatisierten Kindern und Jugendlichen während der stationären Behandlung schätzen zu lernen. Vorgestellt werden musiktherapeutische Arbeit, Kunsttherapie, Bewegungs- und Sporttherapie und konzentrierte Bewegungstherapie.

Davon ausgehend, dass Bindungsbeziehungen im Laufe des Lebens eine immer bedeutendere Rolle spielen, wird in den Artikeln deutlich, wie Gruppenbindungen zu einer großen Ressource und emotionaler

Sicherheit werden können. Gleichzeitig können Bindungsbeziehungen und Bindung an Gruppen aber auch gestört sein. Das ist z.B. immer dann der Fall, wenn die Psychodynamik innerhalb einer Gruppe dazu führt, die eigene Angst abzuwehren, indem andere Gruppen stigmatisiert werden. Im Extremfall könnten bösartige Vorurteile entstehen; schließlich Fanatismus und Radikalisierung und ein terroristischer Kampf gegen andere, die nicht der eigenen Gruppe angehören.

Dieses Buch hilft allen Kolleginnen und Kollegen, die wissen wollen, wie es gelingen kann, neue sichere Bindungen und Beziehungen in einer Gruppe aufzubauen und zu fördern.

Dr. Rudolf Sanders

Katharina Klees

Traum sensible Paartherapie. Mit dem Traum(a)-Haus-Konzept aus der Beziehungskrise

Junfermann, Paderborn 2018, 39 €

Mit dieser Veröffentlichung wird wissenschaftlich untermauert, warum in der institutionellen Beratung ca. 70 % der Paarberatungen nach maximal fünf Kontakten beendet werden. Der Schlüssel zum Verständnis einer solch kurzen Verweildauer angesichts der hohen psychischen und physischen Belastungen der Klienten liegt in früh erfahrenen Bindungstraumata. Die betroffenen Paare selbst realisieren das nicht und die Kolleginnen und Kollegen übernehmen diese Deutung. Diese Erfahrung der Autorin kann ich durch meine eigene nur unterstreichen. Ich bin froh, wenn ich in einer Paartherapiegruppe mit 12 Teilnehmern auch ein oder zwei Teilnehmer dabei habe, die in ihrer Kindheit keine Erfahrungen mit emotionaler, psychischer oder sexueller Gewalt machen mussten. Das der komplexen Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) zugrundeliegende Trauma ist den wenigsten später als Erwachsene in einer Partnerschaft bewusst. Und wenn doch, wird es nicht in Verbindung mit den Beziehungskrisen gebracht. Gerade Krisenpaare neigen dazu, die eigenen Eltern zu schonen, wie schrecklich sie in der Kindheit auch gewesen sein mögen. Eher wird der Partner oder die Partnerin mit all der Wut und Verzweiflung konfrontiert, die sich im Inneren angestaut hat. Trotz oder sogar wegen ihrer entsetzlichen Kindheit stehen Menschen, die eine Paartherapie aufsuchen, im Beruf, ziehen ihre Kinder verantwortungsvoll groß und engagieren sich sozial. Zumindest hat niemand auf Anhieb den Eindruck, hinter einem Paar mit Sexualstörungen, Krisen, einem Friedhofsrieden oder Trennungsabsichten könnte eine traumatisierte Kindheit stehen. Weil sie den

Zusammenhang zwischen Kindheitstrauma und Paarprobleme nicht wahrnehmen, wünschen sich traumatisierte Paare nichts so sehr, wie eine funktionierende Partnerschaft, womöglich mit noch größerer Vehemenz als nicht traumatisierte Paare. Aus „Ich habe ein Problem“ wird „Mein Partner / meine Partnerin ist das Problem“.

Bevor man kommunikative Kompetenz trainieren kann, gilt es, die Grundlagen der gestörten Kommunikation zu verstehen. Hier macht die Autorin mit dem von ihr entwickelten Konzept des Traum(a)-Hauses deutlich, wie der Weg des Verstehens gemeinsam mit einem Paar erarbeitet werden kann. Jeder Schritt ist hierbei mit Fallbeispielen unterlegt.

Gerade traumatischen Erfahrungen ist eigen, dass sie häufig überhaupt noch nicht in Worte gefasst werden können. Es verwundert deshalb nicht, dass in einer Krise des Paares der Stresskreislauf angetriggert und das Sprachzentrum im Neokortex ausgeschaltet wird. Immer wieder auf Forschungsergebnisse rekurrierend weist die Autorin darauf hin, dass dies mithilfe bildgebender Erinnerung an extreme Krisen nachgewiesen werden konnte. Man kann sich auch nicht vornehmen, ruhiger zu reagieren, denn solange das Gehirn Stresshormone ausschüttet, liegt das außerhalb des Entscheidungsspielraums. Vor einem Ich-statt-Du-Botschaften-Training liegt also die Bearbeitung und Integration früh erfahrener Traumatisierungen. Für das Paar bedeutet das konkret, dass es den Zusammenhang zwischen traumatisierenden Kindheitserfahrungen und den aktuellen Paarkonflikten erkennt.

Diesen Zusammenhang erschließt die Autorin den Paaren mithilfe des Traum(a)-Haus-Konzepts. Diese Metapher für Traumabeziehungen hilft, den Weg zu beschreiten von den „Gefangenen“, die im Keller sitzen über die aktualisierte Bedürftigkeit in der „Kinderzimmerehe“, die Heilung durch die Befreiung der verletzten Herzen, zum Wachstum, wenn der „Besinnungsraum“ erreicht wird, bis zur fünften Ebene der Bewusstheit, wenn der „Liebesraum“ lockt.

