



Inés Brock

# Psychotherapie und Empowerment

Impulse für die psychosoziale Praxis

Verlag Barbara Budrich



Inés Brock (Hrsg.)  
Psychotherapie und Empowerment

Inés Brock (Hrsg.)

# Psychotherapie und Empowerment

Impulse für die psychosoziale Praxis

Verlag Barbara Budrich  
Opladen • Berlin • Toronto 2014

# Mit Unterstützung der MAPP GmbH & Co.KG

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Gedruckt auf säurefreiem und alterungsbeständigem Papier.

Alle Rechte vorbehalten.

© 2014 Verlag Barbara Budrich, Opladen, Berlin & Toronto  
[www.budrich-verlag.de](http://www.budrich-verlag.de)

ISBN 978-3-8474-0136-0  
**eISBN 978-3-8474-0477-4**

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Umschlaggestaltung: Bettina Lehfeldt, Kleinmachnow – [www.lehfeldtgraphic.de](http://www.lehfeldtgraphic.de)  
Lektorat und typografisches Lektorat: Ulrike Weingärtner, Gründau

## **Inhaltsverzeichnis**

<i>Helm Stierlin</i>	
Ein Vorwort.....	7
<i>W. Pilz, I. Brock, J. Thiemann</i>	
Einführung.....	9
<b>A – Die Kraft der Ermutigung in unserer Gesellschaft</b>	<b>19</b>
<i>Klaus Fröhlich-Gildhoff</i>	
Ermutigung – eine fast vergessene und doch brandaktuelle Dimension in Pädagogik und Therapie.....	21
<i>Anette Mulkau</i>	
Empowerment als Halt(ung) in der „flüchtigen Moderne“ .....	33
<i>Regina Lorek</i>	
Empowerment – wertequadratisch gedacht.....	45
<i>Sigrid Tschöpe-Scheffler</i>	
Zusammenarbeit mit Familien angesichts veränderter Familienrealitäten – eine Frage der Haltung?.....	69
<b>B – Konstruktive Begegnungen zwischen Psychotherapie und Jugendhilfe</b>	<b>79</b>
<i>Jürgen Benecken</i>	
„Kinder, die hassen“ im Kontext von Psychotherapie und Pädagogik.....	81
<i>Inés Brock</i>	
Jung und homosexuell – Ressourcen in der Herkunftsfamilie.....	101
<i>Wolfgang Pilz</i>	
Begutachtung nach § 35a KJHG im Kinderpsychologischen Alltag.....	121
<i>Inés Brock</i>	
Geschwister – Bedeutsamkeit für Psychotherapie und soziales (Über-)Leben.....	143
<b>C – Empowerment in der Praxis</b>	<b>165</b>
<i>Wolfgang Pilz</i>	
Praxis der Gruppentherapie bei Kindern mit der Diagnose „ADHS“.....	167
<i>Janet Thiemann</i>	
ELTERN-AG: Das Empowerment-Programm für mehr Elternkompetenz in sozial benachteiligten Familien.....	187
<i>Martina Minkner</i>	
Hausbesuche in der Psychotherapie – ein Fallbericht.....	207
<i>Tim Marx</i>	
Anti-Gewalt-Training Magdeburg® Arbeit mit straffälligen Gewalttätern.....	215
Autoren.....	227



# Psychotherapie und Empowerment: Ein Vorwort

Helm Stierlin

Die Autoren dieses Buches beschäftigt vor allem die Frage: Wie lässt sich ein Empowerment, das sich in Selbstbestimmung, Selbstwirksamkeit und Selbstverantwortung bekundet, in unserer sich immer schneller wandelnden und immer komplexer werdenden Gesellschaft anstoßen und fördern? Dabei handelt es sich um eine Gesellschaft, die vielen Menschen das Leben immer schwerer macht. Aber es handelt sich auch um eine Gesellschaft, in der sich viele bislang ungenutzte Ressourcen entdecken und zur Wirkung bringen lassen die ein Empowerment befördern können. Und was die Autoren genauer fragen lässt: Wie kann dies in verschiedenen Kontexten auf verschiedene Weise geschehen?

In ihren Antworten liefern die Autoren – sie vertreten verschiedene helfende Berufe – viele interessante Überlegungen und Beispiele. Dadurch verdeutlichen sie wie sich unterschiedlichste Ressourcen aktivieren lassen, die bislang nicht wahrgenommen wurden.

Bei solchen Ressourcen kann es sich um Zielsetzungen und Fähigkeiten von Individuen handeln, die bislang nicht beachtet oder als unnützlich oder unangebracht abgewertet wurden. Es kann sich um Symptome und Verhaltensweisen handeln, die bislang nur als Ausdruck und Folge einer Krankheit, eines Defektes oder einer Pathologie gesehen und gewertet wurden. Es kann sich um nahe Angehörige wie etwa Geschwister handeln von denen man sich bislang entfremdet glaubte und die nunmehr als Bringer von Wertschätzung, Lebensfreude und Lebenssinn erlebt und geschätzt werden können. Und es kann sich um vieles mehr handeln.

Ich sehe es als das große Verdienst Meinrad Armbrusters dass er wie kaum ein anderer im Psychotherapie- und Beratungsbereich dieses Ressourcenszenario und die sich daraus für Psychotherapeuten, Sozialarbeiter und Pädagogen ergebenden Herausforderungen und Chancen in den Blick gebracht und für viele von ihnen auch zu einem Ansporn gemacht hat. Darum freue ich mich, dass ich dieses Vorwort schreiben konnte. Ich wünsche dem Buch viele Leserinnen und Leser.

Heidelberg, Oktober 2012





## Einführung

Wolfgang Pilz, Inés Brock & Janet Thiemann

Empowerment steht zur Zeit hoch im Kurs. Der Begriff findet sich in fast allen Bereichen des Sozial- und Gesundheitswesens, in der Sozial- und Gesundheitspolitik ebenso wie in der Unternehmensberatung oder einschlägigen UNO-Entwicklungsprogrammen. Power (engl.) steht zunächst einmal für „Gewalt“, „Macht“, aber auch „Stärke“, „Kraft“, „Kompetenz“, „Alltagsvermögen“ und „Energie“. Laut Rappaport bedeutet Empowerment: die eigene Kraft gewinnen oder jemand anderem Macht geben (vgl. Rappaport<sup>1</sup>, 1985).

