

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Liebe Kolleginnen und liebe Kollegen,

Visionen können wahr werden, wenn Menschen die Zeichen der Zeit erkennen, daraus Ziele ableiten, ihre Kompetenzen bündeln, mutig anfangen und das Notwendige tun.

So wie die Frauen der Untergruppe des *Neuen Forums* „Frauen, Mütter und Familie“ im Oktober 1989 in Halle. Spannend berichtet uns unsere Kollegin Gerlinde Gailer, wie aus der Initiativgruppe „*Natürlich gebären – bewußt Eltern sein*“ das *IRIS-Familienzentrum* in Halle gewachsen ist. Wir nehmen Anteil daran,

wie diese Frauen mit Fördergeldern ein altes wunderschönes Jugendstilhaus renovieren konnten. Mit einem klaren Blick auf das, was Familien brauchen, generierten sie ein Konzept, das 2006 zu den fünf „Leuchttürmen für Familienzentren“ in Deutschland gekürt wurde. Denn „Eltern Chance ist Kinder Chance“. Eine besondere Würdigung erfuhr dieses bürgerschaftliche Engagement zum 30-jährigen Jubiläum durch den Festvortrag von Dr. Gerald Hüther: *Wege aus der Angst. Über die Kunst, die Unvorhersehbarkeit des Lebens anzunehmen*.



Der Titel des Vortrags von Professor Hüther führt uns zu einem weiteren Thema dieser Ausgabe. Wissenschaftlich belegt ist es, dass Depressionen und Partnerschaftsprobleme in hohem Maße miteinander korrelieren. Insofern sind wir als Berater*innen gerade in der Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung alltäglich mit dem Thema konfrontiert.

Seit einigen Jahren ist eine heftige Diskussion in der therapeutischen Szene entbrannt, worum es sich *eigentlich* bei einer Depression handelt. Ist es eine körperliche Erkrankung, der man infolgedessen mit Medikamenten beikommen kann und sollte?

Oder sollten wir eher unsere Sichtweise auf dieses Phänomen hin überprüfen? Vielleicht handelt es sich dabei um eine ganz normale natürliche Antwort und Reaktion des Körpers, um Verlust-erlebnisse, Kränkungen, prekären Situationen oder *die Unvorhersehbarkeit des Lebens* zu verarbeiten. Eine authentische wohlwollende Zugewandtheit in der Beratung könnte Ratsuchenden helfen, ihre aktuelle Situation zu klären. Allein aufgrund der therapeutischen Allianz zwischen Klient*innen und Therapeut*innen und dem Glauben, helfen zu können, beziehungsweise Hilfe zu erhalten, kommt es zu einer 30- bis 70-prozentigen schnell einsetzenden Linderung psychischen Leidens. Ein daraus sich immer besser sich selber verstehen und annehmen, setzt Selbstheilungskräfte in Gang. Diese können wir dann durch gezielte Übungswege zur Selbstermächtigung unterstützen.

Der in höchst bedenklichem Maße gestiegenen Verschreibung von Antidepressiva und deren wenig erforschten Langzeitnebenwirkungen könnte somit der *Psychosozialen Beratung, als ein Weg aus der Depressionsfalle*, eine wichtige Bedeutung zukommen. Deshalb finden Sie in dieser Ausgabe einige Beiträge, um Ihre Meinung zu diesem Thema zu schärfen.

Einen solchen Weg der Selbstermächtigung können die in dieser Ausgabe vorgestellten wissenschaftlich fundierten, aktuell erschienenen -Online-Programme *STARK Streit und Trennung meistern – Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung* oder das *Lotsenportal - der Weg in die passende Paarberatung* weisen.

Viel Freude bei der Lektüre! Wenn in Ihnen der Wunsch keimt, auch von Ihrer Arbeit in dieser Zeitung zu erzählen, unterstützen wir Sie gerne dabei.

Im Namen des Redaktionsausschusses

Dr. Rudolf Sanders

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

INHALTSVERZEICHNIS

Aus der Praxis

| | |
|---|---|
| 30 Jahre IRIS-Regenbogenzentrum – heute IRIS-Familienzentrum in Halle an der Saale <i>Gerlinde Gailer</i> | 4 |
| Depression, Ursache oder natürliche Reaktion auf Partnerschaftsprobleme <i>Rudolf Sanders</i> | 6 |
| Jetzt leg doch mal dein Handy weg! Eine Arbeitshilfe für Eltern <i>Dr. Rudolf Sanders</i> | 9 |
| Tabletten gegen Depressionen - helfen Antidepressiva? <i>Dr. Rudolf Sanders</i> | 9 |

Themen in dieser Ausgabe

| | |
|---|----|
| STARK Streit und Trennung meistern – Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung | 11 |
| Der Weg in die passende Paarberatung www.lotsenportal.de | 12 |
| Kooperation Auditorium Netzwerk | 13 |
| Livestream-Seminar mit Evelyn Beverly Jahn und David Jäckle: Der Körper in der Verhaltenstherapie..... | 13 |
| Vortrag del Monte, Damir: Die Macht der Berührung <i>Auditorium Netzwerk</i> | 13 |

Fortbildungsangebote der DAJEB

| | |
|---|----|
| Digitale Kompaktfortbildungen im Herbst 2023 | 14 |
| Gesprächsführung als Grundlage helfender Beratung für Mitarbeiter*innen in der familienbezogenen Beratung mit dem Schwerpunkt Beratung Schwangerer..... | 15 |
| Erziehungs- und Familienberatung..... | 16 |
| 57. Weiterbildungskurs in EPFL-Beratung Juni 2024 – Juni 2027..... | 17 |
| DAJEB-Jahrestagung 2024 in Wuppertal | 17 |

Buchbesprechungen

| | |
|--|----|
| Roman Hoch: Systemische Traumaberatung..... | 18 |
| Roland Kachler: Hypnosystemische Trauerbegleitung. Ein Leitfaden für die Praxis | 18 |
| Wolfgang Wöller: Psychodynamische Psychotherapie. Lehrbuch der ressourcenorientierten Praxis | 19 |
| Ulrike Döpfner: Der Schatz des Selbstwerts. Was Kinder ein Leben lang trägt..... | 20 |
| Sebastian Euler: Mentalisieren bei Persönlichkeitsstörungen | 21 |
| Franziska Brauner und Wiebke Lückert*: Systemisch visualisieren: Einfach machen! Das Grundlagenbuch | 22 |
| Annette Lies: Nein ist meine Superkraft. Wie du mit einem kleinen Wort dein ganzes Leben verbesserst .. | 23 |
| Daniela Blickhan und Ursula Geisler: Meine Stärken, mein Wachstum. Impulse aus Positiver Psychologie & Achtsamkeit..... | 23 |
| Daniela Blickhan: Menschen beim Wachsen begleiten. Coaching mit Impulsen aus der Positiven Psychologie..... | 23 |

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

| | |
|--|----|
| Leonie Baltruweit: Schwere Zeiten im Wunderwald. Ein Kinderfachbuch für Geschwister von Kindern mit schwerer Erkrankung oder Behinderung..... | 24 |
| Gema Sirvent und Lucía Cobo: Überall erklingt Musik..... | 25 |
| Christa H. Herold: Lösungsfokussierte Beratung. Ein Fünf-Bausteine-Modell | 25 |
| Paartherapie – Onlinekongress: 23. – 25. Mai 2023 | 27 |



Mitglied werden bei der DAJEB

Je mehr Menschen sich durch ihre Mitgliedschaft zu unseren Zielen bekennen, desto größeres Gewicht haben unsere Aussagen in der öffentlichen Auseinandersetzung und desto vielfältiger ist der Input für unsere Fort- und Weiterbildungen. Nicht zuletzt hilft Ihr Mitgliedsbeitrag mit, unsere Arbeit finanziell zu sichern.

Ihre Vorteile einer Mitgliedschaft:

- Sie zahlen bei unserer Jahrestagung und den meisten Fortbildungen einen ermäßigten Teilnahmebeitrag.
- Sie werden zwei Tage vor der öffentlichen Ausschreibung über unsere Fort- und Weiterbildungsangebote informiert und können dadurch gegenüber Nicht-Mitgliedern bevorzugt einen Platz erhalten.
- Sie erhalten das DAJEB-Informationsrundschreiben und die Online-Zeitung "Beratung als Profession" kostenlos per E-Mail.

Der jährliche Beitrag für Ihre Mitgliedschaft beträgt € 30,-

Zum Online-Aufnahmeantrag geht es [hier](#)
oder Sie kontaktieren unsere Mitgliederverwaltung unter mitglieder@dajeb.de

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

AUS DER PRAXIS

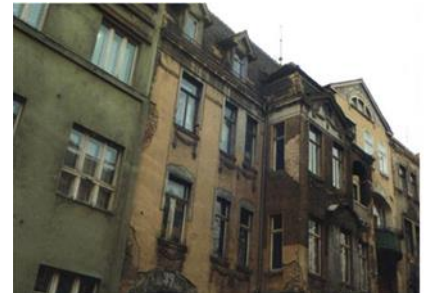
**30 Jahre IRIS-Regenbogenzentrum –
heute IRIS-Familienzentrum in Halle an der Saale**

Gerlinde Gailer

Wie alles begann? Das ist eine schöne Geschichte, die im Oktober 1989 begann, als sich in Halle Menschen trafen, um an der Veränderung teilzuhaben – mitzugestalten. Recht bald gab es eine Untergruppe des Neuen Forums: „Frauen, Mütter und Familie“. Dies war der Bereich, in dem wir Frauen uns auskannten. Die DDR-Diktatur hatte ihre Macht-Tentakel bis in die sensibelsten Frauen- und Familienthemen ausgebreitet. Doch es gab sie noch, die Sehnsucht; frei und selbstbestimmt ein Kind zu gebären, im Stehen, im Hocken, beim Tanzen, singend oder auch schreiend. Nicht nur das Gebären, auch das Davor und Danach, das Leben als Familie und als Paar bedurfte der kritischen Betrachtung. Wir wollten nicht nur Selbstbestimmung, sondern auch Selbstverantwortung der Eltern befördern, denen nun alle Informationsquellen zugänglich waren. Als Initiativgruppe „Natürlich gebären – bewußt Eltern sein“ trafen wir uns wöchentlich und begannen mit der Ausbildung zur „Geburtsvorbereiterin®“ der Gesellschaft für Geburtsvorbereitung .

Am 31.10.1991 eröffneten wir das IRIS-Regenbogenzentrum in einem wunderschönen Jugendstil-Haus, dem die Gelder des Landes gut taten und den Verfall stoppten. Hier entstand ein Familienzentrum, das sofort (auf der Baustelle) begann zu arbeiten mit 4 ABM-Frauen und einer Schwangeren-Beraterin. Die Mütter und Eltern strömten mit ihren Kindern zu uns: in die Stillgruppen, Krabbelgruppen, zur Geburtsvorbereitung, Rückbildung, zu Vorträgen und Gesprächs-

runden zu allen Themen rund um die Geburt und das Elternwerden und -sein. Wir betrieben eine Bibliothek, in der wir von manchen Büchern 10 Exemplare hatten, die ständig vergriffen



waren. Dann begannen wir uns zu professionalisieren, nicht mehr nur die (gut belesenen) Laien sollten Laien beraten. Die Ärztin, die die Schwangerenberatung machte, besuchte nun in Chorin, die von der DAJEB angebotene Fortbildung, andere Mitarbeiterinnen wurden Ehe-, Familien- und Lebensberaterin. Später dann auch noch Erziehungsberaterin. Dann kamen im IRIS die Hebammen dazu und das 1. Geburtshaus in den Neuen Bundesländern wurde am 1.11.1992 eröffnet. Es gab PEKIP-Kurse, Babymassage, Krabbelturnen, Kindersport . Im Hintergrund wirkte der Vorstand, die Geschäftsführung und die Leiterin des Hauses, die große Verantwortung für das Haus und alle Mitarbeiter*innen trugen. Das IRIS-Gesamtkonzept wurde komplettiert durch die Eröffnung der Erziehungsberatungsstelle im März 1993. Familienbildung, Schwangerenberatung, Erziehungsberatung und Geburtshaus wuchsen zu einem gemeinsam agierenden Haus.