Ganz besonders gut gefällt mir, wenn Klees am Ende ihres Buchs Standards für eine gute Paartherapie fordert. Nachgewiesenermaßen hängt vom Gelingen einer Ehe und Familie für die Betroffenen selbst und für deren Kinder entscheidendes ab: „Eine feste, stabile und glückliche Partnerschaft erweist sich als einer der besten Prädiktoren für Lebenszufriedenheit, Glück, Wohlbefinden und Gesundheit. Umgekehrt ist eine unglückliche Paarbeziehung ein relevanter Risikofaktor für psychische Störungen (Depressionen, Angststörungen, Substanzmissbrauch)“ (Bodenmann 2013, S. 23). „Die Scheidung gehörten neben chronischen destruktiven Partnerschaftskonflikten zu einem der bedeutendsten Risikofaktoren für die Entwicklung psychischer Störungen beim Kind und Jugendlichen und stellt eine lebenslange Vulnerabilisierung dar“ (Bodenmann 2013, S. 167).

In einer Google-Recherche hat die Autorin die ersten 100 Treffer von Praxen, die Paartherapie anbieten, genauer betrachtet. 58 dieser Praxen wurden von Personen ohne Fachstudium durchgeführt, bei 91 ließ sich nicht erkennen, nach welchem Ansatz gearbeitet wird. Bei 76 Praxen gab es keinerlei Angaben zu der Qualifizierung für die Begleitung von Paaren, ein konkretes Konzept gab es lediglich bei fünf der von ihr recherchierten Praxen.

Ein Buch, dem ich große Verbreitung wünsche, im Interesse der ratsuchenden Paare. Für viele Kolleginnen und Kollegen wird es mit Sicherheit ein „Hallo-Wach“ sein, und der Blick auf ihre Paare wird sich weiten.

Literatur:

Bodenmamm, G. (2013): Lehrbuch klinische Paar- und Familienpsychologie. Bern: Hans Huber.

Dr. Rudolf Sanders

Heike Schader (Hrsg.)

Risikoabschätzung bei Kindeswohlgefährdung. Ein systemisches Handbuch

Beltz-Juventa, Weinheim, 2. Auflage 2013, 24,95 €

In der Ehe- und Familienberatung stehen wir sehr häufig vor der Frage, ob wir es möglicherweise mit einer Gefährdung der Kinder und Jugendlichen in einer Familie zu tun haben. In dem vorliegenden Handbuch stellt ein achtköpfiges Autorenkollektiv seine gebündelten Erfahrungen Kolleginnen und Kollegen zur Verfügung. Dabei empfehlen sie die systemische Sichtweise, denn diese halten sie für den Prozess der Risikoabschätzung als besonders hilfreich. Theoretische Leitsätze, z.B. „Jeder Mensch ist immer nur Beobachter“ oder „Es gibt keine objektive Wirklichkeit“, erzeugen eine in hohem Maß reflektierende Haltung, die pauschale Urteile vermeiden hilft. Die Theorie der sozialen Systeme bietet darüber hinaus ein Modell, das es Fachleuten leichter ermöglicht, neue Ideen zu dem System, z.B. der Familie und ihren Dynamiken, zu entwickeln. Wenn die Wirklichkeit tatsächlich in der Kommunikation entsteht, dann werden Probleme und Lösungen zu Resultaten kommunikativer Prozesse. Diese ermöglichen es dem System selbst, für sich passende Lösungen zu generieren.

Dieses Handbuch bietet wirklich Möglichkeiten zur Orientierung und Reflektion. Was ist etwa los, wenn ich in der Beratung ein hochstrittiges Paar in einer Trennungssituation vor mir habe? Was ist, wenn die Erziehungsmethoden des Gegenübers in seiner Kultur angemessen sind oder vielleicht sogar als vorbildlich gelten, in unserer aber als kindeswohlgefährdend eingestuft werden? Oder was ist, wenn alles nach häuslicher, nach emotionaler und sexueller Gewalt „riecht“?

Mithilfe von drei Strängen entwickeln die Leserinnen und Leser Kompetenzen, mit diesen Situationen umzugehen. Das sind zum einen fachspezifische Informationen mit Anregungen zur Selbstreflektion. Jedem Kapitel werden zudem Methoden thematisch zugeordnet. Da fachspezifische Informationen wichtig sind, um Fragen stellen zu können und um Ideen von möglichen Gefährdungen und Potenzialen zu entwickeln, werden Aspekte, die den Autoren besonders wichtig erscheinen, zusammengefasst und durch weitere Literaturhinweise ergänzt.

Die persönliche Lektüre des Buches eignet sich in hervorragender Weise dazu, anschließend gemeinsam im Kollegenkreis besprochen zu werden.

Dr. Rudolf Sanders

Liselotte Staub

Das Wohl des Kindes bei Trennung und Scheidung. Grundlagen für die Praxis der Betreuungsregelung
Hogrefe, Bern 2018, 24,95 €

Eine der größten Herausforderungen in der Ehe- und Familienberatung ist sicherlich dann gegeben, wenn ein Paar sich trennt und im Interesse des Kindeswohls eine einvernehmliche Lösung zum weiteren Sorge- und Umgangsrecht gefunden werden muss. Häufig sind die beteiligten Erwachsenen so mit sich selbst beschäftigt, dass sie das Wohl der Kinder aus dem Auge verlieren und diese zu Instrumenten ihrer eigenen Interessen machen. Dann führt der Kampf der Eltern zur Schädigung der Kinder. Familiengerichte, die dann Recht sprechen sollen, beauftragen Beratungsstellen, um Eltern auf dem Weg zu einer Klärung und Bewältigung im Sinne der Kinder zu begleiten.

