

MATERIALIEN!!!

IMPULSE FÜR DIE KIRCHLICHE JUGENDARBEIT

AUSGABE 153

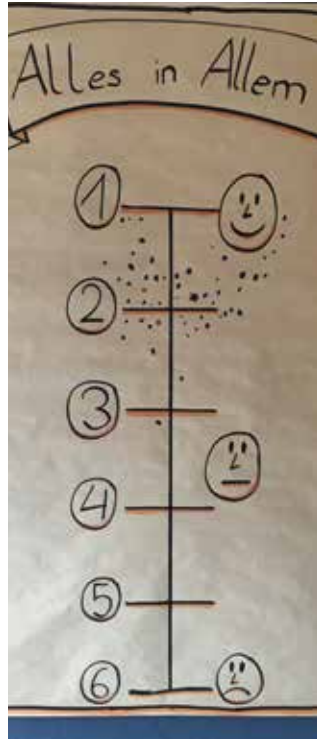
„Möge die Macht mit Dir sein!“ Jugendseelsorge als Lebensbegleitung



DOKUMENTATION DER JAHRESTAGUNG
FÜR JUGENDSEELSORGE 2016

Erzbischöfliches
Jugendamt
München
und Freising





Vorwort 2

Von der (Un-)Möglichkeit erwachsen zu werden.
Prof. Dr. Heiner Keupp 4

GRUNDLAGEN

Jugendliche seelsorglich und geistlich begleiten
Pater Philip Görtz 14

„Der Säbelzahn tiger lebt!“ – Notfallseelsorge
Hermann Saur 22

ZUGÄNGE

Das Prinzip Beziehung – Interpersonale Grundlagen
Stephan Langer 26

„Wie tickst du?“ – Interpersonales Modell
Stephan Langer 32

Mädchen und Jungen stärken
Katrin Schiele und Michael Ponert 37

Tod und Trauer –
Kinder und Jugendliche wollen begleitet werden
Magdalena Duscha 42

Generationenkonflikte in Familien und wie damit umgehen
Andreas Klein 52

Begleitung in Übergangsprozessen
Bettina Siebert-Blaesing 56

„Das Leben feiern“ – Liturgiewerkstatt
Andreas Spöttl 61

Literaturempfehlungen 66

Autorenverzeichnis 68

Impressum 69

„Möge die Macht mit Dir sein!“ Jugendseelsorge als Lebensbegleitung

Zuspruch, ein offenes Ohr haben, Freud und Leid teilen oder einfach nur da sein. Gute Begleitung für Jugendliche entsteht nicht einfach nebenbei. Was ist für eine gute Begleitung nötig? Wie entwickelt sich Identität? Wie gelingen Gespräche? Wie hilft man in Zeiten der Krise? Wie geht geistliche Begleitung mit Jugendlichen?

Die Jahrestagung für Jugendseelsorge 2016 mit dem Titel „Möge die Macht mit Dir sein!“ – Jugendseelsorge als Lebensbegleitung beschäftigte sich mit dem Thema Begleitung, Seelsorge und Gespräch mit jungen Menschen.

Die Vorträge von Prof. Dr. Heiner Keupp und Pater Philipp Görtz gaben aus soziologischer und theologischer Blickrichtung einen Überblick zum Thema Begleitung junger Menschen in unserer heutigen Gesellschaft.

In unterschiedlichen Werkstätten und Kurzworkshops hatten die Teilnehmenden die Chance sich mit verschiedenen Facetten von Begleitung auseinanderzusetzen.



Eine große Bandbreite jugendlicher Lebensthemen, wie Begleitung im Glauben, die eigene Biographie, Tod und Trauer, lebensbedrohliche Krisen oder die geschlechtliche Entwicklung, wurden in den unterschiedlichen Werkstätten intensiviert.

Die vorliegende Dokumentation erscheint als MATERIALIEN-Heft Nr. 153. Sie umfasst die Hauptvorträge und einige der Workshops der Jahrestagung für Jugendseelsorge 2016.

Wir wünschen Ihnen eine interessante Lektüre und Anregungen für die Begleitung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen.


Daniel Lerch
Diözesanjugendpfarrer


Andrea Glodek
Grundsatzreferentin



München, im Februar 2017

Von der (Un-)Möglichkeit erwachsen zu werden¹

Identitätsentwicklung in Zeiten der großen Verunsicherung

Junge Menschen wachsen heute in einer Gesellschaft auf, die von der Pluralisierung der Lebensstile, Werthaltungen und Ziele gekennzeichnet ist und in der sich die sozialstrukturell gegebenen objektiven Lebenschancen höchst unterschiedlich bieten. Die einschlägige Fachliteratur zeigt ein deutlich verändertes Profil des Erwachsenwerdens unter den aktuellen spätmodernen Lebensbedingungen (vgl. Arnett 2002; 2004; Csikszentmihalyi & Schneider 2000; Côté 2000; Côté & Levine 2002; Furlong & Cartmel 2007, Göppel 2005; 2007). In einer solchen Gesellschaft wird die Lebensgestaltung zu einem risikoreichen Unternehmen, bei dem sich das Subjekt immer weniger auf vorgegebene Normen und Modelle beziehen kann. Der tiefgreifende soziokulturelle Umbruch, der sich gegenwärtig vollzieht, zeigt gerade bei Heranwachsenden seine „Kostenseite“. Die Lebenssituation von Jugendlichen ist heute in der sozialen Lebenswelt durch eine eigentümliche Spannung gekennzeichnet: Einerseits sind auch schon für Jugendliche die Freiheitsgrade zur Gestaltung der eigenen individuellen Lebensweise sehr hoch. Andererseits werden aber diese „Individualisierungschancen“ erkaufte durch die Lockerung von sozialen und kulturellen Bindungen. Der Weg in die moderne Gesellschaft ist, so gesehen, auch ein Weg in eine zunehmende soziale und kulturelle Ungewissheit, in moralische und wertemäßige Widersprüchlichkeit und in eine erhebliche Zukunftsunsicherheit.

1. Entwicklungsaufgaben des Jugendalters heute

Die Vorstellung, dass die Jugendphase eine historisch invariante Etappe in der Entwicklung eines Menschen bildet, wird durch die aktuelle Entwicklung deutlich widerlegt und von der Jugendforschung wird gerade für die Gegenwart ein bemerkenswerter Wandel konstatiert: „Kinder und Jugendliche müssen heute stabile und kohärente Identitäten ausbilden, was angesichts der ‚flüchtigen Moderne‘ (Bauman 2003) immer schwieriger wird.

Sie müssen in kürzerer Zeit mehr Wissen und mehr Kompetenzen erwerben als noch vor zwanzig Jahren. Anders formuliert: Die typischen Entwicklungsaufgaben des Kindes- und Jugendalters sind für die Mehrheit der Kinder und Jugendlichen angewachsen und müssen schneller erledigt werden“ (Lüders 2007, S. 5).

Mit dem Konzept der alterstypischen Entwicklungsaufgaben für Jugendliche in der Adoleszenz wird seit einigen Jahrzehnten versucht, die notwendige Auseinandersetzung der Heranwachsenden mit den gesellschaftlichen Erwartungen und den normierenden Bildern des Jugendalters prägnant zu bündeln. In der Fachliteratur existiert mittlerweile eine Reihe von Vorschlägen, welche denn nun die typischen Entwicklungsaufgaben des Jugendalters in der Gegenwart sind. Auch wenn sich diese im Detail und in der Sortierung unterscheiden, so lassen sich doch für die Jugendphase charakteristische Entwicklungsaufgaben (Fend 2001) ausmachen. Als gesundheitsrelevante Entwicklungsthemen für das Jugendalter lassen sich vor allem folgende drei Aspekte ausmachen:

- Den Körper spüren
- Die Grenzen suchen
- Eine eigene Identität finden

Den Körper spüren

Wie wohl kaum eine andere biografische Veränderung markieren die hormonellen und körperlichen Veränderungen den Beginn der Pubertät und der Jugendphase. Dabei spielen äußerliche Veränderungen (Größenwachstum, Ausprägung der sekundären Geschlechtsmerkmale und Geschlechtsreife) ebenso eine Rolle wie komplexe psychische Dynamiken und die vielschichtigen Reaktionen der Umwelt. Befunde aus der Neurobiologie belegen, dass Gehirnstrukturen in dieser Zeit grundlegend



Prof. Dr. Heiner Keupp
Hochschullehrer
für Sozialpsychologie

¹ Von der Herausgeberschaft stark gekürzt und redaktionell bearbeitet.

umgebaut und neue Lernprozesse möglich werden (vgl. Wietasch 2007). Dabei werden vor allem die äußerlich sichtbaren Veränderungen des Körpers zum Gegenstand zum Teil ängstlicher eigener wie auch fremder kritischer Beobachtung und, soweit als möglich, zum Objekt von bewusster Gestaltung, zum Teil aber auch bewusster Negierung.

Auch im Zusammenhang mit der sexuellen Reifung und dem wachsenden Interesse an sexueller Attraktivität gewinnen Schönheitsideale an Bedeutung ebenso wie das Interesse, „etwas aus sich zu machen“. Körperästhetik, Inszenierungen und Präsentationen beanspruchen viel Raum (vgl. Misoch 2007); das Ausprobieren der Geschlechterrollen und auch erster sexueller Annäherungen prägen den Alltag bis in die kleinsten Nischen. Körpererfahrungen und Körpererleben werden in dieser Phase in vielfältiger Form zum Ausgangs- und Bezugspunkt von Wohl- und Unwohlbefinden, von positiver Weltzuwendung wie auch von quälenden Anstrengungen, von Krisen und neuen Risiken. Dabei differieren die Muster der Körperwahrnehmung und des Umgangs mit ihm sowie das Sexualverhalten nach sozialen Lagen, kulturellen Hintergründen sowie zwischen den Geschlechtern erheblich.

Grenzen suchen

Es gehört zum bislang weitgehend akzeptierten Common Sense, dass Jugendliche ihre Grenzen erproben müssen. Nicht nur die körperlichen und psychischen Veränderungen, sondern auch die sich öffnenden gesellschaftlichen Spielräume sowie schließlich die Notwendigkeit, eine eigene Position in der Welt finden zu müssen, erfordern geradezu das Ausloten der eigenen individuellen sowie der gesellschaftlich gesetzten Grenzen. Hinzu kommt, dass spätmoderne Gesellschaften mit ihren diffusen Normierungen, inneren Widersprüchen und zahlreichen Doppelbödigkeiten nicht mehr einfache Anpassungen an vorgegebene Muster der Lebensführung ermöglichen, sondern jeden Einzelnen und jede Einzelne zwingen, sich individuell ihren Weg durch die vielfältigen Optionen zu bahnen. Das vielfältige, wenig gesundheitsförderliche Risikoverhalten, z. B. in Form von Extremsport, Magersucht, Ritzen, Probieren von Drogen, Rauschtrinken (Raithel 2001), und die Bereitschaft zu extremen

körperlichen Belastungen sind in diesem Sinne ebenso als Formen des Auslotens von Handlungsräumen und des Suchens nach Grenzen zu verstehen, wie die vielen Formen abweichenden Handelns, sei es in Form delinquenten bzw. strafrechtlich relevanten Handelns, sei es in Form psychopathologischer Verhaltensweisen. Grenzen suchen bedeutet schließlich, sich im sozialen Netz zwischen Elternhaus, Schulumwelt, Peergroup und virtuellen Welten zu positionieren und die dabei jeweils gültigen Regeln akzeptieren bzw. deren Spielräume ausloten zu lernen.

Eine eigene Identität finden

Eng mit den zuvor genannten Entwicklungsthemen ist schließlich die zentrale Herausforderung der Jugendphase zu sehen, die Entwicklung einer eigenen Identität, die mit der Beantwortung der Frage „wer bin ich“ verknüpft ist. Damit sind für die Jugendlichen existenzielle Grund- und Sinnfragen angesprochen, die besonders in dieser Lebensphase eine wichtige Rolle spielen. Die Beschäftigung mit Religion, Transzendenz, Tod, aber auch grundlegende Erfahrungen wie Angst Bedrohung, Verzweiflung, Hoffnung und Zuversicht nehmen deshalb einen breiten Raum ein. Die Frage nach der eigenen Identität tangiert aber auch die vielen Teilaspekte von Identität – also z. B. die Geschlechtsidentität (wer bin ich als Junge bzw. als Mädchen?) – oder die verschiedenen Bezüge zur Welt und die individuell jeweils verfügbaren und zugänglichen Wissensbestände und Kompetenzen in sachlichdinglicher, kultureller, sozialer und subjektiver Hinsicht (Deutscher Bundestag 2005).

Gesellschaftlich wird dabei – trotz aller ungebrochen wirksamen Individualisierungs-, Pluralisierungs-, Entgrenzungs- und spätmodernen Vergesellschaftungsprozesse (Keupp u. a. 2013) – von Jugendlichen erwartet, dass sie eine im Kern relativ kohärente Identität ausbilden. Identität wird hier verstanden als ein permanenter Aushandlungsprozess, in dem das Individuum versucht, über Handlungen/Verhalten eine Übereinstimmung zwischen der eigenen Selbstwahrnehmung und eigenen – antizipierten – Verhaltensstandards zu erreichen („Identitätsarbeit“). Der Begriff der Identität umfasst nicht nur Werte und Ziele sowie Vorstellungen darüber, wer man ist, sondern auch über die eigenen Fähigkeiten.

Damit ist „Identität“ auch für die Entwicklung des Kohärenzsinn (Antonovsky 1997) von großer Bedeutung. Zentrales Ziel des Identitätsprozesses ist das (immer wieder erneute) Erreichen eines positiven Selbstwertgefühls und einer allgemeinen Handlungsfähigkeit, die die Grundlage für die Lebensbewältigung und damit die Basis für Gesundheit bilden. Wenn es einem Jugendlichen gelingt, eigene Identitätsziele zu erreichen, etwa, indem er vorhandene Stressoren (z. B. Arbeitsplatzverlust) als Herausforderung annimmt und positiv bewältigt, dann kann Identität selbst zu einer gesundheitsförderlichen Ressource im Umgang mit Stress und Krisen werden (Höfer 2000).

2. Identitätsfindung als risikoreicher Prozess

Die aktuellen gesellschaftlichen Veränderungen lassen das „Aufwachsen heute“ (Göppel 2007) zu einer Konstellation „riskanter Chancen“ (Keupp 1988) werden. Es eröffnen sich in diesen Wandlungsprozessen durchaus neue Gestaltungsmöglichkeiten im eigenen Lebensentwurf und in der alltäglichen Lebensführung. Gleichzeitig wachsen aber auch die Risiken des Scheiterns, denn die Bedingung für eine selbstbestimmte Nutzung dieser Chancen, für die Erfahrung von Selbstwirksamkeit und Handlungsmächtigkeit, ist die Verfügung über Kompetenzen und Ressourcen, die für viele Heranwachsenden nicht erreichbar sind. Die institutionellen Ressourcen aus den Bildungs-, Jugendhilfe- und Gesundheitssystemen sind in ihrer gegenwärtigen Gestalt nur unzureichend in der Lage, die personen- und milieugebundenen Ressourcen so zu fördern und zu kompensieren, dass von einer Ressourcengerechtigkeit gesprochen werden könnte. Insofern tragen sie ihrerseits zur Risikoerhöhung bei.

Jugendliche brauchen Lebens- und Erfahrungsräume, wie sie ihnen beispielsweise in Form der (offenen) Kinder- und Jugendarbeit zur Verfügung stehen, in denen sie sich jenseits des medialen „Mainstreams“ mit ihren Stärken und Schwächen erleben, aber auch Grenzen austesten können. Dadurch wird es Heranwachsenden möglich, vielfach noch unentdeckte Aspekte des Selbst zu einem realitätstauglichen Bild der eigenen Person (Identität) zusammenzufügen.

Die folgende These fasst die Überlegungen zusammen:

Reflexive Identitätsarbeit ist für Heranwachsende eine zentrale Entwicklungsaufgabe. Sie hat als Bedingung und als Ziel die Schaffung von Lebenskohärenz. In früheren gesellschaftlichen Epochen war die Bereitschaft zur Übernahme vorgefertigter Identitätspakete das zentrale Kriterium für Lebensbewältigung. Heute kommt es auf die individuelle Passungs- und Identitätsarbeit an, also auf die Fähigkeit zur Selbstorganisation, zum „Selbsttätigwerden“ oder zur „Selbsteinbettung“. Das Gelingen dieser Identitätsarbeit bemisst sich für das Subjekt von innen an dem Kriterium der Authentizität und von außen am Kriterium der Anerkennung. Die Vorstellung von Identität als einer fortschreitenden und abschließbaren Kapitalbildung wird zunehmend abgelöst durch die Idee, dass es bei Identität um immer wieder neu zu gestaltende „Projektentwürfe des eigenen Lebens“ geht.

3. Ressourcen der Identitätsarbeit

Welche Ressourcen werden denn nun benötigt, um selbstbestimmt und selbstwirksam eigene Wege in einer so komplex gewordenen Gesellschaft gehen zu können? Ohne Anspruch auf Vollständigkeit lassen sich die folgenden nennen:

1. Urvertrauen zum Leben
2. Dialektik von Bezogenheit und Autonomie
3. Entwicklung von Lebenskohärenz
4. Schöpfung sozialer Ressourcen durch Netzwerkbildung
5. Materielles Kapital als Bedingung für Beziehungskapital
6. Demokratische Alltagskultur durch Partizipation
7. Selbstwirksamkeitserfahrungen durch Engagement

Urvertrauen zum Leben

Um Souveränität zu gewinnen, ist ein Gefühl des Vertrauens in die Kontinuität des Lebens bereits in der frühen Kindheit erforderlich – ich nenne es ein Urvertrauen zum Leben. Es ist begründet in der Erfahrung, dass man gewünscht ist, dass man sich auf die Personen, auf die man existentiell angewiesen ist, ohne Wenn und Aber verlassen kann. Es ist das, was die Bindungsforschung eine sichere Bindung nennt, die auch durch

vorübergehende Abwesenheit von Bezugspersonen und durch Konflikte mit ihnen nicht gefährdet ist.

Dialektik von Bezogenheit und Autonomie

Eine Bindung, die nicht das Loslassen ermutigt, ist keine sichere Bindung, deswegen hängt eine gesunde Entwicklung an der Erfahrung der Dialektik von Bezogenheit und Autonomie. Schon Erikson² zeigte auf, dass Autonomie nur auf der Grundlage eines gefestigten Urvertrauens zu gewinnen ist.

Entwicklung von Lebenskohärenz

Lebenskompetenz braucht einen Vorrat von „Lebenskohärenz“. Aaron Antonovsky (1997) hat in seinem salutogenetischen Modell nicht nur die individuelle identitäts- und gesundheitsbezogene Relevanz des „sense of coherence“ aufgezeigt, sondern auch Vorarbeiten zu einem Familienkohärenzgefühl hinterlassen. Werte und Lebenssinn stellen Orientierungsmuster für die individuelle Lebensführung dar. Sie definieren Kriterien für wichtige und unwichtige Ziele, sie werten Handlungen und Ereignisse nach Gut und Böse, erlaubt und verboten.

