

Deutsche Arbeitsgemeinschaft
für Jugend- und Eheberatung e.V.

Paare und Familien – Wirkungsvoll beraten

Informationsrundschriften
Nr. 237 Oktober 2021

DAJEB

Vorstand der DAJEB

Präsidentin:	Cornelia Weller Dipl.-Soz.-Pädagogin, Supervisorin (DGSv), EFL-Beraterin (DAJEB)	Tel.: 0163 2533130 weller@dajeb.de
Vizepräsident:	Dr. Stefan Schumacher Dipl.-Theologe, Sozialwissenschaftler, EFL-Berater (DAJEB)	Tel.: 02331 1860963 schumacher@dajeb.de
Beisitzer*innen:	Sabine Grimm M.A. Erziehungswissenschaften, Supervisorin (DGSv), EFL-Beraterin (DAJEB)	grimm@dajeb.de
	Ulrike Heckel Dipl.-Soz.-Pädagogin, Supervisorin (DGSv), EFL-Beraterin (DAJEB)	Tel.: 0151 40709873 heckel@dajeb.de
	Christine Koch-Brinkmann Dipl.-Theologin, Systemische Familien- therapeutin (SG), Supervisorin (DGSv) EFL-Beraterin (DAJEB)	Tel.: 0151 70115791 koch-brinkmann@dajeb.de
	Annemarie Potthoff Dipl.-Sozialarbeiterin, EFL-Beraterin (DAJEB)	Tel.: 0173 9454612 potthoff@dajeb.de
	Nicole Rosentreter Sozialpädagogin (BA), Systemische Beraterin und Therapeutin (SG)	rosentreter@dajeb.de
	Dr. Rudolf Sanders Dipl.-Pädagoge, EFL-Berater (BAG), Integrativer Paartherapeut (EAG)	Tel.: 02373 9166364 sanders@dajeb.de
Geschäftsführer:	Dieter Saile	DAJEB Neumarkter Straße 84 c 81673 München Tel.: 089 4361091 Fax: 089 4311266 saile@dajeb.de www.dajeb.de

Inhaltsverzeichnis

Dr. Rudolf Sanders	Zu diesem Heft	3
	Vorankündigungen: - Jahrestagung 2021 - Fortbildungsreihe: "Gesprächsführung ..."	4
	Jahrestagung 2020	
Cornelia Weller	Eröffnung der Jahrestagung 2020	5
Prof. Dr. Christine Kröger	Was wirkt wirklich? – Paar- und Familienberatung im Spiegel theoretischer Überlegungen und empirischer Befunde zur Wirksamkeit	7
	Aus den Arbeitsgruppen:	
Frank Siegele	Miteinander statt gegeneinander – kämpfen ohne zu siegen	24
Günter Aden	Therapeutische Identität in Bewegung – Emotional Dance Process®	27
Christine Weiß	EFT – Emotionsfokussierte Paartherapie	29
Dr. Rudolf Sanders	Emotionsregulierung in nahen Beziehungen und ihre Veränderung durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit in der Arbeit mit Paaren	33
Dr. Claudia Croos-Müller	Kopf hoch: Affektregulierung und Affektstabilisierung mit einfachen Körpercodes: Die Body2Brain Methode ccm®	35
	Mitgliederversammlung 2020	
	Bericht über die Mitgliederversammlung 2020	38
	Tätigkeitsbericht für das Jahr 2019	41
	Aus der Beratungsarbeit	
Dr. Rudolf Sanders	Emotionsregulierung in nahen Beziehungen und ihre Veränderung durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit in der Arbeit mit Paaren	70
	Rezensionen	
Rohr, D. et al. (Hrsg.)	Beratung lehren – Erfahrungen, Geschichten, Reflexionen aus der Praxis von 30 Lehrenden (Dr. A. Tiedtke)	86
Gahleitner, S. B.	Professionelle Beziehungsgestaltung in der Psychozialen Arbeit und Beratung (Dr. R. Sanders)	87

Rezensionen (Fortsetzung)

Van der Elst, E. et al.	Kinder aus der Klemme – Arbeitsbuch für Eltern (Dr. R. Sanders)	88
Neudeck, P.; Mühling, S.	Therapie-Tools Verhaltenstherapie: Therapieplanung, Probatorik, Verhaltensanalyse (Dr. R. Sanders)	88
Taylor, S.	Die Pandemie als psychologischer Herausforderung (Dr. R. Sanders)	89
Roth, G.	Warum es so schwierig ist, sich und andere zu ändern (Dr. R. Sanders)	91
Heiland, J.	Die Liebesbeziehungskiste (Dr. R. Sanders)	91
Sachsse, U.	Proxy – dunkle Seite der Mütterlichkeit (Dr. R. Sanders)	92
Cornelia Weller	Nachruf: Margarete Krohn-Grimberghe	96

Zu diesem Heft

Liebe Leserin, lieber Leser,

seit ihrer Gründung 1949 verfolgt die DAJEB den Aufbau von Jugend- und Eheberatungsstellen und sie vermittelt qualifizierte Fort- und Weiterbildung in Theorie und Praxis für deren Mitarbeiter*innen. Dabei motiviert sie die Sehnsucht der meisten Menschen nach einer glücklichen, harmonischen und vor allem langfristigen Partnerschaft. In den Zukunftsperspektiven vieler junger Menschen spielen gelingende Partnerschaft, ggf. Kinder – also die Gründung einer eigenen Familie – eine zentrale Rolle. Deshalb ist es schmerzlich, wenn diese Zukunftsperspektiven scheitern, zumal eine feste, stabile und unbeschwerte Partnerschaft sich als einer der besten Prädiktoren für Lebenszufriedenheit, Glück, Wohlbefinden und Gesundheit erweist. Umgekehrt kann eine unglückliche Paarbeziehung zu einem relevanten Risikofaktor für psychische Störungen wie Depressionen, Angststörungen und Substanzmissbrauch werden.

Die Gesellschaft bietet im Rahmen ihrer Gesundheitsvorsorge ihren Mitgliedern durch unterschiedliche Angebote Hilfestellungen, dass nahe Beziehungen gelingen können. Ein Beispiel ist die Förderung der Institutionellen Ehe-, Partnerschafts-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung, in dem Fall, wenn Kinder vorhanden sind. Da diese in besonderem Maße von einer gelingenden Beziehung ihrer Eltern profitieren, findet dies explizit seinen Ausdruck im SGB VIII § 17, dem Kinderjugendhilfegesetz. "Mütter und Väter haben im Rahmen der Jugendhilfe Anspruch auf Beratung in Fragen der Partnerschaft, wenn sie für ein Kind oder einen Jugendlichen zu sorgen haben oder tatsächlich sorgen. Die Beratung soll helfen,

1. ein partnerschaftliches Zusammenleben in der Familie aufzubauen,
2. Konflikte und Krisen in der Familie zu bewältigen,
3. im Fall der Trennung oder Scheidung die Bedingungen für eine dem Wohl des Kindes oder des Jugendlichen förderliche Wahrnehmung der Elternverantwortung zu schaffen."

Nicht nur unter ethischen Gesichtspunkten – das bedeutet, dass Paare und Familien in der Beratung wirklich das bekommen, was sie suchen –, sondern auch im Sinne des guten Einsatzes von Steuergeldern galt unser Blick bei dieser Jahrestagung der Wirksamkeit und Nachhaltigkeit von Beratungsangeboten. So stellte Christine Kröger in dem Hauptvortrag die Frage: "Was wirkt wirklich?" Sie stellte die Paar- und Familienberatung im Spiegel theoretischer Überlegungen dar und wies auf empirische Befunde zur Wirksamkeit hin. In fünf Arbeitsgruppen wurden dann unterschiedliche Wege aufgezeigt, wie es möglich ist, Paare und Familien wirkungsvoll zu beraten.

In den letzten vier Jahren war die Vorstandsarbeit, als auch die der Geschäftsstelle in München durch einen mehrfachen Wechsel in der Geschäftsführung in hohem Maße belastet. Deshalb hat der Vorstand Ende letzten Jahres mit Zustimmung des Familienministeriums beschlossen, sich diesmal bei der Suche nach einer Geschäftsführung fachlich begleiten zu lassen. Ab dem 1. Juli 2020 konnte dieser Findungsprozess mit der Einstellung von Herrn Dieter Saile abgeschlossen werden.

Unsere nächste Jahrestagung wird vom 11. bis 13.03.2021 in Wuppertal stattfinden. Ganz im Sinne eines Schwerpunktes unserer Arbeit, der Jugendberatung, werden wir uns der Adoleszenz – als einer unterschätzten Lebensphase widmen. Als Hauptreferenten konnten wir Dr. med. Michael Meusers, Facharzt für Kinder- und Jugendlichenpsychiatrie und -psychotherapie, Neuropädiater, Systemischer Familientherapeut gewinnen. Er kennt unsere Arbeit, da er viele Jahre Supervisor der EFL-Beratungsstellen Hagen, Iserlohn und Dortmund

war. In unterschiedlichen Arbeitsgruppen werden wieder verschiedene Zugangsweisen zu Menschen dieser Altersgruppe aufgezeigt.

Im Namen der Redaktion grüßt Sie herzlich

Dr. Rudolf Sanders

Jahrestagung 2021

Thema: "Adoleszenz – eine unterschätzte Lebensphase"

11. bis 13. März 2021

Die Mitgliederversammlung findet am Donnerstag, 10. März 2021 statt.

Ort: Internationales Evangelisches Tagungszentrum Wuppertal GmbH
"Auf dem heiligen Berg"
Missionsstraße 9, 42285 Wuppertal

Für das Hauptreferat mit dem Thema "Adoleszenz – eine unterschätzte Lebensphase" konnte Dr. Michael Meusers gewonnen werden. **Bitte merken Sie den Termin vor und geben Sie die Informationen gerne an interessierte Kolleg*innen weiter!**

Die Einladung zur Jahrestagung mit ausführlichem Programm sowie das Anmeldeformular erhalten DAJEB- Mitglieder Ende November 2020. Ab diesem Zeitpunkt stehen diese Unterlagen auf www.dajeb.de auch zum Download bereit.

Nähere Informationen unter:

<https://www.dajeb.de/jahrestagungen/jahrestagung-2021>

Fortbildungsreihe "Gesprächsführung als Grundlage helfender Beratung für Mitarbeiter*innen in der familienbezogenen Beratung mit dem Schwerpunkt Beratung Schwangerer" im Jahr 2021 in Chorin (bei Berlin)

Ziele und Schwerpunkte der Fortbildung:

Im Interesse der Ratsuchenden ist es erforderlich, dass alle Mitarbeiter*innen in Familienberatungsstellen oder Beratungsstellen mit dem Angebot der Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung über fundierte Grundlagen in psychologischer Gesprächsführung verfügen. Diese Fortbildungsreihe wendet sich an mehrere Zielgruppen und wird innerhalb eines Jahres abgeschlossen.

Die Weiterbildung besteht aus 8 dreitägigen Veranstaltungen von Freitagmittag bis Sonntagmittag (je 20 Unterrichtsstunden).

Die Teilnehmer*innen erhalten je Wochenende eine Teilnahmebestätigung. Teilnehmer*innen, die an allen 8 Wochenenden teilgenommen haben, erhalten zusätzlich ein Fortbildungszertifikat der DAJEB.

Nähere Informationen unter:

<https://www.dajeb.de/fort-und-weiterbildung/fortbildungsreihe-2021-gespraechsfuehrung>

Cornelia Weller

Eröffnung der Jahrestagung 2020

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Anwesende,
sehr geehrte Referent*innen,
liebe Mitglieder und Gäste,

ich begrüße Sie alle herzlich zu unserer Jahrestagung zum ersten Mal in diesem Haus in Hannover. Im letzten Jahr begingen wir das 70-jährige Bestehen unseres Verbandes.

Ich freue mich, dass Sie trotz der Unsicherheiten bzgl. des Corona-Virus hier sind. Bis zuletzt haben wir Rücksprache mit dem Familienministerium gehalten. Bitte achten Sie im Rahmen der Tagung auf die empfohlenen Vorsichtsmaßnahmen – zur Sicherheit verzichten wir aufs Händegeben ...

Bevor ich gleich Frau Prof. Kröger das Wort erteile, lassen Sie mich noch kurz etwas zu unserer gestrigen Mitgliederversammlung sagen: nach vier Jahren Amtszeit hatten wir gestern wieder Vorstandswahlen. Wir verabschiedeten uns von Katja Müller, die vier Jahre im Vorstand mitgearbeitet hat und ebenso von unserem langjährigen Vorstandsmitglied Berend Groeneveld.

Herr Groeneveld war 24 Jahre im Vorstand, ist seit 34 Jahren Mitglied der DAJEB. Darüber hinaus ist er langjährig als Dozent, Supervisor und Mentor der personenbezogenen Praxisreflexion tätig gewesen. Wir sind froh, dass er uns als Rechnungsprüfer weiterhin zur Verfügung steht. An dieser Stelle noch einmal mein herzliches Dankeschön für Deine Arbeit, Berend!

Nun können wir drei neue Vorstandsmitglieder begrüßen, Nicole Rosentreter, Sabine Grimm und als neuen Vizepräsidenten Dr. Stefan Schumacher. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit!

Neben diesen erfreulichen Nachrichten zur Besetzung des Vorstandes gibt es auch Herausforderungen zu meistern. Nachdem wir bis 2015 33 Jahre lang Herrn Dr. Moeser-Jantke als Geschäftsführer im Verband hatten, gestaltet sich die Suche nach einer neuen, beständigen Geschäftsführung weiterhin schwierig.

In den letzten Jahren mussten wir die Stelle immer wieder neu besetzen, weil sich die eingestellten Geschäftsführungen neu orientierten oder aus anderen Gründen nicht mehr zur Verfügung standen. Das heißt für uns, erneut auf die Suche nach einer neuen Geschäftsführung zu gehen. Auf diesem Wege sind wir gerade und hoffen mit großer Zuversicht, die Stelle bald bestmöglich besetzen zu können.

Den Mitarbeiter*innen der Geschäftsstelle – Frau Fehnle, Frau Dr. Tiedtke, Frau Fritze und Herr Licht – sei auch hier nochmals ausdrücklich Dank gesagt für das Engagement!

„Paare und Familien – Wirkungsvoll beraten!“

... mit diesem Titel wollen wir Sie diesmal wieder recht herzlich zu unserer Jahrestagung einladen!

Viele Interaktions- und Kommunikationsstörungen haben ihre Ursache in dem WIE, der non-verbalen und verbalen, der emotionalen, motivationalen und basalkognitiven Seite der Beziehungsgestaltung. Dieses WIE – Prozessstrukturen von Lebens- und Beziehungsstilen – wurde vor allem in den frühen Lebensjahren, aber auch in der späteren Kindheit und im Jugendalter durch das Miteinander in der Herkunftsfamilie, die Interaktionsqualitäten zwischen den wichtigen Nahraum-Personen wie Mutter und Vater, Geschwistern, Großeltern usw. erfahren und dadurch gelernt.

Da belastende, defizitäre oder traumatische Kindheitserfahrungen nachwirken können und sich in somatischen, psychischen bzw. ökosychosomatischen Gesundheitsproblemen zu zeigen vermögen, aber auch in der Partnerschaft etwa durch Verweigerungshaltungen, Kommunikationsschwierigkeiten, durch Vermeidung von Nähe, durch Kontrollzwang oder Sprachlosigkeit, gilt es solchen Nachwirkungen oder Folgestörungen auf die Spur zu kommen, um sie zu erkennen und in positive Richtung zu verändern.

Dafür sind wir hier ...

Im Hauptreferat unserer Tagung geht Prof. Dr. Christine Kröger genau dieser Herausforderung nach. Ich freue mich, dass Sie unserer Einladung gefolgt sind.

Auf dem Hintergrund des bio-psycho-sozialen Paradigmas und der Forderung nach Evidenz werden in den fünf Arbeitsgruppen verschiedene (körperorientierte) Methoden vorgestellt, Menschen ganzheitlich zu erreichen.

Leider ist Herr Pauls kurzfristig erkrankt, so dass die Arbeitsgruppe nicht von ihm angeboten werden kann. Dankenswerter Weise hat sich Dr. Rudolf Sanders bereit erklärt, diese Arbeitsgruppe zu übernehmen.

Dr. Rudolf Sanders und Anne Potthoff vom Vorstand haben diese Tagung vorbereitet.

Seien Sie herzlich eingeladen!

Cornelia Weller

Präsidentin der DAJEB

weller@dajeb.de



Was wirkt wirklich? – Paar- und Familienberatung im Spiegel theoretischer Überlegungen und empirischer Befunde zur Wirksamkeit

Abstract

Der Beitrag fokussiert die Frage, was gelingende und nachhaltig wirksame Prozesse der Paar- und Familienberatung auszeichnet. Zunächst wird kurz die Bedeutung von Paar- und Familienbeziehungen für die Gesundheit und die Entwicklung in den Blick genommen. Dann wird erörtert, an welchen Kriterien die Wirksamkeit von Beratung überhaupt festgemacht werden kann, um im nächsten Schritt zwei bedeutende Evaluationsvorhaben (die Beratungsbegleitende Forschung für die Paarberatung und Wir.EB-Studie für die Erziehungsberatung) und deren Ergebnisse vorzustellen. Anschließend werden Wirkmechanismen in ihrer Bedeutung für Beratungsprozesse beschrieben. Dabei liegt der Schwerpunkt auf extratherapeutischen und allgemeinen Wirkfaktoren. Insgesamt wird herausgearbeitet, dass die Auseinandersetzung mit Wirkmechanismen und -faktoren die Basis für die Ausgestaltung eines professionellen Beratungs- und Beziehungsangebots darstellt.

1. Einleitende Überlegungen – Die Bedeutung von Paar- und Familienbeziehungen für Gesundheit und Entwicklung

Paar- und Familienbeziehungen sind hochbedeutsame zwischenmenschliche Erfahrungsräume, vor allem, weil Erwachsene und Kinder hier besondere Verbundenheit, Nähe und Sicherheit erleben können. Gelingende Paar- und Familienbeziehungen sind wichtige Ressourcen, die Wohlbefinden und Gesundheit fördern und gleichzeitig die Auswirkungen belastender Lebensereignisse abzufedern vermögen. Familiäre Beziehungen können aber auch – gerade wegen ihrer hohen Bedeutung – zu einer Quelle von Belastung und unsäglichem Leid werden, besonders augenfällig wird dieses schädigende Potential, wenn Familienbeziehungen von Gewalt geprägt sind (Cierpka & Cierpka, 2014).

Vereinfacht ausgedrückt stellt eine zufriedene und stabile Paarbeziehung einen zentralen Schutzfaktor dar, der sowohl das Erkrankungsrisiko für psychische Störungen als auch das für eher körperlich bedingte Beeinträchtigungen verringert, während eine dauerhaft unglückliche, disharmonische und von feindseligen Streitereien geprägte Partnerschaft ein erheblicher gesundheitlicher Risikofaktor ist (vgl. z. B. Bodenmann, 2016; Hahlweg & Baucom, 2008; Kiecolt-Glaser & Wilson, 2017; Robles, Slatcher, Trombello & McGinn, 2014; Whisman, 2019).

Wenn Paare Eltern sind, wirkt sich die Qualität ihrer Beziehung nicht nur auf die Gesundheit beider Partner*innen aus, sondern beeinflusst auch die Beziehung zu den Kindern, das Erziehungsverhalten und damit die Entwicklung und das Wohlbefinden der Kinder (zusammenfassend bei Kröger, Haslbeck, Dahlinger & Sanders, 2008; Zemp & Bodenmann, 2015). Besonders interessant ist, dass es eindeutige längsschnittliche Einflüsse der Partnerschaftsqualität vor der Geburt auf das frühe Erziehungsverhalten von jungen Eltern gibt. Cox und Kollegen (Cox, Owen, Lewis & Henderson, 1989) haben schon vor mehr als 30

Jahren gezeigt, dass Mütter liebevoller und feinfühlicher mit ihren Säuglingen umgehen, wenn sich ihre Ehe vor der Geburt durch Vertrauen und Nähe auszeichnet. Gleichzeitig entwickelten die jungen Väter aus vertrauensvollen und nahen Paarbeziehungen eine positivere Einstellung gegenüber ihrem Kind und ihrer Vaterrolle (Cox et al., 1989). Die Partnerschaftsqualität beeinflusst unmittelbar das frühe Erziehungsverhalten, wobei naheliegend ist, dass es jungen Müttern und Vätern leichter gelingt, die Signale ihres Säuglings feinfühlig zu beantworten, wenn die eigenen Bedürfnisse in der Partnerschaft erfüllt werden. Dabei stellt der Übergang zur Elternschaft vermutlich eine besonders sensible Phase der Familienentwicklung dar, in der der Einfluss von Partnerschaftsvariablen besonders groß ist.

Die anhaltend hohen Scheidungszahlen (Statistisches Bundesamt, 2018) und die zunehmende Inanspruchnahme von Hilfen zur Erziehung (Arbeitsstelle Kinder- und Jugendhilfestatistik, 2018) machen deutlich, dass ein zufriedenstellendes Zusammenleben in Partnerschaft und Familie für immer mehr Paare, Eltern und Kinder immer weniger erreichbar ist. Umso wichtiger ist es, Paaren und Familien wirksame Beratungs- und Unterstützungsangebote machen zu können.

2. Wirksamkeitsforschung: Herausforderungen, zentrale Ergebnisse und Kontroversen

Aber woran – d. h. an welchen Kriterien – können wir zuverlässig und valide festmachen, dass Beratung wirksam ist? Ist ein Beratungsprozess gelungen, wenn Paare und Familien subjektiv zufrieden mit der Beratung sind? Erwarten wir von professioneller Beratung, dass sie zu emotionaler Entlastung oder sogar zu einer Verbesserung der Lebensqualität der Klient*innen führt? Oder bedeutet "erfolgreiche" Beratung in erster Linie, dass es zu einer nachhaltigen Veränderung der Problembereiche kommt, die zu Beratungsbeginn als Belastung erlebt wurden?

Eine angemessene Beantwortung dieser Fragen ist durchaus komplex – auch, weil psychosoziale Beratung in der Regel breitere Zielsetzungen verfolgt (vgl. Mayer, 2018) als z. B. psychotherapeutische Prozesse, die im Kern auf eine Reduktion von Krankheitssymptomen abzielen. Gleichzeitig haben wir es – wann immer wir Daten zur Ergebnisqualität erheben können – mit Paaren und Familien zu tun, die uns einen nicht unerheblichen Vertrauensvorschluss entgegenbringen. Das ist keine Selbstverständlichkeit: Selbst in gravierenden Krisen ist z. B. der Anteil an Paaren, die Hilfsangebote aufsuchen (können?), relativ gering (Halford, Markman, Kline & Stanley, 2003). Auch wenn es ein "Recht auf Nicht-Beratung" (Engel, Nestmann & Sickendieck, 2018, S. 111) gibt, werden diejenigen Paare und Familien, die besonders ausgeprägte psychosoziale Not erleben (z. B. durch eigene Gewalterfahrungen in der Kindheit und Jugend, durch prekäre sozioökonomische Lebensverhältnisse, Bildungsferne etc.) oftmals kaum erreicht.

Die allergrößte Herausforderung besteht aber nach wie vor darin, dass zu wenig Studien vorliegen, die zuverlässig über die Wirksamkeit von Paar- und familienorientierter Beratung informieren. Zwar gibt es seit den 90er Jahren einen erfreulichen Zuwachs an empirischen Erkenntnissen (z. B. Arnold, Macsenaere & Hiller, 2018; Berg, 2019; Klann, 2002; Klann & Hahlweg, 1994, 1995; Klann, Hahlweg, Baucom & Kröger, 2011; Kröger, 2006; Kröger & Sanders, 2005; Menne, 2008; Roesler, 2012, 2014, 2019; Schulz & Schmidt, 2004; Vossler, 2003), aber wie genau Beratung wirkt, dazu wissen wir vergleichsweise wenig. Für die Frage nach Wirkmechanismen sind wir nach wie vor auf Erkenntnisse der Psychotherapieforschung angewiesen (vgl. Abschnitt 3).

In Bezug auf die Ergebnisqualität von Paar- und Erziehungsberatung sind insbesondere die Initiativen der Beratungsbegleitenden Forschung (BF; Klann & Hahlweg, 1994) und der Wir.EB-Studie (Arnold et al., 2018) beachtenswert. Beide Forschungsvorhaben zielen darauf ab, eine möglichst kontinuierliche Praxisevaluation zu verwirklichen, wobei sich die BF-Studien auf Paarberatung und die Wir.EB-Studie auf Erziehungsberatung konzentrieren.

2.1 Beratungsbegleitende Forschung (BF) zur Wirksamkeit von Paarberatung

Übergeordnetes Ziel dieses Projekts, das 1990 von der Katholischen Bundesarbeitsgemeinschaft für Beratung e. V. in Kooperation mit Kurt Hahlweg vom Institut für Psychologie der Technischen Universität Braunschweig initiiert wurde, ist es, die Effektivität von Paarberatung unter Feldbedingungen systematisch zu ermitteln. Das Vorhaben setzt einen prospektiven Zugang mit Fragebogenerhebungen zu Beginn der Beratung (Prä), unmittelbar zu Beratungsende (Post) und einer Follow-up-Erhebung (6 Monate nach Beratungsende) um. Im Rahmen der BF wurden bislang drei bundesweite Evaluationsstudien (BF I: Untersuchungszeitraum 1990 bis 1993, Klann & Hahlweg, 1994; BF II: Untersuchungszeitraum 1999-2001, Klann, 2002 sowie BF III: Untersuchungszeitraum 2012-2015, Roesler, 2019) realisiert. Damit steht ein umfangreicher, international in dieser Form einmaliger Datenpool zur Verfügung, der einen Zeitraum von 25 Jahren abbildet, was auch unter zeithistorischen Gesichtspunkten (z. B. im Hinblick auf die Frage, ob sich Partnerschaftsprobleme über die Zeit hinweg verändern) interessant ist. Ein weiteres Qualitätsmerkmal der BF-Studien ist, dass eine Fragebogenbatterie mit etablierten, standardisierten diagnostischen Erhebungsinstrumenten zum Einsatz kommt, die sowohl Art und Schwere von paar- und familienbezogenen Schwierigkeiten (erfasst z. B. durch den EPF, Einschätzung von Partnerschaft und Familie; Klann, Hahlweg, Limbird & Snyder, 2006) und eher individuellen Belastungssymptomen (wie z. B. Depressivität) zu Beratungsbeginn erfasst als auch entsprechende Veränderungen durch die Beratung abzubilden vermag.

Die drei bislang durchgeführten Studien, an denen sich zur Prä-Erhebung insgesamt knapp 2.000 Klient*innen beteiligten, ergeben in der Zusammenschau eine recht einheitliche Befundlage, die im Folgenden kurz skizziert werden soll (vgl. Klann & Hahlweg, 1994; Klann, 2002; Roesler, 2019 sowie auch Kröger, 2006): Paare, die sich an die Institutionelle Paarberatung wenden, sind im Durchschnitt hochbelastet. Sie erleben ihre Beziehung zu Beratungsbeginn als ausgesprochen unbefriedigend und unglücklich und zeigen gleichzeitig klinisch relevante individuelle Belastungssymptome (z. B. durch depressive Beschwerden) – daran hat sich im Verlauf von 25 Jahren nichts verändert.

Im Hinblick auf die Wirksamkeit von Paarberatung kann festgehalten werden, dass die Ratsuchenden zu Beratungsende im Durchschnitt hochsignifikant zufriedener mit ihrer Beziehung sind, dass sie sich mit ihrer/ihrem Partner*in auf emotional-affektiver Ebene besser austauschen können und dass sie eher in der Lage sind, Konflikte und Differenzen konstruktiv zu lösen. Des Weiteren erfahren die Paare positive Veränderungen in der gemeinsamen Freizeitgestaltung. Allerdings fällt die Belastungsreduktion nicht für alle diese Aspekte so groß aus, dass die entsprechenden Werte zu Beratungsende innerhalb des Normbereichs zufriedener Paare liegen. Besonders bemerkenswert ist, dass auch die individuelle psychische Belastung hochsignifikant abgebaut werden konnte und zwar in einem Umfang, der annähernd den Effektstärken von Einzelpsychotherapie entspricht (vgl. Roesler, 2019). Insgesamt bleiben die Beratungsergebnisse über den sechsmonatigen Katamnesezeitraum stabil, wobei einschränkend darauf hingewiesen werden muss, dass in allen Studien nur von einer relativ kleinen Subgruppe überhaupt Follow-up-Daten (ca. 25%) erhoben werden

konnten. Daher dürfen die Befunde zur Stabilität der Beratungserfolge nur sehr zurückhaltend interpretiert werden.

Roesler (2019) macht allerdings auch auf differentielle Effekte aufmerksam: Es gibt einen Teil von anfänglich hochbelasteten Paaren, die nicht von der Beratung profitieren. Bei diesen Paaren scheint u. a. bedeutsam zu sein, dass sie (auch im Verlauf der Beratung) wenig Unterstützung durch ihre*n Partner*in erleben.

Schließlich soll nicht unerwähnt bleiben, dass die subjektive Beurteilung der Beratung aus der Perspektive der Klient*innen durchweg sehr positiv ausfällt. Besonders positiv werden die Person bzw. das Verhalten der Beraterin / des Beraters eingeschätzt: Beispielsweise geben über 95% an, dass sie sich von ihr/ihm verstanden fühlten und dass der Ablauf der Beratung planvoll und zielgerichtet war. Allerdings darf die subjektive Zufriedenheit von Klient*innen nicht mit der Wirksamkeit von Beratung gleichgesetzt werden, denn es zeigen sich in der Regel keine oder nur sehr geringfügige Zusammenhänge zu "objektiven" Maßen des Beratungserfolgs (vgl. auch Kröger, Wilbertz & Klann, 2003; Vossler, 2012).

In ihrer Gesamtheit untermauern die Befunde der BF das Wirkpotential von Paarberatung.

2.2 Wir.EB – Wirkungsevaluation in der Erziehungsberatung

Im Arbeitsbereich der Erziehungsberatung wurde 2014 mit einer bundesweiten, trägerübergreifenden und prospektiven Evaluation begonnen. Projektträger dieser Initiative ist der Bundesverband katholischer Einrichtungen und Dienste der Erziehungshilfen e. V. (BVkE); die wissenschaftliche Begleitung leistet das Institut für Kinder- und Jugendhilfe in Mainz (Arnold et al., 2018).

Zunächst lag der Projektfokus darauf, ein praxistaugliches Erhebungsinstrument zu entwickeln, das die Wirksamkeit von Erziehungs- und Familienberatung differenziert und ressourcenorientiert erfasst. Entstanden ist ein neues Erhebungsverfahren, das auf dem Capability Approach von Sen und Nussbaum (vgl. z. B. Nussbaum, 2015; Nussbaum & Sen, 1993) basiert und damit Grundbefähigungen und Verwirklichungschancen für ein gelingendes Leben von jungen Menschen und deren Eltern bzw. Familien abbildet. Insgesamt werden mit dem neuen Verfahren 13 Capabilities (z. B. Körperliche und psychische Integrität/Gesundheit, Fähigkeiten zur Bewältigung und Schutzfaktoren, sozioemotionale Fähigkeiten, Zusammenleben/familiäre Beziehungen) mit jeweils einer Frage erfasst. Die einzelnen Grundbefähigungen verteilen sich auf die drei Dimensionen a) junger Mensch, b) Familie und c) Eltern und werden auf einer sechsstufigen Antwortskala von gar nicht bis völlig zutreffend eingeschätzt. Die Autoren ordnen es als besonderes Qualitätsmerkmal ein, dass sie sich damit von einem eher klinisch-normativ orientierten Zugang lösen (vgl. Arnold & Macsenaere, 2018). Auch Wir.EB zeichnet sich durch ein prospektives Vorgehen mit mindestens zwei Erhebungszeitpunkten (zu Beratungsbeginn und zu Beratungsende) aus, wobei multiperspektivische Einschätzungen sowohl von den Kindern und Jugendlichen als auch von den Eltern und Berater*innen eingeholt werden.

Mittlerweile haben sich knapp 150 Beratungsstellen beteiligt und es liegen Daten zu mehr als 10.000 Beratungsfällen vor. Damit ist ein beeindruckender Datensatz entstanden, der nicht nur die Praktikabilität des Verfahrens untermauert, sondern auch das Ziel einer fortlaufenden Wirkungsevaluation erreichbar werden lässt.

Kurz zusammengefasst, zeigt sich auch im Rahmen dieses Forschungsvorhabens eine ausgesprochen hohe subjektive Zufriedenheit mit dem Beratungsprozess von Eltern und jungen

Menschen (vgl. Arnold & Macsenaere, 2018). Darüber hinaus belegen die Ergebnisse hochsignifikante Verbesserungen im familiären Zusammenleben und der Erziehungskompetenz. Gleichzeitig zeichnet sich ein statistisch hochbedeutsamer Zugewinn an Bewältigungsfähigkeiten ab, d. h. dass sowohl Eltern als auch Kinder und Jugendliche angeben, dass sie besser mit belastenden Situationen umgehen können. Entscheidend ist, dass es sich hierbei auch um die Bereiche handelt, die von den Ratsuchenden zu Beratungsbeginn als veränderungsbedürftig eingestuft wurden (vgl. Arnold et al., 2018). Insgesamt ergeben sich vergleichsweise hohe Übereinstimmungen in den Einschätzungen zwischen Berater*innen, Eltern und jungen Menschen.

Spannend ist, dass im Rahmen von Wir.EB erste Variablen identifiziert werden konnten, die für wirkungsvolle Beratungsprozesse besonders relevant zu sein scheinen. Hierzu gehört z. B., dass es sich positiv auf die Wirksamkeit von Beratungsprozessen auswirkt, wenn Erstgespräche möglichst zeitnah nach der Anmeldung (innerhalb von vier Wochen) angeboten werden können. Außerdem wirkt es sich positiv auf die Qualität aus, wenn Fachkräfte über eine hohe Bandbreite an Zusatzqualifikationen verfügen und viele Fortbildungen besuchen. Auch eine ausführliche und intensive Diagnostik und vielfältige Kooperationen mit anderen Einrichtungen und Diensten vermögen die Wirksamkeit von Beratung zu erhöhen. Weitere positive Einflussgrößen sind die einvernehmliche Beendigung von Beratungsprozessen, eine längere Beratungsdauer (bzw. eine höhere Zahl von Beratungssitzungen) und eine selbstinitiierte Kontaktaufnahme zur Beratungsstelle (ausführlich bei Arnold et al., 2018).

2.3 Einordnung der bisherigen Forschungsinitiativen im Beratungsbereich

Die beiden skizzierten Vorhaben BF und Wir.EB zeugen nicht nur von einer zu begrüßenden Entwicklung hin zu einer eigenständigen Beratungs(feld)forschung, sondern auch von sehr unterschiedlichen Ansätzen: Während in den BF-Studien auf etablierte normierte Erhebungsinstrumente mit zum Teil klinischer Ausrichtung zurückgegriffen wird, setzt Wir.EB auf ein neues sozialwissenschaftlich fundiertes, möglichst zeitökonomisches Verfahren. Für beide Zugänge gibt es gute Gründe, aber auch spezifische Nachteile. Der aufwändige diagnostische Zugang im Rahmen von BF ermöglicht es beispielsweise viel eher biopsychosoziale Zusammenhänge zwischen Beziehungserfahrungen und Gesundheit fundiert abzubilden (vgl. auch Abschnitt 1). Das kurze am Capability Approach orientierte Instrumente der Wir.EB ist ausgesprochen praktikabel und stößt auf eine breite Akzeptanz sowohl bei Klient*innen als auch bei Beratungsfachkräften (vgl. Arnold & Macsenaere, 2018) und ist daher in besonderer Weise für eine kontinuierliche Evaluation geeignet.

