

## **Burnout-Prophylaxe für Sozialarbeiter\_innen. Ein Werkstattbericht**

Abschlussarbeit der vierjährigen Ausbildung am Deutsch-Dänisches Institut für Familientherapie und Beratung, ddif (Dez. 2016)

**Tanja Göttmann**

Ich betreue Familien im Rahmen der sozialpädagogischen Familienhilfe, vermittelt über das Jugendamt. Manchen dieser Familien wird diese Hilfe verordnet, sie müssen mich in ihre Wohnung und in ihr Leben lassen, ob sie wollen oder nicht. Ich frage während des Erstgespräches, wie das für sie ist, was das genau für sie bedeutet. Ich teile den Familien auch mit, was es für mich bedeutet: Ich bin mir bewusst, dass ich jetzt da bin, obwohl sie das gar nicht wollen. Ich möchte aber sehr gerne mit ihnen zusammenarbeiten und, ja, es gibt Gründe, warum ich jetzt hier bin. Diese Gründe spreche ich auch an, beispielsweise Vernachlässigung, Gewalt oder Schulprobleme des Kindes.

In diesem Text beschreibe ich, wie sich die Arbeit mit den Familien, angestoßen durch meine Ausbildung am ddif, verändert hat oder besser: wie ich mich verändert habe. Seit einiger Zeit hatte ich diese Arbeit immer leidenschaftsloser gemacht. Durch das Menschenbild, die pädagogische und therapeutische Grundhaltung von Jesper Juul, die ihren Ausdruck in den Werten Integrität, Verantwortung, Authentizität und Gleichwürdigkeit finden, habe ich wieder eine neue Perspektive auf die Zusammenarbeit mit meinen Klienten gewonnen. Mich beeindruckt dabei nach wie vor die Wechselseitigkeit der Arbeit mit den Familien und meiner persönlichen Entwicklung.

Die Namen der Familienmitglieder werden nicht genannt und die Familiengeschichten sind soweit abgewandelt, dass eine Rückverfolgung nicht möglich ist.

### **Nachhaltige Erkenntnisse**

Als ich darüber nachdachte, warum ich diese Arbeit immer leidenschaftsloser mache, wurde mir bewusst, dass es für mich eine der größten Herausforderungen ist, mit Menschen in Kontakt zu sein, von denen ich meine, sie müssten sich dringend ändern, die dann aber doch genau so bleiben, wie sie sind. Wenn ein Klient von seinem Leidensdruck erzählt, sich in unserem Gespräch bewusster über seine Gefühle wird, aber trotzdem genau so weiter macht wie bisher. Wenn es beim nächsten Gespräch wieder um die gleiche Thematik geht, dann wende ich mich ab und gehe aus dem Kontakt. Oder ich sitze es aus, denke mich weg, lasse sie einfach reden, und werde gleichgültig. Zusätzlich habe ich abwertende Gedanken: „Wie die schon redet. Wie die aussieht. Wie blöd die ist!“ Heute weiß ich, dass das meine Art war, mich zu schützen – eine sehr destruktive Art.

Zuerst war es nur mit Familie N. schwierig. Mit den Kindern fuhr ich wöchentlich ins Frühförderzentrum. Mit der Mutter arbeitete ich seit zwei Jahren. Ich hatte ihr gesagt, dass mir oft mein Herz stehen bleibt, wenn ich erlebe wie sie mit ihren Kindern redet, und dass sie sich mehr um ihren Partner als um ihre Kinder kümmert. Ich wusste, dass das einer meiner wunden Punkte ist. Meine Mutter hatte sich - jedenfalls in meiner Wahrnehmung - überwiegend mit sich selbst und ihren jeweiligen Partnern beschäftigt und mich dabei gefühlt im Stich gelassen. Von Frau N. kam keine Reaktion. Ich nahm weder in den folgenden Gesprächsmomenten noch in ihrem Verhalten Veränderungen wahr. Ich hatte ja auch keine Reaktion von ihr gefordert. Ich hatte meinen Satz

gesagt, ohne eine Rückmeldung zu verlangen. Danach begann ich, die Besuche in dieser Familie auszusitzen, meine Gefühle zurückzuhalten und nur noch über „Hausaufgaben gemacht oder nicht gemacht“ zu reden. Das ging bestimmt über einen Zeitraum von zwei Monaten so.

Und ich ließ zu, dass sich diese Strategie auf andere Familien ausweitete. Ich machte mir vor, dass es für mich ganz in Ordnung sei, so zu arbeiten. Schließlich – so dachte ich - sparte ich dadurch Kräfte und zudem schien es am Ende leicht verdientes Geld. Schon bevor ich aus dem Auto stieg, traf ich innerlich eine Entscheidung: „Heute mache ich es mir leicht“. Ich redete über Belanglosigkeiten, hatte innerlich abgeschaltet und war froh, wenn ich die Wohnung endlich wieder verlassen konnte.

In dieser Phase fühlte ich mich nach jedem dieser Kontakte energielos. Ganz anders als nach Beratungsgesprächen mit anderen Familien im Rahmen meiner Selbständigkeit. Nach diesen Gesprächen fühlte ich mich energiegeladener, die Arbeit machte mir Spaß. Ich schob diesen Umstand auf das „bildungsschwache Klientel“, das ich von den Jugendämtern bekomme und das ja eh nichts verändern wollte. Zumindest diejenigen nicht, mit denen ich arbeitete. Meine Motivation mit den Familien zu arbeiten ist wohl, dass sie sich verändern, sonst könnte ich es – so denke ich - ja auch lassen!