Der gesellschaftliche Weg in die Gegenwart hat zu einer starken Erosion immer schon feststehender Werte und zu einer Wertpluralisierung geführt. Dies kann als Freiheitsgewinn beschrieben werden und hat dazu geführt, dass die Subjekte der Gegenwart als „Kinder der Freiheit“ charakterisiert werden. Die „Kinder der Freiheit“ werden meist so dargestellt, als hätten sie das Wertesystem der Moderne endgültig hinter sich gelassen. Die traditionellen Werte werden als „Wertekorsett“ beschrieben, von dem man sich befreit habe, und nun könnte sich jede und jeder seinen bzw. ihren eigenen Wertecocktail zurechtmixen. Das klingt nach unbegrenzten Chancen der Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung. Diese Situation, Werte selbst bestimmen zu müssen, beschreibt keine frei wählbare Kür, sondern sie stellt eine Pflicht dar, und um diese zu erfüllen, erfordert sie Fähigkeiten und Kompetenzen, über die längst nicht alle Menschen in der Reflexiven Moderne verfügen.

Schöpfung sozialer Ressourcen durch Netzwerkbildung

Wenn wir die sozialen Baumeisterinnen und Baumeister unserer eigenen sozialen Lebenswelten und Netze sind,

dann ist eine spezifische Beziehungs- und Verknüpfungsfähigkeit erforderlich. Nennen wir sie soziale Ressourcen. Der Bestand immer schon vorhandener sozialer Bezüge wird geringer und der Teil unseres sozialen Beziehungsnetzes, den wir uns selbst schaffen und den wir durch Eigenaktivität aufrechterhalten (müssen), wird größer. Nun zeigen die entsprechenden Studien, dass das moderne Subjekt keineswegs ein „Einsiedlerkrebs“ geworden ist, sondern im Durchschnitt ein größeres Netz eigeninitiiert sozialer Beziehungen aufweist, als es seine Vorläufergenerationen hatten: Freundeskreise, Interessengemeinschaften, Nachbarschaftsaktivitäten, Vereine, Selbsthilfegruppen, Initiativen. Es zeigt sich jedoch auch, dass sozioökonomisch unterprivilegierte und gesellschaftlich marginalisierte Gruppen offensichtlich besondere Defizite aufweisen bei dieser gesellschaftlich zunehmend geforderten eigeninitiierten Beziehungsarbeit.

Unser „soziales Kapital“, die sozialen Ressourcen, sind ganz offensichtlich wesentlich mitbestimmt von unserem Zugang zu „ökonomischem Kapital“. Für offene, experimentelle, auf Autonomie zielende Identitätswürfe ist die Frage nach sozialen Beziehungsnetzen, in denen Menschen zu selbstbestimmten Identitätsmustern ermutigt werden, von allergrößter Bedeutung. Es braucht einen „Kontext sozialer Anerkennung“. Da gerade Menschen aus sozial benachteiligten Schichten nicht nur besonders viele Belastungen zu verarbeiten haben und die dafür erforderlichen Unterstützungsressourcen in ihren Lebenswelten eher unterentwickelt sind, halte ich die gezielte professionelle und sozialstaatliche Förderung der Netzwerkbildung bei diesen Bevölkerungsgruppen für besonders relevant.

Materielles Kapital als Bedingung für Beziehungskapital

Ein offenes Identitätsprojekt, in dem neue Lebensformen erprobt und eigener Lebenssinn entwickelt werden, bedarf materieller Ressourcen. Eine Gesellschaft, die sich ideologisch, politisch und ökonomisch fast ausschließlich auf die Regulationskraft des Marktes verlässt, vertieft die gesellschaftliche Spaltung und führt auch zu einer wachsenden Ungleichheit der Chancen an Lebensgestaltung. Die Fähigkeit zu und die Erprobung von Projekten der Selbstorganisation sind ohne ausreichende materielle Absicherung nicht möglich.

2) Erik H. Erikson war deutsch-amerikanischer Psychoanalytiker und entwickelte das Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung.

Literatur

Antonovsky, A. (1997): **Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.** Tübingen.

Arnett, J.J. (2002): **Adolescence and emerging adulthood. A cultural approach.** Pearson N.J.

Arnett, J.J. (2004): **Emerging adulthood. The winding road from the late teens through the twenties.** Oxford.

Bauman, Z. (1998): **Vom Pilger zum Touristen – Postmoderne Identitätsprojekte.** In: Keupp, Heiner (Hg): Der Mensch als soziales Wesen. Sozialpsychologisches Denken im 20. Jahrhundert. Ein Lesebuch. München. S. 295-300.

Bauman, Z. (2003): **Flüchtige Moderne.** Frankfurt.

Benjamin, J. (1993): **Die Fesseln der Liebe. Psychoanalyse, Feminismus und das Problem der Macht.** Frankfurt.

Bettge, S. (2004): **Schutzfaktoren für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.** http://edocs.tu-berlin.de/diss/2004/bettge_susanne.pdf, 30.12.2008.

Côté, J. (2000): **Arrested adulthood. The changing nature of maturity and identity.** New York.

Côté, J.E. & Levine, C. (2002): **Identity Formation, Agency, and Culture. A Socialpsychological Synthesis.** Mahwah.

Csikszentmihalyi, M. / Schneider, B. (2000): **Becoming adult.** New York.

Deutscher Bundestag (2009): **Mehr Chancen für gesundes Aufwachsen.** Gesundheitsbezogene Prävention und Gesundheitsförderung in der Kinder- und Jugendhilfe. 13. Kinder- und Jugendbericht. Berlin.

Fend, H. (2001): **Entwicklungspsychologie des Jugendalters.**

Ohne Teilhabe am gesellschaftlichen Lebensprozess in Form von sinnvoller Tätigkeit und angemessener Bezahlung wird Identitätsbildung zu einem zynischen Schwebezustand, den auch ein „postmodernes Credo“ nicht zu einem Reich der Freiheit aufwerten kann. Dieser Punkt ist von besonderer sozialpolitischer Bedeutung. Die intensive Suche nach zukunftsfähigen Modellen „materieller Grundsicherung“ ist von höchster Wertepriorität. Die Koppelung sozialstaatlicher Leistungen an die Erwerbsarbeit erfüllt dieses Kriterium immer weniger.

Demokratische Alltagskultur durch Partizipation

Nicht mehr die Bereitschaft zur Übernahme von fertigen Paketen des „richtigen Lebens“, sondern die Fähigkeit zum Aushandeln ist notwendig: Wenn es in unserer Alltagswelt keine unverrückbaren, allgemein akzeptierten Normen mehr gibt, außer einigen Grundwerten, wenn wir keinen Knigge mehr haben, der uns für alle wichtigen Lebenslagen das angemessene Verhalten vorgeben kann, dann müssen wir die Regeln, Normen, Ziele und Wege beständig neu aushandeln. Das kann nicht in Gestalt von Kommandosystemen erfolgen, sondern erfordert demokratische Willensbildung, verbindliche Teilhabechancen im Alltag, in den Familien, in der Schule, Universität, in der Arbeitswelt und in Initiativ- und Selbsthilfegruppen. Dazu gehört natürlich auch eine gehörige Portion von Konfliktfähigkeit. Die „demokratische Frage“ ist durch die Etablierung des Parlamentarismus noch längst nicht abgehakt, sondern muss im Alltag verankert werden.

Selbstwirksamkeitserfahrungen durch Engagement

Hier hängen Verwirklichungschancen eng mit der Idee der Zivilgesellschaft zusammen. Diese lebt von dem Vertrauen der Menschen in ihre Fähigkeiten, im wohlverstandenen Eigeninteresse gemeinsam mit anderen die Lebensbedingungen für alle zu verbessern. Zivilgesellschaftliche Kompetenz entsteht dadurch, „dass man sich um sich selbst und für andere sorgt, dass man in die Lage versetzt ist, selber Entscheidungen zu fällen und eine Kontrolle über die eigenen Lebensumstände auszuüben, sowie dadurch, dass die Gesellschaft, in der man lebt, Bedingungen herstellt, die allen ihren Bürgerinnen und Bürgern dies ermöglichen“ (Ottawa Charta zur Gesundheitsförderung 1986; Trojan & Stumm 1992).

4. Zusammenfassung

In dem gegenwärtigen gesellschaftlichen Umbruch entstehen neue Chancen für eigenwillige Identitäts- und Normalitätswürfe. Aber auch die Notwendigkeit individueller Passungsarbeit von inneren und äußeren Realitäten. Die Leitfäden für diese Passungsarbeit können nicht mehr problemlos aus dem Vorrat an „Normalformtypisierungen“ der Einfachen Moderne bezogen werden, deshalb besteht berechtigte Skepsis gegenüber den Schnittmustern früherer Generationen. Wenn Erwachsenen die Funktion von Vorbildern zukommen soll, dann in ihrer Bereitschaft, Ungewissheiten zu akzeptieren und das nicht-regressive Umgehen mit ihnen vorzuleben. Der Zugang zu materiellem, kulturellen, sozialem und psychischem Kapital ist eine zentrale Voraussetzung für eine selbstbestimmte Identitätsarbeit. Für die alltägliche Identitätsarbeit sind Kontexte der Anerkennung unabdingbar. Damit sind die Chancen der Zugehörigkeit zu einer tragenden Gemeinschaft, zu einem sozialen Netzwerk gemeint, das schützt und die Suchbewegungen und Versuche ermutigt, eigene Möglichkeiten zu entdecken und zu realisieren. Gelingende Identitätsarbeit heißt, für sich selbst einen authentischen Lebenssinn zu finden, ein Gefühl der Kohärenz. Dieses kann man immer weniger einfach aus einem kulturellen Raum abrufen und übernehmen, sondern es muss in einem selbstreflexiven Prozess gefunden und entwickelt werden. Das Kohärenzgefühl braucht also einen kommunitären Rahmen, in dem Ermutigung, Realitätsprüfung, Anerkennung und Zugehörigkeit vermittelt werden. Also die Basis für das Ziel, „ohne Angst verschieden sein können“. Heranwachsende brauchen gesellschaftliche Gelegenheitsstrukturen, sich als „Subjekte ihres Handelns“ zu erleben und das bedeutet verbindliche Teilhabechancen, die durch eine Politik des Empowerment zu sichern sind. Ich sehe zwei Varianten des Scheiterns in der Bewältigung der genannten Anforderungen: Den individuellen Verzicht, sich weiterhin um eine akzeptierte Passung von Innerem und Äußerem zu bemühen. Und die kollektive „Schiefheilung“ (Freud), in der die Suche nach einem selbstreflexiven Lebenssinn zugunsten der Übernahme ideologischer Prothesen (z.B. Rassismus, esoterischer, religiöser oder politischer Fundamentalismus) aufgegeben wird.

Ein Lehrbuch für pädagogische und psychologische Berufe. Opladen.

Furlong, A. / Cartmel, F. (2007): **Young people and social change. New perspectives.** Maidenhead.

Göppel, R. (2005): **Das Jugendalter. Entwicklungsaufgaben – Entwicklungskrisen – Bewältigungsformen.** Stuttgart.

Göppel, R. (2007): **Aufwachsen heute – Veränderungen der Kindheit – Probleme des Jugendalters.** Stuttgart.

Höfer, R. (2000): **Jugend, Gesundheit und Identität. Studien zum Kohärenzgefühl.** Opladen.

Keupp, H. (1988): **Riskante Chancen. Das Subjekt zwischen Psychokultur und Selbstorganisation.** Heidelberg.

Keupp, H. / Ahbe, T. / Gmür, W. u.a. (2013): **Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne.** Reinbek.

Lüders, C. (2007): **Entgrenzt, individualisiert, verdichtet. Überlegungen zum Strukturwandel des Aufwachsens.** In: SOS-Dialog 2007, S. 4-10.

Misoch, S. (2007): **Körperinszenierungen Jugendlicher im Netz: Ästhetische und schockierende Präsentationen.** In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung, 2, S. 139-154.

Raithel, J. (Hg) (2001): **Risikoverhaltensweisen Jugendlicher. Formen, Erklärungen und Prävention.** Opladen.

Trojan, A. & Stumm, B. (Hg) (1992): **Gesundheit fördern statt zu kontrollieren.** Frankfurt.

Wietasch, A.-K. (2007): **Jugend, Körper und Emotion. Eine Schnittmenge aus neurobiologischer Sicht.** In: Diskurs Kindheits- und Jugendforschung, 2, S. 123-137.

Geistliche Begleitung

Von Mythen und Bildern lernen

Im Jugendalter beschäftigen sich Menschen erstmals bewusst und selbst-bewusst mit den Grundfragen des Lebens: *Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen?* Diese Fragen, die aufs Engste mit dem Ringen um Selbsterkenntnis verbunden sind, lassen sich nicht voll umfänglich beantworten, sondern eher schrittweise verarbeiten oder aneignen. Junge Menschen bei dieser Suchbewegung zu begleiten, ist eine der vornehmsten Aufgaben seelsorglicher und geistlicher Begleitung. Helfen können dabei religiöse Texte, Geschichten, Märchen oder Mythen, die einem den Zugang zu einem inneren Bereich (*Mitte, Herz, Seele*) erschließen, der der Empirie und der Vernunft verschlossen bleibt. Erfahrung lehrt, dass sich in den meisten Bereichen des Lebens heute die Logik der Wissenschaft und Technik durchgesetzt hat. „Bei der Suche nach dem Sinn des Lebens jedoch, bei der Bewältigung von Entfremdung, Nihilismus, Egoismus, Verzweiflung und Angst tragen uns Mythen weiterhin, häufig unterbewusst als persönliche Skripte, Identitätsmuster und Lebensentwürfe“ (Fuchs/Messner 2016, 13f).

1. Möge die Macht mit Dir sein!

Mythen sind nicht allein Erzählungen längst vergangener Zeiten. Nach wie vor entstehen Mythen und Sagen. Sie sind anschaulicher, suggestiver und mithin wirkmächtiger denn je, weil sie heutzutage mit einem Medium transportiert werden, das uns mit allen Sinnen anspricht: die Blockbuster der Filmindustrie. Die Star-Wars-Saga ist ein solcher Mythos. Ein zentraler Satz aus dieser Saga hat es bis in den Titel dieser Jahrestagung für Jugendseelsorge geschafft: „Möge die Macht mit dir sein!“

Was junge Menschen an der Star-Wars-Saga fasziniert, sind nicht allein die Spezialeffekte, die Weiten des Universums oder der epische Kampf zwischen Gut und Böse. Das eigentliche *fascinosum* besteht im Geheimnisvollen der Macht, in der Vorstellung, dass es möglich ist, dieser Macht zu dienen und sich diese Macht zum Verbündeten zu machen. Junge Menschen sind von dem Gedanken gefesselt, dass es dazu einer Einführung und Ausbildung bedarf, die durch einen Eingeweihten vermittelt wird. Sie können sich mit Fragen nach Bestimmung, Vorherbe-

stimmung und Selbstbestimmung auseinandersetzen, sich in die Dramen von Verführung, Fremdbeherrschung und Selbstbeherrschung hineinversetzen und am Beispiel der jungen Charaktere lernen, die helle von der dunklen Seite der Macht zu unterscheiden.

Einem Aspekt des *fascinosums* der Star-Wars-Saga wollen wir uns etwas ausführlicher widmen, weil er uns dabei helfen kann, ein wenig besser zu verstehen, was junge Menschen heute suchen, wenn sie um Identität ringen und wenn sie sich dabei vielleicht auf Angebote seelsorglicher bzw. geistlicher Begleitung einlassen: Die Rede ist von der Initiation zum Jedi. Beschränken wir uns dabei auf Folge V., *Das Imperium schlägt zurück*, auf die Szenen, die den jungen Kämpfer Luke Skywalker in Kontakt zum Jedi-Meister Yoda bringen und die davon handeln, wie der junge Schüler in sechs Etappen in das Geheimnis der Macht eingeführt wird.

1. Auftrag: In einer scheinbar aussichtslosen Situation erscheint Luke in einer Art Vision sein Jedi-Freund Obi Wan. Dieser beauftragt ihn dazu, sich ins Dagobah-System zu begeben, wo Yoda sein Lehrmeister sein soll (Kapitel 7).

2. Suche: Luke strandet mit seinem Raumschiff in den Sümpfen eines Planeten. Bei seiner Suche trifft er auf Yoda, ohne zu ahnen, wen er vor sich hat. Das kleinwüchsige alte Wesen bietet sich an, ihm zu helfen. „Ich bin auf der Suche nach einem großen Krieger“, meint Luke, worauf ihm vorgehalten wird: „Groß machen Kriege niemanden“. Als Luke versucht, Yoda zu verscheuchen, sagt dieser: „Bleiben und helfen werde ich dir... zu finden deinen Freund.“ Luke gibt ihm zu verstehen, dass er keinen Freund, sondern einen Jedi-Meister suche. „Ahhh... Jedi-Meister. Yoda. Du suchst Yoda.“ Luke fragt überrascht nach: „Kennst du ihn etwa?“ Da lädt ihn Yoda ein, mitzukommen und verspricht: „Dich zu ihm bringen, das werde ich.“ (Kapitel 23)

3. Exploration: Während Yoda etwas zusammenbraut, stellt er Luke fast beiläufig die Frage: „Weshalb möchtest du werden ein Jedi?“ „Hauptsächlich wegen meines Vaters, glaube ich“, antwortet ihm Luke. Als Yoda andeutet,



Pater Philip Görtz SJ

Bistum Wien, ehem. Leiter des Kolleg St. Blasien, Vorsitzender der Stiftung Ignatianische Jugendpastoral

seinen Vater zu kennen und als in einer Art Audition Obi Wans Stimme zu vernehmen ist, wird Luke klar, dass er Yoda längst gefunden hat. Er drängt darauf, von ihm unterwiesen zu werden, aber Yoda hat seine Zweifel. Er deutet an, dass es bei der Ausbildung zum Jedi nicht darum gehe, große Abenteuer zu erleben – ganz im Gegenteil: „Zutiefst verpflichtet fühlen muss ein Jedi sich. Muss erfüllt sein, von tiefstem Ernst.“ Und er wendet ein: „Zu alt er ist. Ja, zu alt, um mit der Ausbildung zu beginnen.“ Schließlich lässt er sich erweichen, indem er fragt: „Wird er je beenden, was er beginnt?“ (Kapitel 26)

4. Initiation: Yoda trainiert seinen Schützling und unterweist ihn in der ‚Macht‘. Auf die Frage, wie er ihre helle von ihrer dunklen Seite unterscheiden könne, bekommt Luke zur Antwort: „Erkennen wirst du es... wenn du Ruhe bewahrst, Frieden, passiv.“ Luke spürt eine tödliche Kälte, und Yoda weiß, dass es für Luke an der Zeit ist, eine erste Prüfung zu bestehen: „Jener Ort dort, von der dunklen Seite der Macht ist er erfüllt. Dem Reich des Bösen gehört er an. Dorthin musst du.“ „Was werde ich dort finden?“ „Nur was du mit dir nimmst.“ Luke steigt in eine Höhle hinab. In einer Art Traumhandlung kämpft er gegen den schwarzmaskierten Darth Vader, dem er den Kopf abschlägt. Als er diesen betrachtet, schaut er in sein eigenes Gesicht. (Kapitel 28)

5. Ausbildung: Es folgt eine Szene, in der Luke sich im Gebrauch der Macht zunächst ein-übt. Yoda hält ihn dazu an, sich zu konzentrieren. Eine Ablenkung bringt Luke aus dem Gleichgewicht: sein Raumschiff versinkt im Sumpf. Yoda fordert ihn dazu auf, das Gelernte anzuwenden und aus-zuüben: „Vergessen musst du das, was früher du gelernt.“ „Also gut, ich werd’s versuchen.“ „Nein, nicht versuchen! Tue es... oder tu es nicht! Es gibt kein Versuchen.“ Es geht um Entschiedenheit, wenn man ein Jedi werden will. Allerdings – es gelingt Luke nicht, das Raumschiff zu heben. Resigniert gibt er auf: „Ich schaff’ es nicht. Es ist einfach zu groß.“ Was dann geschieht, ist spiritueller Art. Yoda erläutert Luke die größeren Zusammenhänge der Macht, von der er sagt, dass sie sein Verbündeter sei: „Das Leben erschafft sie... bringt sie zur Entfaltung. Ihre Energie umgibt uns... verbindet uns mit allem. Erleuchtete Wesen sind wir, nicht diese rohe

Materie. Du musst sie fühlen, die Macht, die dich umgibt. Hier, zwischen dir, mir... dem Baum, dem Felsen dort... allgegenwärtig. Ja... selbst zwischen dem Sumpf und dem Schiff.“ (Kapitel 31)

6. Emanzipation: Luke geht eine Vision nicht mehr aus dem Sinn. Er hatte gesehen, dass seine Freunde leiden. Er will ihnen helfen und macht sein Raumschiff bereit, um auf-zubrechen. Yoda fordert ihn eindringlich auf, seine Ausbildung zu Ende zu bringen. Auch Obi Wan erscheint wieder und warnt Luke davor, sich nicht von der dunklen Seite der Macht in Versuchung bringen zu lassen. Doch Luke lässt sich von seinem Vorhaben nicht abbringen. Schließlich geben ihn die beiden Jedi-Meister frei. Obi Wan gibt ihm mit auf den Weg: „Luke, hüte dich! Erliege nicht dem Hass! Er führt zur dunklen Seite der Macht.“ und Yoda verabschiedet ihn mit den Worten: „Stark ist Vader. Handle nach dem, was du gelernt, denn retten kann es dich.“ (Kapitel 36)

2. „Möge sein Engel euch begleiten!“

Mehr als 2000 Jahre älter als die Star-Wars-Saga ist eine apokryphe Schrift aus dem Alten Testament, das Buch Tobit. Konzipiert als lehrhafte Novelle beschreibt es in einer knappen Weggeschichte die Entwicklung eines jungen Mannes: Begleitet vom Erzengel Rafael findet Tobias nach und nach zu seiner eigentlichen Bestimmung. Das Buch Tobit kann als Idealbeschreibung dessen gelesen werden, was wir Geistliche Begleitung im engeren Sinne nennen. Sechs Aspekte, die auch in Begleitprozessen eine Rolle spielen, lassen sich ausmachen:

1. Kontext: Was ist der Anlass, die Frage, das Problem...? Familiäre Not (die Erblindung Tobits – Tob 2; und der Fluch, der auf Sara lastet – Tob 3) bildet in unserer Geschichte den Hintergrund der Begleitung ohne zunächst zwischen dem Begleiteten und dem Begleiter thematisiert zu werden. Erst im Verlauf des Prozesses bekommt sie Bedeutung, wird angesprochen und angegangen. Dem Begleiter scheint allerdings bewusst zu sein, dass es einen tieferen Grund gibt, weswegen er um Rat und Hilfe gebeten wird.

