

# Dynamische Psychiatrie

Begründet von  
*founded by*  
Günter Ammon

Internationale Zeitschrift für Psychotherapie, Psychoanalyse und Psychiatrie  
*International Journal for Psychotherapy, Psychoanalysis, and Psychiatry*

Vol. 43. Jahrgang

2010•3-4

Nr. 239-240

## *Dynamic Psychiatry*

### **Gruppendynamik und ihre Anwendung**

*Raymond Battegay*

Vereinsamung, Sucht und Gewalt als Probleme des Einzelnen und der Gesellschaft

*Ilse Burbiel*

The Relevance of Group Dynamics for Dynamic Psychiatric Treatment

*Stefanie Zödl, Dorothea Richartz, Saskia Heyden*

Gruppengröße und Identitätsentwicklung

*Dorothea Richartz, Helen Pletzer, Lena Schilcher*

Milieutherapeutische Projektarbeit und der Umgang mit der Aggression

*Katharina Kreißl*

Grenzen und Grenzverletzungen in Gruppen in ihrer Bedeutung für den kreativen Prozess

*Karola Hanau*

Die Trennung im gruppendynamischen Prozess

*Barbara Engelhardt*

Kreativität und kreativem Ausdruck durch den Humanstrukturellen Tanz

ISSN 0012-740 X

„Din“ Verlan für humanistische Psychiatrie und Philosophie. G. Ammon, B. Engelhardt

## *Inhalt • Contents*

*Stefanie Zodl (München)*

Editorial ..... 149

*Raymond Battegay (Basel)*

Vereinsamung, Sucht und Gewalt als Probleme des Einzelnen und der Gesellschaft ..... 152

Loneliness, Addiction, and Violence as Problems of Single People and Society ..... 171

*Ilse Burbiel (München)*

The Relevance of Group Dynamics for Dynamic Psychiatric Treatment ..... 176

Zusammenfassung ..... 183

*Stefanie Zodl, Dorothea Richartz, Saskia Heyden (München)*

Gruppengröße und Identitätsentwicklung. Erfahrungen aus den therapeutischen  
Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie ..... 186

Group Size and Identity Development. Experiences from the Therapeutic Living  
Communities of Dynamic Psychiatry in Munich ..... 200

*Dorothea Richartz, Helen Pletzer, Lena Schilcher (München)*

Milieutherapeutische Projektarbeit und der Umgang mit der Aggression in den  
therapeutischen Wohngemeinschaften ..... 207

Milieu Therapeutic Project Work and Dealing with Aggression in Therapeutic  
Communities ..... 224

*Katharina Kreißl (München)*

Grenzen und Grenzverletzungen in Gruppen in ihrer Bedeutung für den kreativen  
Prozess ..... 231

Demarcations and Demarcation Injuries in Groups and Their Meaning for the  
Creative Process ..... 240

*Hildegard Fink (Übersee)*

Trennungsprozesse der Eltern vor einer Kinderreise des psychoanalytischen  
Kindergartens in München ..... 245

Working with Parents in a Psychoanalytical Preschool (with Case Study of a  
Children's Excursion) ..... 252

*Karola Hanau (Berlin)*

Die Trennung im gruppendynamischen Prozess. Empfindungen Raum geben und  
Lebendigkeit spüren ..... 256

Separation in the Group Dynamic Process. Leaving Room for Sensations and  
Feeling Alive ..... 272

*Ulrich Kümmel (Berlin)*

Kreatives Schreiben in der Spannung zwischen Selbstfindung und Kommunikation ..... 279

Creative Writing in the Tension between Self-Realisation and Communication ..... 290

*Barbara Engelhardt (Berlin)*

Kreativität und kreativem Ausdruck durch den Humanstrukturellen Tanz ..... 292

Paths to Happiness Throughout the Development of Creativity and Creative  
Expression by Human Structural Dance ..... 306

*Christel Kümmel (Berlin)*

Die Kunst des Lebens, die Kunst glücklich zu sein ..... 308

Summary ..... 318

Gastherausgeberinnen: Saskia Heyden, Stephanie Zodl

## Editorial

In diesem Heft haben wir Beiträge zusammengefasst, die sich zum einen mit der Bedeutung von Gruppendynamik in unterschiedlichen Lebensbereichen als auch mit zentralen Fragen der analytischen Gruppendynamik in verschiedenen Anwendungsfeldern beschäftigen wie z. B. Gruppen Grenzen, Trennungsprozessen, der zentralen Figur des Gruppenleiters oder der Gruppengröße

Einleitend wirft Raymond BATTEGAY in seiner Arbeit zur zunehmenden Vereinsamung, Sucht und Gewalt einen Blick auf den Zustand unserer Gesellschaft. Die Wurzeln dieser Probleme sieht er in einer verstärkt isoliert aufwachsenden Generation, die zwar in der medialen Gesellschaft eine schier unbegrenzte Zahl von Möglichkeiten zu haben scheint, der jedoch echte Gruppenbezüge, in denen Angenommensein und Auseinandersetzung stattfinden, oftmals völlig fehlen. Er vertritt die These, dass dies eine gesunde Entwicklung des Individuums verhindere, was oft zu einem Weg in Sucht und Gewalt führe. BATTEGAY verbindet damit die gesellschaftliche und politische Forderung, es müssten Wege gefunden werden, die fehlenden Familiengruppen zu ersetzen.

Dieser Idee wird in der Schule der Dynamischen Psychiatrie nach Günter AMMON versucht über das gesamte Behandlungsspektrum hinweg Rechnung zu tragen: in der vorwiegend präventiven Arbeit des psychoanalytischen Kindergartens, in den Angeboten zur Selbsterfahrung bei den gruppendynamischen Wochenenden der Lehr- und Forschungsinstitute in Berlin und München oder den Klausurtagungen im italienischen Tagungszentrum Paestum. Wenn sich psychische Störungen bereits manifestiert haben, können die gruppendynamisch orientierten Behandlungsangebote in den ambulanten Psychotherapien, der stationären Arbeit in der dynamisch-psychiatrischen Klinik Mengerschwaike und den therapeutischen Wohngemeinschaften greifen.

Die Fruchtbarkeit eines gruppendynamischen Verständnisses psychischer Störungen für die Psychotherapie zeigt die Arbeit von Ilse BURBIEL. Sie leitet 19 Kernsätze für die gruppenanalytische Arbeit ab, die Menschen eine Gesundung im Sinne von Wiederholung, Wiedergutmachung und Nachentwicklung in der Gruppe ermöglichen kann.

Im Zentrum der Betrachtung von Hildegard FINK steht die Arbeit im

analytischen Kindergarten. Sie zeigt am Fallbeispiel einer Kinderreise wie Eltern, die häufig selbst schon in mangelhaften Gruppenbezügen aufgewachsen sind und oftmals nicht mehr in stabilen Familiengruppen leben, dabei unterstützt werden können, ihren Kindern einen identitätsfördernden Raum in einer Gruppe außerhalb der Familie zu bieten. Ein Gelingen dieses Ansatzes steht in engem Zusammenhang mit dem Vermögen und der Bereitschaft von Eltern, sich in der Elterngruppe zu öffnen, in Beziehung und Auseinandersetzung zu treten. Das multiprofessionell zusammengesetzte Team ist dabei gefordert, den Eltern die notwendige Unterstützung zu leisten.

Stefanie ZODL, Dorothea RICHARTZ, und Saskia HEYDEN zeigen am Beispiel zweier unterschiedlich großer therapeutischer Wohngemeinschaften relevante gruppenspezifische Effekte der Gruppengröße für die Identitätsentwicklung.

In einer weiteren Arbeit aus dem gruppenspezifischen Lebensfeld der therapeutischen Wohngemeinschaft beschreiben Helen PLETZER, Lena SCHILCHER und Dorothea RICHARTZ die Bedeutung der Arbeit mit einem dritten Objekt im Rahmen der milieutherapeutischen Projektarbeit für die Entwicklung konstruktiver Aggression als zentralen Beitrag zur nachholenden Identitätsentwicklung in der Gruppe.

Katharina KREISSL hebt in ihrem Beitrag die Bedeutung flexibler aber gleichzeitig stabiler Grenzen für eine Gruppe hervor, in der Entwicklung und Kreativität möglich werden sollen. Insbesondere geht sie dabei auf die Bedeutung des Leiters bei der immer wieder neuen Schaffung solcher Gruppengrenzen ein.

Karola HANAU setzt den Fokus in Ihrer Arbeit auf die Bedeutung von gelungenen Trennungsprozessen als eine gruppenspezifische Fragestellung für die menschliche Entwicklung. Dabei spannt sie den Bogen von Trennungen aus Psychotherapien hinweg in die Arbeitswelt und den privaten Beziehungsbereich bis hin zu letztgültigen Trennungen durch den Tod.

Die Beiträge von Ulrich KÜMMEL, Barbara ENGELHARDT und Christel KÜMMEL entstanden als theoretische Vorträge im Rahmen des gruppenspezifischen Prozesses einer Klausurtagung zum Thema 'Glück und Kreativität' im italienischen Tagungszentrum Paestum.

Als Leiter der Selbsterfahrungsgruppe 'Kreatives Schreiben' setzt sich

Ulrich KÜMMEL mit der Frage auseinander, welche zentrale Bedeutung das Arbeiten in der Gruppe für den kreativen Prozess des Schreibens hat.

Barbara ENGELHARDT zeigt die Möglichkeiten einer kreativen Identitätserweiterung, die durch den Austausch des Einzelnen mit der Gruppe im humanstrukturellen Tanz nach Günter AMMON liegen.

Christel KÜMMEL begibt sich auf die schwierige Suche nach Antworten auf die Frage, was ist Glück? In Form von historisch philosophischen Betrachtungen vergleicht sie verschiedene Glücksvorstellungen durch die Kulturgeschichte. Dabei scheinen immer wieder die Bedeutung zwischenmenschlichen Austausches und sinnhaften Tätigseins für das Erleben von Glück auf, also letztlich wiederum gruppenspezifische und gesellschaftliche Fragen.

Stefanie Zödl (München)

# Vereinsamung, Sucht und Gewalt als Probleme des Einzelnen und der Gesellschaft

Raymond Battegay (Basel)

The modern achievements in technique allow on the one hand to enter in contact with people of all continents on the other hand spontaneous communications in the human environment get rarer, also because in general both parents are working and have less time for the contact with their children, not seldom adolescents in their loneliness and feeling of abandonment seek help in drugs and/or violence against other young people or old adults. Psychoanalytic and group psychotherapeutic methods may help them to overcome their insufficient self-trust and their hate against others.

Keywords: modern communication; working parents; syndromes of loneliness and abandonment in adolescents; possibilities of psychoanalytic and group psychotherapeutic methods

Noch nie sind die Kommunikationsmöglichkeiten so groß gewesen wie in der Gegenwart. Mit Hilfe des Computers, des Internet wie der übrigen modernen interhumanen Mitteilungsmittel ist es möglich geworden, die Menschen zu erreichen, wo auch immer sie sich befinden mögen. Allerdings erfordern diese noch vor relativ wenigen Jahren unvorstellbaren technischen Errungenschaften die Beachtung von Regeln für deren Zugang. Der gegenwärtige Mensch steht damit zunehmend unter dem Eindruck, dass die dabei geforderten Normen des Verhaltens, Denkens, Berechnens und Einschätzens das individuelle Leben bestimmen. Der Homo sapiens möchte auch in der Jetzt-Zeit nicht nur dadurch bewertet werden, wie er sich in das ihn umgebende, weitgehend normierte soziale Gefüge einpasst und sich den standardisierten Anordnungen im Umgang mit dem Staate unterzieht. Er möchte vielmehr so in der und durch die Gesellschaft beachtet werden, wie er mittels seiner individuellen Persönlichkeit, seiner persönlichen Ausstrahlung, seiner eigenen Art der Kommunikation, seiner erfahrungs- und überlegungsbedingten Einstellung in Bezug auf die geistigen, kulturellen, sozialen, philosophischen und religiösen Werte, Gefühle und seine Leistungen lebt und wirkt.

## Normierte Gesellschaft und frustrierte Heranwachsende

Die Tatsache, dass oft beide Eltern einer Berufstätigkeit nachgehen oder

nachgehen müssen, ohne, dass sie genügend ihre Kinder mit positiv-anregendem Feedback umgeben und sie liebevoll betreuen können, tragen dazu bei, dass die Heranwachsenden die benötigte Zuwendung oft nicht mehr oder aber eine ihren Werdegang ebenso schädigende Verwöhnung erfahren.

Auch die zunehmende Zahl von Ehetrennungen und -scheidungen und das häufige Auseinanderbrechen von Partnerschaften lassen die von ihnen stammenden oder nur durch sie betreuten Kinder oft infolge mangelnder Liebe und Beachtung durch die Eltern oder ersatzweise für sie Sorgenden frustriert und einsam sein. Nicht selten ist niemand mehr da, der/die Zeit und Kraft für die Kinder übrig hätte, um sich mit deren Fragen, Wünschen und Problemen zu befassen. Es kann sich so bei diesen ein schwer aushaltbares Einsamkeitsgefühl, aber auch eine Aggression gegen die Eltern, Erzieher und in der Übertragung auch auf sonstige Erwachsene einstellen.

Die Gesellschaft und vor allem die Massenmedien reagieren auf aggressives Verhalten von jungen Menschen meist bestürzt und nur mit der Vorstellung von repressiven Gegenmaßnahmen und Strafen. Sie wollen die Not, in der heute viele Menschen und besonders Jugendliche stecken, nicht erkennen. Den jungen Menschen fehlt oft die Erfahrung eines/einer mittragenden Erwachsenen, der/die mit ihnen zu einer grundlegenden Diskussion oder Auseinandersetzung bereit wäre. Bei der unter diesen Voraussetzungen an der Mitmenschlichkeit oft zweifelnden Jugend ist es nicht erstaunlich, dass sie ihre in ihrer Einsamkeit entstandenen Aggressionen auf irgendeine Art bei den Erwachsenen anbringen möchten. Schon allein aus Trotz oder auf der Suche nach gleichermaßen Betroffenen greifen sie nicht selten zu einem Suchtmittel, und in ihren Ressentiments und Wut gegen die Bestandenen kommt es oft zu aggressiven Verhaltensweisen, die ihnen im Fernsehen häufig in aller Grausamkeit vorgeführt werden und dementsprechend gefährlich wirken können.

Auch die Tatsache, dass die Familien häufig nicht mehr zum Mittagstisch und/oder zum Nachtessen zusammensitzen und die Kinder und Jugendlichen oft gezwungen sind, irgendwo in einem Kiosk oder einer anderweitigen standardisierten Verkaufsstelle ein Sandwich zu kaufen, macht die Heranwachsenden zumindest bis zu einem gewissen Grade zu Heimlosen. Der fehlende Familientisch führt nicht selten zum Fehlen

eines Gruppen-, bzw. Familiengefühls, womit auch die Verstärkerwirkung der Familiengruppe auf die Gefühle (BATTEGAY 1961) verloren geht. Damit dürfen die Heranwachsenden in der Gegenwart oft auch nicht mehr jene warmen Gefühle erleben, welche in einer kommunizierenden Familie aufkommen und den Kindern und Jugendlichen den berechtigten Eindruck vermitteln, in diesem Kreis einen emotionalen und moralischen Halt zu finden. Wenn die Familien nicht mehr eine sichernde Stützung zu geben vermögen oder wegen beruflicher Überforderung der Eltern und oft auch wegen der Überbeanspruchung der Heranwachsenden durch Teilnahme an vielfältigen sportlichen oder anderweitigen, verpflichtenden Kursen und Veranstaltungen kaum mehr Zeit zur Diskussion finden, so erleben die Jungen keinen intimen Rahmen mehr, in dem sie sich öffnen und geborgen fühlen können, wie immer sie sich auch gebärden mögen.

### Aggressives Verhalten als Kommunikationsversuch

Die Fachärztin für Kinder und Jugendpsychiatrie Barbara STECK (2007) zeichnet in ihrem Buch 'Adoption – ein lebenslanger Prozess' die Situation von Adoptivkindern, in der bei den Betroffenen oft besonders Gefühle der Vernachlässigung, Vereinsamung, Wut und Aggression aufkommen. Die Autorin schildert u. a. das Schicksal des Knaben Pascal (S. 172-177), der, aus Südamerika stammend, im Alter von achteinhalb Jahren in eine Schweizer Familie zur Adoption gegeben wurde. Nach sechsmonatigem Aufenthalt des nun 9-Jährigen in der Aufnahmefamilie habe dieser verlangt, dass der leibliche Sohn der Adoptiveltern das Haus verlasse. Damit und mit den Verhaltensstörungen von Pascal kamen diese nicht zurecht. Auch habe der Adoptivsohn angekündigt, dass er sich rächen werde für das ihm zugefügte 'Verbrechen', abgelehnt und verlassen worden zu sein. Nach vorübergehenden Aufenthalten in zwei Institutionen, wo er einmal auch Feuer setzte, kam er in eine zweite Adoptivfamilie. Obschon diese ebenfalls mit massivsten Schwierigkeiten konfrontiert war, wollte sie die Adoption aufrecht erhalten, wobei sie eine Psychotherapie für den nun 11-Jährigen Pascal wünschte. Es zeigte sich dabei u. a., dass dieser sich immer wieder vergewissern wollte, ob seine Adoptiveltern fähig sind, sein aggressives Verhalten zu ertragen, zu verhindern oder wieder gut zu machen. Frau STECK zitiert (S. 176) in diesem Zu-

sammenhang WINNICOTT (1990), der betont, es sei unerlässlich, dass die Umgebung, die Adoptivfamilie, die positiven Elemente in der antisozialen Tendenz des Kindes erkenne und sich ihm emotional kontinuierlich zur Verfügung stelle.

Selbst bei der Erziehung unauffälliger Kinder und Jugendliche ist es wichtig, dass die Eltern und sonstigen Erzieher und Erzieherinnen in gelegentlichen oder immer wiederkehrenden aggressiven Verhaltensweisen Zeichen dafür erkennen, dass sie diese damit herausfordern wollen, sie menschlich anzuerkennen. Nur Eltern und Erziehende, die bereit sind, auch die aggressive Eigenwilligkeit der von ihnen Betreuten zu akzeptieren und sich dieser zu stellen, werden von den Heranwachsenden als Kommunikationspartner anerkannt. Durch diese Standfestigkeit den Kindern gegenüber merken diese, dass die Eltern und Erzieher sie wirklich lieben, mögen sie sich noch so widerspenstig verhalten. Heranwachsende, die diese Stärke der Eltern erfahren und sich mit dieser auseinandersetzen können, werden in der Pubertät und als junge Erwachsene die Zuversicht gewinnen, dass die Eltern bereit sind, sich den durch ihre Kinder erwachsenden Widerständen zu stellen. Eine Familie, in der die Eltern eine liebevolle und doch konsequente, wenn auch nicht starre Haltung den eigenen Kindern gegenüber entgegen bringen, wird im Gegensatz zu prinzipienlosen Familien eher als eine Gruppe erlebt werden, die einen Halt auch in der Not zu vermitteln vermag.