Mit Empowerment werden im allgemeinen Maßnahmen und Strategien bezeichnet, die geeignet sind, individuell oder gemeinschaftlich das Maß an Selbstbestimmung und Autonomie im Leben zu erhöhen und Menschen in die Lage zu versetzen, ihre Belange eigenmächtig, selbstverantwortlich und selbstbestimmt zu vertreten und zu gestalten. Der Bedeutungsgehalt umfasst die Selbstbemächtigung der eigenen Person ebenso wie die professionelle Unterstützung anderer Menschen. Kennzeichen sind die Stärkenorientierung anstelle der Defizitorientierung, die Partizipation für den Einzelnen, die Propagierung von Selbsthilfe und bürgerschaftlichem Engagement sowie der Abbau von Hierarchien und die Vergrößerung an demokratischer Entscheidungsmacht.

Da dieses Buch zum 60. Geburtstag von Meinrad Armbruster herausgegeben wird, sei darauf verwiesen, dass es ein Verdienst von Meinrad Armbruster ist, den Empowermentansatz erfolgreich in unterschiedliche psychosoziale Kontexte zu implementieren und dabei mit psychotherapeutischen Strategien zu verbinden. In der MAPP<sup>2</sup> verwirklicht sich die Empowerment-Haltung in drei zentralen Aktionsfeldern. Einerseits über die Etablierung und Verbreitung eines Programmes zur Stärkung der Erziehungskompetenz bei sozial benachteiligten Eltern (ELTERN-AG) des Weiteren durch die akademische Aus- und Weiterbildung im MAPP-Institut (Magdeburger Ausbildungsinstitut für psychotherapeutische Psychologie) und in der Qualifizierung pädagogischen Fachpersonals zu Anti-Gewalt-Trainerinnen/innen.

Psychotherapie als heilkundliches Verfahren bietet ein Interventionsinstrumentarium um seelische Störungen und psychische Erkrankungen im Gesundheitswesen zu behandeln und ist somit eine effektive Möglichkeit Menschen darin zu unterstützen ihr Leben befriedigend und selbstbestimmt zu gestalten. Man kann sich vor dem Hintergrund eines ganzheitlichen Menschenbildes nicht der Erkenntnis verschließen, dass psychische Störungen im Kontext gesellschaftlicher Einflüsse und familiärer Prägungen entstehen.

---

1 Der Begriff Empowerment entstammt der amerikanischen Gemeindepsychologie und wird mit dem Sozialwissenschaftler Julian Rappaport (1985) in Verbindung gebracht.  
2 MAPP-Akademie: MAPP-Empowerment gGmbH; MAPP GmbH&Co. KG; MAPP e.V.

Familien sind nicht nur der zentrale Sozialisationsraum für Kinder und Erwachsene sondern können auch ein Ort der primären und sekundären Prävention sein. Insofern hat der Einfluss der sozialen Herkunft der Kinder auf ihren späteren Schul- und Ausbildungserfolg sowie auf deren psychische und physische Gesundheit sehr viel mit psychotherapeutischen Wissensbeständen zu tun.

Ein Nachteilsausgleich für Menschen mit schwierigen Startbedingungen und in prekären Lebensverhältnissen hat u.a. das Ziel, dass alle Kinder von ihren Eltern liebevoll und einfühlsam auf allen Ebenen gefördert werden, so dass sie – unabhängig von ihrer Herkunft – die gleichen Bildungs- und Lebenschancen erhalten. Diese Perspektive löst sich im Empowermentansatz dadurch ein, dass wohlfahrtsstaatliche Interventionen ihren Sozial- und Jugendhilfestatus aufgeben und der Mensch als verantwortlicher Akteur und Gestalter seiner Lebenswelt ernst genommen wird. Empowerment als Strategie bezieht sich auf einige Grundsätze, die sowohl in der präventiven wie auch in der kurativen Arbeit anwendbar sind.

- + Jeder Mensch hat im gleichen Maße Anspruch, respektiert zu werden.
- + Jeder Mensch hat im gleichen Maße Anspruch, akzeptiert zu werden.
- + Jeder Mensch ist in gleichem Maße Gestalter seiner Existenz, der eigenen Lebenslage und der eigenen Entscheidungen.
- + Jeder Mensch hat im gleichen Maße Anspruch auf persönliche Entwicklung, Individuation und Partizipation.

Diese lebensweltbezogene Definition findet in den Angeboten in der MAPP Anwendung. Was für die Klient/innen, Teilnehmer/innen und Patient/innen gilt, wird auch in den Ausbildungskontexten umgesetzt. Die partizipative und teilnehmerorientierte Organisationsstruktur versucht die folgenden Prinzipien auch in den akademischen Diskurs zu integrieren.

- + Eigenbestimmte Lebensregie,
- + Kompetenz Herausforderungen des Alltags in eigener Kraft bewältigen,
- + eigene Stärken, Ressourcen erkennen und in soziale Handlungen umsetzen.

Das Konzept der (Selbst-)Ermächtigung beruht darauf, die Kontrolle über die eigene soziale Lebenswelt (wieder) zu gewinnen. In der sozialen Arbeit aber auch in der Psychotherapie bildet sich ein optimistisches Bild von Klienten/innen und Patient/innen ab, die handelnd das krank machende Gleichgewicht von Ohnmacht, Fremdbestimmung und Abhängigkeit ablegen und wieder Autor/innen der eigenen Lebensgeschichte werden.