Das vorliegende Buch thematisiert die Herausforderungen und Hürden, die sich mit aus den Familiengesetzreformen in den deutschsprachigen Ländern ergeben. Damit einher gehen gesellschaftliche Ansprüche einerseits und konkrete Ansprüche der getrennten Eltern auf möglichst viel Zeit mit ihren Kindern andererseits. Im Zentrum der Betrachtung

steht das Erleben des Kindes im Umgang bzw. Kontakt mit seinen getrennten Eltern aus entwicklungspsychologischer, systemischer und Familienrechts psychologischer Sicht; dies vor dem Hintergrund der gesetzlichen Vorgaben und Interventionsmöglichkeiten.

Grundlage für das ganze Buch ist die Bedeutung des Loyalitätskonflikts, in den Kinder durch die Trennung der Eltern gebracht werden. Loyalität ist ein primäres Ordnungsprinzip, welches die Homöostase der Familie aufrechterhält und wird zum emotionalen Leim, welcher das Weiterbestehen der Familie über die Zeit hinweg garantiert und in der bedingungslosen Akzeptanz der Familienmitglieder zum Ausdruck kommt. Die Familie ist in ihrem Fortbestehen auf Loyalität ihrer Mitglieder angewiesen und bestraft die „Deserteure“. Wir können davon ausgehen, dass dies genetisch angelegt oder durch Prägung entstanden ist. Dieses zeigt sich unter anderem darin, dass Kinder ihren Erzeugern gegenüber oftmals auch dann loyal sind, wenn sie es nicht verdient haben oder wenn Kinder nie eine Beziehung zu ihren Erzeugern aufgenommen haben. Der Loyalitätskonflikt ist seiner Natur nach triangulär und bezieht sich auf drei reale oder imaginierte Protagonisten. Im Sinne von: „Wenn zwei sich streiten, leidet der Dritte“, ist dieser Dritte mit einer kognitiven Dissonanz konfrontiert. Loyal zu bleiben ist ihm nicht mehr möglich, weil Loyalität gegenüber dem einen Subsystem zu Illoyalität gegenüber dem anderen Subsystem führt.

Um die für das Kindeswohl relevanten Eigenschaften des Elternkonfliktes zu identifizieren und die betreuungsrelevanten Faktoren im Einzelfall zu bestimmen wird aufgezeigt, wie die Konfliktdynamik, der Konflikthalt und das Konfliktverhalten beurteilt werden können. So stimmt der Satz: „Zum Streiten gehören zwei“ für hoch anhaltende Konflikthaftigkeit nach der elterlichen Trennung nur sehr bedingt. In der Praxis finden sich durchaus Fälle, in denen ausschließlich ein Elternteil, häufig aufgrund einer nicht bewältigten Trennung, den anderen Elternteil mit streitsüchtigen Verhalten an sich bindet. Mögliche Ursachen können in der Persönlichkeit der Eltern, bis hin zur Persönlichkeitsstörungen (insbesondere Borderline-Störung und narzisstische Persönlichkeit) liegen. Hier wird die Dynamik für die Kinder und deren Beeinträchtigung in ihrer Entwicklung aufgezeigt. Wird dann das auffällige Verhalten von Kindern in den Mittelpunkt gestellt und ein kontaktverweigerndes Kind in die Therapie geschickt, so kann man davon ausgehen, dass die dem Loyalitätskonflikt zugrundeliegende Inkompatibilität von zwei gegensätzlichen Einstellungen sich in dem Versuch abzeichnet, den Widerstand des Kindes zu therapieren. Die Unsinnigkeit einer solchen Therapie zeigt die Autorin auf und weist stattdessen auf Möglichkeiten hin, die gerade in Beratungsstellen angeboten werden, wenn man mehrere Kinder in Trennungssituationen im Rahmen einer Gruppentherapie begleitet. Auch Themen wie Inobhutnahme, die Kindesanhörung oder die Erstellung von Gutachten werden in dem Buch ausführlich behandelt.

Begleitend dazu gibt es von der Autorin für betroffene Eltern einen Ratgeber mit dem Thema: Trennung mit Kindern – was tun?

Für mich ist es das Beste, was ich bisher zu dem Thema gelesen habe. Alle notwendigen Aspekte werden in einer wissenschaftlich fundierten immer wieder mit Beispielen verdeutlichen Weise beleuchtet.

Dr. Rudolf Sanders

Ulrike Balke-Holzberger

*Zittern Sie sich frei! Mit Faszien-Stress-Release Verspannungen,
Ängste und Schmerzen auflösen*
Klett-Cotta, Stuttgart 2018, 20 €

Chronischer Stress, dauerhafte Spannungszustände, anhaltende Ängste und auch traumatische Erfahrungen hinterlassen Spuren in unserem Leben. Da diese im Körper gespeichert sind, können sie negative Auswirkungen auf alle unsere Lebensbereiche haben und Schäden bewirken. Wir können solche Spuren wahrnehmen durch muskuläre Verspannungen in Form von Rücken-, Bauch- oder Kopfschmerzen, nächtliches Knirschen mit den Zähnen, Schlafstörungen oder auch ein Gefühl innerer Unruhe, Gereiztheit oder Angst. Die vorgestellte Methode – Faszien-Stress-Release (FSR) – basiert in ihrer Wirkungsweise auf dem Wissen von körperlicher Selbstregulation und Selbstheilung. In körperorientierten Psycho- und Traumatherapien (Somatic Experiencing, Peter Levine) hat sich dieses neurogene Zittern etabliert. Es gehört zur Grundausstattung aller Säugetiere, durch Rütteln, Schütteln und Zittern, überschüssige Energie, die sich in Stresssituationen bilden, wieder abzubauen.

Der Autorin gelingt es, für jeden Leser und jede Leserin sehr verständlich den biologischen Hintergrund dieses körperorientierten Ansatzes aufzuzeigen. Alle Übungen werden ausführlich beschrieben und mit Skizzen visualisiert. Unabhängig von der jeweiligen Vorgeschichte können diese Übungen alleine zu Hause durchgeführt werden.

