

## **Annegret Sirringhaus-Bünder**

MarteMeo Licensed Supervisor

Lehrende für Systemische Therapie und Beratung (DGSF)

### **Jubiläumsfachtagung Kölner Verein 17.-18.11. 2017**

#### **„Würde statt Scham“ - 20 Jahre MM-Weiterbildungen im Kölner Verein**

1. Teil: die Geschichte unserer MarteMeo-Weiterbildungen
2. Teil: Würde statt Scham – was unsere Haltung prägt
3. Teil: Ausschnitte aus einem MarteMeo-Beratungsprozess

#### **Teil 1: Die Geschichte unserer MarteMeo-Weiterbildungen**

Im Frühjahr 1997 starteten wir unsere 1. MarteMeo-Weiterbildung – die erste in Deutschland – mit einer kleinen Gruppe von 6 Teilnehmer\*innen, 4 Kolleg\*innen aus der SPFH in Monheim und 2 von anderen Trägern aus Westfalen. In den Jahren zuvor hatten wir, d.h. mein Mann Peter Bünder, seine Kollegin Angela Helfer aus der Erziehungsberatungsstelle der Stadt Köln und ich unsere MarteMeo-Ausbildung bei Maria Aarts in Zandfort und Harderwijk abgeschlossen und selbst einige Jahre Klienten mit MarteMeo beraten. Es war eine spannende Zeit des Lernens und Experimentierens, in der wir auch die Möglichkeiten genossen, über unseren deutschen Gartenzaun zu schauen. Angela und Peter lernten in einer Gruppe mit Kolleginnen und Kollegen aus Irland – u.a. mit Colette O'Donovan, die später mit ihrem Team in Dublin ein maßgebliches Konzept für die MarteMeo-Arbeit im Pflegekinderdienst entwickelte und mit der wir bis heute kollegial freundschaftlich verbunden sind – und ich in einer Gruppe mit Schwedinnen und Däninnen, die MarteMeo in den unterschiedlichsten Kontexten von Heimerziehung bis freier psychologischer Praxis umsetzten.

Unser Motiv und Idee, MarteMeo-Weiterbildungen in Köln anzubieten war,

- unsere guten Erfahrungen in der Arbeit mit dieser Methode und unsere Begeisterung weiterzugeben,

- MarteMeo als eine wertvolle Ergänzung zu systemischen Arbeitsansätzen zu vermitteln und damit auch
- die Angebotspalette des Kölner Vereins, den wir 10 Jahre zuvor mit ein paar anderen Kolleg\*innen als Fort- und Weiterbildungsinstitut gegründet hatten, zu erweitern.

Maria Aarts war begeistert von dieser Idee und unterstützte uns in den ersten Jahren, indem sie in den ersten Durchgängen jeweils einen Weiterbildungstag gestaltete und mit uns Inhalte, Aufbau und Struktur der WB reflektierte. Wir halfen ihr, durch Vermittlung eines sachkundigen Übersetzers die 1. Auflage ihres MarteMeo-Handbuches vom Englischen ins Deutsche zu übersetzen, um es auch in Deutschland veröffentlichen zu können.

Interessent\*innen und Teilnehmer\*innen der ersten MarteMeo-Weiterbildungen waren vor allem Kolleg\*innen aus der Kinder- und Jugendhilfe, speziell der SPFH. Später erweiterten sich die Arbeitsfelder um KiTa, Kinder- und Jugendpsychiatrie, stationäre Behindertenhilfe, Schule, Frühförderung usw.

Ab 2004 wurden nicht nur unsere Angebote im Kölner Verein nachgefragt, sondern zunehmend auch als Inhouse-Angebote in ganz Deutschland zwischen Flensburg und München, sowie in Österreich und der Schweiz. Diese Projekte boten strukturell und inhaltlich einen besonderen Reiz, wie beispielsweise

- ein EU-Projekt in Flensburg, in dem Lehrende, Praktiker\*innen und Studierende der Heilpädagogik grenzübergreifend aus Deutschland und Dänemark eine gemeinsame MarteMeo-Weiterbildung durchführten, um MarteMeo sowohl in der Praxis der TN\*innen, als auch im Ausbildungskonzept der berufsbegleitenden HP-Ausbildung zu implantieren.
- die Implantierung von MarteMeo in den KiTas des evangelischen Kirchenkreises Hamm oder
- die Integration von MarteMeo in ein neues Konzept einer 2-phasischen Unterstützung (zunächst stationär, dann ambulant) von Müttern mit Säuglingen oder Kleinkindern im Landeskinderheim in Axams/Tirol.