Ziel ist es dabei, Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu befähigen, ihre eigene Lebenswelt so zu gestalten bzw. zu beeinflussen, dass sie in einen kohärenten Daseinszustand finden, der dann auch die seelische Störung bewältigen und die psychische Krankheit überwinden hilft.<sup>3</sup>

Wie zeigt sich Empowerment nun konkret in den Initiativen des MAPP? Meinrad Armbruster selbst formuliert auf seiner Homepage folgende Definition:

---

3 Vgl. Heringer, Norbert (2002) Empowerment in der Sozialen Arbeit. Stuttgart.

„Meinrad Armbruster hat es sich zur Aufgabe gemacht seine Idee des Empowerments in psychosoziale Kontexte einzubringen. Aus seiner Sicht ist Empowerment ein handlungstheoretischer, positiv-normativer, auf viele Lebensbereiche übertragbarer Ansatz, in welchem vor allem die Grundbedürfnisse nach Selbstverwirklichung und Kooperation zusammenspielen. Empowerment beginnt stets beim Individuum und fokussiert auf dessen persönliche Ressourcen die durch andere, vielleicht schon empowerte Menschen verstärkt und gefördert werden können. Es verändert persönliche Denkweisen, Einstellungen und Fähigkeiten; es aktiviert und kräftigt Haltungen und Handlungsbereitschaften und ermutigt zu selbstbestimmtem, die Freiheitsgrade erweiterndem Tun. Empowerment wirkt in die Lebenswelt hinein und begünstigt konviale, gedeihliche Lebensverhältnisse vor Ort, durch welche die eigene Existenz als sozial verbunden und sinnhaft erlebt werden kann. Es ermöglicht individualisierte, schöpferische und gemeinschaftliche Lebensweisen, die in die Gesellschaft als Ganzes hineinwirken.“<sup>4</sup>

Die Idee des Empowerment war auch bei der Gründung der MAPP-Akademie handlungsleitend. Zu diesem Zeitpunkt beschäftigten Meinrad Armbruster zwei große Herausforderungen in der psychosozialen Versorgung und der Gesundheitsförderung: die durch den Pisa-Schock deutlich gewordene Bildungsungerechtigkeit in Deutschland und die als desolat zu bezeichnende ambulante psychotherapeutische Versorgung insgesamt – von Kindern und Jugendlichen vor allem in den östlichen Bundesländern.

Mit der Entwicklung und der Multiplikation des Programms ELTERN-AG bekämpft die MAPP eine der größten Ungerechtigkeiten in Deutschland: dass Kinder aus armen, bildungsfern genannten Milieus schlechtere gesundheitliche Entwicklungs- und Bildungschancen haben als Kinder aus den Milieus der Mittel- oder Oberschichtenfamilien. ELTERN-AG ist eine Elternschule für Menschen, die z.B. arbeitslos oder alleinerziehend sind, Menschen mit Zuwanderungsgeschichte oder die sich in besonders schwierigen Lebenslagen befinden. Die empirische Überprüfung von Angeboten zeigt, dass die meisten Kooperationsangebote die Zielgruppen mit Risikobelastung in aller Regel nicht oder nur schwer erreichen. Dies zuzugeben fällt vielen Trägern und Anbietern derartiger Angebote aus nahe liegenden Gründen schwer. So heißt es beispielsweise bei den gesetzlichen Krankenkassen in Hinblick auf präventive und gesundheitsförderliche Aktivitäten (Präventionsbericht 2007), dass sie „ihren Schwerpunkt besonders auf Personen [setzen], die unter vergleichsweise ungünstigen Rahmenbedingungen leben – wie z.B. geringe Schulbildung, niedriges Einkommen, Arbeits- und Perspektivlosigkeit – und deshalb häufig größeren Gesundheitsrisiken ausgesetzt sind.“ Tatsächlich zeigen unabhängige Untersuchungen wie etwa die KIGGS-Studie (Lampert & Kurth, 2007<sup>5</sup>), dass die Präventionsmaßnahmen gerade Menschen mit besonderen Bedarfen kaum erreichen und die stark ausgeprägten Nachteile von Kindern und Jugendlichen aus jenen Familien deshalb auch nicht überwunden werden können. Der Wille und das Ziel sind weit von der Wirklichkeit entfernt.

---

4 [Http://www.meinrad-armbruster.de/Vita](http://www.meinrad-armbruster.de/Vita), Zugriff am 21.12.13.

5 Lampert T, Kurth BM (2007) Sozialer Status und Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Deutsches Ärzteblatt 104 (43): A2944-A2949.

Als Mittel gegen die mehr oder weniger offene Exklusion von Familien aus präventiven und freiwilligen Angeboten wurde die ELTERN-AG (Armbruster, 2006) entwickelt: ein Programm, das die Zusammenarbeit mit Eltern in multiplen Problemlagen durch Empowerment ermöglicht und fördert. Bis zum Dezember 2013 konnten mit dem Programm ca. 1.960 Eltern mit nahezu 4.500 Kindern in 13 Bundesländern erreicht werden.

Zum Zeitpunkt der Gründung der MAPP (2004) – fünf Jahre nach Inkrafttreten des wegweisenden Psychotherapeutengesetzes – herrschte in Sachsen-Anhalt ein eklatanter Mangel an ambulanter psychotherapeutischer Versorgung insbesondere von Kindern und Jugendlichen. Zwar hatten etablierte Institute in den urbanen Zentren weitab von Sachsen-Anhalt ihre Anstrengungen für die Ausbildung von Psychotherapeut/innen aufgrund der deutlich verbesserten Bedingungen für die kassenfinanzierte Psychotherapie bereits gesteigert. Jedoch war zu befürchten, dass das flache Land hiervon zu wenig profitieren würde. In seinem 12. Jahresbericht stellte der Landespsychiatrieausschuss Sachsen-Anhalt noch 2006 fest: „Eine ambulante Versorgung von psychisch kranken Kindern und Jugendlichen ist in Sachsen-Anhalt vielerorts kaum möglich. Der Grundsatz ‚ambulant vor stationär‘ kann nicht eingehalten werden ....“ Zu diesem Zeitpunkt hatten bereits zwei Kurse ihre Psychotherapieausbildung am MAPP-Institut begonnen. Die Ambulanzgründung stand an, die ersten Ausbildungsteilnehmer/innen begannen psychotherapeutische Behandlungen.