Durch ein multiprofessionelles Team, das sich aus pädagogischen, psychologischen und medizinischen Mitarbeitenden zusammensetzte, erreichten wir die werdenden und jungen Eltern und ihre Kinder schon in einer sehr frühen Phase des Werdens und Wachsens und konnten dies begleiten, wann immer es gewünscht war. Ein Kindergarten mit 20 Plätzen fand im Ergeschoß Platz, heute werden dort 10 Kinder von Tagesmüttern betreut.

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Neue Projekte wurden beantragt und neue Mitarbeitende einge-



arbeitet, Praktikantinnen von der Uni Halle und der FH Merseburg unterstützten uns und lernten das Funktionieren dieses „Leuchtturms“ kennen. 2006 wurden wir zu einem von 5 Leuchttürmen Deutschlands gekürt, für herausragende Tätigkeit als Familienzentrum. Danach waren wir Bundesmodell-Standort für Wertebildung in Familien und dann Standort für das Bundesprojekt „Elternchance ist Kinderchance“. Trotzdem gab es immer wieder Geldknappheit, auslaufende Projekte, Mitarbeiter*innen, die leider gehen mussten. Wir öffneten uns den besonderen Bedürfnissen von Eltern behinderter Kinder, begleiteten Adoptiveltern und Findelkindeltern. Dann wurde ein „Malraum“ geschaffen, in dem eine Kunsttherapeutin mit Kindern arbeitet, seit 2015 mit Flüchtlingskindern. Die Mütter finden Raum zur Begegnung bei Tee und Keksen und kommen zum Vorlesen mit ihren Kindern in ihrer Heimatsprache und in Deutsch.

Die Eltern-AG® findet wöchentlich statt mit bildungsun- gewohnten Eltern zur Steigerung ihrer Erziehungskompe- tenz. Im Monat kommen ca. 1.000 Menschen ins IRIS- Familienzentrum. Sie kommen, weil sie es wollen. Sie kommen



zur Schwangerenberatung, zu Kursen, zu offenen Gruppen, zu Bildungsangeboten, zu Selbst- hilfegruppen, zu Vorträgen. Sie kommen in die Hebammenpraxis, in den Kindergarten, zur Männergruppe, zur Trennungs- und Scheidungs- beratung, zur Vätergruppe, zur Erziehungs-

beratung, zum Yoga, zum Bauchtanz, zur Rechts- beratung, zur Paarberatung, zur Rückenschule, zum Tai Chi Chuan, in die Bibliothek und manchmal auch nur auf ein Schwätzchen. Aber am 31. Oktober kommen sie alle, denn da feiern wir Geburtstag im ganzen Haus und im Garten. Das IRIS-Team ist da und macht verschiedenste Bastel-, Mal- und Spielan- gebote, Kaffee und Kuchen, Puppentheater und Live- Musik, Würstchen und Vegetarisches und zum Abschluß einen Laternenumzug durchs Wohn- viertel.



Das IRIS-Team ist in Veränderung, Männer gehören dazu, wir finden uns neu und sind in ständiger Bewegung. Eine Zukunftswerkstatt um den 30. Geburtstag herum, bot Zeit, in die Vergangenheit zu schauen, den IST-Zustand zu realisieren und einen Blick in die Zukunft zu wagen. Wir nehmen den Auftrag an! Wir stellen uns den sich verändernden gesellschaftlichen Bedingungen, wir bieten Raum für Familien, Eltern, Mütter, Väter, Kinder und allen, die mit Kindern zu tun haben:

Beratung – Bildung – Begegnung

Wir hören zu und hören die Bedürfnisse der werdenden und jungen Eltern und ihrer Kinder. Wir begleiten, wir unterstützen, wir geben Anregungen, wir tragen bei zu Veränderungsprozessen.

Unser 30. Geburtstag war am 31. Oktober 2021, konnte aber wegen

Corona nicht gefeiert werden. Am 16. Mai 2022 gab es den Festakt. Es



war für uns eine spannende und aufregende Vorbereitungszeit, da die Pandemie uns Ein-

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

schränkungen auferlegte. Die so wertschätzenden und anerkennenden Grußworte von Vertretern des Landes Sachsen-Anhalt und der Stadt Halle, sowie von unserem Schirmherren Norbert Bischoff (Familienminister a.D.) zeigten uns deren fachliche und persönliche Verbundenheit. Blumen, Geschenke, Glückwünsche erfreuten uns.

Mit dem Festvortrag „Wege aus der Angst. Über die Kunst, die Unvorhersehbarkeit des Lebens anzunehmen“ stellte Dr. Gerald Hüther eine feierliche, konzentrierte Aufmerksamkeit her. Den ganzen Tag bereicherte Frau Dr. Inés Brock durch ihre lebendige Moderation und ließ uns in ihrem Vortrag „Elternschaft und Kindheit – Familie als emotionale Herausforderung und Lebensort in Sicherheit und Geborgenheit“ teilhaben an ihrer Sicht als Erziehungswissenschaftlerin. Ein sehr gelungener Tag, der den IRIS-Mitarbeiter*innen und dem Vorstand Kraft gibt, um weitere Herausforderungen zu meistern.

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Depression, Ursache oder natürliche Reaktion auf Partnerschaftsprobleme

Rudolf Sanders

Seit Beginn meiner Beratungsarbeit mit Paaren vor über 30 Jahren habe ich es als impliziten Dienstauftrag verstanden, sie dabei zu unterstützen, ihre Ehe, ihre Partnerschaft zu „retten“. Ich kann mir bis heute gar nicht vorstellen, dass es einen anderen Grund gibt, eine Paartherapie aufzusuchen als das Ziel zumindest anzustreben, wieder in ein gutes, wohlwollendes, einander unterstützendes Miteinander zu kommen.

Dieses in der Ausstattung unserer DNA gespeicherte Wissen, verleblichte Erinnerungen an gutes Miteinander, unabhängig davon, ob Paare aktuell einen

Zwei sind auf jeden Fall besser dran als einer allein. Wenn zwei zusammenarbeiten, bringen sie es eher zu etwas. Wenn zwei unterwegs sind und einer hinfällt, dann hilft der andere ihm wieder auf die Beine; aber wer allein geht, ist übel dran, wenn er fällt, weil keiner ihm helfen kann. Wenn es kalt ist, können zwei sich gegenseitig wärmen, aber wie soll sich einer allein warmhalten? Einer allein kann leicht überwältigt werden, aber zwei wehren den Überfall ab.

Kohelet 4, 9 - 12

Zugang dazu haben oder nicht, motiviert sie, Hilfe zu suchen. Um wieder an diese Liebe des Anfangs anknüpfen zu können, ja diese vielleicht als Grundlage für ein durch das Miteinander zum Aufblühen (Keyes 2007) des Einzelnen nutzen zu können, bietet die Therapieforschung vielfältige Hinweise (z.B. Petzold 1993, Grawe 1998, Klees 2018). Darauf aufbauend gestalte ich Beratungsprozesse.

Aber ist das, was ich da tue, eigentlich wirklich hilfreich? Durch Beteiligung an der beratungsbegleitenden Forschung (Klann & Hahlweg 1994) wurde durch prospektive Untersuchungen deutlich, dass zum einen mit meiner bindungsorientierten therapeutischen Beziehungsgestaltung und einer strukturierten Vorgehensweise in der Ehe- und Familienberatung, die ich seit 2000 *Partnerschule* (Sanders 2022) nenne, in bedeutendem Maße dieses Ziel erreicht werden kann. Die Bezeichnung *Partnerschule* wählte ich deshalb, weil diese intendiert, etwas lernen zu können, was man bisher noch nicht kann, im Miteinander in die *Aufrichtung*, in die Expression zu kommen. Allein diese Namensänderung ist ein wichtiges motivationales Signal, um aus der Depression sowie aus der das *Niedergedrücktsein* fördernden Demoralisierung aussteigen zu können. Denn das scheinbare Nichtgelingen einer Ehe und Partnerschaft ist in der Regel für die Beteiligten mit hoher Scham besetzt, die sie daran hindert, für sich Hilfe in Anspruch zu nehmen.

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

In seinem Lehrbuch *Klinische Paar- und Familienpsychologie* (2016), das aus meiner Sicht zur Pflichtlektüre jedes Kollegen und jeder Kollegin, der bzw. die mit Paaren arbeitet, gehören sollte, stellt Guy Bodenmann die Frage, was zuerst war, die Depression oder die Unzufriedenheit mit der Partnerschaft. Diese Fragestellung ist für das Thema dieses Aufsatzes zentral, denn „Eine feste, stabile und glückliche Partnerschaft erweist sich als einer der besten Prädikatoren für Lebenszufriedenheit, Glück, Wohlbefinden und Gesundheit. Umgekehrt ist eine unglückliche Partnerschaft ein relevanter Risikofaktor für psychische Störungen (Depressionen, Angststörungen, Substanzmissbrauch)“ (Bodenmann 2016, S. 23).



Ich habe mittlerweile eine klare Position dazu. Ich verstehe Depression als Reaktion, sie war nicht, sondern sie ist logische Konsequenz! Den Schlüssel dazu fand ich bei Martin Seligman (2010), der Depression als *Erlernte Hilflosigkeit* bezeichnet. Bei der Arbeit mit Paaren ist mir sehr früh aufgefallen, dass viele in ihrer Kindheitsgeschichte maladaptive Schemata ausbilden mussten, um in ihrer Familie zu „überleben“. Eine ähnliche Sichtweise findet sich bei Roland Kachler (2020), wenn er depressive Störungen als resignative Gebundenheit des Kind-Ego-States versteht. „Ähnlich wie bei Angststörungen steht auch bei Depressionen bei abhängig gebunden oder bindungsunsicheren Ego-States zunächst die Angst vor der Autonomie oder vor einer Bindung im Zentrum. Aber sie versuchen gar nicht mehr, ihre Autonomie und Bindungsängste zu überwinden. Vielmehr haben sie schon aufgegeben und sich resigniert zu-

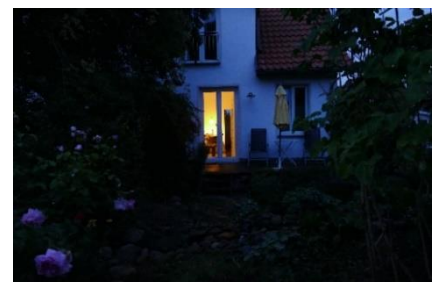


rückgezogen, zumal sie sich oft auch als minderwertig und nicht liebenswert erleben. Letzteres zeigt sich besonders bei vernachlässigten und oft zurückgewiesenen Kindern, die resigniert jede Chance auf Bindung aufgegeben haben. Der resignative, oft auch hoffnungslose Rückzug führt dann zu depressiven Kind-Ego-States.“ (Kachler 2020, S. 151).

In einer Studie zu den Wünschen von Ratsuchenden in der Ehe- und Familienberatung wurde unter anderem auch deutlich, dass 49 % ihre Erziehung sehr streng (18 % NB) erinnerten, 43 % fühlten sich nur dann geliebt, wenn sie sich so verhielten, wie ihre Eltern es wollten (13% NB), 33 % konnten machen, was sie wollten, immer war irgendetwas falsch (13% NB) (Saßmann & Klann 2002, S. 98).