FSR schützt und dient auch Menschen, die in sozialen und helfenden Berufen tätig sind. Der hohe Anspruch an sich selbst, gute Arbeit zu leisten, richtig zu helfen, in akuten Situationen sofort die richtige Entscheidung zu treffen und dementsprechend richtig zu handeln, löst ein hohes Stresspotenzial aus. So hilft FSR, sich vor einer Übertragung

des Leids von anderen zu schützen und die professionelle Distanz zu wahren, um die Arbeit gut machen zu können.

Dr. Rudolf Sanders

Stanislaus Klemm

Blickst du noch durch? Aus meiner Arbeit der Telefonseelsorge und Lebensberatung. Ausgewählte Artikel, Kolumnen und Rundfunksprachen

Geistkirch Verlag, Saarbrücken 2018, 16,80 €

Als Beraterinnen und Berater sind wir oft hautnah dran an den Menschen mit ihren Fragen, Sorgen und Nöten. Sie haben die Orientierung verloren, drehen sich nur im Kreis und bitten uns um Begleitung und Hilfe. Wir alle sind therapeutisch ausgebildet und merken nicht selten, dass noch etwas fehlt: die Sorge für die Seele. Genau darum geht es in den vielen kleinen Beiträgen in diesem Sammelband. Seit wir als Menschenpaar Adam und Eva aus dem Paradies, aus dem Himmel vertrieben wurden, haben wir uns entweder ganz fest in unserer Erde verwurzelt oder träumen nur noch von dem, was wir verlassen mussten und sehnen uns nur noch nach dem Himmel, der hoffentlich bald zu erreichenden Endstation auf unserer großen und beschwerlichen Pilgerreise durch das Jammertal unserer Erde. Zwischen diesen Gegensätzen hin und hergerissen, laufen wir allzu oft Gefahr, entweder den Himmel oder die Erde zu vernachlässigen und unnötige und unheilvolle Gegensätze zwischen diesen Welten aufzubauen, statt immer wieder den Versuch aufs Neue zu wagen, beides als ein Ganzes zu sehen und schätzen zu lernen. Dabei ist es wichtig, zwei Dinge zu vermeiden: entweder nur in die Luft zu starren oder nur in der Erde zu wühlen.

Unterteilt werden die Beiträge mit Themen aus der Beratungsarbeit, etwa „Fremdgehen“, „Abbruch und Aufbruch in einer Ehe“ und besinnliche und meditative Themen wie etwa „Gott schläft im Stein“ (Meditationen über Steine).

Ein Buch mit Seelennahrung, so eben mal zwischendurch, zum Innehalten und Auftanken.

Dr. Rudolf Sanders

Christian Rösler

Paarprobleme und Paartherapie. Theorien, Methoden, Forschung – ein integratives Lehrbuch

Kohlhammer, Stuttgart 2018, 39 €

Die Tatsache, dass Trennung und Scheidung sowie nicht gelingende destruktive Paarbeziehungen für alle Betroffenen, insbesondere für Kinder, mit viel psychischen und physischen Leid verbunden sind; dass sie darüber hinaus für die Solidargemeinschaft hohe finanzielle Kosten zur Folge haben hat den Autor bewegt, sich diesem Thema zuzuwenden. Sehr umfassend stellt er aktuelle populäre Diskurse zu Paarbeziehungen dar, etwa dass diese lediglich als ökonomische Austauschprozesse verstanden werden oder die Idee, dass das Gelingen einer Paarbeziehung nur eine Frage der richtigen Technik oder der richtigen inneren Haltung sein, nach dem Motto: „Liebe dich selbst, dann ist es egal, wen du heiratest!“

Es handelt sich um ein Lehrbuch und deshalb fehlt nicht der historische Überblick über die Kontinuität und den Wandel von Paarbeziehungen. Sehr ausführlich, immer wieder mit Quellen belegt, werden theoretische Erklärungsmodelle für die Beziehungsdynamik und die Entstehung von Konflikten in Paarbeziehungen ausgeführt. Die Fähigkeit, Emotionen zu regulieren hat große Bedeutung für das Gelingen einer nahen Beziehung. Deshalb wird den Ergebnissen der Neurowissenschaft zu diesem Bereich, insbesondere der Bedeutung von adaptiven und maladaptiven Emotionen, ein wichtiger Platz eingeräumt. In den Mittelpunkt aller vorgestellten paartherapeutischen Modellen stellt der Autor die von S. Johnson entwickelte Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT), aufgrund der empirischen Untersuchungen zu diesem Ansatz. Johnson hat die Sichtweise der Paarbeziehung als Bindung zu einem differenzierten Modell der Paardynamik und einem darauf abgestimmten paartherapeutischen Ansatz integriert, welcher eine bindungstheoretische Sicht der Paardynamik mit systemischen Elementen und humanistischen Vorgehensweisen verknüpft. Paarprobleme werden als Ausdruck einer Unterbrechung der Bindungsbeziehung konzeptualisiert. Die Partner haben Verletzungen von Bindungsbedürfnissen in der Beziehung erlebt, finden keine Bindungssicherheit mehr beim anderen und zeigen bindungstypische Verhaltensweisen des Protests, z.B. Klagen, Vorwürfe oder Streit, um eigentlich den Bindungskontakt zum anderen wiederherzustellen. Entsprechend ihres internalisierten Arbeitsmodell von Bindung, entstanden in Kindertagen, setzen sie diese maladaptiven Muster des Verhaltens automatisch ein, um den anderen wieder in die emotionale Verbindung zurückzuholen.