Insgesamt ist für eine angemessene Einordnung der dargestellten Befundlage zu berücksichtigen, dass es sich bei beiden Forschungsinitiativen um sogenannte "effectiveness"-Studien handelt, die die Wirksamkeit von Beratung unter realen Arbeitsbedingungen abbilden. Auch wenn randomisierte Kontrollgruppenstudien (RCTs randomized controlled trials) unter optimalen Forschungsbedingungen als Goldstandard der Wirksamkeitsforschung gelten ("efficacy"), erlauben sie kaum Aussagen über Wirkungen unter Feldbedingungen (für einen kritischen Blick auf RCTs im Zusammenhang mit beraterisch-therapeutischem Handeln siehe auch Orlinsky, 2008 sowie Wampold, Imel & Flückiger, 2018). Die Unterschiede zwischen Forschungssetting und "Realbedingungen" sind vielfältig (vgl. z. B. Halford, Pepping & Petch, 2015; Seligman, 1995): Beispielsweise werden im Rahmen von kontrollierten Studien unter optimalen Forschungsbedingungen die Klient*innen meist aufgrund einer spezifischen, eng umschriebenen Problematik gezielt für die Teilnahme an der Untersuchung ausgewählt; entsprechend liegt der Fokus der Intervention auf einem zentralen Problem.

Die Behandler*innen werden meist unmittelbar vor Beginn der Studie in der Anwendung der interessierenden Intervention geschult und außerdem angewiesen, ausschließlich diese Intervention einzusetzen; meist ist eine solche hochstrukturierte Intervention mit einer umfassenden Diagnostik verbunden und die Einhaltung des Interventionsprozederes wird regelmäßig überprüft. Demgegenüber treffen wir unter Alltagsbedingungen eher auf stark und multipel belastete Klient*innen, die sowohl hinsichtlich ihrer Probleme als auch in Bezug auf den soziodemografischen Hintergrund eine sehr viel heterogenere Gruppe darstellen. Die Berater*innen haben oft hohe Fallzahlen und eine erhebliche Arbeitsbelastung zu bewältigen. Sie entscheiden frei, welche Interventionstechniken sie einsetzen: Erweist sich eine Vorgehensweise als erfolglos, so greifen sie auf andere Maßnahmen zurück.

Üblicherweise fallen die Effektstärken von "effectiveness"-Studien um einiges geringer aus als die von "efficacy"-Studien (vgl. z. B. Halford et al., 2015). Besonders ernüchternd sind Befunde aus dem Bereich der Kinderpsychotherapie, die Interventionen im Kindes- und Jugendalter unter klinischen Alltagsbedingungen als nahezu wirkungslos ausweisen (Andrade, Lambert & Bickman, 2000; Weiss, Catron & Harris, 2000; Weiss, Catron, Harris & Phung, 1999). Vor diesem Hintergrund können die dargestellten Ergebnisse der BF und Wir.EB-Studie durchaus als ermutigend und zufriedenstellend eingeordnet werden. Allerdings werden wichtige Fragen durch diese Studien kaum beantwortet, z. B. nach der Wirksamkeit spezifischer beraterischer Interventionsansätze und danach, was genau denn nun die "wirksamen Zutaten" bei Beratungsprozessen sind. Dafür sind wir nach wie vor auf einen Blick in die Psychotherapieforschung angewiesen.

3. Wirkmechanismen und ihre Umsetzung

Renommierte Psychotherapieforscher betonen, dass insbesondere gemeinsame Wirkfaktoren (common factors) für den Behandlungserfolg entscheidend sind (vgl. z. B. Grawe, 2000; Grawe, Donati & Bernauer, 1994; Lambert & Bergin, 1994; Norcross & Lambert, 2019; Wampold et al., 2018). Obwohl die Beschäftigung mit gemeinsamen therapieschulenübergreifenden Wirkprinzipien eigentlich eine sehr lange Tradition hat (Rosenzweig, 1936; Frank, 1961), ist eine intensive Auseinandersetzung mit einer gelingenden klient*innen-spezifischen Realisierung im deutschsprachigen Raum erst Anfang der 90er Jahre angestoßen worden. Dabei neigen wir in der beraterisch-therapeutischen Praxis sicherlich immer wieder dazu, deren Bedeutung – gerade im Vergleich zu konkreten Interventionstechniken – eher zu unter- als zu überschätzen (vgl. auch Wampold et al., 2018).

Gerade für Beratung in ihrer Vielfalt sei in diesem Zusammenhang auf die vielzitierte Schätzung von Michael Lambert (vgl. Lambert, 1992; Lambert & Bergin, 1994) verwiesen, der damit versucht hat, den Anteil an der Veränderung für die verschiedenen Faktoren quantitativ einzuordnen (vgl. Abbildung 1). Die Bestimmung der Prozentanteile basiert auf einer Durchsicht der vorliegenden Studienergebnisse und Meta-Analysen. Sie sind nicht mathematisch-statistisch ermittelt worden und daher lediglich als grobe Richtschnur zu verstehen (Norcross & Lambert, 2019).

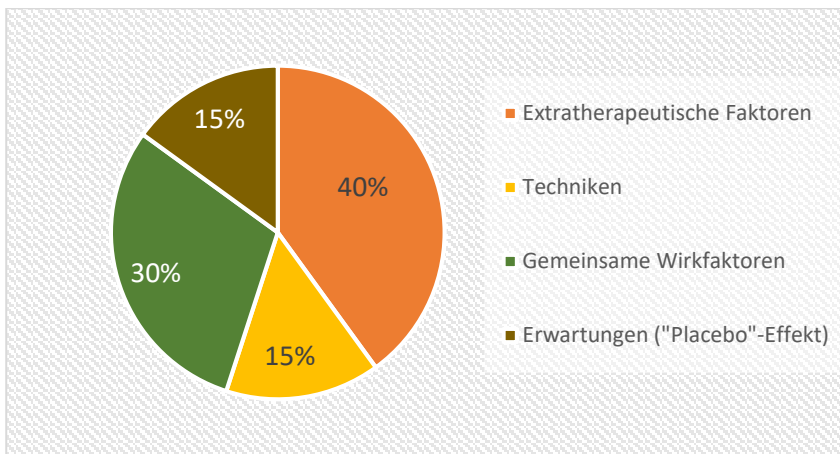


Abb. 1: Prozentualer Anteil an Verbesserung in Abhängigkeit von therapeutischen Faktoren (entnommen aus Norcross & Lambert, 2019, p. 11)

Nach dieser Schätzung ist der "Löwenanteil" des Interventionserfolgs auf Veränderungen außerhalb des eigentlichen Therapie- bzw. Beratungsprozesses zurückzuführen. Zu diesen extratherapeutischen Faktoren gehören klient*innenbezogene Merkmale (Persönlichkeitseigenschaften oder die Stärke des Veränderungswunsches) ebenso wie Erfahrungen im sozialen Kontext (von Rückhalt oder sozialer Unterstützung), aber auch zufällige Ereignisse. Damit wird akzentuiert, dass Menschen ganz verschiedene Möglichkeiten erleben und nutzen, um sich selbst zu stabilisieren. Gemeinsame (oder allgemeine) Wirkfaktoren, die nicht "exklusiv" in einer bestimmten Therapie- (oder Beratungs-)schule verankert sind, machen ungefähr 30% aus, wobei die Therapiebeziehung sicher der bedeutsamste allgemeine Faktor überhaupt ist. Auf spezifische Techniken (wie z. B. Übertragungsdeutungen, kognitive Methoden, Achtsamkeitsübungen oder Stuhlarbeit) und die Erwartungshaltung entfallen jeweils ungefähr 15% der behandlungs- bzw. beraterbedingten Veränderungen. Vollkommen zu Recht betonen Norcross und Lambert (2019), dass diese vier Dimensionen nicht unabhängig voneinander einzuordnen sind: Beispielsweise können spezifische Techniken und Methoden in ihrer Wirkkraft nicht unabhängig vom Beziehungsgeschehen gedacht werden. Ob spezifische Techniken wirken (können), ist wesentlich davon abhängig, ob sich eine zugewandt-wertschätzende, vertrauens- und respektvolle Beziehung entwickeln konnte.

Außertherapeutische Wirkfaktoren bleiben sowohl in der bisherigen Wirkungsforschung als auch in der Beratungspraxis eher unberücksichtigt (Nestmann, Kupfer & Weinhold, 2014). Letztendlich ist das kaum nachzuvollziehen, da Lebensweltorientierung, Kontextbezug und die Förderung von informeller Hilfe und sozialer Unterstützung "Identitätspfeiler" und zentrale Bezugspunkte beraterischen Handelns sind (vgl. Nestmann, 2019, S. 9). Immerhin hat Beratung in besonderer Weise den Anspruch die soziale Einbindung und Einbettung zu fördern (Gahleitner, 2019) und damit eben nicht nur die innere Welt der Ratsuchenden zum Thema zu machen. Gleichzeitig haben die nahen sozialen Beziehungen einen wesentlichen Einfluss darauf, ob Menschen überhaupt professionelle Hilfe suchen und wie der Beratungsprozess verläuft (Kupfer, 2015). Mehr Hilfestellung und solidarische Unterstützung im nahen sozialen Umfeld ist auch genau das, was sich Ratsuchende wünschen. In einer Befragung von über 1000 Klient*innen der Paar-, Familien- und Lebensberatung wünschten sich 89% mehr Kontakt zu Freund*innen und 59% gaben an, mehr Kontakt zu Nachbar*innen haben zu wollen (Saßmann & Klann, 2002).

Das entwicklungsförderliche, heilsame Potential sowohl von extratherapeutischen als auch von gemeinsamen Wirkfaktoren beruht wesentlich darauf, dass sie die Befriedigung von psychosozialen Grundbedürfnissen (z. B. Bindung, Selbstwerterhöhung, Orientierung und

Kontrolle sowie lustvolle Erfahrungen, vgl. Grawe, 2000, 2004) ermöglichen. Eine solche grundbedürfnisbezogene Perspektive hat auch eine anthropologische Dimension: Was uns als Menschen miteinander verbindet ist, dass wir alle mit denselben psychosozialen Grundbedürfnissen zur Welt kommen. Wir alle sind zutiefst soziale Wesen, da unsere Grundbedürfnisse nach Bindung, Orientierung und Kontrolle, Selbstwerterhöhung sowie Lustgewinn und Unlustvermeidung wesentlich in zwischenmenschlichen Beziehungen erfüllt werden. Gleichzeitig können diese Grundbedürfnisse im sozialen Miteinander auch am nachhaltigsten verletzt werden (vgl. auch Kröger, 2016). Vielleicht kann es gesamtgesellschaftlich verbindend wirken, wenn wir "individuelle" Probleme, Herausforderungen, auch Beeinträchtigungen bis hin zu psychischen Störungen wieder stärker als das Ergebnis wiederholter und sehr schwerer grundbedürfnisverletzender Erfahrungen verstehen (vgl. Grawe, 2004).

Gerade in einer Zeit, in der gesellschaftliche Spaltungstendenzen, Abgrenzungen bis hin zu Fremdenfeindlichkeit wachsen, ist es sinnvoll zu betonen, dass wir alle diese psychosozialen Grundbedürfnisse miteinander teilen – und dass die/der, die/der mir fremd anmutet, letztlich dieselben Bedürfnisse hat wie ich. Gleichzeitig stellt die Befriedigung von Grundbedürfnissen einen guten "Wegweiser" für die Ausrichtung von Beratungsprozessen dar (Grawe, 2000, 2004). Im Sinne von "Hilfe zur Selbsthilfe" geht es in der Paar- und Familienberatung nicht nur darum, dass Ratsuchende in der Begegnung mit uns – entsprechend ihrer motivationalen Ziele – grundbedürfnisbefriedigende Erfahrungen machen, sondern vor allem darum, dass im familialen Miteinander wieder entsprechende Erfahrungsräume zugänglich werden. Wenn sich gravierende Paarprobleme und Familienkrisen etabliert haben, gehen diese quasi automatisch mit einer Verletzung wichtiger Grundbedürfnisse einher – sie stellen eine Kränkung des Selbstwerts dar, gehen mit einer Beeinträchtigung der wichtigsten Bindungsbeziehungen einher und bedeuten in der Regel auch einen Verlust an Orientierung und Kontrolle.

3.1 Beziehungsaufbau und Ressourcenaktivierung

*"In couple and family therapy,
the alliance assumes even greater importance
due to the multiple participants and accompanying struggles
to build several simultaneous alliances
and to keep the level of alliance in balance across clients"*

(Sprenkle, Davis & Lebow, 2014, p. 87)

In dem vorangestellten Zitat klingt an, dass der Beziehungsaufbau in der Paar- und Familienberatung besonders komplex ist, da es darum geht, zu allen Beteiligten vertrauensvolle, ermutigende und wertschätzende Beziehungen herzustellen. Zusätzlich herausfordernd ist, dass mitunter nicht alle Familienmitglieder gleichermaßen an beraterisch-therapeutischer Unterstützung interessiert sind. Und schließlich haben wir es oftmals mit Menschen zu tun, die in ihrer eigenen Biographie vielfältige Verletzungen in engen Beziehungen erfahren haben und ein entsprechendes Bild von sich (z. B. "Wenn ich mich so zeige, wie ich wirklich bin, werde ich sowieso abgelehnt") und der Welt (z. B. "Es ist gefährlich, sich anderen anzuvertrauen") verinnerlicht haben.

Umso wichtiger ist es, zu Beratungsbeginn Sicherheit herzustellen, bestärkende Erfahrungen zu ermöglichen, ein hohes Maß an Zuwendungsverhalten zu zeigen und Zutrauen zu schaffen – und all das ungefragt und in so hohen Dosierungen, wie Klient*innen es gerade noch nehmen können. Entscheidend ist, vor allem dafür zu sorgen, dass Zuversicht in das

Miteinander, in die gemeinsamen Ressourcen entstehen kann – nur auf einer solchen Grundlage wird es möglich, sich auf die Ungewissheit einzulassen, die mit Beratungsprozessen verbunden ist. In der Paarberatung bietet sich das Paar-Interview zur Beziehungsgeschichte (PIB, Saßmann, 2001) an, um verschüttete emotionale Ressourcen zu aktivieren. Das PIB erfragt u. a., wie sich das Paar kennengelernt und ineinander verliebt hat, was sie zu Beginn aneinander fasziniert hat und welche Höhen und Tiefen bislang erlebt und gemeistert wurden. Selbst für hoch belastete Paare ist es meist eine positive Erfahrung, ihre Beziehungsgeschichte zu schildern. Die Erinnerungen stärken das Gefühl, miteinander verbunden zu sein, was einen motivierenden Einstieg in die Beratung ermöglicht. Gleichzeitig wird ein guter Kontakt zum Paar hergestellt und der*die Berater*in gewinnt reichhaltige anamnestische und diagnostische Informationen, vor allem dadurch, wie ein Paar seine Geschichte schildert.

3.2 Motivationale Klärung

"The earth looks a lot different from 60.000 feet
than from 5.000 feet."

(Sprenkle et al., 2014, p. 45)

Das Wirkprinzip der motivationalen Klärung meint im Kern, dass Berater*innen Klient*innen dabei unterstützen, das eigene Erleben und Verhalten im Hinblick auf bewusste, vor allen Dingen aber vor- und unbewusste Ziele, Motive und Werte besser zu verstehen (Grawe, 2000). Es geht darum, sich über sich selbst, die inneren Determinanten der Schwierigkeiten klarer zu werden.

In der Paar- und Familienberatung bedeutet eine Klärungsperspektive auch, die erlebten Schwierigkeiten entsprechend beziehungsbezogen zu verstehen – also ein gemeinsames Problemverständnis zu erarbeiten, das die konkreten Erfahrungen im Miteinander und die zugrundeliegenden vor- und unbewussten Beziehungsdynamiken berücksichtigt (vgl. Sprenkle et al., 2014). Dabei ist es oftmals hilfreich, gemeinsam lebensgeschichtliche Bezüge (die mit Erfahrungen in den eigenen Herkunftsfamilien verbunden sind) zu erkunden, um einen "subjektiven Sinn" in den heutigen Schwierigkeiten zu entdecken.

Motivationale Klärung lässt sich damit vergleichen, Abstand zu gewinnen, um sich dadurch eine neue Perspektive zu erschließen. Ein "Feststecken" in Paarproblemen oder Familienkrisen ist so ähnlich, als würde man ganz nah vor einem neoexpressionistischen Gemälde stehen. Man kann nichts oder nur wenig erkennen (außer Farbkleckse, vgl. Abbildung 2 links) – Klärungsarbeit bedeutet, zurückzutreten. Dann kann sich eine andere Sicht, auch eine neue Bedeutung erschließen (Abbildung 2 rechts).

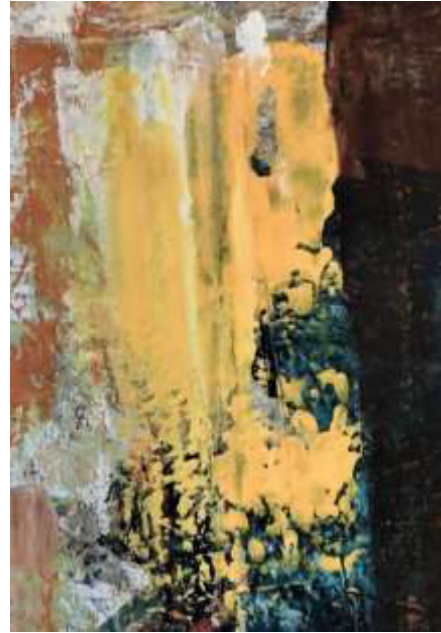
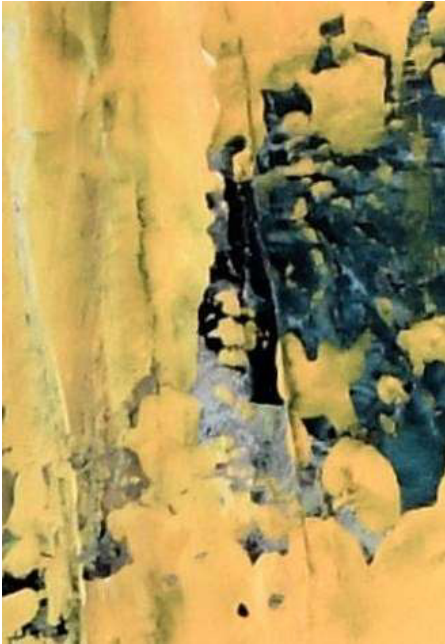


Abb. 2: "Ausschnitte" aus einem neoexpressionistischen Gemälde

Mit noch mehr Abstand (siehe Abbildung 3), eröffnen sich noch einmal ganz andere Bedeutungsdimensionen und -zusammenhänge – vielleicht werden auch schützende Facetten und Anteile erkennbar. Gelingende Paar- und Familienberatung bedeutet auch, dass jede*r ihre*seine eigene Perspektive einbringt, die in einem gemeinsamen Prozess miteinander verbunden wird.



Abb. 3: Das Gemälde ("Der Besuch") in seiner Ganzheit
(Abdruck mit freundlicher Genehmigung des Künstlers Andreas Zech)

3.3 Problemaktualisierung

"We argue a lot and don't talk with each other"

(Vossler & Moller, 2015, p. 12)

Mit dem Wirkfaktor der Problemaktualisierung ist angesprochen, dass die Probleme oder Erlebensweisen, um die es in einer Beratung geht, unmittelbar erfahrbar gemacht werden müssen, z. B. indem Situationen aufgesucht oder hergestellt werden, in denen die Schwierigkeiten auftreten (vgl. Grawe, 2000). Wenn im Paar- oder Familiensetting gearbeitet wird, geschieht dies meist ganz automatisch. Dabei ist Problemaktualisierung kein Selbstzweck, sondern quasi die Tür, die für konkrete Bewältigungserfahrungen geöffnet werden muss (vgl. Abschnitt 3.4). Bei Paar- und Familienproblemen bedeutet das in der Regel, aktiv an einer Veränderung schädigender Beziehungs- und Interaktionsmuster zu arbeiten - um eben nicht im Streit "kleben" zu bleiben, sondern wieder einen Dialog, einen Austausch zu ermöglichen.

3.4 Problembewältigung

Es ist oftmals nur schwer möglich, Schwierigkeiten und Probleme aus eigener Kraft zu verändern, weil es nicht gelingt, den (vor- oder unbewusst) gesetzten Problemrahmen (in kognitiver, emotionaler und/oder verhaltensmäßiger Hinsicht) zu verändern. Auch deshalb ist motivationale Klärung so bedeutsam (vgl. Abschnitt 3.2) – sie liefert uns und unseren Klient*innen eine Idee, wie Schwierigkeiten gerahmt werden. Mitunter ist – nach der Klärung – eine Re-Definition des Problemrahmens nötig, um Schwierigkeiten zu bewältigen – dann erschließen sich manchmal fast automatisch neue Möglichkeiten der konstruktiven Veränderung. Das lässt sich gut mit dem so genannten Neun-Punkte-Problem von Duncker (1935) veranschaulichen (siehe Abbildung 4).

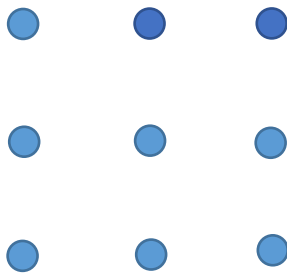


Abb. 4: Das Neun-Punkte-Problem von Duncker (1935)

Die Aufgabe besteht darin, die neun Punkte durch vier gerade zusammenhängende Linien zu verbinden, und zwar ohne, dass ein Punkt übrigbleibt und ohne den Stift vom Blatt abzuheben. Solange Sie davon ausgehen, die Lösung müsse innerhalb des durch die Punkte vorgegebenen Rahmens liegen, werden Sie scheitern. Das liegt aber nicht an der Aufgabe, sondern an dem (in der Regel unbewusst) selbstgewählten Lösungsrahmen. Wird dieser Rahmen verlassen, dann ist die Aufgabe lösbar. In der konkreten Beratungsarbeit gilt es eine Balance zu finden, zwischen einerseits dem empathischen Verstehen und Klären des bisherigen Problemrahmens unserer Klient*innen und andererseits dem behutsamen, unterstützenden, aber durchaus auch konfrontativen Aufweichen der selbst gesetzten "Begrenzungen".

4. Fazit und Ausblick

Entscheidend ist, die gemeinsamen Wirkfaktoren klient*innenspezifisch zu realisieren, d. h. in feinfühligem Abstimmungsprozess auf die aktivierten motivationalen Ziele (vgl. Grawe, 2000, 2004). Besonders herausfordernd ist das immer dann, wenn Vermeidungsziele im Vordergrund stehen, die darauf abzielen vor weiteren verletzenden Erfahrungen zu schützen.

Aber: Berücksichtigen wir die Bedeutung gemeinsamer Wirkfaktoren in angemessener Weise bei der Ausgestaltung der Beratungsarbeit mit Paaren und Familien? ... oder sind nicht manchmal doch die konkreten Methoden sehr viel mehr im Zentrum der Aufmerksamkeit? ... und wie sehr beziehen wir das Potenzial extratherapeutischer bzw. -beraterischer Wirkfaktoren in das, was wir tun, mit ein? ... denken und arbeiten wir in der Beratung umfassend genug über die konkrete Beratungsbeziehung hinaus, um soziale Unterstützung und soziale Einbindung zu ermöglichen (vgl. Gahleitner, 2018, 2019)? ... und müssten wir uns nicht noch sehr viel mehr für diejenigen interessieren, die nur "schwer zu erreichen" sind (Labonté-Roset, Hoefert & Cornel, 2010) und die sich (... trotz des unbenommenen

Rechts auf Nicht-Beratung, vgl. Engel et al., 2018) von solidarischer Unterstützung abschneiden (vgl. Pauls, 2010)? Die Paare und Familien, die in Beratungsstellen ankommen, machen uns unsere Arbeit möglicherweise besonders leicht, eben weil sie uns einen nicht unerheblichen Vertrauensvorschuss schenken (vgl. Abschnitt 2).

Gerade wegen der Vielfalt an Anliegen und Problemen, die an die Paar- und Familienberatung herangetragen werden, scheint es wesentlich, sich bei der Ausgestaltung der konkreten Beratungsarbeit immer wieder an die gemeinsamen Wirkfaktoren zu erinnern. Darüber hinaus gilt es extratherapeutische Faktoren nicht länger als Einflussgrößen zu betrachten, die außerhalb von Therapie- bzw. Beratungsprozessen anzusiedeln sind, sondern sie gezielt für konstruktive Entwicklungsmöglichkeiten und Verwirklichungschancen von Paaren und Familien nutzbar zu machen.

Abschließend sei auch noch einmal die Bedeutung von Evaluationsforschung hervorgehoben, die von der Praxis oftmals unterschätzt wird, aber keinen Luxus, sondern eine dringende Notwendigkeit darstellt (vgl. Kröger, Haslbeck, Sanders, Dahlinger & Teglas, 2007) – zumindest, wenn es uns ein ernstgemeintes Anliegen ist, weiter zu klären, was wirklich wirkt und wie wir das so gut wie möglich umsetzen können.

Literatur

Andrade, A., Lambert, E. & Bickman, L. (2000). Dose effect in child psychotherapy: Outcomes associated with negligible treatment. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39, 161-168.

Arbeitsstelle Kinder- und Jugendhilfestatistik (Hrsg.). (2018). *Monitor Hilfen zur Erziehung 2018*. Dortmund: Eigenverlag Forschungsverbund DJI/TU Dortmund. Online verfügbar unter: http://hzemonitor.akjstat.tu-dortmund.de/fileadmin/user_upload/documents/Monitor_Hilfen_zur_Erziehung_2018.pdf [09.04.2020]

Arnold, J. & Macsenaere, M. (2018). Ergebnisse der bundesweiten "Wirkungsevaluation in der Erziehungsberatung" (Wir.EB) und deren Relevanz für die Beratungspraxis. In S. Rietmann & M. Sawatzki (Hrsg.), *Zukunft der Beratung – Von der Verhaltens- zur Verhältnisorientierung?* (S. 249-272). Wiesbaden: Springer VS.

Arnold, J., Macsenaere, M. & Hiller, S. (2018). *Wirksamkeit der Erziehungsberatung. Ergebnisse der bundesweiten Studie Wir.EB*. Freiburg i.B.: Lambertus.

Berg, M. (2019). *Die Wirksamkeit systemischer Beratung. Erhöht Erziehungs- und Familienberatung die Bindungssicherheit von verhaltensauffälligen Kindern?* Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Bodenmann, G. (2016). *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Huber.

Cierpka, M. & Cierpka, A. (2014). Gewalt in der Familie. In M. Cierpka (Hrsg.), *Frühe Kindheit 0-3 Jahre. Beratung und Psychotherapie für Eltern mit Säuglingen* (S. 311-324). Berlin: Springer.

Cox, M. J., Owen, M. T., Lewis, J. M. & Henderson, V. K. (1989). Marriage, adult adjustment, and early parenting. *Child Development*, 60, 1015-1024.

Duncker, K. (1935). *Zur Psychologie des produktiven Denkens*. Berlin: Springer.

- Engel, F., Nestmann, F. & Sieckendieck, U. (2018). Beratung: Alte Selbstverständnisse und neue Entwicklungen. In S. Rietmann & M. Sawatzki (Hrsg.), *Zukunft der Beratung - Von der Verhaltens- zur Verhältnisorientierung?* (S. 83-116). Wiesbaden: Springer VS.
- Frank, J.D. (1961). *Die Heiler. Wirkungsweisen psychotherapeutischer Beeinflussung. Vom Schamanismus bis zu den modernen Therapien.* Stuttgart: Klett Cotta.
- Gahleitner, S. (2018). Professionelle Beziehungsgestaltung in Beratungszusammenhängen der Klinischen Sozialarbeit. *Beratung Aktuell*, 19, 22-36.
- Gahleitner, S. (2019). *Professionelle Beziehungsgestaltung in der psychosozialen Arbeit und Beratung.* Tübingen: dgvt.
- Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). *Psychotherapie im Wandel: Von der Konfession zur Profession.* Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2000). *Psychologische Therapie.* Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie.* Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. & Baucom, D. H. (2008). Partnerschaft und psychische Störung. *Fortschritte der Psychotherapie*, Band 34. Göttingen: Hogrefe.
- Halford, W. K., Markman, H., Kline, G. & Stanley, S. M. (2003). Best practices in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 385-406.
- Halford, W. K., Pepping, C. A. & Petch, J. (2015). The gap between couple therapy research efficacy and practice effectiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42, 32-44.
- Kiecolt-Glaser, J. K. & Wilson, S. J. (2017). Lovesick: How couples' relationships influence health. *Annual Review of Clinical Psychology*, 13, 421-443.
- Klann, N. (2002). *Institutionelle Beratung - ein erfolgreiches Angebot.* Freiburg i.B.: Lambertus.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1994). *Bestandsaufnahme in der Institutionellen Ehe-, Familien- und Lebensberatung.* Stuttgart: Kohlhammer.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1995). Erhebung über die Wirksamkeit der Eheberatung. *System Familie*, 8, 66-74.
- Klann, N., Hahlweg, K., Baucom, D. H. & Kröger, C. (2011). The effectiveness of couples therapy in Germany: A replication study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37, 200-208.
- Klann, N., Hahlweg, K., Limbird, C. & Snyder, D. (2006). EPF - Einschätzung von Partnerschaft und Familie - Deutsche Form des Marital Satisfaction Inventory - Revised (MSR-R). Göttingen: Hogrefe.
- Kröger, C. (2006). Institutionelle Paarberatung in Zeiten von Trennung und Scheidung - ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen. *Beratung Aktuell*, 7, 145-193.
- Kröger, C., Haslbeck, A., Dahlinger, K. & Sanders, R. (2008). "Paare sind die Architekten der Familie" - Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung. *Beratung Aktuell*, 9, 139-155.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2005). Paarberatung in und mit Gruppen - eine wirksame Intervention? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 34, 47-53.

- Kröger, C., Wilbertz, N. & Klann, N. (2003). Wie wirksam ist Ehe- und Paarberatung? Ergebnisqualitätssicherung in den katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen. *Beratung Aktuell*, 4, 136-157.
- Kupfer, A. (2015). *Wer hilft helfen? Einflüsse sozialer Netzwerke auf Beratung*. Tübingen: dgvt.
- Labonté-Roset, C., Hoefert, H.-W. & Cornel, H. (Hrsg.) (2010). *Hard to reach. Schwer erreichbare Klienten in der Sozialen Arbeit*. Berlin: Schibri.
- Lambert, M. J. (1992). Psychotherapy outcome research: Implications for integrative and eclectic therapists. In J. C. Norcross & M. R. Goldfried (Eds.), *Handbook of psychotherapy integration* (pp. 94-129). New York: Basic Books.
- Lambert, M. J. & Bergin, A. E. (1994). The effectiveness of psychotherapy. In A. E. Bergin & S. L. Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change* (pp. 143-189). New York: Wiley & Sons.
- Mayer, M. (2018). Professionalisierungswege und Charakteristika psychosozialer Beratung. *Beratung Aktuell*, 19, 52-65.
- Menne, K. (2008). Differentielle Evaluation in der Erziehungs- und Familienberatung. In H. Scheuerer-Englisch, A. Hundsalz & K. Menne (Hrsg.), *Jahrbuch für Erziehungsberatung: Band 10* (S. 224-253). Weinheim: Beltz.
- Nestmann, F., Kupfer, A. & Weinhold, K. (2014). Extratherapeutische Wirkfaktoren - Licht ins Schattenreich sozialer Einflüsse auf Beratung und Psychotherapie. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 46, 305-303.
- Nestmann, F. (2019). Die Zukunft der Beratung in der Sozialen Arbeit. *Beratung Aktuell*, 20, 4-28.
- Norcross, J. C. & Lambert, M. J. (2019). Evidence-based psychotherapy relationship: The third task force. In J. C. Norcross & M. J. Lambert (Eds.), *Psychotherapy relationships that work. Vol. 1: Evidence-based therapist contributions*. Oxford: University Press.
- Nussbaum, M. (2015). *Fähigkeiten schaffen: Neue Wege zur Verbesserung menschlicher Lebensqualität*. Freiburg i.B.: Karl Alber.
- Nussbaum, M. & Sen, A. K. (1993). *The quality of life*. Oxford: Clarendon Press.
- Orlinsky, D. E. (2008). Die nächsten 10 Jahre Psychotherapieforschung. Eine Kritik des herrschenden Forschungsparadigmas mit Korrekturvorschlägen. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 58, 345-354.
- Pauls, H. (2010). Hard-to-reach - Gedanken zur Aporie des Alleingangs. In C. Labonté-Roset, H.-W. Hoefert & H. Cornel (Hrsg.), *Hard to reach. Schwer erreichbare Klienten in der Sozialen Arbeit* (S. 94-106). Berlin: Schibri.
- Robles, T. F., Slatcher, R. B., Trombello, J. M. & McGinn, M. M. (2014). Marital quality and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140, 140-187.
- Roesler, C. (2012). Bundesweite Evaluation der institutionellen Paarberatung in katholischer Trägerschaft. Eine prospektive naturalistische Outcome-Studie mit Katamnese. *Beratung Aktuell*, 13 (3), 4-35.

- Roesler, C. (2014). Die Wirksamkeit der Erziehungsberatung aus Klienten- und Beratersicht. Evaluation der Erziehungsberatungsstellen der Arbeitsgemeinschaft der Erziehungshilfen (AGE) des Caritasverbands für die Erzdiözese Freiburg. Forschungsbericht. Freiburg i.B.: Katholische Hochschule Freiburg. Online verfügbar unter:
- Roesler, C. (2019). Die Wirksamkeit von Paarberatung in Deutschland. Ein Überblick über die Wirkungsforschung und Ergebnisse einer aktuellen bundesweiten Studie. *Beratung Aktuell*, 20 (2), 4-25.
- Rosenzweig, S. (1936). Some implicit common factors in diverse methods of psychotherapy: "At least the Dodo said, 'Everybody has won and all must have prizes'". *American Journal of Orthopsychiatry*, 6, 412-415.
- Saßmann, H. (2001). *Die Beziehungsgeschichte: Das ewig gleiche Lied - oder der kleine Unterschied?* Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Saßmann, H. & Klann, N. (2002). Es ist besser, das Schwimmen zu lehren, als Rettungsringe zu verteilen. Beratungsstellen als Seismographen für Veränderungen in der Gesellschaft. Freiburg i.B.: Lambertus.
- Schulz, W. & Schmidt, A. (2004). Inanspruchnahme und Wirksamkeit von Kurzberatung in der Erziehungsberatung. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 53, 406-418.
- Seligman, M. E. P. (1995). The effectiveness of psychotherapy. *The Consumer Reports Study*. *American Psychologist*, 50, 965-974.
- Sprenkle, D. H., Davis, S. D. & Lebow, J. L. (2014). *Common factors in couple and family therapy. The overlooked foundation for effective practice.* New York: Guilford Press.
- Statistisches Bundesamt (Hrsg.). (2018). *Datenreport 2018. Ein Sozialbericht für die Bundesrepublik Deutschland.* Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung. Online verfügbar unter: <https://www.destatis.de/DE/Service/Statistik-Campus/Datenreport/Downloads/datenreport-2018-kap-2.pdf> [09.04.2020].
- Vossler, A. (2003). *Perspektiven der Erziehungsberatung. Kompetenzförderung aus der Sicht von Jugendlichen, Eltern und Beratern.* Tübingen: dgvt.
- Vossler, A. (2012). Erziehungs- und Familienberatung im Spiegel der Forschung. In W. Stange, R. Krüger, A. Henschel & C. Schmitt (Hrsg.), *Erziehungs- und Bildungspartnerschaften. Grundlagen und Strukturen von Elternarbeit* (S. 255-266). Wiesbaden: Springer VS.
- Vossler, A. & Moller, N. (2015). "We argue a lot and don't talk with each other": How distressed are families when seeking relate family counselling? *Counselling and Psychotherapy Research*, 15, 12-20.
- Wampold, B. E., Imel, Z. E. & Flückiger, C. (2018). *Die Psychotherapie-Debatte. Was Psychotherapie wirksam macht.* Göttingen: Hogrefe.
- Weiss, B., Catron, T., Harris, V. & Phung, T. M. (1999). The effectiveness of traditional child psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 1094-1101.
- Weiss, B., Catron, T. & Harris, V. (2000). A 2-year follow-up of the effectiveness of traditional child psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 82-94.
- Whisman, M. A. (2019). Psychopathology and couple and family functioning. In B. H. Frieese (Ed.), *APA Handbook of contemporary family psychology* (Vol. 3, pp.3-20). Washington, DC: American Psychological Association.