Schon während ich das schreibe, spüre ich den Zusammenhang. Ich verziehe vor Unmut das Gesicht als hätte ich Zahnschmerzen. Mir stockt der Atem und ich merke, wie einfach es für mich war, in meine alte „Abwertungsfalle“ zu tappen. Abwertung kenne ich aus meiner Ursprungsfamilie. Mein Vater hat oft zu mir gesagt: „Du bist zu dumm, zu blöd, du kannst doch nichts...“. Bei näherer Betrachtung wird mir klar, dass sein Verhalten ein Grundgefühl von Wertlosigkeit in mir erzeugt hat. Wenn ich mich während eines Gespräches anstrengte, mein Gegenüber aber trotzdem einfach so weiter macht in seinem Leben als ob wir nie gesprochen hätten, dann fühle ich mich wieder wertlos – so wie damals durch die Abwertungen von meinem Vater. Das halte ich kaum aus. Sogar jetzt fühle ich eine Lähmung. Ich fühle mich kraftlos, müde und ohne Energie. Mit Sicherheit fühlen sich Familien, die Hilfe zugewiesen bekommen, weil sie ihre Leben nicht auf die Reihe bekommen, auch wertlos und ohne Energie.

Weiter unten berichte ich davon, wie mir meine nicht bearbeitete Missbrauchserfahrung im Kontakt mit Frau S. im Wege stand. Diesen blinden Fleck konnte ich aufgreifen und mich mit diesem schwierigen Teil meiner Vergangenheit auseinandersetzen. Ich begann eine Therapie, die mir half, das Erlebte zu integrieren. Das kostete zwar Kraft, aber ich kann jetzt milder auf mich schauen. Ich bin gerne zugewandt und freundlich mit mir. Härte kenne ich nur allzu gut.

Als mir diese Zusammenhänge klarer wurden, begann sich meine Einstellung zu meiner Arbeit mit den „Jugendamts-Familien“ zu verändern. Es fing damit an, dass ich meine Gefühle in den Gesprächen wieder wahrnahm und bemerkte, wie viele davon ich bei mir behielt und wegdrückte. Auch diese Strategie, die Luft anzuhalten und Gefühle wegzudrücken, kenne ich gut. Die Verantwortung für mein Verhalten und meine Reaktionen schiebe ich dann den anderen zu, anstatt

sie bei mir zu lassen. Außerdem neige ich dazu, schwierige Situationen auszusitzen, statt aktiv zu werden. Ich habe versucht, die Stunden beim Jugendamt zu reduzieren und meine Selbständigkeit auszubauen, damit ich mehr mit dem anderen Klientel arbeiten kann, mit dem es mir leichter fällt.

Doch dann spürte ich einen inneren Ruck: Ich wollte so nicht weiter machen. Ich beschloss, Verantwortung für mich und meine Gefühle zu übernehmen, und sie bewusst für meine Arbeit in der Familienhilfe zu nutzen. Ich fühlte mich sofort lebendiger und kraftvoller. Ich beschloss, nicht länger zu erwarten, dass mein Gegenüber sich verändert – allerdings nahm ich mir vor, eine Reaktion auf Vorschläge von mir und Rückmeldungen einzufordern. Dabei ging es mir zunächst lediglich um mich: Wenn ich Verantwortung für mich und meine Gefühle übernehme, anstatt mich vom Verhalten des anderen abhängig zu machen, kann ich es aushalten, wenn mein Gegenüber so bleibt, wie es ist. Damit begann ein Prozess, der bis heute noch nicht abgeschlossen ist. Es folgt mein Werkstattbericht.

### **Alte Muster behindern den Neuanfang:**

#### **Das Gespräch mit Familie S. bei dem ich übers Ziel hinaus schieße.**

*Der Partner meiner Klientin, Frau S. hat um ein Treffen gebeten, weil Frau S. nicht mehr in die Tagesklinik gehen will. Montag, Frau S. sitzt auf dem Sofa und auf der anderen Seite ihr Partner B.*

-----  
Frau S. erklärt: *„Naja, die Tagesklinik. Da konnte ich nicht hin, die Susanne, die mich fahren sollte, hat mir abgesagt. Ich wusste echt nicht was ich machen soll. Und als ich dann da angerufen habe, da waren die total doof. Die richten sich nicht nach mir, die konnten mir nur einen Tag sagen, wo ich kommen kann. Wie soll ich mich denn danach richten, da gehe ich überhaupt nicht mehr hin, die sind total doof. Ich hab schon was anderes, da kriege ich jetzt einen Fragebogen zugeschickt mit hundert Fragen, die muss ich ausfüllen und dann kann ich mir meine Therapeutin aussuchen, da gehe ich ein- oder zweimal die Woche hin“.*

Ich schaue zu ihrem Partner: *„Ich weiß wie wichtig es Ihnen ist, dass Frau S. in die Tagesklinik geht. Wie ist das jetzt für Sie? Soweit ich weiß wollten sie sie verlassen, wenn sie nicht in diese Einrichtung geht. Wie soll es denn jetzt weitergehen?“*

B.: *„Mir ist es wichtig, dass du eine Therapie machst, ich frage mich, wie lange es dauert, bis du den Bogen ausgefüllt hast, zurückgeschickt hast und dann die Therapie anfängst?“*

Frau S. lacht: *„Ja, das kann ja bei mir immer dauern.“*

Ich wende mich an Frau S.: *„Mir fällt es schwer zu glauben, dass sie wirklich in die Tagesklinik gehen wollten, B. hatte sich doch darum gekümmert, dass sie einen Fahrer hatten. Jedenfalls hat er mir das geschrieben.“*

Frau S.: *„Hä?“* (Sie blickt zu ihrem Partner.)