## Zuwendung zu Drogen aus Vereinsamung und Trotz

Im Jahre 2007 kam ein 19-jähriger Mann zu mir in die Praxis, der als Einzelkind bei Eltern aufwuchs, die selbst größte Lebensschwierigkeiten hatten. Die Familie lebt in einem Mehrfamilienhaus, das der Großmutter mütterlicherseits gehört. Zu ihr hatte der Patient eine ambivalente Beziehung. Einerseits schätzte er ihre kulturellen Interessen, andererseits zürnte er ihr, dass sie gleich nach dem Tode des Großvaters mit einem anderen Mann zusammenzuleben begann. Die Mutter spricht dem Alkohol zu, und der Vater betreibt ein kleines Computergeschäft, das aber von nur wenigen Kunden aufgesucht wird. Der Patient hatte zur Zeit des Beginns der Therapie eine sehr schlechte Beziehung zum Vater, da dieser ihm vier Jahre zuvor gesagt habe, der Konsum von Cannabisprodukten sei harmlos. Dieser greife selbst gelegentlich zu Haschisch. Der Sohn

fasste die Aussage des Vaters als Gleichgültigkeit ihm gegenüber auf und begann nun, irgendwie zum Trotz gegen den Vater, auch Haschisch zu konsumieren. Er blieb während zweier Jahre dem Schulunterricht fern, lebte daheim beinahe ohne mitmenschlichen Kontakt vor sich hin. Schließlich entwickelte er ein Verlassenheitssyndrom (Germaine GUEX 1983) und wurde zunehmend psychotisch. Er hörte Stimmen, fühlte sich verfolgt und litt außerordentlich unter seinen krankhaften Symptomen. Ich versuchte, ihm ausführlich seine Erkrankung zu erklären und ihm klar zu machen, dass das Cannabis bei längerem Gebrauch schizophre- nieähnliche Psychosen auslösen könne, wobei nie eindeutig festgestellt werden könne, ob die Psychose auch sonst aufgetreten wäre. Ich hielt es für angezeigt, den Patienten nicht nur psychotherapeutisch, sondern auch mit Psychopharmaka zu behandeln. Mit relativ hohen Dosen von Olanzapin und begleitender, teils in einfacher Gesprächsform vor sich gehender, teils psychoanalytisch orientierter Psychotherapie gelang es, die psychotischen Symptome zurückzudrängen, so dass er nach einigen Wochen eine private Fortbildungsschule zu besuchen vermochte. Bei seiner vorhandenen künstlerischen Begabung entschloss er sich indes später, in eine Kunstschule für angehende Maler einzutreten. Der Patient hat nun dort wirklich einen zunehmenden Erfolg mit den von ihm entworfenen Bildern.

Bei diesem jungen Mann war es vor allem die von ihm als Gleichgültigkeit und Lieblosigkeit ihm gegenüber empfundene Haltung der Eltern, die ihn verzweifeln ließ und immer mehr dazu führte, dass er sich vom familiären Leben zurückzog, ein Zimmer für sich im Estrich des Wohnhauses bezog, wo er dann auch schlief, das Leben eines Einsiedlers führte und, wie erwähnt, nur noch dem Haschisch zusprach. Dass die Eltern sein sich isolierendes Gebaren und seine Sucht, ohne je mit ihm eingehend darüber zu sprechen, annahmen, hat zusätzlich dazu geführt, dass er immer mehr in seiner Vereinsamung und Not versank, sich stets weiter von der äußeren Realität zurückzog und schließlich in eine schizophre- nieartige Psychose verfiel.

Die Beziehung zu mir war vor allem zu Beginn auch dadurch gekennzeichnet, dass er es schätzte, wenn ich ihm, z. B. wenn er Befürchtungen äußerte, dass er mit der Zeit seine Denkfähigkeit wegen des früheren Cannabis-Konsums verlieren werde, widersprach und ihm energisch be-

teuerte, dass seine hohe Intelligenz erhalten geblieben sei und fortbestehen werde. Gelegentlich musste ich ihm auch aufzeigen, dass er vielleicht die Eltern, welche ihn, wie er es empfunden habe, zu wenig beachtet und geliebt hätten und kaum auf ihn als Besonderer eingegangen seien, mit seiner Psychose habe bestrafen wollen.

## Aufwachsen in Kleinfamilien und Lockerung des Kontaktes zwischen den Generationen

Mit der häufigen Berufarbeit beider Eltern kommt es zwar nicht selten vor, dass Großmütter die Kinder der Töchter und Söhne hüten. Doch beschränkt sich der Kontakt der Mütter und Väter mit ihnen häufig nur auf die Diskussion des Verhaltens der betreuten kleinen Kinder. Es ist heute oft nicht so, dass sich die Mütter und Väter für das Befinden ihrer Eltern, bzw. Schwiegereltern, selbst wenn sie regelmäßig oder gelegentlich die Enkel hüten, wirklich als solche interessieren. Auch kommen sie sozial häufig nur noch wenig zusammen. Die Elterngeneration beschäftigt sich oft im Grunde kaum mit dem, was ihre alten Mütter und Väter bewegt. Auch leben nur noch wenige örtlich oder zumindest emotional im Verbands einer Großfamilie, in der die Großeltern auch die Verbindung zu den Vorfahren und zur Geschichte der Dorfgemeinschaft oder der Stadt darstellen. Die heute im Allgemeinen in Kleinfamilien aufwachsenden Kinder und Jugendlichen finden daher nicht mehr den Halt in der Generationenfolge, wie das noch vor wenigen Jahrzehnten der Fall war.

Bei diesem mangelnden Halt der Heranwachsenden drohen auch in der Gesellschaft die ethisch-moralischen Grundsätze ins Wanken zu geraten oder vergessen zu werden, so dass die Jugendlichen und oft auch die Erwachsenen vorwiegend nur noch das Leben 'genießen' wollen und diese Absicht oft in Tanz- oder Sexualorgien, anderen ausschweifenden Happenings und in Drogen sowie im Alkohol zu erleben hoffen. Die jungen Menschen versammeln sich in ihrer häufigen Leitbildlosigkeit nicht mehr oft in sinngebenden oder religiösen Gruppen, in denen jeder/jede Beteiligte eine wichtige Rolle ausübte und damit einen Halt gewänne (BATTEGAY 1966).

## Gewaltszenen in Massenmedien als Vorbilder

Ein wichtiger und häufig zu wenig berücksichtigter Faktor, der verheerend besonders auf von Natur aus streitlustige oder leicht kränkbare Jugendliche wirken kann, die wenig Fähigkeit zur geistigen Abwehr von Verletzungen ihres meist ohnehin schon beeinträchtigenden Selbstgefühls haben, ist, dass diese oft durch Gewaltszenen in Fernsehen und Internet dazu ermuntert werden, sich mittels Gewalt durchzusetzen. Diese jungen Menschen entsprechen nicht selten Borderline-Persönlichkeiten, die ohnehin die ihnen Begegnenden nur in gute oder schlechte Menschen aufzuteilen vermögen. Gut erleben sie jene, mit denen sie in ihrer Fantasie eine narzisstische Fusion einzugehen vermögen, z. B. mit den 'Fans' des eigenen Fußballclubs, und als schlecht erleben sie alle jene Individuen, die ihnen als ungleich erscheinen und gegen die in ihnen Aggressionen entstehen, welche sie in projektiver Identifikation (Melanie KLEIN 1962; BATTEGAY 2008) auf die anderen, z.B. die 'Fans' des anderen Clubs projizieren und diese als Feinde identifizieren.

Natürlich können solche Individuen unter Umständen auch ohne Anregung durch die Massenmedien gewalttätig werden gegen Menschen, die ihnen nicht entsprechen. Sehen sie aber täglich im Internet, im Fernsehen oder im Kino, dass Gewalttätigkeit gegen andere Menschen im Bild vorgeführt wird, stachelt es sie auf, gegen ihnen nicht entsprechende Menschen loszuschlagen. Haben solche Menschen mit Gewalt begonnen, so können sie sich oft keine Grenzen mehr setzen, besonders wenn sie sich mit psychisch ähnlich Strukturierten zusammenfinden.

Wie mich meine diesbezüglichen Erfahrungen mit jungen Erwachsenen lehren, die als Patientinnen und Patienten zu mir kommen, kann der Besuch von Veranstaltungen, bei denen Gewaltszenen vorausgesagt werden können, auch suchtartig erfolgen, wobei die Betroffenen oft parallel Drogen verschiedener Art und übermäßig alkoholhaltige Getränke einnehmen und dabei nicht selten auch sexuell andere ausbeuten oder durch andere ausgebeutet werden. Diese jungen Erwachsenen sind meist einsam und nicht selten vom Leben, das sie führen, enttäuscht, ohne dass sie von selbst einen Ausweg daraus fänden. Zwar suchen sie in ihrer Verein-samung die Verbindung mit gleichermaßen Betroffenen, doch finden sie bei der Ansammlung dieser nicht selten am Sinn des Lebens Zweifel-

den nicht die Hilfe, welche sie in einer Gruppe von bewussten und zielstrebigen Gleichaltrigen fänden. Sie hören oft im besten Falle erst in einer Grenzsituation mit dem gewohnten Verhalten auf, bei der ihr Leben in Gefahr steht oder aber sie durch administrative Maßnahmen zur Resozialisation oder zur psychiatrischen Behandlung für eine bestimmte Zeit in eine entsprechende Institution eingewiesen werden.

Eine geschiedene, in enger Beziehung zu ihrer wohlhabenden Mutter lebende, eine Wäscherei betreibende Frau meldete mir telefonisch ihren 22-jährigen Sohn zur Behandlung an. Es ging aus ihren Worten nur das hervor, dass er es wegen Gewalttätigkeiten verschiedene Male mit der Polizei zu tun gehabt habe.

In der ersten Konsultation wirkte der knapp mittelgroße, kräftige und athletisch gebaute junge Mann beherrscht und geordnet. Er berichtete darüber, dass er in einer politisch rechts stehenden Neonazigruppe bei Schlägereien mitgewirkt habe. Bald fügte er hinzu, dass er dieser sogar vorgestanden sei und sehr aktiv bei der Planung von Angriffen auf Andersgesinnte gewesen sei. Auf die Frage, weshalb er aus dieser Gruppe austreten wolle, antwortete er, dass er nicht mehr durch die Polizei in Haft genommen werden und nicht mehr monatelang darin verbringen wolle. Auch sagte er, dass er in der Wäscherei seiner Mutter genügend Arbeit habe und sich dabei das Leben verdienen könne. Er ließ aber auch durchblicken, dass er durch Mutter und Großmutter sehr verwöhnt worden sei. Selbst wenn er sich ein sehr teures Objekt zum Geschenk gewünscht habe, sei ihm das stets gekauft worden. Offenbar wurde zuhause jegliche Auseinandersetzung mit ihm vermieden. Echte Liebe scheint er indes von beiden Frauen nie erhalten zu haben. Es ging ihnen offenbar hauptsächlich darum, die äußere Ordnung und Ruhe aufrecht zu erhalten und ihn dazu zu bringen, sich regelkonform zu verhalten.

Die ersten vier Sitzungen erschien er regelmäßig zu den vereinbarten Konsultationen von 50 Minuten Dauer, und er benahm sich immer sehr korrekt, wenn auch auffiel, dass seine Stimme wenig moduliert und etwas gepresst wirkte. Dann kam es aber wiederholt vor, dass er zu den abgemachten Terminen nicht erschien. Ich versuchte, ihn dann jeweils telefonisch zu erreichen. Doch ich habe ihn nie ans Telefon bekommen und habe jeweils mit der Mutter sprechen müssen. Er erschien dann wieder zu einer Sitzung und sagte, er habe sich mit einem gleichaltrigen

Mädchen angefreundet. Sie wollte ihn zum Tanz mitnehmen. Das falle ihm schwer, doch habe er vor, mit ihr dorthin zu gehen. Auch zur nächsten Sitzung kam der Patient wieder, und er sagte, der Abend mit den Mädchen sei sehr gut verlaufen. Darauf erschien er aber nur noch einmal zur verabredeten Sprechstunde. In seinem Ermessen hatte er offenbar seine Pflicht getan und sich bei mir als Psychiater gezeigt. Ich vermutete, dass ihm diese Behandlung durch die Polizei auferlegt worden war.

Dieser junge Mann sprach auch nie davon, weshalb er der erwähnten rechtsextremen Gruppe beigetreten war. Doch schien es mir, dass er sich vor allem durch seine Vaterlosigkeit in seiner Jugend zu wenig geschützt und geborgen gefühlt und durch seine Mutter und Großmutter nicht genügend geliebt gefühlt hatte und deshalb anderen, die er entsprechend seiner Ideologie als Feinde sah, das Gruseln beibringen wollte. Darüber sprach er aber kaum. Wenn er sich von der rechtsextremen Gruppe offiziell verabschieden wollte, so geschah es meines Erachtens vorwiegend aus opportunistischen Gründen. Er wollte offenbar, wenn auch in ambivalenter Weise, auf den Weg zur sozialen Norm wechseln, um dort materiell gesichert und ruhiger leben zu können. Von der extremistischen Ideologie her schien er mir indes nicht weit entfernt.

Als ich ihn zu Beginn einmal fragte, weshalb er gerade bei einem jüdischen Psychiater in Behandlung komme, wusste er mir keine Antwort zu geben. Ich vermutete, dass er damit den Behörden andeuten wollte, er sei von der Nazi-Ideologie weggekommen. In Wirklichkeit hat der Patient in meiner, relativ kurze Zeit dauernden, Behandlung keine wesentliche Wandlung vollzogen. Doch konnte er dabei immerhin zeigen, dass er sich von Gewaltakten zu distanzieren versuchte und zu seinen früheren Gesinnungskollegen eine gewisse Distanz haben wollte. Allerdings hatte er, wie es sich im Gespräch mit ihm erwies, den Kontakt mit ihnen nicht vollkommen abgebrochen. Er hat offenbar nur auf das Mitwirken an Gewaltakten verzichtet. Dieser junge Mann hat wohl nicht deshalb einen Psychotherapeuten aufgesucht, um sich charakterlich grundlegend zu ändern, sondern vorwiegend deshalb, weil er zumindest nach außen einen Frontwechsel von den Extremisten zu den sozial Angepassten demonstrieren wollte. Schon allein die Tatsache, dass er zugegab, die Vertreter der rechtsextremen Szene doch noch gelegentlich zu treffen, zeigt auf, wie schwierig der Wechsel von der erwähnten Gruppe

zu einem sozial integrierten Dasein in einer durch die Bereitschaft zur Übernahme von sozialer Verantwortung gekennzeichneten demokratischen Gesellschaft für ihn war. Die gewalttätige Einstellung der Allgemeinheit gegenüber hatte bei dem Betreffenden offenbar auch Suchtcharakter. Mit den Anderen hatte er demnach immer wieder jene Menschen schädigen wollen, die die sozialen Normen trugen, denen gegenüber er und die übrigen Extremisten sich alle benachteiligt fühlten und gegen die sie ihre Rachegefühle in Gewalt umsetzen wollten.

## Auseinanderklaffen der gesellschaftlichen Schichten und Gewalt

Nicht ohne Einfluss auf Vereinsamung, Suchtentwicklung und Gewaltausübung junger Menschen dürfte auch der Umstand sein, dass die Gesellschaft der Gegenwart weit weniger von einem ausgleichenden Mittelstand getragen wird. Dieser schmilzt immer mehr zusammen, und zunehmend bilden Arme einen Prozentsatz der Bevölkerung, der für das soziale Gleichgewicht schwer wiegt. Auch finden sich relativ viele Menschen mit den intellektuellen und emotionalen Anforderungen der Computergesellschaft nicht zurecht und bleiben arbeitslos, während solche Leute früher in Hilfstätigkeiten ihr Auskommen finden konnten. Besonders die in Armut, in knappen materiellen oder lieblosen Verhältnissen Aufwachsenden erleben sich von der Gesellschaft als verlassen, einsam und unbeachtet. Es ist daher verständlich, dass sie eine Wut gegen die Bestandenen fühlen und entweder sich mittels Suchtmitteln betäuben oder aber sich mit gleichermaßen Betroffenen zusammentun und zu Gewaltakten schreiten. Damit werden sie zusätzlich kriminalisiert, und sie finden nicht selten keinen Ausweg mehr aus dieser verfahrenen und hoffnungslosen Situation.

## Auswirkungen der Zunahme des Anteils der Betagten in der Bevölkerung und Abnahme der Geburtenzahl

Schließlich ist noch die relative Zunahme der Betagten und die Abnahme der Geburten in der modernen Gesellschaft anzuführen, die nicht nur zu der erwähnten Lockerung der Beziehungen zwischen den Generationen und einer gegenseitigen Verfremdung führt, sondern besonders bei den

benachteiligten Heranwachsenden nicht selten zu Aggressionen gegen die Alten führen kann. Sie wissen, dass man heute mit der staatlichen Altersversicherung den Betagten über Jahre hinaus zur Seite steht, während ihnen oft nur wenig Chancen bleiben, in die Berufswelt integriert zu werden und sich selbst materiell erhalten zu können. Auch deshalb kann bei den Jugendlichen, die in Armut aufwachsen, ein Gefühl der Benachteiligung, Vernachlässigung und Einsamkeit entstehen, welches nicht selten zu Gewaltakten, etwa auch gegen die Betagten führen kann.

### Politiker kümmern sich zu wenig um Jugend- und Eltern-Krise

Auf der einen Seite beklagen sich sowohl Maßgebliche in der Gesellschaft als auch einfache Bürger über die zunehmenden Vereinsamungsphänomene, die Süchte und vor allem die daraus erwachsenden Gewaltakte der Jugendlichen. Auf der anderen Seite wird politisch wenig getan, um den Jungen, die nicht in geordneter Weise in die Gesellschaft finden, mit geeigneten Psychotherapie- und Sozialprogrammen zu helfen. Dabei schiebt man die Verantwortung entweder auf die Eltern der Jugendlichen, die in steigendem Masse durch die Erziehungsaufgaben in einer stets komplexer werdenden Gesellschaft überfordert sind und durch ihre Doppelbelastung in Beruf und Heim oft ihre familiären Verpflichtungen nicht mehr zu bewältigen vermögen. Vor allem betonen gewisse Politiker, dass die Erziehung der Heranwachsenden ganz und gar die elterliche Aufgabe sei, ohne dass sie sich zu berücksichtigen bemühen, dass auch durch die häufigen Trennungen und Scheidungen von Ehepaaren und Partnerschaften oft kein elterliches 'Zuhause' mehr besteht. Natürlich ist die Alternative dafür nicht eine strikte, nach sozialen Normen ausgerichtete Staatsjugend, wie das in den Diktaturen der Fall war oder ist. Doch werden sich die Bürgerinnen und Bürger und mit ihnen die im Erziehungssektor Wirkenden und dafür Gewählten um Lösungen bemühen müssen, um der momentanen Erziehungs- und Sozialisationskrise beizukommen.