Ein wichtiges Buch mit aktuellen Forschungsergebnissen und auch mit Hinweisen darauf, wie in vielen anderen Ländern die Prävention von Interaktions- und Kommunikationsstörungen im Gesundheitswesen als

wichtig gilt. In Großbritannien stellte beispielsweise ein Kabinettsbericht schon 2007 ganz klar fest: „Eine gute Beziehung zwischen beiden Eltern wirkt als Schutz vor vielen der negativen Folgen von elterlicher Trennung und Scheidung.“ In der Konsequenz dieses Beschlusses, wurden staatliche Mittel für die Etablierung und Verbreitung entsprechender Programme bereitgestellt. Ähnliches gilt z.B. auch für Australien, Norwegen oder Singapur.

Bei aller Begeisterung ein kleines Manko: Leider wurde das Literaturverzeichnis nicht mit der gleichen Sorgfalt wie der vorhergehende Text erstellt. So fehlen etwa auf den Seiten 317 bis 319 acht der zitierten Bücher.

Dr. Rudolf Sanders

Jan Philipp Klein, Matthias Backenstraß & Elisabeth Schramm
Therapie-Tools CBASP. Psychotherapie chronischer Depression
PVU Beltz, Weinheim 2018, 39,95 €

In der Behandlung von Interaktions- und Kommunikationsstörungen in nahen Beziehungen, etwa in Partnerschaften, spielt Depression eine große Rolle. Es ist unklar, ob zuerst die Depression da ist und dann die Ehekrise oder umgekehrt. Die von Martin Seligman geprägte Bezeichnung von „Depression als erlernte Hilflosigkeit“ bietet sicherlich einen Schlüssel zum Verständnis immer wieder misslingender Interaktionen. Und genau hier setzt das Cognitive Behavioral Analysis System of Psychotherapy (CBASP) an. Menschen mit chronischer Depression haben in zwischenmenschlichen Interaktionen große Schwierigkeiten, die unmittelbaren Konsequenzen ihres Verhaltens zu erkennen. Die emotionale und kognitive Bewertung einer Situation und die daraus folgende Handlungsplanung sind nicht gekoppelt an die unmittelbare Umwelt. Viel mehr folgen Bewertungen und Handlungsplanung einem tiefgreifenden Muster, welches sich aus der Prägung durch Bezugspersonen über die Lebensspanne ergibt. Deshalb ist die Situationsanalyse das Kernstück der CBASP-Behandlung. Durch deren wiederholte Anwendung lernt ein Patient Schritt für Schritt, die Wahrnehmungsentkopplung zu überwinden. Das bedeutet, dass er lernt, seine Verhaltensplanung an die Erfordernisse der gegenwärtigen Situation anzupassen. Er lernt zu dechiffrieren, welche konkreten Konsequenzen sein gegenwärtiges zwischenmenschliches Verhalten hat und wann sein Verhalten stark durch vergangene prägende Beziehungserfahrung gesteuert wird.

Da Beziehungen immer in Beziehung gelernt werden, wird auch dem WIE der Gestaltung und Nutzung der therapeutischen Beziehung ihre gehörige Aufmerksamkeit gewidmet.

Zu dem Buch gibt es ein E-Book, sodass alle Arbeitsmaterialien bequem ausgedruckt werden können.

Dr. Rudolf Sanders

Liselotte Staub

Trennung mit Kindern was tun? Ratgeber für Betroffene Eltern
Hogrefe, Bern 2018, 19,95 €

Welche seelischen und körperlichen Auswirkungen die Trennung der Eltern für Kinder und Jugendliche hat, ist hinlänglich beschrieben. Der zur Trennung führende Konflikt stellt im Leben des Kindes ein einschneidendes, ein nicht vorhersehbares und nicht beeinflussbares Ereignis da. Wie sich diese Traumatisierung auswirkt, hängt vor allen Dingen davon ab, wie die Eltern mit dieser Situation, vor allem mit der Gestaltung der nahehelichen Situation, umgehen.

Der Autorin gelingt es in hervorragender Weise, die Eltern zunächst einmal abzuholen, indem sie diese mit ihrer eigenen Situation vertraut macht und ein Bewusstsein für die eigene Bedürfnisse und Nöte schafft. Erst wenn sie in der Lage sind, ihre Lebensumstände zu analysieren, zu verstehen, zu akzeptieren und anzunehmen, werden sie auch die Paarebene von der Elternebene trennen und sich mit den Anpassungsproblemen der Kinder beschäftigen können.

Ausführlich wird die Falle Parentifizierung besprochen. Zwar soll man die eigene Traurigkeit vor den Kindern nicht verbergen, aber das Kind muss deutlich wissen, dass es sich nicht darum kümmern muss, dass man selbst Freunde oder therapeutische Hilfe aufgesucht hat, die einen in der Situation begleiten. Das öffnet den Kindern auch die Tür, selbst in therapeutischen Gruppen, die häufig in Familienberatungsstellen für Trennungskinder angeboten werden, Unterstützung zu erfahren.

In einem zweiten Teil liegt das Hauptaugenmerk auf der bio-psycho-sozialen Situation und den damit zusammenhängenden Anpassungsprozessen, die jedes Kind von getrennten Eltern bewältigen muss. Ein ausführlicher praktischer Teil zeigt Eltern Wege auf, wie sie es schaffen, in der neuen Situation für die Kinder da zu sein, um sie nicht zu Verbündeten in der Kampfzone zu machen.

Trennung, Scheidung und Hochstrittigkeit sind häufige Themen, mit denen Kolleginnen und Kollegen in Familienberatungsstellen oder beim Jugendamt konfrontiert werden. Das vorliegende Buch ist für Eltern gedacht. In Verbindung damit halte ich das Buch „Das Wohl des Kindes bei Trennung und Scheidung“ von der gleichen Autorin, aber für die Praktiker in der Familienberatung geschrieben, für das Beste, was derzeit auf dem Markt ist; empirisch fundiert und einfühlsam geschrieben.

