

Liebe Leserinnen und Leser,

wir möchten uns bei Ihnen für die zahlreichen anregenden Bemerkungen zur Ausgabe 0 des Fachbriefes Familien Heute bedanken.

Ihre Rückmeldungen sind für uns ein Ansporn weiterzumachen und uns zu verbessern und zeigen uns, dass Sie sowohl als Privatpersonen, als auch als Vertreter verschiedenster Organisationen des öffentlichen Lebens, die richtigen Adressaten für diesen Fachbrief sind.

Gleichzeitig glauben wir, dass unser Anliegen - unseren Erfahrungsschatz darüber, wie sich Familie in den letzten Jahrzehnten entwickelt hat, gestützt auf wissenschaftliche Theorien und Fachbeiträge mit Ihnen zu teilen - bei Ihnen auf Interesse stößt, damit Familie auch weiterhin Mittelpunkt unserer Gesellschaft bleibt.

## **FAMILIEN HEUTE - Ausgabe 1**

### **Praxis der Familienberatung:**

- Eine Gruppe für Jugendliche: Außenseiter - Sündenbock - gemobbt
- Kein Tag ohne Sex... zumindest in den Medien
- Entspannungstraining für Kinder

### **Familie: Interessante News und Infos**

- Entwicklung durch Beziehung?
- Spielplatz Computer

### **Aus Forschung und Wissenschaft:**

- Über 100 Jahre Therapie auf der Couch?
- Von Qualitätsstandards zum Dialog über Qualität
- Welche Rollen spielen Sie auf der Bühne des Lebens?

## Praxis der Familienberatung:

### **Eine Gruppe für Jugendliche: Außenseiter - Sündenbock - gemobbt**

Wer möchte das schon sein? Wahrscheinlich keiner von uns, eigentlich möchten wir alle Freunde haben, wir streben nach Anerkennung und Unterstützung. Aber nicht immer gelingt uns dies, was gerade bei Jugendlichen, die sich entwicklungsmäßig in einer Phase befinden, in der Peergroups (Gruppen Gleichaltriger) einen besonders hohen Stellenwert einnehmen, zu Schwierigkeiten führen kann. Aus diesem Grund bietet die Ehe & Erziehungsberatung Südtirol ab kommenden Herbst eine Gruppe an, in der Jugendliche sich mit den Themen Nähe und Distanz, Aggression, verbale und non verbale Kommunikation und der eigenen Identitätsfindung beschäftigen. Über die Auseinandersetzung mit diesen Themen, und vor allem auch durch die Möglichkeit von und mit der Gruppe zu lernen und Erfahrungen zu sammeln, möchten wir den Jugendlichen die Möglichkeit bieten, sich selbst besser kennen zu lernen, ihr eigenes Sozialverhalten zu beleuchten und Strategien zu entwickeln, die den Umgang mit Anderen erleichtern und verbessern.

- Die Gruppe startet fortlaufend, jeweils bei genügend Anmeldungen ab Herbst 2008 -

### **Kein Tag ohne Sex ... zumindest in den Medien!**

Noch nie war Sexualität so allgegenwärtig wie heute - da kann doch keiner mehr prüde oder schüchtern sein, oder? Wir glauben heute Vieles oder sogar Alles über Sexualität zu wissen, aber gleichzeitig sind wir enorm verunsichert. Die Medien vermitteln einen Mythos immer wähernder Leidenschaft und das Bild eines idealen Sexualpartners. So offen und häufig dort über sexuelle Themen gesprochen wird, so sprach- und hilflos gehen viele Paare mit ihren eigenen Problemen im Schlafzimmer um. Es tun sich scharfe Kontraste zwischen Hochglanz-Erotik und der vermeintlichen eigenen Einöde auf. Viele Paare sehen sich dadurch einem zunehmenden Leistungsdruck hinsichtlich ihres sexuellen "Funktionierens" ausgesetzt.

Die kontinuierliche Enttabuisierung von Sexualität, ihre Allgegenwart in der Öffentlichkeit, in der Werbung, im Fernsehen, in der Presse, im Internet hat nicht etwa dazu geführt, dass die Probleme in der Sexualität weniger werden. Zwar sind viele äußere Zwänge mittlerweile verschwunden, doch gilt das keineswegs für die inneren Spannungen und Konflikte, die Menschen im Privaten aufbauen.