Zemp, M. & Bodenmann, G. (2015). Partnerschaftsqualität und kindliche Entwicklung. Berlin: Springer.

Prof. Dr. Christine Kröger

Dipl. Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin,
Professorin an der Hochschule Coburg

Hochschule Coburg
Fakultät Soziale Arbeit und Gesundheit
Friedrich-Streib-Str. 2
96450 Coburg

christine.kroeger@hs-coburg.de



Arbeitsgruppe

Miteinander statt gegeneinander – kämpfen, ohne zu siegen / Kampfkünste (Budō) in Therapie und Beratung

Budōtherapie ist eine körper- und bewegungstherapeutische Methode, die in der Psycho- und Sozialtherapie, in der Pädagogik und Erwachsenenbildung sowie im Coaching zur Anwendung kommt. Sie ist speziell darauf ausgelegt, emotionale und kognitive Umstrukturierungsprozesse durch Körperübungen und Bewegungserfahrungen in Gang zu setzen, um neue Verhaltensmuster neuronal zu bahnen und nachhaltig zu verankern. Budōtherapie basiert dabei wesentlich auf den Kernkonzepten "Komplexe Achtsamkeit, Respekt, Wertschätzung, Responsivität und Konvivialität". Sie ist eingebettet in das Verfahren "Integrative Leib- und Bewegungstherapie" nach H. G. Petzold.

Budō ist der Überbegriff der japanischen Kampfkünste und setzt sich aus den Worten Bu und Dō zusammen. Dō (道) bedeutet Weg, Bu (武) Kampf oder Krieg. Die ursprünglich kriegerischen Konnotationen sind seit der Edo-Zeit mit einer Philosophie der Selbstentwicklung verbunden worden und in Teilen der Kampfkunst fand eine Neuorientierung hin zu einem "Weg des inneren und äußeren Friedens" statt. In diesem Sinne versteht sich Budō neben der Ertüchtigung des Körpers mittels Ausdauer-, Kraft- und Techniktraining vor allem als Weglehre mit dem Ziel der individuellen geistigen Reifung, Persönlichkeitsentwicklung und Entfaltung von Friedfertigkeit und Mitmenschlichkeit. Budō praktizieren bedeutet, das friedliche Miteinander üben, auch und gerade in Konfliktsituationen. Achtung und Respekt dem/der anderen gegenüber haben dabei stets oberste Priorität. Entsprechend wird im Budō als Kampfkunst, im Gegensatz zum Kampfsport, jeglicher Wettkampfgedanke abgelehnt, weil es gerade nicht darum geht, im Kampf zu siegen oder zu verlieren, sondern darum, sich selbst auf seinem individuellen Weg zu vervollkommen – immer miteinander, niemals gegeneinander.

Die Arbeitsgruppe beginnt zwanglos im Kreis, ohne Worte, stattdessen spielen wir mit der Indiacca (Handfederball), die mit der flachen Hand geschlagen wird. Später eintreffende Teilnehmer*innen kommen dazu und können ohne Erklärung einsteigen. Es entsteht ein einladendes, spielerisches Miteinander; "wir warten nicht, wir spielen – miteinander".

Im Anschluss daran tauschen wir uns über die beruflichen Hintergründe sowie die Erwartungen der Teilnehmer*innen aus. Wir kommen mühelos miteinander ins Gespräch und rasch ergeben sich Themen und Fragen aus den jeweiligen beruflichen Kontexten. Anhand eines Beispiels eines vierzehnjährigen Jugendlichen, der die Schule verweigert, möchte ich den Beratungs-/Behandlungsprozess resp. den "budōtherapeutischen Weg" der um Rat suchenden Eltern beschreiben.

Die Eltern sind zurecht besorgt, weil ihr Sohn schon seit Wochen den Schulbesuch verweigert. Als Gründe gebe er an, dass er mal Bauch-, mal Kopfschmerzen habe und dass es ihm insgesamt nicht gut gehe. Er schaffe es einfach nicht zur Schule zu gehen. Immer kurz bevor er morgens das Haus verlassen wolle, fühle er sich krank und müsse dann zu Hause bleiben. Die Eltern beklagen, dass er dann ohne jegliche Krankheitssymptome den ganzen Tag am Handy verbringe. Typische Aussagen sind: "Der Junge muss doch zur Schule, was soll aus ihm werden, wenn das so weitergeht, die Schule wird das nicht mehr lange mitmachen, wir haben schon alles Mögliche ausprobiert, wie Handyverbot

oder WLAN ausschalten, aber nichts hat geholfen, wahrscheinlich sind wir viel zu nachsichtig und nicht hart genug, sicher steht bald das Jugendamt vor der Tür".

Wir betrachten zunächst das Offensichtliche, auch wenn wir die Hintergründe noch nicht verstehen: Der Junge verweigert den Schulbesuch, obwohl er ein guter Schüler ist und Abitur machen will. Er hat körperliche Symptome bei der Vorstellung, in der Schule sein zu müssen, bleibt er zu Hause, geht es ihm gut. Statt "gegen ihn zu kämpfen" ("du musst in die Schule"), stellen wir uns an seine Seite (miteinander) und würdigen seine Selbstschutzkompetenz, die darin besteht, dass er sich vor etwas subjektiv Schlimmem (Schule) schützt, indem er dort nicht hingeht. Wir erkennen an, dass es gute Gründe für sein Verhalten gibt und dass er im Sinne des Selbstschutzes handelt. Dieser Selbstschutzkompetenz begegnen wir anerkennend mit dem "Verneigungsritual" (Reî), welches wir in der Arbeitsgruppe erlernen und üben.

Hierfür wird die rechte Hand zur Faust geformt. Diese steht für Kraft, Kampf, Verteidigung, aber auch für Gewalt und Zerstörung. Die offen gestreckte linke Hand, die für Selbstkontrolle, Beherrschung und Friedfertigkeit steht, begrenzt und stoppt die rechte Faust. Beide Unterarme zusammen bilden ein Dreieck vor dem Körper auf Brusthöhe. In dieser Haltung verneigen (nicht verbeugen) wir uns mit geradem Oberkörper. Das bedeutet, dass wir uns nicht klein machen und verbiegen, sondern auch im Verneigen aufrecht bleiben. Mit dieser Geste ("ich bin dir zugeneigt") neigen wir uns (in unserem Beispiel dem Jungen) zu und erkennen damit seine Selbstschutzkompetenz an ("alle Achtung, gut, dass du für dich sorgen kannst").

Es wird deutlich, dass es diesen Schritt der Anerkennung (der Eltern) und des Miteinanders braucht, bevor es um Lösungen gehen kann. Nicht "du musst", sondern "du musst gar nichts (!), wenn es dir Schmerzen bereitet" (Kopf-/Bauchschmerzen), und: "wir bleiben an deiner Seite, egal was kommt" (miteinander), das ist die Grundhaltung, die sich im Reî ("wir achten darauf, dass dir nichts geschieht") verkörpert. Wird diese innere Haltung der Zuneigung und Wertschätzung wahrhaftig vermittelt (nicht etwa nur als Technik oder gar als paradoxe Intervention, das wäre nicht nur nutzlos, sondern geradezu schädlich), kann aus diesem Miteinander der nächste Schritt erfolgen. Dann ist es aber der Jugendliche, der von sich aus nach einer Weile der Gelassenheit ("wir lassen dich so, wie du bist, weil so wie du bist, bist du gut" und "wir lassen dir die Zeit, die du brauchst") selbst um Unterstützung bittet und nach Lösungen fragt. Auch kann der Jugendliche dann erst, wenn er sich sicher fühlt (!), über seine möglichen Beweggründe sprechen. Vieles kann hier zu Tage treten, was sich oft aus Scham hinter einer körperlichen Symptomatik verborgen hat: Mobbing, Ausgrenzung, Entwertung, Identitäts- oder Sinnkrise, unglückliche Liebe etc.

Auch das Thema Aggression wird behandelt. Ein Teilnehmer stellt einen elfjährigen Jungen vor, für den er Bezugsperson in einer Jugendhilfeeinrichtung ist. Der Junge zeigt immer wieder aggressives Verhalten, d. h. er zerstört Gegenstände und verletzt andere, indem er z. B. auf sie einschlägt. Seine Impulsdurchbrüche kann er dann nicht kontrollieren. Im Ergebnis gefährdet er aber dadurch seinen Verbleib in der Wohngruppe, in der er sich eigentlich gut aufgehoben fühlt. Auch hier ist ein häufiger Impuls des Hilfesystems, Wege zu finden, dem Jungen sein destruktives Verhalten abzugewöhnen. Der Junge erlebt aber die Interventionen der Profis als gegen sich gerichtet, da will man ihm seine einzige (!) Strategie wegnehmen, die er doch zur Spannungsregulation so dringend benötigt. Diese Spannung tobt in seinem Inneren, wenn biografisch erlebte Gewalttätigkeit getriggert wird. Dann muss er um sich schlagen, nur so findet er wieder sein inneres Gleichgewicht. Auch hier fokussieren wir nun alternativ auf das Miteinander. Wie im ersten Beispiel geschieht dies über das

Rei, d. h. wir würdigen seine Selbstverteidigungskompetenz (denn er behauptet sich ja erfolgreich gegen die Angriffe der früher erlebten Gewalterfahrungen) sowie seine Kraft, selbst dann, wenn diese destruktiv war. Eine mögliche Intervention der Bezugsperson wird im Rollenspiel erarbeitet:

"Meine Güte, hast du eine Kraft. Alles kurz und klein geschlagen, Hammer. Ich wollte das ja verhindern, aber ich hatte keine Chance. Mein Schienbein tut noch weh, wird wahrscheinlich ne Beule geben. Aua. Aber ich hab's überlebt. Jetzt bist du ja wieder einigermaßen im Gleichgewicht. Lass alles liegen und geh jetzt schlafen. Aufräumen machen wir morgen, ich helfe dir dabei. Gute Nacht."

Und dann am nächsten Tag:

Ich habe gestern noch lange über deine irre Kraft nachgedacht. Du bist wirklich richtig stark. Ich möchte jetzt aber gerne genauer wissen, wie viel Kraft tatsächlich in dir steckt. Ich möchte die Kraft einmal spüren, aber diesmal ohne Beule am Schienbein. Ich halte jetzt mal dieses Schlagpolster vor meinen Körper und du schlägst darauf ein. Aber vorher verabreden wir noch ein Stopp-Zeichen, dann hören wir auf. Und wir müssen uns noch versprechen, dass wir aufeinander achtgeben (Miteinander, Verneigung, Rei).

Für den Jungen wird hierdurch erfahrbar: "Ich darf mich zeigen, dem/der anderen mitteilen, so wie ich bin, darf mich der Welt zumuten mit all meinen (auch schlimmsten) Gefühlen, mit meiner Kraft und Stärke – solange ich den andern/die andere nicht verletze". Das ist die zentrale Botschaft, die in der Haltung der Zuneigung ("Rei") und dem Versprechen "ich achte darauf, dass dir nichts geschieht" als Basis eines aufrichtigen und fürsorglichen Miteinanders evident wird. Bei dieser, wie auch bei den allermeisten Übungen in der Budötherapie ist der Rollentausch von zentraler Bedeutung. D. h. in unserem Beispiel, dass auch der Junge, mit dem Schlagpolster vor dem Bauch, die Erfahrung macht, wie es sich anfühlt, einen Schlag abzubekommen. Darüber wird für ihn auf gefahrlose Weise sein eigenes destruktives Handeln leiblich nachvollziehbar. Im gemeinsamen Spiel der Kräfte ist es nun möglich, die eigene Kraft zu dosieren, sie bewusst einzusetzen, mal mit aller Kraft, weil man sich zumutet, mal vorsichtiger, weil man die Grenzen des/der anderen nicht verletzen will.

Die beschriebenen Beispiele sollen die budötherapeutische Arbeitsweise verdeutlichen. Entsprechend wurden weitere, von den Teilnehmer*innen eingebrachte Themen bearbeitet. Gleichmaßen erfolgte der Transfer der persönlichen Erfahrungen in die unterschiedlichen Arbeitsbereiche.

Frank Siegele

M. Sc. Integrativer Psychotherapeut, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Dipl.-Sozialpädagoge,
Dipl.-Supervisor, Budötherapeut

Teichstr. 2
30449 Hannover

praxis.siegele@gmail.com



Günter Aden

Arbeitsgruppe Therapeutische Identität in Bewegung – Emotional Dance Process®

Der vorliegende Sachbericht beschreibt den strukturellen Ablauf der Arbeitsgruppe. Da es sich um ein selbstreflektierendes Angebot handelte, erschlossen die Teilnehmer*innen sich die inhaltlichen Dimensionen des Themas aus dem Erleben ihrer subjektiven Perspektive.

Der Gruppenleiter unterstützte und begleitete diesen Prozess durch Anleitungen, welche die Teilnehmenden dazu einluden, Impulse ihres inneren Erlebens wahrzunehmen und diesen körperlichen Ausdruck zu verleihen.

Bei diesem Vorgehen wurden keine im Voraus definierten Inhalte auf ausschließlich kognitiver Ebene vermittelt. Vielmehr wurde im Miteinander des Gestaltens ein bewertungsfreier Erlebensraum geschaffen, der ein ganzheitliches Lernen auf den Ebenen von Körper, Geist und Seele ermöglichte. Das Miteinander gestaltete sich in wertschätzender und vertrauensvoller Atmosphäre, und wurde dadurch selbst zu einer kraftvollen Ressource.

Dem Ausschreibungstext entsprechend orientierte sich die Arbeitsgruppe an den Grundsätzen des Emotional Dance Process® nach Tiamat S. Ohm. Es handelt sich bei dieser Methode um eine kreativtherapeutische Übungspraxis zur Stärkung des eigenen Potentials und sie dient der Entfaltung persönlicher Kraft.

Am ersten Tag brachten die Teilnehmer*innen ihre therapeutische Identität in Bewegung. Dafür ließen sie sich auf einen Prozess ein, in dem sie sich für das öffneten, was in einem sich wandelnden Tanz an Bewegungsimpulsen entstand. Diese Impulse gestalteten sie nicht willentlich, sondern ließen sie geschehen, indem sie ihnen freien Ausdruck in den Raum hinein erlaubten.

Tanzend erforschten sie, welche ihrer natürlichen Veranlagungen und Gaben in die Beratungsarbeit einfließen, welche Lehrer*innen und Ausbildungen sie in ihrer Entwicklung gefördert und bis in die Gegenwart hinein geprägt haben. Die entwickelte Bewegungsgestalt mündete in eine ruhende Abschlussgeste. Als besonders berührenden Einfluss erlebten und beschrieben die Teilnehmenden das Lernen von und mit ihren Klient*innen.

Dem Ablauf dieser Arbeitseinheit lag eine Metastruktur zugrunde, der wir wiederkehrend auch bei den anderen Inhalten der Arbeitsgruppe folgten. Begonnen wurde mit einer Bewegungseinheit zur Lockerung des Körpers und der Wahrnehmung eigener Befindlichkeit. Danach wurde das inhaltliche Thema in Bewegung gebracht und anschließend seiner Botschaft in die Stille hinein nachgespürt. Darauf erfolgte das Malen eines Bildes, um auf diese Weise die flüchtigen Bewegungen des Tanzes mit einem bleibenden visuellen Anker zu verbinden. Anschließend stellte das Bild die Grundlage für ein Sprechen über das eigene Erleben dar.

Am zweiten Tag galt die Aufmerksamkeit zwei Persönlichkeitsanteilen, die zu grundlegender therapeutischer Kontaktgestaltung gehören. Die Teilnehmer*innen fühlten sich in ihre Resonanz auf die Themen Verbundenheit und später Furchtlosigkeit ein und brachten diese in Bewegung.

Die Anteile Verbundenheit und Furchtlosigkeit werden Jungscher Terminologie folgend den Archetypen des Liebenden und der Kriegerin zugeordnet. Die Anteile des Liebenden braucht es im Beratungsgeschehen, um sich in sich selbst und sein Gegenüber einzufühlen, so dass Nähe, Verständnis und Verbundenheit entstehen. Zu den Eigenschaften der Kriegerin zählen klares Denken und Fühlen, der Mut Grenzen zu setzen und zu konfrontieren.

Die Komplementarität beider Archetypen ergibt sich daraus, dass der Liebende auf die Klarheit und Abgrenzungsfähigkeit der Kriegerin angewiesen ist, um Abhängigkeit und emotionale Verausgabung oder Verstrickung zu vermeiden. Die Kriegerin ihrerseits braucht das Mitschwingen des Liebenden, um nicht zu distanziert in den Kontakt zu gehen, und dadurch in Gefahr zu geraten, die Beziehung zu ihrem Gegenüber zu verlieren.

Insgesamt basieren die Elemente der Arbeitsgruppe auf einem Grundverständnis, welches der Selbstsorge von Beratenden in psychosozialen Arbeitsfeldern hohe Priorität einräumt, da diese mit Menschen arbeiten, deren Leben aus dem Gleichgewicht geraten ist. Hier braucht es für Beratende als ausgleichendes Gegengewicht einen immer wieder zu etablierenden achtsamen Umgang mit sich selbst.

Die Seminarinhalte waren durchgehend darauf ausgerichtet, die Teilnehmer*innen für die eigenen Körpersignale zu sensibilisieren und ihnen achtsame Resonanz und Ausdruck zu geben. Neben dem persönlichen Erkenntnisgewinn durch Selbsterfahrungsanteile kann die Arbeitsgruppe darüber hinaus als kraftvolle Ressource wirksamer Burnout-Prophylaxe verstanden werden.

Günter Aden

Dipl.-Theologe, Systemischer Familientherapeut,
NLP Master, Trainer im Emotional Dance Process®

Hindenburgstr. 31
31515 Wunstorf

gue-aden@t-online.de



Christine Weiß

Arbeitsgruppe EFT – Emotionsfokussierte Paartherapie

Auf der DAJEB-Jahrestagung 2020 konnte ich für eine große Gruppe mit 26 Teilnehmer*innen eine Einführung in die Emotionsfokussierte Paartherapie geben. Wie ich hörte, gab es eine lange Warteliste dafür – einige hatten dann noch Glück, nachzurücken – was mich wirklich beeindruckt hat und ein gutes Zeichen dafür ist, dass die Emotionsfokussierte Therapie nach Dr. Sue Johnson jetzt auch mehr und mehr in Deutschland Fuß fasst.

Die Arbeitsgruppe über zwei Tage hat sehr viel Freude gemacht. Die Teilnehmer*innen waren sehr interessiert, hatten wichtige Fachfragen und konnten, so die Rückmeldung, einiges mitnehmen für ihre unterschiedlichen Beratungsangebote. Neben der Präsentation von EFT-Inhalten habe ich Sitzungsausschnitte mit "echten" Paaren gezeigt, wir haben kleine Übungen zum Erleben von EFT gemacht, Rollenspiele in Kleingruppen und natürlich die Runden für inhaltliche Fragen, in denen ich manches Beispiel aus meiner Praxis und von Kolleg*innen vorgestellt sowie konkrete EFT-Interventionen direkt gezeigt habe. Die vier negativen Dynamiken – sowie die auflösende, positive Dynamik - haben mein Mann Hendrik und ich der Gruppe vorgespielt – mit großem Gelächter und Wiedererkennen aus der eigenen Beratungsarbeit.

Wir gehören ja auch zum Vorstand des 2016 gegründeten Berufsverbandes EFT Community Deutschland e. V. (EFTCD). Deren Mutterorganisation – das International Centre for Excellence in Emotionally Focused Therapy (ICEEFT) – wurde von Sue Johnson gegründet. Von daher freut es uns umso mehr, dass EFT inzwischen in der deutschen Beratungslandschaft ankommt.

Die Emotionsfokussierte Therapie widmet sich Paaren, Einzelklient*innen und Familien. Sue Johnson startete in den 80er Jahren damit, diesen humanistisch geprägten Ansatz als Paartherapie zu entwickeln – und seitdem wächst, entwickelt und fundiert sich die EFT weltweit. Die EFT ist ein integrativer Ansatz, der zentral systemische und experientielle Herangehensweisen kombiniert. Und: es dreht sich alles um Bindung.

Angefangen hat alles einmal mit der Bindungstheorie in den 50er und 60er Jahren von John Bowlby und Mary Ainsworth. Seitdem boomt die Bindungswissenschaft, und alle Erkenntnisse davon besagen eindeutig: Wir Menschen sind Bindungswesen. Bindung ist unser primärer Überlebensinstinkt, nach Bindung zu streben, ist angeboren, und es lässt uns wachsen und gedeihen. Wir brauchen einander. Und es kommt noch besser: Mit sicherer Bindung sind wir gesünder, glücklicher, empathischer, toleranter, autonomer, leben länger, genesen schneller, und können unsere Ziele im Leben besser erreichen.

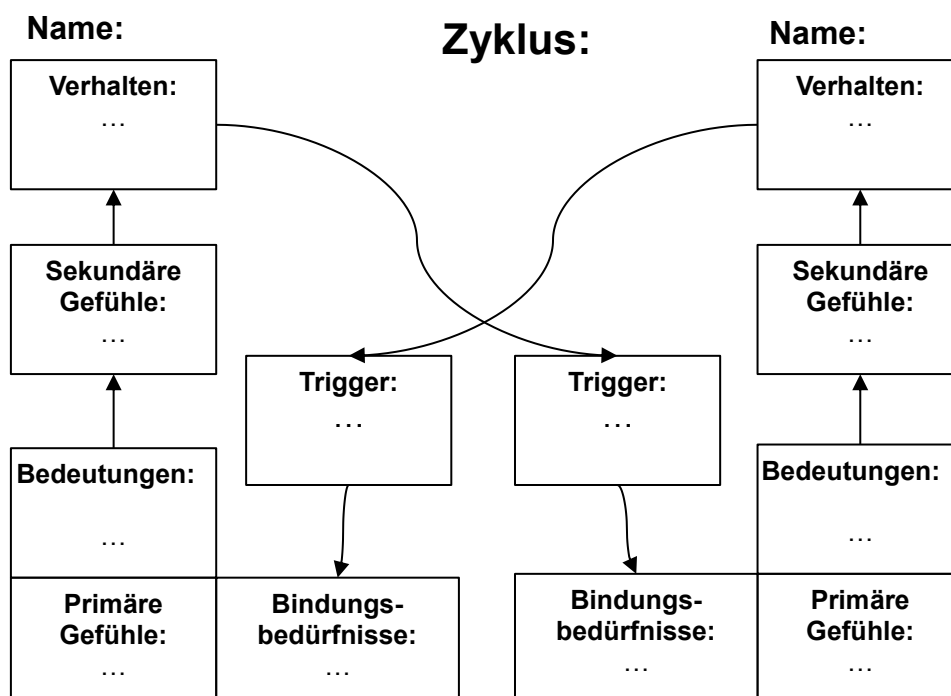
Sue Johnson hat in EFT Bindung zu ihrem Ausgangspunkt gemacht. Das Ziel ist, zwischen Partner*innen eine sichere Bindung herzustellen. Denn wenn unsere Bindung unsicher ist, ist unser System in Alarm, und wir versuchen mit unseren gelernten Prägungen aus früher Bindungszeit damit zurechtzukommen: wir kämpfen, flüchten oder erstarren. Sue nennt diese zirkulären Feedbackschlaufen auch negative Teufelskreise. Diese entstehen als ein systemischer negativer Zyklus, wenn die Schutz- und Überlebensmuster zweier Bindungspersonen aufeinandertreffen, die Koregulation unmöglich machen. Sie unterscheidet hier zwischen:

1. Angriff-Angriff – "Suche den Bösewicht"
2. Angriff-Rückzug – "Protestpolka"
3. Rückzug-Rückzug – "Erstarren & Fliehen"
4. Komplexe Zyklen (bei Trauma)

EFT-Therapeuten helfen sich mit Grafiken, die wir während oder nach den Sitzungen ausfüllen, um den spezifischen Zyklus eines Paares zu verstehen (siehe Abbildung). Denn: meist müssen wir zuerst verstehen, wie zwei Partner*innen sich, ohne es zu wollen, Täter*in und Opfer zugleich in einer endlosen Negativspirale verfangen. Dann prozessieren wir mit unseren Paaren Position für Position im Rahmen dieses Kreislaufes. Und hier geht es nicht allein um das kognitive Verstehen. Die Vogelperspektive ist gut, aber letztlich landen wir auf dem Boden der Beziehung. Partner*innen brauchen ihr eigenes Erleben zu verknüpfen mit dem, wodurch es ausgelöst wird, mit der Bedeutung, die sie diesem geben, wie sie sich dann verhalten, und wie das auf ihre/n Partner*in wirkt und sich gegenseitig negativ verstärkt.

Ein vereinfachtes Beispiel: Oliver kommt gestresst von der Arbeit nach Hause, ist müde und freut sich eigentlich auf Sabine, die bereits das Abendbrot für die Kinder macht. Er kommt in die Küche und sieht ihren gestressten Gesichtsausdruck. Sie nickt ihn kurz an, und fragt: "Hast du XY erledigt?" Oh, das XY, das hat er tatsächlich vergessen. Er befürchtet, Sabine wird sauer sein, wieder hat er es verbockt, sie hält ihn wieder für unzuverlässig und wird ihm das später sehr klar machen, wenn die Kinder im Bett sind ... In seiner Angst davor zieht sich Oliver direkt nach dem Abendbrot an den Computer zurück, wo es immer noch etwas zu arbeiten gibt. Sabine fühlt sich allein, anscheinend ist Oliver die Arbeit wichtiger, als sich für sie zu interessieren ... Sie versucht es zu schlucken, aber später platzt ihr doch der Kragen, so hat sie sich eine Beziehung nicht vorgestellt ... u. s. w.

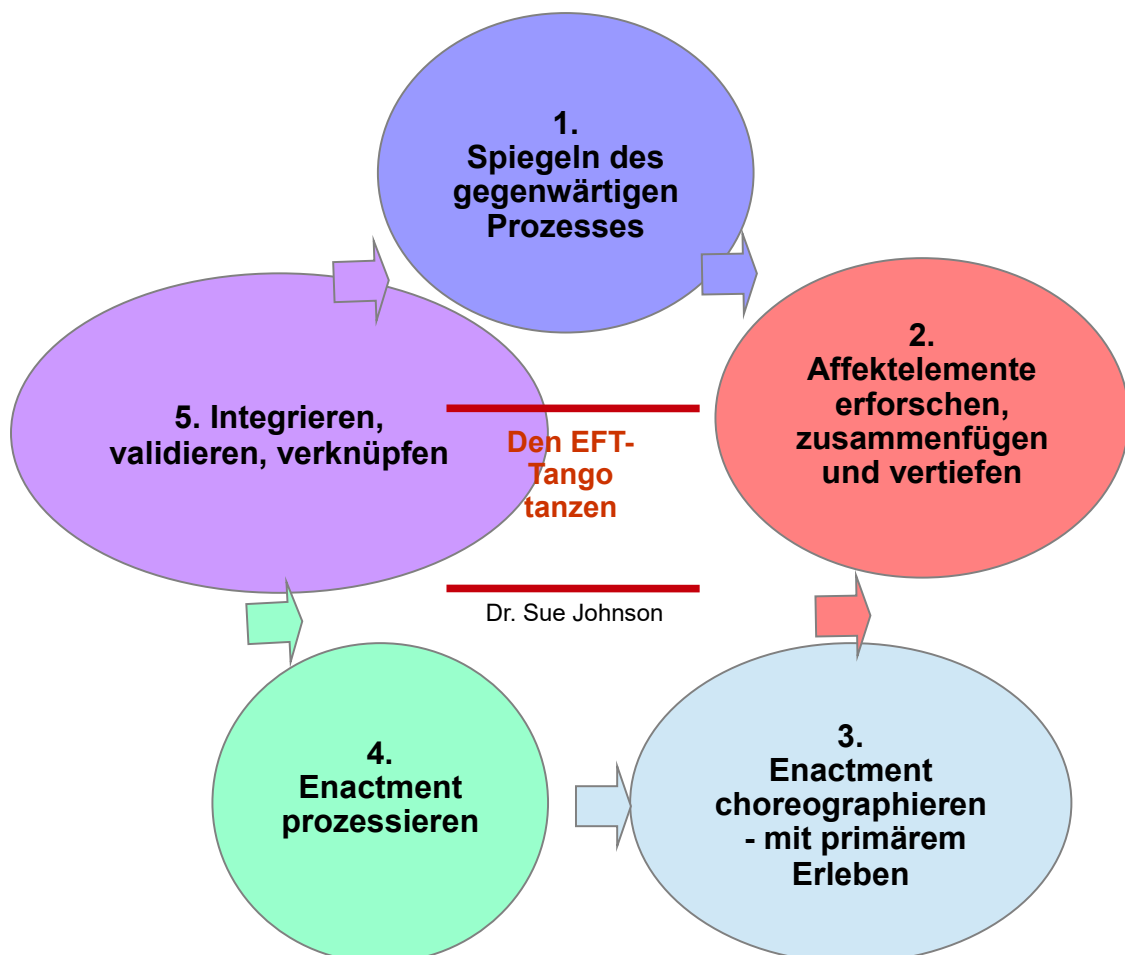
Wenn Sabine und Oliver es nicht schaffen, sich einander zu öffnen und sich gegenseitig in ihren verständlichen Bindungsbedürfnissen abzuholen, besteht Gefahr, dass hier eine klassische Protestpolka entsteht. Denken Sie sich das ein paar Jahre weiter ... Die negativen Zyklen oder Teufelskreise werden in der EFT identifiziert, in Besitz genommen und dann positiv verändert. Das hört sich einfach an – in der Praxis ist es eine anspruchsvolle Arbeit, die uns als Therapeut*innen sehr fordern – und auch sehr beglücken kann.



Veränderungsprozesse werden in der EFT in Gang gesetzt, in dem wir uns auf Emotionen fokussieren – Emotionen, die in Zusammenhang mit Bindung stehen. Wenn Bindung unsicher ist, haben wir es mit vielem zu tun: Angst, Scham, Wut, Traurigkeit, Verletztheit ... In einem EFT-Prozess arbeiten wir darauf hin, dass Partner*in 1 sich zum Ende der Therapie mit ihrer/seiner verletzlichen Seite an Partner*in 2 wenden und seine unerfüllten Bindungsbedürfnisse formulieren kann – und wir helfen Partner*in 2, dass sie/er empathisch, zugänglich und für die Beziehung engagiert Partner*in 1 abholt und ihr/ihm hilft, sich emotional zu regulieren und dadurch eine sichere Bindungserfahrung macht, die mit der Zeit ungünstige innere Arbeitsmodelle von sich und anderen verändern kann.

ARE ist hier das Akronym, dass Sue Johnson gebildet hat: Als Partner*in beschäftigt uns, wenn Bindungsbedürfnisse aktiviert sind, die Frage: "Bist du da für mich?" – "Are you there for me?" A steht für accessible, R für responsiv, E für engaged, wir übersetzen es gern mit emotional ansprechbar, responsiv und engagiert für die Beziehung. Sue Johnson hat uns mit der EFT eine Landkarte gegeben, wie wir mit unseren Klient*innen durch diese emotional heißen oder erkalteten – und in jedem Falle herausfordernden – Prozesse sicher hindurch kommen. Die EFT gliedert sich in drei Phasen mit verschiedenen Schritten. Auf diese klare Struktur können wir uns verlassen, wenn wir in unseren Sitzungen mit den vielen Energien und Dynamiken in Kontakt sind, die Paare in unsicherer Bindung mitbringen: sie hat Hand und Fuß, ist in wissenschaftlichen Studien erfolgreich belegt.

Die Kunst ist es, als EFT-Therapeut*in, mit dieser Landkarte auf dem realen Boden der Beziehungsdynamik zu stehen und den Prozess im Hier und Jetzt zu gestalten. Im gegenwärtigen Moment steckt im Grunde alles drin – wir müssen es als EFT-Therapeut*innen "nur" wahrnehmen, verlangsamen, organisieren, halten, validieren, vertiefen und Partner*innen darüber in Kontakt bringen. Die Makro-Intervention im EFT ist der EFT-Tango. Das ist es, was wir in jeder Sitzung konkret tun:



Mit Enactment meinen wir das Herstellen des direkten Kontaktes zwischen den Partner*innen. Hier entstehen im Laufe des Prozesses die Veränderungsereignisse, die wir brauchen, um aus unsicherer Bindung zu sicheren Bindung zu machen: mit neuen Erfahrungen der Ko-Regulation, der Empathie, der Öffnung und des daraus wachsenden Verstehens und Vertrauens.

Als EFT-Therapeut*innen stellen wir uns selbst als Übergangsbindungspersonen zur Verfügung. Wir gehen mit all dem, was wir selbst sind, in Beziehung zu unseren Klient*innen. Self-of-Therapists-Themen sind daher ein wichtiger Bestandteil der EFT-Ausbildung, und helfen uns, als Menschen zu wachsen. So manch Supervisee teilt mir mit, wie sehr sie auch privat von EFT profitieren – und das können mein Mann und ich nur bestätigen!

Die Kunst liegt auch im Detail: Es gibt eine ganze Reihe von EFT-typischen Mikro-Interventionen – einige davon konnten wir auf der DAJEB-Jahrestagung ein wenig ausprobieren, andere konnte ich vorstellen, manche waren in den Sitzungsausschnitten zu erkennen.

Wer sich für EFT interessiert, den lade ich ein, Sue Johnsons Bücher zu lesen – einige sind inzwischen auf deutsch bei Junfermann zu beziehen, sowohl für Fachleute als auch als private Beziehungsmenschen. Insbesondere "Halt mich Fest – Sieben Gespräche über lebenslange Liebe" ist ein wunderbar und gut lesbares Grundlagenwerk. Für meinen Mann Hendrik und mich fing damals mit diesem Buch alles an: wir lasen es, nutzten es für unsere private Beziehung und wussten: das wollen wir professionell mit unseren Klient*innen! Wir haben uns in Sue Johnsons Methode Zuhause gefühlt, und unsere tägliche Arbeit mit unseren Paaren ist für uns erfüllend. "Sichere Bindung macht süchtig", sagte einmal einer meiner Klienten zum Ende der Paartherapie. Und ist es nicht die beste und gesündeste "Sucht", die wir Menschen haben können?

Ich freue mich, wenn die Emotionsfokussierte Paartherapie einigen der Teilnehmer*innen der Jahrestagung 2020 Anregungen für ihre herausfordernde Arbeit mit Paaren und Familien gegeben hat!

Christine Weiß

Zertifizierte EFT-Supervisorin und -Therapeutin

Praxis für Emotionsfokussierte Therapie Hannover
Melanchthonstraße 6
30165 Hannover

info@eft-paartherapie-hannover.de

www.eft-paartherapie-hannover.de
www.eft-paartherapie.de



Arbeitsgruppe Emotionsregulierung in nahen Beziehungen und ihre Veränderung durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit in der Arbeit mit Paaren

Bei dieser Arbeitsgruppe stand der Zusammenhang zwischen wissenschaftlicher Theorie, ihrer Bedeutung für das Verständnis von Interaktions- und Kommunikationsstörungen, deren Relevanz und konkrete Umsetzung in der Arbeit mit Paaren im Vordergrund. Diese Vorgehensweise wurde bei den einzelnen Schritten durch Zusammentragen eigener Erfahrungen aus der Beratungsarbeit und der Diskussion der Theorie vertieft.