Die Jungen haben heute theoretisch einerseits eine Freiheit der Wahl unzähliger Möglichkeiten, die frühere Generationen nie gehabt hatten, andererseits verlieren sie bei den vielen realen oder durch die Massenme-

dien vorgegaukelten Möglichkeiten in ihrer weit verbreiteten Angst vor der Berufswahl oft die Orientierung und kommen in ihrem Zweifel betreffend ihren Selbstwert etwa auf Abwege und dabei nicht selten auf jene der Sucht und/oder Gewalt. Wir Psychotherapeuten, Psychoanalytiker zusammen mit den Pädagogen, Soziologen und vielen anderen Fachleuten, die sich mit den interhumanen Beziehungen und deren Verwicklungen befassen, sind dabei aufgefordert, nach Lösungen zu suchen, die besonders die an sich selbst zweifelnden Heranwachsenden, aber auch die vereinsamten Erwachsenen ansprechen sollen, damit sie den Weg aus ihrer Not heraus finden.

## Einsamkeit inmitten von Menschen

Als weiterer Faktor ist zu erwähnen, dass wir Menschen der Gegenwart immer mehr genötigt sind, mit anderen Menschen auf engem Raum zusammen zu leben, ohne dass wir mit der Mehrzahl eine Beziehung pflegen. Schon daraus geht hervor, dass wir inmitten von Menschen von Vereinsamung bedroht sind. Bei dem engen Zusammenwohnen ohne gegenseitige nähere Beziehung kommt es zwangsläufig auch zu Missverständnissen und Reibungen zwischen den verschiedenen Bewohnern und deren Normen.

## Gedanken zur Zukunft

Wenn die Jugend oft bezichtigt wird, dass sie nur das Vergnügen und den Lustgewinn suche und von der Verwerflichkeit und Gefährlichkeit des Drogenkonsums und der Gewaltbereitschaft gesprochen wird, so müssen wir uns vor Augen halten, dass, die Bestandenen in der Gesellschaft, oft nur wenig tun, um die jungen Menschen in eine stetig komplizierter werdenden Welt mit ihren manigfaltigen Partialnormen und der alles überdeckenden, oberflächlichen gesellschaftlichen Norm einzuführen. Alle, die dazu in der Lage sind, sollten sich indes anstrengen, an Lösungen der erwähnten Krisenphänomene in der Jugend und der übrigen Gesellschaft mitzuarbeiten. Im Folgenden sollten gewisse Schritte dazu erörtert werden:

1. Es bedarf gewisser Reformschritte in der Schule. So sollten die Schüler, der Schulstufe angepasst, je individuell Gelegenheit erhalten,

selbst mit an der Unterrichtsverantwortung teil zu haben, gewisse Themen zu bearbeiten und sie den Mitschülern darzulegen. Sie werden sich so nicht mehr nur als passiv Unterrichtete, sondern auch als aktiv am Wissenserwerb und der Wissensvermittlung Beteiligte in eine Verantwortung hinein entwickeln können. Damit wird es möglich, dass die Heranwachsenden den Lernstoff auch gruppenzentriert und nicht nur lehrerzentriert erwerben. Es wird Ihnen also ein begrenzter Wissensbereich zur Bearbeitung und zur Orientierung der Klasse übergeben. Der Lehrer wird nicht mehr immer sein Wissen allein den Schülern dozieren, sondern in Teilbereichen den Lehrstoff der Klasse, bzw. die Verantwortung für die Wissensvermittlung den Schülern übergeben und diesen beratend zur Verfügung stehen. Diese Art des Unterrichtes sollte sich nicht nur auf die Schulen im engeren Sinne beschränken, sondern auch die Hochschulen erfassen, was in den vergangenen Jahren allerdings meist schon realisiert worden ist. Mit den damit verbundenen studentischen Aufgaben werden die Betreffenden auch weniger in ein Gefühl des Nicht-gefordert-seins und der mangelnden menschlichen Verantwortung hineingeraten als mit dem dozentenorientierten System, in dem sie vorwiegend nur als Passive den Stoff vermittelt erhalten.

2. Da die Jugendlichen heute oft Aggressionen gegen die ihnen aufgelegten Normen entwickeln, wäre es notwendig, dass jede Schulklasse in durch psychologisch Geschulte moderierten Konfliktaustragungsstunden die Möglichkeit erhielten, ihre Ressentiments auszudrücken und dabei einerseits Verständnis und andererseits einen Ansprechpartner in einer Gruppe von aktiv Mitwirkenden Schülern (BATTEGAY 1979) erhielten.

3. Die in der Gegenwart festzustellende Neigung, von der Norm abweichendes Verhalten speziell von jungen Menschen als pathologisch oder gefährlich zu betrachten, scheint mir nicht nur allzu einfach, sondern auch kurzsichtig. Es wird dabei vergessen, dass in jedem menschlichen Individuum verschiedenartige Persönlichkeitsbereiche nebeneinander bestehen. Wenn wir uns darüber aufregen, dass immer wieder Gewalttätigkeiten in Fußballstadien zwischen den Anhängern der an einem Match beteiligten Vereine vorkommen, sollten wir aber auch an die angeblich ruhigen Bürger denken, die gewohnheitsmäßig sich ärgern und aggressiv äußern, wenn etwas geschieht, das sie nicht verstehen wollen. Ist es denn nicht so, dass die in ihrem sonstigen Leben oft sehr frustrierten Fans

einer Fußballmannschaft in ihrer Fantasie beinahe eine vollständige Fusion mit 'ihren' Spielern vollziehen, so dass sie bei einer Niederlage ihres Vereins extrem narzisstisch gekränkt sind und daher eine kaum zu bändigende Wut gegen die Sieger entwickeln. In diesem Zusammenhang erwähne ich den dänischen Philosophen Sören KIERKEGAARD, der in seiner Schrift 'Die Krankheit zum Tode' u. a. folgendes schreibt:

Ärgernis ist unglückliche Bewunderung. Es ist darum mit Missgunst verwandt, aber es ist eine Missgunst, die sich gegen einen selbst wendet, in noch strengem Sinn: am schlimmsten gegen einen selbst. Die natürliche Engherzigkeit des Menschen kann sich selbst nicht das Außerordentliche gönnen, das Gott ihm zugedacht hat; darum nimmt er Ärgernis. (1959, S. 70)

Wollen wir diesen Satz richtig verstehen, so müssen wir auch daran denken, dass gelegentlich die, welche gegen eine Gruppe von Menschen gewalttätig werden, auch bewundert werden, weil die Bürgerinnen und Bürger sich stets genötigt fühlen, sich in emotional bewegten Momenten Grenzen zu setzen. Vielleicht werden sich diese aber auch der Tatsache bewusst, dass in jedem Menschen nicht nur Sanftmut, sondern auch mehr oder weniger unterdrückte Gewaltmöglichkeiten wie auch noch manche andere, verhüllte dissozialen Persönlichkeitszüge stecken. Wäre es nicht auch angezeigt, in den an Gewalttätigkeiten Beteiligten Menschen zu erkennen versuchen, dass sie auch kreative Seiten in sich bergen? Könnten wir sie nicht viel besser auf besonnene Pfade bringen, wenn wir sie nicht von vornherein als zu Verabscheuende, sondern als vielschichtige Menschen erkannten, die gelegentlich von ihren Gefühlen gepackt werden und dann den Sinn für eine humane Ordnung verlieren. Wäre es nicht sinnvoll, die an gewalttätigen Auseinandersetzungen Beteiligten zu einer darauf folgenden Teilnahme an einer Veranstaltung zu verpflichten, in der einerseits das Menschliche in ihnen anerkannt würde, ihnen aber andererseits eingehend die Möglichkeit gezeigt würde, dass in gewissen gefährdenden Situationen die Gefahr des emotionalen Überbordens besteht, das Unheil mit sich bringen kann.

In diesem Zusammenhang sind die Ausführungen von Günter AMMON (1986) interessant, der in seinem Buch 'Der mehrdimensionale Mensch' zur Aggression unter anderem Folgendes festgestellt:

Gefährlich ist die Theorie, dass der Mensch mit einem Zerstörungstrieb behaftet ist und es deswegen immer wieder Kriege geben müsse. Dieser Mythos wird ersetzt durch ein Verständnis von Aggression als einem primären

konstruktiven Geschehen, das durch Umwelteinflüsse deformiert werden kann. Destruktive Aggressionsprozesse entstehen durch die Unterdrückung und Abwehr genuin konstruktiver Bedürfnisse nach Tätig sein und Identität. (S. 324-325)

In den USA wird dementsprechend das Wort 'aggressive' auch zur Charakterisierung von Menschen verwendet, die ihre Aufgaben und Pflichten initiativ anpacken.

4. Oft ist man versucht, auf sich selbst zurückgeworfene Menschen, die zu Sucht, Verbitterung und Gewaltausbrüchen neigen, entweder für kurze Zeit zu inhaftieren oder für längere Zeit auch gegen ihren Willen in eine psychiatrische Institution einzuweisen. Man erhofft sich davon, die Betroffenen aus ihrer Einsamkeit und den aus ihrer Einsamkeit oft hervorgehenden Widerstand gegen jede Intervention, auch gegen jegliche Therapie, zu 'überwinden'. Wie Donna ELMENDORF und Margaret PARISH (2004) aus dem Austen Riggs Center in Stockbridge (Mass., USA) die ein 'Therapeutic Community Program' betreiben, betonen, sind behandlungsbedürftige Menschen, oft trotz wiederholter medizinischer, psychopharmakologischer, psychotherapeutischer, kognitiver und verhaltenstherapeutischer Interventionen unfähig, ihre gestörten und störenden Zustände und Verhaltensweisen zu beherrschen und sich sozial anzupassen und zufrieden zu leben. Spitaleinweisungen fänden oft statt, wenn ihre Störungen nicht genügend verstanden und nicht in diadischen Beziehungen zwischen Therapeut und Patient aufgearbeitet werden könnten. Ist dies der Fall, so dehne sich dieses gestörte Verhalten auch auf andere Beziehungen aus.

Die Autoren betonen, dass die Betroffenen mit dem erwähnten Vorgehen in eine Abwehr gegen jegliche Therapie verfallen sowie fremd- und selbstgefährlich werden können. Das Konzept, das im Austen Riggs Center entwickelt worden sei, beruhe auf dem Glauben, dass die menschlichen Beziehungen eine zentrale Kraft der Veränderung seien, und hinter gestörten und störenden Verhaltensweisen Versuche steckten, Absichten zu kommunizieren, die darauf abzielten, als Verantwortliche für sich selbst und damit für ihre Behandlung zu gelten. Gewännen die Betroffenen den Eindruck, dass sie als solche angegangen würden, würde ihr Wandel in Richtung Sozialisation gefördert, weil sie nun den berechtigten Eindruck gewonnen hätten, als für ihr Leben und ihre Behandlung selbst Verantwortliche anerkannt zu werden. Der Kern des Behand-

lungsprogramms in dem erwähnten Zentrum sei einerseits die viermal wöchentlich stattfindende intensive individuelle psychodynamische Therapie und andererseits der Aufenthalt in einer offenen therapeutischen Gemeinschaft (therapeutic community), die eine soziale Umgebung schaffe, in welcher Patienten und Mitarbeiter in der Therapie gemeinsame soziale Standards vertreten. Dabei werden die diadischen Beziehungen zwischen Psychotherapeut und Patient, Psychopharmakologe und Patient, Psychotherapeut und Psychopharmakologe, Patient und Patient etc. wohl definiert.

Donna ELMENDORF und Margaret PARISH bemerken, dass die therapeutische Gemeinschaft weniger eine Behandlung für sich darstelle als eine Umgebung, in welcher Therapie sich ereigne, welche das therapeutische Bemühen verstärke und helfe, Symptome in Worte zu verwandeln. Für den behandlungsresistenten Patienten sei eine therapeutische Gemeinschaft auch deshalb essentiell, weil ein auf sich allein gestellter Therapeut das aggressive Verhalten eines Patienten oft als zu bedrohlich erlebe. Ohne therapeutische Gemeinschaft, welche sich mit den betreffenden Patienten zu identifizieren vermöge, würden diese sich wieder alleine als schuldig gestempelt fühlen, was ihren Widerstand gegen jegliche Therapie und die Gesellschaft verschlimmere.

5. Vereinsamte, welche in einen Widerstand gegen die Normen der Gesellschaft und in ihrer Wut und Verzweiflung in eine Sucht hinein geraten sind und/oder sich der Gewalt gegen die bürgerliche Ordnung und ihre Vertreter verschrieben haben, sind nicht von vornherein als Asoziale zu betrachten. Sie haben in der Regel auch das menschliche Bedürfnis, mit anderen zu kommunizieren und irgendwie auch, durch andere Zuwendung und Liebe zu erfahren. Selbst in der Haft, besonders aber in einer psychiatrischen Klinik, sollten sie, neben dem Ordnungsgebot auch menschliche Wärme erfahren. Es sind ja meist alle gegen Therapie 'resistente' und von Hass erfüllte Vereinsamte narzisstisch, d. h. in ihrem Selbst und Selbstwert, stark geschädigte Menschen. Meist wuchsen sie in lieblosen Milieus auf, in denen materiell prekäre Verhältnisse herrschten und kaum Chancen oder gar Fähigkeiten zum Erlernen eines sozial anerkannten Berufes wie auch zum Gebrauch eines Computers bestanden.

Dazu kommt, dass die Begegnungen mit Beamten von Sozialämtern oft entwürdigend verlaufen, weil diese meist überlastet sind und sie das ihnen

geklagte Elend nicht selten nicht mehr zu ertragen vermögen. Günter AMMON in seinem bereits erwähnte Buch 'Der mehrdimensionale Mensch' (S. 118) schreibt in diesem Zusammenhang von 'sozialenergetischer Auseinandersetzung', die ein Ernstnehmen des ganzen Menschen erfordere. Das sei etwas anderes, als konkret auf Worte und Verhaltensweisen zu reagieren. In der therapeutischen Auseinandersetzung sei es wichtig, dem Patienten deutlich zu machen, auf welche Art und Weise er selbst sich wiederholt unglücklich vereinsamt und isoliert mache. Dies immer mit der gebotenen Empathie zu tun, sei oft dadurch erschwert, dass der Patient aufgrund seiner unbewussten Dynamik den Therapeuten wütend auf sich mache, d. h. ihn dazu bringe, seine Wut zu tragen. Aufgrund seiner negativen lebensgeschichtlichen Erfahrungen, als er seine Aggressionen direkt äußerte, erwachsen ihm dann Ängste, seine Aggressionen direkt zu äußern, die gelegentlich aber auch zu abrupten Aggressionsausbrüchen führen können. Wenn der Therapeut die Wut des Patienten nicht annehme und er selbst mit Wut reagiere, sei der Kontakt zum Behandelten, zumindest vorübergehend, gestört.

Kommt es heute, wie bereits erwähnt, nach Fußballveranstaltungen oder auch bei politischen Kundgebungen besonders bei Jugendlichen oder gerade ins Erwachsenenalter Hineingekommenen zu Gewaltexzessen, so müssen wir berücksichtigen, dass in der Gegenwart, wie ich das in meinem Buch 'Narzissmus und Objektbeziehungen' (2008, S. 69-70) nachzuweisen versuchte, bei vielen jungen Menschen ein Mangel im Selbst und damit an Selbstvertrauen besteht. Das Überwiegen der Kleinfamilien in der Gegenwart und der mangelnde Halt, den früher eine Familie mit mehreren Kindern zu geben vermochte, und der häufig nur lose Kontakt mit der Großelterngeneration führen dazu, dass den Heranwachsenden jene Verwurzelung in familiären Großgruppen fehlt, die zumindest bis anfangs des 20. Jahrhunderts den Menschen eine Selbstsicherheit vermittelte.

Wenn heute angenommen wird, dass man den Gewaltszenen besonders der Jungen, aber auch entsprechender Erwachsener nur mit polizeilicher Gewalt und richterlichen Maßnahmen endgültig beikommen könne, verfällt man einem Irrtum. Vielen Menschen fehlt in der Gegenwart ein Netz von nahen, stützenden Beziehungen, so dass sie, um zu Kontakten mit Mitmenschen zu kommen, sich in ihrer Verzweiflung relativ oft in

Gewaltszenen einreihen, um wenigstens so auf andere Menschen zu stoßen. Es entsteht bei dieser Sachlage der Eindruck, dass die 'Normalbürger' diese Not, in der sich vor allem jugendliche Gewalttätige befinden, nicht erkennen wollen und deshalb nur Gegengewalt durch die Polizei und das Gesetz fordern. Dabei wird vergessen, dass, nachdem die Ordnungshüter ihre Arbeit verrichtet haben, die an diesen Gewaltausschreitungen Beteiligten Gelegenheit erhalten sollten, unter kundiger psychologischer Leitung ihre Enttäuschung und Wut eingehend auszudrücken und zu diskutieren. Die so revoltierenden Gruppen von Jungen erhielten auf diese Weise wenigstens Gelegenheit zu erkennen, dass man sie dennoch als Menschen und Mitmenschen beachtet und achtet.

## Schlussbetrachtungen

Die Jungen wachsen heute nicht mehr in der Selbstgewissheit auf, wie das in früheren Generationen zum Teil der Fall war. Ihr Zweifel an sich selbst macht sich einerseits oft in einem kompensatorischen Größenselbst bemerkbar. Andererseits lassen sie aber auch erkennen, dass ihr Selbst und Selbstvertrauen brüchig ist. An Massenveranstaltungen, wie z. B. an der Zürcher 'Street Parade', an der im Jahre 2009 ca. eine halbe Million Menschen teilnahmen, ließ das verbreitete Selbstdarstellungsbedürfnis erkennen, dass die Beteiligten sich psychophysisch darstellen und dabei eine Selbstbestätigung und Anerkennung durch die anderen erzwingen wollten. Auch damit ist hintergründig, manchmal aber auch sichtbar eine Gewalt verbunden, die u. a. zum Ziel hat, dass die Bürgerschaft der Stadt sie auch sehen mögen. Immerhin besteht bei dieser Art von Manifestationen weniger das Bedürfnis der Bürgerinnen und Bürger, diese zu unterdrücken.

Die Gewaltszenen nach den Fussballveranstaltungen mobilisieren demgegenüber bedeutend mehr Gewalt. Manchmal entsteht gar der Eindruck, dass nach einem Fußballmatch ein Krieg der Verlierenden gegen die Gewinner eintritt. Auf der einen Seite können bei diesen Fußballveranstaltungen Aggressionen spielerisch ausgelebt werden, andererseits hört das Spielerische bei Veranstaltungsende abrupt auf, so dass die aufgestaute Feindseligkeit nur noch in Gewalt zum Ausdruck kommt. Die jungen Fans müssten dabei nicht nur auf Gegengewalt der Ordnungshüter sto-

ßen, sondern, wie schon erwähnt, nach dem Gewaltausbruch unter psychologisch kundiger Leitung zu einer Diskussion an einem nahen Ort eingeladen werden, in der sie allmählich wahrnehmen lernten, dass die Mitglieder und Fans des gegnerischen Vereins auch Menschen mit ihren Schatten und Lichtseiten sind.