## **Entspannungstraining für Kinder**

Nicht nur wir Erwachsene, sondern auch unsere Kinder, sind in der heutigen Gesellschaft einem immer größer werdenden (Leistungs-) Druck, Stress und Hektik ausgesetzt. Manch einer kann damit gut umgehen, manch einer findet von sich aus passende Möglichkeiten abzuschalten und zu entspannen. Für alle jene Kinder, denen dies nicht so gut gelingt, bietet die Ehe & Erziehungsberatung Südtirol schon seit einiger Zeit ein Gruppentensionstraining an. Dabei lernen die Kinder unterschiedliche Entspannungsverfahren, wie Phantasiereisen, Imaginations-, Schwere-, Atemübungen und progressive Muskelentspannung. Welche Vorteile bringt das, wo und wie wirkt sich das Gruppentraining positiv aus? Kinder, die aufgrund von Ängsten, Schulstress usw. unter Herzklopfen, nächtlichem Zähneknirschen, unruhigem Schlaf, Bauch- oder Kopfschmerzen leiden, sollen durch die Übungen, motorische Ruhe und körperliche Entspannung erleben.

*- Die Gruppe startet fortlaufend, jeweils bei genügend Anmeldungen -*

## **Familie: Interessante News und Infos**

### **Persönlichkeitsentwicklung durch Beziehung?**

Partnerschaften gelten für die allermeisten von uns als eine der wichtigsten Beziehungen im Leben und v.a. in jungen Jahren, zwischen 18 und 30, sind sie das zentrale Thema. Bei der Partnerfindung und der Partnerschaftsführung kommen unausweichlich persönliche Eigenarten mit ins Spiel, schließlich bringen beide Partner ihre individuellen Biografien mit ein. Haben aber Liebesbeziehungen auch umgekehrt Einfluss auf die individuelle Entwicklung?

Zur Beantwortung dieser Frage bietet sich die Betrachtung eventueller Unterschiede von Singles und Nichtsingles in ihrer Persönlichkeitsstruktur an. Wer kennt es nicht, das Klischee vom extravertierten, kontaktfreudigen Single der sich nicht binden will, andererseits werden Singles aber auch als unsicher, schüchtern und einsam abgestempelt. Klischees halten selten der wissenschaftlichen Überprüfung stand. Diesmal scheint allerdings etwas dran zu sein: Zumindest im jungen Erwachsenenalter scheinen Singles ein weniger angepasstes und weniger robustes Persönlichkeitsprofil aufzuweisen als ihre gebundenen Gleichaltrigen: ihr Selbstwertgefühl ist schwächer und sie geraten leichter aus dem inneren Gleichgewicht. Auf lange Sicht hin scheint eine Liebesbeziehung den jungen Erwachsenen gut zu tun.

Wissenschaftliches Ergebnis hin oder her; was zeigt Ihre alltägliche Erfahrung?  
Mit wem ist es leichter Kontakt aufzunehmen und ins Gespräch zu kommen: mit einem Paar oder mit einem Single?

Vergleiche:

Lehnart, J. & Neyer F.J. (2007). Wer sich bindet, wächst daran. *Psychologie Heute*, 34 (12), 40-43.

### **Spielplatz Computer**

Es steht außer Frage, dass Medien als Sozialisationsinstanz bei Kindern und Jugendlichen an Bedeutung gewinnen. Sie übernehmen immer häufiger traditionelle Funktionen der Eltern und werden zum Tröster, Einschlafhelfer, Märchenerzähler und Spielpartner. Im Gegensatz zu Eltern oder Freunden hat der Computer immer Zeit und ist geduldig. Stark umstritten sind allerdings die Auswirkungen dieser frühen und teils intensiven Beziehung auf das Erleben und Verhalten. Befürchtungen entstehen meist dort, wo der Mensch auf Neues und Unbekanntes trifft und er dadurch verunsichert wird. Dies trifft auf Computerspiele in besonderer Weise zu, da wir Erwachsenen von heute im Gegensatz zur Generation der Kinder und Jugendlichen kaum selbst Erfahrungen mit Computerspielen sammeln konnten. Wann aber wird die Faszination zum Problem? Dominiert das Computerspielen langfristig die Freizeit und werden soziale Kontakte stark reduziert kann die virtuelle Welt zu einer Ersatzrealität werden, die Möglichkeiten Mitgefühl, Einfühlungsvermögen oder gewaltlose Konfliktlösestrategien zu erlernen werden reduziert und es kann zu Vereinsamung und Realitätsverlust führen. Wir sind den Medien allerdings nicht wehrlos ausgeliefert, sondern setzen uns aktiv mit ihnen auseinander. Die Frage lautet also nicht: Was machen die Medien mit den Menschen? Sondern: Was machen die Menschen mit den Medien?