2. Erwartung: Worin besteht die traditionelle Rollenerwartung? Der zu Begleitende bringt im Über-Ich verinnerlichte

Erwartungen (Tobit schärft seinem Sohn noch einmal seine väterlichen Lehren ein – Tob 4,1-19) mit, die er von den Eltern, dem Umfeld und der Gesellschaft übernommen hat. Damit eine ‚authentische Identitätskonstruktion‘ gelingen kann, müssen diese als ‚Identitätszwänge‘ entlarvt und in einem gewissen Sinne überwunden werden.

3. Auftrag: Wozu wird ermutigt? Als Anbahnung der Begleitung fungiert ein Auftrag (Tobias soll die zehn Talente abholen, die für ihn bestimmt sind – Tob 4,20f), der von außen an einen herangetragen oder als innere Stimme in einem auftauchen kann. Der zu Begleitende wird ermutigt, aufzubrechen, aus sich und den Erwartungen des Über-Ichs herauszutreten, um sich selbst, sein wahres Ich zu finden. Dieses Aus-sich-Heraustreten ist mit einem Wagnis verbunden, bei dem sich sofort die üblichen Bedenken melden („Wie soll ich das Geld holen? Ich kenne Gabaël doch nicht“ – Tob 5,2). Der zu Begleitende wird in die Freiheit entlassen, er selber soll sich einen Begleiter suchen („Such jemand, der mit dir auf die Reise geht.“ – Tob 5,3); einen solchen lässt man sich nicht vorsetzen, der darf sich einem auch nicht aufdrängen.

4. Bedingungen von Begleitung: Was muss vorab geklärt sein? Die Begleitung nimmt Gestalt an, indem in einem ersten Gespräch die Bedingungen geklärt werden, unter denen sie zustande kommen kann. Der zu Begleitende fragt, ob er sich dem Begleiter anvertrauen darf und vergewissert sich, ob der Begleiter sich auskennt („Könnte ich mit dir nach Rages in Medien reisen? Bist du mit der Gegend dort vertraut?“ – Tob 5,5). Beide müssen sich den neuerlich aufkommenden Einwänden des Über-Ichs stellen, das prüft und letztlich seinen Segen gibt („Mach dich mit dem Mann auf den Weg! Gott, der im Himmel wohnt, wird euch auf eurer Reise behüten; sein Engel möge euch begleiten.“ – Tob 5,7-17).

5. Begleitung im Vollzug: Wie geschieht Begleitung? Der Begleitete wird ermutigt, neue Erfahrungen zu machen („Pack zu!“ – Tob 6,1-3) und der Erfahrung das zu entnehmen, was für ihn oder für andere nützlich sein kann („Schneide den Fisch auf, nimm Herz, Leber und Galle heraus und bewahre sie gut auf!“ – Tob 6,4f). Der Begleitete denkt über sein Handeln und seine Erfahrungen

nach: „Wozu sollen die Leber, das Herz und die Galle des Fisches gut sein?“ (Tob 6,6-9), setzt sie in Beziehung zu seiner Geschichte, seiner Ausgangslage, seinen Fragen... Diese Phase des Begleitprozesses gleicht dem Ein-Üben einer neuen Haltung. Es ist ein Sich-Ein-Finden in das, was und wie und wer einer werden soll und darf.

Gute Begleitung bringt gute Früchte hervor, führt zu Entscheidungen – und zwar dann, wenn es drauf ankommt, etwas zu tun. Der Begleitete wird an seinen Auftrag erinnert und dazu ermutigt, seine Bestimmung zu verwirklichen, sein Ich zur Vollgestalt zu bringen. Er soll das, was er während der Begleitung gelernt hat, anwenden und aus-üben, sich dabei als handelnd und gestaltend, als heilend und selber helfend erfahren (Vertreibung des Dämonen – Tob 8; Heilung des Vaters – Tob 11).

6. Beendigung von Begleitung: Wie gelingt ein Abschluss? Begleitung braucht ein Ende, sonst läuft sie Gefahr zur Bevormundung zu werden. Am Ende der geistlichen Begleitung darf der Begleitete erkennen, dass nicht allein die Kompetenzen des Begleiters ihm geholfen haben, sondern viel mehr und viel wesentlicher die Vorsehung Gottes, sein guter Wille, den er für sich entdeckt hat (die Offenbarung des Rafael – Tob 12f).

3. Mythos und Bibel als Inspiration geistlicher Begleitung

Sowohl der moderne Mythos der Star-Wars-Saga als auch die biblische Geschichte der Tobit-Erzählung verweisen auf das archetypische Bild des Begleiters, des Ratgebers und Mentors. Meister Yoda wird dargestellt als Paradebeispiel eines weisen Ausbilders, der Erzengel Rafael gleichsam als Prototyp eines geistlichen Wegbegleiters. Nun sind Seelsorgerinnen und Seelsorger weder Jedi-Meister noch Engel. Dennoch kann seelsorgliche und geistliche Begleitung junger Menschen von beiden Gestalten etwas lernen:

- Begleitung wird einem geraten, empfohlen, ans Herz gelegt.
- Die Begleiterin suchen und anfragen, muss der zu Begleitende selber.
- Der Begleiter mag zunächst unerkannt bleiben. Er lässt sich als Begleiter finden und unterbreitet nur durch seine Präsenz die Bereitschaft, zu helfen, zuzuhören,

- mitzugehen bzw. mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.
- Die Begleiterin ist erfahren und bewandert, kennt sich aus mit der Materie bzw. besser mit dem Geist, der Macht bzw. den größeren Zusammenhängen.
- Der Begleiter kann sich einfühlen in die Gedanken und Gefühle der zu Begleitenden, in ihre Fragen, Zweifel, Ängste, Vorbehalte...
- Begleitung ist Ermutigung zum eigenständigen Handeln. Durch Einübung und Ausübung führt sie in die Tiefe, in die Mitte, zum Kern der Person, des Problems, der Entscheidung...
- Begleitung ist Zumutung. Sie fordert auf zu Geduld, Ausdauer, Beharrlichkeit, Beherrschung, Konzentration und Entschiedenheit.
- Begleitung lehrt den Geist der Unterscheidung und führt an Entscheidungssituationen heran.
- Die Begleiterin überlässt dem Begleiteten die Entscheidung und entlässt ihn in die Freiheit.

4. Was der bzw. die Begleitete finden kann

Eine in München und weit darüber hinaus bekannte Darstellung des Schutzengels von Ignaz Günther (Bürgersaalkirche, München) zeigt sehr eindrücklich die Beziehung zwischen einem Engel und einem Kind. Sie bringt bildnerisch auf den Punkt, was in der seelsorglichen und geistlichen Begleitung junger Menschen von Bedeutung ist: Es geht um das Zulassen von Freiheit und Selbstbestimmung, gleichzeitig aber auch um das Ergreifen von Initiative, um Unterweisung und Anleitung, es geht um die Weitergabe von Weisheit, auch um die Anregung zur Partizipation, es geht um vertrauen, zutrauen, zumuten, ermutigen...

Schauen wir etwas genauer hin, so entdecken wir in den verschiedenen Haltungen des Engels und des Kindes zeichenhaft das, was junge Menschen in der seelsorglichen und geistlichen Begleitung finden und wovon sie profitieren können:

- Die Füße und Beine beider sind in Bewegung. Sie gehen, ja sie eilen einem Ziel entgegen. Sie gehen Seite an Seite, der Größere bietet dem Kleineren Begleitung an. Ich will mit dir gehen, wohin du auch gehst. Ich will dein Weggefährte sein, dein Freund – nichts soll uns trennen. Auf diesem Weg gehören wir zusammen: ich gehöre zu dir und du gehörst zu mir.

- Mit seiner Haltung der spiegelbildlich versetzten Füße und Beine kopiert das Kind den Engel nicht einfach nur, sondern es ahmt ihn auf ganz eigene Art und Weise nach. Es beobachtet genau und lernt am Vorbild. So vollzieht sich inneres Wachstum, was dem Kind ermöglicht, eine eigene Identität auszubilden und selbstbestimmt zu leben.
- Mit der linken Hand führt der Engel das Kind. Es ist ein sanftes und zugleich bestimmtes Führen, kein Packen und Zerren. Unterstützung und Hilfe führen nach vorne, ermöglichen dem Kind Zukunft. Wenn es diese Zukunft nicht nur ichbezogen als Abenteuerlust oder Karrierestreben angeht, sondern uneigennützig und solidarisch, so kann es ihm gelingen, das eigene Leben als sinnvoll zu erfahren.
- Mit der rechten Hand verweist der Engel nach oben. Der Rat und die Weisheit des Engels erschöpft sich nicht in irdischen Dingen, sondern weist über diese Welt hinaus. Der Engel regt dazu an, in allen Dingen Gott zu suchen und zu finden. Somit öffnet sein Verweisen den Blick in die Höhe und hinter die Kulissen und verfeinert das Gespür für das größere Ganze, für das Umfassende. Wenn das Kind mit diesem Blick das eigene Leben betrachtet, wird es rückblickend entscheiden können, inwiefern sein Leben gelungen ist.
- Die Art und Weise wie der Engel mit seinem linken Flügel das Kind beschirmt und wie er seinen rechten Fuß zwischen das Kind und die Schlange setzt, zeigt, dass da einer mitgeht, der mehr als nur begleitet und unterstützt. Der Engel erwirkt Schutz und Segen. Das Kind erfährt Rettung und Heil.

Auch wenn Jugendseelsorgerinnen und -seelsorger keine Engel sind, so werden sie für viele Jugendliche und junge Erwachsene zu Engeln, zu wirkmächtigen Boten Gottes und zu glaubwürdigen Zeugen seines Bundes.

Finden und entdecken können sie jemanden, der sich ihnen als Engel zu erkennen gibt, als Gottesfrau oder Gottesmann. Als Begleiter gehen sie „wach mit, helfen die Dinge im Licht Gottes sehen und annehmen und ermutigen dazu, in konkreten Schritten die Liebe in die Tat umzusetzen“ (Maureder 2007, 77).



Schutzengel, Ignaz Günther, Bürgersaal München

Literatur

Fuchs, Michael / Messner, Jochen (2016): **Die Führungskraft der Jedi : Anleitung zur persönlichen Entwicklung als Führungskraft.** Freiburg.

Görtz, Philipp (2014): **Ignatianische Schulpastoral. Anregungen für eine spirituelle Praxis an konfessionellen Schulen.** Würzburg.

Lucas, George (ausführender Produzent und Story), Kershner, Irvin (Regie), Kurtz, Gary (Produzent): **Star Wars V – Das Imperium schlägt zurück.** Lucasfilm Ltd. Production, Twentieth Century Fox. Release 1980, 1997, 2004, DVD.

Maureder, Josef (2007): **Wir kommen, wohin wir schauen. Berufung leben heute.** Innsbruck-Wien.

„Der Säbelzahn tiger lebt!“

Notfallseelsorge mit Jugendlichen

Jeder fünfte Mensch, so sagt die Statistik, stirbt in Deutschland plötzlich und unerwartet. Sei es durch internistische Ursachen, wie Herzinfarkt oder Schlaganfall, durch einen Verkehrsunfall, durch Suizid oder eine Gewalttat. Jedes Mal betrifft dieser Tod eine mehr oder minder große Anzahl von Personen: Eltern, Familienangehörige, Kollegen, Freunde. Und so kommt dieser plötzliche und unerwartete Tod auch immer wieder in das Umfeld eines Jugendseelsorgers, wenn einer der Jugendlichen aus der Gemeinde zum Beispiel einen Elternteil durch Suizid verliert.

An dem fiktiven Beispiel der 17-jährigen Maria, die ihren Vater zu Hause stranguliert vorfindet, wollen wir anschauen, was in den ersten Stunden auf die junge Frau zukommen wird und wie wir als Jugendseelsorger/in ihr hilfreich zur Seite stehen können.

Zunächst ein kleiner Exkurs in die frühen Zeiten der Menschheit; in eine Zeit, als noch der Säbelzahn tiger die Menschen bedrohte. Damals entwickelte sich in uns ein Überlebensmechanismus, der dafür sorgte, dass man den Angriff dieses Tieres eventuell überleben konnte. Nämlich, indem man entweder schneller oder stärker als der Angreifer war: Die Amygdala¹, quasi der „Virenscanner“ des Gehirns, baute die innere Energieversorgung in kürzester Zeit um. Dieser Umbau geschah meist schneller, als der Verstand reagieren konnte. Es stand nun genügend Energie für Kampf oder Flucht zur Verfügung, die kognitiven Fähigkeiten wurden auf ein Minimum reduziert. Der Mensch konnte jetzt zwar körperlich handeln und Höchstleistungen vollbringen, aber keine komplizierten Gedankengänge mehr vollziehen. Er hatte sich gleichsam schon in Sicherheit gebracht, bevor sein Verstand ihm überhaupt den Angriff des Säbelzahn tigers meldete.

Nun gibt es seit Tausenden von Jahren keine Säbelzahn tiger mehr, der Überlebensmechanismus, den die

Amygdala in Gang setzt, funktioniert jedoch auch heute noch genauso zuverlässig wie damals. Nur ist der Auslöser eben nicht das angreifende Tier, sondern in unserem Fall die Entdeckung des toten Vaters. Maria ist somit kaum noch in der Lage, einen klaren Gedanken zu fassen. Wahrscheinlich wird ihr nicht einmal die Notrufnummer 112 einfallen. Oder sie wird mit der Bedienung ihres Smartphones größte Schwierigkeiten haben, um damit einen Notruf abzusetzen. Alle diese Dinge werden für sie im Nachhinein unerklärlich scheinen und vielleicht sogar Anlass für Schuldgefühle sein: Hätte ich schneller den Notruf abgesetzt, könnte mein Vater vielleicht jetzt noch leben!

Neben diesen Gefühlen der Hilflosigkeit, des „Neben-Sich-Stehens“, des „Es-Nicht-Wahrhaben-Wollens“, muss Maria nun vielleicht sogar eine weitere traumatisierende Erfahrung machen: wenn es ihr (endlich) gelungen ist, den Notruf abzusetzen, kommt dadurch eine Rettungskette in Gang, die nicht mehr aufzuhalten ist. Notarzt, Rettungssanitäter, Polizei, vielleicht sogar Feuerwehr oder First Responder, Leichenschau, Kriminalpolizei, Beschlagnahmung des verstorbenen Vaters und Überführung in die Rechtsmedizin! Durchschnittlich 10 bis 15 Personen sind in den nächsten drei bis vier Stunden in der Wohnung, um gegebenenfalls den Vater zu reanimieren, beziehungsweise um medizinische und polizeiliche Ermittlungen des Todesfalls in Gang zu setzen.

Es ist durchaus verständlich, dass Maria am eigenen Leib die Erfahrung machen wird, was ein psychisches Trauma bedeutet: ich erlebe eine existenzielle Bedrohung (hier: Tod des Vaters), habe für diese Situation keine eigenen Handlungsressourcen und reagiere deswegen mit Gefühlen von Angst, Hilflosigkeit, Panik und schutzloser Preisgabe.



Hermann Saur

Notfallseelsorger und
Traumafachberater,
Erzdiözese München und
Freising

1) Die Amygdala ist als Teil des menschlichen Gehirns an der Furchtkonditionierung beteiligt und spielt eine wichtige Rolle bei der Bewertung und Wiedererkennung von Situationen sowie der Analyse möglicher Gefahren.

Was kann nun ein Jugendseelsorger in den ersten Stunden beziehungsweise Tagen für eine Person wie Maria tun? Was ist hilfreich, was nicht?

Der vielleicht wichtigste Gedanke: Maria ist nicht krank! Sie muss nicht wieder gesund gemacht werden! Stattdessen befindet sich Maria auf dem Weg von einer traumatisierenden Erfahrung hin zur Trauer. Auf diesem Weg können wir sie unterstützen. Alles, was ihr hilft, wieder den Boden unter den Füßen zurück zu gewinnen, ist gut. Die eigene Handlungsfähigkeit wieder zu erlangen, ist eine äußerst wichtige und hilfreiche Erfahrung.

Erfahrungsgemäß haben wir Seelsorger gerade hier unsere größten Bedenken: Was ist, wenn ich etwas falsch mache? Wenn ich das Falsche sage? Und was ist überhaupt „das Richtige“? Eine große Entlastung für Seelsorger ist zu wissen: Um hier richtig zu reagieren, bedarf es nicht eines Studiums der Psychotraumatologie! Über Jahrhunderte hinweg gelang es Menschen, andere gut zu begleiten und zu unterstützen - ohne jemals ein Buch darüber gelesen zu haben. Vereinfacht ausgedrückt: ich benötige vor allem Empathiefähigkeit und **Bauchgefühl!**

Empathiefähigkeit ermöglicht es mir, mich ganz in Maria und das, was in ihr gerade vorgeht, hinein zu fühlen. Ihre Situation ernst zu nehmen. Sie nicht mit meinen eigenen Maßstäben zu bewerten, sondern sie so anzunehmen, wie sie ist.