Mit Josef SHAKED (2003) muss allerdings festgestellt werden, dass in unserem Zeitalter des Internets Gewalttaten, Morde und Kriegsakte aus der ganzen Welt, kaum sind sie geschehen, über die ganze Erde verbreitet werden und die jungen Menschen auch in der westlichen Kultur etwa in Unsicherheit geraten, ob die gepredigte Mäßigung der spontanen Affekte wirklich einer ethischen Grundhaltung in diesem Teil der Welt entspricht. Wenn wir nach Gewaltausschreitungen junger Menschen in unserem Kulturkreis Besonnenheit als Ideal hinstellen, müssen wir sie zuerst von der wirklichen Gesprächsbereitschaft der Ordnungshüter, der Vertreter der Behörden und der sie ansprechenden Psychologen und Psychotherapeuten überzeugen.

Wollen wir gar in einer Großgruppe von 50 bis weit über hundert Beteiligten Gehör finden, müssen wir wissen, dass wir zuallererst ein Verständnis für Ressentiments und Wüte der Beteiligten aufbringen sollten. Eine solche unstrukturierte Großgruppe, selbst wenn sie nach psychoanalytischen Gesichtspunkten moderiert würde, wird sich nach meinen eigenen Erfahrungen mit Großgruppen anlässlich von Kongressen der Internationalen Gesellschaft für Gruppenpsychotherapie und Gruppenprozesse wie auch nach der Ansicht von SHAKED, gelegentlich, 'zwischen den beiden Polen von Chaos und Struktur' bewegen. Dabei überwiegen mit zunehmender Dauer einer solchen psychologisch-psychotherapeutisch orientierten Gruppe in der Regel die Ordnungstendenzen. Gleichzeitig nehmen meist die projektiven Tendenzen der Mitglieder ab, wobei parallel dazu die Einsichten wachsen, dass die eigene Mannschaft nicht nur stets Erfolge feiern kann, sondern gelegentlich Niederlagen einzustecken lernen muss, ohne dass damit eine Entehrung der Mitglieder, bzw. eine generelle Selbsterniedrigung verbunden sein muss.

## Zusammenfassung

Einerseits haben die Errungenschaften der modernen Technik dazu geführt, dass es dadurch möglich wurde, jeden Mitmenschen zu erreichen,

wo er sich auch immer aufhalten möge. Andererseits trägt diese Entwicklung dazu bei, dass sich der Homo sapiens, da Spontankontakte mit der menschlichen Umgebung auch dadurch abnehmen, sich stets einsamer fühlt. Da oft beide Eltern einer Berufsarbeit nachgehen und damit meist der gemeinsame Mittagstisch mit den Kindern wegfällt, befinden sich die Heranwachsenden nach dem Schulunterricht in einem häufig wenig persönlichen und/oder bergenden Rahmen. Auch sind sie abends mit von der Arbeit ermüdeten Eltern konfrontiert, die ihre innere Leere nicht selten süchtig mit dem Fernsehen oder mit ihm gefühlsmäßig packenden Themen auf dem Internet zu füllen versuchen. Die Folge für die Heranwachsenden ist, dass sie nirgends mehr ihre Emotionen und Problemen anzubringen vermögen und dadurch etwa in eine verzweifelte Lage geraten, die sie nicht selten mit Hilfe von Suchtmitteln oder aber mit süchtig betriebenen Bestätigungen zu vertreiben versuchen. Gelegentlich erhoffen sie sich eine Verstärkerwirkung auf die sonst zu erstarren drohenden Gefühle durch eine Gruppe von Jugendlichen zu erreichen, die auch die Gefahr mit sich bringt, dass sie süchtig an ihnen Begegnenden Gewalt auszuüben trachten, vielleicht nicht zuletzt auch, um das Phänomen Mensch besser kennen zu lernen.

Die Möglichkeiten der Psychotherapie, vor allem der psychoanalytischen und gruppenpsychotherapeutischen Methoden in der Behandlung von Einsamkeit- und Verlassenheitsgefühlen, wie auch die oft damit einhergehende süchtige Suche nach Illusionen fördernden Drogen und/oder nach aggressivem Gebaren gegenüber vorwiegend jungen oder alten Menschen wird eingehend erörtert (AMMON<sup>1</sup> 1980; BATTEGAY 2008; Barbara STECK 2007).

## Loneliness, Addiction, and Violence as Problems of Single People and Society

Raymond Battegay (Basel)

On the one hand, the achievements of modern technology have made it possible to reach each man, woman, and child wherever they may be on the planet. On the other hand, this development has contributed to spontaneous interhuman contacts. Modern human beings do not like being

evaluated only by the way they have adapted to standardized techniques, a social network and state norms. Rather, they like to be respected by society based on how they live and interact with their individual personalities, their individual emotional communication styles and attitudes concerning immaterial, cultural, philosophical, religious, and professional values.

The modern development toward a society of norms frustrates especially children and adolescents, who would like to be accepted with (or despite) their spontaneity. The fact that today frequently both parents work and in consequence are often unable to be with their children contributes to frustration and a feeling of loneliness or even despair among young people. The increasing number of divorces or separations of marriages or partnerships increases the danger that children remain in a situation in which they do not receive enough love and attention. These conditions may lead to their feeling abandoned and to aggressions against their parents and, as a product of transference, against their teachers and other adults as well representatives of public life. Society, police and the mass media react to such aggressive behaviour, especially when it occurs in large groups, with repressive countermeasures, punishment or even incarceration. It is, therefore, not astonishing that many young people, together with others in the same predicament, often seek help by turning to addictive drugs and acting-out of their aggressions in violent behaviour.

Parallel to this lack of a foothold in the family, the ethic-moral principles in society in general—in a world that is always seeking the expansion of pleasure—no longer represent something desirable. Young people, therefore, often no longer follow some higher or religious ideal, but even as relatively young people often drift off in a direction that leads them to live out their sexual and other drives without limitations.

An important factor that may be particularly devastating to youths who early on learn destructive behaviour through the media is that scenes of violence viewed on television or the Internet may in fact encourage them to use force themselves for obtaining what they want. Persons responsive to such influences are often those with a borderline personality disorder who split people they meet into either good or bad. The good ones for them are, for example, the fans of their own football club, the bad ones

those of another club, in whom they see—in projective identification of their own aggressions—their enemies. The repetitive participation in such scenarios may become addictive. In these groups they generally fail to find the help they may have expected for their loneliness. At best they stop their behaviour when they enter a borderline situation in which their life is in danger or in which they fear being sent to prison.

The widespread phenomenon of loneliness, addiction, and violence in Western societies may also have increased because the middle class, with its mitigating capacity, is shrinking ever more and poverty among the general population is on the increase. Also, people who in former times would have found a job in some auxiliary position often cannot find one in our modern, computer-dominated society. They feel abandoned by society and frequently develop a rage against those who have reached higher social positions and against society as a whole.

The increasing number of elderly persons and the lower birthrate in modern society have also contributed to a greater distance between the generations and to a higher aggressivity toward seniors. The fact that many people today have to live very near to others is a situation that produces misunderstandings and friction among the different parties.

The following steps could help mitigate the problems mentioned:

1. Students of all ages should participate more than is presently the case in assuming age-adapted responsibility for teaching. By this measure they would no longer only be taught passively, but participate actively at the attainment of knowledge. At the university level this step has mostly been realized, but in the schools it is not yet the case. Children and youths can learn to assume a certain responsibility for their education and thus no longer have the feeling of being passive in the school.

2. Since today's students often develop aggressions against the norms represented by their teachers, each school class should receive regularly special psychological training for working through conflicts, speaking about their resentments and getting attention from others.

3. The fans of a football club undergo in their fantasy a fusion with 'their' players. If 'their' club is defeated, they are narcissistically injured and can develop a rage toward the victors. When that happens, it would be best to enlist them to take part in a meeting where, under psychological guidance, they would experience that they are respected

with their emotions, but that in such emotionally loaded situations the loss of control over their aggressions may lead to irresponsible acts.

Günter AMMON, in his book 'Der mehrdimensionale Mensch' [The Multidimensional Human Being], formulates the following concerning aggression:

The theory that human beings are possessed by a destructive drive and for that reason wars occur again and again is a dangerous one. That myth, however, is replaced by one that sees aggression as a primarily constructive event that can be changed by environmental influences. Destructive processes of aggression develop through the suppression of and defence against constructive needs for activity and identity. (1968)

4. People who live an isolated life and develop a tendency toward bitterness, addiction and violence may eventually be incarcerated for a short time or sent to a psychiatric institution. Donna ELMENDORF and Margaret PARISH (2007) of the Austen Riggs Center in Stockbridge, Mass., USA, see in human relations the central power for change within the treatment of formerly untreatable patients. The authors emphasize that if these patients gain the impression that they are being viewed as responsible individuals, they begin to change toward better socialisation. They accept individual therapy and can be integrated into a therapeutic community.

5. Whenever one thinks that it is proper to act against violence using police force and law-enforcement measures, this is most certainly an error. Many people, especially young people, lack a network of close, supportive relationships. To obtain contact with others, in their despair they participate in violence, to have at least this type of relationship with other people. It seems that this fact is not being registered (or not enough) by the authorities. In all such cases of collective youth violence it would be best to collect them in a hall and under psychotherapeutic assistance discuss their problems with them. Only then can they recognize that they are being respected as human beings.

6. Young people today generally don't grow up with a solid feeling of self-esteem. Their doubt concerning themselves often results in their developing a compensatory grandiose self by which they like to see themselves as very important persons, although others recognize that their self and their self-confidence are fragile indeed. As mentioned above, such persons occasionally commit violent acts. Mass events such as 'street parades', at which up to half a million people participate, may

go down relatively peacefully, because everyone, even youths, behave in the desired manner; and they can in their fantasy even enter with others in a fusional relationship and get the impression that they have great power. At political demonstrations, however, especially young persons who feel they are not receiving enough respect are prone to try to gain attention through violent behaviour. And if they are only forced by the police to stop their aggressive behaviour, this does not serve to prevent further violence in similar occasions. Here too, these people should afterwards be called together and have the opportunity to discuss their problems in several sessions with psychologically trained people and thus receive some insight into their acting-out.

### *Literatur*

- Ammon, G. (1986): Der mehrdimensionale Mensch. München: Pöhl.
- Battegay, R. (1966): Die Gruppe als Ort des Haltes in der Behandlung Süchtiger. *Praxis der Psychotherapie* 11:31-41.
- Battegay, R. (1979): Der Mensch in der Gruppe. Bd. 3: Gruppendynamik und Gruppenpsychotherapie. Bern, Stuttgart, Wien: Huber.
- Battegay, R. (2008): Narzissmus und Objektbeziehungen. Über das Selbst zum Objekt. Bern: Huber.
- Elmendorf, D.; Patrish, M. (2007): A View From Riggs: Treatment Resistance and Patient Authority-V. Silencing the Messenger: The Social Dimensions of Treatment Resistance. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry* 35:375-392.
- Guex, B. (1983): Le syndrome d'abandon. Paris: Presses Universitaires de France. [Deutsch: Verlassenheitssyndrom. (1982) Bern: Huber.]
- Kierkegaard, S. (1959): Die Krankheit zum Tode (übersetzt von Walter Rest). Frankfurt a. M.: Fischer. [orig.: Sygdommen til Døden (1849)]
- Klein, M. (1962): Notes on Some Schizoid Mechanisms. *Int. J. Psycho-Anal.* 27:99 –110.
- Shaked, J. (2003): Großgruppe, Massenpsychologie und Gewalt. *Gruppenpsychologie Gruppendynamik* 39:4-21.
- Steck, B. (2007): Adoption – ein lebenslanger Prozess. Basel, Freiburg, Paris: Karger.
- Winnicott, D. (1990): Der Anfang ist unsere Heimat. Stuttgart: Klett-Cotta. [zit. n. →Steck (2007)]
- Prof. Dr. med., emeritierter Ordinarius für Psychiatrie an der Universität Basel und ehemaliger Chefarzt der Psychiatrischen Universitätspoliklinik am Kantonsspital Basel.
- Privatpraxis: Delsbergerallee 65 • 4053 Basel • Schweiz

# The Relevance of Group Dynamics for Dynamic Psychiatric Treatment

Ilse Burbiel (München)

The group dynamic view of human development in the individual as well as in groups is one of the central postulates of Günter Ammon's Dynamic Psychiatry. According to this view, humans, from birth on, experiences a number of conscious and unconscious contacts, expectations, desires, conflicts and controversies in different groups, which essentially form the psychic and bodily dimensions of his identity. In particular he is formed by internalized group dynamic experiences made in groups of his early childhood. It is these experiences, which are responsible for the developmental processes he makes later in his life; whether it is a more sick or a more sound development. This group dynamic understanding is very important for treatment.

Keywords: internalized group dynamic experiences, social energetic networks, human development, principles of group dynamic work

Kurt LEWIN, who, in 1939, for the first time used the term 'group dynamics' in his article 'Experiments in Social Space', is seen as a forerunner and the original founder of group dynamics. The field theory developed by him is a gestalt theoretical concept, where individual and environment form an independent, indissoluble connection of a system in which the condition of each part is dependent on every other part.

In this context we should also mention Jacob Levi MORENO with his psycho- and socio-dramatic approach and the sociometry, which as well as Kurt LEWIN, created important conditions for the research of group dynamics.

## The Extension of the Group Dynamic Science Through the Psychoanalytic Dimension

Between group dynamics and psychoanalysis there had always been connections. Kurt LEWIN already would have liked to explain "the subjective perception of the living space through an individual with the aid of the psychoanalytical theory." (FLIEDL, KRAFFT-EBING 1999, p. 35)

---

Vortrag gehalten auf dem World Congress of the World Association of Social Psychiatry, 2007 in Prag, 21.-24.10.2007.

Since then, various scientists and psychoanalysts have connected both fields in every conceivable way. Particularly to name is here Trigan BURROW (1926) who transformed the psychoanalytic single therapy into a group therapy, because he saw the real reason for the suffering of a neurotic person in his/her isolation from society and not in neurosis itself.

It is interesting that Burrow was very suspicious of the single-therapy.

The societal human being has not to be looked at in isolation but must be observed adequately within the group, otherwise the organic integrity of man as a member of the human race will be destroyed. [... We would as well] destroy the integrity of a flower's organism, if we dissected its leaves and tried to examine them without the structural continuity as a whole. (BURROW 1926, pp. 211-212)

W. BION's 'Analysis of the process of minimally structured groups', with the three ideal-typical basic principles of dependency, fight-or-flight response, and pair-formation, had a lasting influence not only on analytical group dynamics and the work with groups but also on non-analytical approaches.

In addition, there are numerous other concepts which connect the psychoanalytical concepts with the group dynamic or field-theoretical ones, for instance STOCK-WHITAKER's and LIEBERMAN's (1965) 'group focal conflict', EZRIEL's (1950) concept of 'group tension', YALOM's (1974) concept of 'relation disorders', the Göttinger model of 'group levels' by HEIGL-EVERS and HEIGL (1971) as well as the mainly Austrian kind of dynamic group psychotherapy. (s. MAJCE-EGGER 1999)

Another advocate of an integrative view of the individual and group was the psychiatrist and psychoanalyst Günter AMMON whose group dynamic/social energetic concept I would like to introduce here.

## The Group as an Integrating Space for the Development of Human Identity

In AMMON's Dynamic Psychiatry, the group is always analysed and assessed with regard to the development and change of a person's identity which is inseparably connected to an interpersonal network of other persons. "The person develops his/her identity within the group. The group context integrates the person, and the identity differentiates the person outside of the group." (AMMON 1982a, p. 38). With that Dynamic Psy-

chiatry emphasizes the inseparability of person and relationship, of identity and group and therefore also of identity and society with its multitude of groups communicating with each other.

Everything that a human being represents, in every area of his life or his identity he has achieved through the group, through experienced encounters with others during his/her development.

To have stated this we do not consider every form of group and group experience as conducive to development and identity of a person.

A person can become healthy in groups, but also become ill in groups, her/his identity can unfold constructively but also be hindered or formed destructively. The quality of interpersonal contacts and group dynamic areas on a gliding spectrum can be constructive (that means conducive to contact and development), destructive (that means the destruction of contact and arresting development), and deficient (that means without contact and without development), and is equivalent to the quality of the identity development on the spectrum between healthy and ill.

An example for a destructive group could be a bureaucratic group paralyzed by over-institutionalisation which uses all forces of its members in order to prevent that something constructive happens. Deficient groups are groups with a lack of identity which often appear invisible and passively adapted towards outside. (s. AMMON 1973, p. 515)

Thus it is not important to analyse how a group is functioning outwardly, the main emphasis is put on the identity development of both, the individual within the group and the group as a whole. A destructive group is easily able to act outwardly but its members have no possibility of continuous development.

Another element of the concept of group is the unconscious in its meaning for the group process and, vice versa, the meaning of the group for the unconscious. In each group situation, unconscious processes come into force which are articulated in a person's behaviour, in synergetic connection with the consciousness. "The unconscious means the human potential, which only through the social energy of an environmental group can take shape." (AMMON, GRIEPENSTROH, HARLANDER 1982a, p. 37)

To unfold the creative potential of the unconscious through the group is the aim of a continuing identity development.

## Group characteristics

To describe groups, we can use the following characteristics: group structure, group dynamics, group process, group function, group energy. (s. BURBIEL, BOTT, FINKE 1982, pp. 532-537).

In 1981 'social energy' has been formulated as an energetic explanatory model for dynamics, "Social energy means life energy and develops always in a social environment, i. e. the dynamics of environmental groups." (s. AMMON, AMMON, GRIEPENSTROH 1981, p. 7)

Social energy is the psychic energy created through interpersonal contacts. Social energy is the power which mobilizes and supports structure, dynamics, and the process of identity and group.

With the concept of social energy AMMON explained for the first time the force which acts as a mediator for the individual, the group, and the society. (s. AMMON 1982b, p. 4).

## The Structural-Dynamic-Social-Energetic Field Theory and Its Importance for a Model of Development for Identity

According to the above formulated group dynamic, social energetic review, humans, from birth on, experiences a number of conscious and unconscious interpersonal experiences in different groups, which holistically form the biological, psychological, social, cultural, and spiritual dimensions of his identity up to developmental processes in the brain (AMMON 1982b). The individual internalises the structure and the energetic quality of experienced group dynamic processes going along with social energetic networks and fields. The quality of interpersonal contacts and group dynamic, social energetic fields determines the quality of identity development on a gliding spectrum between healthy and ill with the determinants: Constructive, i.e. supporting contact and development, destructive, i. e. destroying contact and so hindering development and deficient, i. e. without contact and so without development.

Internalized are not only objects and their characteristics but in a structural way (the whole network of relations of objects) group dynamically connected with each other (as a group dynamic field), the group dynamic processes between the objects as well as the social-energetic quality of this field. Social energy as an expression of identity is structured energy

which constructs and differentiates psychic structures within the individual. In this sense a psycho-dynamic formulation of personality is always a group dynamic one. In our view psycho-dynamics and group dynamics can not be separated from each other.