Ausgangspunkt war die Feststellung, dass trotz großer Verliebtheit und Liebe zu Beginn einer Paargeschichte, gemeinsamer Zukunftsideen, oftmals einer grandios gefeierten Hochzeit es bei Paaren, die um Beratung nachsuchen, zu Feststellungen kommt wie: "Wir haben uns auseinandergeliebt"! oder "Wir haben uns nichts mehr zu sagen, deshalb wollen wir uns trennen!" Diese Aussagen beschreiben eher einen emotionalen Zustand, denn unter systemischen Gesichtspunkten ist "Nicht-Kommunikation" nicht möglich. Richtiger wäre zu sagen, die Partner*innen finden keine Worte zueinander über das, was sie bewegt, sie sind in vielfältiger Weise im Miteinander blockiert. Tatsächlich leben sie ja tagtäglich zusammen, kommunizieren aber auf eine solche Art und Weise, dass beide zutiefst unzufrieden und unglücklich sind. Sie sind nicht in der Lage das, was sie sich an Zuwendung, an Nähe im Miteinander wünschen, sich gegenseitig zu ermöglichen. Und so wird die Flucht aus der Beziehung, die Trennung – häufig ohne zu wissen wohin jemand eigentlich fliehen will – zur scheinbar einzigen Lösung. Problematisch ist es, dass der Einzelne sich mit seiner Art, eine nahe Beziehung zu gestalten, auch in die nächste wieder mitnimmt. So besteht die große Gefahr, dass eine nächste Partnerschaft mit den gleichen Beziehungsmustern wieder scheitert. Die große Herausforderung für eine Paarberatung besteht darin, diese Situation, der scheinbaren Nicht-Kommunikation, als Ausgangslage für einen solchen Entwicklungsprozess zu verstehen, der einen Rahmen für eine persönliche Entwicklung des Einzelnen im Angesicht des anderen ermöglicht.

Wissenschaftlich ausgedrückt fehlt dem Einzelnen oder auch beiden die Grunderfahrung der Selbstwirksamkeit um das, was man sich an Aufmerksamkeit, Fürsorge und Wohlwollen wünscht, sich gegenseitig in einem ausgeglichenen Verhältnis zur Verfügung stellen zu können. Als Ursachen eines solchen Zustandes des Paares als ein System, gelten Erfahrungen des Einzelnen von Bindung, Orientierung/Kontrolle und den eigenen Selbstwert erhöhende Erfahrungen der familiären Herkunftskonstellation. Diese führen zu unsicheren Bindungsmustern, damit zu Vermeidungsstrategien und Unzufriedenheit in der Beziehung. Ihren Niederschlag finden diese frühen Lebenserfahrungen dann in verschiedenen maladaptiven Schemata. Insofern bietet gerade der schematherapeutische Ansatz für die Klärung von Interaktionsstörungen in nahen Beziehungen, wie die einer Partnerschaft, einen guten Ansatz zum Verständnis der Ursachen nicht zielführender Interaktionen im Miteinander und gleichzeitig auch deren liebevoller Annahme. Mit dieser Sichtweise eröffnet sich eine Zielrichtung von möglichen Veränderungen zu konstruktiven Verhaltensweisen hin.

Anhand eines Fallbeispiels wurde das Schema Emotionale Vernachlässigung in seiner Auswirkung durch die dadurch ausgelösten Modi in der konkreten Gestaltung einer Partnerschaft dargestellt. Anschließend wurde aufgezeigt, wie es möglich wird, durch verschiedene

Erfahrungen der Selbstwirksamkeit der Partner*innen in ihrem Paarsystem im Rahmen der Paarberatung, neue Modi zu generieren, um so ein entspanntes und wohlwollendes Miteinander zu ermöglichen.

Wegen der Bedeutung des Themas für die Paarberatung, wurden die theoretischen Hintergründe und deren praktische Umsetzung in einem eigenen Artikel (Seite 70) aufgezeigt.

Dr. Rudolf Sanders

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

Sauerlandstr. 4
58706 Menden

dr.sanders@partnerschule.de
www.partnerschule.eu



Arbeitsgruppe Kopf hoch: Affektregulierung und Affektstabilisierung mit einfachen Körpercodes: die BODY 2 BRAIN CCM® Methode

"Kopf hoch" – eine Redewendung, um zu ermutigen oder zu trösten. Tatsächlich können Körperhaltungen sofort eine mentale "Umstimmung" bewirken. Bewegungen, Haltungen, Gesten können anregend oder beruhigend eingesetzt werden. Richtung, Rhythmus, Intensität sind dabei bedeutsam. Body 2 Brain CCM® Körpercodes können zur Selbstregulation, zur unmittelbaren körperlichen und seelischen Beruhigung oder Aktivierung genutzt werden. Der Vorteil dieser Methode: Sie ist leicht umzusetzen, unauffällig und somit alltagstauglich und auch bei Sprachbarrieren anwendbar.

Die Body 2 Brain CCM® Methode beachtet Körpersignale und gibt kleine Körperimpulse, um Klient*innen zu Selbstwirksamkeit zu befähigen, darüber hinaus stärkt der Einsatz der kleinen Übungen die beratend Tätigen in ihrer eigenen Selbstfürsorge. Die Methode basiert auf Erkenntnissen der Embodiment Forschung und der KBT und entstand als therapeutisches Zusatzangebot für organisch schwer erkrankte Patient*innen in einem Großkrankenhaus.

Über Leiblichkeit lassen sich Emotionen und Tun beeinflussen. Es existieren weltweit stärkende/stimulierende/heilende Körperrituale, diese sind kollektives menschliches Wissen über die Zusammenhänge und die Gesundheit von Körper und Geist/Psyche. Der Körper ist Grundvoraussetzung für unser "Da-sein", er ist das "Werkzeug" der Lebensbewältigung und das "Instrument" zur Affektbewältigung. Der Körper ist auch: Heimat. Mit der BODY 2 BRAIN CCM® Methode soll Zugang zu diesem Potenzial ermöglicht werden. Die Methode eignet sich für alle Krankheitsbilder, aber auch als Unterstützung in Belastungssituationen und im Beratungskontext.

Die Übungen sind einfach, kognitive Verständnisschwierigkeiten und Sprachbarrieren entfallen – "Körper geht immer". Besondere körperliche oder örtliche Voraussetzungen sind nicht erforderlich. Die meisten Übungen sind unauffällig durchzuführen und somit alltagstauglich. Das spielerische Element führt zu stabilisierenden Emotionen wie Freude, Interesse und Stolz, was wiederum zur Ausschüttung entsprechender Neurotransmitter und Hormone führt. Eine emotionale Besserung ist meist unmittelbar während oder im Anschluss an Übungen zu beobachten bzw. wird von den Klient*innen selbst wahrgenommen. Zur besseren Erinnerung und Akzeptanz sind Übungen mit einprägsamen Namen versehen. Die Erklärung zur neurophysiologischen Wirkweise wird in einfacher Sprache zusätzlich vermittelt.

Beispiel "Herzplaster": lege deine Hand auf deine Herzgegend. Atme ruhig und langsam ein und aus. Du kannst deine Hand leicht auf deinem Herzen liegen lassen oder langsam und beruhigend über den Herzbereich mit deiner Hand streichen. Entscheide, welche Vorgehensweise dir lieber ist. Atme weiterhin ruhig ein und aus beim Berühren deines Herzens. Das ist eine Trost- und Beruhigungsgeste. Die Berührung wird vom Nervus vagus, der das

Herz mit beruhigenden Impulsen versorgt, wahrgenommen und verstärkt bis in den Hirnstamm, wo er seinen Ursprung hat. Die kleine Übung kannst du vielfach am Tag machen, wenn du Angst hast, traurig bist oder bevor du wütend wirst.

Die BODY 2 BRAIN CCM ® Methode möchte einen Beitrag leisten zum Thema "psychomentele Gesundheit für Alle" mit Verweis auf das Statement der WHO: diese postuliert psychische Gesundheit als essentielle Voraussetzung für Gesundheit "There is no health without mental health". Deshalb wurde zur BODY 2 BRAIN CCM ® Methode auch eine **kostenlose App Body 2 Brain** entwickelt.

Als Abschluss: **Übungsbeispiel Schulterwurf und Hüftschwung**: führe deinen rechten Arm und dann deinen linken Arm im Wechsel mit Schwung von unten nach vorne und oben über deine jeweilige Schulter: wirf deine Sorgen nach hinten über die Schulter ab. Diese Aufwärtsbewegung und Nach-hinten-Abladebewegung wird von deinem Gehirn wohlwollend registriert und es entsteht ein Gefühl von Leichtigkeit und Ist-mir-doch egal. Beim Hüftschwung lässt du deine Hüften sich leicht und spielerisch bei jedem Schritt bewegen, sich hin-und herwiegen. Diese spielerische Leichtigkeit in deiner körperlichen Vorgehensweise wird über Leitungsbahnen im Gehirn auch auf deine Befindlichkeit eine erleichternde Wirkung haben.

Einfache Körperpsychotherapie sollte frühzeitig erlernt werden im Sinne einer Psychohygiene. Angewandtes Embodiment wird von der Autorin als Beitrag zur Schaffung resilienterer Gesellschaften verstanden, wie sie besonders in Krisenzeiten erforderlich sind.

Literatur

Die BODY 2 BRAIN CCM ® Methode

Croos-Müller C.

- Überzeugend auftreten, Kösel Verlag München
- Kopf hoch - das kleine Überlebensbuch Kösel Verlag München
- Nur Mut-das kleine Überlebensbuch", Kösel Verlag München
- Viel Glück - das kleine Überlebensbuch, Kösel Verlag München
- Schlaf gut - das kleine Überlebensbuch", Kösel Verlag München
- Alles Liebe - das kleine Überlebensbuch, Kösel Verlag München
- Alles gut-das kleine Überlebensbuch, Kösel Verlag München
- Bleib cool - das kleine Überlebensbuch
- KRAFT - Der neue Weg zu innerer Stärke. Ein Resilienztraining, Kösel Verlag

Neurologie/Körperpsychotherapie

- Hengstenberg E: Entfaltungen: Bilder und Schilderungen aus meiner Arbeit mit Kindern. Arbor Verlag
- Koch S: Embodiment. Der Einfluss von Eigenbewegung auf Affekt, Einstellung und Kognition. Logos Verlag
- Rüegg J: Gehirn, Psyche und Körper. Schattauer Verlag
- Schubert C: Was uns krank macht - Was uns heilt: Aufbruch in eine Neue Medizin. Das Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele besser verstehen. Bielefeld: Fischer & Gann

- Stolze H: Konzentrative Bewegungstherapie, Springer Verlag Berlin
- Maja Storch, Benita Cantieni, Gerald Hüther, Wolfgang Tschacher: Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen. Hogrefe Verlag

Dr. med. Claudia Croos-Müller

Ärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie
Balintgruppen-Leiterin (BLÄK), Verbale Interventionstechnik (BLÄK)

Therapeutin für Konzentrative Bewegungstherapie
EMDR-Therapeutin, Inhaberin des Europa Zertifikats für EMDR

Ausbildung PITT

Entwicklerin der Body 2 Brain ccm® Methode

Ehem. Leitende Ärztin des Bereichs Neurologie, Nervenheilkunde, Psychotherapie,

Psychotraumatologie am RoMed Klinikum Rosenheim

Arbeit in eigener Praxis



Bangfeldstr. 16

83075 Bad Feilnbach

ccm.mueller@t-online.de

Bericht über die Mitgliederversammlung 2020

1. Begrüßung

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

2. Bericht des Vorstandes

Cornelia Weller weist auf die ausführlichen "Unterlagen zur Mitgliederversammlung 2020" hin, die den Mitgliedern vorab per Mail übersandt wurden.

Sie berichtet zunächst, dass die Stelle der Geschäftsführung seit 01.01.2020 erneut vakant ist. Es wurde eine Personalberatungsagentur beauftragt, die den Prozess der Stellenbesetzung begleiten soll.

Anschließend berichtet Weller über die Arbeit des Vorstands in den Jahren 2016 - 2020 und stellt die Planung für 2021 ff. vor.

3. Aussprache

Es wurden keine Fragen gestellt.

4. Jahresabschluss 2019

5. Haushalt 2020

6. Planung 2021

Weller verweist auf die zugesandten Unterlagen und stellt den Wirtschaftsplan 2021 vor.

7. Rechnungsprüfungsbericht

Weller verweist auf den Bericht des Rechnungsprüfungsausschusses, der allen Mitgliedern mit den Unterlagen zur Mitgliederversammlung zugesandt wurde.

Jell berichtet über ihre mit Patrick Friedl durchgeführte Rechnungsprüfung am 20.01.20. Es gab keine Beanstandungen. Sie empfiehlt die Entlastung des Vorstands.

8. Entlastung des Vorstandes

Stuedner beantragt die Entlastung des Vorstands. Der Antrag wird einstimmig angenommen. Der Vorstand nimmt an dieser Abstimmung nicht teil.

9. Neuwahl des Vorstandes und der Rechnungsprüfer*innen

a) Wahlausschuss

Der Wahlausschuss wird per Akklamation bestimmt und besteht aus Ingo Stein, Claudia Gansauge, Jürgen Licht und Barbara Fehle. Den Vorsitz übernimmt Ingo Stein.

b) Wahlen zum Vorstand und zum/r Rechnungsprüfer*in

Für die Wahl zur Präsidentin stellt sich Cornelia Weller vor.

Für die Wahl zum Vizepräsidenten stellt sich Dr. Stefan Schumacher vor.

Für die Wahl zur/m Beisitzer*in stellen sich Sabine Grimm, Ulrike Heckel, Christine Koch-Brinkmann, Nicole Rosentreter, Annemarie Potthoff und Dr. Rudolf Sanders vor.

Für die Wahl zum Rechnungsprüfer stellt sich Berend Groeneveld vor. Cornelia Hauffa ist persönlich verhindert. Ingo Stein verliest ein Schreiben, in dem Frau Hauffa mitteilt, dass sie bereit ist, für das Amt der Rechnungsprüferin der DAJEB zu kandidieren und sich der Wahl stellt. Sie erklärt im Falle ihrer Wahl die Annahme der Wahl.

Im Anschluss werden in vier einzelnen Wahlen die Präsidentin, der Vizepräsident, die Beisitzer*innen sowie der/die Rechnungsprüfer*in gewählt.

c) Verabschiedung der ausscheidenden Vorstandsmitglieder

Cornelia Weller verabschiedet den nicht mehr kandidierenden langjährigen Beisitzer Berend Groeneveld sowie die nicht mehr kandidierende Beisitzerin Katja Müller und dankt ihnen für die geleistete Arbeit.

d) Ergebnis der Wahl zur Präsidentin:

abgegebene Stimmzettel:	27
./ ungültige Stimmen:	0
./ Enthaltungen:	0
gültige Stimmen:	27
davon Nein-Stimmen:	0
davon Ja-Stimmen:	27

Damit ist Cornelia Weller gewählt; sie nimmt die Wahl an.

e) Ergebnis der Wahl zum Vizepräsidenten:

abgegebene Stimmzettel:	27
./ ungültige Stimmen:	0
./ Enthaltungen:	0
gültige Stimmen:	27
davon Nein-Stimmen:	0
davon Ja-Stimmen:	27

Damit ist Dr. Stefan Schumacher gewählt; er nimmt die Wahl an.

f) Ergebnis der Wahl zur/m Beisitzer*in:

abgegebene Stimmzettel:	27
./ ungültige Stimmen:	1
./ Enthaltungen:	0
gültige Stimmen:	26

Für eine Wahl im ersten Wahlgang ist die absolute Mehrheit der gültigen Stimmen erforderlich, das sind 14 Stimmen.

Es erhalten an Stimmen:

Sabine Grimm:	26
Ulrike Heckel:	25
Christine Koch-Brinkmann:	26
Annemarie Potthoff:	26
Nicole Rosentreter:	24
Dr. Rudolf Sanders:	26

Damit sind alle Kandidat*innen gewählt. Alle Gewählten nehmen die Wahl an.

g) Ergebnis der Wahl zur/m Rechnungsprüfer*in:

abgegebene Stimmzettel:	27
./ ungültige Stimmen:	0
./ Enthaltungen:	0
gültige Stimmen:	27

Für eine Wahl im ersten Wahlgang ist die absolute Mehrheit der gültigen Stimmen erforderlich, das sind 14 Stimmen.

Es erhalten an Stimmen:

Berend Groeneveld:	27
Cornelia Hauffa:	27

Damit sind Berend Groeneveld und Cornelia Hauffa gewählt; Groeneveld nimmt die Wahl an, Hauffa hat bereits vor der Wahl schriftlich erklärt, im Falle ihrer Wahl die Wahl anzunehmen

10. Interessensbekundung für die Mitarbeit im Redaktionsausschuss und in den Ausschüssen zur Vorbereitung der Jahrestagungen 2022 und 2023

<entfällt>

11. Verschiedenes

<entfällt>

Tätigkeitsbericht für das Jahr 2019

1. Jahrestagung 2019

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

Die Jahrestagung 2019 mit dem Thema "Gut bewährt und irritierend neu: Kompetent beraten" fand vom 22. bis 23. März in Baunatal bei Kassel statt.

Die Tagung wurde durch die Präsidentin, Frau Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller, eröffnet.

Den fachlichen Teil eröffnete Prof. Dr. rer. nat. habil. Stefan Busse, Dipl.-Psychologe, mit seinem Hauptreferat "Mit dem Dritten sieht man besser – Triangulierung als beraterische Kompetenz".

Anschließend wurde das Thema in 9 Arbeitsgruppen vertieft bearbeitet:

- AG 1: "Kultursensible Haltung und Techniken im Beratungsgespräch"
Referentin: Dipl.-Päd. Nadja El-Ammarine
Moderator: Dr. Rudolf Sanders, Dipl.-Pädagoge
- AG 2: "Triangulierung in der Beratung"
Referent: Prof. Dr. Stefan Busse, Dipl.-Psychologe
Moderatorin: Dipl.-Psych. Katja Müller
- AG 3: "Wird es die Digitalisierte Beratung geben? Künstliche Intelligenz in der Sprachanalyse"
Referent: Dr. Stefan Schumacher, Dipl.-Theologe
Moderatorin: Dipl.-Soz.arb. Annemarie Potthoff
- AG 4: "Stimmungsdynamiken in Zeiten der Vielfalt"
Referentin: Renate Ritter, Psychoanalytikerin
Moderatorin: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel
- AG 5: "Vernetzte Methoden – Paarbance.de – interaktives Online-Coaching für Paare in der Beratung"
Referentin: Dr. Judith Gastner, Dipl.-Psychologin, Psychotherapeutin, Pädagogin
Moderator: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
- AG 6: "Den Dingen auf den Grund gehen – Meta-Modell-Arbeit in der Onlineberatung"
Referent: Dr. Stefan Schumacher, Dipl.-Theologe
Moderatorin: Dipl.-Psych. Katja Müller
- AG 7: "Innere Beheimatung: zur Spannung von Zugehörigkeit und Abgrenzung"
Referentin: Renate Ritter, Psychoanalytikerin
Moderatorin: Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller

- AG 8: "Humor als Arbeitsmittel in der Teamführung"
Referent: Dipl.-Päd. Raymonde Will
Moderatorin: Dipl.-Theol. Christine Koch-Brinkmann
- AG 9: "Die Suche nach Orientierung im Dickicht familiärer Wirklichkeiten"
Referent: Prof. Dr. Jörg Maywald, Soziologe
Moderatorin: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel

Teilnehmer*innenzahl: 69

Planung und Vorbereitung: Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller, Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel

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

Qualitätskontrolle: Teilnehmer*innenbefragung
mit spezifischem Erhebungsbogen (für Jahrestagungen)

- Bewertung des Hauptreferates: 1,4
- Bewertung der Arbeitsgruppen (Durchschnitt): 1,2

2. Mitgliederversammlung 2019

Die Mitgliederversammlung 2019 fand am 21. März in Baunatal bei Kassel statt.

2.1. Begrüßung

Cornelia Weller begrüßt die anwesenden Mitglieder - insbesondere die Ehrengäste Renate Gamp, Petra Heinze, Uli Kruse – und eröffnet die Mitgliederversammlung. Sie stellt fest, dass form- und fristgerecht zur Mitgliederversammlung eingeladen wurde und dass diese beschlussfähig ist.

Cornelia Weller informiert, dass der ursprünglich als TOP 10 vorgesehene Tagesordnungspunkt "Verschiedenes" vor den TOP 9 vorgezogen wird. Die Nummerierung im Protokoll ändert sich entsprechend.

2.2. Bericht des Vorstandes

a) Geschäftsstelle

Cornelia Weller berichtet, dass es erneut einen Wechsel in der Geschäftsführung gegeben hat. Der bisherige Geschäftsführer Andrea-Francesco Degrandi hat die DAJEB zum 31.10.2018 verlassen. Frau Weller dankt Herrn Degrandi für die geleistete Arbeit und die ehrenamtliche Unterstützung und Beratung in der Zeit, bis die Stelle wieder besetzt sein wird.

Cornelia Weller informiert darüber, dass Frau Meike Wilski ab 1.4.2019 die Geschäftsführung übernehmen wird.

Anschließend erläutert sie einzelne Punkte aus den ausführlichen "Unterlagen zur Mitgliederversammlung 2019", die den Teilnehmenden vorab in elektronischer Form zugesandt wurden.

b) Weiterbildungskurse in Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Cornelia Weller berichtet über den Stand des 53. Weiterbildungskurses, der im September 2019 abgeschlossen sein wird, sowie über den Stand des 54. Weiterbildungskurses, der im August 2018 begonnen hat. Der Kursaufbau im Blended Learning mit der Lernplattform wird von allen Teilnehmenden und Lehrenden sehr gut angenommen.

c) Zusatzqualifikation "Grundlagen der Erziehungsberatung"

Cornelia Weller berichtet über den 6. Teil der Fortbildungsreihe im Januar 2018, mit dem die Kursreihe 2016 - 2018 abgeschlossen wurde, sowie über die neu gestartete Reihe, die von 2018 - 2020 stattfinden wird. Bis dato haben bereits die ersten drei Kursteile stattgefunden.

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

Cornelia Weller berichtet über die in 2018 durchgeführte Fortbildungsreihe und die geplante Fortbildungsreihe 2019, die im Mai beginnen wird. Sie weist darauf hin, dass die Fortbildungsreihe ab 2019 nicht mehr als Projekt gefördert wird, sondern in den Institutionellen Haushalt integriert werden konnte.

e) Kompaktfortbildung

Cornelia Weller berichtet, dass im Dezember 2018 eine Kompaktfortbildung zum Thema "Einführung in Gestaltberatung" durchgeführt wurde.

f) Öffentlichkeitsarbeit

Cornelia Weller weist darauf hin, dass das Informationsrundschreiben 235 im September 2018 letztmalig als Printausgabe veröffentlicht wurde. Zukünftig wird das Informationsrundschreiben einmal jährlich in elektronischer Form versandt.

Im November 2018 erschien die erste Ausgabe der Online-Zeitung "Beratung als Profession".

Der Leiter des Redaktionsausschusses, Dr. Rudolf Sanders, ermuntert die Anwesenden dazu, Beiträge, Berichte o.ä. gerne beim Redaktionsausschuss einzureichen.

g) Kooperationen

Cornelia Weller berichtet über die Kooperationen der DAJEB, insbesondere mit dem DAKJEF und dem LSVD.

h) Jahrestagung 2020

Cornelia Weller gibt bekannt, dass die nächste Jahrestagung von 12. - 14. März 2020 zum Thema "Paare und Familien – Wirkungsvoll beraten!" in Hannover stattfinden wird.

Im Rahmen der nächsten Mitgliederversammlung werden turnusgemäß Vorstandswahlen stattfinden. Ein Aufruf zur Wahl erfolgt im Herbst diesen Jahres.

i) Förderverein

Ulrike Heckel stellt den "Verein zur Förderung der Jugend-, Ehe- und Familienberatung e.V." vor und bittet um Spenden.

3. Aussprache

Der Vorstand beantwortet diverse Fragen von Mitgliedern.

4. Jahresabschluss 2018

5. Haushalt 2019

6. Planung 2020

Cornelia Weller verweist auf den zugesandten Tätigkeitsbericht, der allen Teilnehmenden vorliegt.

7. Rechnungsprüfungsbericht

Rosamaria Jell berichtet über ihre mit Patrick Friedl durchgeführte Rechnungsprüfung im Februar 2019 und verweist auf den Bericht des Rechnungsprüfungsausschusses, der den Mitgliedern zusammen mit den Unterlagen zur Mitgliederversammlung zugeschickt wurde.

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

8. Entlastung des Vorstandes

Petra Heinze beantragt die Entlastung des Vorstands. Der Antrag wird bei Enthaltung der Vorstandsmitglieder einstimmig angenommen.

9. Verschiedenes

Es gibt keine weiteren Wortmeldungen.

10. Rückblick auf 70 Jahre DAJEB

Ulrike Heckel eröffnet die Posterausstellung "70 Jahre DAJEB", in der auf 7 Plakaten die jeweiligen Themen der Jahrestagungen von 1949 bis 2019 sowie die Namen der jeweiligen Vorstandsmitglieder aufgeführt sind.

Anschließend vertiefen Annemarie Potthoff und Dr. Rudolf Sanders in einer Powerpoint-Präsentation das Thema und geben einen Rückblick auf wichtige Themen der DAJEB und der Zeitgeschichte.

3. Weiterbildungskurse zum/r Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater*in (DAJEB)

3.1 Allgemeines

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

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

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

Die Weiterbildungskurse finden derzeit zentral in Hannover statt mit Teilnehmer*innen aus grundsätzlich allen Bundesländern.

Die Weiterbildung wird berufsbegleitend durchgeführt und richtet sich vor allem an Interessierte mit einem abgeschlossenen einschlägigen Studium in Sozialpädagogik, Sozialarbeit, Psychologie, Medizin, Jura oder Theologie.

Sie dauert 3 1/2 Jahre und besteht aus:

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

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

3.2 Die Kurse in "Blended Learning"

Seit dem 53. Weiterbildungskurs werden die Kurse in sog. "Blended Learning" durchgeführt, d. h. Teile des Kurses werden per E-Learning vermittelt, andere Teile werden wie bisher in Präsenzveranstaltungen durchgeführt.

Mit dieser Maßnahme wird die zeitliche Anwesenheit bei den Präsenzveranstaltungen verkürzt, was insbesondere für berufstätige Teilnehmer*innen die Teilnahme am Kurs erheblich erleichtert.

Dabei ist klar, dass der zeitliche Aufwand der Teilnehmenden insgesamt für die Absolvierung des Kurses im Vergleich zu den Vorgängerkursen gleich bleibt: in dem Umfang, wie sich die Anwesenheitsdauer bei den Präsenzveranstaltungen verkürzt, verlängert sich die häusliche Arbeit.

Das Curriculum wird seit dem 53. Weiterbildungskurs gem. Deutschen Qualifikationsrahmen in vier Kategorien gegliedert:

- 1) Wissen,
- 2) Fähigkeiten/Fertigkeiten,
- 3) Sozialkompetenz und
- 4) Selbstständigkeit

Das Curriculum beschreibt 13 Lernthemen (allgemeine 1 - 7 und spezifische 8 - 13):

- 1) Grundlagen psychologischer Beratung / Was ist Beratung?
- 2) Gestaltung des Beratungsprozesses
- 3) Beratung von Einzelnen
- 4) Beratung von Paaren
- 5) Beratung von Familien (unter Einbeziehung der Kinder)
- 6) Beratung zum Thema Sexualität und Familienplanung
- 7) Beratung im gesellschaftlichen Umfeld
- 8) Verlust und Trauer
- 9) Beratung älterer Menschen
- 10) Beratung bei Migrationshintergrund
- 11) Beratung bei physischen oder psychischen Erkrankungen
- 12) Krise und Trauma
- 13) Beratung in Fällen von Gewalt

Das Curriculum beinhaltet 6 Beratungskonzepte für die Methodenkompetenz:

- 1) das tiefenpsychologische Beratungskonzept
- 2) das systemische Beratungskonzept
- 3) das kommunikationspsychologische Beratungskonzept
- 4) das transaktionsanalytische Beratungskonzept
- 5) das personenzentrierte Beratungskonzept
- 6) das verhaltenstherapeutische Beratungskonzept

Der Kurs gliedert sich in 12 Lernphasen, in denen die Lernthemen des Curriculums bearbeitet werden. Dabei wird jeweils 8 Wochen vor dem Präsenzwochenende das Lernmaterial auf der Lernplattform eingestellt. Das Lernmaterial besteht aus Skripten, Arbeitsaufgaben und Literatur-listen. Die Kursteilnehmer*innen setzen sich allein und in Lerngruppen intensiv mit den Lernthemen auseinander und haben die Möglichkeit auf der Lernplattform in Chaträumen miteinander zu kommunizieren. Zudem finden in jeder Lernphase Videokonferenzen zwischen Kursleiterin / Dozent*innen und Teilnehmenden statt.

Im Jahr 2019 wurde das Curriculum um folgende Themen ergänzt:

- LSBTIQ*-Menschen (im 3. Lernthema "Beratung von Einzelnen")

- Regenbogenfamilien (im 5. Lernthema "Beratung von Familien")
- Queere Jugendliche (im 5. Lernthema "Beratung von Familien")

3.3 Der 53. Weiterbildungskurs

Leitung:	Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel
Team Lehrende:	Dipl.-Soz.päd. Christina Dishur Dipl.-Psych. Thomas Dobbek Dipl.-Psych. Berend Groeneveld Dr. Stefan Schumacher Dipl.-Päd. Pfarrer Ingo Stein Dipl.-Psych. Detlef Vetter Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller sowie Gastdozent*innen
Teilnehmer*innenzahl:	17
Präsenzwochenenden:	2019 fanden folgende Präsenzwochenenden (PWE) statt: PWE 10 von 22.02. - 24.02.2019 in Hannover PWE 11 von 28.06. - 30.06.2019 in Hannover PWE 12 von 19.09. - 22.09.2019 in Hannover Die Präsenzwochenenden 1 und 2 fanden in 2016, die Präsenzwochenenden 3 - 6 fanden in 2017 und die Präsenzwochenenden 7 - 9 fanden in 2018 statt. Der Unterricht an den Präsenzwochenenden findet jeweils am Freitag von 14.30 -21.00 Uhr, am Samstag von 8.45 - 20.00 Uhr und am Sonntag von 8.30 - 15.00 Uhr statt.
Jahreskonferenz:	Im Jahr 2019 fand keine Jahreskonferenz mit allen Mitarbeiten- den aus dem Team Lehrende mehr statt.
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachberei- tung gem. "Planungsverlauf Blended-Learning"; zusätzlich Werk- stattkonferenzen und Jahreskonferenzen zur Umsetzung des Blended-Learning-Formates.
Qualitätskontrolle:	Teilnehmer*innenbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Weiterbildungskurse) zwischen der 6. und 7. Lernphase und dem Abschlusskolloquium. Die Auswertung der ersten Befragung erfolgte mit Abschluss der 7. Lernphase (23. - 25.02.2018). Die Auswertung der Endbefragung erfolgte mit Abschluss der 12. Lernphase (19. - 22.09.2019). Der 53. WBK wurde insgesamt mit 1,4 bewertet.
Abschluss:	22.09.2019

3.4 Der 54. Weiterbildungskurs

Leitung:	Dipl.-Theol. Christine Koch-Brinkmann
Team Lehrende:	Dipl.-Soz.päd. Christina Dishur Dipl.-Soz.päd. Kathrin Dix Dipl.-Psych. Ursula Düll-Esse Dipl.-Psych. Berend Groeneveld Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel Dipl.-Psych. Hans-Günter Schoppa Dr. Stefan Schumacher, Theologe, Sozialwissenschaftler Dipl.-Päd. Pfarrer Ingo Stein Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller sowie Gastdozent*innen
Teilnehmer*innenzahl:	20
Präsenzwochenenden:	2019 fanden folgende Präsenzwochenenden (PWE) statt: PWE 3 von 11.01. - 13.01.2019 in Hannover PWE 4 von 05.04. - 07.04.2019 in Hannover PWE 5 von 05.07. - 07.07.2019 in Hannover PWE 6 von 31.10. - 03.11.2019 in Hannover die Präsenzwochenenden 1 - 2 fanden in 2018, die Präsenzwochenenden 7 - 10 finden in 2020 und die Präsenzwochenenden 11 - 12 finden in 2021 statt. Der Unterricht an den Präsenzwochenenden findet jeweils am Freitag von 14.30 - 21.00 Uhr, am Samstag von 8.45 - 20.00 Uhr und am Sonntag von 8.30 - 15.00 Uhr statt.
Jahreskonferenz:	Es fand eine Jahreskonferenz statt.
Qualitätssicherung:	durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Planungsverlauf Blended-Learning"; zusätzlich Werkstattkonferenzen und Jahreskonferenzen zur Umsetzung des Blended-Learning-Formates.
Qualitätskontrolle:	Teilnehmer*innenbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Weiterbildungskurse) zwischen der 6. und 7. Lernphase und dem Abschlusskolloquium. Die Auswertung der ersten Befragung erfolgt mit Abschluss der 7. Lernphase (07. - 09.02.2020).
Geplanter Abschluss:	Juni 2021

3.5 Der 55. Weiterbildungskurs (ab September 2020)

Leitung:	Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel
Ausschreibung:	Die Ausschreibung erfolgte im November/Dezember 2019 in Zeitschriften, per E-Mail und auf der Homepage der DAJEB.
Zulassungstagung:	Die Zulassungstagung wird vom 09.05. - 10.05.2020 in Hannover stattfinden.

Kompetenzfragebögen für den 55. Weiterbildungskurs

Es wurden, wie in der Task Force besprochen, zwei Fragebögen für die Teilnehmer*innen ab dem 55. Weiterbildungskurses entwickelt.

Diese Fragebögen sollen vor allem die Fähigkeiten der Teilnehmer*innen zu Beginn und nach erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung zum/zur Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebens-berater*in erfassen.

Konkret beinhalten die Fragebögen folgende Items:

Anfangsbefragung:

- Grund für die Weiterbildung
- Grund für die Entscheidung für die DAJEB als Weiterbildungsanbieter
- Erwartungen an die Weiterbildung
- Einschätzung der persönlichen Fähigkeiten
- Einschätzung der professionellen Fähigkeiten als Berater*in

Endbefragung:

- Vorteile für die Teilnehmer*innen durch die Absolvierung der Weiterbildung
- Ggf. erneute Entscheidung für die DAJEB als Weiterbildungsanbieter
- Erfüllung der Erwartungen an die Weiterbildung
- Einschätzung der persönlichen Fähigkeiten
- Einschätzung der professionellen Fähigkeiten als Berater*in

4. Fortbildungsreihen

4.1. Fortbildungsreihe "Gesprächsführung als Grundlage helfender Beratung für Mitarbeiter*innen in der familienbezogenen Beratung mit dem Schwerpunkt Beratung Schwangerer"

Die Nachfragen für die Teilnahme an der Fortbildungsreihe im Jahr 2019 waren wieder sehr hoch. Es gibt bereits jetzt viele Voranmeldungen für das nächste Jahr. Der Kurs startete im Mai 2019 und endete mit dem achten Teil im Dezember 2019. Auch im zurückliegenden Jahr belegten außergewöhnlich viele Teilnehmenden alle 8 Teile der Reihe innerhalb eines Jahres.

4.1.1 Ziel und Schwerpunkte der Maßnahme

Ziel der Fortbildungsreihe war es,

- den Mitarbeiter*innen in Schwangerschafts- und Familienberatungsstellen,
- die über keine abgeschlossene Weiterbildung in Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung oder eine vergleichbare Weiterbildung verfügen,
- und die eine solche zeitaufwendige Weiterbildung in absehbarer Zeit nicht absolvieren können,
- aber auch erfahrenen Berater*innen zur Auffrischung,
- in einem überschaubaren Zeitraum
- fundierte Grundlagen in Gesprächsführung, thematische Inhalte und Beratungstechniken zu vermitteln.