So können wir davon ausgehen, dass ein großer Teil der Ratsuchenden ein Arbeitsmodell für das Miteinander in einer nahen Beziehung hat, dass ihnen für Glück und Zufriedenheit im Wege steht. Denn der als Kind erfasste Bindungsstil führt zu resistenten Bindungsmustern. Hat ein Mensch Kälte und Ablehnung im Elternhaus erfahren, entwickelt sich die Kognition, wertlos und überflüssig zu sein und alles selber tun zu müssen, weil niemand hilft. Ist jemand emotional, körperlich oder sexuell missbraucht worden, ist es gut nachvollziehbar, dass dann Nähe weh tut. Gab es nur Liebe für Leistung, entwickelt sich die Grundüberzeugung, nur dann etwas wert zu sein, wenn man selber gut sei (Roediger 2016). So leiden 82 % der Klient*innen unter emotionaler Verletzlichkeit, 78 % haben das Gefühl, sich häufig Sorgen machen zu müssen und 71 % berichten davon, angespannt oder aufgeregt zu sein (Saßmann & Klann 2002, S. 94).

Beraterisch geht es zunächst um ein Verstehen, warum man so fühlt, denkt und handelt, wie man es nun mal nicht anders gelernt hat und dieses liebevoll anzunehmen. Denn in der Regel handelt es sich



BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

dabei um eine alte Strategie, die einem einmal das Überleben in einem ganz bestimmten familialen System ermöglicht hat. Aus dieser wurden *auch* Kompetenzen entwickelt. Etwa zielstrebig und fleißig sein zu *können*. In neuen, signifikant anderen Erfahrungen geht es jetzt darum, sich über das Ergebnis als *solches* zu freuen und nicht zu erwarten, dass der Partner einem dafür das gibt, was die Eltern schuldig geblieben sind. Die Liebe, die einem der Partner / die Partnerin schenkt, gibt es nie für Leistung, sondern immer nur um seiner / ihrer selbst willen.

Wenn die Partner*innen im Miteinander die Erfahrung machen können, dass der oder die Andere nicht die Ursache sondern lediglich der Auslöser für „falsche Gefühle“ (Welding 2021) ist, die dann durch ihre Bewertung zu unangemessenen Verhaltensweisen führen, beginnen sich diese Übertragungen aufzulösen. Dann wird es möglich, dass sich Paare das an Unterstützung, Wohlwollen, Sexualität gegenseitig schenken können, was zu Glück und Zufriedenheit in der Beziehung führt. In Folge dessen bessert sich in einem statistisch bedeutsamen Ausmaß (vgl. Kröger & Sanders 2002, 2005) die eher individuelle Belastungssymptomatik (depressive Verstimmungen und körperliche Beschwerden). Der Anteil an weiblichen und männlichen Klienten mit klinisch relevanten depressiven Verstimmungen verringert sich von anfänglich 40 Prozent (Frauen) bzw. 20 Prozent (Männer) auf rund 15 Prozent. Die Rate an Klienten mit klinisch auffälligen körperlichen Allgemeinbeschwerden vermindert sich für beide Geschlechter auf rund 25 Prozent. Mittlerweile gilt eine wissenschaftlich fundierte Paartherapie nachweislich als ein Weg aus der Depressionen (Barbato & D’Avenzo 2008). In einer aktuellen Veröffentlichung hat Thorsten Padberg (2021) das zusammengetragen, was mittlerweile wissenschaftlicher Stand zu dem Thema ist.



Literatur

- Barbato, A. u. D’Avenzo, B. (2008): Efficacy of couple therapy as a treatment for depression: a meta-analysis. *Psychiatry Quarterly*, 79, 121-132.
- Bodenmann, G. (2016): *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Göttingen. Hogrefe.
- Grawe, K. (1998): *Psychologische Therapie*. Göttingen. Hogrefe.
- Kachler, R. (2020): *Therapie des inneren Kindes. Konzepte und Methoden für Beratung und Psychotherapie*. Stuttgart. Klett-Cotta.
- Keyes, C. L. M. (2007): Promoting and Protecting Mental Health as Flourishing. *American Psychologist*, 62 (2), 95-108.
- Klann, N. u. Hahlweg, K. (1994): *Beratungsbegleitende Forschung - Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen*. Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Band 48.1. Stuttgart. Kohlhammer.
- Klees, K. (2018): *Traumaisensible Paartherapie: Mit dem Traum(a)-Haus-Konzept aus der Beziehungskrise*. Paderborn. Junfermann.
- Kröger, C. u. Sanders, R. (2002): Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effektivität und Effizienz des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule. In: *Beratung Aktuell*, 4. Paderborn. Junfermann 176-195.
- Kröger, C. u. Sanders, R. (2005): Paarberatung in und mit Gruppen – eine wirksame Intervention? In: *Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie*, 1, 47-53.
- Padberg, T. (2021): *Die Depression Falle. Wie wir Menschen für krank erklären, statt ihnen zu helfen*. Frankfurt am Main. S. Fischer.
- Petzold, H. (1993): *Integrative Therapie, Schriften zu Theorie, Methodik und Praxis*. 3 Bände. Paderborn. Junfermann.
- Roediger, E. (2016): *Praxis der Schematherapie. Grundlagen-Anwendungen-Perspektiven*. Stuttgart. Schattauer.
- Sanders, R. (2022): *Partnerschule - Paartherapie im Integrativen Verfahren*. Paderborn. Junfermann.
- Saßmann, H. u. 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. u. Klann, N. (2004): Wünsche der Ratsuchenden und Erfahrungen von Berater*innen als Orientierung für eine bedarfsge-rechte Planung. In: *Beratung Aktuell*, 151-164.
- Seligman, M. E. P. (2010): *Erlernte Hilflosigkeit*. Weinheim. Beltz.
- Welding, C. (2021): *Fühlen lernen. Warum wir so oft unsere Emotionen nicht verstehen und wie wir das ändern können*. Stuttgart. Klett-Cotta.

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

**Jetzt leg doch mal dein Handy weg!
Eine Arbeitshilfe für Eltern**

Dr. Rudolf Sanders

In vielen Paar-, Erziehungs- und Familienberatungen gehören Probleme mit dem Medienkonsum der Kinder zum Standardthema. Eltern stellen regelmäßig fest, dass der Nachwuchs die digitalen Angebote leider noch nicht eigenverantwortlich und selbstbegrenzend nutzen kann. Offensichtlich gibt es einen Sog von Computerspielen, Kommunikations-Apps etc., dem sie wenig Widerstand entgegensetzen können. Die Arbeitshilfe ist wissenschaftlich fundiert, sehr verständlich aufgebaut und vor allen Dingen orientiert sie sich an den Fragen, die viele Eltern haben. Worin besteht eigentlich die Faszination von Computerspielen, Social-Media-Anwendungen, YouTube etc. bei unseren Kindern? Wie können wir als Eltern unsere Kinder darin unterstützen, ausgewogen mit Bildschirmmedien umzugehen? Was sind gute Grenzen und vor allen Dingen, wie setzen wir diese um? Wie führen wir konstruktive und offene Gespräche über dieses Reizthema?



Die Arbeitshilfe wurde erstellt von *return – Fachstelle für Mediensucht*. Diese gibt es seit 15 Jahren in Hannover und wird auch im kommenden Haushalt 2023/24 von der Stadt Hannover wieder im Zuwendungsverzeichnis mit anteiliger Förderung der Beratungsarbeit mit Eltern und Jugendlichen bzw. jungen Volljährigen unterstützt. Angesichts der finanziellen Lage vieler Kommunen ist dies nicht selbstverständlich, sondern macht deutlich, wie wichtig den politisch Verantwortlichen dieses Anliegen ist.

Die Broschüre kann für eine Schutzgebühr von 1 €, in beliebiger Stückzahl im Webshop bestellt werden. Darüber hinaus ist sie als Download auch auf der Website frei verfügbar.

www.return-mediensucht.de (Abfragedatum: 26.01.2023)

**Tabletten gegen Depressionen -
helfen Antidepressiva?**

12.09.2022 · Dokus im Ersten

Das Erste, Video verfügbar: bis 12.09.2023

Dr. Rudolf Sanders

Psychologische Beratungsstellen und die Telefonseelsorge sind für viele Menschen in ihrer Not bei den Herausforderungen des Alltags, in der Beziehungsgestaltung, in der Erziehung ihrer Kinder, bei Verlust naher Angehöriger eine wichtige Anlaufstelle. Da in weiten Teilen der Bevölkerung normale Reaktionen wie Niedergeschlagenheit, depressiven Verstimmungen etc. als Erkrankung gelabelt werden, ist diese Dokumentation.E. Pflichtprogramm für alle dort haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen!



Gebetsmühlenartig wird im öffentlichen Diskurs Serotoninmangel im Gehirn zum Auslöser dieser Zustände erklärt (Padberg 2021). Diese aktuelle Dokumentation zeigt, dass sich diese Aussage in keiner Weise wissenschaftlich belegen lässt. Klaus Grawe wies bereits 2004 auf folgendes hin: „Wenn Depressive nur medikamentös behandelt werden, wie es heute verbreitete Praxis ist, ist die kurzfristige Wirkung zwar oft recht gut, aber sie ist über alle so behandelten Patienten hinweg nicht berauschend. Über alle Antidepressiva hinweg liegt sie eine halbe Effektstärke über Placebo. Aber die längerfristige Rückfallrate für die zunächst wirksam behandelte Patienten liegt bei 80 % ... Wenn die Synapsen nicht mehr durch medikamentöse Aufrechterhaltung ihrer gesteigerten oder gehemmten Übertragungsbereitschaft vor dem Einfluss negativer Lebenserfahrung geschützt werden, gewinnt die Lebenskonstellation, die den Patienten zuvor depressiv gemacht hatte, ihren alten Einfluss zurück, weil der Patient in der Zwischenzeit eben nicht das gelernt hatte, was er hätte lernen müs-

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

sen, um ohne medikamentösen Schutz nicht depressiv zu sein.“ (Grawe 2004, S. 21).

Dank kräftiger Unterstützung durch die Pharmaindustrie hält sich die These einer Krankheit, die man mit einer Pille in den Griff bekommt. Die nicht unerheblichen Nebenwirkungen dieser Medikamente und der langjährige Weg einer jungen Frau, diese ausschleichen zu lassen, bilden den Rahmen für diese Doku.

Aus dieser Doku lässt sich einmal mehr die große Sinnhaftigkeit unserer Beratungstätigkeit ableiten. Allein aufgrund der therapeutischen Allianz zwischen Klient*innen und Therapeut*innen und dem Glauben, helfen zu können, beziehungsweise Hilfe zu erhalten, kommt es zu einer 30- bis 70-prozentigen schnell einsetzenden Linderung psychischen Leidens (Roth & Strüber 2014, S. 369). 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 leichterer psychischer Störungen, besonders solchen, die nicht mit einer frühkindlichen Traumatisierung zusammenhängen, der Grund für einen wesentlichen Therapieerfolg. 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 Fühlens, Denkens und Handelns. Dabei scheint die Neubildung von Nervenzellen in limbischen Strukturen eine wichtige Rolle zu spielen. Entgegen manchen, gerade tiefenpsychologischen Ansätzen hilft ausschließlich eine Einsicht in die Ursachen der Störung beziehungsweise Erkrankung nur sehr wenig. Viel wichtiger ist das fortbestehende Vertrauensverhältnis zwischen Berater*in und Ratsuchenden und deren ständige Ermutigung und Richtungsgebung (Wampold et. al. 2018). Da wir Heilung niemals machen können, denn diese ist immer Selbstheilung, können wir mit unserer Profession lediglich dafür einen Kontext zur Verfügung stellen, in dem die Ratsuchenden diese Arbeit selber leisten können.



Literatur

Grawe, K. (2004): Neuropsychotherapie. Göttingen. Hogrefe.

Padberg, T. (2021): Die Depression Falle. Wie wir Menschen für krank erklären, statt ihnen zu helfen. Frankfurt am Main. S. Fischer.

Roth, G. u. Strüber N. (2014): Wie Gehirn die Seele macht. Stuttgart. Klett Cotta.