Die Bundespsychotherapeutenkammer schrieb in einer Pressemitteilung am 19.9.2006: „In den östlichen Bundesländern ist die Unterversorgung besonders groß: In Sachsen-Anhalt kommen auf einen Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten 200.000 Einwohner unter 18 Jahren, in Mecklenburg-Vorpommern 32.358 und in Brandenburg 22.727. Zum Vergleich: in Baden-Württemberg 3.787 und in Bremen 2.500 Einwohner unter 18 Jahren.“

Zu hoffen war, dass die im gleichen Papier geforderte Verankerung einer Mindestquote von 20 % für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie im Vertragsarztänderungsgesetz durchgesetzt werden könnte und die Bemühungen vor Ort auf diese Weise unterstützt würden.

Unter dem Blickwinkel des Empowerments folgte die Instituts- und Ambulanzgründung also folgenden Annahmen:

- Psychosoziale Fachkräfte aus dem eigenen Bundesland lassen sich „empowern“, die psychotherapeutische Versorgung im Land selbst zu verbessern, wenn sie eine wohnortnahe Ausbildung aufnehmen können und ermutigt werden im Bundesland zu verbleiben. Hierzu folgende Zahlen: 2006 waren in Sachsen-Anhalt laut Zahlen der kassenärztlichen Vereinigung insgesamt fünf niedergelassene Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut/innen zu finden. Sieben Jahre später – im Dezember 2013 – führt die Suchfunktion [www.kvsa.de](http://www.kvsa.de) 70 auf. 15 davon wurden am MAPP ausgebildet.
- Eine große Institutsambulanz kann bereits in der Ausbildungsphase der jungen Psychotherapeut/innen einen wichtigen Beitrag dazu leisten, die psychotherapeutische Versorgung in der Landeshauptstadt zu verbessern. Jährlich finden derzeit rund 300 Patient/innen (Erwach-

sene, Kinder und Jugendliche) psychotherapeutische Hilfe in der Ambulanz des MAPP.

- Die Dichotomie der beiden Richtlinienverfahren Verhaltenstherapie und Tiefenpsychologie schwindet perspektivisch zugunsten eines integrativen Modells von Psychotherapie, wenn am Institut beides kontinuierlich angeboten wird. Dozent/innen wie Ausbildungsteilnehmer/innen befinden sich bei Lehrveranstaltungen, Treffen und in der täglichen Arbeit mit Patient/innen im Dialog über die jeweils dem einzelnen Menschen angemessene Vorgehensweise. Während der Ausbildung haben die Teilnehmer/innen die Möglichkeit, Kurse des jeweils anderen Verfahrens zu besuchen und gegebenenfalls noch vor Erreichen der Fachkunde zu wechseln.
- Ein Maximum an „Empowerment“ kann angeboten werden, wenn ein Kontinuum von präventiven Angeboten (ELTERN-AG) bis hin zur ambulanten psychotherapeutischen Behandlung unter einem Dach, vorliegt. Perspektivisch könnten Verweildauern in der stationären Kinderpsychiatrie, die in Sachsen-Anhalt bis heute im bundesweiten Vergleich erkennbare Überkapazitäten zeigt, vermindert werden. Dazu hat sich das Institut mit sämtlichen kinderpsychiatrischen und den meisten erwachsenenpsychiatrischen Einrichtungen im Land vernetzt und wurde Mitglied im psychosozialen Arbeitskreis der Stadt Magdeburg.

So hat Meinrad Armbruster nach innen und außen wesentliche Impulse gesetzt, die Empowerment konkret erfahrbar machen. In der täglichen Arbeit in der MAPP zeigt sich diese Haltung zunächst einmal im Verzicht auf Hierarchien. Vermeintliche Unterschiede zwischen Arbeitgeber/innen und Arbeitnehmer/innen, Lehrenden und Lernenden, Älteren und Jüngeren schwinden immer wieder zugunsten von Dialog und Kooperation, in immer neuen Netzen, die sich mal hierhin, mal dorthin verknüpfen. Dies ist kein einfacher Prozess, weil hierdurch auch viel Unsicherheit auszuhalten ist. Wenn ich mich selbst als befähigter Knoten eines Netzes begreife, kann ich bei Schwierigkeiten und Hindernissen nicht nach oben oder unten zeigen. Stelle ich mich aber der eigenen Verantwortung, so merke ich bald wieder, dass ich im Netz verknüpft und dadurch auch getragen bin.

Gerade wegen des Leitbildes des Empowerment ist die MAPP bis heute keine mit einem verlässlichen Organigramm beschreibbare Institution, sondern die Klammer einer Vielzahl von Initiativen, die sich mit dem Engagement der einzelnen Beteiligten auch immer wieder verändern und neu erfinden. Empowerment meint ja gerade nicht, einmal formulierten Ideen und Aufgaben mit Überzeugung zu folgen, sondern im beständigen Diskurs zu bleiben die eigenen Ziele transparent zu machen und mit den gleichermaßen befähigten Mitstreitern abzugleichen.

Akzente, die dabei gesetzt werden, sind:

- Die Agenda von Besprechungen, Konferenzen und Treffen entwickelt sich zum größeren Teil aus den gleichberechtigten Beiträgen aller Beteiligten zu Beginn des Treffens und nicht nach einem von einer Leitung vorgegebenen Schema. Der Fokus richtet sich immer wieder auch auf die Erfolge der Ein-

zelen und der Teams um dadurch Ressourcen und Stärken sichtbar und nutzbar zu machen.

- Kooperationen kommen nicht vordergründig durch die Unterzeichnung von Papieren und Verträgen zustande, sondern entstehen durch persönliche Bekanntschaft der Beteiligten. Hierzu muss man sich gegenseitig aufsuchen und die Zusammenarbeit durch immer neue Dialoge pflegen.
- Die berufliche Provenienz der an den Initiativen des MAPP Beteiligten wird zu einem gleichberechtigten Miteinander genutzt. Der erreichte akademische Titel weist niemandem eine übergeordnete Rolle zu. Dies bedeutet viel, wenn man im System der Krankenversorgung tätig ist welches traditionell stark hierarchisch aufgebaut ist.