Mein **Bauchgefühl** sorgt dafür, dass ich mich nicht zu vorschnell in Sätzen der Hilflosigkeit verstricke, weil ich fälschlicherweise glaube, jetzt Maria etwas Gutes sagen zu müssen. Seelsorger und Seelsorgerinnen, die auf ihr Bauchgefühl und ihre Empathiefähigkeit hören, sagen nicht, „Kopf hoch, wird schon wieder!“ oder ähnliche Sätze. Sie sitzen stattdessen lieber schweigend bei der betroffenen Person und versuchen so Nähe und Stabilität zu vermitteln.

Ein gern genutztes Bild, wie Seelsorge angesichts des plötzlichen und unerwarteten Todes geht, ist: Sei wie ein Verkäufer von gasgefüllten Luftballons auf dem Oktoberfest. Jeder deiner (vielen?) Ballons könnte ein hilfreiches

Stabilisierungsangebot für Maria sein. Es liegt an Maria, zu entscheiden, ob dieses Angebot für sie passt oder nicht. Konkret kann das heißen: Ich übergebe einen Ballon an Maria, auf dem steht: „Maria, wen hättest du denn jetzt gern bei dir?“ Wenn dieser Ballon für Maria passt, wird sie ihn ergreifen und darüber nachdenken, welche Person ihr jetzt besonders gut tun würde. Maria ist es, die dann selbst die Entscheidung trifft, wen sie gerne bei sich hätte! Sollte mein angebotener Ballon jetzt nicht der richtige sein, so wird mir Maria das signalisieren. Entweder, indem sie dieses Angebot kaum wahrnimmt, oder im schlimmsten Fall sehr heftig und emotional darauf reagiert. Mit großer innerer Gelassenheit kann ich diese heftige Reaktion dann stehen lassen und darüber nachdenken, welcher andere Luftballon nun passen könnte.

Stabilisierung ist also in den ersten Stunden das Gebot. Neben dem Aufbau eines sozialen Netzes um Maria kann dazu gehören, ihr eine „gute“ Abschiednahme von ihrem Vater zu ermöglichen. Denn dass sie ihren Vater tot in der Wohnung aufgefunden hat und wahrscheinlich Augenzeugin der medizinischen Maßnahmen war, haben ihr sicher nicht geholfen, den Tod ihres Vaters – im wahrsten Sinne des Wortes – zu begreifen und sich von ihm zu verabschieden. Ob dies nun gleich in der Wohnung oder später an einem anderen geeigneten Ort stattfinden soll, entscheidet Maria. Der Seelsorger oder die Seelsorgerin kann hier nur beratend zur Seite stehen.

Seelsorgliches Handeln anlässlich des plötzlichen Todes ist herausfordernd und führt auch die Seelsorgenden an ihre eigenen Grenzen. Der salutogenetische Ansatz der Frage Jesu an den blinden Bettler bei Jericho: „Was willst du, das ich dir tun soll?“ (Lk 18,41) kann uns helfen, diese Grenzen zu verschieben.

Das Prinzip Beziehung

Interpersonale Grundlagen

Zugang zum Thema

Menschen, die mit Menschen arbeiten wissen instinktiv, dass es wichtig ist, zu allererst eine Beziehung aufzubauen. Auf der anderen Seite gelten Kinder und Jugendliche meist dann als „schwierig“, wenn sie die Beziehungsangebote verweigern bzw. ausschlagen. Ist aber die Beziehung ein so wichtiges Instrument für unseren Berufsstand, warum wissen wir dann so wenig darüber? Was ist Beziehung? Wie funktioniert sie? Welche Bestandteile, Kennzeichen und Wesenszüge hat sie?

Das Prinzip Beziehung ist der Versuch, den Antworten auf die oben beschriebenen Fragen ein wenig näher zu kommen, ein Versuch, der praxisbezogenen Methode von Sozialpädagoginnen und Sozialarbeitern etwas mehr Ordnung, etwas mehr Theorie zu liefern. Vielleicht kann die Kenntnis über das Prinzip Beziehung dazu beitragen, dass wir uns, unser Umfeld, unsere Kolleginnen und Kollegen und letztendlich die Menschen, mit denen wir arbeiten, besser verstehen können.

Das Beziehungsmodell

Wenn es darum geht, komplizierte oder abstrakte Begriffe zu erklären, kann es hilfreich sein, die Perspektive zu verändern. Wenn wir an Beziehung denken, haben wir meist eine konkrete Person vor dem inneren Auge. „Meine Beziehung zu Person X ist sehr eng“ oder „meine Beziehung zu Person Y ist gestört“. Diese Sichtweise hilft uns für ein tieferes Verstehen von Beziehung nicht unbedingt weiter. Bevor wir uns das Beziehungsmodell anschauen, verlassen wir gemeinsam die Froschperspektive (Sicht auf einzelne Beziehungen) und nehmen die Vogelperspektive (Sicht auf das Gesamtphänomen Beziehung) ein.

Nach dem Beziehungsmodell (Abb. 1). funktioniert eine Beziehung wie eine Funkverbindung. Jede Beziehung beginnt, indem einer der Teilnehmer (X) einen Bedarf bzw. ein Bedürfnis an den anderen Teilnehmer (Y) sendet. Der andere Teilnehmer empfängt diesen Bedarf und sendet seinerseits eine Information, die Teilnehmer X empfängt und die den Bedarf idealerweise erfüllt. Das

gleiche Verfahren gilt natürlich auch umgekehrt, indem Teilnehmer Y seinen Bedarf an X sendet und von ihm die das Bedürfnis erfüllende Information gesendet bekommt bzw. empfängt.

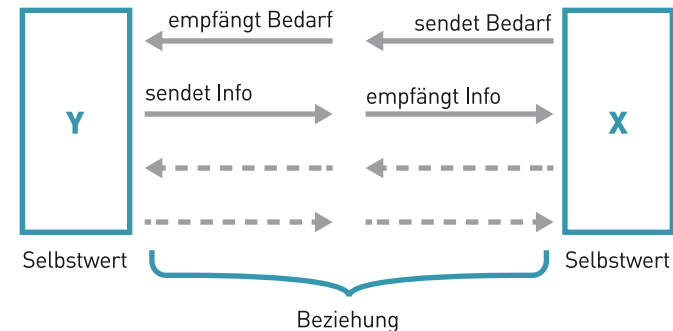


Abb. 1: Interpersonale Materialien und Schriften, Stefan Langer



Stephan Langer

Dipl. Sozialpädagoge,
Praxis für Interpersonale
Beratung, Supervisor,
Coach

Ein Beispiel:

Als Baby sind wir noch nicht in der Lage, uns unsere Bedürfnisse selbst zu erfüllen. Unsere einzige Überlebenschance liegt darin, unsere Bedürfnisse an eine Person zu senden, die unseren „Funk“ empfängt und uns die nötigen Informationen zurücksendet. In dem konkreten Beispiel sendet das Baby sein Bedürfnis, indem es schreit. Die Empfängerin, meist die Mutter, empfängt die Sendung, versucht das Bedürfnis darin zu erkennen und versendet verschiedene Informationen in der Hoffnung, das Bedürfnis zu erfüllen. In unserem Beispiel könnte es sich um das Bedürfnis nach Nähe, Schutz, Wärme oder Nahrung handeln. Wird das „richtige“ Bedürfnis erkannt bzw. erfüllt, kann das Baby das Senden einstellen – es hört auf zu schreien.

Neben der Bedürfniserfüllung und der Informationsübertragung hat die Beziehung eine dritte wichtige Funktion. Wenn eine andere Person mir im Rahmen von Beziehung mein Bedürfnis erfüllt, dann muss ich wichtig sein – sonst würde sich die andere Person diese Mühe nicht machen. Wir bekommen also durch Beziehung eine Wahrnehmung der eigenen Wichtigkeit bzw. des eigenen Wertes. Über eine gelingende Beziehung erfahren wir demnach – quasi als Grundlage unserer Existenz – den so wichtigen Selbstwert.

Durch das beschriebene Prinzip von Beziehung werden drei fundamentale Dinge des Lebens erfüllt:

1. Durch Beziehung werden Bedürfnisse erfüllt
2. Durch Beziehung werden Informationen übertragen
3. Durch Beziehung entsteht Selbstwert

Bisher wurde in den Überlegungen zum Prinzip von Beziehung vom Idealfall ausgegangen. Bedürfnisse werden gesendet und Informationen werden übertragen. Ganz ähnlich wie bei einer Funkverbindung sieht die Realität leider oft anders aus. Analoge Funkverbindungen sind äußerst störanfällig. Sie können beeinträchtigt werden durch Überlandleitungen, Bahngleise, zu große (oder zu geringe) Distanzen, atmosphärische Störungen (Gewitter), Defekte an den Sende- oder Empfangsteilen – um nur einige Faktoren zu nennen. Ganz ähnlich verhält es sich bei den zwischenmenschlichen Beziehungen.

Störfaktoren:

- Mangelnde Bedürfnisorientierung
- Gefährdung des Selbstwertes einer Person durch Gewalt oder Entwertung
- Einstellung des Sende- und/oder Empfangsbetriebs (schweigen, ignorieren, weghören, Rückzug)
- Gestörte Beziehung zu sich selbst (beschränkter Zugang zu den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen) und als Folge:

- Kompensation von Mangel (mangelnde Bedürfniserfüllung wird durch exzessive Verhaltensweisen in den Bereichen Arbeit, Sport, Drogen und Alkoholkonsum, Mediennutzung usw. kompensiert)
- Psychische Erkrankungen sowie organische psychische Störungen (z.B. Demenz)

Bei Kindern und Jugendlichen sind Störungen in den Beziehungen zu ihren Bezugspersonen (im Regelfall den Eltern) weitaus schlimmer, da sie noch nicht gelernt haben, in ausreichendem Maße selbst für ihre Bedürfnisse zu sorgen und da sie obendrein noch auf viele Informationen aus den verschiedenen Bereichen des Lebens angewiesen sind.

Exkurs Informationsübertragung

- **Genetische Übertragung (seit ca. 3,5 Milliarden Jahren)**
Die Erfolgsgeschichte des Lebens begann in dem Moment, als es einer Zelle gelang, ihr Erbgut zu duplizieren und es an die nächste Generation weiterzugeben. Nach heutigem Wissen ist alles pflanzliche und tierische Leben aus dieser einen Zelle entstanden.
- **Übertragung durch Beziehung (seit ca. 250 Millionen Jahren)** Die Informationsübertragung durch Beziehung wird seit vielen Millionen Jahren von höher entwickelten Tierarten (z.B. Säugetiere, Vögel) angewendet. Es gibt Hinweise darauf, dass auch schon einige Dinosaurier in Herden lebten, in denen sie ihre Jungen aufzogen und sie gegen Feinde verteidigten.
- **Übertragung durch Medien (seit ca. 200.000 Jahren)** Medien sind die jüngste Übertragungsart. Über den Einsatz von Zeichen und Symbolen, der Schrift bis hin zu Radio, Fernsehen und Computern bzw. Internet haben wir Menschen gelernt, auch ohne direkten Kontakt zu kommunizieren bzw. Informationen zu übertragen.

Schlussfolgerungen zum Beziehungsaufbau

1. Selbstreflexion

Ich verbinde mich mit meinem Selbst. Was sind meine Gefühle und Bedürfnisse? Welche Information möchte ich meinem Gegenüber senden. Welche Wünsche habe ich? Welche Strategien zur Bedürfniserfüllung gibt es?

2. Orientierung am „Sendeteil“ meines Gegenübers

Um mit einer anderen Person in Beziehung zu treten, brauche ich Informationen über deren Bedürfnisse. Für die Bedürfnisermittlung gibt es drei Kategorien:

- Pädagogische Schlussfolgerungen
Insbesondere Kinder und Jugendliche sind damit überfordert bestimmte Bedürfnisse (z.B. nach Grenzen, Orientierung, Sicherheit) für sich zu erkennen. Es ist dann die Aufgabe der Erwachsenen, das jeweilige Bedürfnis an dem Verhalten des Kindes oder Jugendlichen zu erkennen.
- Der „Schuss ins Blaue“
Es gibt Bedürfnisse, die man als universell bezeichnen könnte (z.B. Nahrung, Wertschätzung, Verständnis). Wenn ich wenig über die Bedürfnisse meines Gegenübers weiß, kann ich anhand dieser Bedürfnisse guten Gewissens einen Schuss ins Blaue wagen, indem ich z.B. meinem Gegenüber etwas zu essen anbiete oder ihm ein (ernst gemeintes) Kompliment mache.
- Miteinbeziehung der Person
In jedem Fall sollten Bedürfnisse auch direkt in Erfahrung gebracht werden, indem die Person danach befragt wird. Diese „persönliche“ Ebene ist besonders geeignet, um Vertrauen zu schaffen.

Erst wenn es mir gelungen ist, die Informationen zu senden, welche die Bedürfnisse meines Gegenübers erfüllen, bin ich an der Reihe und kann das entstandene Beziehungsband nützen, um auch meine Bedürfnisse „loszuwerden“.

3. Der Werkzeugkasten

Werkzeuge sind immer gut! Sie erleichtern uns die Arbeit. Das gilt auch für das komplexe Thema der Beziehung. Hier sind ein paar Beispiele:

- Authentizität und Kongruenz (bei mir selbst sein)
- Klare Botschaften senden (viele Worte stiften Verwirrung).
- Blickkontakt, aktives Zuhören
- Wertschätzung signalisieren (Lächeln, Augenzwinkern)
- Fragen stellen, Interesse zeigen
- ... und vieles mehr.

Schlusswort

Als der amerikanische Psychologe Carl Rogers in den 1940ern die personenzentrierte Psychotherapie entwickelte, war er der festen Überzeugung, dass die Beziehung zwischen Therapeut und Patient maßgeblich zur Heilung beiträgt. Heute – viele Jahre später – hat sich die Gesprächspsychotherapie mit ihrem „Beziehungsfokus“ etabliert. Ich denke daher, dass all jene, die im Bereich Sozialarbeit, Seelsorge oder Sozialpädagogik tätig sind, durchaus stolz auf die praxisorientierte Methode der Beziehungsarbeit sein dürfen.

„Wie tickst du?“

Das Interpersonale Modell des Selbst

Zugang zum Thema

Die Beziehungsarbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen bzw. Eltern ist ein höchst komplexes Feld. Jeder Mensch hat seine eigenen Stärken und Schwächen, Vorlieben und Abneigungen, Bedürfnisse, Informationen, Bewertungen und letztendlich eine ganz spezifische Biographie. Da ist es kaum verwunderlich, dass die Profis (Psychotherapeutinnen, Sozialarbeiter, Sozialpädagoginnen und Seelsorger) sich Methoden und „Handwerkzeug“ wünschen, um in den Bereichen Psychotherapie, Beratung oder Betreuung die jeweils formulierten Ziele zu erreichen.

Mittlerweile herrscht unabhängig von den verschiedenen Professionen (Psychologie, Sozialpädagogik, Pädagogik) Einigkeit darüber, dass sämtliche Methoden und „Werkzeuge“ aus den Bereichen Kommunikation und Beziehungsarbeit gegenüber einem ganz bestimmten Faktor nur eine untergeordnete Rolle spielen. Dieser Faktor liegt in der Persönlichkeit des Therapeuten, der Beraterin oder des Seelsorgers begründet. Etwas anders formuliert: Die Beziehung, die wir zu uns selbst haben, entscheidet maßgeblich über die Beziehungsqualität zu anderen Menschen (und somit auch über die Erreichung der Ziele). Es lohnt sich also ganz sicher, einmal einen Blick nach innen zu richten. Als Orientierungspunkt dient uns dazu das interpersonale Modell des Selbst.

Im Kontakt zum Selbst

Das Interpersonale Modell des Selbst geht davon aus, dass wir nicht aus einer Instanz bestehen, sondern aus mehreren. Bereits die alten Griechen unternahmen in diesem Zusammenhang die Unterteilung in Körper, Seele und Geist. In dem hier dargestellten Modell des Selbst sind die Instanzen Körper, Verstand, Gefühl und Schatten miteinander in Beziehung. Es folgt eine kurze Beschreibung der einzelnen Komponenten des Modells.



Stephan Langer

Dipl. Sozialpädagoge,
Praxis für Interpersonale
Beratung, Supervisor,
Coach

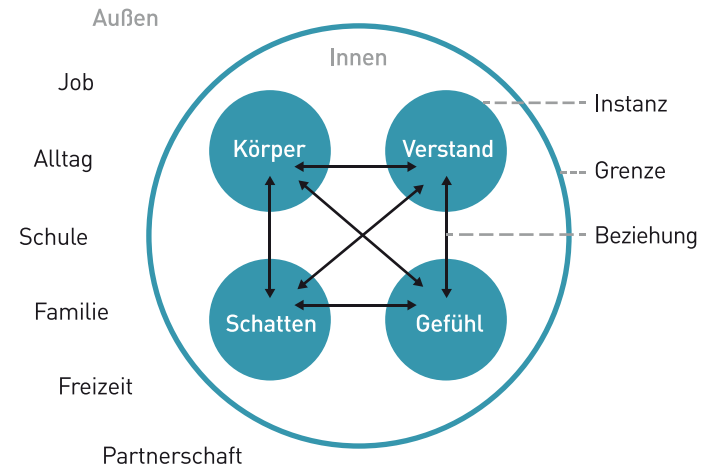


Abb.1: Interpersonales Modell des Selbst

Innen

Das „Innen“ ist der Bereich, in dem unsere vier Instanzen miteinander in Beziehung stehen. Wir sind im „Innen“, wenn wir unsere Wahrnehmung auf das Hier und Jetzt richten. Wir erkennen, dass wir im „Innen“ (in unserem Selbst zu Hause) sind, wenn es uns gelingt, den Verstand zur Ruhe kommen zu lassen; z.B. im Rahmen von Achtsamkeit, einer Atemübung, eines stillen Gebets, einer Meditation oder auch bei bestimmten Tätigkeiten (z.B. der Gartenarbeit, einem Spaziergang in der Natur oder auch sportlichen, musikalischen oder künstlerischen Tätigkeiten).

Körper

Unser Körper ist die stoffliche Instanz und somit die einzige der vier Instanzen, die eine physische Grenze besitzt. Wir können mit unserem Körper in Kontakt kommen, indem wir unsere Wahrnehmung auf ihn

richten. Der Körper hat viele wichtige Bedürfnisse: Luft, Wasser, Nahrung, Bewegung, Ruhe, Schlaf und vieles mehr. Werden ein oder mehrere Bedürfnisse des Körpers nicht erfüllt, wird er uns das in Zusammenarbeit mit der Gefühlsinstanz mitteilen. Nehmen wir beispielsweise ein Gefühl von Stress wahr, könnte uns der Körper dadurch mitteilen wollen, dass sein Bedürfnis nach Ruhe oder gesunder Bewegung nicht erfüllt ist.

Verstand

Der Verstand steuert in der Regel den Gesamtorganismus und stellt primär die Verbindung zum „Außen“ her. Dabei handelt es sich um den bewussten Teil unseres Gehirns. Im Gegensatz zum Körper und der Gefühlsinstanz, die beide nur im Hier und Jetzt existieren, kann der Verstand sich auch in der Vergangenheit oder in der Zukunft bewegen. Genau diese Eigenschaft kann auch zum Problem für uns werden, wenn wir beispielsweise in Grübeleien oder Zukunftssorgen verfallen oder wenn es uns nicht gelingt, zur Ruhe zu kommen bzw. unseren Verstand abzuschalten.