Dr. Rudolf Sanders

Udo Bär

Die Weisheit der Kinder. Wie sie fühlen, denken und sich mitteilen
Klett-Cotta, Stuttgart 2018, 16 €

Alle, die mit Kindern zusammenleben oder im beruflichen Kontext mit ihnen zu tun haben, stehen immer wieder vor Situationen, die aus der erwachsenen Perspektive nicht zu verstehen sind. Aus dieser Sicht machen sie keinen Sinn. Aber alles Handeln hat einen Sinn, auch das von Kindern!

Vielleicht hilft die Erklärung, dass das Wort Sinn vom mittelhochdeutschen *sin* abgeleitet ist und Richtung bedeutet, wie wir es im Wort Uhrzeigersinn noch kennen. So auf das Handeln von Kindern zu schauen, macht uns Erwachsene zu Sinndeutern. Wenn man im Umgang mit einem Kind hilflos ist, könnte man sich fragen: „Was will es mir damit sagen? Welche Weisheit verbirgt sich möglicherweise hinter seinem Handeln?“ Warum erklärt wohl Carla den anderen Kindern in der Kita, dass ihr Papa alles mit einem Werkzeug reparieren kann? Oder Max seiner der Lehrerin, dass er auf keinen Fall Interesse hat, an der Klassenfahrt teilzunehmen? Wenn man weiß, dass seine Mutter alleinerziehend ist und jeden Pfennig umdrehen muss, versteht man es schon.

Abgerundet wird dieses Buch mit Empfehlungen für Eltern und andere Erwachsene, wenn es z.B. darum geht, das Wort Zickigkeit durch Eigensinn zu ersetzen oder der Autor aus seinen langjährigen Erfahrungen als Mitbegründer des Pädagogischen Instituts in Berlin von den Geschenken erzählt, die Kinder wirklich brauchen: Interesse an ihnen – und ihnen das auch zu zeigen. Oder den Tanz von Nähe und Distanz zu wagen.

Immer geht es darum, die Erwachsenenperspektive beizubehalten und sich darum zu bemühen, die Kinderperspektive zu erfassen oder sich ihr zumindest anzunähern.

Dr. Rudolf Sanders

Roman Hoch

Mimik und Körpersprache. 75 Therapiekarten
PVU Beltz, Weinheim 2018, 46 €

Gefühle als Reaktionen auf Situationen zu verstehen ist ein Schlüssel für Veränderungsprozesse in Therapie und Beratung. Aus Gefühlen werden Bewertungen und Kognitionen, die ihrerseits wieder Handlungen nach sich ziehen. Wenn es bei Klienten und Patienten um ihre Gefühle geht, zeigt sich oft eine sehr eingeschränkte Ausdrucksfähigkeit.

Im ersten Teil werden auf 33 Karten die elf Grundgefühle aufgegriffen und auf der Rückseite jeweils den Bereichen zugeordnet. Die Gefühle selbst sind ausgedrückt in der Mimik der jeweiligen Person. Kann jemand mimische Signale erkennen, richtig deuten und passend mit ihnen umgehen, sprechen wir von Mimikresonanz. Der Fokus der Arbeit mit den Karten liegt entsprechend auf einer verbesserten Einschätzungsfähigkeit für den Ausdruck eigener und fremder Emotionalität.

Im zweiten Teil des Kartensets wird der Fokus auf ein differenziertes Verständnis von Körpersprache gelegt. Konkret geht es um Fragen wie: Wie generiert sich eigentlich Körpersprache? Was für Signale können erkannt werden und wie sind diese einzuschätzen? Die vorgegebenen Szenen bieten die Möglichkeit, selbst einmal eine bestimmte Körperhaltung einzunehmen und so das eigene Ausdrucks-spektrum zu erweitern bzw. nachzufühlen, was eine solche Situation innerlich auslösen kann.

Dreh- und Angelpunkt für Beratung und Therapie ist das Gelingen bzw. Misslingen der Gestaltung von Beziehungen. Da passende Bilder oft viel mehr zum Ausdruck bringen als noch so viele Worte, bietet die Arbeit mit diesem Kartenset – insbesondere auch Menschen, die nicht lernen konnten sich verbal auszudrücken –, einen guten Zugang zu sich selbst, um das eigene Handeln besser zu verstehen und vor allen Dingen neues und angemesseneres Fühlen, Denken und Handeln zu trainieren.

Dr. Rudolf Sanders

Friederike Zais, Charlotte Michalak, Maren Rumpf & Maylien Schulte

Zappel Zirkus Zacharias. Ein Buch für zappelige Zirkuskinder mit ADHS, ihre Zirkusfamilien, Freunde und Zirkusdompteure

Hogrefe, Bern 2018, 24,95 €

Viele Jahre war ich Jungpfadfinderleiter für Kinder im Alter von 10 bis 14 Jahren. In den wöchentlichen Gruppenstunden und ganz besonders im 14-tägigen Sommerlager sind wir in Spielwelten eingetaucht, in denen wir Kinder wunderbar erreicht haben. In diesem Buch wird Kindern und Eltern mithilfe der Spielwelt Zirkus auf einladende Weise eine Möglichkeit angeboten, die Herausforderung ADHS gemeinsam zu bewältigen.