Für neu hinzugekommene Mitarbeiter/innen und „Kunden/innen“ (soweit man Ausbildungsteilnehmer/innen als solche bezeichnen will) wirkt die Grundhaltung des Empowerment mitunter verstörend. Es kann so scheinen, als hätte keiner „den Hut auf“. Da aber Empowerment dazu führt, die vermeintlich als Auftragnehmer/in, Lohnempfänger/in oder Kunde in Abhängigkeit aufgenommene Tätigkeit mehr und mehr als selbst gestalteten Prozess, der sich in kooperativer Zusammenarbeit an gemeinsamen Ideen orientiert, zu begreifen, wird die Identifikation mit diesen Ideen und der ganzen Sache wohl eher erhöht. Entgegen der Annahme, die Auflösung von Hierarchien würde zu Unverbindlichkeit in der Zusammenarbeit führen, blicken wir auf eine nunmehr bereits zehnjährige personelle Kontinuität zurück. Weniger als fünf Prozent der Kunden/innen brechen ihre Ausbildung vor dem Ende ab. (Psychotherapieausbildung, ELTERN-AG-Mentor/innenausbildung und Anti-Gewalt-Trainerausbildung). Der Stamm enger Mitarbeiter/innen wurde kontinuierlich erweitert, ohne dass es zu nennenswerten Fluktuationen kam. Derzeit befinden sich über 200 Menschen in der Psychotherapieausbildung, knapp 100 Dozent/innen und 200 institutionelle Kooperationspartner (Kliniken, Praxen) sind für das Institut tätig. Es gibt deutschlandweit über 220 ausgebildete ELTERN-AG Kursleiter/innen die bei 55 Kooperationspartnern (Träger der Kinder und Jugendhilfe) regelmäßig ELTERN-AGs anbieten. Außerdem arbeiten 35 Anti-Gewalt-Trainer in sechs Bundesländern nach dem Magdeburger Modell. Die MAPP-Empowerment GmbH (gemeinnützig) hat außerdem im Jahr 2013 den transnationalen WOMAN-AWARD in der Kategorie "familienfreundliches Unternehmen" gewonnen.

Für das vorliegende Buch konnten wir Mitarbeiter/innen und Weggefährten von Meinrad Armbruster gewinnen, Beiträge zum Empowerment zu schreiben. Zu seinem 60. Geburtstag möchten wir, die wir uns durch seine Initiative „empowert“ fühlen, ihn als „spiritus rector“ der Prozesse, Ideen, Handlungen und Ergebnisse einer zehnjährigen Zusammenarbeit ehren und ihm „danke“ sagen. Seine Impulse haben das MAPP nicht nur zu einem unübersehbaren Bestandteil der sachsen-anhaltischen psychosozialen Versorgungslandschaft gemacht, sondern wirken noch weit darüber hinaus. Die Beiträge dieses Bandes legen davon Zeugnis ab.

Dazu ist das Buch in drei Kapitel gegliedert:

**A – Die Kraft der Ermutigung in unserer Gesellschaft;**

**B – Konstruktive Begegnungen zwischen Psychotherapie und Jugendhilfe;**

**C – Empowerment in der Praxis.**

Im ersten Kapitel finden sich vier Autor/innen die sich mit der Kraft der Ermutigung in unserer Gesellschaft theoretisch aber praxisorientiert auseinandersetzen. Das zweite Kapitel hat eine Brückenfunktion. So versuchen vier weitere Beiträge die Schnittstellen zwischen den Sektoren unterstützender Angebote aufzulösen. Psychotherapie und Jugendhilfe – aber auch Beratungskontexte – sollten nicht separat gedacht werden. Professionelle und theoretische Verknüpfungen wirken stärkend auf Hilfesuchende eben durch die konstruktiven Begegnungen der Disziplinen und Sichtweisen. Abschließend wird im Kapitel Empowerment in der Praxis an konkreten Beispielen und Handlungsfeldern transparent, was sich aus einem konsequent gedachten Empowermentansatz entwickeln kann.

*Klaus Fröhlich-Gildhoff* führt in seinem Beitrag aus, wie Ermutigung als brandaktuelle Dimension in Pädagogik und Therapie verstanden werden kann. Dazu lenkt er die Aufmerksamkeit zunächst auf die Genese des Ermutigungsbegriffes seit Alfred Adler, schwenkt über Dornes „kompetenten Säugling“ zur adäquaten sprich ermutigenden pädagogischen Haltung und führt aus, welche Bedeutung in allen Konzepten die Qualität der Beziehungsgestaltung hat. Sein Bogen von der frühen Individualpsychologie über die Resilienzforschung bis zur Psychotherapie-Wirkungsforschung hilft die zentrale Bedeutung zu verstehen, die die Beziehungsgestaltung einer (erwachsenen) Bezugsperson zum Kind für dessen Entwicklungsförderung und seelische Gesundheit hat. Abschließend entwickelt der Autor Empfehlungen, wie Ermutigung in pädagogische und psychotherapeutische Praxis zu übersetzen sei und fordert eine Bestärkungskultur.

Als praktizierende Supervisorin widmet sich *Annette Mulkau* der Reflexion einer Wahrnehmung über veränderte Anliegen und Rahmenbedingungen, die sie mit dem Begriff der „Flüchtigen Moderne“ zu fassen versucht. Anhand von Fallbeispielen geht sie der Frage nach, wie durch eine ermutigende Haltung die heilsame Balance zwischen Stabilität und Flexibilität in der Gegenwart gefunden werden kann. Dabei legt die Autorin argumentativ dar, wie eine Verbindung zwischen entmutigenden Erfahrungen in der pädagogischen Praxis und dem rasanten gesellschaftlichen Wandel hergeleitet werden kann. Eine überkomplexe Wirklichkeit erscheint mit „veralteten“ Lösungsstrategien nicht mehr beherrschbar. Empowerment wird hier verstanden als eine Strategie „Eigensinn“ in professionelles Handeln zu überführen und Selbstreflexion und Strukturkritik zu implementieren.

*Regina Lorek* wagt in ihrem Beitrag eine spannende Übertragung des Werte- und Entwicklungsquadrates nach Schulz von Thun auf den Empowerment-Ansatz. Dabei werden Grundeinstellungen und Denkstrukturen in Helfersystemen analysiert und deren Erweiterung durch dieses Modell herausgearbeitet. Dafür setzt sie sich auch mit dem Machtbegriff, der in „Ermächtigung“ enthalten ist, auseinander. Immer wieder mit lebenspraktischen Beispielen illustriert wird die Empowermentpraxis wertequadratisch durchdekliniert. Die Autorin spielt mit Polaritäten und entwirft ein innovatives Denkmodell für Empowerment. Dabei wird die Dynamik an sich asymmetrischer Beziehungsgestaltung im Kontext von Beratung, Psychotherapie und Pädagogik positiv umgedeutet. Im Fließgleichgewicht einer Wertematrix bildet sich die Balancierung im Prozess der Ermutigung und Ermächtigung von Hilfesuchenden deutlich ab.

*Sigrid Tschöpe-Scheffler* skizziert in ihrem Text zur Zusammenarbeit mit Familien veränderte Familienrealitäten, denen sich Eltern oftmals nicht mehr gewachsen fühlen, weil die Werte in den Lebenswelten von Kindern und von Müttern und Vätern auseinanderdriften. Die neuen Möglichkeiten in unserer gegenwärtigen Gesellschaft bedingen neben vielen Chancen auch Zumutungen und Überforderungen. Die Autorin entwickelt aufbauend auf dieser Analyse eine Antwort auf die Frage mit welcher Haltung Fachkräfte den Eltern Unterstützung anbieten sollten. Aus dem situativen – anlassbezogenen – Ansatz von insituationenbegleitender Zusammenarbeit mit Eltern und der dialogischen Haltung entwirft die Autorin eine Ermutigungsstrategie für die professionelle und doch ebenbürtig gestaltbare Familienbildung. Die motivationale Kraft der Selbstwirksamkeit in der Zusammenarbeit mit Eltern zu nutzen erscheint hier als die logische Folge von Fehlerfreundlichkeit und Bedürfnisorientierung. Damit hält sie ein Plädoyer für informelle Lernanlässe in einer wenig vorstrukturierten neuen Angebotskultur der Familienbildung.

*Jürgen Benecken* widmet sich zu Beginn des zweiten Kapitels einem Phänomen, das in der Literatur der letzten Jahrzehnte so noch nicht aufgegriffen wurde – Kindern, die hassen. Nach einer psychologiehistorischen Einordnung und Beschreibung dieses Phänomens fügt er Wissensbestände verschiedener Disziplinen zusammen um zu einem Verständnis dieser Kinder zu kommen. Benecken führt aus, wie unmöglich erscheinende Zugänge zu diesen Kindern neu zu finden und zu definieren sind. Der Autor nimmt dabei den Leser/die Leserin mit auf einen durch Beispiele illustrierten Weg der Verständnissuche für das Verhalten dieser Kinder denen geringfügige Anlässe ausreichen unangemessene Affektdurchbrüche zu erleben. Bewältigungsmechanismen gegen die Frustrationsphobie aufzubauen kann als eine Aufgabe der Nachreifung des ICHs verstanden werden. In seiner Analyse geht er auch sehr differenziert auf angemessene Strukturen in Psychotherapie und Jugendhilfe ein.

*Inés Brock* geht es in ihrem Beitrag zu jungen homosexuell orientierten Menschen darum transparent zu machen wie junge Frauen und Männer ihr Coming-out heute erleben und welche innerpsychischen Dynamiken in der Herkunftsfamilie und im sozialen Umfeld zu beobachten sind. Dazu stellt sie den Forschungsstand der deutschen und britischen Literatur vor, fügt Ergebnisse einer eigenen empirischen Pilotstudie ein und führt aus, was diese jungen Menschen in der Familie und im sozialen Umfeld beschäftigt. Letztlich macht der Beitrag eindrucksvoll deutlich wie Psychotherapie und Beratung darauf angemessen reagieren können – mit einem vorrangig Stärkung vermittelnden Ansatz. Auch hier wird deutlich wie Empowerment praktisch verstanden werden kann.

Der erfahrene Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut *Wolfgang Pilz* untersucht in seinem Beitrag Fragen, die im Feld der Feststellung einer seelischen Behinderung auftreten. Die Begutachtung nach §35a KJHG ist ein noch wenig theoretisch fundiertes Thema in der kinderpsychotherapeutischen Praxis. Insbesondere die Abgrenzung von Hilfen mit denen seelische Behinderung abgewendet werden soll von Hilfen zur Erziehung gestaltet sich oft schwierig. So handelt es sich hier um eine klassische Schnittstelle zwischen psychotherapeutischen und sozialpädagogischen Vorstellungen von Hilfs- und Unterstützungsangeboten. Anhand von vier ausführlichen Falldarstellungen macht der Autor deutlich wie differenziert die entsprechenden Gutachten erstellt werden sollten und wie ähnliche Ausgangslagen zu einer unterschiedlichen



Einschätzung und Handlungsempfehlung führen können. Insbesondere die Einbeziehung der Eltern in diesem fachlich orientierten Prozess kann als Ausdruck von Empowerment verstanden werden.

Der Beitrag von *Inés Brock* über Geschwister als vernachlässigte Ressource in der Psychotherapie bietet den Versuch einer Konzeptualisierung der Einbeziehung von Geschwistern in die Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie. Grundlage dafür sind die familienpsychologischen und soziologischen Wissensbestände über die Dynamik unter Geschwistern und deren gegenseitige Bereicherung insbesondere in Krisen. Nach einer ausführlichen Darstellung dieser Ressourcen sowohl unter der psychodynamischen als auch der familiensystemischen Perspektive entwickelt die Autorin Kriterien, die die Einbeziehung von Geschwistern in das therapeutische Vorgehen transparent machen. Sie beschreibt die Möglichkeiten von Geschwistertherapie, fokussiert dabei auf Heilungsabsichten, Therapiesetting und methodische Umsetzung. Damit wird ein praxisorientierter Leitfaden vorgeschlagen an dem sich Psychotherapeut/innen aber auch Fachkräfte in der Erziehungsberatung orientieren können. Ein abschließender Ausflug in besondere Lebensumstände zwischen Geschwistern in der Kindheit verdeutlicht die Wichtigkeit der Betrachtung dieser Thematik.

Den dritten Teil des Buches beginnt *Wolfgang Pilz* mit einem Beitrag zur ambulanten Gruppentherapie bei Kindern mit der Diagnose „ADHS“. Dabei verweist der Autor zunächst auf den scheinbaren Widerspruch zwischen der Erstellung einer Diagnose, die auf das Krankheitsbild orientiert, und einem heilenden Ansatz, der die Ressourcen in den Blick nimmt und individuell nutzbar zu machen versucht. Dabei spielen die Eltern und die Beschreibung der Lebensumstände aus dem Erstgespräch eine wesentliche Rolle. Pilz führt an Beispielen auf, wie er sich auf die Suche nach Ressourcen begibt und beschreibt genau den Rahmen, den er den Kindern für die Psychotherapie in der Gruppe zur Verfügung stellt. Anhand des „slow open“ Konzeptes verdeutlicht der Psychotherapeut die Vorgehensweise und den Ablauf der Sitzungen – wiederum beispielhaft illustriert. Empowerment zeigt sich v.a. durch den Einsatz kreativer Elemente und wirkt durch die Arbeitshaltung des Therapeuten. Zielreflexion und Trainingselemente führen dabei zu einem Behandlungserfolg, der ausschließlich durch Einzelsitzungen nicht zu erreichen wäre.

In ihrem Beitrag zur ELTERN-AG beginnt *Janet Thiemann* mit der Darstellung des Ziels dieses sozialpädagogischen Angebotes. Ziel dieser Arbeit sei die Verbesserung der Entwicklungschancen sozial benachteiligter Kinder und die Erweiterung von Erziehungskompetenzen besonders belasteter Eltern. Die Autorin fügt der theoretischen Fundierung eine Darstellung der Begleitforschung an. Das Empowerment-Programm richtet sich an Eltern, die für präventive Angebote oft nur schwer zu gewinnen sind. Deshalb stehen im Kern des Konzeptes die besondere Teilnahmeakquise und die Strategie der Lösungsabstimmung. Der Ablauf wird konkret dargestellt. Die Arbeit in der Gruppe erleichtert die Entdeckung eigener Ressourcen, weckt Selbstheilungspotentiale und die ELTERN-AG kann darüber hinaus als Multiplikator im Stadtteil wirken. Bemerkenswert erscheinen dabei die Rolle der Mentor/innen und die proaktive Gewinnung von Teilnehmer/innen.

*Martina Minkner* beschreibt exemplarisch an einem Einzelfall, wie sich Hausbesuche in der Psychotherapie als nützliche Strategie erweisen. Die Autorin macht anhand der

jungen Patientin und deren Entwicklung deutlich, wie massive Angststörungen erfolgreich behandelt werden können, wenn in diesem Fall die Psychotherapeutin gewillt ist ihr gewohntes Setting aufzugeben und die Therapie im häuslichen Umfeld der Patientin zu beginnen. Sie beschreibt die zunehmende Motivation der Patientin, da ihre Ressourcen der Lebendigkeit, des Lebenshungers und der Willenskraft, ihre Ängste zu überwinden, mit Abnahme der depressiven Symptomatik hervortraten. Hier wird sorgfältig beschrieben, dass die Hausbesuche und die Haltung der Therapeutin zunächst nach Stärken und Kraftquellen zu suchen eine Behandlung der Kernsymptomatik erst ermöglicht haben. Minkner zeigt hieran wie die Bereitschaft zum Perspektivenwechsel des aufsuchenden Helfens auch in der Psychotherapie einen festen Platz braucht.

Im letzten Beitrag des Buches erläutert *Tim Marx* die Praxis des Magdeburger Anti-Gewalt-Trainings. Das Training wird v.a. im Rahmen der Bewährungshilfe und des Strafvollzugs bei Gewalttätern angewandt. Dabei handelt es sich nicht um eine Therapie, sondern um ein verhaltens- und übungsorientiertes Training mit Kursstruktur, das der kognitiven Umstrukturierung dient. Der Autor erläutert wie das Ziel – die Gewaltfreiheit des Täters – erreicht werden kann. Dazu erklärt er die Philosophie, zeigt die theoretischen Hintergründe auf und beschreibt genau den Ablauf und die Interventionen. In nachvollziehbaren Schritten werden v.a. die Gefühle ins Zentrum gestellt. Diese Arbeit mit den Tätern kann als entscheidende Rückfallvermeidung gelten und hilft damit auch den (potenziellen) Opfern. Nicht nur Bestrafung sondern Handlungsalternativen aufzuzeigen entspricht dem empowernden Ansatz dieses Trainings.

Die Autor/innen des Buches und die Herausgeber hoffen, dass diese Mischung aus unterschiedlichen Perspektiven und verschiedenen Handlungsfeldern Fachkräfte aus der Psychotherapie, Jugendhilfe, Beratung und auch im pädagogischen Handeln anregt ihre Arbeitsweisen zu bereichern. Das Buch kann auch Motivation geben den Ansatz des Empowerment immer konsequent mitzudenken, weil dadurch Menschen unterstützt werden, ihre Lebensqualität zu verbessern.

## **A - Die Kraft der Ermutigung in unserer Gesellschaft**



# **Ermutigung – eine fast vergessene und doch brandaktuelle Dimension in Pädagogik und Therapie**

Klaus Fröhlich-Gildhoff

## **Einführende Zusammenfassung**

Alfred Adler (1870-1937), der Begründer der Individualpsychologie, hat die Bedeutung der Ermutigung zur Entfaltung der Wachstumspotentiale eines Menschen schon in einer frühen Phase der Entstehungsgeschichte psychodynamischer Konzepte erkannt; sein Schüler, der Psychiater Rudolf Dreikurs (1897-1972), machte Ermutigung zu einem Kernbestandteil der von ihm weiterentwickelten individualpsychologischen Pädagogik und Beratung: „Kinder brauchen Ermutigung wie Pflanzen Sonnenlicht und Wasser“.

Ermutigung meint dabei mehr als Lob, sondern bedeutet Wertschätzung und Zutrauen in das Gegenüber, die Anregung und Unterstützung, eine Aufgabe zu bewältigen oder einen nächsten Entwicklungsschritt zu gehen.

In modernen Konzeptionen von Psychotherapie und Pädagogik finden sich sehr verwandte Begrifflichkeiten und Konzeptionen:

So kommt der Wirkfaktor der „Ressourcenaktivierung“ (Grawe, 1998, 2004) der Ermutigung im Sinne Adlers sehr nahe.

- Aktuelle Konzepte einer modernen (Früh)Pädagogik [Stichwort: „passgenaue, ko-konstruktivistische Unterstützung von Bildungsprozessen“] oder Sozialpädagogik [Stichwort: Empowerment als Grundhaltung und Methode] setzen gleichfalls an der Ermutigung des Kindes bzw. Erwachsenen an – ohne diese so zu benennen.
- In Konzeptionen zur Resilienzförderung (z.B. Fröhlich-Gildhoff et al., 2012) wird von einer stärkenorientierten Haltung der Bezugspersonen oder Pädagog/innen ausgegangen – die Nähe zum Ermutigungs-Begriff ist groß (ohne diesen zu benennen).
- Nicht zuletzt verweist Hüther (o.J.) aus der Übertragung neurobiologischer Erkenntnisse auf Bildungsprozesse auf die Bedeutung von „Inspiration und Ermutigung“.

Im vorliegenden Beitrag werden die hier angedeuteten Entwicklungslinien und Zusammenhänge – auch unter einer Beziehungs-/Interaktionsperspektive – weiter ausdifferenziert und vertieft und es werden Konsequenzen für Pädagogik und Psychotherapie aufgezeigt.

## **1. Das ursprüngliche Konzept der Ermutigung bei Alfred Adler und in der Individualpsychologie**

### **1.1. Das Streben nach Weiterentwicklung**

Eine der wesentlichen ‚Wurzeln‘ des psychodynamischen Konzept Alfred Adlers ist die grundlegende Annahme, dass sich der Mensch von Geburt an „minderwertig“ erlebt: „Ich habe vor langer Zeit hervorgehoben, dass Mensch sein heißt: sich minderwertig fühlen.“ (Adler, 1982, S. 67).

Der Mensch strebt danach, dieses Minderwertigkeitsgefühl zu überwinden: „Das Gefühl der Unzulänglichkeit ist ein positives Leiden und währt mindestens so lange, als eine Aufgabe, ein Bedürfnis, eine Spannung nicht gelöst ist. Es ist offenbar ein von Natur aus gegebenes und ermöglichtes Gefühl, einer schmerzlichen Spannung vergleichbar, die nach Lösung verlangt. ... So wie der Säugling in seinen Bewegungen das Gefühl seiner Unzulänglichkeit verrät, das unausgesetzte Streben nach Vervollkommnung und nach Lösung der Lebensanforderung, so ist die geschichtliche Bewegung der Menschheit als die Geschichte des Minderwertigkeitsgefühls und seiner Lösungsversuche anzusehen. Einmal in Bewegung gesetzt, war die lebendige Materie stets darauf aus, von einer Minussituation in eine Plusssituation zu gelangen ... Diese Bewegung, die durchaus nicht als zum Tode führend angesehen werden darf, ist viel mehr darauf gerichtet, zur Bewältigung der äußeren Welt zu gelangen, keineswegs zu einem Ausgleich nicht zu einem Ruhezustand ... Das Kind ... steht bereits unter dem Zwang dieser Entwicklung nach aufwärts, der seinen Körper und seine Seele zum Wachstum antreibt. Auch ihm ist von Natur aus das Streben nach Überwindung vorgezeichnet. Seine Kleinheit, seine Schwäche, der Mangel an selbstgeschaffenen Befriedigungen, die kleineren und größeren Vernachlässigungen sind individuelle Stachel für seine Kraftentwicklung. ... Seine Spiele, immer auf ein Ziel der Zukunft gerichtet, sind Zeichen seiner selbstschöpferischen Kraft, die man keineswegs mit bedingten Reflexen erklären kann. Es baut ständig ins Leere der Zukunft hinein, getrieben vom Zwang der Überwindungsnotwendigkeit“ (ebd., S. 67ff).

Auch wenn Adlers Wortwahl vielleicht etwas „antiquiert“ erscheint – der Text stammt im Original von einem Autor (mit eher sozialistischer Grundorientierung) aus dem Jahr 1933 – so ist dieser Grundsatz hochkompatibel mit modernen entwicklungspsychologischen, psychotherapeutischen und pädagogischen Positionen und Erkenntnissen: Das aktuelle Bild vom Kind ist dadurch geprägt, dass der „kompetente Säugling“ (Dornes, 2011, 14. Aufl.) selbst-aktiv Kontakt mit der Umwelt aufnimmt und versucht, sich diese anzueignen. Aus den dabei gemachten Erfahrungen und deren innerer, anfangs organischer Bewertung entsteht die innere Struktur, das Selbst (Stern, 1992; ausführlicher: Fröhlich-Gildhoff, 2009). Auch die von Rogers (1987) postulierte „Aktualisierungstendenz“ des Menschen, also das Bestreben, den eigenen Organismus beständig weiter zu entwickeln, entspricht diesem Adlerschen Bewegungsgesetz (ausführlich zum Vergleich Rogers - Adler: Esser, 1988).

### **1.2. Die Bedeutung der Beziehung**

Dabei ist von großer Bedeutung, dass der Mensch sich in Beziehung zu anderen entwickelt. Auch darauf hat schon Adler explizit hingewiesen: „Aber es kann nicht über-