Gefühl

Unsere Gefühlsinstanz wird leider viel zu oft vernachlässigt – dabei ist sie eminent wichtig für eine ausgewogene Beziehung unserer vier Instanzen. Man kann das Gefühl mit der Tankanzeige in einem Auto vergleichen. Sind unsere Bedürfnisse erfüllt, zeigt sich dies durch ein schönes Gefühl z.B. Freude oder Zufriedenheit. Geht der „Bedürfnis-Sprit“ zur Neige, warnt uns unsere Gefühlsinstanz, indem sie beispielsweise Wut oder Trauer erzeugt. Menschen, die den Kontakt zu ihren Gefühlen verlieren, haben es schwer, sich dauerhaft wichtige Bedürfnisse (z.B. Wertschätzung, Anerkennung, Gemeinschaft) zu erfüllen.

Schatten

Der Begriff „Schatten“ wurde von dem Psychologen C. G. Jung geprägt. Es handelt sich dabei um das Unterbewusstsein, als den Ort, wo unsere gespeicherten Erfahrungen, nicht gelebten Anteile, Muster sowie unser Bewertungssystem verortet sind. Da wir keinen direkten Zugriff auf das Unterbewusstsein haben, kann der Schatten aus dem Verborgenen heraus den Verstand beeinflussen – quasi ohne, dass wir es bemerken. So

kann z.B. das Schattenmuster „du bist nur dann etwas wert, wenn du etwas leistest“ den Verstand derart in eine Außenorientierung (z.B. Arbeit, Projekt) zwingen, dass die inneren Bedürfnisse von Körper- und Gefühlsinstanz über längere Zeit ignoriert werden – ein Burnout kann dann die Folge sein. Es gibt jedoch auch viele positive Dinge in unserem Schatten. Wenn ich mir z.B. die Schuhe zubinde, wird dieser Vorgang aus dem Unterbewusstsein gesteuert.

Grenze

Den Teil, der das „Innen“ vom „Außen“ abgrenzt, bezeichnen wir als Grenze. Um uns einerseits von schlechten Einflüssen aus dem „Außen“ zu schützen, andererseits aber auch die schönen Dinge hereinzulassen, braucht es eine möglichst flexible Grenze. Menschen, die eine starke, feste und gut gesicherte Grenze aufgebaut haben, sind zwar relativ sicher vor Angriffen aus dem „Außen“, haben aber dafür kaum noch Nähe und Kontakt zu anderen. Jemand, der seine Grenzen ständig geöffnet hat, wird wahrscheinlich viel Kontakt haben, ist jedoch auch anfällig für Verletzungen aus dem „Außen“.

Außen

Das Außen ist all das, was wir nicht zum Innen zählen; Familie, Alltag, Arbeit, Freizeit, Medien usw. Das Außen ist dadurch gekennzeichnet, dass es keine Rücksicht auf unsere Bedürfnisse nimmt bzw. gar nicht nehmen kann. Wichtig ist es, für eine gute Balance zwischen Innen und Außen zu sorgen. Eine zu starke (gedankliche oder physische) Außenorientierung ist die Ursache vieler Beschwerden, Störungen und Krankheiten. Andererseits bietet das Außen jedoch auch viele „Tankstellen“ für das Innen.

Schlussfolgerungen

- Alle unsere Bedürfnisse und Gefühle entstehen im „Innen“.
- Wir sind für uns, unsere vier Instanzen sowie deren Bedürfniserfüllung und deren Beziehungen untereinander verantwortlich.

- Wir sind für unsere Grenze zum „Außen“ verantwortlich.
- Das „Außen“ kann unsere Grenze nur überwinden, wenn wir es erlauben.
- Ein Burgherr kann der Verantwortung für seine Burg nur vernünftig nachkommen, wenn er sich regelmäßig in der Burg aufhält. Der Pfarrer einer Gemeinde kann seiner Verantwortung nur nachkommen, wenn er als Ansprechpartner und Ratgeber in der Gemeinde präsent ist. Analog dazu können auch wir die Verantwortung für unser Selbst nur dann wahrnehmen, wenn wir die Beteiligten Instanzen gut kennen, mit ihnen kommunizieren und dafür sorgen, dass die „Bedürfnistanks“ immer gut gefüllt sind – dazu bedarf es regelmäßiger Aufenthalte im Innen.
- Insbesondere bei jenen, die mit anderen Menschen arbeiten, besteht die Gefahr, dass die eigenen Grenzen vernachlässigt werden. Die Herausforderung besteht darin, die Grenzen zu öffnen, um „Beziehungsarbeit“ zu leisten; sie dann aber rechtzeitig wieder zu schließen, bevor der eigene „Tank“ leer ist.

- Jeder Mensch braucht seine „Tankstellen“, an denen die eigenen „Bedürfnistanks“ gefüllt werden können! Hier einige Beispiele:
Gute Gespräche und Beziehungen zu anderen Menschen, Refugium, Gebete, Meditationen, Gartenarbeit, Wandern, Naturverbundenheit, eine erfüllende Arbeit, Tätigkeiten aus den Bereichen Sport, Musik, Kunst, Handwerk und vieles mehr.

- Vielleicht kann die Auseinandersetzung mit dem eigenen Schatten als Lebensaufgabe betrachtet werden. Die meisten unserer Muster sind in unserer Kindheit entstanden, viele sind daher im Erwachsenenalter nicht mehr aktuell, einige schaden uns sogar. Indem wir nach und nach unsere Muster identifizieren und gegebenenfalls umschreiben, entwickeln wir uns, unsere Persönlichkeit und unser Selbst kontinuierlich fort.

Literatur

Fuchs, Michael / Messner, Jochen (2016): **Die Führungskraft der Jedi : Anleitung zur persönlichen Entwicklung als Führungskraft.** Freiburg.

Görtz, Philipp (2014): **Ignatianische Schulpastoral. Anregungen für eine spirituelle Praxis an konfessionellen Schulen.** Würzburg.

Lucas, George (ausführender Produzent und Story), Kershner, Irvin (Regie), Kurtz, Gary (Produzent): **Star Wars V – Das Imperium schlägt zurück.** Lucasfilm Ltd. Production, Twentieth Century Fox Release 1980, 1997, 2004, DVD.

Maureder, Josef (2007): **Wir kommen, wohin wir schauen. Berufung leben heute.** Innsbruck-Wien.

Mädchen und Jungen stärken:

Einblick in die geschlechtersensible Begleitung von Mädchen und Jungen

Motivation und Ausgangssituation

„Es hat immer noch weitreichende Folgen für jeden Menschen, ob er oder sie als Mädchen oder Junge angesehen und sozialisiert wird und später als Mann oder Frau lebt“ (SFBB 2011; S.8). Dabei ist die eigene Geschlechtsidentität nicht alleine von der biologischen Zuordnung geprägt und auch nicht von der eigenen Selbstwahrnehmung, sondern in erheblichem Maße beeinflusst von äußeren kulturellen und gesellschaftlichen Rollenzuschreibungen. Die Rollenzuschreibungen an Frauen und Männer verändern sich stetig und stehen in engem Zusammenhang mit dem gesellschaftlichen Wandel. Traditionelle Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit geraten in Konflikt mit den Herausforderungen und Erwartungen modernen Gesellschaften.

In unserer vielfältigen und multikulturellen Lebenswelt stehen Jugendliche zunehmend in einem Spannungsverhältnis unterschiedlicher Rollenbilder und Geschlechtszuschreibungen und die Entwicklung einer eigenständigen Geschlechtsidentität erweist sich mehr und mehr als individuelle Herausforderung. Verunsicherung entsteht, wo eigene Persönlichkeitsanteile mit den Erwartungen und Zuschreibungen von außen kollidieren.

Jungen und Mädchen brauchen die Möglichkeit zur Auseinandersetzung mit ihrer Geschlechtlichkeit und die Erfahrung mit unterschiedlichen Männern und Frauen in ihrer Umgebung, die für sie anwesend und greifbar sind. Geschlechtersensible Mädchen- und Jungenarbeit nimmt diese Anforderungen wahr, die in den unterschiedlichen Lebenslagen von Jungen und Mädchen begründet sind. Sie unterstützt Mädchen und Jungen bei der Auseinandersetzung mit ihrer Geschlechtlichkeit, hilft bei der Orientierung und fördert die Entwicklung einer selbstbestimmten Geschlechtsidentität.



Katrin Schiele

amanda – Projekt für Mädchen und junge Frauen München



Michael Ponert

goja – Fachstelle für genderorientierte Jungenarbeit München

Grundlagen und Merkmale

Die Landeshauptstadt München hat 1999 Leitlinien für die Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen und 2005 Leitlinien zur geschlechtsbewussten Arbeit mit Jungen und jungen Männern beschlossen. Diese beiden Leitlinien liefern folgende zusammengefasste Grundlagen und Merkmale für eine geschlechtsbewusste Arbeit mit Mädchen und Jungen (vgl. LH München: Leitlinien Mädchenarbeit S. 6 ff., Leitlinien Jungenarbeit S.8 ff):

- Wahrnehmung und Anerkennung der unterschiedlichen Lebenslagen von Mädchen und Jungen.
- Schutzräume für Jungen und Mädchen bieten, um geschlechtsbezogene Erfahrungen auszutauschen, zu teilen und zu reflektieren.
- Interesse, Neugier, Akzeptanz und Toleranz gegenüber unterschiedlichen Meinungen, Lebensentwürfen und Rollenbildern wecken.
- Förderung und Begleitung individueller Entwicklungsprozesse.
- Als Modell für mögliches „Mann- und Frau-Sein“ dienen.
- Persönliches Handeln in Hinblick auf die eigene Geschlechterrolle und das Geschlechterverhältnis kritisch reflektieren.
- Eine reflektierte Auseinandersetzung mit Erwachsenen der eigenen Geschlechtszugehörigkeit ermöglichen.
- Parteilich für die Interessen und Bedürfnisse der Jungen und Mädchen eintreten und diese auch politisch vertreten.
- Die Arbeit ist wertschätzend, partizipativ und ganzheitlich und setzt an den Kompetenzen und Bedürfnissen der Jungen und Mädchen an.

Selbstreflexion

Zu Beginn einer geschlechtersensiblen Begleitung steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Person und dem eigenen Geschlecht. Ziel dieser Selbstreflexion ist es ein Gespür zu entwickeln, wo sich Geschlecht auf die Lebenslagen, die Erziehung und die Lebenswirklichkeit der Jugendlichen auswirkt.

Folgende Fragen können diesen Prozess begleiten:

- Welche Botschaften für das Leben habe ich erhalten?
- Welche Erwartungen von außen habe ich gespürt?
- Wo bin ich ausgebrochen?
- Wer hat mich beeinflusst? Wer war eine Identifikationsperson für mich?

Im nächsten Schritt erfolgt eine Auseinandersetzung mit eigenen Vorstellungen, Assoziationen und Zuschreibungen zum Mann-sein und zum Frau-sein:

- Wie wirken eigene Geschlechtererfahrungen und -erwartungen in die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen hinein?
- Welche Assoziationen und Zuschreibungen verbinde ich mit dem Mann-sein oder dem Frau-sein?
- Welche Rollenbilder prägen meine Wahrnehmung?
- Welche Auseinandersetzungen mit dem Thema Geschlecht habe ich geführt oder erlebt? Was fordert mich in der Arbeit mit Mädchen und Jungen heraus?
- Was sind mädchen- und jungenspezifische Aspekte in der Erziehung? Wie kann ich diese in den beruflichen Alltag integrieren?

Praktische Umsetzung

Ansatzpunkte für mädchen- oder jungenspezifische Angebote ergeben sich zum Einen aus den aktuellen Lebenslagen der Jugendlichen, der Situation der Gruppe oder entwicklungsbedingten Fragestellungen – auch einzelner Gruppenmitglieder – und zum Anderen aus dem Gespür der Begleiterin oder des Begleiters für geschlechtsbezogene Aspekte und Bedürfnisse der Jugendlichen bei diesen Themen. So kann es bei manchen Fragestellungen sinnvoll sein, diese ganz oder zum Teil, in nach Geschlechtern getrennten Gruppen zu bearbeiten. Klassische Beispiele hierfür sind: Sexualität, Geschlechterrollen in Beziehung und Familie, Identitätsentwicklung, sexuelle Orientierung, Lebens- und Berufsplanung, Macht, Privilegien und Benachteiligungen, Opfersein, Selbstbehauptung, Umgang mit Konflikten und Gewalt. Bei allen diesen Themen spielt das Geschlecht als Querschnittsthema gesellschaftsbedingt eine Rolle und je nach Situation kann es spannend und aufschlussreich sein, diese Perspektive in den Fokus der Auseinandersetzung zu nehmen.

Geschlechtshomogene Gruppen bieten hier den nötigen Schutzraum, um sich auch über sensible Erfahrungen, Einstellungen und Meinungen auszutauschen. Gleichzeitig fördert das geschlechtergetrennte Arbeiten häufig auch das Interesse an einer Auseinandersetzung mit dem eigenen, aber auch mit dem anderen Geschlecht bzw. am anschließenden gegenseitigen Austausch zum entsprechenden Thema.

Mann-werden und Frau-werden ist ein stetiger Lernprozess, der vor allem auf Modell- und Erfahrungslernen beruht. Mädchen- und Jungenarbeit versuchen, den Jugendlichen neue Erfahrungen zu ermöglichen, um ihren Handlungs-, Wahrnehmungs- und Interpretationsspielraum im Hinblick auf das Geschlecht zu erweitern. Unterschiedliche Aufgaben und Spiele ermöglichen es den Teilnehmerinnen und Teilnehmern neue Positionen und Rollen einzunehmen, alte Strukturen aufzubrechen und neue Handlungsansätze und Deutungsmuster zu entwickeln. Geschlechtshomogene Angebote bieten hierzu einen seltenen Rahmen, um auch Aufgaben auszuprobieren, die sonst oft vom jeweils anderen Geschlecht besetzt sind. Ein plakatives Beispiel ist: die Jungen kochen, die Mädchen machen das Lagerfeuer.

Methoden der geschlechtersensiblen Arbeit

Die Methoden, die dem Thema entsprechend zur Anwendung kommen, unterscheiden sich nicht von anderen Feldern der Gruppen- und Einzelfallarbeit. Spezifisch für die Jungen- und Mädchenarbeit ist, dass sie an den Interessen der Jungen oder der Mädchen ansetzen und die Möglichkeit eröffnen, geschlechtsbezogene Aspekte zur Sprache zu bringen bzw. erfahrbar und reflektierbar zu machen.

Als Beispiel haben die Kleingruppen während der Jahrestagung für Jugendseelsorge eigene Konzepte für ein Jungen- bzw. Mädchenangebot entwickelt:

Mädchen- und Frauenbilder

Zum Thema Frauenbilder sammeln die Mädchen aus Zeitschriften Abbildungen von Mädchen und Frauen. Diese werden anschließend diskutiert. Ein Aspekt ist dabei die Darstellung von Frauen in den Medien. Mit diesen Bildern wird eine große Pappfigur beklebt. Diese wird

gemeinsam in einem Ritual verbrannt. Anschließend erhalten die Mädchen die Möglichkeit, ein Mädchen- und Frauenbild zu kreieren, das ihnen entspricht.

Bilder zum Mann-sein

Junge Männer erstellen, ähnlich wie die jungen Frauen, aus Männer- und Sportzeitschriften ein Schnippselbild zum Thema Mann-sein. Möglich wäre methodisch auch eine Modellpuppe, die von den Jungen angezogen und gestylt wird.

Beide Methoden greifen das Interesse für Medien, Mode, Style, Musik auf und führen zu der Fragestellung, welche Äußerlichkeiten kennzeichnen einen Mann bzw. eine Frau oder wie inszeniere ich mich selbst als Junge oder Mann bzw. Frau oder Mädchen? Wo liegen die Unterschiede zwischen medialer Darstellung, Klischee und Wirklichkeit? Bei beiden Fragestellungen ist sicherlich eine Auseinandersetzung innerhalb der Gruppe sinnvoll und spannend, aber gegebenenfalls auch die Reaktionen und Meinungen des anderen Geschlechts interessant einzuholen.

Interviews zum Mann-sein

Die Kernfrage lautet: „Was macht einen Mann aus?“ Zu dieser Frage sammeln die Jungen mit ihrem Smartphone O-Töne von Passanten und anderen Jugendlichen, die anschließend auf verschiedene Weise ausgewertet und diskutiert werden können. Die Methode setzt beim Interesse der Jungen für Smartphones und Medien an und bietet durch die Interviewsituation eine schützende Distanz zum Gesprächspartner.

Fazit

Geschlechtsspezifische Arbeit greift das Thema Erwartungen an das Geschlecht in Gesellschaft und Medien auf und orientiert sich an den Interessen der jeweiligen Gruppe. Sie orientiert sich an der Lebenswelt der Jungen und Mädchen und ermöglicht den Austausch zu dem Thema. Zahlreiche weitere Informationen und Anregungen zur praktischen Umsetzung von Jungen- und Mädchenangeboten finden sich in der zusammengestellten Literatur- und Linkliste.

Literatur

www.meintestgelaende.de
Videos und Artikel von Jugendlichen für Jugendliche von der BAG Jungenarbeit und BAG Mädchenpolitik

www.jak-online.com
eine praxisorientierte Arbeitshilfe für Jungenarbeit

Infos rund um Mädchen- und Jungenarbeit:
www.maedchenpolitik.de
www.bag-jungenarbeit.de
www.fachforum-maedchenarbeit.de
www.jff.de/jungenarbeit
www.goja-muenchen.de
www.amanda-muenchen.de

SFBB – Sozialpädagogisches Fortbildungsinstitut Berlin-Brandenburg: **Die vielen Seiten der Männlichkeiten. Grundlagen geschlechterreflektierter Jungenarbeit.** 2011.

Benedikt Sturzenhecker, Reinhard Winter (Hrsg.): **Praxis der Jungenarbeit. Modelle, Methoden, Erfahrungen aus pädagogischen Arbeitsfeldern.** Juventa Verlag, 2006.

LH München: **Leitlinien für die Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen,** 1999. Leitlinien für die Arbeit mit Jungen und jungen Männern, 2005.

Bitzan, Maria: **Eigensinn und Einmischung: Einführung in Grundlagen und Perspektiven parteilicher Mädchenarbeit.** Geschlechterforschung, 2003.

Fachforum Mädchenarbeit: **Standards für die Arbeit mit Mädchen und jungen Frauen,** 2001.

Tod und Trauer

Kinder und Jugendliche wollen begleitet werden

Trauer gehört zum Leben. Wenn wir uns von jemanden für immer trennen müssen, hat dies Auswirkungen auf unser ganzes Leben: Wir geraten aus dem Gleichgewicht und reagieren mit sehr unterschiedlichen Gefühlen, verschiedenen Verhaltensweisen und diversen körperlichen Symptomen.

„Trauer“ beschreibt neben diesen Zuständen aber auch den Verlauf der Heilung. Trauernde brauchen Raum und Zeit für ihre Trauer und jede Trauer ist individuell. Jeder muss auf seine Weise trauern und einen Weg finden, der ihm gut tut. Trauer sollte nicht versteckt oder verdrängt werden. Jeder Mensch sollte trauern dürfen und können. Die Trauer muss zugelassen werden und durchlebt werden, denn erst dann kann die Trauer bewältigt werden. Wenn Raum und Zeit vorhanden sind, kann aus der Trauer neuer Lebensmut entstehen. Trauer ist natürlich und gehört zum Leben. Nichtbewältigte Trauer kann psychisch und körperlich krank machen.

Der Verlauf der Trauer lässt sich in verschiedene Phasen einteilen. Zu beachten ist jedoch, dass die Trauer bei jedem Menschen individuell verläuft. Mancher durchläuft alle Phasen, andere überspringen eine Phase oder fallen wieder in eine bereits vorher bewältigte Phase zurück.