Wampold, B. E., Imel, Z. E. u. Flückiger, C. (2018): Die Psychotherapie Debatte - Was Psychotherapie wirksam macht. Bern. Hogrefe.

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

THEMEN IN DIESER AUSGABE

STARK Streit und Trennung meistern – Alltagshilfe, Rat & Konfliktlösung

Im Rahmen eines vom BMFSFJ geförderten Kooperationsprojektes mehrerer Universitäten wurde diese Onlinehilfe-Plattform erstellt. Sie richtet sich an Paare mit Partnerschaftsproblemen und Trennungsfamilien. Sie steht den Betroffenen kostenfrei zur Verfügung unter: www.stark-familie.info

Mit der Online-Plattform werden Eltern und ihre Kinder bei allen Fragen und Herausforderungen rund um Beziehungskrise, Trennung und Scheidung informiert und unterstützt. Dabei ist es das Anliegen der Plattform auch den Weg zum aktiven Aufsuchen der Beratungsstellen zu ebnen und die Arbeit der Berater*innen zu erleichtern.



STARK vereint auf einer Website kostenfrei, übersichtlich und alltagsnah Informationen zu den folgenden Themenkomplexen:

- Konfliktsituationen und Tipps bei Beziehungsproblemen in der Partnerschaft
- rechtliche und finanzielle Fragen rund um eine Trennung und Scheidung
- psychische Herausforderungen und die Gestaltung des Familienlebens bei einer Trennung mit Kindern
- Fragen und Unterstützungsbedarfe der Kinder getrennter Eltern
- Information zu weiteren Anlaufstellen und Hilfen

Die Informationen wurden von Expertinnen und Experten aus den Bereichen Recht, Ökonomie, Psychologie und Pädagogik erstellt.

STARK kann in die Arbeit von Beratungsstellen eingebunden werden und unterstützt diese als niederschwelliges Angebot für ratsuchende Eltern und ihre Kinder, so dass viele Fragen bereits im Vorfeld oder begleitend zur Beratung behandelt werden können. Einige **wichtige Vorteile der Einbindung von STARK in die Beratungspraxis:**

- **Überbrückung von Wartezeiten** vor Beginn einer Beratung
- **Zeitersparnis und Ergänzung der Beratung** durch Klärung von Informationsfragen zu rechtlichen und ökonomischen Themen bei Trennung / Scheidung
- Verständliche Aufbereitung komplexer Informationen z.B. durch **Animationen und Erklärvideos, interaktive Einschätzungshilfen** wie bspw. einem Einkommensrechner
- Psychoedukative Inhalte und **Übungen zur Stärkung von Ressourcen und Resilienz**
- **Spielerische Hilfe für Kinder und Jugendliche** von Informationen über ihre Rechte bei einer Scheidung der Eltern, Videos und Infos von Jugendlichen für Jugendliche bis hin zu unterhaltsamen Übungen zur Emotionsregulation.

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Der Weg in die passende Paarberatung

www.lotsenportal.de

Mittlerweile gibt es eine recht große Zahl von Onlineangeboten für Paare, die Hilfe und Beratung suchen. Einige davon sind gut wissenschaftlich fundiert, andere dagegen eher fragwürdig, viele kommerziell orientiert. Daher ist das Problem für Nutzer*innen, hinsichtlich der Qualität dieser Angebote zu unterscheiden.

Das Lotsenportal der Erzdiözese Freiburg ist in der Hinsicht einmalig, da es rein gemeinnützig orientiert, komplett aus kirchlichen Mitteln finanziert und für die Nutzer*innen völlig kostenfrei ist. Es wurde in Kooperation mit der Katholische Hochschule Freiburg entwickelt. Dazu hat Prof. Dr. Christian Roesler, Dipl.-Psych.,

Psychologischer Psychotherapeut, Psychoanalytiker (C. G. Jung-Institut Zürich), der die Professur für Klinische Psychologie und Arbeit mit Familien an der Hochschule innehat, einen Fragebogen konzipiert. Unter zur Hilfenahme der Ergebnisse der Paar-



forschung führt die Auswertung zu einer ersten wissenschaftlichen Diagnostik. Diese bildet dann die Grundlage für eine wertfreie und fundierte Einschätzung der Beziehung. Anhand dieser Einschätzung ist dann ein „Lotsen“ von Paaren zu geeigneten Trainings und Übungen im Lotsenportal möglich.

Der standardisierte Test misst die Belastung der Partner*innen. Auf der Basis dieses Ergebnisses werden dann spezifische Angebote zugewiesen. Bei geringer Belastung werden verschiedene Trainings, zum Beispiel zu Kommunikation und Konfliktlösung, zur Pflege der Paarbeziehung usw. angeboten, die von den Nutzern in eigener Regie bearbeitet werden können. Bei mittlerer Belastung werden nur noch solche spezifischen Angebote gemacht, die für Paare mit einem gewissen Konfliktniveau geeignet sind.

Denn ein reines Kommunikationstraining ist ab einem bestimmten Konfliktniveau nicht nur nicht hilfreich, sondern kann sogar kontraproduktiv wirken. Stellt der Test ein hohes Belastungsniveau fest, werden die Nutzer*innen direkt zu einer Telefonhotline weitergeleitet. Hier treffen sie auf eine reale Person als Gesprächspartner*in der Telefon- und Onlineberatung der Erzdiözese Freiburg. Diese kann dann einen Termin in der nächstgelegenen Beratungsstelle vereinbaren. Die Nutzung dieses Portals ist selbstverständlich für jedes Paar, unabhängig von einer konfessionellen Orientierung, offen und nutzbar.

Das Portal wurde federführend aufgebaut und inhaltlich gestaltet von Bettina Zenner. Die Inhalte sind inspiriert von Guy Bodenmann, Melanie Büttner, Joachim Engl, John Gottman, Kurt Hahlweg, Susan Johnson, Michael Lukas Möller, Christian Roesler und Franz Thurmaier, die geforscht und / oder auf wissenschaftlicher Grundlage gezielt Programme für Paare entwickelt haben.

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Kooperation Auditorium Netzwerk



Dank der Kooperation mit Auditorium-Netzwerk können wir Ihnen den folgenden, von Dr. Rudolf Sanders vorgestellten Vortrag **zum kostenfreien Streaming** zur Verfügung stellen:

Livestream-Seminar mit Evelyn Beverly Jahn und David Jäckle: Der Körper in der Verhaltenstherapie

Dass darüber reden und auf dem Stuhl sitzen, nicht die einzigen Möglichkeiten sind, mit Paaren zu arbeiten, setzt sich immer mehr durch. Das Stichwort ist *Embodiment*. Denn all unser Fühlen, Denken und Handeln hat eine leibliche Dimension.

“Die Kognition ist durch Körperzustände und Gefühle *embodied* und durch die Umwelt situiert. Embodied bedeutet: Kognition findet in ständiger Wechselwirkung mit dem Zustand unseres Körpers statt, in dem die Kognition eingebettet ist. So sind Körperzustände z.B. Körperausdruck, -haltung, -spannung. Gefühle (also Effekte und Emotionen) sind wesentliche Körperzustände. Diese Wechselwirkung von Kognition - Körper ist zirkulär-kausal. Dabei wirkt der Körper als Kontrollparameter auf die Kognition ein und verursacht so die Bildung von kognitiven Mustern. “Situert” bedeutet: Wie in den Körper, ist die Kognition auch in die weitere Umwelt eingebettet. Auch Umweltzustände können als Kontrollparameter auf die Kognition einwirken und Musterbildungen verursachen” (Tschacher et.al., 2006, S. 31).

Dieser Hintergrund bildet im ersten Teil der Fortbildung anhand gut nachvollziehbarer kleiner Übungen den Schwerpunkt. Im zweiten Teil geht es darum, das Coachingverfahren *Paar-Kur* kennenzulernen. Die beiden Referent*innen zeigen beispielhaft

wie Paare durch das Embodiment Erfahrungen machen und wie sie lernen, diese als Bewusstwerden der Art und Weise ihrer Beziehungsgestaltung zu nutzen. Als Coachingziel soll den Paaren vermittelt werden, *richtig über das Richtige zu sprechen*, um darüber in einen neuen kommunikativen Prozess miteinander zu kommen. Zur wichtigsten Störquelle für das Miteinander eines Paares wird das romantische Liebesideal des 18. Jahrhunderts erklärt, das für viele nach Ansicht der Autor*innen offensichtlich immer noch als ein Leitbild für die Gestaltung von Ehe und Partnerschaft gilt.



Hier können Sie den Vortrag downloaden bzw. die CD/DVD bestellen:

<https://shop.auditorium-netzwerk.de/custom/index/sCustom/117>

Im Folgenden möchten wir Ihnen noch einen weiteren Vortrag von Auditorium Netzwerk empfehlen:

Vortrag del Monte, Damir: Die Macht der Berührung Auditorium Netzwerk

Dr. del Montes Forschungsschwerpunkte liegen in den Bereichen Psychotraumatologie, Schmerz, sowie der neurowissenschaftlichen Depressions-, Bindungs- und Psychotherapieforschung. Er ist Wissenschaftler am Institut für Synergetik und Psychotherapieforschung der PMU Salzburg, leitet die Encephalon-medicine media production GmbH, Karlsruhe und lehrt als Dozent für Funktionelle Neuroanatomie an den Universitäten Innsbruck, Krams und Heidelberg.

Vortrag im Rahmen des 3. PNI-Kongresses "Psychoneuroimmunologie im Lauf des Lebens - Gesundheitselixier Beziehung", 07.-09.10.2022 in Innsbruck, ca. 61 Min. auf 1 CD oder 1 DVD oder als Sofortdownload (88 MB audio, 1,4 GB video)

<https://shop.auditorium-netzwerk.de/detail/index/sArticle/23417/sCategory/6527>

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

FORTBILDUNGSANGEBOTE

Digitale Kompaktfortbildungen im Herbst 2023

Leitung: Sabine Grimm



Kursleiterin:
Sabine Grimm

Sehr geehrte Damen* und Herren*, liebe Interessierte,

ich freue mich sehr, Ihnen auch für das 2. Halbjahr 2023 wieder eine Reihe interessanter Workshops im Rahmen unserer Reihe „Digitale Kompaktfortbildungen“ ankündigen zu können.

Das Programm enthält zum einen Angebote zu bisher stark nachgefragten und schnell ausgebuchten Themen. Zum anderen haben wir neue Themen aufgenommen, die Sie für Ihre beraterische Praxis hoffentlich nachhaltig inspirieren.

Die Auswahl folgt dabei sowohl den Wünschen, die Sie an uns herangetragen haben, als auch dem Blick auf Trends und Themen, die wir für interessant und innovativ halten.

Lassen Sie sich überraschen! Ich würde mich freuen, Sie in einer oder auch gerne in mehreren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen. Seien Sie herzlich begrüßt

Sabine Grimm

Im Rahmen von 8- bis 10-stündigen Online-Seminaren erwarten Sie folgende Themen und Referent*innen:

Systemisches Visualisieren in der Beratung
mit Wiebke Lückert: **29.08. und 05.09.23**

Geschlechtliche Vielfalt als Herausforderung in der
Psychologischen Beratung
mit Sabine Grimm: **11. und 12.09.23**

Reden alleine reicht nicht – Induktionshypnose und
Imagination als Türöffner in der Paarberatung
mit Dr. Rudolf Sanders: **12. und 26.10.23**

Listening Skills: Konzepte zur emotionalen und
kognitiven Wahrnehmung im Beratungsprozess
mit Dr. Stefan Schumacher: **23. und 24.10.23**

Einführung in die Emotionsfokussierte Therapie
und Beratung
mit Christine Weiß: **13. und 15.11.23**

Kreative Methoden in der Sexuellen Bildung online
mit Franziska Hartung: **20. und 27.11.23**

Eskaliert streitende Eltern in der Erziehungsbera-
tung: praxisorientierte Konzepte in Diagnostik und
Beratung
mit Andreas Weber: **14. und 15.12.23**

Anmeldungen sind bereits möglich. In welchen Seminaren aktuell noch Plätze verfügbar sind erfahren Sie [hier](#). Nähere Informationen zu den Fortbildungen erhalten Sie auf unserer Website oder unter diesem [Link](#).

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

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

Leitung: Cornelia Weller



Kursleiterin: Cornelia Weller

Die Fortbildungsreihe in Chorin (bei Berlin) richtet sich an interessierte Personen, die einen kompletten Grundkurs in der Schwangerenberatung nachweisen müssen (diese belegen alle 8 Teile), als auch an anerkannte und in der Schwangerenberatung tätige Berater*innen (diese können auch nur an einzelnen Wochenenden teilnehmen).

TERMINE 2024:

- Teil I:** Das einmalige Beratungsgespräch in der Schwangerschaftskonfliktberatung
08.03. - 10.03.2024
- Teil II:** Grundlagen sexueller Bildung mit Kindern und Jugendlichen (I); Soziale Hilfen
12.04. - 14.04.2024
- Teil III:** Gesprächsführung mit Paaren in der Schwangerschafts- und Schwangerschaftskonfliktberatung
07.06. - 09.06.2024
- Teil IV:** Grundlagen sexueller Bildung mit Kindern und Jugendlichen (II); Soziale Hilfen
05.07. - 07.07.2024
- Teil V:** Grundlagen der Krisenintervention
13.09. - 15.09.2024
- Teil VI:** Gesprächsführung bei der Thematik Pränataldiagnostik
11.10. - 13.10.2024
- Teil VII:** Migrations- und kultursensible Beratung
08.11. - 10.11.2024
- Teil VIII:** Adoption und Vertrauliche Geburt
13.12. - 15.12.2024

In 2023 noch Restplätze verfügbar:

Bei folgenden Kursteilen gibt es aktuell (bei Redaktionsschluss) noch wenige freie Plätze:

- Teil IV:** Grundlagen sexueller Bildung mit Kindern und Jugendlichen (II); Soziale Hilfen von **09. - 11.06.2023** in Chorin
noch 3 freie Plätze
- Teil V:** Grundlagen der Krisenintervention von **25. - 27.08.2023** in Chorin
noch 2 freie Plätze
- Teil VII:** Migrations- und kultursensible Beratung von **10. - 12.11.2023** in Chorin
noch 2 freie Plätze
- Teil VIII:** Adoption und Vertrauliche Geburt von **08. - 10.12.2023** in Chorin
noch 8 freie Plätze

Link zum Anmeldeformular [hier](#)

Ausführliche Informationen [hier](#)
oder E-Mail an: fortbildungen@dajeb.de

Anmeldung für 2024 ab Oktober 23

Auskünfte unter fortbildungen@dajeb.de

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Erziehungs- und Familienberatung

Leitung: Karen Schönemann

NEU



Kursleiterin:
Karen Schönemann

Die Fortbildungsreihe richtet sich an interessierte Fachkräfte, die über fachliche Kenntnisse in Beratung verfügen und ihre Kompetenzen um den Bereich der Erziehungsberatung und Beratung von Familien erweitern wollen. Dies können Berater*innen aus Erziehungs- und Lebensberatungsstellen, Mitarbeiter*innen der Jugendhilfe und Jugendämter und pädagogische Fachkräfte sein.

Die Module der Fortbildungsreihe spannen einen Bogen vom Beginn einer Erziehungs- und Familienberatung über spezifische Felder der Beratung bis zum aktuellen Stand nach dem neuen SGB VIII. **Zwei der fünf Module werden als Online-Seminar durchgeführt.** Die Module sind auch einzeln buchbar.

Im **ersten Modul** werden Antworten auf die Fragen zur Settinggestaltung, Anamnese und ersten Hypothesenbildung geboten. Dann folgen im **zweiten Modul** die rechtlichen Grundlagen zu Kindeswohl und Kinderschutz, ergänzend mit Handlungsmöglichkeiten im ressourcenorientierten Arbeiten. Das **dritte Modul** führt den eingeleiteten Beratungsprozess vertiefend weiter mit möglichen Problemstellungen gestaffelt nach verschiedenen Altersstufen von Kindern. Eine Kompetenzerweiterung in der Beratung bei Trennung und Scheidung sowie effektive Handlungskompetenzen für schwierige Beratungen von hochstrittigen Eltern erwartet Sie im **vierten Modul**. Im **fünften Modul** endet der Bogen mit der Umsetzung neuer gesetzlicher Schwerpunkte des Kinder- und Jugendstärkungsgesetzes in Bezug auf Beteiligung und der Stärkung Kinder psychisch erkrankter Eltern. Praktische Methoden zur Beteiligung von Kindern am Beratungsprozess werden vermittelt. Auch wird kreativ gezeigt, wie effektive Gruppenangebote konzipiert werden.

TERMINE und ORT:

Modul 1: Beratung in der Erziehungs- und Familienberatung
29.02. - 02.03.2024 (Hanns-Lilje Haus, Hannover)

Modul 2: Kindeswohl, Kinderschutz + Kinderrechte, ressourcenorientiertes Arbeiten
02.05. - 04.05.2024 (Online-Seminar)

Modul 3: Elternfragen anhand der Entwicklungsaufgaben der Kinder
11.07. - 13.07.2024 (Hanns-Lilje Haus, Hannover)

Modul 4: Trennung, Scheidung, Sorgerecht und Hochstrittigkeit
19.09. - 21.09.2024 (Online-Seminar)

Modul 5: Kinder von Eltern mit psychischen Erkrankungen stärken – Kinderbeteiligung und Gruppenangebote, Schwerpunkte des Kinder- und Jugendstärkungsgesetz
05.12. - 07.12.2024 (Hanns-Lilje Haus, Hannover)

INFORMATION und ANMELDUNG:

Nähere Informationen über Aufbau und Inhalt der einzelnen Module erhalten Sie [hier](#)

Anmeldungen sind ab Ende September 2023 möglich.

Lassen Sie sich gerne in unseren Fortbildungsverteiler aufnehmen, dann erhalten Sie die Ausschreibung und den Link zum Anmeldeformular einen Tag vor dem offiziellen Ausschreibungstermin automatisch per E-Mail.

Senden Sie dafür einfach eine E-Mail an fortbildungen@dajeb.de mit dem Betreff „Fortbildungsverteiler“.

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

NEU

**57. Weiterbildungskurs
in EPFL-Beratung
Juni 2024 – Juni 2027**
Leitung: Nicole Rosentreter

Die Weiterbildung zum/zur Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberater*in findet im Blended-Learning-Format statt und kann berufsbegleitend absolviert werden. Sie beinhaltet 12 Präsenzwochenenden (inkl. personenbezogene Praxisreflexion) in Lutherstadt Wittenberg, Selbststudium mittels E-Learning, Videokonferenzen mit Dozent*innen, 20 Einzelsupervisionen und ein Praktikum.

Die Zulassungstagung findet vom 20.-21. April 2024 in Lutherstadt Wittenberg statt.

Weitere Informationen erhalten Sie [hier](#).

Bewerbung ab Oktober 2023 möglich

Für Interessierte findet im November 2023 eine kostenlose digitale Informationsveranstaltung statt. Wenn Sie dazu eine Einladung erhalten möchten, dann melden Sie sich gerne für unseren Fortbildungsverteiler an: Senden Sie einfach eine E-Mail an fortbildungen@dajeb.de mit dem Betreff „Fortbildungsverteiler“.

Inhaltliche Auskünfte

erteilt Ihnen gerne die
Kursleiterin
Nicole Rosentreter



E-Mail:
rosentreter@dajeb.de

Save the Date!

**DAJEB-Jahrestagung 2024
in Wuppertal**

Die Jahrestagung 2024 steht unter dem Motto

Resilienz in Familien

und findet von **14.-16.03.2024** in Wuppertal statt.

Hauptreferent ist

**Prof. Dr. Agostino
Mazziotta** (FH Münster)



Er spricht zum Thema

Nichts ist so beständig wie der Wandel: Die Vielfalt der (Liebes)-Beziehungen in einer durch Chaos geprägten Welt

Verschiedene Aspekte der Thematik werden anschließend in mehreren Arbeitsgruppen vertieft behandelt.

Nähere Informationen finden Sie ab Oktober 2023 auf unserer Homepage <https://www.dajeb.de/>

Anmeldung ab November 2023 möglich

Nähere Auskünfte
erhalten Sie bei der DAJEB-Geschäftsstelle unter:
Telefon: 089 436 10 91

E-Mail: fortbildungen@dajeb.de

Möchten Sie regelmäßig vorab über unsere Fortbildungsangebote informiert werden?
Dann senden Sie eine Mail an fortbildungen@dajeb.de (Betreff: Fortbildungsverteiler)

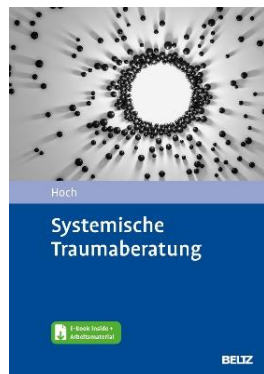
BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

BUCHBESPRECHUNGEN

Roman Hoch:
Systemische Traumabarbeitung.
Mit E-Book inside
Beltz 2022, Weinheim, 42,00 €

Roman Hoch hat ein mit 164 Seiten überschaubares Buch zu dem spannenden und aktuellen Thema Traumabarbeitung geschrieben. Ein Buch voll von systemischen Fragen und stabilisierenden Übungen. Hoch verfolgt einen ressourcenorientierten Ansatz für alle Fachkräfte, die beratend in längeren Prozessen mit Traumatisierten arbeiten.



Praxisnah empfiehlt er ein strukturiertes Vorgehen in der Beratung, das den Ratsuchenden viel Sicherheit bietet. Er beschreibt sein Vorgehen in 7 Phasen: Arbeitsbeziehung aufbauen, Sicherheit als Basis schaffen, Psychoedukation, Stabilisierung und Selbstwirksamkeit, systemrelevante Muster erkennen, Sinn und Abschluss. Dabei ermöglicht ihm die systemische Prozessnavigation eine klare Fokussierung zum einen auf die Belastung und die Auswirkungen, die ein Trauma darstellt, und zum anderen auf die Ressourcenbereiche, die zur Verfügung stehen und gestärkt werden wollen. „In der Systemischen Traumabarbeitung wird nicht konfrontativ in das schreckliche Erlebte ‚hineingefragt‘, sondern unterschiedsbildend mit systemischen Fragen gearbeitet.“ (S. 23) Es geht darum, sich ein Bild von den Auswirkungen des Schreckens zu machen, aktuelle Symptome zu erfragen und an der Selbstregulation zu arbeiten. Genauso wichtig sind stabilisierende Übungen, die Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen. An dieser Stelle ist Hoch unglaublich einfallsreich. Mir gefällt besonders gut, dass er auf Transparenz gegenüber den Klient*innen setzt. Ob ‚kleine Erfolge, große

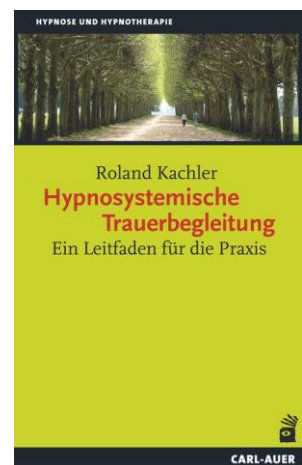
Erfolge‘, Achtsamkeit, Gedankenstopp, Lifemap, Genogramm, Innere Anteile, Ikigai – jede Übung wird begründet und in den Beratungskontext einbezogen.

Christine Koch-Brinkmann

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Roland Kachler:
Hypnosystemische Trauerbegleitung.
Ein Leitfaden für die Praxis
Carl-Auer, 6. Auflage 2022, Heidelberg, 29,95 €

Jeder Mensch erfährt in seinem Leben den Verlust eines geliebten Menschen und die damit verbundene Trauer. Daher ist Trauer auch oft Thema in Therapien. Bisher war in der Trauerarbeit das Ziel, den Verstorbenen loszulassen, was bei den Betroffenen oftmals Unverständnis und Widerstand auslöste. Der Trauerprozess ist jedoch ein selbstbestimmter, zirkulärer Selbstorganisationsprozess, wie neue Studien belegen. Dabei haben die Trauernden einerseits den Verlust zu realisieren und andererseits eine neue innere Beziehung zum Verstorbenen aufzubauen. Daher kann die Trauerarbeit als Realisierungsarbeit und Beziehungsarbeit verstanden werden. Dieser neue Traueransatz mit seinem systemischen, hypnotherapeutischen, hypnosystemischen Kern und Methode wird von Roland Kachler erstmalig in diesem Buch dargelegt.



In den Kapitel 1-3 werden die theoretischen Grundlagen des hypnosystemischen Ansatzes und in den Kapitel 4-11 der Bezug zur praktischen

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

psychotherapeutischen Arbeit erläutert. Konkret wird dabei in Kapitel 6 und 10 die Realisierungsarbeit als Arbeit mit dem Verlust- und Trauerschmerz und in Kapitel 7, 8 und 9 die Beziehungsarbeit als Arbeit mit den Beziehungsgefühlen und -ressourcen dargestellt. Die Trauerarbeit wird dabei ausführlich erläutert als Stabilisierungs- und Ressourcenarbeit, schmerzliche Realisierungsarbeit, kreative Beziehungsarbeit, Suche nach dem sicheren Ort für den Verstorbenen, Transformation der Trauer und Abschied von der Trauer sowie Arbeit an einem Leben nach dem Verlust.

Zudem enthält das Buch zahlreiche Fallvignetten, Exkurse, Hinweise (Feld mit „Beachte! ...“), Interventionen, Systemische Fragen und Imaginationen (Trancen), die für die Beratungsarbeit sehr hilfreich sind.

Fazit: Da dieses Buch umfassend die Komplexität der Trauerprozesses sowie die Theorie des hypnosystemischen Ansatzes erläutert und dabei einen starken Bezug zur Praxis herstellt, wird es seinem Untertitel „Leitfaden für die Praxis“ in jedem Fall gerecht und ist somit für alle Berater*innen zu empfehlen.

Dr. Anja Tiedtke

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Wolfgang Wöllner:
Psychodynamische Psychotherapie.
Lehrbuch der ressourcenorientierten Praxis
Schattauer 2022, Stuttgart, 75,00 €

Der Abschied von der „Pferderennen Mentalität“, die darin besteht, dass immer wieder neue Behandlungstechniken ins Rennen geschickt werden, die im Vergleich zu bisherigen Methoden bessere Ergebnisse erzielen sollen, ist ein zentrales Anliegen des Autors.

Nach gegenwärtigem Wissensstand ist eine solche Haltung nicht mehr zeitgemäß, da auch neue Techniken sich den bisherigen nicht als überlegen erweisen werden.

Entscheidend ist vor allen Dingen die Persönlichkeit des Therapeuten / der Therapeut*in und deren Fähigkeit, ein tragfähiges therapeutisches Bündnis aufzubauen.

Hierbei spielt der Blick auf die Ressourcen, auf das was die Klient*innen und Patient*innen mitbringen, eine zentrale Rolle. So bedauert Wolfgang Wöllner ausdrücklich, dass der Hinweis genau auf diese durch Klaus Grawe (2000) in der Psychodynamischen Psychotherapie bisher wenig Resonanz gefunden hat.

Wolfgang Wöllner

Psychodynamische Psychotherapie

Lehrbuch der ressourcenorientierten Praxis



Ebenso weist er darauf hin, wie wichtig es ist, den Körper des Klienten im Blick zu haben, denn die Psyche ist unabweisbar immer im Körper eingebettet. So sind psychologische Konstrukte ohne Bezug auf den Körper unzureichend und es gilt ein neues Interesse in der Psychoanalyse und Tiefenpsychologie an nonverbaler Kommunikation zu wecken. Denn die ständig anwachsende Forschung zum Phänomen des Embodiment hat überzeugend gezeigt, dass Emotionen untrennbar mit körperlicher Manifestation verbunden sind. Körperliche Empfindungen und Verhaltensweisen, Ausdrucksbewegungen und Körperhaltungen beeinflussen unsere Reaktion gegenüber Personen und Situationen und wirken auf diese in zirkulärer Weise zurück.

Master-Therapeut*innen, also diejenigen die besonders erfolgreich in ihrer Therapie sind, zeichnen sich durch eine behandlungstechnische Flexibilität aus, die von den individuellen Bedürfnissen ihrer Patient*innen ausgehend unterschiedliche therapeutische Zugänge wählen. Und je nachdem welche Problematik vorliegt, auf psychodynamische oder verhaltenstherapeutische Strategien zurückgreifen. Hier sind wir wieder bei

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

den Empfehlungen von Klaus Grawe (1998), dem es *auch* ein wichtiges Anliegen war, schulenübergreifend die tatsächlichen Bedürfnisse eines Patienten zu erfassen und eine angemessene Antwort darauf mit diesem zu finden.

Das vielfach empirisch bestätigte Prinzip der Ressourcenaktivierung, das als eines der wichtigsten Prinzipien jeder Form von Psychotherapie gilt, generiert positive Emotionen. Diese Förderung positiver Emotionalität ist niemals Selbstzweck und von einer oberflächlich harmonisierende Beziehungsgestaltung weit entfernt. Doch sie wird Voraussetzungen schaffen, dass Schmerz, Leid und Scham in der therapeutischen Beziehung Raum haben und pathogene motivationale Konflikte bewusst werden dürfen. Diese positive Emotionalität wird dann Grundlage für eine sichere und kooperative therapeutische Beziehung, die benötigt wird, um Ich-Funktionen der Selbst- und Beziehungsregulation zu restituieren und abgespaltene dramatische Erinnerungsfragmente in den Repräsentanzen des Alltags integrieren.

Katharina Klees (2018) konnte deutlich machen, wie frühe Verletzungen des Bindungsbedürfnisses Auswirkungen haben auf das Miteinander in Partnerschaften. Gerade in der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung können wir davon ausgehen, dass die überwiegende Zahl der Ratsuchenden genau solche Erfahrungen gemacht haben dürften (Saßmann & Klann 2004). So bietet der tiefenpsychologische Blick und die hier aufgezeigten Grundlagen einer ressourcenorientierten psychodynamischen Therapie eine wertvolle Hilfe, Unbewusstes bewusst zu machen und dann Möglichkeiten zum Aufbau von stabilen Ich-Funktionen zu eröffnen. Oder, um wieder Klaus Grawe (1996) zu zitieren, der die Verbindung der *Klärungs- und Bewältigungsperspektive* als wichtigstes therapeutisches Wirkprinzip benennt.

Grawe, K. (1996): Klärung und Bewältigung: Zum Verhältnis der beiden wichtigsten therapeutischen Wirkprinzipien. In: H. Reinecker & D. Schmelzer (Hrsg.), Verhaltenstherapie, Selbstregulation, Selbstmanagement (S. 49-74). Göttingen. Hogrefe.

Grawe, K. (2000): Psychologische Therapie. Göttingen. Hogrefe.

Klees, K. (2018): Traum sensible Paartherapie: Mit dem Traum(a)-Haus-Konzept aus der Beziehungskrise. Paderborn. Junfermann.

Saßmann, H. u. Klann, N. (2004): Wünsche der Ratsuchenden und Erfahrungen von Berater*innen als Orientierung für eine bedarfsgerechte Planung. *Beratung Aktuell*, 5, S. 151-164.

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Ulrike Döpfner:

Der Schatz des Selbstwerts.

Was Kinder ein Leben lang trägt

Beltz 2022, Weinheim, 20,00 €

Liebe für Leistung; nicht selten begegne ich Menschen in der Beratung, die genau in dieser Falle stecken. Rainer Sachse (2019) spricht in diesem Zusammenhang von der *doppelten Handlungsstrategie*. Da opfert sich ein Partner für den anderen auf, tut alles, damit dieser sich wohlfühlt, engagiert sich vielleicht für dessen Kinder, die der Andere mit in das Patchwork gebracht hat, und fühlt sich trotzdem nicht geliebt. Denn ein Mangel an emotionaler Zuwendung, ein geliebt werden um seiner selbst willen, gehört noch nicht zu seinem Erfahrungsschatz. Um zu beweisen, wie wichtig es ist, dass es ihn gibt und um von Vater und Mutter gesehen zu werden, hat er versucht, das von ihm nach wie vor empfundene Defizit an liebevoller Bindung durch ein Höchstmaß an Leistung zu kompensieren. Zumindest dafür, also etwa für gute Schulnoten, für sportliche Höchstleistungen gab es Anerkennung. Was ihm fehlt, ist die Selbstannahme, ein Zugang zu sich selbst als einen Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten, der in der Lage ist, sich immer wieder an den Dingen, die er tut, zu freuen und diese nicht um des Lobes Willen, das andere ihm dafür zollen, zu tun.



BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Jetzt sind wir bei der zentralen Aussage dieses Buches. Forschungsergebnisse zeigen, dass sich anhand der Qualität des Erziehungsverhaltens der Eltern das spätere Selbstwertgefühl der Kinder am besten vorhersagen lässt. Denn die Rolle der Eltern für die Entwicklung dieses Selbstwertes ist von fundamentaler Bedeutung. Und nicht nur das, diverse Langzeitstudien haben festgestellt, dass ein hohes Selbstwertgefühl auch im späteren Leben zu Erfolg in Partnerschaften und im Beruf beiträgt und vor allen Dingen sich positiv auf die Gesundheit auswirkt.

Immer wieder mit Beispielen aus der beraterischen Praxis heraus zeigt die Autorin, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin und Mutter von drei Kindern, wie es Eltern gelingen kann, ihren Kindern die Grundlage für ein Leben in Zufriedenheit und Glück zu eröffnen. Sie macht etwa deutlich, wie Eltern ihren *eigenen* Selbstwert an den schulischen Erfolg ihres Kindes koppeln. So spürt das Kind den Erwartungsdruck und versucht, diesem zur Zufriedenheit der Eltern zu entsprechen. Dann wird ganz automatisch die Liebe der Eltern mit der Note einer Klassenarbeit gekoppelt.

Ganz im Sinne der Positiven Psychologie (Blickhan 2021) „*Stärken was stark macht!*“ werden Eltern liebevoll angeleitet, Kinder nicht zu vergleichen, sondern sie so anzuerkennen und lieben, wie sie in ihrer Einmaligkeit sind und an dem, was in ihnen steckt, sich zu freuen und sie darin zu unterstützen. So haben sie die Chance aufzublühen und zu zufriedenen, glücklichen Menschen zu werden. Aber nicht nur das! Denn Menschen, die sich selbst annehmen, so wie sie sind, die ein gutes Selbstwertgefühl und einen liebevollen Blick auf sich haben, sind in der Regel weitaus besser in der Lage, auch liebevoll auf andere zuzugehen. Ihr innerer Blick strahlt nach außen und ihre Selbstliebe strahlt dann auf andere ab.

Blickhan, D. (2021): Positive Psychologie und Coaching. Von der Lösungs- zur Wachstumsorientierung. Paderborn. Junfermann.

Sachse, R. (2019): Persönlichkeitsstörungen. Leitfaden für die psychologische Psychotherapie. 3., aktualisierte und erweiterte Ausgabe. Göttingen. Hogrefe.

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Sebastian Euler:

Mentalisieren bei Persönlichkeitsstörungen

Klett-Cotta 2021, Stuttgart, 30,00 €

Wenn man als Berater oder Beraterin in der psychosozialen Beratung etwa in der Ehe-, Partnerschafts-, Familien-, Lebensberatung oder im ASD dem Allgemeinen Sozialen Dienst des Jugendamtes tätig ist, kann es sein, dass man vor dem Wort *Persönlichkeitsstörungen* erstmal zusammensuckt. Sind diese doch bisher in der aktuell noch vorherrschenden Betrachtungsweise des ICD-10 durch Verhaltens-, Gefühls- und Denkmuster gekennzeichnet, die von den Erwartungen der soziokulturellen Umgebung signifikant abweichen und sich in verschiedenen Situationen bemerkbar machen. Diese sogenannten maladaptiven Muster im Bereich von Kognition, Gestaltung, zwischenmenschlicher Beziehung, Affektivität und Impulskontrolle sind häufig zeitlich überdauernd und führen zu Leiden oder Beeinträchtigungen in wichtigen Funktionsbereichen.



Das Entscheidende ist, dass in dieser Betrachtungsweise diese Störungen als *Störung des Einzelnen* gesehen werden. Das ICD-11, das ab 2022 gilt, hat allerdings einen kolossalen Wandel vollzogen, der gerade für Kolleg*innen im psychosozialen Bereich der Beratung einen ganz neuen Zugang zu diesen Themen schaffen kann. Stattdessen rückt jetzt die *interpersonelle Beziehungsgestaltung* in den Vordergrund, also Interesse, Empathie, Vertrautheit und Wechselseitigkeit in zwischenmenschlichen Beziehungen sowie Kompetenz der Konfliktlösung. Hier handelt es sich ja genau um die Themen, die im Beratungskontext häufig der Anlass sind, diesen aufzusuchen. Schwierigkeiten in der interpersonellen Beziehungsgestaltung gruppieren sich um den gleichzeitigen Wunsch nach und der Angst vor Nähe und

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Intimität mit den Merkmalen der Übersensibilität gegenüber Zurückweisung, verzweifelt Bemühen, angenommene oder reale Ablehnung zu vermeiden, mangelnde Akzeptanz der Grenzen Anderer, hohes Misstrauen und Argwohn sowie mangelnde Perspektivenübernahme und verzerrte Interpretation sozialer Signale. Um hier Ratsuchende erfolgreich zu begleiten, spielt eine aktiv zugewandte Haltung des Therapeuten oder der Therapeutin, eine strukturierte Vorgehensweise sowie explizite Besprechungen der Diagnose, die Behandlungsziele und konkrete Vorgehensweisen, wie diese zu erreichen sind, eine zentrale Rolle.

Mentalisieren heißt ja letztlich nichts anderes, als immer mehr eine Ahnung davon zu bekommen, wie man selber „tickt“ und wie der Andere „tickt“, verstehen, warum man selbst so handelt und warum der andere so handelt, wie er es tut. Dieser Prozess der Bewusstwerdung ermöglicht dann, von automatischem in kontrolliertes Mentalisieren zu wechseln, um so immer mehr das eigene Denken, Fühlen und Handeln zu steuern.

Um diesen Prozess therapeutisch zu begleiten, werden unterschiedlichste Persönlichkeitsstörungen - immer unter dem Aspekt, dass es sich dabei letztlich um eine Störung der Interaktion und Kommunikation handelt - besprochen und Anregung zur Behandlung vorgestellt. Dieses Vorstellen geschieht ganz konkret, etwa in dem Fallbeispiel einer Narzisstischen Persönlichkeitsstörung mit antisozialen Zügen, wo der Klient als wichtigste Ziele für sich formulieren konnte: „Stalking loszuwerden“ und „Meine Partnerin besser zu verstehen“. Dieses Buch ist wissenschaftlich fundiert, gut zu lesen, eine echte Bereicherung für alle, die mit Menschen arbeiten, die sich in ihren alltäglichen Lebensbeziehungen, in ihren Systemen mit ihren eigenen Mustern im Wege stehen und neue generieren wollen.

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Franziska Brauner und Wiebke Lückert: Systemisch visualisieren: Einfach machen! Das Grundlagenbuch

Vandenhoeck & Ruprecht 2022, Göttingen, 35,00 €

Das Grundlagenbuch hält in mehrfacher Hinsicht,

was es verspricht. So bieten die Autorinnen nicht nur eine grundlegende Einführung in die Visualisierung – beginnend mit Grundformen über Verbindungen und Strukturen bis hin zu komplexen Zusammenhängen. Sie widmen drei sehr informative Kapitel dem Systemischen

Denken mit seinen „Held*innen“ und seinen Entwicklungen sowie dem beraterischen Handeln, seinen Zielen, Dimensionen und Methoden. Schon dieser etwa 80-seitige erste Teil des Buches ist eine wahre Fundgrube für Perlen*innen.

Während Kapitel 5 die Chancen von Visualisierung im Kontext Systemischer Arbeit auslotet, geht es in Kapitel 6 zur Sache, d.h. an den Stift: Der/die Leser*in wird dazu eingeladen, die Beispiele selbst nachzuvollziehen und sich das Gelesene anhand eigener Erfahrungen und Praxissituationen visualisierend zu erschließen. Dazu stellen die Autorinnen ein 80-seitiges Begleitmaterial im Web zur Verfügung, mit dem lesebegleitend gearbeitet werden kann.

Die Inhalte des gesamten Buches werden zudem in einer sehr ansprechenden und erkenntnisfördernden Verbindung von Text und Visualisierungen dargestellt.



Systemisches Kontextmodell nach Schliersmann (eigene Darstellung nach Tippelt u. v. Hippel, 2010, S. 753)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Hier kann der/die interessierte Leser*in sich immer wieder Anregungen für die Einbindung von Visualisierung in ihre eigene beraterische Praxis holen.

Daumen hoch von mir – dieses Buch empfehle ich sehr gern weiter.

Sabine Grimm

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Annette Lies:
Nein ist meine Superkraft.
Wie du mit einem kleinen Wort dein ganzes Leben verbesserst
mvg verlag 2021, München, 15,00 €

Ein bisschen zu hoch gegriffen der Untertitel? Nein. In der Beratung begegne ich immer wieder Menschen, die zu dem Wort *Nein* kaum einen Zugang haben. Entstanden ist dieser Mangel in Kindertagen, als sie nicht nach ihrer Meinung, nach ihren Gefühlen, nach ihren ganz eigenen Ideen gefragt wurden, sondern nach dem Motto *Ein gutes Kind gehorcht geschwind!* erzogen wurden. Wie soll daraus ein selbstbewusster, das Leben verantwortlicher, indem er seine Mitwelt auch im Blick hat, Erwachsener werden? Da ist man dann eher geneigt herauszufinden, was der Andere will, um geliebt zu werden, um akzeptiert zu werden oder einfach dazugehören.



So ist die zentrale Aussage des Buches, sich seiner eigenen Werte bewusst zu werden, durchdachte Überzeugungen in sich zu tragen, aus denen heraus dann ein bewusstes *Ja* möglich wird. Ein Ja, das nicht von den vermeintlichen oder tatsächlichen Wünschen des Anderen abgeleitet ist.

Aber um dieses bewusste Ja zu sich und seinem Leben wirklich sprechen zu können, ist es für viele unserer Klient*innen zunächst einmal sinnvoll, sich

mit den Ursachen ihrer mangelnden Fähigkeit, sich abzugrenzen, auseinanderzusetzen. Und dann das Nein-Sagen zu lernen! Dazu bietet dieses Buch in einer nicht selten augenzwinkernden Leichtigkeit gekoppelt mit Humor und vielen Beispielen in denen Mann und Frau sich wieder erkennen eine wunderbare Gelegenheit.

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Daniela Blickhan und Ursula Geisler:
Meine Stärken, mein Wachstum.
Impulse aus Positiver Psychologie & Achtsamkeit.
80 Karten mit Begleit-Booklet
Junfermann 2022, Paderborn, 35,00 €

Daniela Blickhan:
Menschen beim Wachsen begleiten.
Coaching mit Impulsen aus der Positiven Psychologie.
75 Karten mit Begleit-Booklet
Junfermann 2022, Paderborn, 35,00 €

Im Oktober 2022 erblickten zwei Kartensets das Licht der Welt, welche sich wunderbar zum Bewusstmachen und Stärken von Ressourcen und zur Begleitung von Menschen in Krisensituationen und/oder Veränderungsprozessen nutzen lassen können.



Sie enthalten jeweils 80 bzw. 75 Karten im (fast) postkartengroßen Format. Auf den Vorderseiten sind wunderschöne und anregende Fotografien abgebildet. Die Rückseiten enthalten Impulse zur Selbsterfahrung und eigenen Ressourcenstärkung bzw. zur Arbeit mit Klient*innen.

Während „Meine Stärke, mein Wachstum“ Menschen mit dem Wunsch nach Selbstreflexion und Selbstcoaching direkt anspricht, richtet sich „Menschen beim Wachsen begleiten“ an Coaches (und Berater*innen).

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)



Hier findet sich eine Fülle von Anregungen und Methoden zur Arbeit in den Themenfeldern Gelingendes Leben, Stress,

Stressregulation, Selbstmitgefühl, Grundbedürfnisse und Motivation, Werte, Stärken, Ziele und Emotionen.

Doch auch das Selbstcoaching-Set lässt sich für den Sitzungsbeginn oder für gezielte Gesprächs-/Reflexionseinladungen sehr gut in der Lebens- und Paarberatung einsetzen.

Zu beiden Sets gibt es Begleithefte mit Hintergründen und Anregungen für die (Selbst-)Anwendung bzw. die Nutzung in der Arbeit mit Klient*innen. Die letzten Seiten enthalten jeweils eine Übersicht aller Impulse und Methoden mit Wirkung und Quellenangaben.

Sabine Grimm

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Leonie Baltruweit:

Schwere Zeiten im Wunderwald.

Ein Kinderfachbuch für Geschwister von Kindern mit schwerer Erkrankung oder Behinderung

Mabuse-Verlag 2023, Frankfurt a.M., 24,00 €

Vor etwa 30 Jahren bekam unser Ältester an seinem 12. Geburtstag im Oktober die Diagnose Osteosarkom bzw. Knochenkrebs. 60 % Überlebenschance bis Weihnachten, Chemotherapie und Amputation standen an. Mittlerweile ist er glücklich verheiratet, freut sich an seinem Sohn und ist gerne Psychotherapeut. Eine heftige Zeit für alle Beteiligten, zuverlässige und langandauernde Unterstützung und Begleitung durch die Pfadfinder, zu denen wir gehörten und der Waldorfschule. Einer von uns Eltern war tagsüber immer im Krankenhaus, der Andere ging seiner Arbeit nach und die beiden jüngeren Geschwister

waren auch noch da und wurden irgendwie verteilt.

Lese ich nun dieses Buch, frage ich mich, wie diese eigentlich durch die Zeit gekommen sind. Wen hatten sie für ihre Themen? So bietet dieses Buch, eingebunden



in eine Tiergeschichte, in der das Reh plötzlich für längere Zeit ins Krankenhaus muss, den Rahmen für die auftauchenden Themen. Was hat das eigentlich bei den anderen Tieren ausgelöst, als Milli plötzlich ins Krankenhaus musste? Welche Krankheit hat es eigentlich genau und wird es daran sterben? Vor der Krankheit haben wir uns doch noch so gestritten und ich habe Milli am liebsten auf den Mond gewünscht. Bin ich schuld an seiner Krankheit?

Das Buch ist so aufgebaut, dass in einzelnen Blöcken die Eule Fragen an die kleinen Leserinnen und Leser stellt und damit die Möglichkeit eröffnet, dass das, was wirklich wichtig ist, auch zum Thema werden kann. So z.B. der Hinweis, dass es viele Menschen gibt, mit denen man reden kann, so wie mit der Schildkröte. Abgerundet wird das Buch mit hilfreichen Unterstützungen für Eltern, Bezugspersonen, Therapeut*innen, die mit Geschwisterkindern im Alter von 4 bis 12 dieses Buch lesen und bearbeiten. Das Besondere ist, und das spüre ich jetzt bei der Besprechung, dass es hilft, die besonderen Bedürfnisse der Geschwisterkinder im Blick zu behalten. Denn was ist für diese vielleicht schlimmer, als dass das kranke Kind alle Aufmerksamkeit bekommt und man selber vielleicht hinten runterfällt?

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

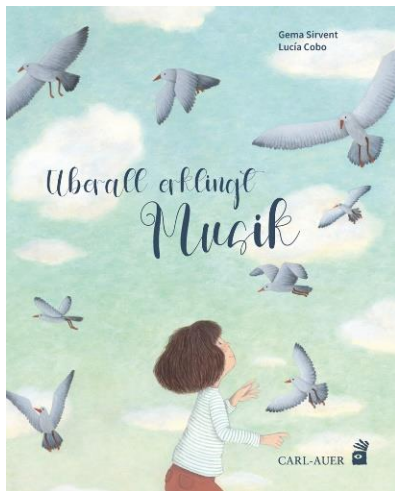
Gema Sirvent und Lucía Cobo:

Überall erklingt Musik

Carl-Auer-Verlag 2022, Heidelberg, 19,95 €

In einer lauten Welt, in der vielleicht im Elternhaus permanent ein Radio läuft, der Fernseher, die Läden, in denen wir beschallt werden, haben Kinder selten die Möglichkeit, die Melodien, die Musik *ohne* Steckdose zu hören.

Dieses Buch mit seinen wunderschönen Bildern lässt Kinder neugierig werden, was es alles in der Welt zu entdecken gibt. Denn es ist überall Musik zu hören. Denn Jedes hat seine eigene Melodie.



Etwa das Meer, die Muschelschale, die man sich ans Ohr hält, der Weg durch den Wald, das Rauschen der Blätter. Der Wind, der durch die Bäume fährt, der Sturm, die Vögel und die vielen kleinen Tiere, wenn etwa das Eichhörnchen Nüsse knackt oder die Katzen miauen. Und wenn man Glück hat, hört man die Hirsche sogar im Wald röhren.

Als Großvater erlebe ich, welche Freude meine Enkel an diesem Buch haben, wie es sie neugierig macht, ihre Umwelt zu entdecken. Damit verleblichen sie eine wichtige Haltung. Wir alle leben in einem gemeinsamen Haus, die Blumen, die Pflanzen, der Waldboden und die Steine. Dieses gemeinsame Haus nennt man Ökologie.

Dr. Rudolf Sanders

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Christa H. Herold:

Lösungsfokussierte Beratung.

Ein Fünf-Bausteine-Modell

Vandenhoeck & Ruprecht 2021, Göttingen, 39,00 €

Das lösungsfokussierte Arbeiten aus dem therapeutischen Spektrum der Kurzzeittherapie nach Steve de Shazer und Insoo Kim Berg zielt auf das schnelle Finden von Lösungen. Klient*innen sollen rasch zeitnah, unkompliziert und pragmatisch Entlastung bringende Lösungen für ihre Anliegen entwickeln. Statt des Verharrens im Problem denken erzeugt die konsequent fragende Begleitung auf die Lösung hin verändertes Verhalten und Veränderungen im Handeln.

Überzeugt stellt die Autorin ihren Ansatz auf der konzeptionellen Grundlage der Systemik und Kurzzeittherapie vor, streift in Abgrenzung andere Psychotherapieverfahren und skizziert Erkenntnisse aus der Neurowissenschaft. Sprache schafft Wirklichkeit. C. H. Herold betont, dass es hier nicht um eine allgemeine Lösungsorientierung geht, sondern um gezielte Lösungsfokussierung. Sie hat aus dem ursprünglichen Kurzzeittherapiekonzept heraus ein, wie sie sagt, vereinfachtes Modell mit 5 Bausteinen entwickelt. In jedem Baustein wird ein Thema entfaltet. Wie genau Praktiker*innen anwendungsfähig werden können, wird mit einem ausführlichen Praxisschwerpunkt konkret und anschaulich. Tabelle 1 (siehe nächste Seite) gibt einen Überblick.

Exemplarisch betrachte ich den Baustein 4 etwas näher. C. H. Herold erarbeitet durch begriffliche, kontextbezogene Sichtweisen das Phänomen des Wunders. Ob Klient*innen mit der Frage nach dem Wunder etwas anfangen können, hängt von ihrer Vorannahme ab und ob Praktiker*innen sprachliche Brücken zu einer Veränderungserwartung bauen können. Die Wunderfrage erzeugt eine Vision und einen Blick in einen problembefreiten Zustand. Damit passiert schon die Ausnahme vom

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

| BAUSTEIN | THEMA | PRAXISSCHWERPUNKT |
|---------------|-------------|----------------------------|
| 1 = Lösung | Lösung | Lösungsfokussiertes Fragen |
| 2 = Erwartung | Veränderung | Skalierungen durchführen |
| 3 = Problem | Ausnahmen | Ausnahmen erkunden |
| 4 = Wunder | Wunderfrage | Die Wunderfrage stellen |
| 5 = Wandel | Erfolg | Ziele entwickeln |

Tabelle 1: Überblick über das vereinfachte Modell mit 5 Bausteinen zur lösungsorientierten Beratung nach C. H. Herold

Problem. Es ist ein besuchter Zustand in der Zukunft, der einen Motivationsschub für das Auffinden von Ressourcen und Lösungsschritten hervorrufen kann.

Die Wunderfrage braucht Voraussetzungen, um als Intervention wirksam zu sein. Das Vorfeld, das Stellen der Wunderfrage in seiner Architektur, seinem Inhalt, einer lösungsfokussierten Sprache und der Formulierung im Indikativ und die erweiterte Prozessarbeit stellt die Autorin mit eigenem Praxisbeispiel gelungen vor. Sich konkret auf die Situation der Klient*innen beziehen zu können und nicht unspezifisch positiv denkend, ist die Herausforderung der Praktiker*innen. Erst wenn passgenau Ressourcen verknüpft werden können, kommt es zu Lösungsschritten.

Ein Buch einer Praktikerin – zertifizierte Psychologische Beraterin und Kurztherapeutin - für Praktiker*innen. Für welche Praktiker*innen in welchem Kontext genau, wird nicht ganz deutlich. Klient*innen sind die Ratsuchenden, sich im Problemdenken befindende Menschen. Auf 434 Seiten hätte ich mir manchmal einen strafferen Schreibstil gewünscht, gewürzt mit mehr eigenen Praxisbeispielen als denen der Meister*innen wie Milton Erickson und Insoo Kim Berg. Schade, dass die Autorin die generisch maskuline Schreibform wählt und dies mit dem reibungslosen Textfluss des Schreibens und Lesens begründet.

Das Buch schnell zu lesen gelang mir nicht. Vielleicht passt es auch zum Inhalt! Das lösungsfokussierte Beraten braucht für die gekonnte Anwendung Fachwissen, Zeit zum Lernen, wiederholte Praxis und Reflektion. Das gefällt mir, wie die Autorin immer wieder die Haltung und das Verhalten der Praktiker*innen unter die Lupe nimmt. Ja, die Details sind nötig, um Klient*innen

angemessen zu beraten und sie konsequent als die Expert*innen ihres Lebens zu achten. Die Vorstellungskraft, die bei Klient*innen für das Auffinden von Lösungen fokussiert wird, benötigt eine ausgeprägte Vorstellungskraft der Praktiker*innen. Die speist sich aus konzeptleitender Expertise und Praxis. Die Vorstellungskraft der Praktiker*innen besteht aus der präzisen und flexiblen Handhabung von Fragen und Interventionen, deren Güte sich an der Wirkung bei den Klient*innen zeigt. Nicht zuletzt hängt das erfolgreiche interaktive Geschehen von der Empathie und Intuition der Praktiker*innen ab. C. H. Herold macht deutlich, dass vielleicht die erste Frage einfach erlernbar ist, aber danach die Kunst in den prozessführenden Fragen und Interventionen besteht. „Was noch?“ werden Klient*innen gefragt, um das Auffinden von Lösungsmöglichkeiten zu erweitern und zu festigen. Das „Was noch für Fragen und Interventionen?“ gilt für die Praktiker*innen, den Lösungsraum anschaulich, erlebbar, besprechbar in Worten und einer bewussten Prozessführung anzuregen. Klient*innen vermögen dann, wenn es gut läuft, aus dem selbst vorgestellten und wahrnehmbaren Lösungsraum heraus den Problemzustand selbstständig zu verlassen und zu verändern. Das Buch bietet detailreich und modellhaft viel Stoff für Praktiker*innen.

Die Kapitel des Buches – Grundlagen – Baustein 1 – 5 – Ausblick – Anhang mit zwei Anleitungen für lösungsfokussierte Interviews - sind im Inhaltsverzeichnis übersichtlich verfasst und im Buchschnitt farblich markiert. Es erleichtert das Nachschlagen. Wie war das noch genau mit der Wunderfrage? Schnell auffindbar befindet sich die Frage schon im Lösungsraum ab Seite 282.

Ulrike Heckel

[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

BERATUNG ALS PROFESSION

Die Online-Zeitung der DAJEB für Beraterinnen und Berater – Nr. 10 (2023)

Paartherapie – Onlinekongress:

23. – 25. Mai 2023

Junfermann, Klett-Cotta & Schattauer

Den drei Verlagen *Junfermann*, *Klett-Cotta* und *Schattauer* gelingt es, Autorinnen und Autoren zu gewinnen, die in ihren Veröffentlichungen wissenschaftliche Forschung in den Praxisalltag der Arbeit mit Paaren übersetzen. Darunter etwa *Friederike von Tiedemann*, *Roland Kachler* oder *Christine Weiß*. Diese geben bei diesem kostenfreien Kongress Einblicke in ihre Arbeit. Sie schildern den Therapiealltag, beleuchten (neue) Methoden, präsentieren Fallgeschichten und berichten von ihren Erfahrungen mit ganz neuen Wegen und Interventionen in Therapie, Coaching und Beratung.

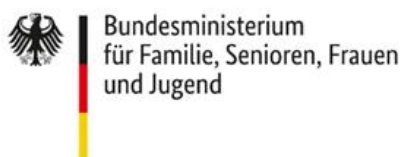
Anmeldung unter:

<https://www.paar-therapiekongress.de/>



[\(zurück zum Inhaltsverzeichnis\)](#)

Gefördert vom:



Statt eines Schlusswortes – Rückmeldung

Ich möchte mich bei der Redaktion herzlich für die ausführliche Berichterstattung über das FORUM FAMILIE im Beitrag Prävention tut not Kinderfreundliches Mehrgenerationenkrankenhaus in Soest und den Podcast APROPOS FAMILIE bedanken. Vor allem die Hinweise auf die wissenschaftlichen Erkenntnisse zu diesem Thema haben noch mal die Wichtigkeit dieser Arbeit verdeutlicht. Der Bericht hat zu ersten Kontaktaufnahmen anderer interessierter Einrichtungen und Personen mit mir geführt. Somit entsteht bestenfalls auch noch Netzwerkarbeit.

Danke!

Herzliche Grüße

Petra Hellmann, Soest

Herausgeber:

DAJEB

Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e. V.

Neumarkter Straße 84c, 81673 München

Tel.: 089 4361091

www.dajeb.de / info@dajeb.de

Redaktion:

Dr. Rudolf Sanders, Sabine Grimm, Laura Weiss, Annemarie Potthoff

Verantwortlich i. S. d. P. und alle Bildrechte (so nicht anders gekennzeichnet): Dr. Rudolf Sanders

Themen, Ideen, Anregungen und Texte (Berichte aus der Praxis, Buchvorstellungen etc.) sind sehr willkommen.

Bitte schreiben Sie uns: info@dajeb.de