Das zappelige Elefantenkind Enno lernt, sich in die Welt des Zirkus zu integrieren und dort seinen Platz zu finden. Dabei wird er unterstützt vom Zirkusdompneur, der ihm hilft, mit dem Flo Zacharias, der in Ennos Ohr wohnt, zu kooperieren. Da es zum gemeinsamen Erfolg des Zirkus auch Regeln gibt, lernt Enno etwa, wie ein gesundes Frühstück aussehen muss, um ganz konzentriert zu sein oder dass abendliches Fernsehen ihn daran hindert, gut zu schlafen und fit für den nächsten Auftritt zu sein. Auch Eltern, Lehrer und Lehrerinnen als Zirkusdirektoren und Dompoteure lernen aus Teufelskreisen (Eskalationsfallen) auszusteigen und stattdessen durch gezielte Aufmerksamkeit, Belohnung mit Erdnüssen und immer wieder Lob, Enno bei seinen Bemühungen zu unterstützen, Erfolg im Zirkus zu haben.

Auf der Grundlage evidenzbasierter Ergebnisse zur Behandlung von ADHS bekommen Eltern und Lehrer mit diesem Buch eine wirklich tragfähige Unterstützung. Eingebunden werden auch Themen wie Medikamenteneinnahme oder die Unterstützung durch progressive Muskelentspannung.

Das Buch gehört in die Handbibliothek jeder Kinderarztpraxis und Erziehungsberatungsstelle, um es Eltern empfehlen zu können. Denn es bietet einen wunderschön gestalteten kindgerechten Zugang zu einem schwierigen Thema.

Dr. Rudolf Sanders

Stefan Lange

Begründet glauben. Denangebote für Skeptiker und Glaubende
Neukirchener Verlag, Neukirchen-Vluyn 2017, 9,99 €

Wie alle haben einen Verstand und einen freien Willen. Oder sollten wir besser sagen, Gott hat uns beides gegeben? Und da sind wir schon beim zentralen Thema dieses Buches. Wenn wir diesen Verstand schon haben, sollten wir ihn auch nutzen, unabhängig davon, ob wir an einen Schöpfergott glauben oder nicht. Der Autor geht zunächst der Frage nach, ob es vernünftige Gründe gibt, von der Existenz Gottes auszugehen. Er wägt Gründe ab, die dem Leser und der Leserin ermöglichen sollen, selbst zu entscheiden, ob die Existenz Gottes zum Kreis der vernünftigen Annahmen gezählt werden kann oder nicht.

Dazu nutzt er die Erkenntnisse moderner Astrophysik und Kosmologie, die mit naturwissenschaftlicher Präzision der Frage nachgehen können: Was wäre, wenn? Und welche Rolle spielt eigentlich Jesus Christus bzw. der christliche Glaube? Ein Alleinstellungsmerkmal dieses Glaubens ist es, dass er in seinem Kern einem religiösen Regelwerk widerspricht, das sagt: „Du musst jenes und dieses tun, um dir deine Erlösung zu erarbeiten oder zu verdienen.“ Nicht einmal durch die perfekte Einhaltung von Geboten ist das möglich. Der christliche Glaube besagt: Indem Gott in Jesus selbst Mensch wurde, hat dieser durch sein Leben gezeigt, wie wir gottgefällig leben können, Jesus hat dafür sogar den Tod auf sich genommen. Und Gott hat den Tod nicht siegen lassen, sondern Jesus am dritten Tage auferweckt. Auch die Sache mit der Auferstehung wird intensiv und *vernünftig* diskutiert.

An manchen Stellen reizt der Autor zum Widerspruch und das ist sicherlich so gewollt! Denn nur so ist es möglich, eine eigene vernünftige Entscheidung zu fällen.

Empfehlenswert für alle, die vielleicht schon immer Christ waren und sind, die sich selbst vielleicht kritisch fragen, ob sie es wirklich sind. Und für solche, die sich mit der Frage nach Gott auseinandersetzen wollen. Wirklich spannend zu lesen, von der ersten bis zur letzten Zeile.

Dr. Rudolf Sanders

Otto Hofer Moser

Leibtherapie. Eine neue Perspektive auf Körper und Seele
Psychosozial, Gießen 2018, 29,90€

Seit der ersten Ausgabe von Beratung Aktuell, die vor 20 Jahren erschien, macht mir das Besprechen von Büchern große Freude. Und immer wieder entdecke ich Juwelen. Und dieses Buch ist ein Juwel!

Dass wir Menschen einen Körper haben, dass die Klärung und Bewältigung von Interaktions- und Kommunikationsstörungen nicht allein über eine Redekur zu verändern sind, setzt sich erst langsam in der Therapieszene durch. Wir haben einen Körper oder sollten wir besser sagen einen Leib, weil dieser weit mehr ist als der Körper. Wir haben einen Körper, aber wir sind Leib. Darauf hat Hilarion Petzold mit der Entwicklung der Integrativen Therapie (IT) seit den 1960er-Jahren immer hingewiesen.

Dieses Buch stellt nun Petzolds Leibkonzept vor. Dabei handelt es sich um das zentrale Konzept, von dem einerseits ein vertieftes philosophisch-erkenntnistheoretisches Verständnis der menschlichen Existenz und des Wesens des Menschseins als Körper-Seele-Geist Ganzheit und seines zur und In-der-Welt-Seins erschlossen wird; und andererseits ist es das Fundament für so grundsätzliche Konzepte der IT wie Intersubjektivität, Zwischenleiblichkeit und Lebenswelt. Für die IT spielt das Leib-Konzept sowohl im Verständnis der therapeutischen Beziehung als auch in der Begründung ganz konkreter leiborientierter Intervention eine tragende Rolle. Somit handelt es sich hier um ein Spezifikum der IT gegenüber den meisten anderen Psychologieschulen.

Dass das Messer auf dem Tisch liegt heißt nicht, dass ich nach ihm greifen kann. Der Leib ist somit stets gegenwärtig in jedem Vorhaben und in jeder Wahrnehmung, er ist unser Stand- und Ausgangspunkt, kurz unser totales Bezugszentrum. Deshalb lässt sich der Leib zunächst auch nicht als solcher erkunden, um erst dann in seinem Weltbezug untersucht zu werden. Der Leib ist keine Scheibe zwischen mir und der Welt, sondern unser primäres In-der-Welt-Sein. Dank seiner sind wir je schon draußen bei den Dingen.