Schwerpunkte

Bei nur 8 Fortbildungswochenenden konnte die Reihe nicht die Methodik und Inhalte für sämtliche Felder der psychosozialen Beratung abdecken; die beantragte Fortbildungsreihe richtete sich daher zunächst schwerpunktmäßig an Berater*innen, die im Bereich der Schwangeren(-konflikt)beratung und Familienplanung tätig sind.

Dieser Beratungsbereich wurde gewählt, weil sich dort beispielhaft unterschiedlichste Klient*innen sowie Konflikt- und Problemlagen bündeln, wie sie sonst in anderen Beratungsfeldern nur partiell vorkommen:

- Beratung von Klient*innen unterschiedlichster kultureller Herkunft;
- Beratung von Klient*innen mit den unterschiedlichsten Moral- und Wertvorstellungen;
- Konflikte der Schwangeren mit Partner*innen und/oder der Herkunftsfamilie;
- Trennung, z. T. auch Scheidung des Partners/der Partnerin wegen der Schwangerschaft;
- Probleme aufgrund eines Bruchs in der Lebensplanung;
- Probleme durch Status- bzw. Rollenwechsel;
- Konflikte, die aus psychischen und/oder psychosozialen und/oder sozialen Problemlagen resultieren.

Die Inhalte der Fortbildungsreihe sind deshalb auch für alle anderen Bereiche der institutionellen Beratung, wie Erziehungsberatung, Sexualberatung oder Paar-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung relevant.

4.1.2. Durchgeführte Aktivitäten zur Umsetzung der Ziele und Schwerpunkte

Die Fortbildungsreihe bestand aus 8 dreitägigen (Freitagmittag bis Sonntagmittag) Veranstaltungen mit je 20 Unterrichtsstunden in Chorin (bei Berlin). Freitags wurden 4- bzw. 6-stündig vorgelagert besondere Einzelthemen der Beratung (Soziale Hilfen; Grundlagen der sexuellen Bildung; migrationssensible Beratung) angeboten. Samstag und Sonntag waren 14 bzw. 16 Stunden für das Hauptthema vorgesehen. Mit dieser Aufteilung gelingt uns nach wie vor eine breite inhaltliche Fächerung.

Jede Veranstaltung gliederte sich nach dem in der DAJEB bewährten "Drei-Säulen-Modell" in

- Wissensvermittlung
- Personenbezogene Praxisreflexion
- Transfer in die Berufspraxis

A) Wissensvermittlung

Schwerpunkte waren:

- Grundlagen der Gesprächsführung, Beratungstechniken und -methoden,
- Kennenlernen verschiedener Interventionsmöglichkeiten
- Gesprächsführung mit besonderen Zielgruppen (u. a. Paare, Menschen in Lebenskrisen, Menschen mit Migrationshintergrund, Flüchtlinge),
- Gesprächsführung in besonderen Situationen (u. a. Krisenintervention, Sexualberatung, Adoption, Paarberatung, Pränataldiagnostik und Vertrauliche Geburt);
- Besondere Aspekte der Schwangerenberatung einschließlich der gesetzlichen Grundlagen und Sozialen Hilfen für Schwangere.

B) Personenbezogene Praxisreflexion

Die Personenbezogene Praxisreflexion ist ein wichtiges Instrument des Fortbildungskurses. Durch Förderung der Selbstwahrnehmung und Bewusstheit sowie Reflexion der eigenen Wert-haltungen und des beraterischen Handelns in der Gruppe, wurden den Teilnehmer*innen ihre eigenen (oft unbewussten und damit die Gesprächsführung eventuell beeinflussenden) Einstellungen zu den Themen der Fortbildungsreihe verdeutlicht. Dies ist nicht nur für Berufseinsteiger*innen wichtig, sondern sollte regelmäßig, begleitend zur beruflichen Entwicklung stattfinden.

C) Transfer in die Berufspraxis

Hier übten die Teilnehmer*innen die durch die Wissensvermittlung und durch die personenbezogene Praxisreflexion erworbenen und erfahrenen Inhalte in die Berufspraxis zu transferieren und zu integrieren. Die praktischen Übungen wurden an jedem Wochenende in Fallarbeiten, Klein-gruppen, in Reflexionsgruppen sowie in Rollenspielen durchgeführt.

Leitung der Fortbildungsreihe: Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller

Inhalte der einzelnen Fortbildungsveranstaltungen

Teil 1: Soziale Hilfen Teil 1 / Grundlagen der Gesprächsführung in der psychologischen, psychosozialen Beratung

Termin: 17. - 19. Mai 2019

Referent*innen: Dipl.-Soz.päd. Claudia Gansauge
Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller

Teilnehmer*innenzahl: 21

Inhalte:

- Besonderheiten der sozialrechtlichen Beratung (Rechtsdienstleistungsgesetz, Schweigepflicht); Hilfen der Bundes- und Landesstiftungen
- Kommunikationstheoretische Ansätze nach Watzlawick
- Gesprächsführung nach Rogers und Merkmale klientenzentrierter Beratung
- Methoden hilfreicher Kommunikation
- Fragetechniken und Interventionsformen
- Arbeiten im Netzwerk; Öffentlichkeitsarbeit

Teil 2: Soziale Hilfen Teil 2 / Das einmalige Beratungsgespräch in der Schwangerschaftskonfliktberatung

Termin: 14. - 16. Juni 2019

Referent*in: Dipl.-Soz.päd. Claudia Gansauge
Dr. Stefan Schumacher

Teilnehmer*innenzahl: 18

Inhalte:

- Mutterschutz, Beschäftigungsverbot; Vaterschaftsanerkennung, Sorgerecht, Unterhalt
- Rechtliche Rahmenbedingungen §§ 218/219 StGB, SchKG und SFHÄndG inkl. der historischen Entwicklung in Deutschland
- Grundlegende medizinische Kenntnisse zu Methoden des Schwangerschaftsabbruchs
- Reflexion der eigenen Haltungen und Wertvorstellungen; Auseinandersetzung mit den ethischen Fragestellungen zum Schwangerschaftsabbruch
- Besonderheiten und Herausforderungen der Schwangerschaftskonfliktberatung
- Beratungspflicht versus Vertrauen; Erwartungen des Gesetzgebers
- Klärung verschiedener Settings (Einzelne, Paare, Eltern mit schwangerer Tochter)
- Üben unterschiedlicher Gesprächssituationen unter Einbeziehung der Gesprächs- und Interventionstechniken aus Teil I (Watzlawick, Rogers etc.)

Teil 3: Soziale Hilfen Teil 3 / Grundlagen der Krisenintervention

Termin: 12. - 14. Juli 2019

Referentinnen: Dipl.-Soz.päd. Claudia Gansauge
Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller
Dipl.-Soz.päd. Kathrin Dix

Teilnehmer*innenzahl: 19

Inhalte:

- Elterngeld, Elternzeit
- Begriffsklärung Konflikt/Krise/Trauma
- Krisenintervention bei Konflikten an kritischen Schnittstellen der Lebensplanung (z. B. ungewollte Schwangerschaft, Status-/Rollenwechsel, Trennung/Scheidung)

- Krisenverläufe
- Interventionsformen in unterschiedlichen Krisenphasen
- Suizid; Möglichkeiten und Grenzen der Beratung
- Selbstsorge; Psychogiene

Teil 4: Soziale Hilfen Teil 4 / Gesprächsführung bei der Thematik Pränataldiagnostik

Termin: 23. - 25. August 2019
 Referentinnen: Dipl.-Soz.päd. Claudia Gansauge
 Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller
 Teilnehmer*innenzahl: 20

Inhalte:

- Kinderzuschlag
- Hilfen nach SGB II (ALG II)
- Einführung in die pränatale Diagnostik
- Chancen und Risiken der pränatalen Diagnostik
- Grundlegende Methoden der pränatalen Diagnostik
- Psychosoziale Beratung im Kontext der pränatalen Diagnostik
- Methodische und beraterische Kompetenzen
- Netzwerk, Hilfsangebote

Teil 5: Sexualpädagogische Grundlagen Teil 1 / Gesprächsführung mit Paaren

Termin: 13. - 15. September 2019
 Referent*innen: Dipl.-Psych. Thomas Dobbek
 Dipl.-Soz.päd. Carmen Kaethner-Schulz
 Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller
 Teilnehmer*innenzahl: 19

Inhalte:

- Psychosexuelle Entwicklung
- Sexualität und Sprache
- Qualitätsstandards von Sexualpädagogik
- Besonderheiten des dyadischen Systems
- Widerstände im Paargespräch
- Übertragung/Gegenübertragung
- Spezielle Anforderungen an den Berater / die Beraterin
- Methoden und Modelle
- Die Rolle des Mannes in der Schwangerschaftsberatung

Teil 6: Migration / Gesprächsführung bei der Thematik Abschied, Trauer und Tod

Termin: 18. - 20. Oktober 2019

Referent*innen: Dipl.-Soz.päd. Carmen Kaethner-Schulz
Dipl.-Soz.päd. Kathrin Dix

Teilnehmer*innenzahl: 17

Inhalte:

- Eigene Einstellung zur Begegnung mit Fremden
- Kommunikation
- Sprache (Dolmetscher*in)
- Netzwerk durch Kooperation
- Trauerbegleitung nach Fehlgeburt, Totgeburt oder Schwangerschaftsabbruch
- Selbstreflexion eigener Verlusterfahrungen
- Umgang mit schmerzlichen Gefühlen wie Trauer, Angst, Schuld, Ohnmacht
- Beziehungsmuster im Trauerprozess (Frauen trauern anders, Männer auch)
- Erarbeitung von Zukunftsperspektiven
- Trauerbewältigung durch heilende Rituale
- Bestattungsfeier, Trauergruppe und andere Hilfsangebote

Teil 7: Sexualpädagogische Grundlagen Teil 2 / Gesprächsführung zum Thema Sexualität in der Beratung

Termin: 15. - 17. November 2019

Referent*innen: Annette Meissner, Trauerbegleiterin
Dr. Martin Merbach, Psychologe
Katharina Schönfuß, Trauerbegleiterin

Teilnehmer*innenzahl: 19

Inhalte:

- Sexualpädagogische Methoden
- Fallarbeit
- Konzepterstellung
- Sexuelle Identität und deren Geschichte
- Worte finden, Sprache entwickeln
- "Klima der Leichtigkeit" als Basis der Beratung
- Problemfelder, Störungsbilder
- Methoden der Sexualberatung
- Sexualberatung und -therapie: Gemeinsamkeiten und Unterschiede
- Häufige Themen/Fallbeispiele

Teil 8: Soziale Hilfen Teil 5 / Adoption/Vertrauliche Geburt

Termin: 13. - 15. Dezember 2019
Referentinnen: Dipl.-Soz.päd. Susann Michael
Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller
Teilnehmer*innenzahl: 19

Inhalte:

- Zusammenfassung
- Übersicht/Laufzettel anhand Fallvignetten
- Ablauf einer Adoption (Vorbereitung, Vermittlungsprozess, Adoptions-verfahren)
- Begleitung und Unterstützung der Beteiligten nach Adoptionsbeschluss
- Gesprächsschwerpunkte bei der Beratung
- Einführung in das Verfahren der vertraulichen Geburt
- Rechtliche Hintergründe und Auswirkungen
- Netzwerk und Kooperationen
- Fallbesprechung

Qualitätssicherung und Qualitätskontrolle

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

Qualitätskontrolle: Teilnehmerbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen)

- Bewertung Teil 1: 1,4
- Bewertung Teil 2: 1,2
- Bewertung Teil 3: 1,2
- Bewertung Teil 4: 1,2
- Bewertung Teil 5: 1,2
- Bewertung Teil 6: 1,5
- Bewertung Teil 7: 1,5
- Bewertung Teil 8: 1,5

4.1.3. Erzielte Ergebnisse und Erfahrungen gegenüber den vorgegebenen Zielen und Schwerpunkten

Die Mitarbeiter*innen in Beratungsstellen (Paar-, Ehe-, Familien- und Lebens-, Schwangeren-, Schwangerschaftskonflikt- und Sexualberatungsstellen) haben i. d. R. ein einschlägiges Hochschulstudium, meist Sozialpädagogik/Sozialarbeit oder Psychologie absolviert. Durch die Umstellung auf Bachelorstudiengänge kommen einige Themen im Studium nach wie vor zu kurz bzw. kommen nur sehr komprimiert vor. Fallbesprechungen und praktische Beispiele werden so gut wie nicht besprochen. Die inhaltlichen Schwerpunkte der Hochschulen sind bundesweit sehr verschieden.

Teilweise arbeiten Kolleg*innen auch schon seit vielen Jahren in Beratungsstellen. Das Studium liegt weit zurück und bestimmte Inhalte waren dort noch gar nicht relevant. Das Grundwissen der Kursteilnehmenden ist demzufolge sehr unterschiedlich. Das ist eine Herausforderung für die Referent*innen im Kurs, die auch im zurückliegenden Jahr sehr gut gemeistert wurde.

Dazu kommt, dass eine nicht unbeachtliche Anzahl dieser Mitarbeiter*innen nicht über eine einschlägige mehrjährige Berater*innenweiterbildung verfügt; dies hat mehrere Gründe:

- die Richtlinien der Länder sind sehr verschieden, manche verlangen nach wie vor keine arbeitsfeldspezifischen abgeschlossenen Weiterbildungen der Mitarbeiter*innen als Voraussetzung für die finanzielle Förderung der Beratungsstellen bzw. deren Mitarbeiter*innen;
- wegen der hohen Nachfrage nach Beratung und den daraus resultierenden langen Wartelisten haben viele Träger von Beratungsstellen kein Interesse daran, ihre Mitarbeiter*innen für zeitaufwändige Fortbildungen freizustellen.
- bei zunehmender Kürzung der Förderung der Beratungsstellen haben Träger oft kaum noch Möglichkeiten langfristige (über mehrere Jahre) Ausbildungen zu finanzieren.
- Zunehmend haben Mitarbeiter*innen immer häufiger Teilzeitverträge oder Arbeitsverhältnisse sind befristet. Das führt dazu, dass Träger keine langen Ausbildungen fördern oder finanzieren.
- Diese Gründe haben schließlich dazu geführt, dass es, abgesehen vom Bereich der Paar-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung und für die Erziehungsberatung, keine arbeitsfeldspezifischen Weiterbildungsgänge für Berater*innen in institutionellen psychosozialen Beratungsstellen gibt.

Dennoch ist es im Interesse der Ratsuchenden erforderlich, dass alle Mitarbeiter*innen in den Beratungsstellen über fundierte Grundlagen in Gesprächsführung verfügen. Dabei muss gewährleistet sein, dass die Berater*innen bundesweit nach einem einheitlichen Standard ausgebildet sind, unabhängig seiner jeweiligen Länderregelungen. Das sichert eine einheitliche Qualität der Arbeit der Berater*innen ab.

Zum 01.05.2014 trat das Gesetz zum Ausbau der Hilfen für Schwangere und zur Regelung der vertraulichen Geburt in Kraft. Es soll sowohl dem Wunsch der Mutter in Krisensituation, ihr Kind anonym zur Welt zu bringen, als auch dem Recht des Kindes auf Kenntnis seiner Herkunft entsprochen werden. Laut Gesetz wird das Verfahren durch die staatlich anerkannten Schwangerschaftsberatungsstellen durchgeführt. Für die Beratungsstellen stellt dies eine neue, erweiterte Aufgabe dar, die eine gute Vernetzung mit unterschiedlichen Berufsgruppen erforderlich macht.

Wir haben dieses Thema in der Fortbildungsreihe im Teil 8 seit 2015 aufgenommen. Es wurde sinnvollerweise mit dem Thema Adoption und anonyme Kindsabgabe gekoppelt.

Erworbene Kompetenzen und Fähigkeiten

Die Feststellungen in den von den Referent*innen erstellten Sachberichten über die einzelnen Veranstaltungen sowie die Ergebnisse der Abschlussauswertung ergaben, dass die Teilnehmer*innen bei den einzelnen Elementen des "Drei-Säulen-Modells" folgende Kompetenzen und Fähigkeiten erwarben:

A) Wissensvermittlung

Im Rahmen der Wissensvermittlung machten sich die Teilnehmer*innen vertraut mit

- Grundlagen und Methoden der Gesprächsführung,
- Gesprächsführung mit besonderen Zielgruppen (u. a. Paare, Minderjährige, Trauernde, Geflüchtete),
- Gesprächsführung in besonderen Situationen (u. a. Krisenintervention, Sexualberatung, Vertrauliche Geburt);
- Besondere Aspekte der Schwangerenberatung besonders der Sozialen Hilfen für Schwangere.

B) Personenbezogene Praxisreflexion

Durch die personenbezogene Praxisreflexion

- erreichten die Teilnehmer*innen eine bessere Selbstwahrnehmung,
- konnten die Teilnehmer*innen ihre eigenen Werthaltungen, Grenzen und ihr beraterisches Handeln besser reflektieren,
- reflektierten auch erfahrene Berater*innen ihre berufliche Entwicklung.

C) Transfer in die Berufspraxis

Ihre erworbenen Kenntnisse konnten die Teilnehmer*innen in Übungen insbesondere

- zu den einzelnen Elementen der Gesprächsführung,
- zu den einzelnen Phasen des beraterischen Gesprächs,
- zur Gesprächsführung mit besonderen Zielgruppen,
- zur Gesprächsführung in besonderen Situationen,
- zu den sozialen Hilfen (einschließlich der Berechnung von Leistungen) vertiefen, um sie später besser in die Berufspraxis umsetzen zu können.

Zusammenfassung

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass eine sehr hohe Kongruenz zwischen den vorgegebenen Zielen und Schwerpunkten der Fortbildungsreihe einerseits und den erzielten Ergebnissen und Erfahrungen andererseits erzielt wurde. Natürlich könnte jeder Teil noch deutlich mehr Zeit in Anspruch nehmen, um die Inhalte zu explorieren. Dennoch dient es einer ersten Annäherung und Tiefung. Die Referent*innen kommen aus einschlägigen Berufsfeldern und konnten so ihre Praxiserfahrungen gut einbringen. Dies stellten die Teilnehmenden in den Rückmeldebögen auch 2019 wieder als besonders positiv und hilfreich heraus.

Auswertung der Rückmeldebögen der Teilnehmer*innen

Die Auswertung der Rückmeldebögen der Teilnehmer*innen bestätigen diese Feststellungen:

Zusammenfassend bewerteten die Teilnehmenden die Fortbildungsreihe zur Frage "Das Seminar war insgesamt" mit einer Note von 1,3.

Die Frage nach: "Den Nutzen dieses Seminars für mich und meine Arbeit schätze ich ein als:" bewerteten die Teilnehmer*innen ebenfalls durchschnittlich mit 1,47. Dies zeigt die sehr hohe Zufriedenheit der Teilnehmenden im vergangenen Jahr.

4.1.4. Schlussfolgerungen und Perspektiven

Im Jahr 2020 soll ein nächster Durchgang der Fortbildungsreihe angeboten werden, da

- auch der diesjährige Durchgang dieser Fortbildungsreihe wieder sehr erfolgreich durchgeführt wurde,
- die Rückmeldungen der Teilnehmenden durchweg positiv waren,
- nach wie vor ein großer Bedarf in den Beratungsstellen nach einem Fortbildungsangebot zum Thema "Gesprächsführung als Grundlage helfender Beratung für Mitarbeiter*innen in der familienbezogenen Beratung" besteht,
- keine vergleichbaren Fortbildungen von anderen Trägern angeboten werden und
- bereits zahlreiche Voranmeldungen für die Fortbildungsreihe 2020 bestehen.

Wegen den sehr unterschiedlichen Vorkenntnissen der Teilnehmer*innen wurde auch bei der Fortbildungsreihe 2019 die erste Veranstaltung der Vermittlung von Gesprächsführung- und -techniken vorbehalten. Die Teilnehmenden brauchen dies als Grundlage zum Arbeiten. An diesem Wochenende nehmen zunehmend nicht nur Berufseinsteiger*innen teil, sondern auch lang-jähriger Berater*innen, die ihr Wissen und ihre Fähigkeiten auffrischen wollen.

Aufgrund der Rückmeldungen der Teilnehmenden werden an jedem Wochenende Beratungstechniken und -strategien anhand thematischer Fallarbeit eingeübt bzw. aufgefrischt. Bereits an diesem ersten Wochenende werden rechtliche Grundlagen der Beratungsarbeit vermittelt.

Die seit 2017 neu aufgenommenen Teile "Sexuelle Bildung" wurden ausgesprochen gut angenommen. Es hat sich in den letzten Jahren mehr und mehr gezeigt, dass Veranstaltungen zur sexuellen Bildung einen Schwerpunkt der Arbeit in einer Schwangerschafts- und Familienberatung darstellt.

Aufgrund der Entwicklung der letzten Jahre wurde das Thema Geflüchtete im Teil Migration aufgegriffen. Die sozialrechtlichen Themen bei dieser Zielgruppe wurden im Teil fünf der Sozialen Hilfen platziert. In allen Beratungsstellen und -feldern sind geflüchtete Menschen inzwischen als Gruppe der Ratsuchenden angekommen. Zukünftig soll dem noch mehr Raum gegeben werden, da unter anderem die Arbeit mit Dolmetschenden eine besondere Herausforderung an die Beratung darstellt.

Im Jahr 2020 werden die einzelnen Themen der Fortbildungsreihe in einer Referent*innenkonferenz erneut auf Aktualität geprüft und Inhalte sowie Methoden aufeinander abgestimmt.

Im Übrigen entsprechen die einzelnen Themen der Wochenenden den Anforderungen der Teilnehmer*innen an ihre Beratungstätigkeit und werden deshalb beibehalten. Es wird durch die Kursleitung und das Team der Lehrenden realisiert, dass alle neuen Themen der Beratungslandschaft beachtet werden.

Besonders hinzuweisen ist, dass es aufgrund der barrierefreien Bedingungen im Tagungshaus möglich ist, dass auch Teilnehmende mit Beeinträchtigung teilnehmen können.

Des Weiteren nutzen auch junge Mütter und/ oder Väter das Angebot mit Familie anzureisen. So können sie sich bereits während der Elternzeit auf den beruflichen Wiedereinstieg vorbereiten.

4.2. Zusatzqualifikation "Grundlagen der Erziehungsberatung für Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater*innen"

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

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

Dies heißt für die Praxis, dass Familienberatungsstellen in den Bereichen

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

arbeiten.

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

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

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

Jeder der 6 Teile umfasst 20 Stunden. Es können einzelne Teile der Zusatzqualifikation oder alle sechs Teile belegt werden.

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater*innen, die alle sechs Teile belegen, können an einem Praktikum teilnehmen; dieses besteht aus:

- mindestens 40 selbstständig durchgeführten Beratungssitzungen,
- in denen mindestens 6 Fälle durchgängig zu bearbeiten sind,
- mindestens 30 Beratungssitzungsprotokolle,
- 10 zweistündigen Gruppensupervisionssitzungen im Rahmen der Wochenendveranstaltungen,

- im 4. und 5. Kursteil der Supervision Videoaufnahmen aus dem Beratungspraktikum der Teilnehmenden,
- 10 einstündigen Einzelsupervisionen,
- Abschlusskolloquium mit
 - einer Falldarstellung als Abschlussarbeit und
 - einem Lehrgespräch über erworbene Kompetenz an Hand der Abschlussarbeit.

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

Im Jahr 2019 wurde die Zusatzqualifikation um die Themen Regenbogenfamilien und Queere Jugendliche ergänzt.

Leitung der Zusatzqualifikation 2018 - 2020: Dipl.-Psych. Katja Müller

Im Berichtsjahr fanden statt:

Teil 4: Entwicklungspsychologie des Kindes - Bindungstheorie - Beeinträchtigte Entwicklung und Störungsbilder - Anwendungspraxis in Therapie und Beratung

Termin: 03. - 05. Mai 2019
 Ort: Hannover
 Referent: Kurt Brylla, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Hannover
 Teilnehmer*innenzahl: 15
 Bewertung: 1,4

Teil 5: Entwicklungspsychologie des Jugendlichen - Risikofaktoren und gestörte Entwicklung - Anwendungspraxis in Therapie und Beratung

Termin: 27. - 29. September 2019
 Ort: Hannover
 Referent: Kurt Brylla, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Hannover
 Teilnehmer*innenzahl: 14
 Bewertung: 1,3

Der Teil 6 findet im Jahr 2020 statt.

Praktikum

Teilnehmer*innenzahl: 2
 Abschlusskolloquium: 12.01.2020
 Supervisorin: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel
 Leitung: Dipl.-Psych. Katja Müller
 Qualitätssicherung: durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungsreihen"

Qualitätskontrolle: Teilnehmer*innenbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen)

5. Kompaktfortbildungen

Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater*innen sind zur regelmäßigen Fortbildung verpflichtet.

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

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

Im Jahr 2019 wurden folgende Kompaktfortbildungen durchgeführt:

5.1 Kompaktfortbildung "Therapeutische Kraftquellen in Bewegung"

Termin: 29.11. - 30.11.2019
Ort: Bielefeld
Referent: Dipl.-Theol. Günter Aden, Systemischer Familientherapeut
Leitung: Dipl.-Psych. Berend Groeneveld
Teilnehmer*innenzahl: 14
Qualitätssicherung: durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungen"
Qualitätskontrolle: Teilnehmer*innenbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen)
Bewertung: 1,9

5.2 Kompaktfortbildung "Wie Paare in Bewegung kommen"

Termin: 11.12. - 13.12.2019
Ort: Bielefeld
Referent: Renate Lissy-Honegger MA
Leitung: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel
Teilnehmer*innenzahl: 18
Qualitätssicherung: durch formalisierte Vorbereitung, Durchführung und Nachbereitung gem. "Ablaufplanung Fortbildungen"
Qualitätskontrolle: Teilnehmer*innenbefragung mit spezifischem Erhebungsbogen (für Fortbildungen)
Bewertung: 1,4

6. Öffentlichkeitsarbeit

6.1. Informationsrundschriften

Das Informationsrundschriften hat 2 Funktionen: es ist

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

Im Berichtsjahr erschien:

- Informationsrundschriften Nr. 236
"Gut bewährt und irritierend neu: Kompetent beraten"
August 2019, 133 Seiten, in digitaler Form.

Verantwortlicher Redakteur: Dr. Rudolf Sanders

6.2. "Beratung als Profession": Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater

Die Online-Zeitung soll zweimal jährlich (Frühjahr und Herbst) ergänzend zum Informationsrundschriften und in ausschließlich digitaler Form erscheinen. Sie widmet sich vornehmlich

- dem fachlichen Austausch und
- bietet aktuelle Informationen aus Wissenschaft und Beratungspraxis

Gleichzeitig ist die Zeitschrift für Mitglieder und dient ebenso der Mitgliederwerbung. Die Online-Zeitung erscheint mit Beiträgen über aktuelle Themen der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Im Berichtsjahr erschienen die Ausgaben:

- Ausgabe Nr. 2 (2019)
Mai 2019, 13 Seiten.
- Ausgabe Nr. 3 (2019)
Dezember 2019, 15 Seiten.

Redaktion: Dr. Rudolf Sanders, Sabine Grimm M.A., Dipl.-Soz.arb. Annemarie Potthoff

Verantwortlicher Redakteur: Dr. Rudolf Sanders

6.3. www.dajeb.de

Auch im Berichtsjahr 2019 wurde die Homepage im Sinne der Barrierefreiheit weiter optimiert (vgl. auch 13.2.).

2019 verzeichnete die Homepage der DAJEB (www.dajeb.de) 261.222 Besuche (Tagesdurchschnitt ca. 715 Besuche).

Auf der Homepage der DAJEB stehen unter Publikationen/Fachpublikationen folgende Fragebögen zur Evaluation von Beratungsstellen zum kostenlosen Download bereit:

- Fragebogen/Beratungsstelle
- Fragebogen/Erziehungs- und Familienberatung
- Fragebogen/Lebensberatung
- Fragebogen/Partnerschaftsberatung
- Fragebogen/Schwangerschaftsberatung
- Fragebogen/Schwangerschaftskonfliktberatung

Alle Fragebögen wurden im Jahr 2019 komplett überarbeitet und in vielen Punkten aktualisiert.

7. Mitarbeit in Organisationen und Gremien, Kooperationen

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

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

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

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

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

Der Schwerpunkt der Arbeit lag im Berichtsjahr u. a. bei den Themen:

- Überarbeitung des Papiers "Ethische Standards in der institutionellen Beratung"
- Erarbeitung des Papiers "Fachliche und persönliche Kompetenzen von Beratungsfachkräften in der institutionellen Beratung und ihre Qualifizierung durch Weiterbildung"

Im Berichtsjahr fanden folgende Sitzungen statt:

7.1.1. Zentrale Arbeitstagungen des DAKJEF

Anzahl:	2
Datum:	15. März und 12. November 2019
Ort:	Kassel
Vertreter*innen:	Dipl.-Theol. Christine Koch-Brinkmann Meike Wilski (nur 12.11.2019)

7.1.2. Arbeitsgruppe "Kompetenzprofil" des DAKJEF

Erstellen eines gemeinsamen Papiers: Fachliche und persönliche Kompetenzen von Beratungsfachkräften in der institutionellen Beratung und ihre Qualifizierung durch Weiterbildung

Anzahl: 2
Datum: 14. August 2019 und 05. November 2019
Ort: Frankfurt
Vertreterin: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel

7.1.3. Geschäftsführer*innensitzungen

Anzahl: 1
Datum: 12. März 2019
Ort: Kassel
Vertreter: Keiner, da die Stelle der Geschäftsführung zu der Zeit nicht besetzt war.

7.2. Workshop "Kompetenzausbau in der Beratung von Trans*Menschen" der Bundesvereinigung Trans* e.V.

Anzahl: 1
Datum: 4. Juni 2019
Ort: BMFSFJ, Berlin
Vertreterin: Dipl.-Soz.päd. Carmen Kaethner-Schulz

Darüber hinaus ist die DAJEB Mitglied in

7.3. Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband

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

8. Projektförderung

Durch die institutionelle Förderung der DAJEB werden die Jahrestagung (s. 1.), die Mitgliederversammlung (s. 2.), die Weiterbildungskurse (s. 3.), die Fortbildungsreihen und Kompaktfortbildungen (s. 4. und 5.), die Online-Publikationen und Homepage (s. 6.), die Mitarbeit in Organisationen und Gremien (s. 7.), die Arbeit des Vorstandes und der Geschäftsstelle (s. 9.) sowie der Beratungsführer online (s. 12) finanziert.

Zusätzlich zu dieser institutionellen Förderung wurden im Berichtsjahr keine Projekte der DAJEB gefördert.

8.1. Broschüre "Eltern bleiben Eltern" (ehemalige Projektförderung)

Umfang:	40 Seiten
Gesamtauflage seit 1989:	3.505.000 Exemplare
Qualitätskontrolle:	Äußerst positive schriftliche und telefonische Rückmeldungen von Besteller*innen und Leser*innen.

Ein Nachdruck der Broschüre wurde im Berichtsjahr 2019 nicht bezuschusst, so dass eine Neuauflage der Broschüre in gedruckter Form nicht realisiert werden konnte.

Die Broschüre steht in digitaler Form (als navigierbares PDF-Dokument) auf der DAJEB-Homepage als kostenloser Download zur Verfügung.

8.2. Broschüre "Psychologische Beratung hilft ..." (ehemalige Projektförderung)

Umfang:	40 Seiten
Gesamtauflage seit 2013:	114.000 Exemplare
Qualitätskontrolle:	Sehr positive schriftliche und telefonische Rückmeldungen von Besteller*innen und Leser*innen.

Die im Jahr 2013 komplett neu überarbeitete Broschüre wurde weiter stark nachgefragt. Restbestände der gedruckten Fassung werden weiter vertrieben. Künftige Neuauflagen werden ausschließlich in digitalen Formaten erfolgen.

Die Broschüre steht in digitaler Form (als navigierbares PDF-Dokument) auf der DAJEB-Homepage als kostenloser Download zur Verfügung.

9. Der Vorstand

9.1. Vorstandsmitglieder, nach Funktionen:

Präsidentin:	Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller, Leipzig
Vizepräsidentin:	Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel, Herzebrock-Clarholz
Beisitzer*innen:	Dipl.-Psych. Berend Groeneveld, Bad Salzuflen Dipl.-Theol. Christine Koch-Brinkmann, Wunstorf Dipl.-Psych. Katja Müller, Göttingen Dipl.-Soz.arb. Annemarie Potthoff, Lübeck Dr. Rudolf Sanders, Menden
(Geschäftsführung:	ab 01.04.2019: Meike Wilski, München

9.2. Vorstandssitzungen

9.2.1 Termine

- 21. und 23. März 2019 in Baunatal bei Kassel,
- 24./25. Mai 2019 in Hannover und
- 08./09. November 2019 in Hannover.

9.2.2 Themenschwerpunkte der Vorstandssitzungen

- Mitgliederversammlungen und Jahrestagungen (Jahrestagung und Mitgliederversammlung 2019, Planung Jahrestagung und Mitgliederversammlung 2020, Vorüberlegungen Jahrestagung 2021);
- Weiterbildungskurse und zukünftige Struktur der Weiterbildungskurse (Modularisierung, Ausrichtung nach Kompetenzen, Blended Learning)
- Fortbildungsveranstaltungen und -reihen;
- Publikationen und Öffentlichkeitsarbeit; Umstellung der Printmedien auf online und die Online Zeitung "Beratung als Profession"
- Zusammenarbeit mit anderen Verbänden und Institutionen;
- Finanzen (Jahresabschluss 2018, Rechnungsprüfung für das Jahr 2018, Fortschreibung Haushalt 2019, Wirtschaftsplan 2020, Voranschlag Wirtschaftsplan 2021);
- Koordinationsaufgaben von Verband, BMFSFJ, Geschäftsführung und Geschäftsstelle
- Projekte (Projektplanung).

9.3. Ausschüsse des Vorstandes

9.3.1. Ausschuss Fort- und Weiterbildung

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

Mitglieder: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel (Vorsitz), Dipl.-Psych. Berend Groeneveld, Dipl.-Theol. Christine Koch-Brinkmann, Dipl.-Psych. Katja Müller, Dr. Anja Tiedtke, Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller, Meike Wilski (ab 01.04.2019)

Termine: 20. März, 24. Mai, 8. November 2019

9.3.2. Redaktionsausschuss

Aufgaben: Unterstützung des verantwortlichen Redakteurs bei der mittel- und langfristigen Planung der Informationsrundschriften und der Online-Zeitung "Beratung als Profession".

Mitglieder: Dr. Rudolf Sanders (Vorsitz), Sabine Grimm M. A., Dipl.-Soz.arb. Annemarie Potthoff

9.3.3. Vorbereitungsausschuss für die Jahrestagung 2019

Mitglieder: Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel, Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller

9.3.4. Vorbereitungsausschuss für die Jahrestagung 2020

Mitglieder: Dipl.-Soz.arb. Annemarie Potthoff, Dr. Rudolf Sanders

9.3.5 Vorbereitungsausschuss für die Jahrestagung 2021

Arbeitstitel: "Adoleszenz - eine unterschätzte Lebensphase"

Mitglieder: Dipl.-Soz.päd. Claudia Gansauge, Dipl.-Soz.päd. Ulrike Heckel,
Dipl.-Soz.päd. Cornelia Weller

9.4. Qualitätssicherung der Vorstandsarbeit

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

- Was wurde im Jahr 2019 erreicht?
- Was wurde im Jahr 2019 versäumt?
- Welche Aufgaben sind in den Jahren 2020 ff. vorrangig?
- Welche außerverbandlichen Entwicklungen sind für die zukünftige Verbandsarbeit zu beachten?

10. Rechnungsprüfer*innen:

Rosamaria Jell und Patrick Friedl

11. BMFSFJ und andere Bundesbehörden

Die Zusammenarbeit mit dem

- BMFSFJ, insbesondere Ref. 203P,
 - dem Bundesverwaltungsamt, insbesondere Ref. ZMV I 8
- lief im Berichtsjahr wieder sehr kooperativ und produktiv.