Trauerphasen nach Verena Kast

Verena Kast hat sich mit den Trauerphasen in ihrem Buch „Trauer. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses.“ (Kast, 2011) auseinander gesetzt. Die darin beschriebenen Trauerphasen können helfen, die eigene Trauer oder die Trauer bei anderen, besser zu verstehen.

1. **Trauerphase** Nicht-Wahrhaben-Wollen
2. **Trauerphase** Aufbrechende Emotionen
3. **Trauerphase** Suchen und sich trennen
4. **Trauerphase** Neuer Selbst- und Weltbezug

1. Trauerphase: Nicht-Wahrhaben-Wollen

Die Nachricht vom Tod eines Menschen schockiert immer, auch wenn er nicht unerwartet kommt. Diese Nachricht verändert alles. Das Geschehene wird noch nicht erfasst, man leugnet es, man kann und will es nicht glauben. Verzweiflung, Hilf- und Ratlosigkeit dominieren. Viele Menschen sind wie erstarrt, verstört und empfinden eine Leere. „Das ist nicht möglich“, „Nein, das kann nicht wahr sein.“

Andere Menschen brechen zusammen und geraten außer Kontrolle. Der Tod hat etwas Überwältigendes und der Schock sitzt sehr tief. Diese Zustände können sich in verschiedenen körperlichen Reaktionen äußern: veränderter Pulsschlag, Herzrasen, Schwitzen, Übelkeit, Empfindungslosigkeit und motorische Unruhe. Diese Phase kann von einigen Stunden bis zu etwa einer Woche andauern. Bei plötzlichen Todesfällen kann sie jedoch länger sein.

Mögliche Unterstützung in der Phase:

- Alltägliche Besorgungen übernehmen.
- Für das Aufrechterhalten des Tagesrhythmus sorgen (aufstehen, anziehen, essen, ausgehen, ruhen, arbeiten,...).
- Trauernde dort unterstützen, wo sie überfordert sind.
- Trauernde nicht alleine lassen.
- Alle Gefühle der Trauernden zulassen – alles darf sein!
- Da-Sein, ohne viel zu fragen.

2. Trauerphase: Aufbrechende Emotionen

Nach der Phase der scheinbaren Empfindungslosigkeit bahnen sich Gefühle ihren Weg. Es folgt die Phase der aufbrechenden Emotionen, wie Wut, Zorn, Leid, Schmerz, Freude, Traurigkeit und Angst. Dabei ist es von der Persönlichkeitsstruktur des Trauernden abhängig welche Gefühle dominant sind.

Die Trauernden beschäftigen Gedanken wie: „Wie konntest Du mir das antun? Wie konntest Du mich alleine lassen?“ „Hätte ich ihn/sie nicht alleine gelassen.“ Das sind Gedanken, die sehr leicht aufkommen. Es entstehen Wut und Zorn gegen den Verstorbenen, Gott und die Welt. Diese intensiven Gefühle können sich aber auch gegen einen selbst richten: „Hätte ich mehr getan, dann wäre er nicht tot.“ Oder „Hätte ich das Unglück verhindern können?“ Daraus können qualvolle Schuldgefühle entstehen.

All diese Gefühle, die den Trauernden überwältigen, sollten keineswegs unterdrückt werden. Sie helfen dem Trauernden, den Schmerz besser zu verarbeiten. Wichtig ist es nicht abzulenken von ungelösten Problemen, Schuldgefühlen und Konflikten. Und wenn es auch nicht einfach ist, sollen dem Trauernden die Schuldgefühle nicht ausgedrückt werden. In dieser Phase ist es selten hilfreich sie oder ihn abzulenken. Im Gegenteil, dies unterstützt das Verdrängen und verzögert die Trauerprozesse. Die Dauer dieser Phase lässt sich nur schwer abschätzen, man spricht etwa von ein paar Wochen bis zu mehreren Monaten.

Mögliche Unterstützung in der Phase:

- Gefühlsausbrüche zulassen, da sie heilsam sind.
- Ausbrüche von Wut und Zorn gehören ebenso zur Trauer wie depressive Stimmungen und Niedergeschlagenheit.
- Probleme aussprechen lassen.
- Da-Sein und Zuhören.
- Anregungen für alltägliche Hilfen geben (wie beispielsweise Tagebuch schreiben, malen, Musik hören, spazieren gehen, Entspannungsübungen, Bäder usw.).
- Eigene „Geschichten“ zurückhalten.
- Keine wertenden Stellungnahmen abgeben.

3. Trauerphase: Suchen und sich trennen

Auf jeden Verlust reagieren wir mit Suchen. Wie sieht aber dieses Suchen in der Trauer aus? Zum einen suchen wir reale Menschen, das gemeinsame Leben, gemeinsame Orte und Erinnerungswerte. Oft wird nach geliebten

Gesichtszügen in Gesichtern Unbekannter gesucht oder Gewohnheiten des Verstorbenen werden übernommen. Es entsteht der Versuch die Bedeutung des Toten ins neu entstehende Lebensgefüge mit einzubringen. Dies erleichtert die Trauer.

Oft finden sich die Gefühle der Einsamkeit und Verzweiflung in der Phase. Die Trauernde haben manchmal das Gefühl den Verstorbenen zu sehen, sei es in der Stadt oder aber auch zu Hause. „Ich glaube, sie im Garten zu sehen.“ „Um 18 Uhr glaube ich, dass er nach Hause kommt.“ „Ich suche sie überall.“

Im Verlaufe dieses intensiven Suchens, Findens und Wieder-Trennens kommt einmal der Augenblick, indem der Trauernde die innere Entscheidung trifft, wieder JA zum Leben und zum Weiterleben zu sagen oder aber in der Trauer zu verharren. Je mehr gefunden wird, was weitergegeben werden kann, umso leichter fällt eine Trennung vom Toten. „Das hatte er auch so gemacht...“ Dieses Suchen lässt aber auch oft eine tiefe Verzweiflung entstehen, weil die Dunkelheit noch zu mächtig ist. Suizidale Gedanken sind in dieser Phase relativ häufig. Diese Phase kann Wochen, Monate oder Jahre dauern.

Mögliche Unterstützung in dieser Phase

- Keine Zensur – alle Erlebnisse der Vergangenheit dürfen ausgesprochen werden.
- Akzeptieren, dass immer wieder in den verschiedensten Formen „gesucht“ wird.
- Geduld
- Zuhören – auch wenn man die Geschichten alle schon kennt.
- Gefühle ernst nehmen, die durch Erinnerungen oder Erzählungen auftauchen.
- Phantasien zulassen, die den Tod des Verstorbenen bezweifeln – ohne selbst mit zu fantasieren.
- Kein Drängen auf Akzeptieren des Verlustes.
- Bei suizidalen Äußerungen kontinuierlich begleiten.
- Der trauernden Person Zeit lassen.
- Unterstützung bei Ansätzen in der Neuorientierung.

4. Trauerphase: Neuer Selbst- und Weltbezug

Nachdem man seinen Schmerz herausschreien, anklagen und Vorwürfe machen durfte, kehrt allmählich innere Ruhe und Frieden in die Seele zurück. Der Tote hat dort seinen Platz gefunden. Langsam erkennt man, dass das Leben weitergeht und dass man dafür verantwortlich ist. Gefühle von Freude und Glück sind vorherrschend: „Endlich ist das Chaos zu Ende.“ „Ich fange neu an.“

Es kommt die Zeit, in der wieder neue Pläne geschmiedet werden dürfen. Der Trauerprozess hat Spuren hinterlassen, die Einstellung des Trauernden zum Leben hat sich meist völlig verändert. Der Verstorbene bleibt ein Teil dieses Lebens und lebt weiter in den Erinnerungen und im Gedenken. „Er ist mein innerer Begleiter...“, „Ich verstehe jetzt mehr vom Leben...“

Mögliche Unterstützung in dieser Phase:

- Dazu beitragen, dass der Trauernde auch den Begleiter loslassen kann.
- Akzeptieren, dass man in der bisherigen Form als Begleiter nicht mehr gebraucht wird. Eigene „Bedürftigkeit“ helfen zu müssen, überprüfen (Helfer-Syndrom).
- Veränderungen im Beziehungsnetz des Trauernden begrüßen und unterstützen.
- Neues akzeptieren. Sensibel für Rückfälle bleiben.
- Gemeinsam Formen suchen, die Trauerbegleitung zu beenden oder umzugestalten.

Begleitung Trauernder

Jedes Trauergeschehen kann je nach der Ausgangssituation unterschiedlich verlaufen. Dies muss bei der Begleitung Trauernder berücksichtigt werden. Es gibt nicht das „eine“ typische Gefühl, die „eine“ typische Reaktion. In der Begleitung Trauernder ist es wichtig aktiv Hilfe anzubieten. Die Frage nach Unterstützung auf Seiten des Trauernden ist mit der Scham verbunden, den Alltag nicht alleine zu schaffen. So haben Trauernde oft keine Kraft oder Motivation nach Unterstützung zu fragen.

Die Trauerbegleitung verlangt ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen, Offenheit und Flexibilität. Gerade

in einer Zeit, in der Trauerrituale immer mehr verschwinden, die Unsicherheit im Umgang mit Trauernden steigt und die Gefahr der Isolation Trauernder in der Gesellschaft ständig zunimmt.

Kinder trauern anders nach Gertrud Ennulat

„Kinder erleben den Verlust eines nahestehenden Menschen oft ganz anders als die Erwachsenen. Je nach Altersstufe gehen sie sehr unterschiedlich mit dem Verlust um. Ihre Reaktionen verunsichern oder irritieren die Erwachsenen, da manchmal der Eindruck entsteht, die Kinder würden gar nicht trauern. Dies ist aber nicht so. Kinder trauern anders. Es ist wichtig, sie in ihrer Trauer anzunehmen, ihnen beizustehen und ihnen zu helfen.“ (Junker 2007)

Häufig kann man folgende Punkte bei Kindern in Trauer beobachten (Junker 2007):

- Plötzlicher Wechsel von Traurigkeit zu Spiel und Spaß
- Schlafstörungen
- Alpträume
- Rückgang von Schulleistungen
- Gereiztheit und Launenhaftigkeit
- Starke Trennungsängste
- Rückkehr von bereits abgelegten Verhaltensweisen (z. B. Daumenlutschen, Bettnässen)
- Große Angst um die noch lebenden Angehörigen
- Übernahme der Aufgaben der Verstorbenen
- Vorwürfe gegen sich und andere
- Schuldgefühle (subjektives Schuldempfinden)

Mit Kindern reden

Viele Erwachsene haben Angst etwas Falsches zu sagen, wenn Kinder sich mit den schweren Fragen nach dem Lebensende an sie wenden. Sie sind verunsichert. Aber gibt es eine richtige Antwort auf die Fragen?

Erst einmal ist es wichtig zu verstehen, dass ein Kind sich ständig entwickelt, wächst und die Fähigkeiten und Fertigkeiten mit jedem Lebensjahr zunehmen. Was ein Kind heute noch nicht interessiert, danach wird es eventuell ein paar Wochen später fragen. Kinder suchen sich

aus dem Kreis der Erwachsenen diejenigen heraus, die in ihren Augen dafür kompetent sind, die Fragen zum Tod zu beantworten und machen diese Personen zu Personen ihres Vertrauens, sei es im Kindergarten, Schule, Hort, Nachbarschaft oder in Trauergruppen. Kinder suchen **nicht nach abgeschlossenen und endgültigen Antworten**, da sie noch im Werden und in der Entwicklung sind.

Erwachsene können sich auf die Neugierde der Kinder verlassen, die nach einiger Zeit erneut Fragen nach dem Tod stellen. Antworten sollten immer der Wahrheit entsprechen und kindgerecht mitgeteilt werden.

„Jüngere Kinder sind meist noch nicht in der Lage, die Komplexität des Todes zu verstehen bzw. haben sehr eigene Vorstellungen davon. Für manche ist „tot sein“ nur ein langer Schlaf, von dem man ja irgendwann wieder aufwacht oder es ist nur eine lange Reise, von der man wieder zurückkommen wird. Dies führt dazu, dass die Kinder häufig den Verstorbenen suchen oder der Meinung sind, er müsse doch jetzt wieder aufwachen. Umso wichtiger ist es, dass man gerade bei jüngeren Kindern genau erklärt, was „tot“ sein bedeutet.“ (Junker 2007)

Bei Kindern unter drei Jahren sind die sprachlichen Mittel begrenzt und dann schweigen Kinder oft. In dem Alter benötigen sie einen Erwachsenen als Dolmetscher, der die Verlusterfahrung in Worte fassen kann. Hilfreich sind in diesem Alter Bilderbücher mit Texten, die Geschichten von Tieren oder Pflanzen erzählen, die um das Lebensende und die Trauer kreisen. Auf dieser Symbolebene können Kinder begreifen was geschieht. Aufgrund des Schweigens der Kinder nehmen Erwachsene an, dass das Verlusterlebnis sie überhaupt nicht berührt und sie nicht trauern. Sie sollten die Kinder ernst nehmen und nicht zurechtweisen oder auslachen, wenn sie in dem Alter ausdrücken, dass das Leben kein definitives Ende hat. (Ennulat 2003: 20)

Kinder bis fünf Jahren erleben den Tod als Entzug oder Entbehrung von Wichtigem, vergleichbar dem Entzug der Mutter oder des Vaters durch deren Arbeit. In dieser

Phase ist der Tod etwas Zufälliges, wie Unfälle oder böse Räuber. Nach Auffassung der Kinder unter fünf Jahren ist der Tod nicht für alle bestimmt, sie gehen davon aus, dass man anhand von Glück ewig leben kann. Die eigene Sterblichkeit wird hier noch nicht realisiert.

Kinder ab dem fünften Lebensjahr entwickeln eine realistische Vorstellung vom Tod. Man kann davon ausgehen, dass in dem Alter ein Kind bereits einen Verlust erlitten hat (z.B. ein Haustier oder ein Großelternanteil), aber die eigene Betroffenheit der Sterblichkeit wird in diesem Zusammenhang noch nicht erkannt. Es entsteht ein sachliches Interesse an Äußerlichkeiten des Todes.

Ab dem sechsten Lebensjahr entsteht ein Interesse daran was nach dem Tod geschieht und an den Todesursachen, wie Alter, Unfall oder Krankheit. Hier ist es wichtig den Kindern die Todesursachen ehrlich zu nennen, damit beim Tod eines Angehörigen keine irrationalen Schuldgefühle aufkommen. Kinder suchen häufig nach logischen Begründungszusammenhängen, die zu ihrer Vorstellung von „Gut und Böse“ passen. Möglicherweise nehmen sie an, dass der Tod eine Strafe für böse Taten des Verstorbenen oder eigenem schlechten Verhalten ist.

Hier werden die Vorstellungen vom Tod stark von dem Gedanken bestimmt, dies sei die Strafe für etwas Schlechtes, das getan wurde. Da Kinder nach logischen Begründungszusammenhängen suchen und ihre Welt noch stark von „Gut und Böse“ bestimmt wird, meinen sie oft, dass Verstorbene etwas Böses getan haben und deshalb verstorben sind. Oder sie beziehen es auf sich, dass sie aufgrund einer bestimmten Tat selbst den Tod des Verstorbenen verschulden.

Aufgrund eines sachlichen Interesses gehen Kinder ab dem siebten Lebensjahr wissbegierig auf Friedhöfe und haben kaum Berührungängste beim Besuch eines offenen Sarges. Sie entwickeln eine Akzeptanz gegenüber der eigenen Sterblichkeit und die Frage, was nach dem Tod geschieht, spielt eine größere Rolle.

Ab dem neunten Lebensjahr wird der Tod als realistisch und alle Menschen betreffend anerkannt. Hierbei können physiologische und biologische Erklärungen den Kindern helfen (Versagen der Organfunktion).

Ab dem zehnten Lebensjahr wird die Tragweite des Todes und die Endgültigkeit des Lebens erkannt. Das veranlasst Kinder dazu, sich die Frage nach dem Sinn des Lebens zu stellen. Durch plötzliche Konfrontationen mit dem Tod können Kinder trotzdem noch in frühere Verhaltensmuster fallen.

Ab dem zwölften Lebensjahr können Jugendliche intensive Trauerperioden erleben und suchen nach eigenen Wegen, ihre Trauer bei Verlusterfahrungen auszudrücken. Hier ist es wichtig mit Jugendlichen im Gespräch zu bleiben und damit auch einen Anlass zur Entwicklung von Trauer Ritualen zu ermöglichen. Ängste und Unsicherheiten entstehen, werden aber nicht offen eingestanden sondern häufig hinter einer gleichgültig wirkenden Fassade versteckt. Die Auseinandersetzung mit einem Suizid in der Pubertät kann immer wieder ein Thema sein.

Informationen für Kinder

Kinder und Jugendliche brauchen **Informationen**. Dies ist der allerwichtigste und bedeutendste Punkt, da gerade Kinder ein Recht darauf haben zu erfahren, was passiert ist. Sie sollten kindgerecht, in Ruhe und umfassend über die Umstände des Todes informiert werden, auch bei einem Suizid. Es ist sehr wichtig, die Kinder (sofern sie es sich wünschen) bei den wichtigen Dingen, die im Zusammenhang mit dem Tod bzw. dem Verstorbenen stehen, mit einzubeziehen, vor allem beim Abschied nehmen oder der Gestaltung der Trauerfeier.

Kinder begleiten

Es ist wichtig die unterschiedlichen Verhaltensweisen der Trauer zu akzeptieren, denn Kindertrauer ist bunt und vielfältig. Entscheidend ist die Offenheit und Toleranz, die den Kindern in ihren Verhaltensmustern entgegengebracht wird. Die Trauer sollte nicht bewertet werden. Durch die Offenheit werden von Kindern Strategien entwickelt, mit der eigenen Trauer umzugehen. Kinder und Jugendliche brauchen Vertrauen und Begleitung. Erwachsene sollten Kindern die Möglichkeit geben, der eigenen Trauer Ausdruck zu verleihen, zum Beispiel

durch freies Spielen oder Malen. Alltägliche Rituale sollten gefördert werden. Es ist wichtig die Erinnerung an die verstorbene Person aufrecht zu erhalten und unnötige Änderungen im Tagesablauf zu vermeiden, da Kindern Strukturen in dieser Zeit viel Sicherheit geben.

Erwachsene sollten Kindern signalisieren, dass sie jederzeit zu ihnen kommen können, wenn sie erzählen oder weinen möchten. Wenn Erwachsene ihre persönliche Trauerreaktion vor Kindern zeigen, ermöglichen sie die Erfahrung, dass es wichtig ist, die eigene Trauer nicht zu unterdrücken. Oft kann es hilfreich sein, sich von Außenstehenden bei der Trauerbegleitung der Kinder Unterstützung zu holen. Kinder können häufig leichter mit Außenstehenden über ihre Gefühle sprechen, da diese selbst nicht betroffen sind.

Fazit

Die Trauer jedes Kindes, jedes Jugendlichen oder jedes Erwachsenen ist so individuell, wie seine Person. Wichtig für Begleitpersonen ist das Wissen über die unterschiedlichen Trauerphasen und die unterschiedlichen Reaktionen von Kindern und Jugendlichen auf Erfahrungen mit dem Tod. Diese Zusammenfassung skizziert nur beispielhaft und nicht abschließend das Wissen zur Begleitung von Kindern oder Jugendlichen in Trauer. Im Zweifel ist es immer ratsam sich Unterstützung zu holen.

Literatur

Ennulat, Gertrud (2003): **Kinder trauern anders. Wie wir sie einfühlsam und richtig begleiten**, Freiburg.