Alle drei Projekte und Konzepte werden in den nachfolgenden Workshops dieser Fachtagung vorgestellt!

Unabhängig davon fragten Institutionen für Inhouse-Angebote für MarteMeo-Fort- und Weiterbildungen ihrer Mitarbeiter\*innen an. Aber auch andere

systemische WB-Institute, wie beispielsweise das Praxis-Institut in Hanau oder das Münchner Familienkolleg baten uns, in ihrem Auftrag MarteMeo-Fort- oder WB anzubieten.

Insgesamt umfasst unser MarteMeo-Fort- und Weiterbildungsangebot heute sowohl die individuelle Weiterbildung einzelner Kolleg\*innen aus den verschiedensten Arbeitsbereichen, bei Bedarf auch MarteMeo-Supervision nach Abschluss der WB, wie auch Fort- und Weiterbildungen als Teil neuer konzeptioneller Entwicklungen. Darüber hinaus sahen wir schon bald die Notwendigkeit, auch MarteMeo-Lehrkompetenz an interessierte und geeignete Kolleg\*innen weiter zu geben. So verstärken die von uns ausgebildeten MarteMeo-Supervisorinnen und eine Licensed Supervisorin heute nicht nur unser Kölner Ausbildungsteam, sondern vermitteln und arbeiten mit MarteMeo in Berlin, Hamburg, Hamm, Oberhausen, Nürnberg und bald auch in Tirol!

Unsere kollegiale Vernetzung besteht aber nicht nur zu den von uns ausgebildeten Supervisor\*innen, mit denen wir uns regelmäßig zum kollegialen Austausch treffen, sondern auch zu anderen MarteMeo-SV-Kolleg\*innen in Deutschland, Kolleg\*innen in Irland, Österreich und der Schweiz, mit denen uns zum Teil nicht nur die langjährige Zusammenarbeit, sondern auch persönliche Freundschaften verbinden.

Recht früh konnten wir uns die Internet-Domäne „[www.martemeo-Deutschland.de](http://www.martemeo-Deutschland.de)“ sichern, auf der interessierte MarteMeo-Fachkräfte gegen eine geringe Kostenbeteiligung ihre fachlichen Angebote einstellen können. Mehrere tausend Clicks pro Jahr zeigen hier das Interesse an MarteMeo und führen daneben dazu, dass uns häufig alle möglichen Fragen zu MarteMeo-Beratungen oder Fortbildungen erreichen. Auch mit Veröffentlichungen sind wir sehr präsent. Dazu zählen im Laufe der Jahre nicht nur diverse Fachartikel zu verschiedenen thematischen Aspekten der MarteMeo-Beratung, die in entsprechenden Fachzeitschriften erschienen sind, sondern in der ersten Phase auch zwei kleine, sehr gefragte Bücher zur MarteMeo-Theorie und MarteMeo-Praxis im Eigenverlag. Dies führte dazu, dass wir im Jahr 2009 durch den renommierten Verlag Vandenhoeck & Ruprecht die Möglichkeit erhielten, unser „Lehrbuch der MarteMeo-Methode“ herauszugeben, welches inzwischen bereits in der 4., überarbeiteten Auflage erschienen ist.

## **Teil 2:**

### **Würde statt Scham – was unsere Haltung in MM-Beratung und -Lehre prägt!**

Was uns von Anfang an für MarteMeo eingenommen und was uns an dieser Art zu arbeiten so fasziniert hat, war – neben der präzisen Analyse von Kommunikation und Interaktion – die Einfachheit des Konzepts und die absolut wertschätzende Haltung, sowohl den Klient\*innen gegenüber, als auch zwischen Lehrenden und Teilnehmenden in den Fort- und Weiterbildungen.