Ich merke, wie ich beginne, unruhig zu werden, mein Herz schneller schlägt, ich atme schneller und werde sauer.

Ich: *„Ich glaube, wenn Sie in die Tagesklinik gehen wollten, wären sie hingegangen. B. hatte ja einen*

*Fahrer besorgt. Und ich ärgere mich darüber, dass ich mit ihnen dort war, einen Termin ausgemacht habe, angerufen habe, mich darum gekümmert habe. Ich glaube, dass sie gar nicht in die Klinik möchten. Wenn das so ist, will ich jetzt von Ihnen, dass sie das auch sagen und aufhören, Ausreden zu benutzen.- Jedenfalls ist das meine Phantasie dazu, wenn ich falsch liege, können Sie das gerne sagen.“*

Frau S. schaut mich wütend an: *„Nee, ich will da auch nicht hin, da sind nur Behinderte und die, die da arbeiten, sind auch behindert.“*

Mir fällt O. ein, die nur deshalb in der Ganztagschule ist, weil Frau S. in die Tagesklinik gehen wollte. Ich hatte viele Gespräche mit O. und Frau S. über dieses Thema geführt, und es war ein ziemlicher Aufwand gewesen, alles so zu organisieren, dass O. jetzt dorthin geht, obwohl sie eigentlich nicht wollte.

*„Und was ist mit O., die ist ja jetzt extra deshalb in der Ganztagschule angemeldet worden?“*

Frau S.: *„Na, das ist halt jetzt so.“*

*„Ok“, sage ich, „dass ist jetzt mal eine klare Aussage. Wie soll es denn jetzt für Sie weitergehen?“*

Frau S.: *„Ich mache die ambulante Therapie...“*

B. mischt sich ein: *„Sie muss ja jetzt auch was machen, weil die Arbeitsagentur sie in eine Maßnahme stecken will.“*

*„Oh“, ich wende mich an Frau S., „was sollen Sie denn da machen?“*

Frau S.: *„Einen Ein-Euro-Job, als Demenz-Begleitung.“*

(Das hat sie gelernt und mochte diese Arbeit auch.)

*„Klasse“, sage ich, „ich freue mich – ich sehe jedoch gar keine Freude in ihrem Gesicht?“*

Frau S. (aggressiver Tonfall): *„Da kann ich nur hin, wenn der das Auto fertig repariert hat!“*

Ich (erstaunt): *„Wieso, da fährt doch ein Bus hin!“*

Frau S.: *„Ich will es aber lieber bequem haben!“*

Ich: *„Ich rege mich voll auf! Sie haben es seit Dezember letzten Jahres bequem.“*

(Seitdem ist Frau S. arbeitssuchend, ihr letzter Job hatte ihr nicht gefallen, weil die Chefin sehr ungerecht mit ihr umging.)

Ich: *„Wenn sie es weiterhin bequem haben wollen, dann übernehmen Sie dafür bitte auch die Verantwortung. Hören sie auf, immer irgendeinen Schuldigen im Außen zu suchen, weswegen sie dies und jenes nicht machen können. Ich mache da nicht mehr mit. Das ist nicht meine Arbeitsauffassung und ich koste auch Geld, dass sich der Staat wirklich sparen kann.“*

B.: *„Wenn du wirklich arbeiten gehen willst, dann musst du auch mal in den sauren Apfel beißen und mit dem Bus fahren, ich bekomme das Auto so schnell nicht repariert.“*

Ich: *„Was für einen sauren Apfel? Ich sehe keinen sauren Apfel. Ich sehe eine Busfahrt. Ich komme nicht einmal die Woche hier her, um Kaffee zu trinken. Das mache ich nicht mehr. Wenn ich Sie*

*alleine sehe, Frau S., sagen sie, es sei alles tutti. Seit B. zu den Gesprächen kommt, hat sich eine neue Dynamik ergeben. Ich habe von ihm gehört, dass Sie tagsüber viel im Bett liegen und es Ihnen nicht gelingt regelmäßig zu kochen. Ich möchte die Maßnahme beenden, wenn ich keinen Auftrag von ihnen bekomme. Und im Moment sehe hier keinen Auftrag für mich.“*

*„Dann kommen Sie eben nicht mehr.“, antwortet Frau S.*

*B.: „Das Frau Göttmann wegen der Tagesklinik angepisst ist, ist doch normal!“*

*Ich: „Ich bin nicht nur wegen der Tagesklinik angepisst. Ich kann die Ausreden nicht mehr hören und ich werde auch nicht an O.s Verhalten arbeiten, wenn O. die einzige ist, die sich hier verändern soll.“ Ich wende mich an Frau S.: „Ich möchte gerne von ihnen, Frau S., wissen, ob sie weitermachen oder nicht und wie viele Tage Zeit sie brauchen, um sich das zu überlegen.“*

*Frau S.: „Zwei Tage.“*

*Ich: „Ok, dann rufen Sie mich in zwei Tagen an, wenn sie sich nicht melden, melde ich mich am dritten Tag bei Ihnen.“*

*Langsam beruhige ich mich und sage sanfter: „Für mich ist es völlig ok, wenn Sie so weiter leben wollen, wie bisher. Nur gibt es dann für mich keinen Grund mehr hier vorbei zu kommen. Ich bin weder sauer noch sonst irgendwas...“ – Das stimmt nicht, ich bin erleichtert, wenn ich nicht mehr dahin muss – „...nur dann übernehmen Sie dafür bitte die Verantwortung und sagen mir Bescheid, weil ich dann aufhöre mit ihnen zu arbeiten“.*

---

Dieses Mal hatte ich meine Wut nicht unterdrückt, aber während ich meinte, so schön mit mir im Fluss zu sein, war ich weit über das Ziel hinausgeschossen: Das Tonband hatte zwar festgehalten, dass meine Stimme am Schluss tatsächlich sanft war, meine Wortwahl war es aber nicht. Ich wollte aus der Situation, dieser ständigen Auseinandersetzung mit Familie S. herauskommen. Und anstatt selbst Verantwortung für meine Gefühle zu übernehmen, machte ich Frau S. dafür verantwortlich.