Deshalb spielt das Prinzip Achtsamkeit eine zentrale Rolle in der IT. Ein Mensch kann seine Gedanken, Gefühle, Körperempfindungen und Handlungsimpulse beobachten. Also ist er mehr als seine Gedanken, seine Gefühle usw. Das ermöglicht etwa, mit Achtsamkeit ein Aussteigen aus Denk-, Fühl- und Verhaltensautomatismen zu fördern.

Weil das Prinzip Achtsamkeit in der IT seit Beginn eine zentrale Rolle spielt, ist im Gegensatz zu anderen Psychotherapieschulen die Achtsamkeitswelle bisher kaum explizit über ausführliche Veröffentlichungen aufgegriffen worden. Petzold spricht sogar von *komplexer*

Achtsamkeit, die auf den Leib und die Lebenswelt gerichtet ist. Für ihn ist das eine nicht ohne das andere zu begreifen, zu haben oder interventiv zu beeinflussen. Die Zielrichtung soll dabei die Entwicklung einer euthymen Achtsamkeit sein, eine Sensibilität für das eigene Wohlbefinden und das Wohlergehen anderer.

Zusammengefasst geht es in einer Leibtherapie, so wie Petzold sie in der Integrativen Therapie konzipiert hat, um zweierlei: Zum einen den äußeren sinnlichen Erfahrungen in einer als hektisch und besinnungslos erlebten Zeit allgemein wieder mehr Aufmerksamkeit zu schenken und Bedeutung zuzumessen. Und über ein solch achtsames Eintauchen in diesen Strom der sinnlichen Eindrücke sowie eine Vertiefung der Fähigkeit zum eigenen leiblichen Spürbewusstsein ein Gefühl der Verbundenheit mit sich selbst als Leib und der sozialen und ökologischen Lebenswelt zu kultivieren. Andererseits erwächst aus dem Einlassen auf diese sinnliche Erfahrung auch individueller und kollektiver Sinn. Sinn ruht in den Sinnen; denn sie selbst gehören zu diesem Gewebe von Bezogenheit, von Sehen und Gesehen-Werden, von Berühren und Berührt-Werden.

Abgerundet wird das Buch mit einem Anhang bewährter Übungsanleitungen.

Dr. Rudolf Sanders

Impressum

Die Gegenwart zeichnet sich durch vielfältige gesamtgesellschaftliche Veränderungsprozesse aus, die bei Einzelnen, Paaren und Familien zu tiefgreifenden Verunsicherungen und Belastungen führen können. Die daraus entstehenden Verletzungen und Verletzlichkeiten werden in die Beratung hineingetragen, die sich damit in besonderer Weise an der Schnittstelle zwischen gesellschaftlichen Entwicklungen und individuellem Wohlbefinden bewegt

Beratung Aktuell will ein Forum dafür bieten unser Verständnis für gelingende Beratungsprozesse zu erweitern. Es werden erfahrungs- und evidenzbasierte Arbeiten veröffentlicht, die der wissenschaftlichen Weiterentwicklung von Beratungspraxis und -theorie verpflichtet sind. Die Zeitschrift wird von der Idee getragen, dass wissenschaftliche Erkenntnisse die konkrete Praxis bereichern, aber ebenso praktische Erfahrungen die Weiterentwicklung von Wissenschaft und Forschung anzustoßen vermag.

Zielgruppe:

Die Zeitschrift richtet sich in erster Linie an Beraterinnen und Berater, also an psychosoziale Fachkräfte, die in ganz unterschiedlichen Arbeitsfeldern und Settings beraterisch-therapeutische Aufgaben wahrnehmen, z.B. in den Bereichen:

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

Herausgeber:

Rudolf Sanders, Dr. Phil., Dipl.-Päd., Ehe- Familien und Lebensberater, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich der Ehe- und Paarberatung, Begründer des Verfahrens Partnerschule als Paar- und Sexualberatung Integrativen Verfahren, bis zu seiner Pensionierung 2016 25 Jahre Leiter der katholischen Ehe- und Familienberatungsstelle Hagen & Iserlohn, Mitglied im Vorstand der DAJEB

Sauerland Straße 4, 58706 Menden, Tel.: 02352-973327

E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de

Web: www.partnerschule.eu

Christine Kröger, Prof. Dr. rer. nat., Dipl.-Psych., Psychologische Psychotherapeutin, seit 2011 Professorin an der Hochschule Coburg (Professur für psychologische Grundlagen der Sozialen Arbeit und Klinische Sozialarbeit).

Lehr- und Forschungsschwerpunkte: Beraterisch-therapeutische Unterstützung von Menschen mit psychischen Störungen, Prävention und Diagnostik

von Beziehungs- und Interaktionsstörungen bei Paaren und in Familien, Evaluation psychosozialer/sozialtherapeutischer Interventionen, Qualitätssicherung in der Beratung.

Hochschule Coburg
Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit
Friedrich-Streib-Str. 2, D-96450 Coburg
E-Mail: christine.kroeger@hs-coburg.de

Redaktion:

Dr. Rudolf Sanders, Sauerlandstr. 4, 58706 Menden, Tel.: 02331-788582
E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de, Web: www.partnerschule.de
Dr. Christine Kröger, Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit
Friedrich-Streib-Str. 2, D-96450 Coburg
E-Mail: christine.kroeger@hs-coburg.de

Projektleitung:

Heike Carstensen, Junfermann Verlag GmbH, Driburger Str. 24 D, D-33100
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.

Verantwortlich für www.active-books.de:

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

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).