Es geht also um einen förderlichen Umgang zwischen allen Beteiligten, der die Würde und den Respekt gegenüber jeder einzelnen Person absolut in den Vordergrund stellt, d.h.:

- die Würde und der Respekt vor den Eltern, ihrem Wunsch und ihren Bemühungen, gute Eltern für ihre Kinder zu sein und ein befriedigendes familiäres Leben zu führen,
- die Würde und der Respekt vor den Kindern und Jugendlichen in ihren Familien oder in KiTas, Schulen oder Einrichtungen, den behinderten, alten oder gar dementen Menschen, die sich in dem Rahmen, in dem sie leben, zurecht finden müssen,
- die Würde und der Respekt vor den professionellen oder ehrenamtlichen Kräften, die im Rahmen von fachlicher Beratung mit MarteMeo ihre Arbeit reflektieren und – last, but not least - nicht zuletzt
- die Würde und der Respekt vor den Teilnehmer\*innen unserer Fort- und Weiterbildungen.

Dies zeigt sich vor allem in der Annahme bzw. positiven „Unterstellung“ zu Beginn jeder MarteMeo-Beratung oder MarteMeo-Weiterbildung, dass jede beteiligte Person ihre Aufgabe (als Mutter, Vater, Erzieherin, Lehrer\*in, Pflegekraft, usw.) auf bestmögliche Weise erfüllen möchte. Die Grundhaltung in einer MarteMeo-Beratung, genau wie in einer MarteMeo-Fort- und Weiterbildung ist, Menschen darin zu unterstützen, ihre kommunikativen und interaktiven Fähigkeiten aus eigener Kraft weiter zu entwickeln. Unterstützt wird dies durch die Selbstbeobachtung und anschließende Reflexion in Filmausschnitten von Alltagssituationen, die zeigen, wie Kommunikation gelingt und zu einem befriedigenden Miteinander führt – auch wenn es nur ansatzweise geschieht! Dies wiederum wird sowohl in der Beratung als auch in der Weiterbildung verbunden mit gezielter Information, beispielsweise über

das, was Menschen mit ihren Verhaltenssignalen ausdrücken („die Botschaft hinter dem Verhalten“), was sie in diesem Moment zur Unterstützung ihrer Entwicklung benötigen und was genau hier zu einer gelingenden Kommunikation beiträgt. Alles das, was nicht gelingt, wird als Herausforderung zum Lernen und um sich weiter zu entwickeln verstanden.

Diese ressourcenorientierte Grundhaltung und all die möglichen hehren Ziele, die sich daraus ergeben bedeuten allerdings nicht, dass sich alle Klienten mit freudiger Erwartung in die Beratung begeben oder Teilnehmer\*innen in den Weiterbildungen es kaum erwarten könnten, ihre ersten Filme von Klienten-Kontakten zu zeigen. In der Regel sind es nicht Stolz, Vorfreude und eine positive Selbsteinschätzung, die Menschen in den ersten Beratungs-Kontakten empfinden, sondern eher Unsicherheit und Angst vor möglicher Kritik, Scham, Versagensgefühle, Selbstzweifel, usw.

Es ist die Scham von Müttern und Vätern, wenn ihre familiären Probleme plötzlich öffentlich werden, wenn sich die Jugendhilfe für sie „interessiert“ oder sie sogar aufgefordert werden, beispielsweise die Hilfe einer Beratungsstelle in Anspruch zu nehmen. „Was scheinbar alle anderen schaffen – nämlich ihre die Kinder zu versorgen und vernünftig zu erziehen – schaffen wir nicht!“

Es ist die Scham der Kinder und Jugendlichen, wenn sie mit für sie Fremden (Berater\*innen) über ihre Probleme sprechen sollen oder wenn sie ihre Eltern als anders, weniger kompetent, eingeschränkter usw. erleben als andere Kinder und Jugendliche. Es ist die Scham behinderter, alter, pflegebedürftiger Menschen, wenn sie für ganz persönliche und intime Dinge Hilfe in Anspruch nehmen müssen, weil es alleine nicht mehr geht.