## The Relevance of Group Dynamics for Dynamic Psychiatric Treatment

If a person can become ill within groups he/she will as well recover within groups. The therapeutic agent for this are the 'emotional correcting' (FRANZ ALEXANDER 1930) inter-human experiences in the sense to repair and develop the structure of the earlier neglected identity. The internalized group dynamics are acted out in the group therapies, in the sense of the often described pathology of compulsive repetition, until they can be modified through new group experiences. The patients are then able to give up their internalised group dynamic position of the primary family with the mostly unconscious ascribed role expectation as for instance to be the redeemer, integrator, mother or the partner of one parent. They will be able to overcome group dynamic traumata and losses, transferred by generations, and devote themselves to new tasks in life. In therapeutic groups the patient can 're-build' structural deficits by compensating social-energetic experiences, solve arrested developments, activate potentials which have not been used, extend his personality and differentiate himself structurally. The matter is to help a person or a group to become open again for development and processes of change. For this purpose Dynamic Psychiatry has integrated the group dynamic social energetic working into its so called identity therapy and uses a range of verbal and nonverbal therapy methods as for instance milieu-therapy, group psychotherapy, dance, theatre, music, art, and horseback-riding therapy, both in inpatient and outpatient dynamic psychiatric treatment settings.

## Principles of Group Dynamic Working in Group Psychotherapies

1. Working with transference, counter-transference, resistance, and the unconscious as phenomena of groups is central for analytic group dynamic processes.

Further essential principles of group dynamic work are (s. AMMON 1973; AMMON 1979, p. 169):

2. The (selection) of the members and the composition of the group are of critical importance for the group process. In principle the proportion of constructive developed identities should predominate to facilitate a health promoting, social-energetic milieu within the group.
3. To make both the processes of differentiation as well as the one of integration possible, the group should be composed as homogeneous as necessary and as heterogeneous as possible selecting its members with regard to gender, age, proportion of illness, and health, skin color, hobbies, and field of interests, sympathies, socio-cultural aspects, and so on. Every member of the group should at least find one person as a mirror for him/her.
4. In the beginning phase it is essential first to build supportable therapeutic relationships between therapist and patients as well as patients with each other or respectively the construction of a sustainable social-energetic field within the group, where
5. The therapist as a 'central person' (REDL 1971) has great importance for the development of the group process.
6. Especially in the beginning but later always again the debate is about the boundaries of the group.
7. The social energetic exchange among the group members regulated by the therapist and later also by the whole group.
8. The encouragement of direct contact with the therapist and between patients with as little as possible transference interpretation.
9. The establishment of emotional correcting group dynamic experiences.
10. The mutual take-over of supporting Ego- functions, with which the group members could then identify themselves.
11. Working within the 'here and now' of the groupdynamics.
12. Focussing of all group dynamic processes under the aspect of identity.
13. The work with the destructive and deficient aggression is the precondition to free the arrested development of the patient.
14. Work with the healthy parts of identity. The alliance with those parts allows to make the feelings bound in the symptom accessible for a working through.
15. Work not directly with the symptom but with the underlying fear of abandonment and for identity.

16. Work with the reflection processes within the group.
17. To include the weakest member into the protection of the group through the commitment of the therapist directing the aggression towards him/herself.
18. Consideration of and working with transference processes focussed on the whole institution and its leader
19. Consideration of the whole large group and the whole milieu of a group's surroundings.

### Dynamic Psychiatric Hospital Mengerschwaige, Munich

For example, our dynamic psychiatric hospital Mengerschwaige in Munich with all the people living and working there, over all 60 patients and about 40 co-workers (including kitchen and administration staff), and with its multitude of therapeutic methods is conceived as a multidimensional, group dynamically structured space for development, in which, in co-existing processes, a multitude of unconscious and conscious group dynamics develop and are combined into the dynamics of one whole group. In order to make the building of structure and the regulative, integrative, and energetic processes of a repairing identity development possible, the developmental space has, both in a structural and dynamical view, to be established as constructively and multi-dimensionally differentiated as possible and has to be flexibly demarcated from the inside of the hospital as well as from outside, i. e. from the environment and the community. The space has further to be integrated into a whole system with its variety of structure elements.

Such elements of structuring are for instance the different therapeutic methods.

The clinical director and his leading team are daily challenged to orientate the group dynamics direction towards a social energetic field which is relevant for change and emotionally correcting for our patients. At the same time the structuring of the large group and the team, that means the composition of these groups has to be considered as well as the openings and closings of boundaries of the hospital system towards the outside and inside, that means to regulate the exchange between hospital and its social, cultural, political, and scientific surrounding.

(Translation by Franziska von Wendland)

## Zusammenfassung

Nach einem Überblick über die Vorläufer gruppodynamischen Denkens und früher Ansätze einer Verbindung von Gruppendynamik und Psychoanalyse wird beispielhaft für diese Perspektive ausführlicher in das Denken der Dynamischen Psychiatrie Günter AMMONS eingeführt. In diesem wurde die Integration beider Betrachtungsweisen für einen Behandlungsansatz nachholender Identitätstherapie systematisch fruchtbar gemacht. Die Integration des Individuums in die Gruppe und dessen Differenzierung aus der Gruppe verdeutlicht die Untrennbarkeit von Person und Beziehungsgeschehen, als eine auch im Unbewussten verortete Erfahrungsmatrix. Die Qualität des interpersonellen Geschehens lässt sich dabei unter dem Aspekt der Identitätsentwicklung als konstruktiv, destruktiv oder defizitär beschreiben. Mit dem Begriff der Sozialenergie wird die psychische Energie benannt, die im Kontakt entsteht, ausgetauscht und als Persönlichkeitsstruktur internalisiert wird. Insofern ist eine psychodynamische Formulierung von Persönlichkeit immer auch eine gruppodynamische. In der Dynamischen Psychiatrie ist die Berücksichtigung der Gruppendynamik bedeutsam, da Menschen in Gruppen erkranken, aber auch gesunden können. Hierbei ist das Konzept der wiedergutmachenden Erfahrung von Franz ALEXANDER insofern von Bedeutung, als in Gruppen die früher vernachlässigte Identität durch den Zweischnitt von Wiederholen und Wiedergutmachen eine Nachentwicklung erfahren kann und unbewusste Rollenzuschreibungen und gruppodynamische Traumatisierungen überwunden werden können.

Die Prinzipien des gruppodynamischen Arbeitens nach AMMON (1979, S. 169) in der analytischen Gruppenpsychotherapie lassen sich in 19 Kernsätzen zusammenfassen:

1. Arbeiten mit Übertragung, Gegenübertragung, Widerstand und dem Gruppenunbewussten ist zentral für einen analytisch gruppodynamischen Prozess.
2. Die Auswahl der Mitglieder und die Zusammensetzung der Gruppe sind entscheidend für den Gruppenprozess. Konstruktiv entwickelte Identitätsanteile sollten überwiegen, um ein gesundheitsförderndes sozialenergetisches Milieu in der Gruppe zu schaffen.
3. Um sowohl Prozesse der Differenzierung als auch der Integration zu ermöglichen, sollte die Gruppe so homogen wie nötig als auch so he-

terogen wie möglich zusammengesetzt sein hinsichtlich der Merkmale von Geschlecht und Alter, dem Verhältnis von gesunden und kranken Anteilen, Ethnie, Hobbies und Interessensgebieten, soziokulturellen Aspekten u.s.w. Jedes Gruppenmitglied sollte zumindest ein Gegenüber haben, das ihn spiegelt.

4. In der Anfangsphase muss zunächst ein tragendes therapeutisches Bündnis zwischen Therapeut und Patienten sowie den Patienten untereinander geschaffen werden, also ein tragfähiges sozialenergetisches Feld geschaffen werden.
5. Der Therapeut hat als zentrale Figur größte Wichtigkeit für die Entwicklung des Gruppenprozesses.
6. Besonders in der Anfangsphase aber auch später immer wiederkehrend ist die Auseinandersetzung (mit dem Therapeuten) um die Gruppengrenzen entscheidend.
7. Der sozialenergetische Austausch unter den Gruppenmitgliedern wird durch den Therapeuten reguliert, später auch durch die gesamte Gruppe selbst.
8. Es sollte direkter Kontakt mit dem Therapeuten und unter den Patienten mit so wenig wie möglich Übertragungsdeutung gefördert werden.
9. In der Gruppe sollten emotional korrigierende gruppendynamische Erfahrungen etabliert werden.
10. Die Mitglieder sollen wechselseitig Hilfs-Ich-Funktionen füreinander übernehmen und sich im Verlauf selbst damit identifizieren.
11. Es soll im Hier-und-Jetzt der aktuellen Gruppendynamik gearbeitet werden.
12. Alle gruppendynamischen Prozesse sind im Hinblick auf die Identität zu betrachten.
13. Die Arbeit mit der destruktiven und der defizitären Aggression ist die Voraussetzung die arretierte Entwicklung der Patienten wieder in Gang zu bringen.
14. Es muss mit den gesunden Identitätsanteilen gearbeitet werden. Eine Verbündung mit diesen erlaubt ein Durcharbeiten der Gefühle, die in den Symptomen gebunden sind.
15. Es soll nicht direkt mit dem Symptom gearbeitet werden, sondern mit der zugrunde liegenden Verlassenheits- und Identitätsangst.
16. Es wird mit den Widerspiegelungsprozessen in der Gruppe gearbeitet.
17. Um das schwächste Gruppenmitglied im Schutz der Gruppe zu hal-

- ten, muss der Therapeut die Aggression auf sich ziehen.
18. Übertragungsphänomene auf die gesamte Institution und ihre Leiter müssen berücksichtigt und bearbeitet werden, z. B. in einer Klinik.
  19. Die umgebende Großgruppe und das gesamte soziale Milieu in das die Gruppe eingebettet ist, sind zu beachten.

### Literatur

- Alexander, F. (1930): The Neurotic Character. *Int. J. Psychoanal.* 11: 292-311.
- Ammon, G. (1973): Was macht eine Gruppe zur Gruppe? *Wissenschaft u Praxis in Kirche u Gesellschaft* 62:511-519.
- Ammon, G. (1979): Gruppendynamisches Prinzip; S. 160-187. In: G. Ammon (Hg)(1979): Hdb Dynam Psychiatrie; Bd. 1. München: Reinhardt.
- Ammon, G. (Hg)(1982): Hdb Dynam. Psychiatrie. Bd. 2. München: Reinhardt.
- Ammon, G. (1982a): Methodenintegration aus der Sicht der Dynamischen Psychiatrie; S. 25-48. In: →Ammon (1982).
- Ammon, G. (1982b): Das sozialenergetische Prinzip in der Dynamischen Psychiatrie; S. 4-25. In: →Ammon (1982).
- Ammon, Günter; Ammon, Gisela; Griepenstroh, D. (1981): Das Prinzip von Sozialenergie – gleitendes Spektrum und Regulation. *Dyn. Psychiat.* 14:1-15.
- Bion, W. (1961): *Experiences in Groups*. London: Tavistock.
- Burbiel, I.; Bott, Ch.; Finke, G. (1982): Wissenschaftstheoretische Grundlagen und Forschungsmethodik der Dynamischen Psychiatrie; S. 531-573. In: →Ammon (1982).
- Burrow, T. (1926) Die Gruppenmethode der Psychoanalyse. *Imago* 12:211-222.
- Ezriel, H. (1950): A psychoanalytic approach to group treatment. *Brit J Med Psychology* 23:59-74.
- Fliedl, R.; Krafft-Ebing, I. (1999): Tiefenpsychologische Wurzeln und Aspekte der Methode. Psychoanalytische Tradition; S 35-57. In: →Majce-Egger (Hg)(1999).
- Heigl-Evers, A.; Heigl, F. (1971): Gruppentherapie. *Gruppenpsychoth. u Gruppendynamik* 7:132-157.
- Lewin, K. (1939): Experiments in Social Space. *Havard Educational Review* 1(9):21-32.
- Majce-Egger, M. (Hg)(1999): Gruppentherapie und Gruppendynamik. Dynamische Gruppenpsychotherapie. Wien: Facultas.
- Redl, F. (1971): Gruppenemotion und Führerschaft; S. 23-37. In: R. Fatke (Hg): Erziehung schwieriger Kinder. München: Piper.
- Stock-Whitaker, D.; Lieberman, A. (1965): Psychotherapy through the group process. London: Tavistock.
- Yalom, I. D. (1974): Gruppenspsychotherapie. Grundlagen und Methoden. München: Kindler.

# Gruppengröße und Identitätsentwicklung

## Erfahrungen aus den therapeutischen Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie

Stefanie Zodl, Dorothea Richartz, Saskia Heyden (München)

The authors present a section of the work in living communities of Dynamic Psychiatry. The theoretical conception of the dynamic psychiatry by Günter AMMON is related to the psychoanalytical group concept of Patrick DE MARÉ. It is explained how the group dynamic work with different group sizes means different handling by the leaders and how the group size effects the residents and the groups' identity development. The daily work with the different groups is being illustrated and the outcomes of a residents' survey are also being presented. Finally we emphasize the meaning of our work with groups consisting of more than twelve residents.

Keywords: aggression, belonging, dialogue, group dynamics, groupsizes, identity development

Am 1.8.2008 trat das vom bayerischen Sozialministerium neu verabschiedete Heimgesetz, genannt Pflege- und Wohnqualitätsgesetz, in Kraft. Ziel dieses Gesetzes ist, einen besseren Schutz und entsprechend mehr Transparenz in der Pflege für Heimbewohner zu schaffen, d. h. vor allem mehr Handhabe und Kontrollmöglichkeiten bei Verstößen gegen das Heimgesetz zu gewährleisten. Anliegen war auch, den gesamten ambulanten Bereich in diesem Gesetz zu erfassen. Daher wurde geprüft, inwieweit das Heimgesetz für therapeutische Wohngemeinschaften seine Anwendung findet bzw. wo die Grenze der Zuständigkeit liegt.

Zur Erleichterung aller Träger und Dank des Einsatzes der freien Wohlfahrtsverbände fallen ambulant Betreute Wohngruppen für seelisch behinderte Menschen nun doch nicht unter das neue Gesetz, vorausgesetzt es werden bestimmte Kriterien erfüllt, dies sind vor allem: Selbstbestimmung, in der Lage sich selbst zu versorgen, nicht rund um die Uhr auf Betreuung angewiesen; und es sollten „nicht mehr als zwölf pflege- oder betreuungsbedürftige Personen in der ambulant betreuten Wohngemeinschaft wohnen“ (Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen 2008, S. 2)

Anlässlich dieser formalen Eingrenzung haben wir uns nun besonders

mit den Gruppengrößen unserer Wohngemeinschaften auseinandergesetzt, da die TWG in Grünwald die Richtzahl von zwölf Bewohnern überschreitet, was sie zu einer stationären Einrichtung machen würde, die sich den Bedingungen des Heimgesetzes anpassen müsste. Dies hieße vor allem:

- a. rund um die Uhr Anwesenheit von Betreuern,
- b. Einhaltung von strengen Hygienevorschriften.

Jährliche unangekündigte Heimaufsichtsbesuche, die die Privatsphäre des Wohnumfeldes der Bewohner verletzen.

Die Formulierung 'in der Regel nicht mehr als zwölf Bewohner' legt nahe, dass hier Ausnahmen möglich sind, zumal die TWG Grünwald alle anderen Kriterien einer ambulanten Wohngruppe erfüllt.

Die Zahl zwölf scheint willkürlich gesetzt. Es fallen uns dazu die zwölf Apostel oder auch das Märchen Dornröschen ein: die 13. Fee, für die kein Platz vorhanden ist, bringt aus narzisstischer Kränkung Unglück über das Königshaus. Die Begrenzung der Gruppengröße dürfte mehr mit der Angst vor der Unkontrollierbarkeit großer Gruppen (vgl. SCHMIDTS 1999) zusammenhängen als mit einer inhaltlich fundierten und sinnvollen Obergrenze.

Die therapeutischen Wohngemeinschaften sind integraler Bestandteil der Behandlungskette der Dynamischen Psychiatrie (vgl. M. AMMON 1997; REITZ 1994; REITZ, HESSEL 2006). Eine Gruppe lässt sich verstehen als 'primäre und grundlegende Einheit aller menschlichen Lebensprozesse' und 'Nährboden für die Entwicklung ihrer Mitglieder' (AMMON 2003, S. 63). Die soziale Orientierung des Menschen ist also angeboren. Identitätsentwicklung findet hauptsächlich in Gruppen statt. (AMMON 2003; vgl. DALAL 2004) Auf den Prozess der Identitätsentwicklung in den therapeutischen Wohngemeinschaften ist SPLETE (2006) genauer eingegangen. Wir beschränken uns in unserem Beitrag auf die unterschiedlichen Möglichkeiten der Entwicklung im Hinblick auf die Gruppengröße.

In diesem Zusammenhang haben wir uns auch mit Konzepten und Arbeitsweisen von Wohngemeinschaften anderer Träger befasst. Diese arbeiten auch mit Gruppen, nutzen aber nach unserer Einschätzung nicht die Gruppendynamik. Häufig wird nach sozial- oder verhaltenstherapeutischen Ansätzen gearbeitet. Neben der Einzelarbeit werden Gruppen an-

geboten, die die Bewohner fördern (wie z. B. Ergotherapie, Soziotherapie, Entspannungstherapie, 'awareness'). Es werden freizeitpädagogische Maßnahmen und Trainingsgruppen zum Erlernen und Einüben von Haushaltstätigkeiten angeboten. Auch Sitzungen der Bewohner finden regelmäßig statt, diese sind aber eher sozialtherapeutisch orientiert und werden i.d.R. von Sozialpädagogen geleitet. Es geht dort schwerpunktmäßig um gemeinsame Unternehmungen, Organisatorisches (Putzpläne, Aktivitäten u. ä.) und es sollen soziale Kompetenzen im weiteren Sinne vermittelt und eingeübt werden. In den Gruppensitzungen wird mit den einzelnen Bewohnern gearbeitet und nicht mit der Gesamtgruppe. Ähnlich wie beim Konzept der 'Psychoanalyse in der Gruppe' (WOLF, SCHWARTZ 1962) wird das Potenzial der Gruppendynamik nicht genutzt, sondern es findet ein Dialog zwischen Leiter und Bewohner oder zwischen zwei Bewohnern statt, jedoch werden die Themen nie auf die ganze Gruppe bezogen, gedeutet oder der Gruppe als zu lösende Aufgabe gestellt.

Ein WG-Bewohner erzählte, dass er in seiner früheren TWG mit vier Mitbewohnern zusammenlebte. Dort gab es sogenannte wöchentliche Gruppenabende, bei denen entweder etwas zusammen unternommen wurde oder darüber gesprochen wurde, 'was ansteht'. Putzpläne wurden von den Sozialpädagogen festgelegt und kontrolliert. Wenn ein Bewohner wiederholt seine Dienste nicht erledigt hatte, musste er das komplette Haus putzen, was ebenfalls von der Sozialarbeiterin überwacht wurde. Dies wurde zwar in den Gruppenabenden angesprochen, jedoch kam es untereinander kaum zu Konflikten, da die Sozialarbeiterin den Bewohnern die Auseinandersetzung über Ordnung und Struktur abgenommen hatte. Wir würden das Nicht-Putzen in Zusammenhang bringen mit fehlender Auseinandersetzung unter den Bewohnern und nach dem Kontakt untereinander fragen.