12. Beratungsführer online

Der "Beratungsführer online" erfasst z. Zt. ca. 14.700 ambulante psychosoziale Beratungsstellen in Deutschland, insbesondere:

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

Die Aktualisierung umfasst folgende Arbeiten:

- Veränderungsmeldungen durch Stellenleiter*innen, Träger und Nutzer*innen, die sofort in den Datenbestand eingearbeitet werden;
- regelmäßige Überprüfung des bestehenden Datenbestandes durch den Versand von E-Mails an die Beratungsstellen; von dem derzeitigen Bestand von ca. 14.700 Datensätzen werden jährlich ca. 3.600 überprüft, so dass innerhalb von 4 Jahren der Datenbestand komplett überprüft wird;
- Recherche im Internet nach bisher nicht erfassten Beratungsstellen, die dann ebenfalls zur Datenerhebung per E-Mail angeschrieben werden.

Der Beratungsführer "online" ist über die Homepage der DAJEB zu erreichen:

<https://www.dajeb.de/beratungsfuehrer-online/beratung-in-ihreer-naehe/>

Sämtliche Datensätze aus dem "Beratungsführer online", die sich auf Alleinerziehenden-, Familien- und Schwangerschaftsberatung beziehen, sind über die Abfragemaske des Familienportals abrufbar (das Familienportal wurde vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend eingerichtet und stellt Informationen rund um die Familie zur Verfügung):

<https://familienportal.de/>

Die Weiterleitung der aktualisierten Datensätze an das BMFSFJ zur Veröffentlichung im Familienportal erfolgt ca. 14-tägig.

Die Suchanfrage im Beratungsführer online kann

- örtlich nach Postleitzahlbereichen oder Orten und
- nach Beratungsschwerpunkten

durchgeführt werden.

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

Der Beratungsführer online wurde im Jahr 2019 um folgende Beratungsschwerpunkte erweitert:

- LSB = Beratung für Lesben, Schwule, Bi-, Trans- und Intersexuelle (LSBTI)
- VG = Vertrauliche Geburt
- PND = Psychosoziale Beratung zu Pränataldiagnostik
- HIV = HIV- und STI-Beratung (statt AIDS = AIDS-Beratung)

Ab 2019 werden die Telefonnummern nach DIN geschrieben, damit Menschen mit Sehbehinderung diese leichter lesen können. Es wird einige Jahre dauern bis die Telefonnummern in allen Bundesländern im Beratungsführer diesbezüglich überarbeitet werden.

Im Berichtsjahr wurden schwerpunktmäßig die Daten der Bundesländer Brandenburg, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Schleswig-Holstein und Bayern aktualisiert.

Die Datensätze werden ca. 14-tägig auf der Homepage aktualisiert.

Es wurden die zwei Publikationen des BMFSFJ "Pressemitteilung – Hilfen für Frauen in Not" – und "Aktualisierte Evaluation – Vertrauliche Geburt" per E-Mail an ca. 2.000 Schwangerschaftsberatungsstellen weitergeleitet mit der Bitte, ggf. den Beratungsschwerpunkt "Vertrauliche Geburt" in ihrem eigenen Datensatz zu ergänzen.

Leitung: Dr. Anja Tiedtke

13. Sonstiges

13.1. Korruptionsprävention

Alle Mitglieder des Vorstands und alle Mitarbeiter*innen in der Geschäftsstelle wurden im Jahr 2019 bezüglich Korruptionsprävention belehrt und unterschrieben das entsprechende Formular.

Bei allen Personen im Team Lehrende des 54. Weiterbildungskurses und allen Referent*innen der Fortbildungen erfolgte ebenfalls eine Korruptionsbelehrung.

13.2. Anwendung der Grundzüge des Gesetzes zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen (Behindertengleichstellungsgesetz – BGG)

Die Bestimmungen der Verordnung zur Schaffung barrierefreier Informationstechnik nach dem Behindertengleichstellungsgesetz (BITV 2.0), die Verordnung zur Zugänglichmachung von Dokumenten für blinde und sehbehinderte Menschen nach dem Behindertengleichstellungsgesetz (VBD) sowie die Verordnung zur Verwendung von Gebärdensprache und anderen Kommunikationshilfen im Verwaltungsverfahren nach dem Behindertengleichstellungsgesetz (KHV) wurden im Berichtsjahr 2019 nach Möglichkeit beachtet und sinngemäß umgesetzt.

Es wurde im Berichtsjahr 2019 damit begonnen auf der Homepage, auf Formularen und Veröffentlichungen alle Telefonnummern nach DIN zu schreiben, damit Menschen mit Sehbehinderung diese leichter lesen können.

Bei der Auswahl der Tagungsstätten (Jahrestagung, Weiterbildungskurse, Fortbildungen) wird nach Möglichkeit auf die Einhaltung der Barrierefreiheit geachtet.

Im Bedarfsfall ist der Einsatz von Gebärdensprachdolmetscher*innen vorgesehen, wie es im 53. Weiterbildungskurs bereits praktiziert wurde.

Emotionsregulierung in nahen Beziehungen und ihre Veränderung durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit in der Arbeit mit Paaren

Abstract

Maladaptive Muster in nahen Beziehungen und deren Emotionen bewirken großes Leid für die Betroffenen. Die Ursachen dieses Leids haben häufig ihre Quellen in traumatischen Kindheitserfahrungen. Diese zu dechiffrieren und einen Erfahrungsraum für Selbstwirksamkeit hinsichtlich der intimen Bedürfnisse nach Nähe, Geborgenheit und Zuwendung anzubieten, ermöglichen einem Paar statt einer Trennung oder Scheidung Lösungen zweiter Ordnung zu generieren. Ein wichtiger Schlüssel dabei ist die Entwicklung des Einzelnen zu Sozial-Bezogener-Autonomie im Angesicht des Anderen.

1. Ergebnisoffen? Oder Partei ergreifen und wenn ja, wofür?

Stellen Sie sich vor, nicht erst seit gestern, sondern schon seit längerer Zeit haben Sie Stress mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin; nicht etwa nur kleine Streitigkeiten, ja manchmal arten diese zu Handgreiflichkeiten aus. Da Sie beide "vernünftige" Menschen sind, haben Sie schon vieles überlegt, wie Sie miteinander wieder ins Reine kommen könnten. Sie haben Beziehungsratgeber gelesen, Freunde gefragt und auch im Internet nach Hilfe gesucht. Vielleicht haben Sie auch Kinder und sehen, wie diese Auseinandersetzungen nicht spurlos an ihnen vorübergehen. Aber zutiefst schämen Sie sich dafür, damit nicht alleine klarzukommen!

Vielleicht haben Sie auch die Idee: "Wir haben uns nichts mehr zu sagen!" oder "Wir haben uns auseinandergelebt." Wenn das tatsächlich so wäre, würden Sie nicht leiden, sondern wie "vernünftige" Menschen ihre Beziehung beenden, fair und gerecht die Besitztümer teilen und natürlich die Last der Erziehung und Fürsorge der Kinder gleichermaßen auf beide Schultern verteilen. Schauen wir uns um, so dürfte das eher die Ausnahme sein. Die einen gestehen sich den Schmerz der Trennung einer Liebesbeziehung ein und nicht wenige geben sich der Illusion hin, wir schaffen die Trennung in gutem Einvernehmen. Forschungsergebnisse der Auswirkungen von Trennung und Scheidung sowohl für die Betroffenen als auch für die Kinder sprechen eine andere Sprache. Denn: "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, G., 2016, S. 23) oder: "Die Scheidung gehört 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, G., 2016, S. 167).

Nicht selten, als einen letzten Versuch, das Ruder herumzureißen, raffen Sie sich auf, um in einer Ehe- und Familienberatungsstelle oder Paartherapie Hilfe zu suchen.

So die Ausgangslage vieler Paare, die bei uns in der Beratung landen. Sie sind aufgeregt und voller Anspannung, ihr Adrenalinpiegel ist extrem hoch. Fachlich sprechen wir hier von einer typischen Bindungssituation. Menschen in großer innerer Not suchen nach jemandem "klügeren", "weisen", der in der Lage ist, mit seiner fachlichen Kompetenz und seiner menschlichen Zugewandtheit Ruhe in der Situation zu behalten, um aus dieser Krise heraus zu helfen. Ist es an solcher Stelle von Seiten der Berater*in eigentlich zu verantworten, von "Ergebnisoffenheit" oder von "Neutralität" zu sprechen? Grawe (2000, S. 21) weist eindrücklich darauf hin, dass es unsere Aufgabe sei, den Menschen, die sich in einem Zustand der Hoffnungslosigkeit und Demoralisierung befinden, wieder Hoffnung, das heißt positive Erwartung auf eine Besserung, zu induzieren, ihnen wieder Glauben an eine bessere Zukunft zu vermitteln. Was wäre nun der Anker, um wieder Hoffnung zu vermitteln? Anknüpfen an die im Unbewussten vorhandenen Erinnerungen an die guten Zeiten, an den tiefen Wunsch, doch wieder miteinander ins Reine zu kommen. Deshalb soll im Folgenden das Dazwischen, das Band, das zwischen beiden besteht und das zu zerreißen droht, explizit in den Fokus genommen werden; ein Plädoyer, sich als Berater*in für das Verbindende, für ihre Liebe einzusetzen. Warum sie aktuell keinen Zugang dazu haben (Ryba, 2018), wo die Ursachen maladaptiver Interaktion und Kommunikation liegen (Roediger, 2016) und wie diese durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit (Bandura, 1997) verändert werden können, darum soll es nachfolgend gehen.

2. Was treibt Menschen an?

Wenn wir die Gelegenheit haben, die Entwicklung kleiner Kinder zu beobachten, so fällt auf, dass sie immer wieder Kontakt zur Mutter bzw. zum Vater suchen, um sich zu vergewissern: Bist du da, wenn ich dich brauche, wenn ich mich vielleicht verletze, wenn ich bei der Lösung eines Problems, etwa mir selber eine Schleife am Schuh zu machen, nicht weiter weiß oder wenn ich einfach zum Ausruhen deine Wärme und Nähe spüren will? Dieses geschieht durch Blickkontakt, durch den Klang der Stimme, die ermutigt und durch Präsenz, die nicht durch einen immer wieder überprüfenden Blick auf die neuesten Nachrichten auf einem Smartphone blockiert wird (Spitzer, 2018). Diese Sicherheit, Mutter oder Vater immer als sicheren Hafen zu haben und – je älter wir werden – auch andere Menschen, brauchen wir für unsere Entwicklung (Becker-Stoll et. al., 2018). Die Sicherheit einer zuverlässigen Bindungsbeziehung ermöglicht die Exploration, die Erkundung dieser Welt, um die Potentiale zu entdecken und zu entfalten, die in jedem Menschen stecken.

Diese Sicherheit wird bereits angelegt in den ersten neun Monaten der Schwangerschaft, in denen jeder Mensch die Erfahrung macht, durch eine Nabelschnur sicher verbunden zu sein. Das Eingebundensein in eine berechenbare und zuverlässige Umwelt innerhalb des Mutterleibes speichert sich im Leibgedächtnis als eine tief verankerte Erfahrung ein: Die Verbindung durch die Nabelschnur zur Mutter ermöglicht, täglich mehr ein Stückchen zu wachsen, sich zu entwickeln. Diese Erfahrung ist in uns Menschen stark verleblicht, weil uns die Verbundenheit zu einem Menschen die Möglichkeit eröffnet hat, uns zu entwickeln, so dass sie auch unser weiteres Leben bestimmt. Die Sicherheit und Exklusivität in der nahen Verbundenheit mit einem Menschen, eingebettet in ein größeres soziales Ganzes, ist auch im Lebenslauf die Voraussetzung, sich entwickeln zu können. Wir brauchen die Bindung an einen Menschen, um immer mehr der Mensch zu werden, der in uns angelegt ist. Dieser Entwicklungsprozess geht bis zum Lebensende und findet seine Vollendung im

Tod. Martin Buber, der große jüdische Philosoph, drückt dieses folgendermaßen aus: Am Du zum Ich werden. Deshalb erweist sich eine feste, stabile und glückliche Partnerschaft als eine der besten Prädikatoren für Lebenszufriedenheit, Glück, Wohlbefinden und Gesundheit. Wir können davon ausgehen, dass der Wunsch, dass nahe Beziehungen gelingen, tief verleblicht ist. Deshalb wünschen sich die meisten Menschen eine glückliche, harmonische und vor allem langfristige Partnerschaft (Bodenmann, G., 2016).

3. Wie hindern die Partner*innen sich daran, das zu bekommen, was sie suchen und brauchen?

Ohne dass jemand in der Beratung von der Berater*in ein herzliches Willkommen spürt (etwas anders als fühlen!), sind persönliche Entwicklungsprozesse nicht möglich. Darauf weist die Polyvagal-Theorie hin, die die Funktionen unseres Autonomen Nervensystems (ANS) für die psychische Verfasstheit und deren Erleben von Menschen beschreibt (Porges, 2010). Das ANS ist die neuronale Plattform, die allem, was wir erleben, zugrunde liegt. Ob wir uns jemandem zuwenden oder ob wir uns abwenden, alles wird vom ANS gesteuert. In jeder unserer Beziehungen lernt das ANS etwas über die Welt und wird dazu gebracht, Gewohnheiten der Verbundenheit oder der Schutzsuche zu entwickeln. Als Neurozeption wird die Reaktion des ANS auf Signale für Sicherheit, Gefahr und Lebensgefahr bezeichnet, die aus dem Körper und aus der Umgebung stammen und die durch die Kontakte zu anderen Menschen hervorgerufen werden. Es handelt sich um ein "Erkennen ohne Gewährsein" also unterhalb der Bewusstseinschwelle. Co-Regulation heißt das Bedürfnis, das zwingend erfüllt werden muss, um Leben zu erhalten. Wir können hierbei von einem biologischen Imperativ sprechen. Aufgrund der reziproken Regulation unserer autonomen Zustände spüren wir, ob wir sicher genug sind, um uns auf Verbundenheit einlassen zu können, um eine vertrauensvolle Beziehung, die Grundlage jeder befriedigenden Beziehung zwischen Menschen ist, einzugehen. Wird diese nicht gespürt, reagiert das ANS mit Kampf, Flucht oder Immobilisation (Dana, 2019).

Im Folgenden sollen mögliche Impulse von außen als auch von innen betrachtet werden, die Partner*innen daran hindern, sich gegenseitig Nähe, Geborgenheit, persönliche Weiterentwicklung und Exploration zu ermöglichen. Alle Paare haben bereits diese Erfahrung der Verbundenheit gemacht, sonst hätten sie nicht zueinander gefunden, hätten keine Kinder. Wie jeder Organismus sich entwickelt, so ist auch ein Paarsystem in einem permanenten Wachstumsprozess. Dieser kann so heftig sein, dass er zu Reaktionen von Kampf, Flucht oder Immobilisation führt und der Zugang zur Co-Regulation verloren gegangen scheint. So wird nicht selten die Beziehung beendet, statt den Sinn des Chaos zu ergründen. Dann wird eine Trennung zur "Lösung erster Ordnung" mit der großen Wahrscheinlichkeit, dass in einer neuen Beziehung alte Muster wiederholt werden und die Betroffenen in gleicher Weise auch die nächste Beziehung gestalten. In einem therapeutischen Prozess dagegen kann es möglich werden, Rahmenbedingungen zu schaffen, in welchem beide solche Entwicklungs- bzw. Reifungsschritte machen, dass sie als Paar "Lösungen zweiter Ordnung" generieren (Schiepek et. al., 2013, Haken, 2014). Nach einem solchen Prozess hätten sie als System eine neue Komplexität erreicht. Mit dieser, die mit einer höheren Bewusstheit einhergeht, können sie sich dann entscheiden, ihre Beziehung fortzusetzen oder nicht. Falls sie Kinder haben, ist davon auszugehen, dass sie dann ihre Elternschaft verantwortlich gestalten werden. Aber wenn die Sehnsucht nach Verbundenheit so groß ist, warum trennen sich dann Paare überhaupt?

4. Ein hinreichend "Stabiles Selbst" als Fundament einer Beziehung auf Augenhöhe

Die Erfahrungen des zweiten Weltkrieges, wonach auch Frauen verantwortlich ihr Leben in die Hand nehmen konnten, veranlasste die Mütter und Väter des Grundgesetzes der Bundesrepublik Deutschland, die Beziehung zwischen Mann und Frau neu zu regeln. Sie sagten schlicht: "Männer und Frauen sind gleichberechtigt" (GG Art. 3, Abs. 2). Diese Aussage im Grundgesetz zu verankern, war allerdings ein harter Kampf der beteiligten Frauen vorausgegangen! Denn die Mehrheit des Parlamentarischen Rates (Männer!) war dagegen. Wo käme man da hin, wenn man das Bürgerliche Gesetzbuch von 1900 umschreiben wolle, das in so vielen Paragraphen das Weib dem Manne unterwirft (Staas, 2019)? Die Diskriminierung setzte sich allerdings noch fort. Dem Gesetzgeber gaben sie auf, bis zum 31.3.1953 alle Gesetze zu ändern, die einer Gleichberechtigung im Wege standen. Dieser ließ sich jedoch bis zum Juni 1957 mit der Inkraftsetzung des Gleichberechtigungsgesetzes (BGBl. I 1957, 609) Zeit. Hinsichtlich der Ehe war aber noch nicht die volle Gleichberechtigung zugelassen. Es blieb das Leitbild der Hausfrauenehe, die Reduzierung der Sphäre der Ehefrau auf Kinder und Küche (Barabas & Erler, 2002). Erst 1976, mit dem neu gefassten Scheidungsrecht (§§ 1564 BGB), wird die "Hausfrauenehe endlich zugunsten einer vertraglichen Konstruktion verabschiedet. Wie die Eheleute ihr Zusammenleben organisieren, wer arbeitet oder die Kinder erzieht, können sie nunmehr ohne gesetzliche Zielvorstellungen selbst entscheiden" (Barabas & Erler, 2002, S. 68). Zusammenfassend lässt sich sagen, dass nun nach der Vorherrschaft des Mannes rein rechtlich Partnerschaft möglich wurde. Ein äußeres Gerüst, das alles streng regelte, war weggefallen mit der Konsequenz, dass nun Aufgabenteilung, Berufstätigkeit, Haushalt, Geld, Erziehung der Kinder, Persönlichkeitsentfaltung miteinander verhandelt werden müssen. Aber ein Aushandeln auf Augenhöhe setzt ein stabiles Selbst voraus.

5. Partnerschaft auf Augenhöhe - eine Herausforderung

5.1. Instabiles Selbst

Vor der Frage, was nun ein stabiles Selbst ausmacht, geht es zunächst darum, was überhaupt ein instabiles Selbst kennzeichnet. Denn hierbei handelt es sich um ein erhebliches Hindernis, eine Beziehung auf Augenhöhe führen zu können. Gleichzeitig wird es durch die Beschreibung möglich, die Ursachen für diese mangelnde Kompetenzen zu dechiffrieren und Entwicklungsmöglichkeiten durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit aufzuzeigen.

Einem Menschen mit einem instabilen Selbst mangelt es nach Bandura (1977) an relevanten Erfahrungen der Selbstwirksamkeit hinsichtlich der Befriedigung seiner Grundbedürfnisse. Er hat wenig Fähigkeiten, den eigenen Selbstwert zu spüren, er hat kaum Kontakt zu eigenen Bedürfnissen und Wünschen, wenig Fähigkeit zur Selbstberuhigung, mangelnde Kontrolle über eigene Impulse und Emotionen, wenig Empathie, sich in den andern einfühlen zu können, wenig Fähigkeit, eigene Wünsche um ein gemeinsam Größeres zurückzustellen. Diese Eigenschaften prägen dann das emotionale Binnenklima, als Folge der Art und Weise, wie genau zwei Menschen miteinander umgehen. Sie werden zum zentralen Auslöser für Unzufriedenheit und weitreichendere Störungen in der Beziehung. Statt die Verantwortung für die eigene Unzufriedenheit, das eigene Glück zu übernehmen, wird die/der Partner*in dafür verantwortlich gemacht. Aber warum gelingt es zwei erwachsenen Menschen mit "etwas gutem Willen", vielleicht durch die Orientierung an einigen Kommunikationsregeln, nicht, ihr Miteinander zur Zufriedenheit zu gestalten?

5.2. Das innere Arbeitsmodell

Um diese Kommunikations- und Interaktionsstörungen zu verstehen, gilt es, die ersten drei Lebensjahre eines Menschen, die nach den Bindungsforschern Klaus und Karin Grossmann (2012) als Grundlage für das Gefüge psychischer Sicherheit gelten, in den Blick zu nehmen. Zusammenfassend kamen sie zu dem Ergebnis, dass diese die Grundlage für das Gefüge psychischer Sicherheit bieten. Hier entwickeln Menschen ein "inneres Arbeitsmodell" bezogen auf das Vertrauen in andere Mitmenschen; die Selbstkontrolle, die ein Zusammenleben mit anderen überhaupt erst möglich macht; die Motivation, Herausforderungen bewältigen zu wollen und die emotionalen Grundlagen für intellektuelles Lernen. Diese Grunderfahrungen führen im Laufe des Lebens zur Entwicklung weiterer Modelle, die als "Schemata" (Roediger, 2016) bezeichnet werden. Diese lassen Menschen im Sinne früherer Beziehungserfahrungen handeln.

Wir unterscheiden zwischen adaptiven und maladaptiven Schemata. So lässt z. B. ein adaptives Schema einen Menschen später in dessen Leben als verantwortlichen, sich seiner selbst bewussten, reifen Erwachsenen planen und handeln. Schemata haben die Eigenschaft, die Wahrnehmung, die Konstruktion der Wirklichkeit, einschließlich der dazugehörigen Gefühle und körperlichen Reaktionen zu bestimmen bzw. zu versklaven (Young & Klosko, 2006). Im Licht der Polyvagal-Theorie eröffnet sich die Möglichkeit, traumatisierende Erfahrungen aus einem ganz anderen Blickpunkt zu sehen, sich nicht mehr als Opfer, sondern als Held*in, die/der etwas überlebt hat. So hilft diese Theorie der Entschlüsselung bzw. der Mentalisierung neurobiologischer Mechanismen psychischer Störungen (Porges, 2010). Dabei wird die Mentalisierung zur Basis menschlichen Wollens und Handelns. Diese Fähigkeit wird in den ersten Lebensjahren angelegt, indem die Handlungen des Säuglings mit emotionalen und sprachlichen Reaktionen begleitet bzw. von ihnen gespiegelt werden. Dadurch entstehen miteinander verbundene Repräsentanzen. Bleibt dieser Lern- bzw. Bahnungsprozess aus, bilden sich nur isolierte Repräsentanzen, es können ihnen keine adäquaten Gefühle oder Begrifflichkeiten zugeordnet werden. Diese werden im limbischen System gespeichert und haben keine Verbindung zum präfrontalen Cortex (Hantke & Görge, 2012).

Zwei Studien aus dem Bereich der Ehe- und Partnerschaftsberatung weisen darauf hin, dass es sich insbesondere um das Wie der Beziehungsgestaltung handelt, das zu Konflikten führt. Dieses Wie des Miteinanders wurde ganz nebenbei – so wie die Grammatik und Syntax einer Muttersprache – im familiären Kontext der Herkunftsfamilie gelernt. Und später, wenn man wieder in einer nahen Beziehung in einer Familie und Partnerschaft lebt, kommt dies völlig ungefragt ich-synton wieder zur Anwendung. Dabei handelt es sich zum einen um eine prospektive Untersuchung von Klann (2002) und zum anderen um die Auswertung einer EMNID Studie von Saßmann & Klann (2004). Im Folgenden werden ausgewählte Ergebnisse dieser beiden wichtigen empirischen Erhebungen vorgestellt.

Die Problemliste PL (in Hahlweg, 2016) erfasst typische Partnerschaftsprobleme bzw. Problemkonstellationen bei Paaren. Die Ratsuchenden bewerten insgesamt 23 Bereiche des Zusammenlebens danach, ob hier Konflikte vorliegen und wie sie damit umgehen. Hervorzuheben ist, dass über einen Zeitraum von fast 25 Jahren keine Änderungen in der Rangreihe der einzelnen Konfliktbereiche festzustellen sind. So sind die Bereiche Zuwendung der/des Partnerin/Partners (65%), Sexualität (64%), Kommunikation/gemeinsame Gespräche (59%), Forderungen der/des Partnerin/Partners (57%), fehlende Akzeptanz/Unterstützung der/des Partnerin/Partners (54%) nach wie vor die Hauptthemen, die Paare eine Beratung aufsuchen lassen. Der Bereich "außereheliche Beziehungen" wird erst an 19. Stelle genannt (Klann, 2002, S. 98)! Es sind nicht die harten Fakten, wie Haushaltsführung

(32%), Berufstätigkeit (29%), Finanzen (19%) oder außereheliche Beziehungen (18%), sondern die implizite – unterhalb der Bewusstseinschwelle liegende – Gestaltung der Binnenbeziehung eines Paares, die zu unlösbaren Konflikten und damit zu Unzufriedenheit in der Partnerschaft führt.

5.3. Vom Sinn der Vermeidungsschemata

Wenn nun eine Paarbeziehung, eine Ehe für die meisten Menschen, eine so hohe Bedeutung hat, warum verhalten sie sich dann nicht so, dass sie in dieser Beziehung zufrieden und glücklich sind? Die Ursachen dafür liegen u. a. in den Vermeidungsschemata.

Befragt nach der Atmosphäre in der Herkunftsfamilie, berichteten etliche Ratsuchende in der Paarberatung, in vielfältiger Hinsicht durch den erlebten Erziehungsstil belastet zu sein. 49% bezeichneten die Erziehung durch ihre Eltern als sehr streng (im Vergleich zu 18% in der Normalbevölkerung NB), 43% wurden von ihren Eltern nur dann geliebt, wenn sie sich so verhielten, wie ihre Eltern es wollten (13% in der NB) und 33% berichteten davon, dass sie machen konnten, was sie wollten, immer war für ihre Eltern irgendetwas falsch (13% in der NB) (Saßmann & Klann, 2002).

Viele Ratsuchende hatten offensichtlich durch frühe Beziehungserfahrungen wenig Gelegenheit, Erfahrungen der Kompetenz hinsichtlich der Umsetzung eigener Bedürfnisse und Wünsche, Erfahrungen von Selbstwirksamkeit zu machen. Stattdessen waren sie damit beschäftigt, Stress und Angst zu bewältigen. Dass solche früheren Lernerfahrungen Auswirkungen auf das konkrete Gestalten von nahen Beziehungen im Heute haben, liegt auf der Hand. Aus neurowissenschaftlicher Sicht ist der Inhalt des psychischen Apparates individuell konstruiertes Wissen. Von entscheidender Bedeutung für diesen Lernprozess sind die frühen Jahre: "Wie alle lernfähigen Gehirne ist auch das menschliche Gehirn am tiefsten und nachhaltigsten während der Phase der Hirnentwicklung programmierbar" (Hüther, 2001, S. 23). Ein Kind, das viel Angst und Stress erlebt, speichert von Anfang an die Erfahrungen im Umgang mit diesen Zuständen und nutzt diese Erfahrung bis auf weiteres, um das Wohlbefinden zu sichern, so gut es geht.

"Je früher sich diese prägenden Erfahrungen im Umgang mit der Angst in das Gehirn eingegraben können, je verformbarer die Verschaltungen des Gehirns also zu dem Zeitpunkt sind, zum dem diese Erfahrungen gemacht werden, desto besser sitzen sie für den Rest des Lebens. Sie sehen dann aus wie angeborene Instinkte, lassen sich auslösen wie angeborene Instinkte, sind aber keine angeborenen Instinkte, sondern in das Gehirn eingegrabene, während der frühen Kindheit gemachte Erfahrungen mit der Bewältigung von Angst und Stress" (Hüther, 2001, S. 51).

Es ist naheliegend, dass diese frühen Erfahrungen Auswirkungen auf die aktuelle gefühlsmäßige und körperliche Befindlichkeit haben, da sie sich im nahen Miteinander einer Partnerschaft wieder aktualisieren. So berichteten in der EMNID-Studie 82% der Ratsuchenden davon, in Gefühlsdingen sehr verletztlich zu sein, 78% meinten, sich zu viele Sorgen machen zu müssen, 71% sprachen davon, gespannt oder aufgeregt zu sein, 63% hatten den Eindruck, andere nicht zu verstehen und 60% berichteten davon, dass es ihnen schwerfällt, etwas anzufangen; die Unterschiede zu den Normwerten sind hochsignifikant (Saßmann & Klann, 2002, S. 94).

So wird das WIE in der Herkunftsfamilie zum Arbeitsmodell für eine nahe Beziehung. Unsicherheit, Angst in den ersten Lebensjahren in nahen Beziehungen führen als "Überlebensstrategie" zu Vermeidungsschemata (z. B. echte und tiefe Nähe zu meiden). Diese schützen zwar vor weiteren Verletzungen der Grundbedürfnisse, verhindern aber gleichzeitig bedürfnisbefriedigende Erfahrungen. Der Mensch steht sich so selbst im Wege, er hat eine sich selbstschädigende Betriebsanleitung für das Miteinander in einer nahen Beziehung entwickelt.

Menschen, die in ihrer Herkunftsfamilie vor allem Strategien zum Überleben entwickeln mussten, um keine sexuelle, physische, emotionale Gewalt oder Missbrauch zu erfahren, sind in vielfältiger Weise beeinträchtigt, eine nahe Beziehung wie die einer Partnerschaft oder Ehe zu gestalten. Sie können kaum Kontakt zu eigenen Bedürfnissen und Wünschen entwickeln, haben geringe Fähigkeiten zur Selbstberuhigung, mangelnde Kontrolle über eigene Impulse und Emotionen, wenig Empathie, wenig Fähigkeit, eigene Wünsche um ein gemeinsames Größeres zurückzustellen, wenig Fähigkeit, den eigenen Selbstwert erhöhende Erfahrungen zu machen. Da sie sich als Kind einerseits nach echter Nähe geseht haben, sie sich andererseits vor verletzender Nähe schützen mussten, haben sie wenig Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, von echter Nähe und Tiefe sowie davon, Berührung zu schenken und sich schenken zu lassen, wonach sie sich sehnen. Sie schämen sich für das, was ihnen als Kind angetan worden ist. Sie halten eine "gute Kindheit" hoch und sind völlig blockiert, sich mit dem erfahrenen Leid, den Traumatisierungen auseinanderzusetzen. Häufig ist es ihnen sogar gelungen, früh gelernte Überlebensmechanismen wie das der Aufopferung für andere in caritativen Berufen oder im ehrenamtlichen Engagement z. B. bei der Feuerwehr für andere Menschen zum Segen werden zu lassen. Für eine persönliche Entwicklung und Reifung ist es allerdings wichtig, die Quelle dieses Verhaltens, die erfahrene Vernachlässigung, Kälte und Ablehnung im Elternhaus zu dechiffrieren. Denn diese führte zu der Kognition, wertlos zu sein und zu der Kompensation: "Wenn ich mich nur aufopfere, mich selber zurücknehme und den Eltern damit signalisiere, dass ich lieb bin und lebenswert, dann werden sie mir irgendwann die Liebe schenken, die ich verdiene." Wird diese Aufopferung für die/den Partner*in in einer Ehe zum Selbstzweck, dann wird Hingabe zu Selbstaufgabe, weil die betreffende Person sich nicht abgrenzen kann.

"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 hätte niemand auf Anhieb den Eindruck, hinter einem Paar mit Sexualstörungen, Krisen, einem 'Friedhofsfrieden' oder Trennungsabsichten könnte eine traumatisierte Kindheit stehen" (Klees, 2018, S. 36).

Eine Übersicht über 19 verschiedene maladaptive Schemata, z. B. Emotionale Vernachlässigung, Verletzbarkeit oder Unterwerfung finden sich bei Roediger (2016, S. 86 - 92). Ebenso wird deutlich gemacht, welches Elternverhalten Ursache dieses Schemas war. Sodann wird plausibel, welche Kognition ein Mensch mit diesen frühen Erfahrungen über sich entwickelt hat und welche maladaptiven Möglichkeiten zur Bewältigung etwa in der Duldung, Vermeidung oder Kompensation gewählt wurden.

Beispiel: Entstehung und Bewältigung des Schemas Emotionale Vernachlässigung

- Elternverhalten: Kälte und Ablehnung
- Kognitionen: Ich bin wertlos, überflüssig. Ich muss alles selbst tun, weil mir niemand hilft.
- Erduldung: Mangel an Selbstfürsorge, Selbstschutz und Selbstorganisation
- Vermeidung: Rückzug, "Einsamer Wolf", Tagträume
- Kompensation: Ausbeutung anderer, Promiskuität oder Helfersyndrom, Aufopferung, stark anklammerndes Verhalten

6. Maladaptive Emotionen oder Tun wir eigentlich das, was wir wollen?

Eine der spannendsten Fragen in der Arbeit mit Paaren ist ja die, inwieweit unser Handeln von unserem Wollen abhängt. So wird nicht selten deutlich, dass, wenn die Partner*innen von einem Konflikt erzählen, sie sich gegenseitig völlig unterschiedliche Intentionen unterstellen nach dem Motto: "Ich höre was, das du nicht sagst" (Pásztor, S. & Gens, K.-D., 2004).

Alltagspsychologisch wird davon ausgegangen, dass unser Selbst unser Handeln steuert. Aber was ist eigentlich unser Selbst? Unterschieden wird zwischen einem expliziten Selbst und einem impliziten Selbst. Das explizite wird in der linken Gehirnhemisphäre verortet. Diese ist zuständig für unserem Bewusstsein zugängliche Prozesse. Sie ist verbal explizit, in der Welt der Objekte und sachlichen Beziehungen zu Hause. Sie ist sequenziell, logisch und analytisch. Dieser Teil unserer Gehirnhemisphäre ist in der Lage, die Vergangenheit und die Zukunft zu vergegenwärtigen. Und vor allen Dingen ist sie langsam. Die Ergänzung dazu ist die rechte Gehirnhemisphäre, die das implizite Selbst repräsentiert. Deren Merkmal zeichnet sich zum einen durch große Schnelligkeit aus. Nach einigen Fahrstunden sind wir etwa in der Lage, ohne uns viele Gedanken zu machen, automatisch den richtigen Gang zu wählen oder in Notsituationen schnell zu bremsen. Dieses geschieht dann nicht bewusst, nonverbal, implizit, prozedural. Diese Gehirnhemisphäre steuert unsere Welt der Subjekte und Affekte. Sie ist holistisch, führt die vielen Informationen, die wir über die verschiedensten Sinneskanäle aufnehmen, zu einer Synthese zusammen und macht eine "Gestalt" daraus. Es ist die Welt der Gegenwart, des Vollzugs und Handelns (Neumann & Naumann-Lenzen, 2017, S. 137 - 206). Der Großteil der Interaktionen eines Paares läuft in diesem impliziten Modus. Das Problem besteht darin, dass wir zu unserem impliziten Modus keinen bewussten Zugang haben. Haben die Partner*innen in ihrer Herkunftsfamilie adaptive Schemata für das Miteinander gelernt, so werden sie diese implizit auch für ihre Ehe bzw. Partnerschaft nutzen. Das gleiche gilt natürlich auch für maladaptive Schemata, denn sie können sich gar nicht anders verhalten, sie sind in diesen Mustern versklavt und haben einem gegenseitig förderlichen Miteinander abträgliche Persönlichkeitszüge entwickelt. Grawe macht für unsere Fragestellung folgendes deutlich: "Was man mit einem der vielen Fragebögen zur Messung des Selbstwertgefühls erfasst, dürfte den im expliziten Gedächtnis gespeicherten Komponenten des Selbstbildes entsprechen. Dieses explizite Selbstbild muss nicht mit dem impliziten Selbstwertgefühl übereinstimmen, das man aus dem Verhalten und den Emotionen eines Patienten erschließen kann. Das implizite Selbstwertgefühl könnte daher wichtiger dafür sein, was jemand in realen Situationen wirklich tut" (Grawe, 2004, S. 256).