Aber auch vor Berater\*innen, Teilnehmer\*innen in Fort- und Weiterbildungen und Lehrenden macht ein Gefühl der Scham nicht Halt, wenn beispielsweise eine Beratung oder ein Seminartag nicht so gut gelingt, wie erwartet, wenn etwas nicht zu passen scheint, der Beziehungsaufbau viel schwieriger ist als gedacht, usw.

Uri Weinblatt beschreibt in seinem Buch „Die Nähe ist ganz nah! Scham und Verletzungen in Beziehungen überwinden“ Scham als „die öffentlichste aller Emotionen. In Gegenwart (realer oder imaginierter) Menschen empfinden wir das größte Maß an Scham und mithilfe anderer können wir unsere Scham lindern.“ (S. 16). An anderer Stelle (S.49) führt er aus: „Scham ist die vitalste

Emotion in Beziehungen. Es ist das Ausmaß an Scham, das über unsere Fähigkeit bestimmt, anderen gegenüber offen zu sein, Rat und Hilfe anzunehmen, intime Nähe zu suchen, sich zu unterhalten und zu kommunizieren, Zuneigung zu zeigen und empfangen zu können sowie zu spüren, dass man nicht alleine ist.“

Scham kann zwar im positiven Sinne den Impuls und die Kraft auslösen „Hier will / muss ich etwas ändern!“, aber nur dann, wenn das Misslingen in einer konkreten Situation als konstruktives Feedback verstanden werden kann, im Sinne einer Botschaft „Hier will und kann ich etwas verändern, damit es mir in Zukunft damit besser geht!“. Dies setzt ein Bewusstsein über eigene Veränderungspotentiale und -fähigkeiten voraus. Genau dies erleben wir tatsächlich oft im Laufe eines Beratungs- oder Weiterbildungsprozesses, wenn Adressaten die Erfahrung gemacht haben, wie sie ihre konkreten Probleme, Anliegen und Fragen Schritt für Schritt erfolgreich angehen können und mit Stolz in den Filmaufnahmen verfolgen, wie ihnen Dinge allmählich und zunehmend besser gelingen. Nicht gelungene Interaktionsmomente und Probleme können dann zu einer Herausforderung werden, zu lernen und sich selbst weiterzuentwickeln.

Zu Beginn der Kontakte gibt aber oft das Gefühl der Scham, „beratungsbedürftig“ zu sein oder dass Fehler sichtbar werden könnten auf die Frage „Wer bin ich?“ häufig die Antwort: „Ich bin schlecht, schwach, unfähig, unzureichend, ein Nichts, usw.“ und löst damit den Impuls aus, sich am liebsten verstecken zu wollen. Dazu Weinblatt (S. 37): „Tatsächlich leitet sich das Wort „Scham“ von dem indoeuropäischen Wort „Skam“ oder „Skem“ ab, das „Verstecken“ bedeutet, und aus diesem Wortstamm entstand auch das englische Wort „skin“ für „Haut“.

Schamgefühle „verkleiden“ sich oft. Sie begegnen uns nach Weinblatt beispielsweise in Form von Wut, Verletztheit, Beleidigt sein, Respektlosigkeit, Gleichgültigkeit, Schüchternheit, usw. und zeigen letztendlich nur die „Erfahrung, als unterlegen, unwürdig oder ohne Anerkennung bloßgestellt worden zu sein. Und sie alle führen zu vorhersehbaren Reaktionen: Beschuldigungen der anderen Person, Selbstbeschuldigung oder Rückzug.“ (Weinblatt, S. 10). Wer von uns kennt das nicht aus Erstgesprächen?

Weinblatt unterscheidet zwischen hoher und niedriger Scham. Er schreibt: „Es gibt einen kooperativen Modus niedriger Scham und einen feindseligen oder losgelösten Modus hoher Scham“. (Weinblatt, S. 113). Kennzeichen niedriger Scham sind, wenn Neugier, freudige Erregung, Zugeben der Scham, Lernbereitschaft, Nähe, Verbundenheit und Empathie erhalten bleibt, wie im obigen Beispiel beschrieben. (vgl. Weinblatt, S. 114) Eine starke Schamreaktion allerdings kann nach Weinblatt zu drei Problemen in der Interaktion mit anderen – also auch zwischen Klienten und ihren MarteMeo-Berater\*innen – führen:

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

Daraus folgt, dass Verhaltensweisen wie andere beschuldigen, Schweigen, Wutausbrüche, andere schnell (ggf. aggressiv) unterbrechen, Zynismus, Widerstand usw. ein wichtiger Hinweis auf ein hohes Maß an Scham sein können. Wer von uns kennt solche Verhaltensweisen nicht vor allem in der Anfangsphase von Beratungsprozessen oder wenn akute Krisen eine begonnene positive Entwicklung stoppen? Aber wären Sie bisher auf die Idee gekommen, solche Verhaltensweisen als möglichen Ausdruck hoher Beschämung zu verstehen? Oder waren sie bisher doch eher versucht, Ärger über die mangelnde Einsicht und Kooperationsbereitschaft der Klienten zu empfinden und damit einen Teil ihrer Empathie zu verlieren?

Gleichgültig, wie eine Berater\*in methodisch ausgerichtet ist und wie ressourcenorientiert ihre Interventionen und ihre Haltung den Klienten gegenüber normalerweise sind, bleibt es eine Herausforderung und Aufgabe in

Beratung und Therapie, sowohl auf individueller Ebene als auch auf der Beziehungsebene, die oft verschleierte Merkmale von Scham wahrzunehmen und sie respektvoll anzugehen, d.h. sich in den Gesprächen flexibel dem Zustand niedriger, „kooperativer“ oder hoher, „unkooperativer“ Scham anzupassen. (vgl. Weinblatt, S. 20).

Wenn, wie Weinblatt betont, eine gute Zusammenarbeit beispielsweise zwischen den Eltern oder auch zwischen Berater\*in und Klient\*in nur dann möglich ist, wenn vorhandene Scham auf ein niedriges Niveau „herunterreguliert“ werden kann, stellt sich konkret die Frage des „Wie“! Weinblatt beantwortet diese Frage mit drei Begriffen:

1. Näher zusammenrücken!
2. Wertschätzung ausdrücken!
3. Gemeinsamkeit erleben!

(Weinblatt, S. 145).

Für eine MarteMeo-Beratung muss dies bedeuten:

1. Sich bewusst an die Seite der Klienten zu stellen (und *nicht* belehrend oder korrigierend gegenüber) und mit ihnen gemeinsam den Blick sowohl auf ihre Kinder / Adressaten als auch auf ihr tieferes Bedürfnis bzw. ihre Motivation, ihnen gute Eltern / Pädagogen / Pflegekraft usw. zu sein, zu fokussieren. Die oftmals in diesem Stadium der Beratung noch kleinen, positiven Momente der Interaktion können, wenn sie in ihrer Bedeutung für das Kind / die Adressaten groß herausgestellt werden, zu Bausteinen für ein bisschen mehr Zuversicht und das Gefühl von wachsender Selbstwirksamkeit werden.
2. Empathie und Lob wohl dosieren (homöopathische Dosis)! Ein Beispiel von Maria Aarts aus den frühen Jahren: „They are people of the shadow!“ Ein viel zu hohes Maß an Lob oder eine übertriebene Empathie kann wiederum beschämend wirken, weil das innere Bild, das Klienten oder Kolleg\*innen von sich selbst haben, zu stark differiert von dem Bild, das ihnen ihre Berater\*in gut gemeint vermitteln will, was dazu führt, dass sie ein solches Lob als unehrlich („Eigentlich denkt sie auch, ich wäre eine schlechte Mutter!“, beschwichtigend („Für sie ist das alles nicht so schlimm!“) oder taktisch erleben („Das sagt sie nur, damit ich mich noch



mehr anstrenge oder anpasse, aber ich weiß genau, dass ich das nicht schaffe!“)

3. Gemeinsam mit den Klienten / Fachkräften nach Lösungsmöglichkeiten suchen, die in erster Linie zu ihrer Person und ihren Lebensverhältnissen passen und *nicht* ausschließlich auf die Anpassungsleistung an vorgegebene Regeln oder Ziele der Institution, z.B. des Jugendamtes, gerichtet sind. Das heißt, die Suche nach Lösungen zu einem gemeinsamen, aktiven und kreativen Prozess in der Beratung zu machen und sich als MarteMeo-Berater\*in auch von den Ideen der Klienten / Fachkräfte überraschen zu lassen oder bereit zu sein, Unübliches in Erwägung zu ziehen. Dies würde dazu führen, die Lösungssuche zu einer gemeinsamen Erfahrung zwischen Klient\*in und Berater\*in zu machen und dabei beispielsweise auch auf die Gemeinsamkeiten und gegenseitige Wieder-Annäherung von Eltern oder Kolleg\*innen im Team zu fokussieren, wenn ihre Probleme, Enttäuschungen oder Kritik aneinander zu Distanz in der Beziehung geführt haben.

Bausteine für das Empfinden von Würde anstelle von Scham können damit sein:

1. Die bewusste Erlaubnis, „so zu sein“, „wer zu sein“, „der oder die zu sein, die ich mit all meinen Stärken und Schwächen bin“!
2. Das Gefühl für die eigene Wertigkeit zu unterstützen: „Ich bin es wert,...“ beispielsweise auch, Hilfe in Anspruch nehmen zu können!
3. Eigene Fähigkeiten „Ich kann etwas bewirken!“ bewusster erleben! Für solche Entdeckungen können die Filmaufnahmen eine ausgezeichnete Quelle sein!
4. Den Zugang zu eigener Kraft / Energie wiederzugewinnen durch den Blick auf das, was die Eltern oder Fachkräfte geschafft haben, auf die Momente, auf die sie zu Recht stolz sein können und über die sie sich freuen!
5. Die Einbindung in Beziehungen aufzeigen und wie sie Bindung ermöglichen können, um damit das Gefühl von Zugehörigkeit, Schutz, Geborgenheit und Sicherheit zu erhöhen (Darüber werden wir alle morgen von Frau Gahleitner mehr erfahren!)

6. Die bewusste Erlaubnis, sich auch abgrenzen zu dürfen. „Ich muss *nicht* alle Erwartungen anderer erfüllen!“ „Ich darf mich auch von anderen unterscheiden!“

Für die Lehre von MarteMeo bedeutet dies, dass diese Haltung nicht nur für die Beziehung zwischen Beratenden und Klienten gilt, sondern sich wie eine Kaskade in allen anderen Beziehungen fortsetzt. Es geht darum, dass wir als Lehrende uns unseren Weiterbildungs-Teilnehmer\*innen gegenüber so verhalten, wie wir ihnen vermitteln möchten, dass sie sich gegenüber ihren Klienten verhalten, damit diese wiederum darin unterstützt werden, sich ihren Kindern oder anderweitig Anvertrauten (Schülern, Patienten, usw.) gegenüber so zu verhalten, dass Entwicklung und Wachstum möglich ist. In all diesen Beziehungen geht es darum, mögliche Scham zu reduzieren und das Gefühl von Würde zu unterstützen.

Wenn MarteMeo also eine Haltung impliziert, die auf Entwicklung und inneres Wachstum ausgerichtet ist, spricht diese Art der Beratung damit Entwicklung und Wachstum als grundlegende Bedürfnisse von Menschen an und macht erfahrbar, dass beides Spaß und Lust auf mehr machen kann, ohne dabei zu vergessen, wieviel harte Arbeit darin steckt!

Wie dies in der Praxis aussieht, möchte ich Ihnen nun gerne an einem praktischen Fallbeispiel eines Beratungsverlaufs aufzeigen:

Ende des Vortrags nach der Besprechung der Filme

Kontakt: [sirringhaus-buender@koelner-verein.de](mailto:sirringhaus-buender@koelner-verein.de)