Es erscheint plausibel keine allzu großen Wohngruppen zu bilden, wenn die Konzepte nicht gruppenspezifisch ausgerichtet sind, die destruktive Aggression nicht im Sinne des Humanstrukturmodells bearbeitet (BURBIEL, SCHMIDTS 2003) und das Agieren nicht als Kommunikationsangebot (vgl. FABIAN 2006) verstanden wird.

## Definition Kleingruppe, mittelgroße Gruppe, Großgruppe

In der Literatur finden sich verschiedene Versuche Einteilungen und Definitionen von Gruppengrößen (z. B. KREEGER 1977; SCHNEIDER, WEINBERG 2003), die sich häufig auf Therapiegruppen beziehen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es kaum klare theoretische Begründungen für eine festgelegte Zahl an Gruppenmitgliedern gibt.

SELIGER (2008) definiert beispielsweise Gruppe als soziales System, das drei bis ca. 20 Personen umfasst, eine gemeinsame Aufgabe oder ein sie verbindendes Thema hat und in denen Face-to-Face-Kommunikation möglich ist. Unklar bleibt, wie SELIGER gerade auf die Zahl 20 gekommen ist.

Patrick DE MARÉ, der wesentlich von FOULKES beeinflusst wurde, prägte den Begriff der 'median group' (mittelgroße Gruppe) im Bereich von ca. 15 bis 25 Mitgliedern. Auf seine Überlegungen, die uns geeignet schienen, um sie auf unsere Gruppenarbeit zu übertragen, werden wir uns im Folgenden besonders beziehen.

Demnach ist die TWG Kraiburger Str. mit ihren 9-10 Bewohnern als typische Kleingruppe zu betrachten. Kennzeichnend sind die Ähnlichkeit zur Familie und das Bedürfnis nach Idealisierung (vgl. ANZIEU 1976). Dementsprechend werden hauptsächlich elterliche Autoritätsfiguren auf die Gruppenleiter projiziert (DE MARÉ 1990, S. 119; vgl. SHAKED 1991). Nach BION (1961) wird die Kleingruppe häufig als Mutterleib fantasiert und ruft sowohl Sehnsucht nach Bedürfnisbefriedigung als auch Trennungsschmerz hervor. Es werden insbesondere vorödipale Urängste aktiviert. Kollektive Abwehrmechanismen dagegen sind die Grundannahmen von Leiterabhängigkeit, Kampf-Flucht und Paarbildung. Nach DE MARÉ (1990, S. 118) geht es in Kleingruppen vorrangig um das Wahrnehmen und Ausdrücken von Emotionen. Für die Mitglieder bietet sie die Möglichkeit, präödipale und ödipale Gefühle zu bearbeiten und neu zu integrieren.

Bei der TWG Grünwald mit 17-21 Bewohnern handelt es sich im Sinne DE MARÉS um eine sogenannte mittelgroße Gruppe. In der größeren Gruppe entsteht eine kulturelle Dimension, eine soziale Lernsituation, die über das Familiäre hinausgeht und in der das Denken und der Dialog mehr Bedeutung erlangen als der Umgang mit präödipalen und

ödipalen Gefühlen. „In der Mittelgruppe bewegen wir uns über das persönliche und familiäre hinaus und treten in den soziokulturellen Bereich ein.“ (DE MARÉ, PIPER, THOMPSON 1991; S. 9; vgl. DE MARÉ 1990) Die Mittelgruppe stellt demnach einen Verständnisrahmen für die Transformation präverbaler und ödipaler Mikrokulturen in kulturelle Muster zur Verfügung.

In den Sommerferien werden die WG-Sitzungen der beiden TWGen zusammengelegt, so dass wir uns mit einer Teilnehmerzahl von ca. 30 einer Großgruppensituation (vgl. ANZIEU 1976) nähern, auch wenn es sich hierbei immer noch um eine Face-to-face-Gruppe handelt, die Bewohner sich weitgehend untereinander kennen und ähnliche Anliegen haben. Ein von vielen Autoren als zentrales Merkmal einer Großgruppe betrachtetes Moment ist noch nicht gegeben: „Konstituierend für die Großgruppe ist die Unfähigkeit des Einzelnen, eine persönliche Beziehung zu allen anderen Gruppenmitgliedern herzustellen.“ (SHAKED 2000, S. 78)

Dennoch gelten für unsere ‘Sommergroßgruppe’ einige Kennzeichen einer Großgruppensituation: Im Vergleich zur Kleingruppe ist sie ein Ort der Begegnung und der Integration (vgl. SCHMIDTS, SANDERMANN 2001). Sie bedeutet Öffentlichkeit (vgl. SCHMIDTS 1996), die auch zu exhibitionistischer Veröffentlichung von geheimen kindlichen Wünschen führen kann, welche in der Kleingruppe eher gehemmt sind. Es kommt häufig zu Mythenbildungen (SCHMIDTS, SANDERMANN 2001). Das Arbeiten in einer größeren Gruppe bringt spezifische Schwierigkeiten mit sich: Die Gruppe wird häufig als Bedrohung der individuellen Grenzen empfunden. Es droht Regression und Mobilisierung primitiver Abwehrmechanismen (vor allem Projektion).

Der [männliche] Gruppenleiter wird ... als Vertreter von Sitte und Moral [erlebt], der seinen Kindern die Lust verbietet. Oder er wird als gefährlicher Verführer fantasiert, der zur Sünde verleitet. Es tauchen dann ambivalente Mordfantasien auf.“ [Oder die Gruppe] „wird ... mit einem sehr primitiven Bild der Mutter sowohl erstrebt wie gefürchtet, einem Bild, bei dem Fantasien des Verschlungenwerdens beteiligt sind. (SHAKED 1996)

Der Gruppenleiter wird dann entweder nicht als Individuum wahrgenommen oder ausschließlich mit Begriffen der Mütterlichkeit definiert (SHAKED 1996).

Damit haben wir in den Wohngemeinschaften hinsichtlich der Grup-

pengröße drei verschiedene Situationen, die spezifische Anforderungen an das gruppensdynamische Arbeiten stellen.

Zudem gehen wir davon aus, dass die Gruppengröße Einfluss auf die Identitätsentwicklung unserer Bewohner hat und dies vor allem im Hinblick auf die Aggressionsentwicklung, das Agieren, der Hilfs-Ich-Funktion und der Förderung von gesunden Ich-Anteilen und sozialer Kompetenzen

Eine Befragung unter den Bewohnern der TWGen wurde durchgeführt, mit dem Ziel in Erfahrung zu bringen, ob sich das Erleben in den jeweiligen WG-Gruppen, aber auch in der Situation während der Sommerferien, mit unserer Einschätzung und gruppensdynamischer Theoriebildung deckt.

Zunächst fragten wir, welche Beweggründe maßgeblich waren für die Entscheidung in die TWG Grünwald bzw. in die TWG Kraiburger Straße zu ziehen. Hier rangierte die Gruppengröße eher an hinterer Stelle. Am häufigsten waren beziehungsbezogene Antworten wie: „Ich kannte die Leiter“, oder: „Ich kannte Leute, die bereits dort wohnen.“ Häufig wurde auch die Lage Land bzw. Stadt als Entscheidungskriterium genannt.

Eine weitere Frage war, welchen Wert die wöchentliche gruppensdynamische Sitzung für die Bewohner hat. Mit wenigen Ausnahmen, einzelner sehr neuer Bewohner, bewerteten alle Befragten die gruppensdynamische Sitzung als wichtig und positiv vor allem im Hinblick auf Kontakt und Auseinandersetzung. Es wurden folgende Aspekte genannt:

- Verbesserung der Gruppenkohäsion,
- Förderung des Kontakts und gegenseitigen Kennenlernens,
- Erhalt von Informationen über andere, ohne direkt fragen zu müssen,
- Modellfunktion einzelner Gruppenmitglieder, z. B. wie diese in der Sitzung ihre Konflikte lösen,
- die Sitzung wird als geschützter Raum erlebt, um Konflikte anzusprechen und zu lösen.

Darüber hinaus wollten wir wissen welche Vor- und Nachteile die Bewohner im Leben in einer mittelgroßen bzw. in einer Kleingruppe und in der größeren bzw. kleineren Gruppensitzung gesehen werden. Es zeigte sich, dass die Bewohner das größere konstruktive Potenzial der mittelgroßen Gruppe durchaus wahrnehmen und erleben. Dies deckt sich auch mit dem Erleben des Teams, ebenso die Beobachtung, dass sich in der

Kleingruppe eher familienähnliche Bedingungen herstellen.

Darüber hinaus wurde deutlich, dass die mittelgroße Gruppe mehr Angst um den eigenen Platz macht. Es bilden sich mehr soziale Untergruppen mit der Frage von Zugehörigkeit und damit verbunden der Angst vor dem Ausgeschlossenensein und es entsteht in diesem mikrokulturellen Raum mehr Frustration, auch über die Nicht-Erfüllung regressiver Bedürfnisse. Zudem werden häufig Nachteile auch zugleich als Vorteile gesehen und umgekehrt.

Vorteile der mittelgroßen Gruppe	Nachteile der mittelgroßen Gruppe
<ul style="list-style-type: none"> <li>- es gibt mehr unterschiedliche Leute mit verschiedenen Interessen</li> <li>- es bilden sich eher Interessengemeinschaften als persönliche Beziehungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ist weniger familiär</li> <li>- Untergruppenbildung bei Konflikten und viel Rivalität</li> <li>- Angst aus Untergruppen ausgeschlossen zu werden</li> <li>- Persönliche Kontakte werden geschwächt.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- bei Konflikten können die Verbündungskonstellationen wechseln</li> <li>- mehr Rückzugsmöglichkeiten</li> <li>- man kann sich leichter auch mal heraushalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Konflikte werden 'gelöst', indem man sich aus dem Weg geht, ohne dabei allein zu sein</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- es lassen sich leichter Verbündete finden</li> <li>- die Position des Sündenbocks ändert sich schneller</li> <li>- mehr Sicherheit, größerer 'Puffer' bei Auseinandersetzungen</li> <li>- mehr unterschiedliche Rückmeldungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Angst vor Ausschluss: verurteilt, schuldig gesprochen, bestraft zu werden</li> <li>- Angst um den Platz größer, man wird leichter übersehen</li> </ul>
Vorteile der Kleingruppe	Nachteile der Kleingruppe
<ul style="list-style-type: none"> <li>- nähere Beziehungen</li> <li>- Ausweichen ist weniger möglich</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Es wird schnell zu eng und zu nah, dann Fluchttendenzen</li> <li>- Man kann sich bei Konflikten nicht so gut aus dem Weg gehen</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beziehungen sind überschaubarer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Begrenztes Potenzial an Anregungen und Einflüssen</li> <li>- Wenn einmal jemand fehlt, reißt das gleich ein großes Loch in die Gruppe</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Man wird eher gesehen und angesprochen</li> <li>- Gefahr von Untergruppenbildung ist geringer</li> <li>- man hat leichter eigenen Platz</li> <li>- Leichter eigene Bedürfnisse zu äußern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Man dreht sich leichter nur um sich selbst</li> <li>- begrenztes Potenzial bei Auseinandersetzungen</li> </ul>

Die Antworten entsprechen den Überlegungen DE MARÉS (1990, S. 115f.), der in der mittelgroßen Gruppe hauptsächlich eine soziokultu-

relle Lernsituation sieht, deren Hauptmerkmal die Frustration ist, die Hass, wir würden sagen destruktive Aggression (BURBIEL, SCHMIDTS 2003), auslöst. Die Möglichkeit zur Überwindung dieses Hasses besteht nach DE MARÉ im Erlernen von Denken und Dialog. Dies ist etwas, das erst eine mittelgroße Gruppe leisten kann.

Über den Dialog wird der Hass in psychische Energie und Koinonia (aus dem Griechischen 'Gemeinschaft, die durch Teilhabe entsteht') transformiert<sup>1</sup>. Auf diese Weise kann ein post-ödipales Stadium erreicht werden (DE MARÉ, PIPER, THOMPSON 1991, S. 18).

Die Hauptaufgabe des Leiters einer mittelgroßen Gruppe soll vor allem in der Unterstützung des Ich des Einzelnen bestehen, er soll zum freien Dialog ermutigen und vorrangig die Art der sozialen und kulturellen Spannung interpretieren. DE MARÉ (1990, S. 115) betont, dass diese Prinzipien nicht auf die Psychotherapie beschränkt gelten, sondern auf verschiedene Kontexte, wie z. B. soziotherapeutische angewendet werden können.

Der Trägerverein hat von Anfang an mit großen Gruppen gearbeitet. Dabei werden die gruppenspezifischen Prinzipien nach AMMON auf dem Hintergrund des dynamisch-psychiatrischen Behandlungskonzepts angewendet (AMMON 1997; vgl. REITZ, HESSEL 2006; SPLETE 2006). Im Laufe der Jahre veränderten sich aus äußeren Gründen die Gruppen, so dass wir Erfahrungen mit unterschiedlichen Gruppengrößen sammeln konnten.

Die erste betreute Wohngemeinschaft war die 1987 gegründete TWG Hamburger Straße mit 20 Plätzen. Die Wohngemeinschaft hatte eine gemeinsame WG-Sitzung, verteilte sich aber auf vier kleine Wohnungen. Die Bewohner fühlten sich dennoch zusammengehörig. Dies dürfte einerseits daran gelegen haben, dass es einen zentralen Ort gab, den Garten einer Erdgeschosswohnung, andererseits waren die Bewohner damals gesünder bzw. hatten explizit den Wunsch nach dem Leben in einer großen Gemeinschaft. Im Jahr 1995 musste sich aufgrund äußerer Bedingungen die Hamburger Straße auf zehn Plätze (das heißt zwei Wohnungen mit sechs und vier Plätzen) verkleinern. Gleichzeitig wurde die TWG Grünwald mit 17 Plätzen gegründet. So entstand in der TWG Hamburger Straße eine Kleingruppensituation, die zusätzlich durch die Spaltung der Gruppe in zwei noch kleinere Untergruppen in den beiden

Wohnungen zu spezifischen Schwierigkeiten führte (vgl. SPLETE 2006).

Wenn in die Kleingruppe ein Bewohner mit destruktiv-aggressiver Agierneigung einzog, entstand schneller die Gefahr eines '(Um)kippen's der Gesamtgruppendynamik ins Destruktive als in einer größeren Gruppe. Dies kann sich in der Suche nach einem Sündenbock ausdrücken, der dazu dienen soll, eigene ungeliebte Anteile projektiv abzuwehren und im Außen zu bekämpfen. Diese Strategie ist ubiquitär menschlich und in jeder Gruppe zu finden. Da Probleme so jedoch nicht gelöst werden können, muss nach dem Ausschluss oder der 'Vernichtung' des Sündenbocks ein anderes 'Opfer' gefunden werden.

In der WG ging es konkret um große Defizite in der Haushaltsführung, Schwierigkeiten Ordnung zu halten und Auseinandersetzung darüber, Nichteinhalten von Terminen und Absprachen. So gab es Aussagen wie: „Wenn Frau X nicht wäre, wäre es immer sauber in der Küche“; war aber die betreffende Person ausgezogen oder über längere Zeit abwesend, fand sich immer wieder ein anderer Bewohner, der für das Nichtputzen verantwortlich gemacht wurde.

Dementsprechend hatte jeder Bewohner Angst, selbst „als nächstes dran“ zu sein. Aufgabe des gruppenspezifischen Leiters ist es, den Sündenbock zu schützen, die destruktive Aggression auf sich zu ziehen und es der Gruppe zu ermöglichen, die Verantwortung für das in der Sündenbockdynamik enthaltene Problem zu übernehmen (AMMON 1976; vgl. HEYDEN 2008). Wir konnten beobachten, dass in einer kleineren Gruppe schneller die Suche nach einem Sündenbock entsteht und auch festgefahrener scheint, was möglicherweise in Zusammenhang mit den stärkeren Übertragungen durch den familienhaften Charakter steht. Die Gruppe reagierte mit Abhängigkeitsverhalten, die Leiter, als projizierte Elternfiguren, sollten durchgreifen, für Ordnung sorgen, den Sündenbock bestrafen oder entfernen. Je unerfahrenere eine Gruppe ist, desto ausgeprägter tritt das Phänomen auf.

In der Hamburger Straße war die Entwicklung von Gruppenkohäsion und Reife erschwert durch die Spaltung in zwei Kleinstgruppen. Wurde in der einen Wohnung die Telefonrechnung nicht bezahlt, fühlte sich die andere Gruppe davon nicht betroffen und unterstützte auch nicht bei einer Problemlösung. Ebenso wurde destruktives Agieren wie z. B. Alkoholkonsum oder Ruhestörung von der Gruppe lange zugelassen und

verschwiegen. Viele Bewohner befürchteten als Denunziant zu gelten und von den anderen aus der Gemeinschaft ausgeschlossen zu werden, wenn sie Probleme wie Alkoholmissbrauch offen machten. Es schien zu 'gefährlich' sich zu streiten, denn wenn man mit ein oder zwei Mitbewohnern Streit hatte war man unter Umständen in seiner Wohnung allein und hatte somit keinen Verbündeten mehr.

In einer mittelgroßen Gruppe übernehmen den Schutz des potenziellen Sündenbocks, wie die Erfahrung in der Grünwalder WG bis heute zeigt, eher die Gruppenmitglieder selbst. Wenn sich viele Bewohner über einen 'schwierigen' Mitbewohner beklagen, gibt es in der Regel immer mindestens ein Gruppenmitglied, das eine Gegenposition bezieht und konstruktive Aspekte an dem 'Angeklagten' findet. Es besteht deutlich mehr Interesse daran herauszufinden, welches ungelöste Problem der Sündenbock für die Gruppe ausdrückt.

Über die Jahre zeigte sich in der Hamburgerstraße eine größere Leiterabhängigkeit als in Grünwald, weshalb konstruktive Entwicklungsprozesse mehr Einsatz der Gruppenleiter verlangten. Übergreifende Verbündung war meist nur durch die gemeinsame milieutherapeutische Projektarbeit möglich, wo alle Bewohner zumindest zweimal im Monat zusammenkamen, sich als Gruppe erlebten, Zusammengehörigkeit und das Potenzial der Gruppe erfuhren. Waren ein, zwei Zimmer wegen Unterbelegung oder Klinikaufenthalten unbewohnt, entstanden schnell Einsamkeits- und Verlassenheitsgefühle, die im Sinne der Kleingruppendynamik als Klage an das Team gerichtet wurden, anstatt dass die Gruppenmitglieder selbst kreative Lösungen entwickelten.

In der Hamburger Straße war es bedeutend schwieriger als in Grünwald, Bewohner mit hohen defizitären Anteilen zu integrieren. Die gesünderen Bewohner fühlten sich oft überfordert, hatten das Gefühl sich ständig um ihre kleinen 'Geschwister' kümmern zu müssen. Hier war viel mehr Einflussnahme vom Betreuerteam nötig. Unter diesem Aspekt war es nötig, bei der Aufnahme neuer Bewohner ich-strukturell sehr genau auf die Gruppenzusammensetzung zu achten.

Die mittelgroße Grünwalder Gruppe kann dagegen mehr Hilfs-Ich Funktionen zur Verfügung stellen. Es gibt immer Mitbewohner, die schwächere begleiten, ermuntern und unterstützen. Wenn ein Bewohner bei der Übernahme solcher Hilfs-Ich-Funktionen an seine eigenen Gren-

zen stößt, kann sie von einem anderen übernommen werden. Darüber hinaus wird die Bildung von Untergruppen (vgl. SCHMIDTS 2001) mit einem gemeinsamen Ziel oder Interesse erst in einer mittelgroßen Gruppe möglich.

Der Umzug der Bewohner der Hamburger Straße im Jahr 2006 in ein gemeinsames Haus in der Kraiburger Straße, wo nun 9-10 Betreute unter einem Dach leben, brachte große Veränderungen mit sich. Im Haus gibt es außer dem eigenen Zimmer wenige Rückzugsmöglichkeiten.

Die gruppensdynamische Arbeit ist für die Leiter leichter geworden: Die Bewohner erleben sich mehr als zusammen gehörig und können sich mit ihrer Wohngruppe identifizieren. Defizite und Destruktion werden schneller sichtbar und die Gruppe reguliert sich diesbezüglich eher selbst. Ein Ausweichen vor Konflikten und eine Vermeidung von Auseinandersetzung sind für den einzelnen weniger möglich.

Dennoch bleibt auch die TWG Kraiburger Straße eine typische familienähnliche Kleingruppe: Es entstehen schnell intensive Übertragungen, die nur abgegrenzt werden können wenn sich alle Bewohner in einer tragfähigen ambulanten Gruppenpsychotherapie befinden, wo diese bearbeitet werden können. Das Team ist in besonderem Maße gefordert immer wieder auf die gruppensdynamische Ebene zurückzuführen. Gelingt dieses Ineinandergreifen von Gruppensdynamik und Psychotherapie bietet die Kleingruppe in der Kraiburger Straße ein intensives und kreatives Entwicklungsfeld.

Für sehr abgrenzungsschwache und/oder sehr paranoische Bewohner kann das Leben in dieser Kleingruppe eine Überforderung darstellen. Solche Bewohner treten den Rückzug in die Klinik Mengerschwaige an oder entziehen sich, z. B. indem sie über Tage hinweg ganz aus der WG fernbleiben

In der Grünwalder Gruppe ist es unter diesem Blickwinkel zunächst einfacher: Bei Konflikten gibt es immer noch andere Bewohner, denen man sich zuwenden und mit denen man sich verbünden kann. Es ist möglich, einen Konflikt erst einmal ruhen zu lassen, ohne die Gruppe ganz verlassen zu müssen. Allerdings, wie auch aus der Bewohnerbefragung deutlich wurde, besteht in der mittelgroßen Gruppe damit die Gefahr, dass man sich vor der Auseinandersetzung relativ lange 'drücken' kann. Einige Bewohner erleben auch die permanent wechselnden Koalitionen

in der größeren Gruppe zunächst als sehr verunsichernd, was in Zusammenhang mit noch nicht so gut ausgeprägter Ich-Stärke stehen dürfte.

### *Großgruppensituation*

Während der Sommerferien wird von uns mit den Bewohnern ein WG-übergreifendes Ferienprogramm gestaltet: An den Wochenenden werden Ausflüge und Kurse (z. B. Landart, Lithografie) angeboten, während der Woche kleinere gemeinsame Aktivitäten (Hausmusik, Töpfern, Tischtennis). Die Psychotherapiepause wird deutlich gemacht. Es soll Ferien von den Symptomen und Problemen geben. Stattdessen besteht das Angebot zur Eroberung anderer Gebiete (z. B. Natur, Kreativität, Kultur).

Da die Bewohner beider TWGen an diesen Aktivitäten teilnehmen, wird eine gemeinsame gruppenspezifische Sitzung abgehalten. Dadurch entsteht während der Therapieferien ein größeres sozialenergetisches Feld, die Integration wird gefördert und es entstehen neue Begegnungsmöglichkeiten über die eigene WG-Gruppe hinaus. Außerdem kann oft die gruppenspezifische Ebene von Problemen der eigenen Gruppe besser verstanden werden. Dadurch kann Abstand und Entlastung entstehen. Dies geschieht u.a.

- a. durch die Erfahrung, dass die andere Bewohnergruppe ähnliche Schwierigkeiten hat,
- b. wie die andere WG mit ihren Schwierigkeiten umgeht oder
- c. die Spiegelung durch die jeweils andere Untergruppe.

Dieser gemeinsamen Sitzung stehen die Bewohner oft ängstlich und kritisch gegenüber. Besonders neu Eingezogenen, die noch keine Erfahrung mit der großen Sitzung haben, macht diese Situation viel Angst und zum Teil in der Folge auch Wut.

So schrieb ein Befragter aus Grünwald im Rahmen unserer Bewohnerbefragung: „Ich finde das eine Sauerei, da der Kostenträger die gleiche Summe bezahlen muss und jede WG nur noch die halbe Zeit hat, ihre Anliegen und Kontakte zu besprechen. Hier wird einfach eingespart.“ Oft wird fantasiert, dass die große Gruppe nichts anderes im Sinn hat, als auf den Einzelnen loszugehen, dass man sich in einem Löwenkäfig befindet, über einen geurteilt wird, man bloßgestellt und schließlich vernichtet wird.

Diese Aussagen spiegeln wieder, worüber auch in der Literatur weitge-

hend Einigkeit besteht: Mit zunehmender Gruppengröße kommt es zu einer Verschiebung der Ich-Grenzen. Angst vor Ich-Auflösung entsteht. In der Folge werden zunächst primitivere Abwehrmechanismen v.a. projektive Identifikation und Spaltung mobilisiert. Primärprozesshaftes Denken und Denkhemmungen treten verstärkt auf. (PINES 1977; vgl. ANZIEU 1976)

Unserer Erfahrung nach reduziert sich bei den meisten Bewohnern die Angst vor dem Identitätsverlust aber schon nach kurzer Zeit, da die Erfahrung gemacht wird, dass man nach wie vor ein 'individuelles Mitglied' (TURQUET 1977) der eigenen Gruppe ist und reale persönliche Beziehungen auch innerhalb der größeren Gruppe hat, sich also nicht in einer großen bedrohlichen anonymen Masse befindet.

Wie schnell und gut dies dem Einzelnen gelingt, hängt sicherlich zum einen von der Stärke der eigenen Ich-Grenzen ab, zum anderen aber auch inwieweit man bereits in die eigene WG-Gruppe integriert ist und sich dort nicht als Einzelgänger oder Randfigur sondern als individuelles Mitglied erlebt. Aus der Sicherheit der eigenen WG-Gruppe heraus gelingt es Kontakt zu Mitgliedern der anderen WG aufzunehmen.

Bewohner, die bereits gemeinsame Sitzungen erlebt hatten, gaben in unserer Befragung zwar auch an, zunächst Angst vor der großen Gruppe zu haben, aber betonten auch die positiven Aspekte. Antworten waren z. B. *„Kontakt und Verbündung wird erleichtert, es ist möglich, dass sich die beiden Gruppen gegenseitig unterstützen“* oder *„Trotz anfänglicher Angst, sich anzunähern und zu begegnen, ist es eine Bereicherung. Es stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl. Ich fühle mich dann mehr verbunden. Es ist aber auch gut, dass es nur für einen begrenzten Zeitraum ist.“*

Im Sommer 2007, als sich die Gruppe der Kraiburger Straße nach dem Umzug neu konstellierte hatte, war die Angst von der großen Grünwalder Gruppe verschlungen zu werden noch sehr groß; die Kraiburger behielten sich damit, geschlossen zur Sitzung zu erscheinen und sich nebeneinanderzusetzen, so bildete sich eine Front aus 'wir' und 'die'.

Zur ersten gemeinsamen Sitzung im Sommer 2008 zeigte sich dann schon ein anderes Bild. Die Kraiburger, als individuelle Mitglieder einer inzwischen zusammen gewachsenen und reiferen Wohngruppe, konnten auf ein gemeinsames Auftreten verzichten. Sie mischten sich in der Sitz-

ordnung wie selbstverständlich mit den Grünwaldern und verbündeten sich über die gemeinsamen Unternehmungen.

## Ergebnisse

Wie sich anlässlich der Verabschiedung des neuen Heimgesetzes zeigt, stehen wir bei der Auseinandersetzung mit Behörden und Kostenträgern immer wieder vor der Herausforderung die Konzeption der Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie darzustellen, zu reflektieren und damit unseren Platz in der Versorgungslandschaft zu behaupten.

Wo Bestimmungen, wie die Begrenzung auf maximal zwölf Plätze, für viele andere Einrichtungen durchaus Sinn machen können, zeigen unsere Erfahrungen und das Erleben unserer Bewohner, dass eine solche Begrenzung vor unserem konzeptionellen und praktischen Hintergrund wenig Berechtigung hat.

Abschließend lässt sich sagen, dass für ein gruppendynamisches Arbeiten in Wohngemeinschaften unserer Erfahrung nach folgendes gilt: um ein konstruktives sozialenergetisches Entwicklungsfeld zu schaffen ist eine Gruppe von mindestens acht Bewohnern von Vorteil. Kleinere Gruppen erfordern zu viel Eingreifen der Leiter, um insbesondere schwächeren Bewohnern Entwicklung zu ermöglichen, destruktive Aggression einzugrenzen und Sündenbockdynamiken aufzulösen.

- In einer Kleingruppe wie der TWG Kraiburger Str. entsteht naturgemäß ein enges familienähnliches Feld, das starke Übertragungen auslöst.
- Dies bietet zwar die Chance zur intensiven Auseinandersetzung mit Gefühlen und der Regulation von Nähe und Distanz, kann aber nur gelingen, wenn sich alle Bewohner in einer tragfähigen Gruppenpsychotherapie außerhalb der WG befinden, in der ihre Übertragungen bearbeitet werden. Aus diesem Grund ist es in der Kleingruppe besonders notwendig, dass alle Bewohner psychotherapeutisch ausreichend eingebunden sind.
- Aufgabe der Gruppenleiter ist hier in besonderem Maße die Betonung der gruppendynamischen Ebene und die Abgrenzung der symbiotischen Bedürfnisse.
- Das Leben in der Kleingruppe erscheint für Bewohner mit sehr großen Abgrenzungsschwierigkeiten oder paranoiden Anteilen nur bedingt geeignet.

- Eine mittelgroße Gruppe, wie die Grünwalder TWG bietet qualitativ andere Möglichkeiten aber auch Schwierigkeiten.
- Unter Umständen fühlen sich besonders neu eingezogene Bewohner mehr übersehen und verlassen, als in der kleineren Gruppe. Dies führt häufiger dazu, dass wenige Wochen nach ihrem Einzug erneut ein Klinikaufenthalt notwendig wird.
- Bewohner mit ausgeprägt defizitärer narzisstischer Problematik oder unauffälliger, scheinbar gesunder Fassade werden mit ihrer Problematik weniger konfrontiert als in der kleineren Gruppe.
- Mit zunehmender Gruppengröße übernimmt die Gruppe eher die Regulation von destruktiver Aggression, es steht mehr konstruktive Sozialenergie zur Verfügung, so dass besonders defizitäre Bewohner sich entwickeln können. Hierzu trägt auch die Möglichkeit der Bildung von Untergruppen bei.
- In der mittelgroßen Gruppe ist es für den Einzelnen bei Abgrenzungsschwierigkeiten und paranoischen Ängsten leichter sich zurückzuziehen und dennoch in der Gruppe zu verbleiben. Wenn ein Bewohner noch nicht in der Lage ist, Konflikte zu lösen, kann er sich innerhalb der Gruppe distanzieren und zunächst einmal andere Verbündete suchen.
- Die mittelgroße Gruppe hat eine kulturbildende Funktion, indem sie Entwicklung über das Familiäre und Ödipale hinaus ermöglicht und einen mikrokulturellen Raum mit sozialen Untergruppen zur Verfügung stellt. Regressive Bedürfnisse werden eher frustriert als in der Kleingruppe. Wenn mittels Dialog eine Auseinandersetzung über den dadurch ausgelösten Hass erfolgen kann, entwickelt sich Denken, Realitätsbezug und Gemeinschaft (Koinonia).

## Group Size and Identity Development Experiences from the Therapeutic Living Communities of Dynamic Psychiatry in Munich

Stefanie Zodl, Dorothea Richartz, Saskia Heyden (München)

On the occasion of a new law that passed in 2008 we felt inclined to advance our work in the living communities especially as applied as to group size. The new law requires a maximum number of twelve per therapeutic living community (TLC). The TLCs are an integral element in the treatment chain of Dynamic Psychiatry (s. AMMON 1997; REITZ

1994; REITZ, HESSEL 2006). Patrick DE MARÉ formed the expression 'median group' in the range of 15 to 20 members. We are going to refer to his thoughts in our article. Thus the TLC Kraiburger Straße with its 9-10 residents is defined as a typical small group. Characteristics of this group are the similarity to a family and the need for idealization (see ANZIEU 1976). Correspondingly mainly parental authority figures are being projected on the group leaders (DE MARÉ 1990 S. 119; see SHAKED 1991). According to DE MARÉ small groups are a matter of perception and expression of feelings. For its members it offers the possibility to work through and reintegrate pre-oedipal and oedipal feelings.

The TLC Grünwald with 17-21 residents is a so called median group. In this larger group a cultural dimension is arising, a social learning situation, that exceeds the familial. Thinking and dialogue attain more meaning than the handling of pre-oedipal and oedipal feelings. In the median group „we have gone beyond the confines of the familio-centric range of meanings, and cultural context becomes the central issue“ (DE MARÉ, PIPER, THOMPSON 1991, S. 9).

During the summer vacation the sessions of both TLCs are being held together building an almost large group with approximately 30 participants (s. ANZIEU 1976) although it's still a face-to-face setting, most of the members know each other and have similar concerns. Nevertheless some attributes of the large group can be applied to our summergroup; compared to the small group it is a place of meeting, integration (s. SCHMIDTS, SANDERMANN 2001) and represents a public situation (see SCHMIDTS 1996).

Regarding the group size we have three different situations in our TLCs, that demand specific standards for the group dynamic work. We assume that the group size influences the identity development of our residents, especially in terms of the development of aggression, acting out, helping-ego-functions and the support of constructive ego-parts and social competence. A survey of our residents shows that the group dynamic session is experienced as important and positive particularly with regard to contact and conflict. Furthermore we asked for the advantages and disadvantages of living in a median or small group and accordingly attending the smaller or larger group sessions. It was revealed that the residents do actually perceive and experience the larger constructive po-

tential of the median group. This corresponds with the teams' experience, just like the observation that in a small group familial conditions are being established. Beyond that it became apparent that the median group creates more fears of losing one's space.

More social subgroups are being established with questions of belonging and the associated fear of being excluded. In the microcultural aspect of a median group more frustration is being experienced, also concerning the not fulfilling of regressive needs. Finally quite often disadvantages are also being perceived as advantages and vice versa. The resident's answers are consistent with the thoughts of DE MARÉ (1990), who considers the median group a socio-cultural learning situation. Its main characteristic is frustration which activates hate. "Hate can be organized through dialogue, it liberates endo-psychic energy and becomes gradually transformed into the impersonal fellowship of Koinonia." (DE MARÉ, PIPER, THOMPSON 1991, p. 18) The method of overcoming this hate consists of learning to think through dialogue. This can only be achieved in a median group.

Over the years the sizes of our TLC-groups have been changing due to external reasons, so we had the possibility to gain experiences with different group sizes. The first attended TLC was founded in 1987 in Hamburger Straße with a capacity for 20 residents. They had a joint group session but were allocated in four different flats. In 1995 the Hamburger Straße had to be reduced to ten. At the same time the TLC Grünwald encompassing 17 was founded. Thereby a small group situation arose in Hamburger Straße with particular difficulties caused by the splitting into two subgroups due to the two flats (s. SPLETE 2006).

Compared to the larger group, in the small group a new resident with a disposition to act out his destructive aggression gave rise to the danger of "(over-)turning" the group dynamics into destructiveness. This dynamic expresses itself by the search for a scapegoat who is supposed to serve as a projective defense against unloved ego-parts by fighting them in the external. It is the leaders' duty to protect the scapegoat by incurring the groups' destructive aggression and thereby allowing the group to take over responsibility for the conflict included in the scapegoat-dynamic (AMMON 1976; s. HEYDEN 2008). We observed that the search for a scapegoat arises more easily and seems to be more difficult than in a

larger group. This is even more pronounced in less experienced groups. Our experience with the TLC Grünwald showed that in a median group the members take over the protection of a possible scapegoat. When many residents start complaining about one 'difficult' member there normally is always at least one member who takes contraposition and emphasizes the constructive sides of the 'accused'. There is definitely more interest in finding out what unsolved conflict the scapegoat is expressing for the group itself.

The relocation of the residents of Hamburger Straße in 2006 into a shared house in Kraiburger Straße brought about great changes. Now 9-10 supervised? residents are living under one roof. Except for one's own room there are few possibilities to withdraw. Although the TLC Kraiburger Straße remains a typical small group similar to a family the group dynamic work for the leader has become easier: The residents now experience more group cohesion and are more able to identify themselves with their living community. Deficits and destruction become apparent faster and the group tends to adjust itself more. The sidestepping of conflicts and avoiding of confrontation for each individual became less possible.

Under this view the work with the median group of Grünwald seems to be easier: When one has a conflict one can still turn towards or ally with somebody else. It's possible to suspend a conflict for the time being without being forced to leave the group. However, as the survey of the residents has made clear, the threat in the median group is that one can sneak out of a confrontation for a relatively long time. Some residents experience the permanently changing coalitions in the larger group as unsettling, possibly due to their rather weak Ego-strength.

During the summer vacation we offer an event calendar for both groups together. Therefore the group sessions are being pooled. This joint session scares many members in the beginning. Particularly new residents, who don't have experiences with the large session, are frightened a lot and the resulting anxiety can lead to rage. Quiet often they fantasize that this large group has nothing else on its mind than to attack the single member, that one is located in a lions' cage, that one is being convicted, compromised and finally destroyed. These ideas mirror the wide consensus in literature: With increasing group size the ego-

boundaries are being displaced. Fear of ego-disorganization arises. In succession initially primitive defense mechanisms, especially projective identification and splitting, are being mobilized. Primary processed thinking and thought repression occur more often. (PINES 1977; s. ANZIEU 1976)

In our experience the fear of identity loss is reduced after a short time because the members find out that they are still an “individual member” (TURQUET 1977) of their own group and it is possible to have personal relationships within the larger group. They realize they are not located in a threatening anonymous mass.

Residents who have experienced a shared session already also indicated in the survey that they were scared of the large group initially but highlighted the positive aspects.