Durch Lernen, konkret durch vielfältige tägliche Erfahrungen, entstehen diese Handlungstendenzen. Dabei versteht sich Lernen als ein Sammeln von Gedächtnisspuren in der rechten, dem Bewusstsein nicht zugänglichen Gehirnhemisphäre. Der Hippocampus bindet Er-

lebnisse zu Schemata zusammen und formt langfristige Gedächtnisinhalte im Cortex. Nehmen wir als Beispiel die Notwendigkeit der körperlichen Berührung. Friedrich II. versuchte herauszufinden, welche Sprache Kinder entwickeln würden, wenn sie ohne Ansprache und Zuneigung aufwachsen würden. Alle Kinder starben. Was bedeutet es für ein Kind, das angefasst wird, mal mit Zuneigung, mal aber auch mit körperlicher oder sexueller Gewalt? Es wird früh lernen, sich auf der einen Seite nach Berührung zu sehnen und sich auf der anderen Seite vor Berührung zu schützen. Das kann dann zu einem impliziten, dem Bewusstsein nicht zugänglichen Beziehungsmuster: "Ich hasse dich! Verlass mich nicht!" führen.

7. Die Bedeutung der impliziten Beziehungsgestaltung für die Emotionsregulierung in nahen Beziehungen und ihre Veränderung

Unter Stresssituationen, die zu jedem Leben, jeder Beziehung dazugehören, greifen Menschen unbewusst auf ihre ersten Bindungserfahrungen im Elternhaus zurück. Diese frühen Erfahrungen prägen einen Menschen hinsichtlich seiner Gestaltung von "nahen Beziehungen" wie die einer intimen Beziehung! Diese unbewussten Bindungserfahrungen führen zu Mustern in der Gestaltung einer Partnerschaft. Das Dechiffrieren dieser Muster im Rahmen einer Paarberatung dient den Betroffenen selbst im hohen Maße zur Klärung der Frage, in welchem "alten Film" sie gerade sitzen, welche alten Beziehungsmuster sich im Miteinander immer wieder aktualisieren. Damit wird ihnen, das für ihre psychische Gesundheit zu erfüllende Grundbedürfnis nach Orientierung und Kontrolle in hohem Maße befriedigt. Gleichzeitig wird die Klärung zum Motor, Wege der Bewältigung zu finden und aktiv gehen zu wollen.

So können wir folgende Bindungsmuster bei Erwachsenen unterscheiden (Howe, 2015, S. 85).

Organisierte Bindungsmuster:

- Sichere Bindung
Offener Umgang mit den Bindungsgefühlen Angst, Ärger und Trauer. Erkennen der Bedingungen in Situationen, in denen diese Gefühle auftreten. Fähigkeit, sie durch konstruktive Lösungen zu überwinden.
- Unsicher vermeidend
Bindung wird abgewertet, um nicht abhängig zu erscheinen.
- Unsicher ambivalent
Bindungen werden zwar sehr hochgeschätzt, ihnen jedoch nicht vertraut.

Desorganisierte Bindungsmuster:

- Unsicher verstrickt
Enge Beziehungen erzeugen ein Gefühl großer eigener Hilflosigkeit.

Jede Beratungssituation ist immer auch gekennzeichnet von einer impliziten Beziehungsgestaltung. Denn immer dann, wenn hilfsbedürftige Menschen –, hier das Paar –, sich an einen stärkeren, klügeren, weisen, die/den Berater*in, wendet, sprechen wir von einer Bindungssituation! Dann wird eine Willkommenskultur zum Türöffner für gelungene Beratungsprozesse (Sanders, 2020). Eine akzeptierende, wohlwollende Atmosphäre ermöglicht es, zu hören, was zwischen den Zeilen gesagt wird, körperliche Reaktionen zu registrieren, um

eine Ahnung davon zu bekommen, welche Arbeitsmodelle sich hinter dem Gesagten verbergen. Denn es gilt zu beachten, dass ein Schema (Arbeitsmodell) nicht direkt zu beobachten ist, sondern nur als Modus (bedürftiges Kind) in seinem Aktivierungszustand erlebbar wird. Dann kann sich Folgendes ereignen:

"Das Paar berichtete während der ersten Beratungssitzung freundlich-höflich-respektvoll, langsam und bedacht über ihre Gründe, sich Hilfe zu suchen. Je vertrauensvoller sich die Gesprächsatmosphäre gestaltete, desto mehr gaben sie ihre vorsichtige Zurückhaltung auf und vermochten immer besser von Einzelheiten und von ihren Empfindungen zu berichten."

Häufig hat in Paarbeziehungen derjenige, bei dem es "läutet", den Eindruck (meist sogar die feste Überzeugung), dass der, der das Klingeln auslöst, der Verursacher sei. Es folgen Streit, Vorwürfe, Feindseligkeiten, Beleidigungen oder andere – für die/den Partner*in unbegreifliche – Verhaltensweisen. Paaren in der Krise gelingt es nicht mehr, das zu klären. Einer oder beide verhalten sich wie ein verletztes, wütendes, oder undiszipliniertes Kind. So werden im Verlauf einer Beratung nicht selten spezifische Handlungsweisen bestimmter maladaptiver Schemata, sei es als Überkompensation, Vermeidung oder Erdulden, in aller Deutlichkeit beschrieben.

Im Folgenden wird deutlich, dass ein Partner durch das Schema der Unterwerfung in seiner Wahrnehmung und seinem Verhalten seiner Partnerin gegenüber gesteuert wird:

"Meine Oma wohnte im Erdgeschoss und hatte im Sommer immer die Fenster offen und wehe, sie bekam mal mit, dass man mal ein unanständiges Wort sagte oder sich mal mit anderen stritt, dann wurde nicht gefragt, wieso das so war, dann hieß es sofort 'Ab nach Hause', da gab es dann Stubenarrest und man kam nicht mehr raus. Das war natürlich sehr unschön, also habe ich dann sehr früh gelernt, brav und folgsam zu sein, damit es keinen Stress gibt."

"Wenn es dann später in meiner Kindheit, als wir wieder bei den Eltern wohnten und ich zur Hauptschule ging, Situationen gab, die sehr unangenehm waren, dann schluckte ich die Dinge einfach herunter und versuchte, das irgendwie mit mir selbst abzumachen. Auf jeden Fall habe ich nicht aufgemuckt, sondern habe mich eher untergeordnet. Konflikte habe ich eigentlich eher als bedrohlich empfunden und bin ihnen aus dem Weg gegangen."

So führen aktive maladaptive Schemata durch die damit einhergehenden Verhaltensweisen, wie etwa der Unterwerfung, zu Ursachen von Störungen der Interaktion und der Kommunikation. Und das macht Stress! Stress hängt nicht davon ab, was objektiv der Fall ist, sondern davon, wie jemand das Ausmaß seiner Kontrolle über die jeweilige Situation erlebt. Nicht die unangenehmen Erfahrungen in einer Beziehung bewirken Stress, sondern das Gefühl, ihnen machtlos ausgeliefert zu sein. Weiß man als Partner*in nicht, was die/der andere im nächsten Moment tut, löst das Stress aus. Dieser Stress ist höchst ungesund, denn er führt zu Bluthochdruck, Magengeschwüren, Impotenz, Libidoverlust, Infektionskrankheiten, Verkürzung der Lebensdauer.

8. Selbstwirksamkeit – der Schlüssel zu Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz

Auch Ratten, Affen und andere höhere entwickelte Säugetiere haben das Bedürfnis nach Bindung, nach Kontrolle und Orientierung sowie nach Lustgewinn und Unlustvermeidung. Ein spezifisch menschliches Bedürfnis ist das nach Selbstwerterhöhung und Selbstwertschutz. So sieht Alfred Adler (1920, 1927) das Streben nach Überwindung eines Minderwer-

tigkeitsgefühls als wichtigste Motivationsquelle des Menschen an. Negative Erfahrungen eines Kindes hinsichtlich seiner Bindungs- und Kontrollbedürfnisse haben einen starken Einfluss auf das sich entwickelnde Selbst und führen dazu, dass dieses negative Kognitionen über sich selbst in Form eines negativen Selbstbildes und eines schlechten Selbstwertgefühls entwickelt, wie es seinen Niederschlag in den maladaptiven Schemata findet. Jemand, der seitens der Eltern Vernachlässigung, Kälte und Ablehnung erfahren hat, wird das Schema Emotionale Vernachlässigung generieren. Dadurch entwickelt er in seinem Selbstbild die Kognitionen, wertlos, überflüssig zu sein. In der Bewältigung dieses Schemas vermeidet er vielleicht soziale Kontakte oder in der Kompensation opfert er sich für andere auf und zeigt stark anklammerndes Verhalten (Roediger, 2016, S. 86). In seinem Bindungsmuster ist er vielleicht unsicher verstrickt, opfert sich für den anderen scheinbar auf, tut alles, um ihm zu gefallen. Gleichzeitig wird er allerdings emotional nicht satt, macht auf die/den andere/n Partner*in den Eindruck eines "Fasses ohne Boden". Sachse (2019) spricht in diesem Fall von dem Modell der doppelten Handlungsregulation. Nach diesem Modell gibt es immer zwei Handlungsebenen:

- Die unbewusste Motiv-Ebene bzw. die Ebene der authentischen Handlungsregulation. So konnte jemand als Überlebensstrategie sich für Mutter oder Vater aufgeopfert haben, ganz im Sinne der Parentifizierung, in der Hoffnung, dann doch emotionale Zuwendung zu bekommen und einfach angenommen und geliebt zu werden.
- Die andere Ebene ist die Spielebene oder die Ebene der manipulativen oder intransparenten Handlungsregulation.

Zwischen diesen beiden Ebenen liegt die Ebene der dysfunktionalen Schemata, die i. d. R. aus Überlebensstrategien in der Kindheit resultieren. Sie verhindern, dass auf der Spielebene die Beziehungsmotive oder interaktionellen Ziele befriedigt werden. Das bedeutet konkret, dass die/der Partner*in nie die Wunde heilen oder stillen kann, die in Kindertagen geschlagen wurde. "Menschen mit Beziehungstraumata und traumatischen Erfahrungen psychischer oder sexualisierter Gewalt suchen in der Welt (...) aktiv nach einer guten, idealen Beziehung, die ihnen immer gefehlt hat, in der sie Sicherheit und maximale Achtsamkeit finden ohne Eigeninteresse des anderen. Sie suchen wie ein Kind nach einer Beziehung, in der sie nie verlassen, nie enttäuscht oder gar traumatisiert werden." (Sasse, 2009, S. 190)

Der Schlüssel, diese Wunden zu heilen und vernarben zu lassen, ist zum einen ganz im Sinne des Grundbedürfnisses nach Orientierung und Kontrolle darin zu finden, im Rahmen der Psychoedukation über die Zusammenhänge und Unterschiede von Schema und Modus zu informieren. Dass das Schema zwar lebenslang bleibt, dass der Modus aber, also die Art und Weise, damit umzugehen, veränderbar ist. So haben Systeme die Eigenschaft, sich selbst zu erhalten (Haken, 2014). Dieser Prozess der Selbsterhaltung wird als Autopoesie bezeichnet. Nicht selten versteckt sich z. B. hinter einem Wutausbruch häufig die Angst, die/den Partner*in zu verlieren. Lernt die/der Partner*in im Rahmen der Beratung, diese Angst zu benennen, setzt sofort eine Veränderung des Systems ein. Ganz plötzlich ist dichte Nähe zu verspüren (Johnson, 2009). In Kontakt mit seinen eigenen Gefühlen zu kommen und darüber die/den Partner*in Anteil haben zu lassen, wäre eine Lösung zweiter Ordnung, die dem Systemerhalt dient. So wird es zur Aufgabe einer Paartherapie, Paaren zu ermöglichen, durch Erfahrungen der Selbstwirksamkeit nicht eine "Lösung erster Ordnung", also der Trennung vom Partner, anzusteuern, sondern durch Autopoesie Lösungen zweiter Ordnung, die ein befriedigendes Miteinander ermöglichen, zu generieren (Schiepek et.al, 2013).

Es gilt also einen Rahmen zu schaffen, in welchem die einzelnen Partner*innen in Anwesenheit des anderen Neues erleben, sich den Grundbedürfnissen annähern, um Erfahrungen im Sinne dieser machen zu können und damit den anderen als sichere Konstante auf dem eigenen Lebensweg zu erfahren. So heißt die zentrale These zur Veränderung maladaptiver Emotionen: Wenn die Partner*innen Erfahrungen der Selbstwirksamkeit machen, sich ihrer/ihrem Partner*in so mitzuteilen, dass sie dasjenige hinsichtlich ihrer intimen Bedürfnisse an Zuwendung, Aufmerksamkeit, Berührung, Unterstützung bekommen und auch selber geben können, verändert sich die Beziehung zur Zufriedenheit.

9. Erfahrungen ermöglichen

Erzähl mir etwas, und ich werde es vergessen.

Lass mich zuschauen, und ich werde es erinnern.

Lass es mich selber machen, und ich werde es können.

Konfuzius (551 v. Chr.)

Erfahrungen sind etwas anderes als Wissen, deshalb kann man auch Erfahrungen nicht unterrichten! Sie gehen unter die Haut und ähnliche Erfahrungen werden zu einer Haltung.

Menschen zu motivieren, sich auf neue Erfahrungen einzulassen, bedarf einiger wichtiger Rahmenbedingungen. Denn zunächst einmal findet jeder seine Verhaltensweisen normal, er kennt sie ja überhaupt nicht anders, er hat immer so gelebt, so gefühlt und empfunden, sie sind also ich-synton. Erst dadurch, dass diese seinen impliziten Wünschen im Sinne der Grundbedürfnisse psychischer Gesundheit nach Bindung, Orientierung und Kontrolle, den eigenen Selbstwert erhöhenden Erfahrungen (Grawe, 2000) entgegenstehen und sich in der Art seiner Beziehungsgestaltung aktualisieren, entsteht Leid, das motiviert hat, eine Beratung aufzusuchen. Unbestritten bildet die Weise, wie ein Mensch mit körperlichen Belastungen wie Krankheit und Schmerz, sowie mit psychischen Belastungen wie Bedrohung, Herausforderungen, Enttäuschungen und Niederlagen, Beschämung und Ausgrenzung umgeht, den Kern seiner Persönlichkeit.

Die Ursache ist darin zu suchen, dass dieser Kern sich sehr früh herausbildet und mit der vorgeburtlichen und nachgeburtlichen Entwicklung des Cortisolsystems zusammenhängt. Allein die therapeutische Allianz zwischen Patient*in und Therapeut*in und der Glaube, helfen zu können beziehungsweise Hilfe zu erhalten, führt zu einer 30- bis 70-prozentigen schnell einsetzenden Linderung psychischen Leidens. Diese Bindungssituation führt nämlich zu einer massiven Erhöhung des Oxytocinspiegels und eine dadurch erhöhte Ausschüttung von endogenen Opioiden und Serotonin sowie zu einer Senkung des Stresshormonspiegels. Hier liegt vermutlich in Fällen leichter psychischer Störungen, besonders solchen, die nicht mit einer frühkindlichen Traumatisierung zusammenhängen, der Grund, einen wesentlichen Therapieerfolg herbeizuführen.

Die Ursachen und Folgen einer tiefgreifenden Traumatisierung werden hiervon aber nicht berührt! Die entscheidende Herausforderung für uns Berater*innen besteht darin, aufbauend auf diesen wichtigen Prozess der ersten Phase, für eine zweite oft langwierige Phase der Therapie zu motivieren und diese einzuleiten. Denn hier geht es vor allem um ein implizites Umlernen tief eingegrabener Gewohnheiten des Spürens, Fühlens, Denkens und Handelns. Dabei scheint die Neubildung von Nervenzellen in limbischen Strukturen eine wichtige Rolle zu spielen. Lediglich eine Einsicht in die Ursachen der Störung hilft nur sehr wenig.

Viel wichtiger ist das fortbestehende Vertrauensverhältnis zwischen Berater*in und Ratsuchenden und dessen ständige Ermutigung und Richtungsgebung. Da wir Heilung niemals machen können, denn diese ist immer Selbstheilung, können wir mit unserer Profession lediglich dafür einen Rahmen zur Verfügung stellen, in dem die Patient*innen diese Arbeit selber leisten (Roth & Strüber, 2017).

Die therapeutische Allianz zeichnet sich durch ein Beziehungsangebot aus, das man als begrenzte und begrenzende feinfühlig-elterliche Zuwendung beschreiben kann (Grawe, 2010, Roediger, 2016). Denn vor uns sitzen "verletzte und bedürftige Kinder", da Paarkonflikte häufig aktualisierte Schemata sind, die auf der Modus-Ebene ausgetragen werden. Dann machen sie hier in der Begegnung mit uns Erfahrungen von Bindung, wenn wir ihnen z. B. anbieten, uns jederzeit eine E-Mail schreiben zu können und gewiss zu sein, dass sie innerhalb von zwei Tagen eine Antwort bekommen; dann entdecken sie die Welt als einen berechenbaren Ort, weil wir das, was wir tun, soweit es möglich ist, erklären; sie machen den eigenen Selbstwert erhöhende Erfahrungen, da wir mit ihnen gemeinsam nach Gelingendem in ihrem Leben suchen und vor allen Dingen auf Positives, das sich gerade im Moment aktuell vor unseren Augen abspielt, wie ein zugewandter wohlwollender Blick der/dem Partner*in gegenüber, hinweisen. Wenn dann zu Ende einer Sitzung Worte wie Hoffnung oder Perspektive fallen, die Ratsuchenden irgendwie spüren, dass sie hier zur richtigen Zeit und am richtigen Ort sind, haben sich unsere autonomen Nervensysteme unterhalb der Bewusstseinsschwelle getroffen und unser gemeinsames Bedürfnis nach Co-Regulation befriedigt. So entsteht eine Verbundenheit, eine vertrauensvolle Beziehung zwischen dem Paar und wird zur Grundlage für den therapeutischen Prozess (Grawe, 2000, 2004, Porges, 2010, Rahm & Meggyesy, 2019).

Neben dem Aufbau eines Vertrauensverhältnisses liegt unsere Verantwortung als Therapeut*in auch für die Richtungsgebung in unseren Händen. So ist die subjektive Zufriedenheit mit der Partnerschaft kein Ziel, das man direkt ansteuern könnte, sondern sie ist immer das Resultat von lebendigen Erfahrungen. Und diese hören eigentlich nie auf, bis sie ihre Vollendung im Tod finden. Neben dem aktuellen Leid in der Beziehungsgestaltung bedarf es eines höchst attraktiven Ziels, das den Einzelnen motiviert, sich auf diesen persönlichen Entwicklungsprozess im Angesicht der/des Partnerin/Partners einzulassen. Ein höchst attraktives Ziel jeden Menschen ist es, sich immer mehr zu dem Menschen zu entwickeln, der in einem angelegt ist (Hüther, 2018). Das Besondere dieses Ziels in einer Partnerschaft hat Martin Buber aufgegriffen, wenn er davon spricht: "Am Du zum Ich zu werden" (Buber). Ganz hilfreich ist dabei die Metapher von einem Windvogel, den jemand an einer Schnur am Strand festhält. Wenn die Schnur losgelassen würde, trudelt der Vogel und stürzt ab. Aber Dank des Bandes kann er über dem Strand im Wind tanzen. Für die Kinder eines Paares ist es immer das Beste, wenn sie zufriedene Eltern erleben, die miteinander lebendig sind, weiterwachsen und blühen.

10. Das stabile Selbst als Ausdruck einer sozial-bezogenen Autonomie

Ein Mensch mit einem hinreichend stabilen Selbst, als Basis einer Beziehung auf Augenhöhe, zeichnet sich vor allem durch eine sozial-bezogene Autonomie aus (Fiedler, 2007, S. 399ff.). Mithilfe dieser ist er in der Lage, Realitäten als solche eigenständig wahrzunehmen, persönliche Urteile darüber zu erarbeiten und zu wissen, woran er glaubt. Ferner ist er in der Lage, klar mitzuteilen, was er erlebt und fühlt. Er hat stabile Grundüberzeugungen, die seinem Handeln zugrunde liegen und für die er in der Lage ist, sich gelegentlich kämpferisch einzusetzen. Im Miteinander empfindet er Wertschätzung, Freude und Dankbarkeit

und ist in der Lage, das zu benennen und aussprechen. Bezogen auf das Führen einer Ehe, einer exklusiven, intimen Partnerschaft heißt dies, dass er die Fähigkeit besitzt, klar zwischen sich (den eigenen Bedürfnissen) und dem Anderen (und dessen separat vorhandenen Bedürfnissen) zu unterscheiden. Er hat eine Sicherheit, auf intuitive und grundlegende Weise unterscheiden zu können, ob bestimmte Gefühle, Gedanken, Ideen, Grundsätze und Handlungsabsichten nur einem selbst zu eigen und nicht von anderen abgeleitet sind. Die Bedürfnisse und Perspektiven des Anderen werden als dessen eigene, autonome gewürdigt. Die persönliche Entwicklung des Anderen erfüllt ihn mit Freude. Eine derart gestaltete Bindung wird zur Grundlage für Freiheit, um sich zu dem Bild zu entwickeln, das in uns angelegt ist.

Unterschiedliche therapeutische Wege zu diesem Ziel finden sich in Praxis der *Emotionsfokussierten Paartherapie* (Johnson, 2009); in *"Paare in Bewegung – Körperarbeit in der Partnerschule"* (Lissy-Honegger, 2015); im Sammelband *Versöhnungsprozesse in der Paartherapie* (von Tiedemann, 2017) mit den Beiträgen *Filter-Katalysator-Modell der Gesprächsführung* (Engel & Thurmaier, a. a. O. S. 41 - 64), *Ein strukturiertes Vorgehen zur Anleitung von Versöhnungsprozessen in der Paartherapie* (von Tiedemann, a. a. O. S. 65 - 204), *Wenn der Versöhnungsprozess stagniert: Zum Umgang mit blockierenden, aus der Kindheit stammenden Erlebens- und Verhaltensmustern* (Wilberts, a. a. O. S. 205 - 240); in *Traumaisensible Paartherapie* (Klees, 2018) oder in *Partnerschule – Fokaldiagnostische Kurzzeittherapie im Integrativen Verfahren* (Sanders, 2019).

11. Ausblick und Perspektive: Bindungsorientiert – Haltend – Zielorientiert!

Paartherapie hat die Aufgabe, emotionale Blockaden, die in den tiefen Schichten des limbischen Systems (Roth, 2019) durch frühe Lebenserfahrungen abgespeichert sind und sich in maladaptiven Emotionen einen Weg nach oben bahnen, in einem gemeinsamen Entwicklungsprozess mit dem Einzelnen im Angesicht der Partnerin /des Partners zu adaptiven Verhaltensweisen hin zu verändern. Eine zentrale Bedingung dafür ist der Leitgedanke des Aufbaus einer sozial bezogenen Autonomie des Einzelnen (Fiedler, 2007) im Angesicht des Anderen. Diese ermöglicht dann im Miteinander neues Spüren, Fühlen, Denken und Handeln. Ein Schlüssel für diese Entwicklungsprozesse ist das Verstehen der Funktionsweise des ANS, des Autonomen Nervensystems, wie sie durch die Polyvagal-Theorie (Porges, 2010) nahegelegt wird. Da ein "Darüber-Reden" nur die oberen Bereiche des limbischen Systems erreicht, bedarf es eines Rahmens, in dem Paare miteinander Erfahrungen der Selbstwirksamkeit machen und in dem sie das, was sie sich an Nähe, Zuwendung, Geborgenheit wünschen, auch tatsächlich einander zur Verfügung stellen können.

Literatur

Adler, A. (1920). *Praxis und Theorie der Individualtherapie*. München: Bergmann.

Adler, A. (1927). *Studie über Minderwertigkeit von Organen*. München: Bergmann.

Bandura, A. (1977). *Self-Efficacy*. *Psychological Review*, 84, 191 - 215.

Barabas, F. K. & Erler, M. (2002). *Die Familie, Einführung in Soziologie und Recht*. Weinheim u. München: Juventa.

Becker-Stoll, F., Beckh, K., Berkic, J. (2018). *Bindung – Eine sichere Basis fürs Leben*. Kösel-Verlag, München.

- Bodenmann, G. (2016). Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie. Göttingen: Hogrefe.
- Buber, M. (1983). Ich und Du. Heidelberg: Schneider.
- Dana, D. (2019). Die Polyvagal-Theorie in der Therapie. Den Rhythmus der Regulation nutzen. Lichtenau: G. P. Probst.
- Rahm, D. & Meggyesy, S., Hrsg. (2019). Somatische Erfahrungen in der psychotherapeutischen und körpertherapeutischen Traumabehandlung. Wie wird durch heilsame Begegnungsprozesse lernen können, unsere Nervensysteme zu regulieren und uns wieder sicher und aufgehoben zu fühlen. Der Einfluss der Neurobiologie auf unser Sein und Heilen. Lichtenau/Westfalen: G. P. Probst.
- Fiedler, P. (2007). Persönlichkeitsstörungen. Weinheim: Beltz Verlag.
- Grawe, K. (2000). Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004). Neuropsychotherapie. Göttingen: Hogrefe.
- Grossmann, K. & Grossmann, K. E. (2012). Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Hahlweg, K. (2016). FPD Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik. 2., neu normierte und erweiterte Auflage. Göttingen: Hogrefe.
- Haken, H. (2014). Synergetik. Berlin: Springer.
- Hantke, L. & Görge, H. J. (2012). Handbuch Traumakompetenz. Basiswissen für Therapie, Beratung und Pädagogik. Paderborn: Junfermann.
- Howe, D. (2015). Bindung über die Lebensspanne. Paderborn: Junfermann.
- Hüther, G. (2001). Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hüther, G. (2018): Würde – Was uns stark macht als Einzelne und als Gesellschaft. München: Knaus Verlag.
- Johnson, S. M. (2009). Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie. Paderborn: Junfermann.
- Klann, N. (2002). Institutionelle Beratung – ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs- und Therapieschulen zur klientenorientierten Intervention. Freiburg i. B.: Lambertus.
- Klees, K. (2018). Traumasensible Paartherapie. Paderborn: Junfermann S. 36.
- Lissy-Honegger, R. (2015): Paare in Bewegung. Körperarbeit in der Partnerschule. Masterarbeit. Karl-Franzens-Universität Graz.
<http://www.partnerschule.de/bewegung.pdf>
- Neumann, E., & Naumann-Lenzen, M., Hrsg. (2017). Psychodynamisches Denken und Handeln in der Psychotherapie. Eine intersubjektive und verfahrensübergreifende Sicht. Gießen: Psychosozial.
- Pásztor, S. & Gens, K.-D. (2004). Ich höre was, das du nicht sagst. Gewaltfreie Kommunikation in Beziehungen. Paderborn: Junfermann.

- Porges, S. W. (2010). Die Polyvagal-Theorie – Neurophysiologische Grundlagen der Therapie. Emotionen, Bindung, Kommunikation und ihre Entstehung. Paderborn: Junfermann.
- Roediger, E. (2016). Praxis der Schematherapie, Grundlagen-Anwendungen-Perspektiven. Stuttgart: Schattauer.
- Roth, G. & Strüber, N. (2017). Wie Gehirn die Seele macht. Stuttgart: Klett Cotta Verlag.
- Roth, G. (2019): Warum es so schwierig ist, sich und andere zu ändern. Persönlichkeit, Entscheidung und Verhalten. Stuttgart: Klett-Cotta .
- Ryba, A. (2018). Die Rolle unbewusster und vorbewusst – intuitiver Prozess im Coaching. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Sachse, R. (2019). Persönlichkeitsstörungen, Leitfaden für die psychologische Psychotherapie. 3. aktualisierte und erweiterte Ausgabe. Göttingen: Hogrefe.
- Sanders, R. (2019): Partnerschule – Fokale Kurzzeittherapie für Paare im Integrativen Verfahren. POLYLOGE Eine Internetzeitschrift für "Integrative Therapie" 21. (<https://www.fpi-publikation.de/polyloge/21-2019-sanders-r-partnerschule-fokale-kurzzeittherapie-fuer-paare-im-integrativen-verfahren/>)
- Sanders, R. (2020). Willkommenskultur – Der Türöffner für gelungene Beratungsprozesse. Beratung als Profession. Online Zeitung der DAJEB Nr.4.
- Sasse, U. (2009). Traumazentrierte Psychotherapie: Kritik, Klinik und Praxis. Stuttgart Schattauer.
- Saßmann, H. & Klann, N. (2002). Es ist besser das Schwimmen zu lehren, als Rettungsringe zu verteilen. Beratungsstellen als Seismografen für Veränderungen in der Gesellschaft. Freiburg i. B.: Lambertus.
- Saßmann, H. & Klann, N. (2004). Wünsche der Ratsuchenden und Erfahrungen von Berater*innen als Orientierung für eine bedarfsgerechte Planung. Beratung Aktuell, 151 - 164.
- Schiepek, G., Eckert, H. & Kravanja, B. (2013). Grundlagen systemische Therapie und Beratung. Psychotherapie als Förderung von Selbstorganisationsprozessen. Göttingen: Hogrefe.
- Spitzer, M. (2018). Die Smartphone Epidemie. Gefahren für Gesundheit, Bildung und Gesellschaft. Stuttgart: Klett Cotta.
- Staas, C. (2019). Im Glashaus. DIE ZEIT, Nr. 20, 9.5.2019. S. 20f.
- von Tiedemann, F., Hrsg. (2017). Versöhnungsprozesse in der Paartherapie. Paderborn: Junfermann.
- Wallin, D. J. (2016). Bindung und Veränderung in der psychotherapeutischen Beziehung. Lichtenau: G. P. Probst.
- Young, E. Y. & Klosko, J. N. (2006). Sein Leben neu erfinden. Wie Sie Lebensfallen meistern. Paderborn: Junfermann.

Rezensionen

Rohr, D.; Hummelsheim, A.; Höcker, M. (Hrsg.)

Beratung lehren – Erfahrungen, Geschichten, Reflexionen aus der Praxis von 30 Lehrenden, Beltz Juventa, Weinheim 2016 (ISBN 978-3779933564) 378Seiten

Das Buch ist in die fünf Kapitel Fokus Haltung, Fokus Lehrperson, Fokus Lerngruppe, Fokus Methoden und Fokus Wissenschaft unterteilt und beinhaltet 30 eigenständige Texte von 30 Autor*innen zum Thema "Beratung lehren". Die Individualität der Autor*innen schlägt sich in der Unterschiedlichkeit ihrer essayistischen Beiträge nieder. Verschiedene Theorien und Lehrmethoden der Beratung werden erläutert und Praxisbeispiele aus dem Lehr-Lern-Setting aufgezeigt. Die Autor*innen geben vor allem tiefe Einblicke in ihre persönlichen Erfahrungen als Berater*in und als Lehrende. Sie reflektieren zum Teil mit großer Offenheit die Weiterentwicklung ihrer beraterischen Kompetenzen. Dadurch wird der Lehr- und Lernprozess aus unterschiedlichen Perspektiven beschrieben, analysiert und interpretiert. Die zwischenmenschlichen Beziehungen in der Beratungspraxis und in der Interaktion zwischen Lehrenden und Lernenden im Beratungskontext spielen dabei eine zentrale Rolle – ebenso die Gruppendynamik innerhalb einer Lerngruppe. Die Frage nach der professionellen Identität und der beruflichen Kompetenz einer Beraterin/eines Beraters wird immer wieder aufgegriffen.

Die Berateridentität beschreibt Prof. Dr. Wolfgang Wiegand wie folgt:

"Ein guter Berater wird man nicht durch das Erlernen technischer Fähigkeiten und methodischen Kompetenzen; die Berateridentität entscheidet sich an der Entwicklung der persönlichen Identität, d. h. an der Glaubhaftigkeit, der Stimmigkeit und der Überzeugungskraft in der gemeinsamen Suche nach Lösungen, in der sicheren Begleitung in unsicherem Gelände, in der Bewältigung von auftauchenden Konflikten, im Anerkennen von Grenzen und unlösbaren Problemen, im Erkennen, was der Seele des Ratsuchenden gut tut." (Wiegand, S. 120)

Bei den Ausführungen der Autor*innen wird deutlich, dass die persönliche Weiterentwicklung zu einer/einem kompetente/n Berater*in ein langer - wenn nicht sogar lebenslanger - Lernprozess ist, der durch viel Praxiserfahrung, stetiger Selbstreflexion und regelmäßiger Supervision gefördert wird. Am Beginn dieses Lernprozesses sollte die "selbsteinschließende Reflexion" (vgl. Siebert 2011; Varela u. a. 1992) (Prof. Dr. Rolf Arnold, S. 316) über die Motivation und die biografischen Anliegen, Berater*in zu werden, stehen.

Fazit: Das Buch ist vor allem für alle Lehrenden und Lernenden im Bereich Beratung aber auch für Berater*innen geeignet, die ihre professionelle Identität als Berater*innen aus vielfältigen Perspektiven reflektieren und weiterentwickeln möchten.

Dr. Anja Tiedtke, DAJEB München

Gahleitner, Silke Brigitta

Professionelle Beziehungsgestaltung in der Psychosozialen Arbeit und Beratung,
dgvT-Verlag, Tübingen 2019 (ISBN 978-3871597176) 120 Seiten

Viele Kolleg*innen stimmen in der Theorie zu, dass die Beziehungsgestaltung ein wesentliches Element zum Erfolg psychosozialer Arbeit sei. Wie diese sich allerdings konkret gestaltet, von welchen Elementen diese bestimmt wird, dazu gibt es wenig Konkretes. Dieses empirisch fundiert aufzuzeigen, mit einer Theorie-Praxis-Verknüpfung der Erfahrungen von Adressat*innen zu erden, ist das Anliegen der Autorin. Sie zeigt, wie sich die Bindungstheorie fruchtbar und sozial kontextualisiert auf die Praxis psychosozialer Arbeitsfelder übertragen lässt. So gibt es immer wieder Situationen, die auch Menschen mittleren und höheren Alters vor solche Herausforderungen stellen, dass sie den Wunsch nach Schutz und Fürsorge haben, d. h. sie lösen ein Bindungsverhalten aus. Angemessen damit umzugehen heißt, eine Balance zwischen Professionalität und persönlicher Zugewandtheit, die sich durch ein ausreichendes Maß an Intimität, Vertrauen und Kontinuität auszeichnet, herzustellen und zu halten. Der Blick wird geweitet von der dyadischen Beziehung hin zu sekundären und tertiären Netzwerken, den sekundären wie Freizeitkontakte, Kolleg*innen oder Vereine und den tertiären, organisierten Netzwerken und Institutionen.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, wie wichtig es für mich als Paartherapeut ist, dass nach den Erfahrungen einer Gruppe sich die Teilnehmer*innen verabreden, sich gegenseitig unterstützen und Anteil am Leben und Anteil der anderen nehmen. Ja, es ist sogar gelungen, dass im Jahr 2000 das Netzwerk Partnerschule e.V. als Ergebnis ihrer Erfahrungen im Rahmen der Partnerschule als Paartherapie im Integrativen Verfahren gegründet wurde, in dem heute über 350 Mitglieder untereinander Kontakt halten. So treffen sie sich in diesem Jahr zum 20. Mal an einem Wochenende, um sich gegenseitig zu selbstgestalteten Workshops einzuladen. Darüber hinaus ermöglichen sie durch ihre Mitgliedsbeiträge und Spenden allen Interessierten an den Gruppen der Partnerschule im Bedarfsfall eine Teilnahme durch einen finanziellen Zuschuss. Ferner finanzieren sie die Kinderbetreuung während der Seminare. Und für uns Berater*innen bedeutet dies, dass wir uns überflüssig machen in der Rolle des "Weisen und Klügeren", den ein/e Hilfsbedürftige/r aufsucht. Stattdessen können wir in diesem Netzwerk Impulsgeber werden.