Franz, Margit (2002): **Tabuthema Trauerarbeit. Erzieherinnen begleiten Kinder bei Abschied, Verlust und Tod**, München.

Hinderer, Petra/ Kroth, Martina (2012): **Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause**, München.

Junker, Oliver (2007): **Kindertrauer/Kinderfragen** www.kindertrauer.info/Kindertrauer/Kindertrauer.html 20.04.2015

Kast, Verena (2011): **Trauern – Phasen und Chancen des psychischen Prozesses**, Freiburg.

Lüftner, Kai/ Gehrman, Katja (2013): **Für immer**, Weinheim und Basel.

Nilsson, Uli/ Eriksson, Eva (2012): **Die besten Beerdigungen der Welt**, Weinheim und Basel.

Reinthaler, Magdalena/ Wechner, Hannes (2014): **Plötzlich bist du nicht mehr da. Tod und Trauer von Jugendlichen**, Innsbruck.

Schössow, Peter (2005): **Gehört das so??! Die Geschichte von Elvis**, München.

Uder-Frick, Barbara (2007): **Weil Sterben auch Leben ist**, unveröffentlichtes Manuskript

Generationenkonflikte in Familien und wie damit umgehen

Welche Unterstützungen können Seelsorger/innen vor Ort anbieten?

Die Bäuerliche Familienberatung (BFB) der Erzdiözese München-Freising bietet Bäuerinnen und Bauern Beratungsgespräche zu vielfältigen Lebens- und Beziehungsthemen an. Gemeinsam mit dem oder der Ratsuchenden wird versucht Antworten auf Fragen zu Problemen oder Konflikten zu entwickeln. Die Ratsuchenden kommen mit ihren Anliegen auf die Beratungsstelle zu und wünschen sich konkrete Unterstützung. Aus den Erfahrungen der Bäuerlichen Familienberatung lassen sich Erkenntnisse auf Konflikte in Familien außerhalb des bäuerlichen Umfeldes übertragen.

Ratsuchende und die Beratung

Zur Beratung kommen Einzelpersonen, Paare und Familien, die ihre bestehenden Lebens- und Beziehungsformen als belastend erleben. Das gegenwärtige Leben, das Zurechtkommen mit sich, mit dem Partner oder der Partnerin und innerhalb der Familie erscheint unbefriedigend und wird als veränderungswürdig angesehen.

Die Ratsuchenden wollen neue Wege im Umgang mit sich selbst oder anderen, in der Bewältigung von Problemen, bei zwischenmenschlichen Konflikten und persönlichen Leiden finden. Sie erwarten **Entscheidungshilfen**, um Veränderungen in ihren Lebens- und Beziehungsverhältnissen herbeizuführen; sie wünschen sich aber auch Informationen, Klärung, Struktur für ihr Problemchaos und ihr Problemlösungen.

Beratung und Begleitung ist ein Angebot, das, gemeinsam mit der ratsuchenden Person, versucht Antworten auf deren Fragen, Probleme oder Konflikte zu finden. Die konkreten Ziele werden dabei gemeinsam mit dem Ratsuchenden erarbeitet.

Anlässe und Indikationen

Probleme, die ungelöst bleiben, brechen oftmals immer wieder auf oder weiten sich aus, d.h. sie ziehen

nicht selten Folgeprobleme nach sich. Beispielsweise können aus finanziellen Problemen Partnerschaftsprobleme werden und umgekehrt. Ungeklärte Probleme tragen zum Scheitern von Beziehungen bei und führen oft zu psychischen oder psychosomatischen Krankheiten. Durch missbräuchliches Verhalten (z.B.: Alkoholismus, Arbeitssucht) gefährden die Personen sich selbst, die Familie oder Freunde. Anlässe zur Beratung sind somit **finanzielle, familiäre und persönliche** Fragen, Krisen und Notlagen.

Besonders in bäuerlichen Betrieben, in denen Wohnen und Arbeiten so eng zusammenliegen wie sonst selten, kommt es zu zwischenmenschlichen Konflikten. Generationenkonflikte sind deshalb eine der häufigsten Anfragen in der bäuerlichen Familienberatung. Aufgrund gestörter Beziehungen herrscht oftmals große Sprachlosigkeit im Familiensystem, die sich dann auf die gesamte Kommunikation auswirkt.

Weshalb kommt es zu scheinbar nicht überwindbaren Generationenproblemen, von denen oftmals auch Kinder und Enkel betroffen sind? Im bäuerlichen Umfeld sind es folgende Themen, die zu konfliktbehafteten Situationen führen:

- Einheirat,
- anstehende oder bereits vollzogene Hofübergabe,
- unterschiedliche Vorstellungen und Erwartungen der Betriebsführung und der Arbeitsmethoden,
- Umstrukturierung des Betriebes,
- Einmischung der Senioren in die Gestaltung des Familienlebens der Junioren,
- nicht Loslassen der Senioren nach der Hofübergabe oder
- eine enge Mutter-Sohn-Beziehung.

Ebenso wie in anderen Familienbeziehungen stellen auch



Andreas Klein

Diakon, Leiter der Bäuerlichen Familienberatung in der Erzdiözese München und Freising

die Trennung und Scheidung von Eltern oder Betriebsleiterpaaren den Hof oder die Familie vor große Herausforderungen.

Lösungsansätze

Alle Anstrengungen einen Generationenkonflikt zu bewältigen lassen sich auf die Kurzformel bringen: **miteinander reden**.

Nicht nur das Gespräch über die Arbeit, sondern auch das Zusprechen von menschlichen Werten hilft einander näher zu kommen. Begriffe wie **Würdigung** dessen, was übergeben wird; **Wertschätzung** des geleisteten Einsatzes für die Familie und den Betrieb; **Dank** für das, was für den Einzelnen z.B. an Ausbildung investiert wurde und auf was die Eltern verzichtet haben. „Der Dank heilt zwischenmenschliche Risse“, so die Logotherapeutin Elisabeth Lukas (2001: 55). Auch der **Respekt** ist ein wichtiger Wert; d.h. den anderen mit viel Geduld, Rück- und Nachsicht zu behandeln und Achtung vor der eigenen und fremden Personenwürde zu haben.

Zu **Dank** und **Respekt** heißt es bei Elisabeth Lukas (2001: 62f) zusammenfassend: „Es mag frivol klingen, doch in Familien, in denen dies alles realisiert wird, kann fast nichts mehr schief gehen. Die Kombination ‚sich nicht unnötig einmischen‘ und dennoch ‚füreinander Zeit haben‘ garantiert das perfekte Verhältnis von Nähe und Distanz im Zusammenleben. Die Kombination ‚auf zu viel Jammern über Negatives verzichten‘ und ‚sich öfters für Positives bedanken‘ schafft die leicht optimistisch getönte Basisatmosphäre, in der Jung und Alt gedeihen. Und die verbürgte gegenseitige Achtung wacht darüber, dass es selbst im missverständlichsten Fall zu keinen grausamen Entgleisungen kommt.“

Ein weiterer Aspekt ist der, des Gebrauchtwerdens. Das bedeutet u.a., dass es zu überlegen gilt, welche passenden Aufgaben kann der Übernehmer dem Übergeber bzw. „Austragler“ zukommen lassen, so dass er sich noch wertgeschätzt fühlt.

Was können SeelsorgerInnen vor Ort tun bzw. anbieten?

Aus als „ganz normal“ zu betrachtenden Veränderungen im Laufe des Lebens, ergeben sich heute viele Belastungen, die nicht nur bäuerliche Familien, sondern Familien generell betreffen. So verändert sich der Einzelne durch seine persönliche Entwicklung und Reifung und es gibt Veränderungen in Ehe, Partnerschaft und Kernfamilie sowie in Beziehungen zwischen Erwachsenen und ihren Eltern, Schwiegereltern oder anderen Familienmitgliedern.

Manchmal hilft in belastenden Situationen das einfache Gespräch, für das man sich die erforderliche Zeit nehmen muss. Ein „offenes Ohr“ zu haben und Verständnis für den anderen zu zeigen, ist wichtig. Ebenso wichtig ist es jedoch auch seine eigenen Grenzen zu erkennen und gegebenenfalls auf das Angebot von Beratungsstellen wie der Bäuerlichen Familienberatung zu verweisen. Denn „sobald einem Menschen Zeit und Respekt gewährt werden, blüht er auf“ (Lukas 2001: 54).

Hintergrundinformation:

Die seit 1996 bestehende Bäuerliche Familienberatung der Erzdiözese München und Freising leitet Diakon Andreas Klein. Er wird von zehn nebenberuflichen Mitarbeiter/innen bei der Beratung unterstützt. Termine können auf Nachfrage vereinbart werden.

Literatur

Lukas, Elisabeth (2001):
**Familienglück:
 Verstehen – annehmen – lieben.**
 Kösel Verlag.

Begleitung in Übergangsprozessen

Ressourcenorientiertes Einzelcoaching

Manchmal scheint ein junger Mensch plötzlich etwas zu können, womit er über Wochen verzweifelt gerungen hat. Woran liegt das und wie verläuft die Entwicklung der Persönlichkeit? – diese Fragen stellten wir uns im Fachreferat „Jugend und Arbeit“¹. Die Betrachtung von Coachingprozessen junger Erwachsener – und zwar speziell auf ihre Dynamik hin – zeigte dann mit Hilfe der Forschungsmethodik „Synergetisches Navigations-system (SNS)“², dass Persönlichkeitsentwicklung nicht nach einem festen Plan abläuft. Sie wirkt eher als ein Zusammenspiel chaotisch erscheinender Phasen, gefolgt von Übergängen in stabile Ordnungen, die von Ruhe und Gelassenheit geprägt sind. Viele junge Menschen erleben gerade die Übergänge als anstrengend, ja krisenhaft und gleichzeitig als herausfordernd, weil sie in diesen Zeiten ihren eigenen Stärken näher zu kommen scheinen.

Birgmeier (2011) beschreibt professionelles Coaching als eine enge Verbindung zwischen der Förderung von Selbstreflexion und dem menschlichen Handeln in allen Lebensfeldern. Hierfür brauchen Profis in der Beratungsform „Coaching“ sowohl ein umfangreiches interdisziplinäres Wissen als auch ein breites methodisches Können sowie eine „gestandene“ Lebenserfahrung.

Kriz (2016) betont, dass Coaching in einer komplexen Lebenswelt „per se immer mit Interaktionsdynamiken zu tun hat, die zwischen vielen Teilbereichen und auf unterschiedlichen Beratungsebenen stattfinden“. Hiermit bezieht er sich auf das für das Coaching geeignete Theoriegebilde des systemischen Denkens: Dieses erklärt komplexe Prozesse als Zusammenspiel verschiedener Elemente, welche von einem spezifischen Kontext bzw. der Umwelt beeinflusst sind.



Bettina Siebert-Blaesing
Diplom-Sozialpädagogin,
Supervisorin (SG/ DGSv),
Fachreferentin im Erzbischöflichen Jugendamt

- 1) Praxisforschungsarbeit zum Thema „Geduld als Ressource im SNSbasierten Einzelcoaching junger Erwachsener im FSJ“. Hier intensive Zusammenarbeit mit der Forschungsgruppe von Prof. Dr. Dr. Günter Schiepek, Leiter des Institutes für Synergetik und Psychotherapieforschung an der Paracelsus Universität Salzburg sowie des Center for Complex Systems (www.ccsys.de).
- 2) Die Darstellung der Forschungsmethodik SNS (Synergetisches Navigationsystem) wird im Artikel „Systemische Praxis lernen“ (Schiepek 2016) wie auf der Homepage des Center for Complex Systems (www.ccsys.de) beschrieben. Mithilfe des SNS lassen sich Therapie-, Beratungs-, und Coachingverläufe in ihrer Veränderungsdynamik graphisch darstellen. Das SNS wird in psychosomatisch orientierten Kliniken, der Therapie, der Beratung sowie im Coaching eingesetzt.

Die Persönlichkeitsentwicklung eines jungen Menschen ist ein komplexer Prozess, der vielschichtige Wahrnehmungen und Beziehungsebenen beinhaltet. Um die Ausrichtung von Coaching in seiner Dynamik besser zu verstehen, wird nachfolgend auf die Bedeutung der drei systemischen Begriffe „Übergänge“, „Selbstorganisation“ und „Ressourcen“ eingegangen.

Übergänge als Teil des Lebens

Wieso erleben junge Menschen Übergangssituation als anstrengend? Menschen bewegen sich als lebende Systeme in ihrer Entwicklung zwischen den Ordnungen „Stabilität und Sicherheit“ sowie „Chaos und Veränderung“. Oft passt eine Ordnung nicht mehr richtig (z.B. verliebt sein) und eine andere Ordnung ist noch nicht da (z.B. befreundet sein). Den Übergang zwischen diesen beiden Ordnungen bezeichnet die systemische Forschung als einen „Ordnungsübergang“ (Schiepek 2016). Diese Zeiten sind häufig mit Stressgefühlen verbunden. Halten diese länger an, so kann es zu einer Krise kommen. Sobald das System jedoch eine neue Ordnung gefunden hat, kehrt Ruhe und Gelassenheit ein.

Selbstorganisation als Motor

Kann man diese „Ordnungsübergänge“ von außen durch Coaching beeinflussen? Der eigentliche Motor des Systems ist seine Selbstorganisation (Schiepek, Eckert, Kravanja 2013). Hierunter ist die Kraft bzw. Energie zu verstehen, die ein System im tiefsten Sinne ausmacht. Es ist ein Prozess der Selbstorganisation, von einer Ordnung in eine andere Ordnung zu kommen. Die Selbstorganisation des Systems bestimmt, welche Informationen aus der Umwelt des Systems Bedeutung haben. Es gibt immer Elemente des Systems, die mit vielen anderen Elementen in Beziehung stehen: Damit wirken sie quasi als besondere Energiequellen im System. Als beratende Person von außen gibt es nur die Möglichkeit, passende Bedingungen zur Entwicklung dieser „Selbstorganisation“ zu schaffen.

Förderung von Selbstorganisation

Doch wie lassen sich gute Bedingungen für eine Selbstorganisation gestalten? Schiepek & Haken (in Schiepek, Eckert, Kravanja 2013) haben Beratungs- und Therapiemethoden dahingehend verglichen, wie Selbstorganisation zu fördern ist. Aus den Erkenntnissen haben sie übergreifend gültige, sogenannte „Generische Bedingungen“ abgeleitet, die in allen Therapie- und Beratungsrichtungen gelten. Coachingangebote in der Jugendseelorge sprechen vor allem psychisch gesunde junge Menschen an, um sie bei ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen. Folgende „Generischen Bedingungen“ eignen sich für diesen Entwicklungs- und Rollenfindungsprozess:

- „Schaffung von Stabilität“:
z.B. durch eine gute Beziehung zwischen Coach bzw. Jugendseelsorger/in und Klient; Verschwiegenheit und Regelmäßigkeit der Gespräche;
- „Förderung der Sinnhaftigkeit“:
z.B. Hilfe bei dem Einordnen des eigenen Handelns in einen größeren Gesamtzusammenhang;
- „Identifikation von Mustern“:
z.B. über Fragen mit „immer/dann“, „je mehr/ desto“;
- „Energie und Motivation“:
z.B. Unterstützung bei der Definition eines guten Ziels und kleinen Handlungsschritten;
- „Kairos“:
z.B. Schaffung passender Momente mit zeitlichen Freiräumen, um gute Entscheidungen treffen zu können.

Ressourcen als dynamische Kraftquelle

Schiepek (2016) beschreibt, dass es sich bei Ressourcen „um sehr Verschiedenartiges handeln kann: eigene Kompetenzen und Fähigkeiten, Bezugspersonen, soziale Bezüge und Zugehörigkeiten, materielle Ressourcen, Ideelles wie Ideen, Visionen, Erinnerung, Spiritualität und Religiosität usw.“ Hierbei können folgende Merkmale von Ressourcen richtungsweisend in psychosozialen

Entwicklungsprozessen (Schiepek & Cremer, 2003) wirken:

- Ressourcen sind Kraftquellen, aus denen man alles schöpfen kann, was man zur Gestaltung eines zufriedenstellenden, guten Lebens braucht.
- Ressourcen helfen bei der Bewältigung von Problemen und Schwierigkeiten.
- Jeder Mensch, jede Herausforderung und jede Lebensphase braucht andere Ressourcen.
- Belastungen können auch als Ressource erlebt werden.
- Ressourcen sind immer an den Zielen der Person auszurichten.
- Ressourcen müssen als solche erkannt und bewertet werden.

In ihrer Sicht der Ressourcen als „Kraftquellen“ orientieren sich Schiepek & Cremer auch an dem Ressourcenverständnis von Petzold, der betont „Für die gesunde Entwicklung brauchen wir unterschiedliche Qualitäten von Ressourcen: zum einen dynamische Prozessfähigkeiten zur Selbstregulation und zum anderen alle möglichen Ressourcen zur praktischen Umsetzung unserer Vorhaben“ (Petzold 2010).

Methoden zur Ressourcenorientierung

Im Folgenden finden sich exemplarische Übungen für eine ressourcenorientierte Prozessarbeit:

a. Kraftquellen für den Tag

Diese Übung ist als Einstieg in die Gruppenarbeit zum Thema „Ressourcen“ gedacht: Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen nehmen sich einen Moment Zeit, um für sich folgenden Impuls zu beantworten: „Stelle Dir vor, Du überlegst heute Abend, was diesen Tag für Dich zu einem guten Tag gemacht hat: Was hat Dir besonders Kraft gegeben? Bitte notiere diese Kraftquelle.“ Anschließend berichten alle im Plenum von ihren Kraftquellen. Das Hören weiterer Ideen kann den Einzelnen zur Findung weiterer eigener Ressourcen anregen.

Literatur

Birgmeier, Bernd (Hg) (2011): **Coachingwissen**. VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden.

Caby, Filip / Caby, Andrea (2014): **Die kleine Psychotherapeutische Schatzkiste: Tipps und Tricks für kleine und große Probleme**. Borgmann Media, Dortmund.

Center for Complex Systems (2017): **Das Synergetische Navigationssystem (SNS)**, Online unter: www.ccsys.de (15.01.2017).

Hemmerich, Fritz Helmut (2011): **wendepunkt BURNOUT, Anleitung für die Praxis – das Salutogenese-Konzept.** Maro Verlag, Augsburg.

Knecht, Alban (2017): **Literaturliste zu den Themen Ressourcen, Ressourcentheorie und Ressourcenorientierung.** Online unter: www.albanknecht.de/materialien/Literatur_Ressourcentheorie.pdf (15.01.2017)

Kriz, Jürgen (2016): **Systemtheorie für Coaches. Einführung und kritische Diskussion.** Springer Fachmedien, Wiesbaden.

Levold, Tom / Wirsching, Michael (Hg) (2014): **Systemische Therapie und Beratung – das große Lehrbuch.** Carl-Auer-Verlag, Heidelberg.

Schiepek, Günter / Cremer, S. (2003): **Ressourcenorientierung und Ressourcenagnostik in der Psychotherapie.** In: Schemmel, Heike / Schaller, Johannes (Hg): Ressourcen. Ein Hand- und Lesebuch zur therapeutischen Arbeit. Tübingen. S. 147 – 192.

Schiepek, Günter /Eckert, Heiko / Kravanja, Brigitte (2013): **Grundlagen systemischer Therapie und Beratung – Psychotherapie als Förderung von Selbstorganisationsprozessen.** Hogrefe, Göttingen.

Schiepek, Günter (2016): **Systemische Praxis lernen.** In: Systeme, Jg.30, 1/16, S. 33 – 53.

Schleth-Tams, Elke (2016): **Stark durch Resilienztraining – Belastbarkeit in der Ausbildung und im Berufsalltag entwickeln.** Bildungsverlag Eins, Köln.

Petzold, Theodor Dierk (2010): **Praxisbuch Salutogenese – Warum Gesundheit ansteckend ist.** südwest Verlag, München.

b. Ressourcenlandkarte im Einzelcoaching

Im Alltag wird Einzelcoaching oft als „Vier-Augen-Gespräch“ durchgeführt. Eine Ressourcenlandkarte bietet sich als kreative Methode besonders für Einstiegsgespräche an, sofern ausreichend Zeit (2 bis 3 Stunden) eingeplant wird.

Der Klient oder die Klientin beschreibt ein Anliegen für ein Coaching. Der Coach führt das Gespräch, indem er alles, was der Klient oder die Klientin erzählt, in Stichworten auf ein großes Blatt als Ressource notiert. Das Blatt wird wie eine Landkarte genutzt und im Gespräch Verbindungen zwischen den Begriffen gezogen. Der Coach verwendet möglichst die eigenen Worte der zu beratenden Person. Es werden keine Positionen diskutiert oder intensiv Erfahrungswerte des Coaches besprochen: Der Klient mit seinen neu zu entdeckenden Kraftquellen (Ressourcen) soll im Mittelpunkt stehen. Im Anschluss besprechen beide, welche Ressourcen als besondere Kraftquellen sichtbar werden und in welcher Form sich das Anliegen neu beantwortet.

Im Gespräch lassen sich so Ressourcen ausmachen, die für die Weiterarbeit im Coachingprozess nutzbar sind.

Fazit

Coaching ist in der Jugendseelsorge eine kreative und bestärkende Beratungsform, die jungen Menschen bei der Suche nach persönlicher und beruflicher Orientierung Stabilität geben kann. Einmal entdeckte Ressourcen haben die Kraft, auch später zu wirken. Insbesondere die Begleitung krisenhafter Übergänge gehört mittig in den Beratungsprozess, zeigt sich hier doch besonders die Selbstorganisation und die Wandlungskraft der Persönlichkeit.

Das Leben Feiern

Rituale für besondere Momente

Im Rahmen dieses Workshops widmeten sich die Teilnehmenden dem Thema Rituale. Die anfängliche Assoziationsübung ergab verschiedene Begriffe und Vorstellungen, wie Sonntag, Jugendliturgie, Mittagspause, Abendkuss, aktiv, Jubeln, Tradition, Jubiläum, Morgen, besinnen, charismatisch, Jahreswechsel, Geburtstag, Anfang. Gleich zu Beginn wurde klar: Rituale feiern wir zu besonderen Momenten im Leben, gerade dann, wenn eine Veränderung stattfindet (und sei es nur, dass wir vom Tag in die Nacht wechseln und da der Gutenachtkuss seinen Platz hat). Wir haben zwar verschiedene Erwartungen an ein Ritual, doch in der Regel soll es mich mit einbeziehen und begeistern.

Kennzeichen von Ritualen

Im nächsten Schritt versuchten wir zu ergründen, was denn ein Ritual ausmacht. Hierbei scheint die Frage, nach der Tradition eher zweitrangig: es können sich neue und gute Rituale entwickeln, während die traditionellen schnell an Bedeutung für die Teilnehmer verlieren können. Dennoch zeichnet ein Ritual der Wiedererkennungswert aus, d. h. eine rituelle Handlung knüpft an Bekanntem an. Insofern bietet es sich an, hier mit vertrauten Symbolen wie Licht zu arbeiten.

Intensität und Ort sollten in Abstimmung auf die teilnehmenden Personen getroffen werden. Die Wahl des Ortes bestimmt häufig bereits die Intensität oder die Emotionalität des Rituals. Will man die Emotionen, die mit einem Ort oder dem Grund des Rituals in Verbindung stehen, aufgreifen, ist räumliche Nähe ein Mittel dazu. Andere Themen und Situationen benötigen möglicherweise einen emotionalen und räumlichen Abstand, damit sich die Teilnehmenden auf das Thema einlassen können. Hier braucht es vor allem Kenntnisse über die teilnehmenden Personen und den Anlass, um zur Situation passende Entscheidungen treffen zu können.

Generell gilt: die Anlässe im Leben der Teilnehmenden geben den Rahmen für das Ritual vor! Von der Person, die ein Ritual anleitet, wird zunächst erwartet, dass sie



Andreas Spöttl

Jugendpfarrer und Geistlicher Leiter der Katholischen jungen Gemeinde (KjG) München und Freising

da ist. Erst in einem zweiten Schritt kann dann ein Ritual die Situation begleiten.

Von der Zielsetzung her sollte jedes Ritual den Teilnehmenden etwas für den Alltag mitgeben. Ganz weit gefasst wäre das eine Sinndeutung für die konkrete Lebenssituation. Geistlich gesehen ist es ein oder der Segen, der mitgegeben werden kann. Zum Anfassen kann es ein Give-Away sein, das nach dem Ritual weiterhilft.

Rituale zu Lebenssituationen

Nachfolgende Rituale zu verschiedenen Lebenssituationen wurden im Rahmen des Workshops beispielhaft erarbeitet:

Situation 1: Bestandene Führerscheinprüfung

Titel: „Es kommt auf dich an“

Kennzeichen der Situation: Selbstbestimmung, Verantwortung, Zukunft, Unabhängigkeit, endlich mobil sein, erwachsen sein, Freiwilligkeit, etwas selbst erarbeitet haben.

Für die Teilnehmenden ist es eine besondere Lebenssituation, weil eine Lernphase abgeschlossen wurde und das Geschaffte jetzt gefeiert werden soll. Außerdem geht es darum, jetzt Verantwortung für mich und für andere zu übernehmen. Auch die Sehnsucht nach Schutz in den Gefahren des Straßenverkehrs spielt eine Rolle. Sollten Eltern teilnehmen, ist für sie das Loslassen im Fokus.

Aspekte des Rituals:

Ein Ritual könnte sich in folgende drei Punkte gliedern:

Abschluss: auf das schauen, was geschafft worden ist

Feiern: in Form einer Autofahrerparty für Jugendliche

Segen: ein Symbol des Segens mitgeben, z. B. eine Christophorus-Plakette oder einen Schutzengel

Ablauf: Ein möglicher Ablauf der Feier wäre:

1. Einstieg: den Anlass durch einen Impuls aufgreifen, z. B. Autowerbungen, „Evolution der Mobilität“ (Bobby-Car, Dreirad, Fahrrad, Auto), Fahrzeugteile (Bremsse, Gaspedal, Felge ...), Verkehrszeichen, ...

2. Verkündigung

z. B. Raphael als Begleiter des Tobit (Tob 5,1-17), Engel als Wegbegleiter (Psalm 91), der Barmherzige Samariter (Lk 10,25-37), die Christophorus-Legende

3. Gebet, Bitte, Dank

4. Einzelsegnung

5. Party

Ort: Als Ort könnten sich ein Autohaus, eine Autobahnkirche, eine Fahrschule oder auch ein Parkplatz anbieten.

Situation 2: Die erste Reise ohne Eltern

Kennzeichen der Situation: Aufbruch, Loslassen, Selbstverantwortung, Selbständigkeit, Abschied, etwas Neues, Unsicherheit, Abenteuer, Angst vor Heimweh oder Einsamkeit,...

Teilnehmende sehnen sich womöglich nach Sicherheit, Begleitung, Schutz, Mut, Zuspruch, Segen,...

Wichtige Punkte für ein Ritual könnten sein: Ein Symbol zum Mitgeben, eine Einzelsegnung mit Handauflegung und als Segensspruch ein Psalmwort oder frei formulierte Sätze,...

Symbol zum Mitgeben (Give-Away): Taschenlampe mit Spruch, ein kleines Buch als Tagebuch, Multifunktions-tuch, T-Shirt, Kugelschreiber, eine Karte mit passendem Bild und/oder Spruch. Falls eine Gruppe, die gemeinsam fährt, ein Ritual feiert, sollte das Give-Away in jedem Fall gemeinschaftsstiftend sein.

Mögliche Gelegenheiten könnten sein: die Abiturgruppe fährt gemeinsam weg, Kinder fahren zum ersten Mal in ein Zeltlager, eine Einzelperson geht auf Reisen,...

Situation 3: Verliebt sein

Kennzeichen der Situation: Unsicherheit, Gefühlschaos, Verwirrtheit, etc. Für die Liebenden ist die Beziehung in diesem Moment das Thema Nummer 1!

Wenn ein Ritual dazu angeboten werden soll, ist es zunächst wichtig für die Interessierten da zu sein und einen Ort zu bieten, zu dem sie auch im Gefühlschaos gehen können. Diese Lebenssituation ist in jedem Fall ernst zu nehmen, denn für die Verliebten ist gerade nichts anderes in der Welt wichtig. Im Ernstnehmen kann Zuspruch erfahren werden.

Aspekte des Rituals: Ein niederschwelliges Angebot ist hier die richtige Wahl. Es können Kerzen angezündet werden (z. B. Teelichter in Herzform), man kann rote Papierherzen beschreiben, etwas in eine Schatzkiste legen, einen Segen empfangen...

Situation 4: Totengedenken mit Jugendlichen

Kennzeichen der Situation: Es geht hier darum Raum zu geben, um persönlich an liebe Verstorbene zu denken.

Zeitpunkt: Dies kann ein konkreter Anlass sein oder aber allgemein gehalten werden, insbesondere im November, in dem es diverse Anlässe des Totengedenkens gibt.

Ablauf des Rituals:

1. Eine Einführung oder Hinführung zum Thema
2. Die Teilnehmenden werden eingeladen, Namen von Verstorbenen auf kleine Zettel zu schreiben.
3. In einem Nebenraum oder an der Seite ist eine Mauer aus Steinen aufgebaut (Klagemauer). Dort können die Zettel in die Ritzen gesteckt werden. Anschließend kehren alle zum Ausgangsort zurück.
4. Von dort beginnt eine Prozession durch die Kirche. Auf diesem Weg wird die Emmaus-Geschichte gelesen (Lk 24,13-32):
 - a. Lk 24,13-15a: Weg zur Osterkerze, die im Kirchenraum in einiger Entfernung vom Ausgangsort steht.
 - b. Lk 24,15b („Jesus kommt hinzu“) An der Osterkerze: die Kerze wird von einer Person aufgenommen und weiter mit auf dem Weg getragen.
 - c. Lk 24,16-29: Weg vom Ort der Osterkerze zur Klagemauer
 - d. Lk 24,30-32: an der Klagemauer; dort wird die Osterkerze abgestellt
5. Einladung an der Osterkerze kleine Kerzen zu entzünden und sie an oder auf die Klagemauer zu stellen
6. Ein Lied wird gesungen: z. B. Christus, dein Licht verklärt unsere Schatten (God for you(th): 576) oder Im Dunkel unserer Nacht (God for you(th): 440)
7. In Stille enden. Jeder hat jetzt so viel Zeit, wie er oder sie braucht, um noch an der Mauer zu verweilen.
8. An einem anderen Ort findet ein gemeinsames Beisammensein mit Essen und Trinken statt.

Fazit

Die Liturgiewerkstatt hat gezeigt, dass Rituale eine gute Möglichkeit sind, Lebenssituationen Jugendlicher, aber auch von Erwachsenen oder Kindern, zu begleiten. In der Regel wird es nötig sein, für verschiedene Situationen ein jeweils passendes Ritual selbst zu gestalten. Gerade für Menschen, die ohnehin in der Pastoral tätig sind und in diesem Feld über großes Know-how verfügen, scheint das aber durchaus machbar. Die Liturgiewerkstatt ermutigte, in diesem Bereich einfach Neues auszuprobieren und Bewährtes immer wieder weiterzuentwickeln.

Literatur

Deutsche Provinz der Salesianer Don Bosco (2009): **God for you(th). Das Benediktbeurer Liederbuch.** Don Bosco Verlag, München.

Literaturempfehlungen

Antonovsky, A. (1997): **Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit.** Tübingen.

Bauman, Z. (1998): **Vom Pilger zum Touristen – Postmoderne Identitätsprojekte.** In: Keupp, Heiner (Hg): Der Mensch als soziales Wesen. Sozialpsychologisches Denken im 20. Jahrhundert. Ein Lesebuch. München. S. 295-300.

Birgmeier, Bernd (Hg) (2011): **Coachingwissen.** VS Verlag für Sozialwissenschaften, Wiesbaden.

Caby, Filip / Caby, Andrea (2014): **Die kleine Psychotherapeutische Schatzkiste: Tipps und Tricks für kleine und große Probleme.** Borgmann Media, Dortmund.

Fend, H. (2001): **Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Ein Lehrbuch für pädagogische und psychologische Berufe.** Opladen.

Franz, Margit (2002): **Tabuthema Trauerarbeit. Erzieherinnen begleiten Kinder bei Abschied, Verlust und Tod.** München.

Fritsch, Gerlinde Ruth (2010): **Der Gefühls- und Bedürfnisnavigator. Gefühle & Bedürfnisse wahrnehmen.** Junfermann Verlag, Paderborn.

Fuchs, Michael / Messner, Jochen (2016): **Die Führungskraft der Jedi: Anleitung zur persönlichen Entwicklung als Führungskraft.** Freiburg.

Göppel, R. (2005): **Das Jugendalter. Entwicklungsaufgaben – Entwicklungskrisen – Bewältigungsformen.** Stuttgart.

Göppel, R. (2007): **Aufwachsen heute – Veränderungen der Kindheit – Probleme des Jugendalters.** Stuttgart.

Görtz, Philipp (2014): **Ignatianische Schulpastoral. Anregungen für eine spirituelle Praxis an konfessionellen Schulen.** Würzburg.

Hinderer, Petra/ Kroth, Martina (2012): **Kinder bei Tod und Trauer begleiten. Konkrete Hilfestellungen in Trauersituationen für Kindergarten, Grundschule und zu Hause.** München.

Hurrelmann, Klaus / Quenzel, Gudrun (2013): **Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung.** Beltz Juventa, Weinheim, Basel.

Kast, Verena (2011): **Trauern – Phasen und Chancen des psychischen Prozesses.** Freiburg.

Keupp, H. (1988): **Riskante Chancen. Das Subjekt zwischen Psychokultur und Selbstorganisation.** Heidelberg.

Keupp, H. / Ahbe, T. / Gmür, W. u.a. (2013): **Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identitäten in der Spätmoderne.** Reinbek.

Langer, Inghard / Langer, Stefan (2011): **Jugendliche begleiten und beraten.** Reinhardt Verlag, München, Basel.

Maureder, Josef (2007): **Wir kommen, wohin wir schauen. Berufung leben heute.** Innsbruck-Wien.

Reinthal, Magdalena/ Wechner, Hannes (2014): **Plötzlich bist du nicht mehr da. Tod und Trauer von Jugendlichen.** Innsbruck.

Röcker, Anna E. (2013): **Eine Tankstelle für die Seele. Inner Coaching – Mit inneren Bildern die Psyche stärken.** Kösel Verlag, München.

Schiepek, Günter /Eckert, Heiko / Kravanja, Brigitte (2013): **Grundlagen systemischer Therapie und Beratung – Psychotherapie als Förderung von Selbstorganisationsprozessen.** Hogrefe, Göttingen.

Schiepek, Günter (2016): **Systemische Praxis lernen.** In: Systeme, Jg.30, 1/16, S. 33 - 53.

Sellin, Rolf (2014): **Bis hierhin und nicht weiter. Wie Sie sich zentrieren, Grenzen setzen und gut für sich sorgen.** Kösel Verlag, München.

Lucas, George (ausführender Produzent und Story), Kershner, Irvin (Regie), Kurtz, Gary (Produzent): **Star Wars V – Das Imperium schlägt zurück.** Lucasfilm Ltd. Production, Twentieth Century Fox Release 1980, 1997, 2004, DVD.

Filme

Duscha, Magdalena	Sozialpädagogin (B.A.), Nicolaidis YoungWings Stiftung München; duscha@nicolaidis-youngwings.de
Görtz, Pater Philip SJ	Bistum Wien, ehem. Leiter des Kolleg St. Blasien, Vorsitzender der Stiftung Ignatianische Jugendpastoral; philipp.goertz@jesuiten.org
Keupp, Prof. Dr. Heiner	Hochschullehrer für Sozialpsychologie; HeinerKeupp@psy.lmu.de
Klein, Andreas, Diakon	Leiter der Bäuerliche Familienberatung der Erzdiözese München und Freising; aklein@ordinariat-muenchen.de oder telefonisch 08072/97 33
Langer, Stephan	Dipl. Sozialpädagogin, Praxis für Interpersonale Beratung, Supervisor, Coach; info@interpersonaleberatung.de
Ponert, Michael	Sozialpädagogin goja - Fachstelle Jungenarbeit; mponert@im-muenchen.de
Saur, Hermann	Notfallseelsorger und Traumafachberater, Erzdiözese München und Freising; hs@nfs-muc.de
Schiele, Katrin	Sozialpädagogin B.A., amanda - Projekt für Mädchen; katrin.schiele@amanda-muenchen.de
Siebert-Blaesing, Bettina	Dipl. Sozialpädagogin; Supervisorin (SG/DGSv), Systemische Therapeutin/Beraterin (SG); Fachreferentin für Jugend und Arbeit im Erzbischöflichen Jugendamt München und Freising; bsiebert@eja-muenchen.de oder info@siebert-blaesing.de
Spöttl, Andreas	Jugendpfarrer und Geistlicher Leiter der Katholischen jungen Gemeinde (KjG) München und Freising; aspoettl@eja-muenchen.de

Erzbischöfliches Jugendamt München und Freising
Diözesanjugendpfarrer Daniel Lerch
Preysingstraße 93, 81667 München
Tel. 089/ 480 92 - 2010
info@eja-muenchen.de
www.eja-muenchen.de
USt-ID: DE 811510756

HERAUSGEBER

Andrea Glodek, Grundsatzreferentin
Claudia Hoffmann, Öffentlichkeitsreferentin

REDAKTION

Maria Naber, Firma Marketingtussi

LAYOUT

MDV Maristen Druck & Verlag

DRUCK

Tagungsfotos und Titelbild:
Erzb. Jugendamt München und Freising
S. 20: Schutzengel von Ignaz Günther, Bürgersaal München,
©Anton Brandl, München. Mit freundlicher Genehmigung
von MMK Bürgersaal Pro-Präfekt Jacob

BILDNACHWEIS

1. Auflage Februar 2017

AUFLAGE

Einzelexemplar: 4 Euro
Abonnement: 3 Euro (zzgl. Porto- und Versandkosten)
Mengenstaffel: Bei Abnahme von 10 MATERIALIEN-Heften
10 % Rabatt (auch gemischte Titel), Rabattkonditionen ab
30 Heften auf Anfrage

PREISE

Pfarreien der Erzdiözese München und Freising, Dienststel-
len des Erzbischöflichen Ordinariats und des Erzbischöflichen
Jugendamts München und Freising erhalten ein Frei-
exemplar.

© Erzbischöfliches Jugendamt München und Freising

ABDRUCK

Abdrucke (auch in Auszügen) des MATERIALIEN-Hefts Nr. 153
sind nur mit vorheriger Genehmigung der Herausgeber bzw.
des/der jeweiligen Autor/in gestattet.
Alle Inhalte wurden mit größtmöglicher Sorgfalt erstellt,
die Herausgeber übernehmen jedoch keine Gewähr für die
Aktualität, Korrektheit, Vollständigkeit und Qualität der In-
formationen sowie für etwaige Druckfehler.

www.eja-muenchen.de

Talente. Aufbruch. Leben.

Erzbischöfliches
Jugendamt
München
und Freising