Medien, ebenso wie politisch Verantwortliche propagieren stark vereinfachte Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge. Diese oft oberflächlichen Charakterisierungen werden allerdings weder der Komplexität und der Vielfalt von Bildschirmspielen, noch dem Umgang der Kinder mit ihnen gerecht. Bei der Frage nach kurz- und langfristigen Medienwirkungen sind die Art der Mediennutzung und ihre Rahmenbedingungen von entscheidender Bedeutung. Dies macht eine differenzierte Betrachtung des Nutzungsverhaltens, der Spielanlässe, der Spielvorlieben und der Einbettung ins Freizeitverhalten notwendig.

Die Entwicklung in der Medienwirkungsforschung hat sich von der Ansicht gelöst, dass Rezipienten mehr oder weniger passive Konsumenten sind. Die Leitfrage lautet nicht mehr: Was machen die Medien mit den Menschen? Sondern: Was machen die Menschen mit den Medien?

Demnach sind Heranwachsende den Medien nicht wehrlos ausgesetzt oder ausgeliefert, sondern setzen sich aktiv mit ihnen auseinander. Dieser Ansatz postuliert den aktiven Mediennutzer, der nach seinen individuellen Bedürfnissen auswählt um Gratifikationen zu erhalten. Bildschirmspiele eignen sich in besonderem Maße dazu, Bedürfnisse der Nutzer zu befriedigen. Ein zentrales Zuwendungsmotiv vieler Bildschirmspieler ist das Bedürfnis nach Macht und Kontrolle, die bei erfolgreicher Bewältigung der Spielanforderungen erlangt werden. Zudem machen Bildschirmspiele Spaß, sie vermitteln Gefühle der Kompetenz und Leistungsfähigkeit und ermöglichen das Abschalten vom Alltag. Eng verbunden mit dem vom Spiel vermittelten Gefühl von Macht und Kontrolle ist die Befriedigung des Bedürfnisses nach Erfolg. Erfolgserlebnisse stellen sich in elektronischen Spielen rascher und mit weniger Aufwand ein, als beispielsweise im schulischen Alltag der Heranwachsenden. Diese Erfahrungen von Selbstwirksamkeit beeinflussen das Selbstbild positiv und können über das Spiel hinaus das Selbstwertgefühl stärken. Trifft dies nicht zu, geraten die Spieler beim Erleben von Misserfolgen, allerdings rasch in eine Frustrations-Aggressions-Spirale. Die Welt am Draht macht es möglich in eine Art Ersatzwelt zu flüchten, wenn die Realität als unkontrollierbar und bedrohlich empfunden wird. Bildschirmspiele werden dann als Metapher für erwünschte Lebenssituationen angesehen.

Exzessiver Medienkonsum kann dazu führen, dass wichtige Angebote für die kindliche Sozialisation fehlen. In vielen Bildschirmspielen fehlt jene Dimension menschlicher Verhaltensweisen, die mit Einfühlsamkeit, Mitgefühl, Zuwendung und gewaltlosem Konfliktmanagement zusammenhängen. Eine These, die in Zusammenhang mit Bildschirmspielen oft genannt wird, ist die Befürchtung, dass intensives Spielen den Kontakt zur sozialen Umwelt verhindert und so zur Isolation führt. Dieses Bild vom Stubenhocker ließ sich durch Forschungsbefunde allerdings nicht bestätigen. Das Versinken in virtuelle Welten kann aber dann problematisch werden, wenn damit Prozesse der Vereinsamung, des Realitätsverlustes oder der dauerhaften Vereinseitigung von Interessen und Aktivitäten verbunden sind.

Die Verantwortlichkeit der Gesellschaft darf bei der Diskussion um die Wirkung von (gewalthaltigen) Computerspielen nicht vernachlässigt werden. Es ist zu einfach, violente Computerspiele für die zunehmende Gewalt in unserer Kultur allein verantwortlich zu machen und nach dem Motto zu argumentieren: beseitigt diese Inhalte und die Welt ist wieder in Ordnung! Die zentrale Frage, die es zu

beantworten gilt, ist, ob die virtuelle Gewalt zu realer Gewalt führt oder umgekehrt: virtuelle Gewalt: Modell oder Spiegel?

Wenn Sie gerne mehr zu diesem Thema wissen möchten:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (bmfsfj). (2005). Medien und Gewalt. Befunde der Forschung seit 1998. Berlin: Autor. Verfügbar unter:

<http://www.bmfsfj.de/Kategorien/Forschungsnetz/forschungsberichte,did=28078.html>

Fritz, J & Fehr, W. (2003). Virtuelle Gewalt: Modell oder Spiegel? Computerspiele aus der Sicht der Medienwirkungsforschung. In J. Fritz & W. Fehr (Hrsg.). Computerspiele. Virtuelle Spiel- und Lernwelten (S. 49-60). Bonn: Bundeszentrale für politische Bildung.

## Aus Forschung und Wissenschaft:

### **Über 100 Jahre Therapie auf der Couch?**

Vor über 100 Jahren von Sigmund Freud begründet, ist die Psychoanalyse bis heute ein wirkungsvolles Verfahren, das dem Psychotherapeuten ein tieferes Verständnis für die lebensgeschichtlichen Zusammenhänge eines Klienten ermöglicht.

Freuds Konzept, nachdem jeder Mensch in frühen Entwicklungsphasen ein „Grundmuster“ entwickelt, das wichtige Eigenschaften und Verhaltensweisen beinhaltet, ist immer noch Dreh- und Angelpunkt des psychoanalytischen Prozesses. So wie ein Individuum sich beispielsweise in Beziehungen, Konflikten und Angstsituationen verhält, kann der Therapeut in seiner Lebensgeschichte nachvollziehen und in aktuell-vorhandenen Situationen bearbeiten. Dabei spielt das Unbewusste nach wie vor eine wichtige Rolle - wurde Freud doch, als er erstmals den Einfluss unbewusster Prozesse postulierte, stark kritisiert. Mittlerweile jedoch, findet sich kaum mehr ein Neurowissenschaftler, der bestreitet, dass unbewusste geistige Ablaufmechanismen nicht nur real, sondern äußerst wichtig sind. Bereits in den 50er Jahren stellten Neuropsychologen fest, dass Patienten mit schadhafte Hirnrealen zwar unfähig sind sich an Erfahrungen und Erlebnissen bewusst zu erinnern, dass sie aber ganz offensichtlich hochgradig von ihnen in ihrem Verhalten beeinflusst werden.

Welche Rolle spielt dabei aber die wohl allen bekannte Couch? Ist diese heute noch immer in Gebrauch oder ist sie nur noch zentraler Einrichtungsgegenstand unsere Wohnzimmer? In der klassischen Psychoanalyse, die heute aus Kosten und Zeitgründen immer mehr in den Hintergrund rückt, liegt der Klient auf der Couch, der Therapeut sitzt schräg hinter ihm.

In der heutigen Praxis aber liegt kaum mehr ein Klient auf der Couch, allerdings sind Methoden wie das „freie Assoziieren“, also die Tatsache, dass der Klient über all jenes spricht was er gerade fühlt, denkt oder wovor er sich fürchtet, welche in dieser Form von Freud propagiert wurden, noch immer Schlüssel zum Erfolg und werden es wohl auch weiterhin bleiben