Voraussetzung, dass eine beziehungsorientierte Beratung gelingen kann, ist auch ein beziehungsorientiertes Verstehen. Ohne eine klassifikatorische, eine Biografie- und Lebensweltdiagnostik lassen sich bio-psycho-soziale Bedingtheiten nicht einordnen. Sie sind notwendig, um ein entsprechendes Beziehungsangebot machen zu können. Dazu wird z. B. im Anhang der Fragebogen zum AAI dem Adult Attachment Interview (Erwachsenen-Bindungs-Interview), einem halb standardisiertem Interview zur retrospektiven Erfassung von Bindungserfahrungen und aktuellen Einstellungen zur Bindung bei Erwachsenen, zur Verfügung gestellt.

Bei der Lektüre hat mich insbesondere berührt, dass Silke Gahleitner die Menschen, die irgendwann nur noch schwer zu erreichen sind, "hard-to-reach", besonders am Herzen liegen.

Dr. Rudolf Sanders

Van der Elst, Erik; Wierstra, Jeroen; van Lawick, Justine; Visser, Margreet
Kinder aus der Klemme – Arbeitsbuch für Eltern, Carl-Auer-Verlag, Heidelberg 2017
(ISBN 978-3849703356) 120 Seiten

Zu dem Handbuch für Therapeut*innen liegt nun auch als wichtige Ergänzung das Arbeitsbuch für das familientherapeutische Programm "Kinder aus der Klemme" vor. Dass Kinder unter der Trennung ihrer Eltern in hohem Maße leiden, ist hinlänglich erforscht und belegt. Das vorliegende Programm gibt einen Rahmen für bereits getrenntlebende Eltern, die damit aufhören wollen, ihre persönlichen Auseinandersetzungen, ihre ungeklärten Probleme über die Kinder auszutragen. Deutlich weisen die Autor*innen darauf hin, dass es sich dabei um eine "knochenharte" Arbeit handelt, da es schwer ist, aus tief verankerten Konflikten innerhalb von acht Sitzungen auszusteigen. Um diesen Prozess psychoedukativ zu begleiten, schlägt dieses Arbeitsbuch eine Brücke zwischen den Therapiesitzungen und dem täglichen Erleben, zwischen den Eltern und ihrem sozialen Netzwerk. Es kommen Kinder und bekannte Persönlichkeiten zu Wort, die selbst mit streitenden Eltern aufgewachsen sind. Sie möchten den Eltern damit Gedanken und Ratschläge mit auf den Weg geben.

Kolleg*innen in Beratungsstellen, die mit dieser Zielgruppe von Eltern arbeiten, ermöglicht die Literatur des Handbuches und der Arbeitsmaterialien für Eltern einen Motivationsschub, sich mit dieser für alle Beteiligten höchst herausfordernden Aufgabe im Sinne des Wohlergehens und der Gesundheit der Kinder zu widmen.

Dr. Rudolf Sanders

Neudeck, Peter; Mühling, Stefan
Therapie-Tools Verhaltenstherapie: Therapieplanung, Probatorik, Verhaltensanalyse. Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial, 2., vollständig überarbeitete Auflage, Beltz Verlag, Weinheim, Basel 2020, (ISBN 978-3621286732) 301 Seiten

Die vorliegenden Therapie-Tools verstehen sich als ein Reiseführer in das Themenfeld der Planung, Probatorik und Verhaltensanalyse. Insbesondere Einsteiger*innen in das Berufsfeld der Psychotherapeut*in finden hier einen übergreifenden Handlungsplan. Dieser zieht sich wie ein roter Faden durch ein komplexes Tätigkeitsfeld. Dabei geht es weder um eine manualisierte Anleitung zur Behandlung spezifischer Störungen, wie in den störungsbezogenen Manualen, noch um die Vermittlung spezifischer Interventionstechniken, noch um eine Anleitung zur Therapieplanung, sondern primär um eine strukturierte Einführung, Begründung und Anleitung bei der Umsetzung generischer Basistätigkeiten und grundlegende Anforderungen in diesem Handlungsfeld. Es werden solche Fragen behandelt: Wie steige ich in die Therapie ein? Was ist wichtig beim Erstgespräch und welche rechtlichen Rahmenbedingungen muss ich beachten? Die einzelnen Therapieabschnitte und Teilaufgaben im Therapieprozess werden einleitend kurz mit den rechtlichen und theoretischen Grundlagen dargestellt und in Form eines anwendungsorientierten Leitfadens Schritt für Schritt begleitet. Die entsprechenden Arbeits- und Praxismaterialien (Tipps, Hinweise, Checklisten Arbeitsblätter etc.) aus dem ambulanten Bereich wurden zusammengestellt und zum Teil neu entwickelt.

Nun blicken wir auf die Kolleg*innen in der Beratungsszene. Die Menschen, die Hilfe in einer Psychotherapie, einer Beratung oder einem Coaching suchen, unterscheiden sich in der Regel bis auf wenige Ausnahmen nicht sehr voneinander. Nur ihr Zugang, ihr Selbstbild ist

ein anderes. Das eine eher bestimmt von der Erwartung, von einer Krankheit geheilt zu werden, das andere eher motiviert von der Hoffnung auf Unterstützung in einer herausfordernden Lebenssituation. Darüber hinaus nehmen viele angesichts langer Wartezeiten in ambulanter, kassenfinanzierter Psychotherapie eine Beratung oder ein Coaching in Anspruch. So sind diese Tools auch weitgehend hilfreich für die beiden anderen Professionen, wenn es darum geht, in ein neues Handeln zu kommen und damit seine persönlichen Probleme, Herausforderungen zu bewältigen. So lässt sich diese hervorragende Tool Sammlung weitgehend auch für professionelle Berater*innen und Coaches nutzen.

Dr. Rudolf Sanders

Taylor, Steven

Die Pandemie als psychologische Herausforderung: Ansätze für ein psychosoziales Krisenmanagement, Psychosozial-Verlag, Gießen 2020, (ISBN 978-3837930351) 185 Seiten

Was unter einer Pandemie zu verstehen ist, konnten sich die wenigsten von uns vorstellen und auch das Wort Corona war unbekannt, als der Verlag sich entschloss, dieses Buch aufzulegen. Steven Taylor, Experte für Angststörungen und verwandte klinische Krankheitserscheinungen in Kanada, entschloss sich zu dieser Veröffentlichung angesichts der Tatsache, dass Virologen darauf hinweisen, dass in den kommenden Jahren jederzeit wieder eine Pandemie mit verheerenden Folgen auftreten könne, ähnlich der Spanischen Grippe 1918 mit 35 bis 100 Millionen Todesopfer weltweit. Diese gingen bis dato von einer Influenza-Pandemie, also einer Grippe aus.

In den Gesundheitsbehörden sind nur wenig Ressourcen vorhanden – es fehlt nicht nur an Schutzkleidung, Desinfektionsmitteln oder Beatmungsgeräten – vor allem fehlen auch solche speziell für den Umgang mit den psychologischen Faktoren einer Pandemie. Dadurch ausgelöste emotionale Reaktionen wie z. B. Sorgen, Angst, seelische Not auf der einen und Verhaltensprobleme wie z. B. die Nichteinhaltung von Regeln, Vermeidungsverhalten oder Stigmatisierungen auf der anderen Seite können für den Verlauf der Infektion eine entscheidende Rolle spielen. Deshalb werden in diesem Buch wichtige Lücken geschlossen.

Zum einen werden psychologische Reaktionen auf Pandemien beschrieben, einschließlich fehlangepasster Verhaltensweisen sowie emotionale Abwehrreaktionen. Dann werden psychologische Anfälligkeitsfaktoren überprüft, die zur Ausbreitung von Krankheiten und emotionalem Stress führen. Zur Behandlung werden empirisch gestützte Methoden, vor allen Dingen die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT), zur Behandlung dieser psychologischen Probleme als empirisch fundiert vorgeschlagen. Abgerundet wird das Buch mit Konsequenzen für die Gesundheitspolitik, um Implikationen der Krisen und Risikokommunikation zu verbessern. Als Beispiel wird die Influenza-Pandemie gewählt, weil sie im letzten Jahrhundert die häufigste Pandemie darstellte und nach Meinung des Autors auch die wahrscheinlichste Quelle zukünftiger Pandemien sei. Die Veröffentlichung fundiert auf Informationen aus unterschiedlichen Quellen, der Virologie, der Epidemiologie, der öffentlichen Gesundheit, der Soziologie und Medizingeschichte und vor allen Dingen natürlich auch der Psychologie. Immer wieder werden Beschreibungen untermauert mit Beispielen aus der Medizingeschichte.

So ist es nicht einfach, Verschwörungstheoretiker*innen als "Spinner" abzutun, denn davon gibt es einfach zu viele. So glauben etwa mehr als ein Drittel der Amerikaner*innen, dass der Klimawandel eine Täuschung sei, die durch Gruppen mit starken Eigeninteressen forciert und aufrechterhalten werde, vor allen Dingen mit Blick auf Klimawissenschaftler*innen, die Forschungsgelder benötigen. Oder bezogen auf die AIDS Pandemie, dass HIV eine biotechnische Waffe zur Auslöschung von Homosexualität oder zum Rassenvölkermord durch die Eliminierung von Afroamerikaner*innen darstellen würde.

Der Psychologie einen besonderen Stellenwert einzuräumen ist deshalb auch wichtig, weil sich auf dem Gebiet der Psychoneuroimmunologie gezeigt hat, dass negative Emotionen und belastende Lebensereignisse zu einem bestimmten Grad zu einer Bekämpfung des Immunsystems führen können, daher die Anfälligkeit für Infektionen fördern und die günstigen Wirkungen von Impfstoffen dämpfen. So deutet die Forschung darauf hin, dass Pandemie bezogene Stressfaktoren das Immunsystem schwächen können und Menschen dadurch anfälliger für Infektionen werden. So sind diese eher anfällig für eine Influenza-Infektion und profitieren weniger von einer Impfung.

Aber tatsächlich kommt an einer Stelle (Seite 107) auch das Wort Corona vor. In dem Zusammenhang wird darauf hingewiesen, dass die Art und Weise einer Berichterstattung und Nachricht kollektive Ängste und Sorgen möglicherweise verstärkt. "Bezeichnenderweise sparen die meisten Medienberichte die Tatsache aus, dass SARS nicht leicht übertragbar ist und in den meisten Fällen auch nicht tödlich verläuft (Muzzatti 2005). Dadurch begrenzte sich der Ausbruch von SARS merkwürdigerweise von selbst. Das Coronavirus, das SARS verursachte, verschwand aus der Bevölkerung genauso plötzlich, wie es aufgetaucht war, bevor man einen Impfstoff oder ein anderweitiges Heilmittel finden konnte" (Lee 2014). Diese Feststellung aus dem Jahr 2014 hat sich bezogen auf Corona nicht bestätigt. Infektionskrankheiten gab es schon in der Jäger- und Sammlerzeit der Menschheit. Aber erst vor 10.000 Jahren, als die Menschen begannen, in Gemeinschaften zu leben und Tiere zu domestizieren, gab es erstmals Ausbrüche von Krankheiten wie Malaria, Tuberkulose, Lepra, Influenza, Pocken etc. Je mehr wir den Lebensraum von Tieren, die Ökologie – die Lehre vom gemeinsamen Hause aller belebten und unbelebten Wesen – durch Raubbau des Lebensraums von Wildtieren zerstören, desto mehr suchen sich die Viren einen neuen Wirt.

Der Autor rechnete bei Fertigstellung des Buches Oktober 2019 mit dem Ausbruch einer Pandemie, aber noch nicht so bald. Und er tippte eher auch auf eine Influenza-Pandemie, wie etwa die Spanische Grippe vor mehr als hundert Jahren. Dass ihn und uns die Wirklichkeit so schnell eingeholt hätte, könnte vielleicht auch ein Hinweis auf andere Ergebnisse wissenschaftlich fundierter Forschung sein. Wenn radikale Maßnahmen zur Eindämmung von Corona zum Schutz der Risikogruppe der Älteren, über 60jährigen, von jetzt auf gleich umgesetzt wurden, könnten dann vielleicht auch die jährlich an Intensität zunehmenden Hitzesommer in unserer Gegend zu ähnlich deutlichen Konsequenzen, z. B. hinsichtlich der dringend notwendigen Begrenzung des CO₂ Ausstoßes führen? Die jetzige Risikogruppe sind die Kinder und Jugendlichen, die noch ihr Leben vor sich haben. Ein Tempolimit von 100 km/h auf Autobahnen und 30 km/h in der Innenstadt wäre sofort umsetzbar, ohne dass dadurch besonders viel Leid entstünde.

Dr. Rudolf Sanders

Roth, Gerhard

Warum es so schwierig ist, sich und andere zu ändern – Persönlichkeit, Entscheidung und Verhalten, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2019, (ISBN 978-3608964561) 484 Seiten

13 Auflagen sind schon seit der Erstausgabe 2007 dieser nun vollständig überarbeiteten Fassung erschienen! Daran wird deutlich, wie wichtig dieses Buch ist, um sich selbst und die Menschen, für die wir in der Beratung Verantwortung tragen, verstehen und angemessen begleiten zu können. Unter Einbeziehung aktuellster neurobiologischer Forschung werfen wir einen Blick in das menschliche Gehirn und verstehen etwas über die Grundlagen von Veränderung und Lernen. Daraus lässt sich ableiten, wie es möglich wird, die Psychologie einer Persönlichkeit zu erfassen und zu verstehen, wie diese im Gehirn verankert ist. Eine wichtige Rolle bei diesem Verstehen ist das Zusammenspiel zwischen Bewusstsein, Vorbewussten und Unbewussten und der Generierung von Gefühlen. Diese gelten sozusagen als "Vorwarner", um Geschehnisse als lustvoll oder schmerzhaft einzuordnen. Eine zentrale Rolle spielt dabei das Stressverarbeitungssystem und das Selbstberuhigungssystem, das sich teilweise bereits vor der Geburt entwickelt und die wichtigste Voraussetzung für die Entwicklung einer ausgeglichenen, in sich ruhenden Persönlichkeit mit mittleren bis hohen Werten in den Merkmalen Extraversion, Verträglichkeit, Gewissen und Offenheit und geringen Werten im Merkmal Neurotizismus auszeichnet. Ferner bilden diese Erfahrungen auch eine robuste Widerstandsfähigkeit, Resilienz, gegenüber nachfolgenden negativen Entwicklungen.

Konkret für unsere Beratungsarbeit lernen wir, wie wichtig es ist, der "Story", die uns jemand erzählt, volle Aufmerksamkeit zu schenken und diese zu würdigen. Selbst wenn er völlig "ehrlich" sein will, sollten wir andererseits sehr aufmerksam sein für die viel wichtigeren paraverbalen Signale, also wie jemand etwas sagt, was er nicht sagt und die nonverbalen Signale wie Mimik, Gestik, Stimmführung, Körperhaltung und Verhalten. Denn diese geben oft einen verlässlicheren Zugang zur Persönlichkeit und den tiefliegenden Motiven und Belohnungserwartungen eines Menschen.

Dr. Rudolf Sanders

Heiland, Juliana

Die Liebesbeziehungskiste, 54 Karten für eine gute Partnerschaft, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2019, (ISBN 978-3608964370) 64 Seiten

54 Karten in einer stabilen DIN A6 Kiste verpackt laden ein, die Gestaltung der konkreten Kommunikation, die Wunschbilder oder unbewussten Motiven der eigenen Partnerschaft zu reflektieren. Auf der Vorderseite gibt es eine Fragestellung und auf der Rückseite lustig illustriert eine passende Aussage dazu. Diese versteht sich aber nicht als Antwort, sondern als Anstoß zum Weiterdenken! So etwa zum Thema Nähe und Distanz heißt die Frage: Wie kann ich mein Bedürfnis nach Freiheit und mein Bedürfnis nach Sicherheit in der Beziehung ausleben, ohne meinen Partner zu übergehen? Der Impuls dazu: Jeder Mensch hat das Bedürfnis nach Spannung und Freiheit aber auch nach Geborgenheit und Sicherheit.

Die Karten sind aufgeteilt in sechs Bereiche, die die Ursachen vom Paarproblemen erfassen: Kindheitsmuster, Selbstliebe, Liebesfähigkeit, die Regulation von Nähe und Distanz, Kommunikation und Beziehungspflege. In der Beratungsarbeit können sie durch ihre

Schlichtheit anstehende Themen auf den Punkt bringen, um sich dann gegebenenfalls vertieft der therapeutischen Arbeit zuwenden zu können. Man kann sie auch guten Gewissens allen Paaren mit einem Augenzwinkern zur Hochzeit schenken, da jedem Paar auch bewusst ist, dass eine gelingende Beziehung nicht in den Schoß fällt.

Dr. Rudolf Sanders

Sachsse, Ulrich (Hrsg.)

Proxy – dunkle Seite der Mütterlichkeit, Schattauer Verlag, Stuttgart 2019 (ISBN 978-3608431537) 152 Seiten

Ein scheinbar kleines Bändchen, aber mit ganz viel Power, gibt es doch zu wichtigen Fragen aus dem Bereich der Psychotherapie, der Ethik, der feministischen Psychoanalyse, der Rechtswissenschaft und der Kinderheilkunde Anstöße, durch die ein Nach - denken in Gang kommt.

Ausgangspunkt ist die Frage einer Mutter, ob sie eine Monster-Mutter sei. Sie hat ihre Töchter bewusst geschädigt und lebensbedrohlich krank gemacht, um sie dann als Sachkundige im Gesundheitswesen wieder zu retten. Wenn ihre Tochter ein Notfall war, sprang in ihr praktisch ein anderes Programm an. Tolle Mutter, kompetent, fachkundig leistungsfähig, prima, lobenswert, vorbildlich.

Dahinter verbirgt sich eine schwere psychische Krankheit, das Münchhausen-by-proxy-Syndrom. Nach langen Jahren der Therapie ist es ihr nun ein Anliegen, ihre Geschichte zu veröffentlichen, um damit die Möglichkeit zu schaffen, dass auch anderen Müttern mit einer ähnlichen Erkrankung und ihren Kindern geholfen werden kann. Der Herausgeber hat als Ghostwriter mitgeholfen. Er kennt die Mutter aus seiner therapeutischen Arbeit und hat einiges verdeutlicht und anderes verschleiert, sodass sich die Geschichte von Proxy – diesen Namen wählte die Betroffene – ein bisschen aus mehreren Patientinnen zusammensetzt. Ebenso wird in die Erzählung einiges, was durch Prävalenzstudien bekannt ist, eingewebt. Etwa 20 bis 25% der Frauen werden bis zu ihrem 16. Lebensjahr mindestens einmal Opfer einer Straftat gegen die sexuelle Selbstbestimmung, so wie es Proxy über viele Jahre gegangen ist. Darüber hinaus muss sie erleben, als Mutter und Stiefvater einen kleinen Jungen aus einem Heim adoptiert haben, dass ihr die Mitarbeiterin vom Jugendamt sagt, wie toll es doch sei, in solch einer Familie zu leben, mit so einem schönen Haus, einem großen Auto und dann noch mit einem eigenen Boot. Sie seien ja wohl die absolute Vorzeigefamilie und jetzt hätten sie auch noch einen Bruder adoptiert.

Mit 15 Jahren wollte Proxy dann ein eigenes Kind. Männer waren nur Mittel zum Zweck, um endlich schwanger zu werden. Als die Tochter, bei Geburt bereits behindert, noch keine zwei Jahre alt ist, macht sie sie zum ersten Mal krank. Es geschieht einfach so. Diese wird zum Notfall und muss gerettet werden. Proxy erlebt, wie sie auf einmal gebraucht wird, damit ihre Tochter gerettet wird. Immer dann, wenn ihre Tochter durch ihr Zutun ein "Notfall" wird, springt ein anderes Programm an. Das innere Schema als Opfer, traumatisiert, gedemütigt, dreckig, ekelhaft, verabscheuungswürdig, schmutzig, wird nun abgelöst durch das Programm tolle Mutter, kompetent, fachkundig, leistungsfähig, prima, lobenswert, vorbildlich.

Heute ist sie nach langen Therapien sozial gut eingebunden, engagiert sich ehrenamtlich und ist geachtet und beliebt. Auch zu ihren Kindern hat sie mittlerweile einen hinreichend guten Kontakt.

Diese Lebensgeschichte wird zum Ausgangspunkt für Fragen, auf die es keine einfachen Antworten gibt. Die Mutter von Proxy wusste von alledem, ebenso der Bruder. Wenn sie ihre blutige Wäsche in die Mülltonne warf, hat Mutter sie herausgeholt und sie gezwungen, diese zu waschen. Proxy hat den Eindruck, dass ihre Mutter sie geopfert und zur Verfügung gestellt hat für alles, was der Stiefvater wollte. Sie hat ihr oft gesagt, dass sie, wenn sie gekonnt hätte, sie sowieso in der Schwangerschaft abgetrieben hätte. Und Proxy fragt sich, warum die Mutter sie gehasst hat. Sie weiß bis heute nicht warum. Sie hat das Gefühl, wenn sie ihre Mutter berühren würde, würde sie einen elektrischen Schlag bekommen. In Therapien quält sie die Frage: Ja, ich war das Opfer eines Folter-Sadisten. Aber was entschuldigt das, für die Taten an den eigenen Kindern?

Als der Stiefvater wieder die nächste Vergewaltigung ankündigt, ergreift sie eine Feile und stößt diese ihm seitlich in die Rippen, um ihn umzubringen. Es endet nicht tödlich, aber dieser reagiert auch nicht weiter darauf. Nur fasst er sie dann nicht mehr an. In ihrer Schlussbetrachtung hätte sich Proxy gewünscht, dass es zu einer Anzeige gekommen wäre, dass sie bestraft worden wäre dafür, dann hätte sie wahrscheinlich viel früher Hilfe bekommen und ihr Leid wäre unterbrochen worden. Aber die Eltern schwiegen, denn sie hatten gute Gründe zu schweigen.

Soweit die Lebensgeschichte von Proxy. Diese wird nun zum Ausgangspunkt wichtiger Fragen der Ethik, der feministischen Psychoanalyse, der Kinder- und Jugendmedizin, des Strafvollzugs und der psychotherapeutischen Sichtweise. Dem Herausgeber ist es gelungen, zu all diesen Themen, hochrangige Experten ihres Faches zu einer Stellungnahme zu bewegen.

Da ist zunächst einmal der Ethiker Dieter Birnbacher. Er weist auf den Unterschied zwischen einer moralischen Beurteilung und einer Betrachtung aus Blickrichtung der Ethik hin. Erstere ist niemals vollständig rational, bei ihrer Entstehung sind immer auch Affekte beteiligt. Die Ethik ist die Theorie der Moral. So haben in der faktisch gelebten Moral der Begriff Schuld und die Legitimation von Sanktionen durch Schuldzuweisungen ihren festen Platz. Aufgabe der Ethik ist es dagegen, diese etablierte Praxis des Denkens und Handelns kritisch zu prüfen und gegebenenfalls auch zu korrigieren. Ein Sonderfall ist die "Kinder-Ethik". Diese fragt primär danach, welche moralischen Rechte Kinder generell zugesprochen werden können und sollen und welche Pflichten für diejenigen, die mit Kindern umgehen, daraus folgen. Nimmt man Einblick in die Literatur, so wird deutlich, dass die moralischen Rechte, die Kindern speziell gegenüber ihren Eltern zukommen, deutlich im Vordergrund stehen, dass allerdings diese Rechte der Kinder theoretisch unzureichend geklärt sind und insofern in der Praxis auch wenig gewährleistet werden.

Eine psychoanalytisch-feministische Perspektive nimmt Heidi Möller, Lehrstuhlinhaberin für Theorie und Methodik der Beratung, ein. Sie weist darauf hin, dass Weiblichkeit selten mit Kriminalität in Zusammenhang gebracht wird. Diese Form gesellschaftlicher Abweichung ist eher den Männern zugeordnet. Deshalb hat auch keiner der zahlreichen Profis, die im Leben von Proxy auftauchen, diese Perspektive eingenommen und so dafür gesorgt, dass sie nie mit dem Strafrecht in Konflikt geriet. "Mutter ist die Beste" hieß in den 50er und 60er Jahren, als es nur ein Fernsehprogramm gab, die Serie, die samstags abends eine halbe Stunde vor der Tagesschau lief. Und diese Haltung ist noch in vielen Köpfen implizit vorhanden,

wenn man etwa die Auseinandersetzungen um den Aufenthalt der Kinder im Falle von Trennung und Scheidung betrachtet. Entgegen allen wissenschaftlichen Erkenntnissen erlebe ich in meiner paar- und familientherapeutische Praxis, dass immer noch das Residenzmodell – also die Kinder sind im Falle von Trennung und Scheidung am besten bei der Mutter aufgehoben – anstatt des Wechselmodells propagiert wird (Witt 2020).

Möller macht deutlich, dass die Tötung eines Kindes als "weiblicher Widerstand" gegen das traditionelle Frauenbild mit der Zuschreibung von Hausfrauendasein und Mutterschaft als Erfüllung verstanden werden kann. So macht Proxy sich zum ersten Mal schuldig, als ihr Kind noch keine zwei Jahre alt ist. Ihr äußeres Bild der überaus fürsorglichen Mutter, die sich ins Zeug legt, um ihr Kind - dass sie selbst geschädigt hat – zu retten, die ihr Schicksal als Mutter eines behinderten Kindes meistert, wird noch dadurch getoppt, dass sie vom Jugendamt die Empfehlung bekommt, sich doch als Pflegemutter für schwierige Kinder zur Verfügung zu stellen.

Diesen weiblichen Widerstand versteht sie als gesellschaftlich bedingtes Tribschicksal der Aggression der Frau. Möller ist sich bewusst, dass manche Leserin fragen wird: "Was soll denn nun schon wieder das Klagen über die Benachteiligung von uns armen Frauen. Da sind wir doch heute längst drüber weg in einem Staat, in dem die Bundeskanzlerin und die Verteidigungsministerin Frauen sind. In einem solchen Staat braucht niemand über die Aggressionsproblematik und Entwicklung von Frauen nachzudenken. Das ist doch alles Geschichte!" Möller macht deutlich, dass dem leider nicht so ist. Zum einen ist das Unbewusste sehr traditionell und konservativ. Was wir in unserem Verstand, unseren Denken längst bewältigt haben, kann aus dem Unbewussten heraus noch für Generationen seine Wirkung entfalten. Das muss Möller immer wieder bei der Supervision und beim Coaching höchst moderner, reflektierter, erfolgreicher Frauen konstatieren. Zum anderen ist auch die Gesellschaft weitaus träger als jeder Tanker beim Manövrieren. Sie spricht sich gegen ein Verharren in der Opferperspektive weiblichen Verhaltens und Erlebens aus, denn diese verkürzt die Wirklichkeit. Zudem bedeutet die Opferrolle immer Handlungsunfähigkeit, während die Täter*innenschaft Handlungsoptionen bereithält, wozu unter Umständen möglichst auch der Verzicht auf Destruktivität gehört.

Darüber hinaus macht sie deutlich, welche wichtige Rolle der Vater in der psychischen Entwicklung eines Kindes spielt. Not entsteht dort, wenn die "Leerstelle Vater" durch das Engesponnen-Sein mit der Mutter gefüllt werden muss. Eine eigene positive affektive Bindung der Mutter an den Vater fördert bei einem Kind die Väter Repräsentanz, die für das Selbstwertgefühl zentral ist. Aber das muss die Mutter selbst auch wollen und auch den Vater und hoffentlich noch anderes für die Fülle ihres Lebens begehren und finden.

Kirsten Stang als Juristin zeigt auf, wie die Staatsanwaltschaft ein objektives Organ der Rechtspflege tätig ist und als solches Fakten sammelt, die für eine juristische Bewertung des Falls notwendig sind. Sie muss dabei sowohl für als auch gegen die Beschuldigten ermitteln. Bei der Überprüfung der Daten ist sie deshalb entspannt, weil alles schon verjährt ist, sonst müsste sie von Amts wegen Anklage erheben, denn das Verhalten von Frau Proxy erfüllt schon auf den ersten Blick Straftatbestände, die zu den schwersten unseres Strafgesetzbuches gehören. Der Leser und die Leserin bekommen hier eine Einordnung der Strafbarkeit der Männer und der Mutter von Proxy, und ebenso werden die Straftaten, die Proxy begangen hat, beleuchtet. Liest man ihren Lebensbericht zu Eingang, muss davon ausgegangen werden, dass sie den Tod des Stiefvaters zu mindestens billigend in Kauf genommen hat. Damit liegt ein "versuchter Totschlag" vor. Würde die Tat vor Gericht verhandelt, würde sie damals wie heute vor der Jugendkammer erörtert und die 14-Jährige

könnte auch nur nach dem Jugendstrafrecht mit einer Höchststrafe von 10 Jahren Jugendstrafe bestraft werden. Angesichts der heilen Familienfassade wäre es bis heute erst recht fraglich, ob Proxy mit ihren Argumenten zum Grund des Totschlagversuchs an ihrem Stiefvater überhaupt Gehör fände.

Tilmann Sachsse betrachtet als Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin und Psychotherapie das Münchhausen-by-Proxy-Syndrom als Problemfall der Kinderheilkunde. Er beschreibt die Herausforderungen angesichts immer wieder unerklärlicher Symptomen und auffälligen Verhaltens der Mutter, um eine mögliche Kindesmisshandlung nachzuweisen.

Den Abschluss bildet der Herausgeber Ulrich Sachsse, der seine Sichtweise als Psychotherapeut von Frau Proxy darstellt. Diese speist sich aus der Psychoanalyse, des systemischen und psychotraumatologischen Denkens. Er macht deutlich, wie sich Psychotherapie, welcher Schule auch immer, in den letzten Jahrzehnten weiterentwickelt hat und welche Möglichkeiten der Heilung dadurch entstanden sind. Er macht deutlich, dass eine moralische Verurteilung noch nie eine sonderlich wirksame Erziehungsmethode war, geschweige denn eine Methode in der Psychotherapie. Roxy behandelt ihre Tochter nicht wie ein eigenständiges Wesen, sondern eher wie ein eigenes Körperteil. Sie ist völlig symbiotisch mit ihr verwickelt, die Grenzen zwischen Selbst und Objekt verschwimmen, so dass sie ihre eigenen psychosomatischen Befindlichkeiten aufgrund ihrer frühen Traumatisierungen über den Körper ihres Kindes reguliert.

Dieses wertschätzend (!) anzuerkennen, fällt dem Außenstehenden sicherlich schwer. Aber sie hat durch dieses Verhalten sich vor der eigenen Suizidalität bewahrt und sich so als Mutter ihren Kindern erhalten und damit ihren Kindern sicherlich auch weiterhin genutzt. Dieses als solches so zu deuten, ist überhaupt der Schlüssel, therapeutisch mit Frau Proxy zu arbeiten. Denn in einer paradoxen, fast verrückten Form hat Frau Proxy dadurch, dass sie ihr Kind geschädigt hat, ihrem Kind trotzdem Gutes getan. "Ich will nicht lachen, ich will nicht weinen, ich will verstehen" sagt Frau Proxy und das ist überhaupt ihr Motiv, eine solche schreckliche Geschichte über sich aufzuschreiben. Mit diesem Handeln erfüllte sie sich selbst diesen Traum. Wie wäre es, als krankes, geschädigtes Kind eine hoch kompetente Mutter an der Seite zu haben, die ihr Kind schützt, rettet, aus der gefährlichen Situation heraus ins Krankenhaus in Sicherheit bringt? In dieser Szene ging es nämlich nicht um das wirkliche Kind, sondern um ihr eigenes, das sogenannte Innere Kind.

Zu Beginn der Besprechung sagte ich, dass dieses Büchlein viel Power in sich hat. Was können wir in der Ehe-, Partnerschafts-, Erziehungs- und Familienberatung daraus lernen? Zum einen wird es möglich, durch die sehr konkrete Beschreibung die Innenperspektive eines missbrauchten Kindes einzunehmen und uns selber fragen, wie wäre es mir gegangen, was hätte ich gebraucht? Kinder sind in solchen Situationen auf Außenstehende, die ihnen glauben und das Übel bei der Wurzel anpacken, angewiesen. Das heißt für mich mit dem Blick auf die Kinder alles zu tun, was wissenschaftliche Forschung mittlerweile zur Verfügung stellt, dass eine Ehe, eine Partnerschaft gelingen kann. Denn die meisten Eltern, die in eine Beratungsstelle kommen und nach Trennungs- und Scheidungsberatung fragen, wollen das eigentlich nicht! Zutiefst wollen sie verstehen, warum sie in ihrem Miteinander an eine Stelle gekommen sind, dass sie meinen, nur noch eine Trennung wäre möglich.

Dr. Rudolf Sanders

Margarete Krohn-Grimberghe

* 10.06.1927 † 14.06.2020

Am 14.06.2020 verstarb Margarete Krohn-Grimberghe.

Diese Nachricht hat bei uns Trauer und Betroffenheit ausgelöst.

Von 1978 bis 1988 war sie als Beisitzerin in unserem Vorstand aktiv und hat dort ihr Fachwissen und ihre Kompetenz im Bereich der psychosozialen Beratung eingebracht. In ihrer Funktion als Regionalleiterin der DAJEB für die Postleitzahlenbereiche 2000 und 3000 bzw. später für die Bundesländer Niedersachsen und Bremen gehörten zur ihren Aufgaben, die Mitglieder in der Region zu betreuen und die inhaltliche, formelle und finanzielle Planung der Fortbildungen zu verantworten.

1985 initiierte sie das Projekt „Entwicklung und Durchführung eines Programms zur Altenberatung im Bereich der Prävention, Intervention und Fortbildung“.

Für die Jahrestagung der DAJEB im Jahr 1987, an der auch die damalige Bundesministerin für Familien, Senioren, Frauen und Jugend Frau Rita Süßmuth teilgenommen hat, übernahm Frau Krohn-Grimberghe die Pressearbeit.

Zudem war sie viele Jahre Ehrenmitglied in unserem Verein.

In ihre ehrenamtliche Tätigkeit bei der DAJEB konnte sie ihre beruflichen Erfahrungen als Honorarkraft bei der „Lippischen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung“ und als Eheberaterin in der „Beratungsstelle für Ehe- und Familienfragen“ (1977 – 1992), dem heutigen Evangelischen Beratungszentrum der Lippischen Landeskirche, einbringen.

Die letzten Jahre engagierte sie sich ehrenamtlich in verschiedenen Funktionen im Stift St. Marien und erhielt hierfür im Jahr 2017 die Sternheimnadel der Stadt Lemgo verliehen.

Mit ihrer christlichen Grundhaltung ging sie offen auf Menschen zu und konnte viele Menschen auf ihrem Weg unterstützen.

Wir werden sie in liebevoller Erinnerung behalten.

Unsere Gedanken sind bei ihrer Familie.

Ihre Cornelia Weller

Ausschüsse des Vorstandes:

Weiterbildungsausschuss:

Dr. Stefan Schumacher (Vorsitz),
Ulrike Heckel,
Christine Koch-Brinkmann,
Annemarie Potthoff,
Dieter Saile,
Dr. Anja Tiedtke,
Cornelia Weller

Redaktionsausschuss:

Dr. Rudolf Sanders (Vorsitz),
Sabine Grimm,
Laura Weiß

Ausschuss für die Jahrestagung 2021:

Ulrike Heckel (Vorsitz),
Cornelia Weller,
Claudia Gansauge

Ausschuss für die Jahrestagung 2022:

Dr. Rudolf Sanders (Vorsitz),
Annemarie Potthoff

Rechnungsprüfer*in:

Berend Groeneveld,
Cornelia Hauffa

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

Verantwortlich i. S. d. P.: Dr. Rudolf Sanders

Redaktion: Sabine Grimm: grimm@dajeb.de
Dr. Rudolf Sanders sanders@dajeb.de
Laura Weiß weissdajeb@gmail.com

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

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

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend