

Würde statt Scham

Wertschätzung als Element einer systemischen Grundhaltung und entwicklungsfördernder Impuls in der video-basierten MarteMeo-Methode¹

Peter Bündler, Annegret Sirringhaus-Bündler und Christel Baatz-Kolbe

Zusammenfassung

Der Artikel beschreibt – basierend auf einer systemischen Grundhaltung – die Essentials der video-basierten MarteMeo-Methode in Bezug auf die Dimensionen Wertschätzung und Respekt, um insbesondere den Menschen eine Hilfe anbieten zu können, die in ihrem Leben oftmals Beschämung und Entwürdigung erfahren haben.

Schlagwörter

Stolz – Beschämung – Videoberatung – Entwicklungsförderung

Summary

Dignity instead of shame. Appreciation as an element of a systemic attitude and development-enhancing impulse in the video-based MarteMeo method

The article describes – based on a systemic attitude – the essentials of the video-based MarteMeo method in terms of the dimensions of esteem and respect, in order to be able to offer help especially to people who have often experienced shame and degradation in their lives.

Keywords

pride – embarrassment – video consultation, promoting development

1 Einleitung

Zur eigenen Würde zurückzufinden, anstatt sich zu schämen, Wertschätzung und Anerkennung zu erfahren, anstatt beschämt zu werden – dies ist die Hoffnung der meisten Menschen, die sich in Beratung oder Therapie begeben.

¹ Dieser Artikel basiert auf zwei Vorträgen anlässlich der Jubiläums-Fachtagung des Kölner Vereins für systemische Beratung e. V. »20 Jahre MarteMeo-Weiterbildung in Köln« am 17.11.2017.

Gleiches gilt sicherlich für Berater/innen oder Therapeut/innen, die diesen Menschen ihre Unterstützung anbieten. Wir verstehen unter Würde hier allgemein den Achtung gebietenden Wert eines jeden Menschen – unabhängig von Unterscheidungsmerkmalen wie Herkunft, Alter, Geschlecht oder Status – und die ihm zustehenden Grundrechte auf Unversehrtheit, Wertschätzung, Unterstützung in Notlagen, Meinungs- und Religionsfreiheit (vgl. Hüther, 2018; Bielefeldt, 2008; Kant, 1986).

»Würde statt Scham« war der Titel einer Fachtagung zum 20-jährigen Jubiläum der MarteMeo-Weiterbildungen im Kölner Verein für systemische Beratung e. V. Aus der Perspektive unterschiedlicher Fachrichtungen und Arbeitsfelder wurden auf dieser Jubiläumstagung Erfahrungen und Überlegungen zu dieser Thematik zusammengetragen, die wiederum zu einem Teil in den nachfolgenden Text eingeflossen sind. Das verbindende Dach für die meisten Referent/innen waren langjährige Erfahrungen in der Anwendung der MarteMeo-Methode.

Unser Beitrag zeigt, welchen zentralen Stellenwert die Aspekte Würde und Selbstbestimmung bzw. Scham und Beschämung im Rahmen einer video-basierten MarteMeo-Beratung haben. Ausgehend von den theoretischen Grundlagen und den ethischen Standards der Methode wird später an zwei Fallbeispielen demonstriert, welche positiven Entwicklungsverläufe möglich sind, wenn in einer ressourcenorientierten Beratung zentral an der Stärkung der eigenen Kräfte und nicht nur an einer vermeintlichen Beseitigung von Defiziten gearbeitet wird. Dadurch können sich Potenziale besser entfalten und eine positive Entwicklung wird möglich.

2 Die Methode

MarteMeo ist eine spezielle Kommunikationsmethode, die von der Holländerin Maria Aarts ab Ende der 1970er Jahre entwickelt wurde, um mithilfe des Mediums Video in komplementären Beziehungen² die Persönlichkeitsentwicklung von Menschen und die positive Entwicklung ihrer Beziehungen zu unterstützen. Der Name ist aus dem Lateinischen abgeleitet (mars martis) und bedeutet sinngemäß etwas »aus eigener Kraft« erreichen (vgl. Aarts, 2016, S. 88). Der Anspruch von MarteMeo ist, Eltern oder andere wichtige Bezugspersonen von Kindern, Jugendlichen oder erwachsenen Personen mit regelmäßigem Unterstützungsbedarf (Alter, Behinderung, Pflege) als Verantwortliche für eine gelingende Kommunikation zu unterstützen bzw. gegebenenfalls zu befähigen, die Beziehung zu den ihnen anvertrauten Menschen aktiv, positiv und kooperativ zu gestalten. Anhand von

2 Die Methode geht von der Voraussetzung aus, dass in einer Beziehung mit pädagogischen, pflegerischen oder Betreuungsaufgaben eine Person für andere Menschen Verantwortung trägt und interessiert ist, ihr eigenes Kontakt- und Kommunikationsverhalten zu verbessern mit dem Ziel, Entwicklung zu fördern (Kinder, Jugendliche) bzw. Wohlbefinden zu vergrößern (Alte, Behinderte).

Filmen aus dem Alltag wird den Ratsuchenden gezeigt, welche sichtbaren Stärken in der Kommunikation bereits vorhanden sind und welche Aspekte für ein entwicklungsförderndes Verhalten noch entwickelt werden können. Wie unsere langjährigen Erfahrungen belegen, zeigen sich dort, wo dies (gegebenenfalls auch nur ansatzweise) gelingt, mehr Stolz und Zufriedenheit im gemeinsamen Tun, mehr Freude im Zusammenleben und mehr Zuversicht, Probleme besser bewältigen zu können (vgl. Bündler, Sirringhaus-Bündler, Helfer, 2015).

3 Die Bedeutung von Würde und Scham in Beratungsprozessen

Eine zentrale Grundhaltung der MarteMeo-Methode ist, Klient/innen³ mit Wertschätzung, Respekt und Empathie zu begegnen, um damit überhaupt erst eine Basis für eine gelingende Beratung zu schaffen. Diese Grundhaltung entspricht dem deutschen Grundgesetz, wonach »die Würde des Menschen unantastbar ist« (Art. 1, Satz 1). Anders als bei Moral und Ethik, die jeweils kulturell festgelegt sind, steht Würde für einen universellen Wert. Würde ist ein sehr komplexer und vielschichtiger Begriff und hat weit mehr als nur eine juristische Dimension. Das deutsche Grundgesetz sagt allgemein zur Würde: »Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt« (Art. 1, Satz 2). Aus dieser Grundnorm ist abzuleiten, dass mit allen staatlich gebotenen Mitteln sichergestellt werden muss, die Würde des einzelnen Menschen durch andere nicht zu verletzen oder gar zu beschädigen. Wie die Erfahrung zeigt und in zahlreichen Ausführungen beschrieben ist, geschehen Verletzungen oder gar Beschädigungen der Würde einzelner Menschen oder auch von Gruppen durch beschämende Kommunikation oder entwürdigendes Verhalten immer wieder – wenn auch häufig nicht beabsichtigt (vgl. Bielefeldt, 2011).

So wertvoll und unverzichtbar daher diese grundlegende Setzung der Bedeutung von Würde ist, zeigt sich im Alltag – hier Stephan Marks folgend –, dass die Würde des Menschen sehr wohl verletzlich ist, woraus er schlussfolgert: »Wer die Würde des Menschen verstehen und achten möchte, der sollte die Scham kennen und gut mit ihr umgehen« (Marks, 2017, S. 10).

Da Würde mit Selbstbestimmung und Selbstachtung zu tun hat, führt jede beschämende, das heißt entwürdigende Erfahrung nicht nur zum Verlust von Würde, sondern auch zu einem Verlust von Selbstbestimmung (vgl. Bieri, 2015, S. 72 ff.). Es besteht eine weitgehende Übereinstimmung in der entsprechenden Fachliteratur, dass die Würde eines Menschen auf der Realisierung zentraler Grundbedürfnisse gründet (exemplarisch: Marks, 2017). Angeführt werden

3 Im Hinblick auf die Tatsache, dass die meisten MarteMeo-Fachkräfte, wie auch die meisten Ratsuchenden, Frauen sind, fokussieren wir im Folgenden auf die weibliche Sprachform. Selbstverständlich sind Männer gedanklich immer gleichberechtigt einbezogen.

immer Wertschätzung, Respekt, Mitgefühl (Empathie), Verbundenheit (Zugehörigkeit) und Selbstbestimmung (Autonomie). Beziehungen, in denen diese Grundbedürfnisse wechselseitig anerkannt und im Austausch gemeinsam gelebt werden, erleben die Beteiligten als wertvoll und wohltuend. Treten jedoch massive Beziehungs- oder Sachkonflikte auf, kann es durch den einen oder anderen Beteiligten zur Verletzung der an sich anerkannten Grundbedürfnisse kommen und damit auch zu einem Angriff auf die Würde des Konfliktpartners.

In der Folge können sich mehr oder weniger als belastend empfundene Schamgefühle einstellen. Marks bezeichnet Scham als das »heimlichste Gefühl in unserer Gesellschaft«, welches den betroffenen Menschen sehr quälen kann (2017, S. 28). Scham ist zunächst kein pathologisches Gefühl, sondern fungiert wie eine Art Regulativ für Würde bzw. Würde-Verletzungen: »Der sich Schämende nimmt an, dass er rundherum allen Augen ausgesetzt ist, er fühlt sich unsicher und befangen. Er ist den Blicken der Welt noch dazu höchst unvorbereitet ausgesetzt« (Erikson, 1982, S. 246 f.). Ähnlich äußert sich Weinblatt (2016, S. 18), der davon spricht, dass »Scham ... die öffentlichste Emotion, aber gleichzeitig auch die privateste und verborgenste« ist. In Gegenwart (realer oder imaginierter) Menschen empfinden wir das größte Maß an Scham und mithilfe anderer können wir unsere Scham lindern« (S. 16). Aus systemischer Sicht führt er weiter aus: »Scham ist die vitalste Emotion in Beziehungen. Es ist das Ausmaß an Scham, das über unsere Fähigkeit bestimmt, anderen gegenüber offen zu sein, Rat und Hilfe anzunehmen, intime Nähe zu suchen, sich zu unterhalten und zu kommunizieren, Zuneigung zu zeigen und empfangen zu können sowie zu spüren, dass man nicht alleine ist« (S. 49). Während Scham – sowohl mit negativen als auch positiven Funktionen – als eigene Leistung von innen wirkt, geschieht Beschämung immer von außen, das heißt durch andere Personen oder Vertreter/innen gesellschaftlicher Institutionen. Die Auswirkungen einer Beschämung können je nach Intensität der abwertenden Handlung relativ leicht bis schwerwiegend ausfallen: »Ein Mensch, der sich schämt, fühlt sich bloßgestellt und verletzt, zieht sich radikal auf sich selbst zurück, geht aus dem Kontakt, igelt sich ein, möchte im Erdboden versinken« (Marks, 2017, S. 32).

Marks (2017, S. 48-56) unterscheidet vier Grundformen von Scham, die sich sowohl auf einer personalen als auch auf einer strukturellen Ebene zeigen können:

1. Missachtung, fehlende Anerkennung → Verletzung des Grundbedürfnisses nach Anerkennung und Wertschätzung
2. Veröffentlichen, Zeigen von Intimem (Intimitätsscham) → Verletzung des Grundbedürfnisses nach Schutz
3. Peinlichkeit, Nichterfüllung verinnerlichter Normen → Verletzung des Grundbedürfnisses nach Zugehörigkeit
4. Verletzung eigener Werte bei sich oder auch als Zeuge bei anderen (Gewissensscham) → Verletzung des Grundbedürfnisses nach Integrität

Vor allem, wenn es nicht um eine einmalige Handlung geht, sondern es immer wieder zu Scham-Erfahrungen kommt, besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass eine innere »Schamabwehr« entwickelt wird, mit der versucht wird, erneute Beschämung abzuwehren. Dazu Weinblatt (S. 37): »Tatsächlich leitet sich das Wort »Scham« von dem indoeuropäischen Wort »Skam« oder »«Skem« ab, das »Verstecken« bedeutet (...)«. Unter ungünstigen Entwicklungsbedingungen kann sich bereits ab der Kindheit eine eigene Schamgeschichte entwickeln, die den betreffenden Menschen durch alle Lebensphasen begleitet. Sie wird sich hemmend auf eine positive Entfaltung in vielen Bereichen auswirken, wenn die Scham Neugierde, Explorationsverhalten, Lernfreude und die Entwicklung eines positiven Selbstwertgefühls einschränkt. Die mehr oder weniger gut entwickelte Schamabwehr wirkt – hier Wurmser folgend – nach außen gerichtet in der Gestalt von »Masken«, die sich in Form von Projektion, Negativismus, Arroganz, Wut, Gewalt, Anpassung (Unterwerfung), Selbstaufgabe und emotionaler Erstarrung zeigen (Wurmser, 2007). Was Wurmser in diesem Zusammenhang »Masken« nennt, umschreibt Weinblatt damit, dass Schamgefühle sich oft »verkleiden«. Ihm folgend begegnen sie uns beispielsweise in Form von Wut, Verletztheit, beleidigend sein, Respektlosigkeit, Gleichgültigkeit, Schüchternheit etc. und repräsentieren letztendlich nur die (langjährige) Erfahrung, als unterlegen, unwürdig oder ohne Anerkennung bloßgestellt worden zu sein. Und sie alle führen oft zu einer vorhersehbaren Reaktion: Eine Beschuldigung der anderen beteiligten Personen (2016, S. 38 f.).

Die Empfindung von Scham ist für Außenstehende daher oft schwer zu erkennen. Von daher ist es von größter Bedeutung, diesen »heimlichen Aspekten« eine gebührende Aufmerksamkeit zu schenken, um die Realisierung einer entwicklungsfördernden Beratung überhaupt möglich zu machen. Scham kann auch im positiven Sinne den Impuls und die Kraft auslösen »Hier will und kann ich etwas ändern!«. Dies setzt aber voraus, dass ein ausreichend positives Selbstwertgefühl vorhanden ist, damit eine möglicherweise Scham auslösende Rückmeldung alternativ als konstruktives Feedback (um)gedeutet werden kann, um in Zukunft damit besser umgehen zu können! Dafür ist jedoch ein gewisses Bewusstsein über eigene Veränderungspotenziale und -fähigkeiten erforderlich sowie das Bedürfnis, tatsächlich etwas ändern zu wollen.

4 Scham und Beschämung als kontraproduktive Aspekte in einer MarteMeo-Beratung

In der Regel sind es nicht Stolz, Vorfreude und eine positive Selbsteinschätzung, die Menschen zu Beginn einer Beratung empfinden, sondern eher Unsicherheit und Angst vor möglicher Kritik, Versagensgefühle, Selbstzweifel und gebebe-

nenfalls vor allem Scham (vgl. Heckhausen u. Heckhausen, 2006). Die Vorstellung, dass die eigenen Fehler oder das eigene Versagen für andere sichtbar werden, ist sicherlich für niemanden angenehm. Auf die eigene, innere Frage »Was ist eigentlich mit mir los, wenn ich schon Beratung benötige?« erfolgt häufig der belastende Gedanke: »Ich bin wohl schlecht, schwach, unfähig oder unzureichend, usw.!« und löst damit eher den Impuls aus, sich am liebsten verstecken zu wollen, als das Belastende offensiv anzusprechen. Die Inanspruchnahme von Beratung an sich kann so eine erhebliche Schamquelle darstellen. Es ist die Scham von Müttern und Vätern, wenn ihre familiären Probleme öffentlich geworden sind, sie von Lehrkräften oder pädagogischem Personal aufgefordert wurden, beispielsweise die Hilfe einer Beratungsstelle in Anspruch zu nehmen, oder wenn sich plötzlich ein Jugendamt für sie »interessiert«. Der beschämende Gedanke kann sich einstellen: »Was scheinbar alle anderen schaffen – nämlich ihre Kinder gut zu versorgen und vernünftig zu erziehen – schaffen wir nicht!« Es ist die Scham der Kinder und Jugendlichen, wenn sie mit für sie fremden Personen (Berater/innen) »offen« über ihre Probleme und Nöte sprechen sollen oder wenn sie – durch die Vergleiche mit den Eltern ihrer Klassenkamerad/innen – ihre eigenen Eltern als anders, weniger kompetent, eingeschränkter usw. erleben. Es ist die Scham behinderter, alter, pflegebedürftiger Menschen, wenn sie für ganz persönliche und intime Dinge Hilfe in Anspruch nehmen müssen, weil es alleine nicht (mehr) gelingt. In Erstkontakten erleben wir oft, dass unsere Klient/innen die Tatsache, beratungsbedürftig zu sein, gleichsetzen mit »nicht gut genug sein«, was wiederum einen Schamimpuls auslösen kann. Schamgefühle können also in einer bestimmten Lebenssituation durch die Diskrepanz zwischen Anspruch und Wirklichkeit, beispielsweise einer deutlichen Abweichung von Selbstbild bzw. Selbstverständnis und dem Gefühl, einen negativen Eindruck zu hinterlassen, ausgelöst werden, aber auch durch aktive Beschämung im Sinne einer Abwertung, Bloßstellung usw. durch eine andere Person.

Wir erleben immer wieder, dass viele Klient/innen, die uns in der Sozialen Arbeit begegnen, über Lebenserfahrungen berichten, die in vielfältiger Art und Weise von Beschämungen und Entwürdigungen geprägt waren. Daher liegt es nahe, besonders zu Beginn einer Beratung darauf zu achten, dass schon im Vorfeld, nämlich bereits bei der Kontaktaufnahme, dem Kennenlernen und den ersten Absprachen alles unterlassen wird, was – wenn auch unbeabsichtigt – die Dimension Scham bei Klient/innen tangieren könnte und damit ungewollt eine erneute Beschämung auszulösen. »Menschen, die ein hohes Maß an Scham empfinden, haben normalerweise eine Vorgeschichte, in der sie den eigenen Erwartungen oder denen anderer Menschen nicht entsprochen haben« (Weinblatt, 2016, S. 29). Weinblatt unterscheidet zwischen sogenannter hoher oder niedriger Scham. Er führt aus: »Es gibt einen kooperativen Modus niedriger Scham und einen feindseligen oder losgelösten Modus hoher Scham« (2016, S. 13).

Kennzeichen niedriger Scham ist, wenn trotzdem Neugier, freudige Erregung, Zugeben der Scham, Lernbereitschaft, Nähe, Verbundenheit und Empathie erhalten bleiben. Eine hohe Schamreaktion kann dagegen zu drei Problemen in der Interaktion mit anderen Menschen – also auch zwischen Klient/innen und ihren MarteMeo-Berater/innen – führen:

1. *Auf der individuellen Ebene:* »Wir verlieren die Fähigkeit, zum Ausdruck zu bringen, was uns am wichtigsten ist«. Weinblatt nennt dies den »Verlust der Stimme«.
2. *Auf der Beziehungsebene:* »Wir verlieren die Fähigkeit und den Willen dazu, mit anderen zu kommunizieren, uns ihre Unterstützung zu verschaffen und mit ihnen zu kooperieren.« Weinblatt nennt es »den Verlust der Verbundenheit«.
3. *Auf der Ebene des Beobachters/der Gruppe/der Berater/in:* »Durch das Wahrnehmen der (oft dysfunktionalen) Verhaltensweisen und Beziehungen der Beschämten (können) andere (also jede beobachtende dritte Person) vorwurfsvoll, missbilligend (werden) oder sie entfremden sich.« Weinblatt nennt dies »den Verlust der Empathie« (2016, S. 96-97).

Daraus folgt, dass Verhaltensweisen wie andere beschuldigen, Schweigen, Wutausbrüche, andere schnell (gegebenenfalls aggressiv) unterbrechen, Zynismus, Widerstand usw. ein wichtiger Hinweis auf ein hohes Maß an geronnener Scham sein können. Unabhängig davon, wie eine Beraterin methodisch ausgerichtet ist und wie ressourcenorientiert ihre Interventionen und ihre Haltung den Klienten gegenüber normalerweise sind, bleibt es eine Herausforderung und Aufgabe in Beratung und Therapie, sowohl auf individueller Ebene als auch auf der Beziehungsebene, die in der Regel verschleierte Merkmale von Scham wahrzunehmen und sie respektvoll anzugehen, das heißt, sich in den Gesprächen flexibel dem Zustand niedriger, »kooperativer« oder hoher, »unkooperativer« Scham anzupassen (vgl. Weinblatt, S. 20 f.). Dies geht über die Haltung von Wertschätzung, Respekt und Ressourcenorientierung hinaus, die sowohl dem Systemischen als auch MarteMeo immanent sind. Sie sind, ebenso wie Empathie, Aspekte einer Beratungshaltung, die für die Entwicklung von Kontakt und Vertrauen als Grundlagen einer helfenden Beziehung von größter Bedeutung sind. Hinzu kommt hier das Wissen und die Fähigkeit, die oben genannten, häufig verschleierte Merkmale von Scham überhaupt wahrzunehmen, das heißt zu erkennen, wo mögliche Schamgefühle die Klient/innen veranlassen, sich zu verschließen, anderen wütend Vorwürfe zu machen, aggressiv oder zynisch zu werden oder jede Hilfe abzuwehren (vgl. Weinblatt, S. 20 f.) Dies bedeutet, die Möglichkeit von Scham als »guten Grund« für diese Verhaltensweisen in Erwägung zu ziehen.

Damit eine MarteMeo-Beratung möglich wird, bedarf es einer gelebten Grundhaltung, die von deutlichen Signalen des Respekts, der Wertschätzung und Einfühlungsvermögen in die Situation der Klient/innen geprägt ist. Methodisch wird dies

zuerst in der Eröffnungsphase angestrebt, die in der internen Fachsprache der Methode als »Emotional opening« bezeichnet wird und dazu dient, dass sich die neue Klientin ohne Druck vorsichtig orientieren, innerlich »ankommen« und sich nicht irgendwie bedroht (»ausgefragt«) fühlt, sodass sich allmählich und behutsam ein Klima von Wertschätzung und Vertrauen entwickeln kann. Mit vorsichtigen Komplimenten (analog des Konzeptes der lösungsorientierten Beratung nach de Shazer, 2014), wie beispielsweise der Anerkennung des Mutes, den es braucht, für erzieherische Fragen eine Beratung aufzusuchen, kann eine MarteMeo-Beraterin ihre Wertschätzung zeigen. Die Furcht, in den Filmen mit beschämenden »Erziehungsfehlern« konfrontiert zu werden, begegnen wir zu Beginn eines Beratungsgesprächs mit sogenannten positiven Standbildern. Sie zeigen in der Regel die schönsten Kontaktmomente des Films und dienen als Einstimmung darauf, dass während der nun folgenden Beratung schwerpunktmäßig auf die gelungenen Kontakt- und Kommunikationsmomente fokussiert wird. Entsteht nun der Eindruck, dass in dieser Phase Schamgefühle mit im Spiel sein könnten, erfordert dies eine erhöhte Behutsamkeit und eine deutliche Reduzierung des Tempos bei der Kontakt- und Beziehungsgestaltung. Es kann hilfreich sein, die Möglichkeit der Scham offen und respektvoll anzusprechen. Oft reagieren Klient/innen nach unseren Erfahrungen in solchen Momenten mit Verwunderung und Nachdenklichkeit. Wenn sich die Vermutung bestätigt, kann behutsam und respektvoll eingeladen werden, darüber zu sprechen, was diese Schamgefühle ausgelöst hat. Auch ein wertschätzendes Normalisieren oder ein Reframing kann jetzt zur Entspannung beitragen, z. B. durch die Aussage, dass es vielen Menschen zu Beginn einer Beratung oft ähnlich geht und es für viele unangenehm ist, Hilfe in Anspruch nehmen zu müssen.

Gelingt es, dass sich die Klientin auf diese Weise vorsichtig orientieren und innerlich »ankommen« kann, anstelle sich ausgefragt oder bewertet und damit (gegebenenfalls erneut) beschämt zu fühlen, kann sich allmählich Vertrauen entwickeln. Erst jetzt sollte es um die Klärung ihres konkreten Anliegens für die Beratung gehen. Anliegen meint hier die Idee, »wohin die Reise in der Beratung gehen soll«, das heißt die Hoffnung auf eine beschreibbare Veränderung, die sich von einer bloßen Wunschvorstellung oder Aufträgen anderer, wie beispielsweise des Jugendamtes, dadurch unterscheidet, dass sie mit einem tiefer liegenden Bedürfnis, wie beispielsweise den Kindern eine gute Mutter zu sein, verbunden ist (vgl. Storch u. Krause, 2017 sowie Schwing u. Fryszer, 2017). Konnte die Klientin eine solche erste Hoffnung auf positive Veränderung entwickeln, zeigen unsere Erfahrungen, dass nun die persönliche Motivation stark genug ist, um das eigene Verhalten mithilfe der Filmsequenzen zu reflektieren und erste Veränderungsideen bzw. konkrete Schritte zu erarbeiten.

Aber auch hier geht MarteMeo bewusst einen »Umweg«. In der Beratung (dem sog. Review) wird grundsätzlich an ausgewählten Filmsequenzen zuerst herausgearbeitet, was beispielsweise (zumindest ansatzweise) in der Interaktion zwischen

Eltern und Kindern gelungenen ist, damit das Selbstwirksamkeitsgefühl (Bandura, 1979) der Eltern direkt von Beginn der Beratung an eine Stärkung erfährt, was in der Folge wiederum erleichtert, sich auch sinnvollen Veränderungsaufgaben zu stellen. Manche Klient/innen kommen mit hohem Veränderungsdruck in die Beratung, weil das Ausmaß ihrer Probleme für sie nur noch schwer zu ertragen ist oder weil großer Druck von außen besteht (z. B. Auflage des Jugendamtes). Auch wenn dies in Teilen schambesetzt sein sollte, überwiegt hier meist die Hoffnung, einen belastenden Zustand bald positiv verändern zu können. Häufig sind sie es gewohnt, dass sich Berater/innen in erster Linie für ihre Probleme interessieren. Manchmal bestehen die größten Probleme darin, dass sich beispielsweise die Kinder nicht so verhalten, wie sie sich nach Auffassung der Eltern verhalten sollten. Problemschilderungen der Eltern bestehen hier häufig aus Klagen, die letztendlich die eigene Hilflosigkeit, Wut und Scham überdecken. Nach Steve de Shazer (2014) ist aber über ein solches Klageverhalten kein Zugang zu Lösungen möglich, weil Veränderung bekanntlich nur durch den Einsatz eigener Energie und durch eigene konkrete Veränderungsschritte möglich ist. Im Review erfahren die Klient/innen, dass all das, was gut läuft, Bausteine für positive Veränderungen sind und eine Quelle, aus der in der Beratung Ideen für die Lösung von Problemen geschöpft werden können und, dass es deshalb wichtig ist, zuerst darauf zu schauen.

Einen Sonderfall stellen Beratungen im Kontext der Jugendhilfe dar, die im Rahmen eines sogenannten Zwangskontextes nach § 8a SGB VIII durchgeführt werden müssen (vgl. Conen, 2015). Unsere Erfahrungen zeigen, dass viele dieser Klient/innen in ihrem Leben immensen Beschämungen und Entwürdigungen ausgesetzt waren oder noch sind. Um dabei zu überleben, haben die meisten von ihnen eine Art innere »Schutzhaut« entwickelt. Sie zeigen sich oft im Kontakt mit potenziellen Berater/innen beispielsweise freundlich und höflich, stimmen in Hilfeplangesprächen nach § 36 SGB VIII allen wohlgemeinten Zielformulierungen zu, ohne sich aber letztlich in irgendeiner Weise dafür zu engagieren. Auf der Grundlage möglicherweise jahrelanger Erfahrungen wissen sie sehr genau, wie sie mit einem freundlich-höflichen »Als-ob-Verhalten« operieren können, um möglichst schnell wieder in vermeintlicher Ruhe weiterleben zu können. Es gibt kaum konstruktive Auseinandersetzungen mit diesen Klient/innen, aber gegebenenfalls viele, als Hilferufe getarnte Appelle: »Machen Sie es für mich!«. Ihre Weigerung, gut gemeinte Aufgaben/Anregungen umzusetzen, werden dann von Fachkräften oft als »Widerstände« gedeutet. Vordringlich zeigen solche Klient/innen ihren Helfer/innen gegenüber oft Hilflosigkeit und Resignation, was letztendlich dazu führen kann, dass Fachkräfte engagiert arbeiten, während die Klient/innen wenig dazu beitragen. Wenn hier nicht zuerst an einer tatsächlich tragfähigen Arbeitsbeziehung gearbeitet wird, die sich durch gegenseitig erlebte Wertschätzung und Respekt sowie die Anerkennung der Autonomie der Klient/innen auszeichnet, besteht die große Gefahr, dass sich

jenseits aller bombastischen »Zielvereinbarungen nach § 36 SGB VIII« der oben genannte »Als-ob-Modus« einschleicht, der in Stagnation aller Beratungsbemühungen mündet. Erst wenn die Klient/innen selbst Zugang zu ihrem Bedürfnis nach Veränderung und darüber zu ihrer eigenen Kraft finden, besteht auch in einer MarteMeo-Beratung die Chance, tatsächlich Veränderungsschritte zu entwickeln und positive Entwicklung zu fördern. Von daher wird im Rahmen der MarteMeo-Beratung angeraten, nur dann in einem solchen Zwangskontext zu beraten, wenn es in der Anfangsphase der Beratung gelingt, dass diese Klientin ein eigenes positives Anliegen verbunden mit einem tieferliegendem Bedürfnis entwickeln kann.⁴ Gelingt dies nicht, arbeitet in der Regel am Ende nur noch die Beraterin, und das mit wenig Aussicht auf Erfolg!

Einer fremden Person (Berater/in oder Therapeut/in) Einblicke in die eigenen inneren Prozesse zu gewähren, ist meist schambesetzt, weil es die Gefahr beinhalten könnte, dass das gesamte Ausmaß an erlebter Enttäuschung, Versagung und Beschämung für sich selbst wieder spürbar und nach außen sichtbar wird. Sich den erlebten Entwürdigungen einschließlich der begleitenden Ohnmachts- und Wutgefühle erneut auszusetzen, benötigt ein hohes Maß an Zuversicht und Vertrauen in die angebotene Hilfe und die Sicherheit, einen autonomen Gestaltungsraum sowohl in der Beratung als auch bei der Umsetzung von Anregungen und Ideen zu haben. Wenn ein hohes Maß an Scham den Verlust von Neugier und Zuversicht nach sich ziehen kann, gilt es zu Beginn einer Beratung, genau dies wieder zu ermöglichen – das heißt gute Gründe aufzuzeigen, um wieder neugierig und zuversichtlich zu werden. Dazu braucht es einen Raum von Sicherheit und Schutz vor erneuten seelischen Verletzungen, Respekt vor der Autonomie und Wertschätzung jeglicher Bemühungen um eine angemessene Lösung. Erst dann wird genug Vertrauen und Mut wachsen, um sich später in der Filmbetrachtung während der Beratung anzuschauen, wie die als beschämend erlebten Erfahrungen konstruktiv verändert werden können.

Genau dies erleben wir oft im Laufe eines MarteMeo-Beratungsprozesses, wenn Klient/innen die Erfahrung gemacht haben, wie sie ihre konkreten Probleme, Anliegen und Fragen Schritt für Schritt erfolgreich angehen können und mit Stolz in den Filmaufnahmen verfolgen, wie ihnen Dinge allmählich und zunehmend besser gelingen. Erst dann können auf dieser Basis auch nicht gelungene Interaktionsmomente und Probleme zu einer positiven Herausforderung werden, weiter zu lernen und sich selbst weiterzuentwickeln. Wir bezeichnen dies als »Gelegenheit zum Lernen«.

Wie dies im Rahmen einer MarteMeo-Beratung konkret umgesetzt werden kann, veranschaulichen die beiden folgenden beiden Praxisbeispiele.

⁴ Es gilt vereinfacht, ein »Annäherungsziel« zu finden und kein »Vermeidungsziel« zu bearbeiten (vgl. Schwing u. Fryszer, 2017, S. 104 ff.).

5 Zwei exemplarische Fallbeispiele aus der Praxis

Fallbeispiel 1 aus der Jugendhilfe

Frau G.⁵ hat, nachdem sie ihre Arbeit und ihre Wohnung verloren hat, eine Zeit lang auf der Straße gelebt. Während dieser Zeit hatte sie ein erhebliches Alkoholproblem. Von einem Mann, zu dem sie keine dauerhafte Beziehung hatte, wurde sie ungewollt schwanger. Kurz vor der Entbindung wurde das Jugendamt auf sie aufmerksam. Ihr wurde unmissverständlich mitgeteilt, dass ihr Kind sofort nach der Entbindung in einer Pflegefamilie untergebracht würde. Wenn sie das Kind dauerhaft selbst versorgen wolle, müssten vorab folgende Bedingungen erfüllt sein: Die Sicherung ihres Lebensunterhalts (Sozialhilfe), ein fester Wohnsitz und die Bereitschaft, über einen längeren Zeitraum Hilfe durch eine Sozialpädagogische Familienhilfe (SPFH) in Anspruch zu nehmen.

Es war Frau G. ein großes Anliegen, ihr Kind selbst zu versorgen und alles, was in ihren Kräften stand, zu tun, um diesem Kind eine gute Mutter zu sein. Sie ging unmittelbar nach der Entbindung in eine stationäre Therapie und nahm nach der Entlassung sofort das Angebot einer Sozialpädagogischen Familienhilfe an. Die Beraterin war ihr zunächst dabei behilflich, Sozialhilfe zu beantragen und eine geeignete Wohnung zu finden. Dies – und vor allem die vorurteilsfreie, wertschätzende Haltung der Kollegin – trugen dazu bei, Vertrauen, Sicherheit und Zuversicht in der Beratungsbeziehung zu entwickeln. Nach einer detaillierten Information über Sinn, Ziel und Ablauf einer MarteMeo-Beratung war die Klientin damit einverstanden, auf diese Weise im Umgang mit ihrem Kind begleitet zu werden. Sie wollte lernen, ihrem kleinen Sohn eine gute Mutter zu sein. Das Kind war circa zwei Jahre alt, als es in den Haushalt der Mutter rückgeführt wurde. Davor fanden regelmäßige, zum Ende hin immer häufigere Besuchskontakte in der Pflegefamilie bzw. im Haushalt der Mutter statt.

Der 1. Film zeigt die Mutter und Nico auf dem Heimweg vom Kindergarten. Vorher hatte die Mutter erzählt, dass dieser Weg, für den man normalerweise ungefähr 20 Minuten benötigt, bis zu 1,5 Stunden dauern kann, weil Nico überall etwas entdeckt, was ihn interessiert und stehenbleibt, um ausführlich zu schauen. Im Film sind viele solcher Momente zu sehen. Nico beobachtet den Autoverkehr, eine Baustelle, sieht Nachbars Katze, balanciert auf einer kleinen Mauer, versteckt sich hinter einem Strauch. Die Mutter bleibt in all diesen Situationen freundlich und zugewandt, kann die Freude Nicos an den Dingen, die er entdeckt, teilen und versucht ihn immer wieder zum Weitergehen zu bewegen, was aber selten gelingt. Sichtbar werden ihr guter Kontakt zum Kind und gleichzeitig ihre große Unsicherheit, wenn es darum geht, ihrem Kind eine angemessene Leitung zu geben. Zu Hause angekommen darf Nico die Post aus

5 Alle Namen in den beiden Fallbeispielen wurden anonymisiert.

dem Briefkasten holen und bekommt dabei eine liebevolle, kleinschrittige Anleitung, wie er dies tun kann.

Im 1. Review zeigt die Beraterin der Mutter als erstes die »Briefkastenszene« und fragt: »Was sind Ihre Gedanken, wenn Sie das sehen?« Die Mutter ist gerührt und nachdenklich: »Das ist schön!« Die Beraterin erklärt ihr, warum dieser Moment so schön ist, was sie als Mutter tut, damit es Nico gelingt, das Schloss des Briefkastens aufzuschließen, die Post herauszuholen, gemeinsam mit der Mutter die Werbung auszusortieren und in den Papierkorb zu werfen, um dann ganz selbstverständlich mit ihr die Treppe zur Wohnung hinaufzugehen. Frau G. erkennt, wie sie durch ihre konkrete Anleitung ihrem Sohn Leitung gibt und er ihr folgt. Dies wird nun auf einige ausgewählte Szenen während des Heimwegs übertragen. Bereits an den folgenden Tagen benötigen Nico und seine Mama deutlich weniger Zeit für den Heimweg!

Die MarteMeo-Beraterin filmte zu Beginn in jeder Woche, später jede zweite Woche eine typische Alltagssituation dieser kleinen Familie. Es ging um gemeinsame Mahlzeiten, spielen, anziehen, baden, zu Bett gehen, morgens für den Kindergarten fertig zu werden usw. Szenen aus jedem dieser Filme wurden wenige Tage später mit der Mutter in einem Review ausführlich besprochen.

Einer der Filme zeigt Nico beim Baden. Mutter und Kind spielen mit großem Vergnügen mit Bergen von Schaum. Nur – ein Ende zu finden ist für Nico und die Mutter gar nicht so einfach! Im Review geht es um das Thema, wie die Mutter Nico auf eine gute Weise Grenzen setzen und etwas zu einem guten Abschluss bringen kann. Sie sieht, dass sie durch die Art und Weise, wie sie das Ende des Spiels ankündigt und es dann liebevoll und bestimmt umsetzt, ihrem Sohn Sicherheit vermitteln kann und er kooperiert, weil er nun weiß, was als nächstes passiert. Gleichzeitig lösen diese schönen Bilder bei der Mutter im Review sichtbar starke Gefühle aus, weil der Alltag oft so schwierig ist. Jedes Mal, wenn Nico nicht kooperiert, hat sie das Gefühl, in ihrer Erziehung als Mutter zu versagen. Außerdem geht es ihr in diesem Moment körperlich nicht so gut. Arztbesuche verschlingen viel Zeit und es dauert, bis die medizinische Behandlung positive Wirkung zeigt. Die Beraterin zeigt Verständnis, ohne zu beschwichtigen. Sie bestätigt, dass es nicht einfach ist, diesen kleinen, aufgeweckten und lebhaften Jungen gut zu begleiten, vor allem, wenn es einem selber körperlich nicht gut geht. Dann aber zeigt sie der Mutter an vielen kleinen konkreten Momenten im aktuellen Film, wo sie auf einem guten Weg zu ihrem Ziel ist.

Insgesamt begleitet die Sozialpädagogische Familienhilfe Frau G. über zwei Jahre. Für das letzte Review, das sogenannte Abschlussreview, hat sich Frau G. besonders hübsch gemacht. Sie trägt ihre Haare offen, hat sie in Wellen gelegt und trägt einen neuen Pullover. Nachdem die Beraterin und Frau G. gemeinsam an mehreren ausgewählten Szenen die Zusammenarbeit Revue passieren ließen, wählt die Beraterin die Metapher der Ernte und fragt die Mutter, was

die Arbeit an den Filmen für sie gebracht habe und wie sie Nico heute erlebt. Frau G. antwortet, dass ihr ohne die Filme nicht so schnell klar geworden wäre, was Nico braucht, wenn er beispielsweise seinen Kopf durchsetzen, unbedingt etwas alleine machen will oder es in anderen Situationen schwierig mit ihm ist. Sie habe jetzt meistens das Gefühl, ihre Sache als Mutter gut zu machen und ist sich bewusst, dass nach kurzen schwierigen Momenten auch wieder gute Phasen kommen.

Ganz sicher wird das Leben für diese Mutter auch weiterhin nicht nur eitel Freude und Sonnenschein sein. Aber sie hat erfahren, dass sie von ihrer Beraterin respektvolle und einfühlsame Hilfe bekommen konnte, dass ihr eigenes Entwicklungstempo der Maßstab war und sie stolz sein darf auf alles, was sie in diesen zwei Jahren aus eigener Kraft geschafft hat!

Fallbeispiel 2 aus einem Wohnheim für Menschen mit körperlicher Behinderung

In den meisten alltäglichen Verrichtungen auf Hilfe angewiesen zu sein, kann – wenn dies nicht ausgesprochen respektvoll und das Selbstbestimmungsrecht der Betroffenen beachtend erfolgt – in hohem Maße beschämend sein. Das folgende Beispiel aus der Praxisausbildung einer Schülerin für Heilerziehungspflege zeigt, wie viel Freude am Kontakt und Stolz auf das, was gelingt, möglich ist, wenn die Pflegekraft einer Bewohnerin freundlich zugewandt mit Respekt und Wertschätzung begegnet und sie so die Gefahr, dass die Bewohnerin durch die erforderlichen oder gut gemeinten Aktivitäten der Pflegekraft beschämt wird, erheblich reduziert. Zeitdruck und dadurch bedingte Unaufmerksamkeit sind, wie viele Beispiele aus dem Pflegealltag zeigen, eine häufige Quelle für die Beschämung von Bewohner/innen oder Patient/innen (vgl. Groll, 2018).

Auf dem Videofilm ist Regina in der Interaktion mit einer behinderten Frau zu sehen. Sie spielen Memory. Regina absolviert eine Ausbildung als Heilerziehungspflegerin. Die Aufnahme wurde im Kontext der Praxisausbildung der Schülerin erstellt. Die Klientin ist mittleren Alters, wirkt sehr gepflegt, hat die Haare zu einem Pferdeschwanz hochgebunden, trägt goldene Ohrringe und an jeder Hand einen Goldring. Sie lebt in einem Wohnheim für Menschen mit körperlicher Behinderung und hat das sogenannte Locked-In-Syndrom.⁶ Aufgrund

6 Beim Locked-In-Syndrom handelt es sich um eine komplette Lähmung der vier Gliedmaßen und des Körpers sowie des Sprachapparates. In der Folge kommt es zu einem weitgehenden Verlust der Kommunikationsfähigkeit. Die Betroffenen können sich meist nur noch durch Augenbewegungen (Zwinkern, Blinzeln u. ä.) verständigen. Jedoch sind selbst auf diesem Wege nur sehr eingeschränkte Äußerungen durch Ja/Nein-Fragen möglich. Die häufigste Ursache für die Erkrankung liegt im Hirnstamminfarkt. Dabei wird die Blutversorgung von Mittelhirn, Hirnbrücke und verlängertem Rückenmark so stark eingeschränkt oder komplett unterbrochen, dass es zu erheblichen Einschränkungen in verschiedenen Körperfunktionen kommt.

Das Locked-In-Syndrom geht mit einem intakten Bewusstseinszustand bei nahezu vollständiger Handlungsfähigkeit einher. Betroffene nehmen Reize wahr. Sie können hören, riechen, schme-

der Lähmung sitzt die Betroffene in einem Rollstuhl. Vor ihr liegen auf einem Brett, vermutlich einem Backblech, die Memory-Karten ausgebreitet. Regina sitzt im rechten Winkel an ihrer Seite auf einem Stuhl. Die Situation spielt sich in einem Wohnraum ab. Zunächst benennt Regina mit freundlichem Gesicht die Situation: »Du weißt ja, heute spielen wir Memory«. Auf die Frage: »Wer fängt an, blond oder brünett?« geht ein Lächeln über das Gesicht der Betroffenen und ihr Mund ist geöffnet. Sie führt eine Augenbewegung nach unten aus, die wirkt, wie wenn sie die Augen kurz schließen würde. Regina antwortet: »Du!«.

Aufmerksam und lächelnd schaut Regina in das Gesicht der Frau, die erneut ihre Augenlider nach unten bewegt. Sie tut dies einmal. Regina verbalisiert: »erste Reihe?« und vergewissert sich, dass ihre Wahrnehmung korrekt ist, indem sie der Frau abwartend ins Gesicht blickt. Es entsteht eine kurze Pause. Anschließend schließt und öffnet die Frau ihre Augenlider mehrmals nacheinander. Regina zählt laut mit: »eins – zwei – drei – vier« und tippt dabei auf die Memory-Karten in der ersten Reihe des Spielbretts. Mit der vierten und letzten Augenbewegung dreht sie die entsprechende Karte um und benennt das Motiv »eine Eule«. Anschließend achtet sie wieder auf die Augenbewegung der Klientin und zählt laut: »erste Reihe, zweite Reihe, dritte Reihe.« Es erfolgt erneut eine kurze Pause – offensichtlich als Signal, dass damit feststeht, aus welcher Reihe die Karte entnommen werden soll. Die Klientin blinzelt erneut und Regina zählt deutlich hörbar mit: »eins – zwei«. Sie wartet ab, ob noch ein Signal kommt. Nachdem dies ausbleibt, wendet sie die Karte »ein Zug«. Ihr Blick ist stets freundlich lächelnd, die Stimme hat einen guten, freundlichen Ton und mit hoher Aufmerksamkeit wechselt ihr Blick zwischen dem Gesicht der Klientin und dem Spielbrett hin und her. Nachdem die Karten kein Pärchen bilden, beendet sie die erste Spielsequenz mit einem humorvollen Kommentar: »Das war wohl ein Fehler!«

Jetzt ist Regina an der Reihe. Sie benennt ihre Spielhandlung und wendet ebenfalls zwei Kärtchen, die jedoch auch unterschiedlich sind. »Jetzt bist Du wieder dran«. Erneut führt die Klientin eine deutlich sichtbare Augenlidbewegung nach unten durch. Regina wartet kurz ab – »erste Reihe«. Anschließend kommt zu weiterem Blinzeln, das zügig nacheinander durchgeführt wird. Regi-

cken, sehen und auch (eingeschränkt) fühlen. In den meisten Fällen geht die Fähigkeit zum Sprechen, Schlucken und zur Mimik verloren. Das Sprachverständnis ist meist nicht eingeschränkt. Zur Kommunikation werden Blickbewegungen genutzt. Die körperliche Situation ist mit der von ab dem Halse abwärts querschnittsgelähmten Menschen zu vergleichen. Die Betroffenen sind in ihrer Wachheit nicht eingeschränkt. Es kommt nicht zu empfundenen Schmerzen oder zu einem unwohligen Körpergefühl. Die kognitiven Möglichkeiten sind meist nur dann eingeschränkt, wenn der Auslöser des Locked-In-Syndroms zu kognitiven Behinderungen geführt hat. Da die Betroffenen meist völlig bei Bewusstsein sind, ist das Locked-In-Syndrom deutlich vom Wachkoma abzugrenzen (Quelle: <http://symptomat.de/Locked-In-Syndrom>).

na zählt laut bis acht mit. Anschließend wendet sie auf dem Spielbrett die achte Karte und benennt das Motiv.

Der Ablauf wiederholt sich im Spielverlauf mehrfach. Die Klientin signalisiert mit einer Augenlidbewegung nach unten zunächst die Reihe, aus der die Karte entnommen werden soll. Nach kurzer Pause wird über weitere Bewegungen die Position der Karte innerhalb der Reihe definiert. Regina zeigt alle Elemente förderlicher Kommunikation. Mit großer Aufmerksamkeit nimmt sie die Augenbewegungen der Klientin wahr. Während des gesamten Spielverlaufs benennt sie alle Handlungsschritte der Klientin und ihre eigenen. Sie vergewissert sich durch kurzes Nachfragen, ob sie die Augenbewegungen korrekt »verstanden« hat und lässt sich dies von der Klientin bestätigen. Immer wieder öffnet sich der Mund der Klientin zu einem Lachen, sie gibt tiefe Laute von sich. Regina teilt die Freude der Bewohnerin, zeigt ihr immer wieder ihr lächelndes, freundlich zugewandtes Gesicht. Konsequenter und entsprechend der üblichen Memory-Spielregeln wechseln sich die beiden im Spielverlauf ab. Regina behält stets den Überblick über den Spielverlauf. Ihr freundliches Gesicht und ein warmer Tonfall zeigen die Freude am gemeinsamen Spiel.

Es lässt sich gut nachvollziehen, dass diese Art der Interaktion beispielsweise auch bei Pflegehandlungen das Maß an möglicher Scham über die eigene Hilflosigkeit nicht nur deutlich reduziert, sondern vielmehr Stolz und Freude über gelungene Interaktion (Kontakt und Kooperation) die Oberhand gewinnen!

6 Zusammenfassung

Wenn, wie Weinblatt betont, eine gute Zusammenarbeit beispielsweise zwischen den Eltern oder auch zwischen Berater/in und Klient/in nur dann möglich ist, wenn vorhandene Scham auf ein niedriges Niveau »herunterreguliert« werden kann, stellt sich konkret die Frage des »Wie«. Weinblatt fokussiert bei der Beantwortung dieser Frage auf drei Begriffe:

- Näher zusammenrücken!
- Wertschätzung ausdrücken!
- Gemeinsamkeit erleben! (2016, S. 145).

Im Rahmen einer MarteMeo-Beratung bedeutet dies:

1. Sich bewusst an die Seite der Klienten zu stellen (*nicht* belehrend oder korrigierend auftreten) und mit ihnen gemeinsam den Blick sowohl auf ihre Kinder/Adressaten als auch auf ihr tieferes Bedürfnis, das heißt ihre Motivation, ihnen gute Eltern/Pädagogen/Pflegekraft usw. zu sein, zu fokussieren. Die oftmals im Anfangsstadium der Beratung noch kleinen, positiven Momente der Interaktion können, wenn sie in ihrer Bedeutung für das Kind/die Adressaten

der Unterstützung angemessen groß herausgestellt werden, zu Bausteinen für mehr Zuversicht und das Gefühl von wachsender Selbstwirksamkeit werden.

2. Empathie und Lob angemessen dosieren (sog. homöopathische Dosis). Maria Aarts umschrieb in den ersten Jahren unserer Zusammenarbeit die Lebenssituation vieler Klienten mit: »They are people of the shadow!«, das heißt, sie haben immer wenig Anerkennung und Unterstützung erhalten. Ein zu hohes Maß an Lob oder eine übertriebene Empathie kann wiederum beschämend wirken, weil dann das innere Bild, das Klienten von sich selbst haben, zu stark differiert von dem Bild, das ihnen ihre Beraterin – gut gemeint – vermitteln will. Dies kann dazu führen, dass sie ein solches Lob als unehrlich (»In Wirklichkeit denkt sie auch, ich wäre eine schlechte Mutter!«), beschwichtigend (»Für sie ist das scheinbar alles nicht so schlimm!«) oder taktisch erleben (»Das sagt sie jetzt nur, damit ich mich noch mehr anstrengende oder anpasse, aber ich weiß genau, dass ich das doch nicht schaffe!«).

3. Gemeinsam mit den Klient/innen nach Lösungsmöglichkeiten suchen, die in erster Linie zu ihrer Person und ihren Lebensverhältnissen passen und *nicht* ausschließlich auf die Anpassungsleistung an vorgegebene Regeln oder Ziele der Institution, z. B. des Jugendamtes oder der Pflegeeinrichtung, gerichtet sind. Das heißt, die Suche nach Lösungen zu einem gemeinsamen, aktiven und kreativen Prozess in der Beratung zu machen. Es gilt, sich als MarteMeo-Berater/in auch von den Ideen der Klient/innen leiten und überraschen zu lassen und bereit zu sein, Unübliches in Erwägung zu ziehen. Lösungserkundung kann so zu einer gemeinsamen Erfahrung zwischen Klient/in und Berater/in werden. Wenn Probleme, Enttäuschungen oder Kritik aneinander zu Distanz in den Beziehungen geführt haben, kann beispielsweise auf die Gemeinsamkeiten und gegenseitige Wiederannäherung fokussiert werden. Bausteine für das Empfinden von Würde anstelle von Scham können damit sein:

1. Der bewusste Zuspruch (»Erlaubnis«), »so zu sein«, »wer zu sein«, bzw. »der oder die zu sein, die ich mit all meinen Stärken und Schwächen bin«!
2. Das Gefühl für die eigene Wertigkeit zu unterstützen: »Ich bin es wert, ...«, beispielsweise auch, Hilfe in Anspruch nehmen zu dürfen!
3. Eigene Möglichkeiten wie »Ich kann doch etwas bewirken!« bewusster zu erleben! Für solche wichtigen »Entdeckungen« sind die Filmaufnahmen eine ausgezeichnete Quelle!
4. Den Zugang zu eigener Kraft/Energie wiederzugewinnen durch den gemeinsamen Blick auf das, was die Ratsuchenden selbst geschafft haben, auf die Momente, auf die sie zu Recht stolz sein können und über die sie sich freuen können!
5. Aufzeigen, in welche Beziehungen die Ratsuchenden eingebunden sind und wie diese Beziehungen auch Bindung ermöglichen, um so das Gefühl von Zugehörigkeit, Schutz, Geborgenheit und Sicherheit zu erhöhen.

6. Die bewusste »Erlaubnis« (Zuspruch), sich auch abgrenzen zu dürfen: »Ich muss *nicht* alle Erwartungen anderer erfüllen!« oder »Ich darf mich auch von anderen unterscheiden!«.

Für die Arbeit mit MarteMeo bedeutet dies, dass diese grundlegende Haltung nicht nur für die Beziehung zwischen Beratenden und Klienten gilt, sondern sich wie eine Kaskade in allen anderen Beziehungen fortsetzt. Es geht beispielsweise auch darum, dass Lehrende in der Methode sich Weiterbildungs-Teilnehmer/innen gegenüber analog so verhalten, wie es für Klient/innen gilt, nämlich die konkrete Unterstützung und Begleitung eines Prozesses, der Entwicklung und Wachstum ermöglicht. In all diesen Beziehungen geht es auch immer darum, mögliche vorhandene Scham zu reduzieren, erneute Beschämung zu vermeiden und das aufbauende Erleben von Würde zu unterstützen.

Wenn MarteMeo eine Haltung impliziert, die auf Entwicklung und inneres Wachstum ausgerichtet ist, spricht diese Art der Beratung damit Entwicklung und Wachstum als grundlegende Bedürfnisse von Menschen an und macht erfahrbar, dass beides Spaß und Lust auf mehr machen kann, ohne dabei zu vergessen oder zu unterschlagen, wie viel harte Arbeit gegebenenfalls damit verbunden sein wird.

Literatur

- Aarts, M. (2016). Marte Meo – Ein Handbuch (4. Aufl.). Eindhoven/NL: Aarts Productions.
- Bandura, A. (1979). Sozial-kognitive Lerntheorie. München: Klett.
- Bielefeldt, H. (2008). Menschenwürde. Der Grund der Menschenrechte. Berlin: Deutsches Institut für Menschenrechte.
- Bielefeldt, H. (2011). Auslaufmodell Menschenwürde? Warum sie in Frage steht und warum wir sie verteidigen müssen. Freiburg: Herder.
- Bieri, P. (2015). Wie wollen wir leben? (6. Aufl.). München: dtv.
- Bünder, P., Sirringhaus-Bünder, A., Helfer, A. (2015). Lehrbuch der MarteMeo-Methode. Entwicklungsförderung mit Videounterstützung (4. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Conen, M.-L. (2015). Zurück in die Hoffnung. Systemisches Arbeiten mit »Multiproblemfamilien«. Heidelberg: Carl-Auer.
- Erikson, E. H. (1982). Kindheit und Gesellschaft. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Groll, T. (2018). Das schlechte Gewissen arbeitet immer mit. In Zeit-online, 17.06.2018.
- Heckhausen, J., Heckhausen, H. (2006). Motivation und Handeln: Einführung und Überblick. Berlin: Springer.
- Hüther, G. (2018). Würde: Was und stark macht – als Einzelne und Gesellschaft. München: Knaus.
- Kant, I. (1986). Grundlegung zur Metaphysik der Sitten. Stuttgart: Reclam.
- Marks, St. (2017). Die Würde des Menschen ist verletzlich. Was uns fehlt und wie wir es wiederfinden. Ostfildern: Patmos.
- Schwing, R., Fryszer, A. (2017). Systemische Handwerk. Werkzeug für die Praxis (8. Aufl.). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

- de Shazer, S. (2014). Wege der erfolgreichen Kurzzeittherapie (12. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Storch, M., Krause, F. (2017). Selbstmanagement ressourcenorientiert: Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell (ZRM) (6. Aufl.). Bern: Huber.
- Weinblatt, U. (2016). Die Nähe ist ganz nah! Scham und Verletzungen in Beziehungen überwinden. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.

Korrespondenzadresse: Prof. Dr. Peter Bündler, Wittelsbacherstraße 35, 50321 Brühl;
E-Mail: peter.buender@koelner-verein.de