Bei dem Versuch, etwas Neues zu probieren, war mein anderes altes Muster wieder aufgetaucht, ich hatte ihr gedroht: „Wenn Sie sich nicht verändern, dann komme ich nicht mehr.“ Das kenne ich gut: Ich sitze eine unangenehme Situation lange aus, dann hole mich mit Wut auf mein Gegenüber selbst aus dieser Starre heraus, ich explodiere, ich beschimpfe mein Gegenüber und dann breche ich die Beziehung ab oder drohe zumindest: wenn/dann. Das kenne ich nicht nur in meiner Arbeit, sondern auch aus anderen Zusammenhängen. Ich muss mich bei Konflikten noch immer stark darauf konzentrieren nicht in dieses Muster zurückzufallen: „Und wenn du nicht das und das machst, dann...!“ Wie oft habe ich selbst das wohl in meiner Kindheit und Schulzeit gehört?

Als mir bewusst wird, dass ich mich dadurch Frau S. gegenüber auch verschlossen habe, fällt mir auch wieder ein, dass ich in einer Supervision bei Christine im ddif über Nacktfotos von Frau S. und einen etwaigen sexuellen Missbrauch gesprochen habe. Kein Wunder, dass ich gerade bei ihr in meine alten Verhaltensweisen gerutscht bin! Es war mir nicht möglich, die Verantwortung für meine Gefühle und Gedanken zu übernehmen, weil ich durch mein unverarbeitetes Missbrauchserleben nicht mit meinen Gefühlen in Kontakt war. Es gibt immer gute Gründe für das Verhalten der

beteiligten Personen, auch wenn sie erst einmal nicht zu erkennen sind – weder auf den ersten noch zweiten Blick.

Es geht immer wieder darum, die Verantwortung für mich zu übernehmen. Heute habe ich die Gewissheit, dass ich mich dadurch lebendiger fühle, handlungsfähiger werde und ich glaube daran, dass ich meine Situation verändern kann. Gerade denke ich, dass das ja so klar und einfach ist. Das zu leben und zu fühlen ist aber immer wieder Neuland für mich.

Jesper Juul schreibt dazu: *„In der Praxis scheint es so zu sein, dass die Wahrnehmung des einzelnen Menschen für und der Zugang zu seiner persönlichen Verantwortung weitgehend davon bestimmt wird, in welchem Umfang das Umfeld während des Heranwachsens dies anerkannt und gefördert hat – vor allem während der ersten 8-10 Lebensjahre.“*<sup>1</sup>

Jetzt sehe ich neue Möglichkeiten, um mit Familie S. weiter zu arbeiten: Was bedeutet es für B. und die Kinder, wenn Frau S. keine Tagesklinik aufsucht? Wie ist die jetzige Situation für sie? Wer in dieser Familie wünscht sich etwas von mir, und worüber möchte er oder sie sprechen? Schließlich war die Familie jederzeit zu Familiengesprächen bereit, und ich hatte mit ihnen in der Vergangenheit auch für mich sehr wertvolle Gespräche erlebt.

Andererseits fällt es mir noch immer sehr schwer mit einer Familie zu arbeiten, in denen die Mutter phasenweise morgens nicht aufsteht, ihren Kindern nichts kocht, ihre Kinder anschreit – und dann sagt: „Für mich ist das alles in Ordnung. Ich habe kein Problem damit, wie ich bin.“ Und es bleibt nach wie vor eine große Herausforderung, den Ton von B. zu ertragen, wenn er mit den Kindern spricht. Dann frage ich mich wieder, ob es überhaupt eine Lösung sein kann, mein Gegenüber nicht mehr zu verändern? Es kann doch nicht gut sein, wenn ich zehn Jahre in einer Familie arbeite, in der offensichtlich einiges schief läuft, und einfach immer weiter mache? Ich beschliesse die Frage in mir wirken zu lassen.

### **Verantwortung übernehmen: Zweites Gespräch mit Familie S.**

Frau S. hatte mir per WhatsApp geschrieben, dass sie weiter Familienhilfe haben möchte, weil es ja schon noch Bedarf gebe. Ich überlege, was ich jetzt sagen will, und wie. Als ich zum nächsten Termin komme, merke ich, dass ich aufgeregt bin. Ich habe einen Kloß im Hals und Herzklopfen. Kurz kommt mir der Gedanke, dass mich ja alle freundlich anschauen, dass ich ja vielleicht gar nichts zu unserem letzten Gespräch sagen muss.

-----  
Ich beginne dennoch: *„Ich möchte zu unserem letzten Gespräch gerne noch etwas sagen. Ich meine zu dem, was ich gesagt habe. Ich bin unzufrieden mit mir, weil ich gesagt habe, dass ich die Hilfe nur weiter laufen lasse, wenn sie, Frau S., sich verändern. Ich hätte das alles auch sagen können ohne wenn – dann. Manchmal, wenn ich mich aufrege, komme ich wieder an dieses alte Muster.“*

---

<sup>1</sup> Jesper, Juul / Helle Jensen, Vom Gehorsam zur Verantwortung, Verlag Patmos GmbH & Co.KG 2004, Seite 92

*Das tut mir leid.“*

Frau S.: *„Ja, da sind sie in ihr altes Muster gefallen, wie ich auch manchmal.“*

---

Das hätte ich vor meiner intensiven Auseinandersetzung mit meinen Mustern nicht gesagt. Heute habe ich es gesagt, und es hat mir sehr gut getan: *„Wenn ich zeigen kann, was in mir vorgeht, fühle ich mich sofort ganz anders“* (Walter Kempler). Während des folgenden Gesprächs war ich präsent und sowohl mit mir wie auch den einzelnen Familienmitgliedern in Kontakt.

### **Gleichwürdigkeit herstellen: Gespräch mit Frau N.**

Mit Frau N. hatte alles angefangen: Weil sie auf mein Feedback zu ihrem Verhalten nicht reagiert hatte, und ihr Verhalten auch nicht geändert hatte, hatte ich begonnen, meine Zeit nur noch abzusitzen. Das wollte ich jetzt ändern.

---

Ich: *„Frau N., ich habe gestern lange nachgedacht, weil mir aufgefallen ist, dass ich ihnen in der letzten Zeit Erziehungstipps gegeben habe. Jetzt habe ich aber festgestellt, dass sie mich danach gar nicht mehr darauf angesprochen haben, sie haben jaja gesagt, aber keinen einzigen Tipp von mir umgesetzt.“*

Frau N. (nervös): *„Ja, ich hatte halt Kopfschmerzen und außerdem kann ich das ja immer noch machen.“*

Ich: *„Nein, Frau N., so meine ich das gar nicht. Es kann ja auch sein, dass ich mich täusche, dann sagen sie mir, dass das nur meine Wünsche und Ideen sind, aber gar nicht ihre. Ich erlebe sie nämlich in der letzten Zeit sehr zufrieden und glücklich.“*

Sie (lächelt): *„Hihi, ja das stimmt auch, eigentlich will ich das gar nicht so machen.“*

Ich: *„Ja, das habe ich dann auch gemerkt. Wahrscheinlich ist das immer so, wenn ich jemandem Tipps gebe oder auch Lösungen anbiete, ohne dass ich danach gefragt werde. Dann kann ich das vermutlich auch lassen. Ich finde das Gespräch mit ihnen, so wie es ist, jetzt sehr angenehm. Ich kann ja sagen, dass ich meine, dies oder jenes wäre toll für ihre Kinder und sie können sagen, nein, so mache ich das aber nicht. Ich mache es genau so weiter. Das gefällt mir viel besser als ihnen Tipps zu geben. Für mich ist das neu. Wie ist das für Sie?“*

Frau N.: *„Was?“*

Ich: *„Naja, dass ich sage, ich fände es für ihre Kinder schöner sie würden sie zum Beispiel selbst ihre Klamotten anziehen lassen, statt sie anzuziehen und dabei zu meckern, dass ihre Kinder nichts alleine machen. Und dass sie jetzt offen sagen können: Will ich aber nicht.“*

Frau N. (lacht, freundlich): *„Ja, wenn das wirklich geht.“*

---

Das war ein gutes Gespräch, in dem es mir gelungen ist, Gleichwürdigkeit herzustellen. Ich habe mich gezeigt und eine Reaktion von Frau N. gefordert. Ich habe meine Worte adressiert und Raum für eine Antwort gegeben.

*„Gleichwürdigkeit bedeutet nach meinem Verständnis, sowohl von gleichem Wert (als Mensch) als auch mit demselben Respekt gegenüber der persönlichen Würde und Integrität des Partners. In einer gleichwürdigen Beziehung werden die Wünsche, Anschauungen und Bedürfnisse beider Partner gleich ernst genommen und nicht mit dem Hinweis auf Geschlecht, Alter oder Behinderung abgetan oder ignoriert. [...] Nur zwei Gefühle sind es die uns daran hindern, Gleichwürdigkeit zu praktizieren, und zwar (unsere eigene) Abscheu und Verachtung.“<sup>2</sup>*

### **Meine Verantwortung, deine Verantwortung: Gespräch mit Familie P.**

Die Tochter von Familie P. soll in eine Ganztagschule, das ist auch die Vorgabe vom Jugendamt. Hintergrund ist eine Drogenabhängigkeit der Mutter und die damit einhergehende unruhige Lebenssituation der Tochter. Sie hat häufig bei Freunden, einer Tante oder den Großeltern gewohnt, es gab keinen geregelten Tagesablauf. Jetzt lebt die Mutter bereits längere Zeit drogenfrei, sie hat einen Partner, eine Wohnung und einen Arbeitsplatz.

-----  
Ich: *„Haben Sie N. jetzt in der Ganztagschule angemeldet? Wir hatten ja schon mehrfach darüber gesprochen, eben weil ich denke, dass N. dann einen geregelten Tagesablauf hat und N. selbst möchte ja auch gerne in die Ganztagschule.“*

Mutter: *„Nein, diese Woche hatte ich noch gar keine Zeit anzurufen. Und das hat bis jetzt auch super geklappt.“* (Dass N. nur bis mittags in der Schule bleibt)

Ich beginne zu resignieren und mich zurückzuziehen.

Ich: *„Ich möchte gerne, dass N. die Ganztagschule besucht, aber ich glaube sie möchten das gar nicht. Jedes Mal wenn ich das Thema darauf bringe, hatten sie keine Zeit oder meinen, heute lief es ja auch ganz gut. Wie ist denn ihre wirkliche Meinung dazu? Möchten Sie denn überhaupt, dass N. die Ganztagschule besucht?“*

Mutter: *„Wieso, die kann nach Hause kommen und hier die Aufgaben machen. Dann haben wir mehr Zeit miteinander. Und außerdem haben wir das Geld dafür nicht.“*

Ich: *„In meiner Phantasie ist der ausschlaggebende Punkt, dass sie das Geld für die Schule nicht bezahlen möchten.“*

Mutter: *„Ja, wir kommen ja auch so nicht rum.“*

Ich: *„Also, dann kann ich aufhören, die Ganztagschule immer wieder in das Gespräch zu bringen?“*

Mutter: *„Ja, wir können das nicht.“*

Ich: *„Ja schade, ich denke wirklich dass das eine gute Idee für N. ist, zumal sie ja auch sagt sie möchte gerne dorthin gehen, auch um ihre Freundinnen zu treffen. Aber ich akzeptiere jetzt, dass sie eine andere Meinung haben als ich. Ich werde dann Frau C. (die Mitarbeiterin vom Jugendamt) darüber informieren. Denn es ist ja ihre Entscheidung und Verantwortung, ob N. die Ganztagschule besucht oder nicht.“*

---

<sup>2</sup> Jesper Juul, Was Familien trägt Verlag Beltz 2008, Seite 27



Mutter: „Dann kriegen wir aber Ärger, die droht immer mit dem Gericht.“

„Na ja“, sage ich, „aber sie haben doch entschieden, dass N. nach dem regulären Unterricht nach Hause kommt.“

Vater: „Weil wir das nicht bezahlen können.“

Ich: „Ich erlebe Sie so, dass sie auch viel Geld für andere Dinge haben und ich glaube, dass dies eine Frage von Prioritäten ist. Sie möchten kein Geld für die Ganztagschule ausgeben. Oder täusche ich mich?“

Vater: „Wieso sollen wir das auch machen, die kann genauso gut zu ihrer Tante und Oma.“

„Ja“, sagte ich, „das kann sie, wenn sie das so entscheiden. Ich muss nur Frau C. Darüber informieren, dass N. nicht in die Ganztagschule gehen wird.“

Ich muss das Jugendamt darüber informieren, weil ich Familie P. im Rahmen eines sogenannten Zwangskontextes betreue. Das ist eine vom Jugendamt installierte Familienhilfe. Das bedeutet für mich, dass ich die Familie nicht nur begleite, sondern auch einen Kontrollauftrag habe, dem ich nachkommen muss. Sollte ich feststellen, dass das Kindeswohl gefährdet ist, muss ich dies dem Mitarbeiter vom Jugendamt melden.

Ich habe mich entschieden, mit meinem Auftrag in solchen Fällen offen umzugehen und diese Tatsache gleich beim ersten Gespräch zu besprechen. Ich stelle klar, dass ich das Jugendamt nicht heimlich informiere. Wenn ich der Meinung bin, dass es etwas gibt, was für das Jugendamt relevant ist, dann sage ich das.

Mutter: „Und was passiert dann?“

Ich: „Ich habe keine Ahnung, aber was soll schon passieren? Sie haben das Sorge- und Aufenthaltsbestimmungsrecht für N. Ich rufe morgen Frau C. an und informiere sie. Und wenn sie darauf besteht, sage ich ihnen Bescheid. Und zur Not können sie N. dann immer noch für die Ganztagschule anmelden.“

-----  
Ich kann gut aushalten, dass die Familie entscheidet, wie sie es für richtig hält und nicht das macht, was ich für besser halte. Wichtig ist für mich, dass ich meinen Standpunkt vertrete. Das ist meine Verantwortung. Was die Eltern dann damit machen, ist ihre Verantwortung.

### **Mit all meinen Gefühlen präsent: Gespräch mit Frau E.**

In einem Gespräch erzählt Frau E. von Schwierigkeiten mit ihrem Sohn. Sie kann nicht Nein sagen. Ich komme nicht mit ihr in Kontakt und bin damit beschäftigt, zu überlegen, ob ich Alkohol bei ihr gerochen habe. Ich merke, dass ich sie einfach erzählen lasse, und manchmal nur deshalb irgendwas sage oder frage, um sie am Reden zu halten.

-----  
Ich: „Frau E, ich möchte sie unterbrechen, weil ich merke, dass ich gar nicht mehr richtig zuhören kann.“ (Sie wird still.)

Ich: „Zum einen verstehe ich nicht wirklich, worum es Ihnen beim Neinsagen mit ihrem Sohn geht. Und eben dachte ich, ich rieche Alkohol bei ihnen. Jetzt bin ich die ganze Zeit mit diesem Gedanken

*beschäftigt und möchte ihn aussprechen, weil ich mich sonst gar nicht mehr auf sie konzentrieren kann.“*

Darf man solche Gedanken überhaupt aussprechen? Walter Kempler sagt dazu:  
„Für mich ist es nicht wichtig, ob ich solche Gefühle haben sollte, sondern nur, ob ich sie habe. Es ist nicht wichtig, ob ich als grausam angesehen werde, wenn ich das, was ich in einer Sitzung erlebe, offen sage, sondern ob es für mich notwendig ist, es offen zu sagen. Mache ich die Äußerung, weil ich den Gedanken daran nicht mit mir herumtragen möchte und das schließlich zur Folge hätte, daß ich ständig damit beschäftigt bin ihn wegzudrängen? Ja, denn dadurch wäre meine Beteiligung eingeschränkt.“

Sie: *„Wie Alkohol?“*

Ich: *„Na ja, ich habe eben gedacht, dass Sie eine Fahne haben. Ich bin mir jedoch nicht sicher, ich wollte das nur aussprechen, weil es mich beschäftigt.“*

Sie: *„Nein, ich habe gar nichts getrunken, meine Mutter war Alkoholikerin.“*

Ihr jetziger Mann ist auch Alkoholiker. Ich fühle mich sofort wieder präsent.

Ich: *„Wie ist das denn für Sie, wenn ich das anspreche?“*

Sie: *„Kein Problem, ich habe nichts getrunken. Extra nicht, weil ich das früher als Kind so schlimm fand, wenn meine Mutter voll war und zusammen gebrochen ist.“*

-----  
Dann sprechen wir darüber weiter, wie es ihr als Kind ging und wie sie aufgewachsen ist, wie schwer das Leben für sie als Kind war und jetzt auch noch ist.

### **Nicht weiter wissen: Gespräch mit Familie U.**

Frau und Herr U. haben 2 Söhne, kommen aus Köln und waren beide drogenabhängig. Jetzt leben sie getrennt. Frau U. hat eine Drogentherapie absolviert. Sie lebt gemeinsam mit ihren beiden Söhnen in einer 3-Zimmer-Wohnung. Herr U. kam aus Köln nach. Er hat zwar keine Therapie gemacht, konsumiert aber auch keine Drogen mehr. Er wohnt ein Stockwerk unter seiner Familie in einer 1-Zimmer-Wohnung.

-----  
Frau U.: *„Ich wünsche mir, dass du mehr mit deinen Kindern unternimmst.“*

Er: *„Das kann ich ja nicht, ich habe kein Geld.“*

Ich sehe Parallelen zwischen Frau U.s Wunsch nach Veränderung von ihrem Ex- Partner und meinen Wünschen nach Veränderung meiner Gesprächspartner. Jedes Mal, wenn Frau U. einen Wunsch oder ein Bedürfnis äußert, nennt Herr U. einen Grund, warum sie sich „nicht so anstellen soll, er das nicht kann oder es sowieso ganz anders ist.“

Ich: *„Frau U., ich sehe ihren großen Wunsch danach, dass ihr Ex-Partner sich verändert. Glauben sie mir, das Bedürfnis kenne ich nur zu gut. Er müsste doch nur das und das machen und alles wäre gut.“*

Sie: „Ja, das wäre so einfach.“

Er: „Ich würde ja auch mehr mit denen machen (den Kindern), wenn ich nur mehr Geld hätte.“

Ich: „Ja, ich weiß auch nicht. Ich kann so gut nachvollziehen, was ihre Ex-Frau alles von Ihnen will. Ich merke aber auch, dass Sie das irgendwie alles gar nicht so wollen oder anders sehen. Oder täusche ich mich?“

Er: „Hä?“

Ich: „Ich frage mich seit einigen Minuten, ob Sie Ihre Gründe wirklich ernst meinen, also ob sie tatsächlich meinen, dass Sie Geld brauchen um mit Ihren Kindern Zeit zu verbringen, oder ob das Ausreden von Ihnen sind.“

Sie: „Ich würde dir ja auch Essen für die Kinder mit runter geben oder Getränke für den Spielplatz, aber ich will dir nicht alles hinterher tragen. Die Initiative soll von dir kommen.“

Er: „Ja, du hast mal Essen mit gegeben, aber schon länger nicht mehr.“

Sie: „Weil ich dir nicht alles hinter tragen möchte.“

Er: „Hm“ (Schweigen)

Ich: „Ja, ich weiß auch nicht weiter, ich erlebe Ihr Bemühen, Ihren Ex-Partner in Bewegung zu bringen, und mir fällt es schwer, nicht ins gleiche Horn zu blasen. Ich glaube aber auch, dass das nichts bringt. Wenn für Herrn U. alles in Ordnung ist, so wie es ist, dann sehe ich nur die Möglichkeit für Sie, Frau U., an sich zu arbeiten und zu schauen, wie Sie trotzdem ein gutes Leben mit Ihren Kindern haben können.“

Sie: „Dann sieht er seine Kinder gar nicht mehr.“

„Ja“, sage ich, „das kann sein. Und diesen Schmerz müssen Sie und Ihre Kinder dann aushalten.“

Ich wende mich an Herrn U.: „Wie ist das denn für Sie, wenn Ihre Ex-Partnerin und ich so über Sie reden?“

Er: „Ich kenne die ganzen Vorwürfe schon!“

„Ach“, sage ich, „für Sie sind das Vorwürfe? Ich erlebe das ganz anders. Ich erlebe eine Frau, die sich so sehr wünscht, dass die Kinder wieder mehr Kontakt zu ihrem Vater haben und ich erlebe Kinder, die förmlich nach Ihrer Liebe betteln. Auf Vorwürfe wäre ich gar nicht gekommen.“

Er: „Ich liebe meine Kinder ja.“

Ich: „Ja, das glaube ich Ihnen, aber nicht immer kommen liebevolle Gefühle bei Kindern auch als Liebe an.“

Er: „Davon habe ich noch nie was gehört.“

-----  
Ich habe meiner Hilflosigkeit Ausdruck verliehen, und ich weiß tatsächlich nicht weiter. Was kann man hier machen? Ich habe mich wohl damit gefühlt, Herrn U. zu sagen, dass seine Kinder seine Liebe wollen. Vielleicht kann ich ihn auf der Gefühlsebene erreichen, damit er seinen Kindern näher kommen kann. Vielleicht auch nicht.