## **Von Qualitätsstandards zum Dialog über Qualität**

Ganz Europa bemüht sich heute um Qualitätsstandards im Sozialbereich. In technischen Bereichen, wie etwa der Automobilentwicklung, haben sich die Qualitätsstandards in den letzten 50 Jahren bezogen auf Technik, Ästhetik, Fahrspaß und Symbole für sozialen Status ständig verändert. Wenn es um Dienste am Menschen geht, wird die Frage komplizierter, ja gerade unüberschaubar. Trotz oder vielleicht wegen dieser Unüberschaubarkeit halten Menschen untereinander über sehr lange Zeit an Worten, Verhalten und Konzepten fest, während z.B. Ingenieure nach einer begrenzten Anzahl von Fehlversuchen neue Lösungen suchen. Veränderungen in Schulen brauchen Jahrzehnte, trotz stetigem Ansteigen der Verschreibungen von Antidepressiva konnte die stetige Ausweitung von Depression nicht gestoppt werden. Einmal als gut angenommene Modelle werden eine Art kulturelle „Monokultur“, bis sie nach einigen Jahrzehnten von neuen, ebenso stabilen Modellen, wieder abgelöst werden. Diesen Kulturzyklen sind alle Dienstleistungen am Menschen wie Pflege, Sozialfürsorge, Erziehung, Schule, Beratung, med. Basisversorgung, Psychiatrie, Paradigmen des Gesundheitssystems, usw. unterworfen. Kulturvielfalt, in der sich Qualität weiter entwickeln kann entsteht aber nur durch Dialog. Im deutschsprachigen Raum haben über 60 soziale Organisationen Qualitätsvorstellungen entwickelt, um an diesem Dialog teilzunehmen (1). Auch in Südtirol bemühen sich einige gemeinnützige Anbieter sozialer Dienstleistungen (2) darum, ihren Teil zum Dialog über Qualität und zu einer Kultur der Qualität beizutragen.

Vergleiche:

(1) Prof. Karl-Heinz Boeßenecker [http://fhdd.opus.hbz-nrw.de/frontdoor.php?source\\_opus=325](http://fhdd.opus.hbz-nrw.de/frontdoor.php?source_opus=325)

(2) Forum Privates Sozialwesen (FoPS) [http://www.familienberatung.it/index.php?par=lang-1\\_mnu-4\\_sub-8](http://www.familienberatung.it/index.php?par=lang-1_mnu-4_sub-8)

## **Welche Rollen spielen Sie auf der Bühne des Lebens?**

Soziologen wissen es schon lange: wir schlüpfen im Laufe unseres Lebens in viele unterschiedliche Rollen!

Was aber bedeutet das? Und sind wir wirklich Schauspieler auf einer Bühne, sind wir nicht eigentlich alle verschieden, wo bleibt unsere Individualität?

Soziologen definieren die soziale Rolle als die Summe von Erwartungen und Ansprüchen einer Gruppe oder der Gesellschaft an das Verhalten und die Erscheinung eines Inhabers einer sozialen Position in einem Handlungssystem.

Bedeutet dies aber, dass wir, d.h. das Individuum als solches, in einer sozialen Rolle gar nicht mehr vorkommen, sind wir nur noch Rolle, quasi Schauspieler auf einer Bühne?

Man kann diese Frage getrost verneinen, eine soziale Rolle innehaben, bzw. leben, meint nicht, dass der Mensch dahinter völlig verschwindet. Vielmehr wissen wir heute, dass jene Menschen die sich allzu sehr an die Vorgaben ihrer Rolle halten,

oft als pedantisch, übergenau, ja als unecht erlebt werden. Wir sind also weit mehr als Schauspieler, wir sind reale Personen, die ihre sozialen Rollen mit Persönlichkeit ausfüllen, ohne dabei völlig aus der Rolle zu fallen - das sollen uns all die Hollywoodgrößen doch erst mal nachmachen!

Wenn Sie gerne mehr zu diesem Thema wissen möchten:

Dahrendorf R. (1977), Homo Sociologicus 15. Auflage, Opladen, Westdeutscher Verlag GmbH

Laub Coser R. (1999) Soziale Rollen und soziale Strukturen, Graz & Wien, Verlag Nauser und Nauser

Herausgeber: Ehe & Erziehungsberatung Südtirol

Sparkassenstr. 13

39100 Bozen

Redaktion der Ausgabe 1: Stefan Eikemann, Kathrin Hauser,

Maria Kerschbaumer, Christine Kompatscher