Da kommt er dann zwar wieder, mein Veränderungswunsch, aber ich weiß, dass ich auch dann mit der Familie weiter arbeiten kann, wenn Herr U. sich nicht verändert - ich arbeite dann genau damit. Wie fühlt es sich für seine Ex-Frau an? Seit Jahren versucht sie ihn zu verändern, doch es gelingt ihr nicht. Was bedeutet es für ihre Kinder? Wie gehen sie mit ihrem Schmerz um? Wie kann sie für sich handlungsfähig werden? Mit den Themen von Frau U. kann ich auch deshalb so gut arbeiten, weil sie meinen eigenen so gleichen.

## **Resümee**

Begonnen hatte es damit, dass ich aus dem Kontakt gegangen war, wenn sich mein Gegenüber nicht verändern wollte. Obwohl ich jetzt besser akzeptieren kann, dass mein Gegenüber bestimmte Dinge nicht ändert, heißt das nicht, dass ich es aufgegeben hätte, etwas verändern zu wollen – hier bin ich mir mit den Jugendämtern einig. Der entscheidende Unterschied besteht darin, wie dieser Wunsch nach Veränderung meine Sicht auf die Familie beeinflusst. Da wird es für mich spannend.

Ich erlebe bei manchen Mitarbeitern des Jugendamtes sehr oft ein starkes Gefälle gegenüber ihrem Klientel, das sich in Aussagen und Überzeugungen wie diesen zeigt: „Ich weiß, was du brauchst und ich sage dir auch, wie du das bekommst und was du zu tun hast“. Das scheint auch der Erwartung der Jugendämter gegenüber Familienhilfen zu entsprechen. Dieser Sichtweise verursachte bei mir mehr und mehr Erschöpfung. Ich will mit einer anderen Perspektive arbeiten.

*„Wer seine Familienmitglieder gleichwürdig behandelt, entscheidet nicht über ihre Köpfe hinweg, bevormundet nicht, unterdrückt nicht, macht niemanden lächerlich.“<sup>3</sup>*

Das gilt genauso für Jugendamtsmitarbeiter und die zu betreuenden Familien: Es ist wichtig, offen zu bleiben für die subjektiv wahrgenommene Lebenswelt, in der jedes einzelne Familienmitglied lebt. Veränderung kann stattfinden, wenn jeder sagen kann oder lernt zu sagen, wie es ihm geht.

Ich habe viel über das Thema Verantwortung nachgedacht. Wer hat die Verantwortung für was? Ich kenne Familienhelferinnen, die beispielsweise mit den Familien einkaufen gehen, weil sonst kein Geld für Nahrungsmittel da ist, weil die Gelder sonst beispielsweise für Alkohol ausgegeben werden. Ich dachte bisher, dass dies einfach nicht meinem Arbeitsansatz entspricht, konnte meinen Widerwillen aber nicht fachlich begründen. Das fällt mir jetzt leichter. Ich habe die Verantwortung, es anzusprechen, wenn ich feststelle, dass keine Nahrung für die Kinder vorhanden ist. Und wenn in mir der Verdacht aufsteigt, dass für Alkohol Geld vorhanden war, dann mache ich das zum Thema: „Wer ist zuständig oder verantwortlich, dass ihre Kinder Nahrung bekommen? Meiner Meinung nach ist es nicht im Bereich meiner Verantwortung, dass ihre Kinder etwas zu essen bekommen.“ Darüber will ich mit den Eltern in den Dialog gehen und wenn nötig das Jugendamt darüber informieren, dass die Eltern ihrer Fürsorgepflicht nicht nachkommen; natürlich mache ich alles transparent für die Eltern. In den Worten von Jesper Juul: *„Wenn wir der Eigenverantwortung ausweichen, belastet dies immer die Familie als Ganzes, wohingegen Menschen mit ausgeprägter Eigenverantwortung immer auch ein Gewinn für die Gemeinschaft sind.“*

---

<sup>3</sup> Jesper Juul, Was Familien trägt Verlag Beltz 2008, Seite 26

Solange ich nicht eigenverantwortlich handle, werden die Eltern, mit denen ich arbeite es auch nicht tun. Wenn ich als Rollenmodell damit anfangen, haben auch die, die sich in ihrem Leben bislang nicht wertvoll gefühlt haben, eine Chance

Seitdem ich meine Arbeitsweise dahingehend verändert habe, dass ich mich mit meinen Gedanken und Gefühlen viel mehr einbringe und auch um Rückmeldung bei meinem Gegenüber bitte, stelle ich fest, dass ich nach einem Gespräch oft richtig beschwingt und fröhlich bin. Ich habe mehr Energie und es geht mir gut. Ich erkenne mich in dem Zitat von Walter Kempler wieder:

*„Sie (die Berater) profitieren manchmal mehr von ihrer Therapie als ihre Klienten.“<sup>4</sup>*

Mit „mehr“ meinte er wohl eine größere Selbst-Bewusstheit und Erfüllung. Und das ist ein „Mehr“ nach dem wir vermutlich alle streben.

---

<sup>4</sup> *Walter Kempler*, Erlebnisaktivierende Familientherapie Verlag Calle Arco GmbH Seefeld Germany 2012, Seite 103