Concluding, we would like to state the following points for group dynamic work in TLCs:

- A. To develop a constructive social energetic field of development a group of at least eight residents is necessary. Smaller groups require too much intervention of the leaders to limit destructive aggression, solve scapegoat-dynamics, and enable development, especially for weaker residents.
- B. In a small group like in the TLC Kraiburger Str. a close familiar field develops naturally which activates intensive transferences.
  1. This offers the possibility for contention with emotions and the regulation of closeness and distance, but can only succeed when all residents take part in a stable group psychotherapy away from the TLC where their transferences can be worked on. For this reason it is necessary that especially in the small group all residents are sufficiently integrated in psychotherapy.
  2. Particularly in the small group the task of the group leaders is to emphasize the group dynamic level and the demarcation of symbiotic desires.
  3. Living in a small group seems to be of limited appropriateness for residents with extreme difficulties in setting boundaries or paranoid ego-parts.
- C. A median group such as the TLC Grünwald offers other qualitative possibilities and difficulties:
  1. Particularly new residents might feel overseen and lost. This increasingly leads to a resumption into a psychiatric hospital few

- weeks after they move in.
2. Residents with pronounced deficitary narcissistic problems or an unobtrusive, apparently healthy façade are confronted with their problems less than in the smaller group.
  3. With increasing group size the group itself tends to take over the regulation of destructive aggression and more social energy is available so that residents with pronounced ego-deficits are able to develop. The possibility of building subgroups contributes to this.
  4. For a single member with difficulties in setting boundaries or paranoid ego-parts it seems easier to withdraw and stay in the group at the same time. A resident who is not yet able to solve conflicts can distance himself within the group and find other allies.
  5. The median group generates culture by enabling development beyond the familial and oedipal and offers a microcultural space with social subgroups. Regressive needs are met less than in a small group leading to frustration. When confrontation about the triggered hate takes place through dialogue, thought, a connection to reality and companionship (*koinonia*) can develop.

### Literatur

- Ammon, G (1995): Zur Psychodynamik und Gruppendynamik der Aggression. *Dynam Psychiatrie* 28:165-177.
- (2003): Was macht eine Gruppe zur Gruppe? S. 55-63. In: G. Ammon (Hg)(2003): Analytische Gruppendynamik. Eschborn: Klotz.
- Ammon, M. (1997): Dynamische Psychiatrie – ein integratives psychiatrisch-psychotherapeutisches Konzept. *Dynam Psychiatrie* 30:3-18.
- (2001): Das Gruppenverständnis in der Dynamischen Psychiatrie. *Dynam Psychiatrie* 34: 14-30.
- Anzieu, D. (1976): Psychoanalytische Interpretation großer Gruppen; S. 185-196. In: G. Ammon (Hg)(1976): Analytische Gruppendynamik. Hamburg: Hoffman Campe.
- Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen (2008): Gesetz zur Regelung der Pflege-, Betreuungs- und Wohnqualität im Alter und bei Behinderung. <http://www.stmas.bayern.de/pflege/pflewoqg.pdf>
- Bion, W. (1961): *Experiences in Groups*. New York: Basic Books.
- Burbiel, I.; Schmidts, R. (2003): Das Aggressionskonzept als Brennpunkt der humanstrukturellen Psychoanalyse. *Dynam Psychiatrie* 36:1-16.
- Dalal, F. (2004): Macht, Scham und Zugehörigkeit: Eine radikale gruppenanalytische Theorie; S.44-75. In: M. Hayne, D. Kunzke (Hg.): *Moderne Gruppenanalyse*. Gießen: Psychosozial.
- de Maré, P. (1990): The Development of the Median Group. *Group Analysis* 23:113-127.
- de Maré, P.; Piper, R.; Thompson, S. (1991): *Koinonia*. From Hate through Dialogue to Culture in the Large Group. New York: Karnac.
- Fabian, E. (2006): Agieren aus der Sicht der Dynamischen Psychiatrie. *Dynam Psychiatrie* 39:250-268.
- Heyden, S. (2008): Was ist das Therapeutische an den therapeutischen Wohngemeinschaften der

- Dynamischen Psychiatrie?. *Dynam Psychiatrie* 41:151-170.
- Kreeger, L. (Hg)(1977): Die Großgruppe. Stuttgart: Klett.
- Pines, M. (1977): Überblick; S 281-300. In: →Kreeger (1977).
- Reitz, G. (1994): Die Bedeutung der Wohngemeinschaften im Behandlungsspektrum der Dynamischen Psychiatrie Günter Ammons. *Dynam Psychiatrie* 27:93-94.
- Reitz, G.; Hessel, T. (2006): Erfahrungen und Ergebnisse aus der Arbeit in den Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie. *Dynam Psychiatrie* 39:126-140.
- Schmidts, R (1996): Die Großgruppe in der dynamisch-psychiatrischen Klinik. *Dynam Psychiatrie* 29:10-17.
- (1999): Das Sozialenergieprinzip Ammons, Rollendifferenzierung und Austauschprozesse in der klinischen Großgruppenpsychotherapie und anderen Großgruppen – Teil 1. *Dynam Psychiatrie* 32:174-189.
- Schmidts, R.; Sandermann, G. (2001): Mythen, Erzählungen und Geschichten im großgruppenspezifischen Prozess einer Klausurtagung – zur Integration von Untergruppen. *Dynam Psychiatrie* 34:221-238.
- Schneider, S.; Weinberg, H. (2003): The Large Group Re-Visited. London, New York: Kingsley.
- Seliger, R. (2008): Einführung in Großgruppen-Methoden. Heidelberg: Carl-Auer.
- Shaked, J. (1991): Die psychoanalytische Großgruppe - Freudianische und Kleinianische Ansätze. Vortrag an der Jahrestagung der Sektion Analytische Gruppentherapie im DAGG, 12. Mai 1991, Köln. [http://www.gruppenanalyse.info/pdf/psychoanalytische\\_grossgruppe\\_josef\\_shaked.pdf](http://www.gruppenanalyse.info/pdf/psychoanalytische_grossgruppe_josef_shaked.pdf).
- (1996): Großgruppe und Kleingruppe als Orte der Öffentlichkeit und der Intimität. Vortrag bei der Jahrestagung der Sektion Analytische Gruppentherapie im DAGG, 3. bis 5. Mai 1996, Heidelberg. [http://www.gruppenanalyse.info/pdf/grossgruppe\\_kleingruppe\\_josef\\_shaked.pdf](http://www.gruppenanalyse.info/pdf/grossgruppe_kleingruppe_josef_shaked.pdf)
- (2000): Die psychoanalytische Großgruppe; S. 77-84. In: R. Königswieser, M. Keil (Hg.): Das Feuer Großer Gruppen. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Splete, R. (2006): Zur Gruppendynamik der Aufbauphase therapeutischer Wohngemeinschaften. *Dynam Psychiatrie* 39:175-184.
- Turquet, P. (1977): Bedrohung der Identität in der großen Gruppe: Phänomenologie der Erfahrung des Individuums bezüglich eines wechselnden Mitgliederstatus in einer großen Gruppe; S. 140-153. In: →Kreeger (1977).
- Wolf, A.; Schwartz, E. (1962): Psychoanalysis in groups. New York: Grune Stratton.

<sup>1</sup> Im Neuen Testament bezeichnet Koinonia sowohl die Gemeinschaft der Glaubenden mit Jesus Christus als auch die Solidarität und gegenseitige Verantwortung innerhalb der christlichen Gemeinden.

Stefanie Zodl • Endlhauser Str. 2 • 82064 Holzhausen • [stefanie.zodl@gmx.net](mailto:stefanie.zodl@gmx.net)  
 Dore Richartz • Elilandstraße 8 • 81547 München • [dore\\_richartz@yahoo.de](mailto:dore_richartz@yahoo.de)  
 Saskia Heyden • Arcisstraße 59 • 80797 München • [saskiaheyden@freenet.de](mailto:saskiaheyden@freenet.de)

Stefanie Zodl ist Psychologische Psychotherapeutin in eigener Praxis; Leitung der therapeutischen Wohngemeinschaft Kraiburger Straße von 2007-2008, Leitung der therapeutischen Wohngemeinschaft Grünwald seit 2008.

Dore Richartz ist Sozialpädagogin und analytische Gruppendynamikerin. Organisatorische Leitung und Vorstandsmitglied des Trägerverss für Freie und therapeutische Wohngemeinschaften, in Ausbildung zur analytischen Kinder- und Jugendlichentherapeutin am LFI der DAP München.

Saskia Heyden ist Psychologische Psychotherapeutin und Gruppenpsychotherapeutin in eigener Praxis; Leitung der therapeutischen Wohngemeinschaft Grünwald von 2003-2008.

# Milieutherapeutische Projektarbeit und der Umgang mit der Aggression in den therapeutischen Wohngemeinschaften

Dorothea Richartz, Helen Pletzer, Lena Schilcher (München)

The authors are presenting the milieu therapeutic project work within the therapeutic community projects of the Dynamic Psychiatry. This is a concept-based instrument to create a constructive environment for relationship formation and learning. Based on social work principles and the group dynamic concept, founded by Günter AMMON, the authors are setting clear boundaries to milieu therapy and focus on dealing with aggression. A case study will support our theoretical concept.

Keywords: group life, field of learning and development, identity, interpersonal functionings, principles of group dynamics

In einer Gemeinschaft leben zu wollen ist häufig mit dem Wunsch verbunden, nicht mehr alleine zu wohnen und ein Gegenüber zu haben, mit dem man sich austauschen kann. Man möchte etwas unternehmen, gemeinsam essen, man wünscht sich eine gewisse Harmonie und Menschen, die Interesse für einen haben und zuhören können. In der Praxis stellt sich dann heraus, dass man zwar nicht mehr allein ist, aber statt Harmonie muss man sich erst mal auseinandersetzen, seine Grenzen abstecken, man wird mit Eifersucht und Rivalität konfrontiert, kurzum man lebt ein Miteinander.

In einer therapeutischen Wohngemeinschaft (TWG) sind bestimmte Ziele und konzeptionelle Grundgedanken an das Zusammenleben geknüpft. Es ist eine große Herausforderung an die Wohngemeinschaft und das Betreuerteam, einen Lebensraum für persönliche und berufliche Entwicklung, für Beziehungsklärung und der Suche nach der eigenen Identität zu gestalten.

In den therapeutischen Wohngemeinschaften geht es immer um direkte konkrete Auseinandersetzung und Bezogenheit. Gerne wird eine Aussage wie 'ich habe jetzt eine Mutterübertragung auf dich' benutzt im Widerstand gegen eine direkte Auseinandersetzung über erlebten Ärger. Für die Mitarbeiter und Bewohner ist es daher sehr hilfreich, sich gerade nicht mit dem Damals der Bewohner zu befassen, sondern auf das ge-

meinsame Tun im Hier und Jetzt verweisen zu können, was besonders in der Projektarbeit deutlich wird. Z. B. die gemeinsame Vorbereitung einer Mahlzeit, auch wenn man sich nicht gut fühlt. Das gemeinsame Tun kann Abstand schaffen zu Problemen, der Andere kann differenzierter wahrgenommen und mit seinen konstruktiven Seiten gesehen werden. So stellt sich während dem gemeinsamen Anschrauben eines Regals heraus, dass Herr XY, der eher als sehr schweigsam wahrgenommen wird, in der Projektarbeit sehr hilfsbereit ist und gut erklären kann.

Als Einstieg in das Thema 'Projektarbeit in unseren TWGen' werden die Grundlagen der sozialen Arbeit mit Gruppen dargestellt. Wie der Name deutlich macht, verstehen wir die Projektarbeit in den TWGen nicht als therapeutisches, sondern als ein therapiebegleitendes, vor allem aber als Tagesstruktur- und beziehungsstützendes Angebot. Als Sozialpädagogen war es uns wichtig, neben dem therapeutisch-psychologischen Hintergrund unseres Konzeptes, den sozialpädagogischen Ansatz in der Arbeit mit Gruppen und die konkreten Anforderungen an die Mitarbeiter in den Vordergrund zu stellen. Denn eine zentrale Problematik im WG-Alltag besteht gerade darin sozialpädagogisch und nicht therapeutisch mit den Bewohnern zu arbeiten, dabei die Gruppendynamik zu berücksichtigen und das Beziehungsgeschehen innerhalb der TWG zu verstehen.

Da die Projektarbeit der TWGen wesentlich auf die Milieuthherapie zurückgeht, werden wir außerdem eine kurze Einführung in die Milieuthherapie, vor allem aber eine Abgrenzung der Projektarbeit zu dieser vornehmen. Damit Sie einen konkreten Einblick in die Projektarbeit gewinnen können, stellen wir Ihnen außerdem den Ablauf eines Projektes beispielhaft dar. Besonderes Augenmerk legen wir dabei theoretisch und praxisnah auf unser Aggressionsverständnis und die Arbeit mit der Aggression.

Die Ergebnisse einer kleinen Bewohnerbefragung sollen uns des Weiteren verraten, was für unsere Bewohner an der Projektarbeit wichtig ist und welchen Nutzen sie daraus ziehen.

## Soziale Arbeit und Gruppe

Die Modernisierungsprozesse in Deutschland, insbesondere die der Individualisierung und Pluralisierung, haben eine starke Leistungs- und

Arbeitsorientierung zur Folge (vgl. MÜHLUM 2005, S. 1484). Diese Umstände können, insbesondere bei der Klientel der sozialen Arbeit, Vereinzelung, Verunsicherung und Handlungsunfähigkeit hervorrufen. Der Soziologe Lothar BÖHNISCH betont vor diesem Hintergrund die Wichtigkeit der Gruppe: „der moderne Mensch in einer hoch arbeitsteiligen Gesellschaft ist existenziell auf andere angewiesen und kann nur existieren, wenn er sozial irgendwie eingebunden ist.“ (BÖHNISCH 2005, S. 29)

Folglich wird der Klient in der sozialen Arbeit immer auch im Zusammenhang mit seinem gesellschaftlichen Umfeld betrachtet. Der Soziologe Norbert Elias arbeitet in seiner Figurationstheorie mit dem Begriff des Netzwerks: die Gruppe, als Netzwerk betrachtet, kann demnach als moderne Möglichkeit gesehen werden, Sicherheit, Zugehörigkeit, Heimat und Lebenssinn zu stiften. (STIMMER 2006, S. 74-75)

Im Allgemeinen besteht die Hauptaufgabe eines Sozialpädagogen darin, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben (vgl. KONOPKA 1986, S. 36). In den zentralen Handlungsfeldern der sozialen Arbeit, der Einzelfallhilfe, der Gemeinwesenarbeit und der soziale Gruppenarbeit, steht die Hilfe zur Selbsthilfe mit Blick auf die soziale Einbettung der Klienten daher auch immer im Zentrum der Arbeit. Hierbei kann, wie oben beschrieben, das Potenzial der Gruppe eine wichtige Rolle spielen, soziale Gruppenarbeit als Instrument der Hilfe zur Selbsthilfe und als Beitrag zur gelingenden Integration der Klienten verstanden werden. Aufgabe ist es, gemeinsam mit den Klienten Möglichkeiten der sozialen Teilhabe zu erschließen und Gruppenerlebnisse zu schaffen, wo diese aufgrund oben genannter gesellschaftlicher Entwicklungen weggebrochen oder nur noch leistungs- und ergebnisorientiert geprägt sind. Soziale Gruppenarbeit schafft Räume des sozialen Lernens, erweitert Handlungsfähigkeit und damit soziale Teilhabe. Die Arbeit mit Gruppen findet daher in fast allen Bereichen der sozialen Arbeit Anwendung, z. B. in der Kinder- und Jugendberufshilfe, der Alten- und Behindertenarbeit. Betreute Wohnformen nutzen das Potenzial der sozialen Gruppenarbeit hierbei wohl am umfassendsten, da sie mittel- und langfristige gemeinschaftliche Lebens-, Handlungs- und Erprobungsräume bieten.

Versteht man soziale Arbeit auch als politische Arbeit scheint es unabdingbar, dass sich die soziale Arbeit wieder vermehrt der sozialen Gruppenarbeit zuwendet, um so der Desintegration weiter Teile der Bevölkerung entgegen zu wirken. Die Stärkung des Werts der Zusammenarbeit,

des Zusammenschlusses einzelner, entgegen der Wettbewerbsgesellschaft, rückt in den Mittelpunkt der sozialen Arbeit (vgl. KONOPKA 1986, S. 81).

Diese Grundlagen sozialpädagogischer Gruppenarbeit finden sich auch in unserer Arbeit wieder.

Im Mittelpunkt steht das Konzept der Dynamischen Psychiatrie nach Günter AMMON, das die Gruppe und seine Gruppendynamik unter Einbeziehung des Unbewussten in den Mittelpunkt stellt. Jeder Mensch ist bezüglich seiner Identität und Kommunikationsstruktur von frühen Gruppenerfahrungen, sprich der Primärfamilie geprägt. (vgl. AMMON 2003, S. 58)

Durch die gruppendynamische Arbeit in den Wohngemeinschaften in Verbindung mit dem ambulanten therapeutischen Setting kann eine Wiedergutmachung und nachholende Ich-Entwicklung stattfinden.

Das gruppendynamische Konzept nach AMMON führt des Weiteren den Begriff der Sozialenergie ein: „Diese entsteht durch Kontakt und Auseinandersetzung, durch Forderung an die Identität, durch Forderungen und Aufforderungen zum Tun, zur Tätigkeit und zur Aufgabe.“ (FABIAN 1995, S. 23) „Ein sozialenergetisches Feld ist der Lebensraum jedes Menschen, bezeichnet das gruppendynamische Geflecht, in dem man lebt, arbeitet und im Kontakt mit anderen Menschen ist.“ (AMMON 1982, S. 5)

## Konzeptioneller Hintergrund der TWGen

Der Trägerverein für freie und therapeutische Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie unterhält drei Wohngemeinschaften: die TWG Grünwald, die TWG Kraiburger Straße und die gruppendynamisch geleitete WG 'La Casa'. Hauptaugenmerk liegt auf der Arbeit in den therapeutischen Wohngemeinschaften, speziell auf der Projektarbeit, welche hauptamtlich von einem multiprofessionellen Team geleitet, begleitet und betreut werden.

Wie bereits erwähnt ist die

theoretische Basis für das Leben in den Wohngemeinschaften das Gruppen- und Identitätskonzept von Günter AMMON. Im Mittelpunkt steht der ganze Mensch in seinen körperlichen, geistigen, seelischen und sozialen Dimensionen, mit seinen gesunden wie auch kranken Anteilen. Seelische Störungen entstehen durch frühe krankmachende Gruppenerfahrungen, z. B. in der Pri-

märgruppe und sind demnach am besten durch korrigierende Gruppenerfahrungen behandelbar. (Trägerverein für ... 2009, S. 3).

Konzeptionelle Grundlage aller drei Wohngemeinschaften ist folglich die Annahme, dass jeder Mensch, um leben zu können ein sozialenergetisches Feld um sich herum braucht, also Menschen und Gruppen, mit denen er in lebendigem Austausch steht. Die therapeutischen Wohngemeinschaften bieten die Möglichkeit mangelnde Erfahrungen eines solchen sozialenergetischen Feldes in der Kindheit, nachzuholen und für die Identitätsentwicklung zu nutzen. (Trägerverein für ... 2007, S. 1)

Die therapeutischen Wohngemeinschaften begreifen sich als Lern- und Entwicklungsfeld, zur Erprobung neuer Lebensformen und der eigenen Beziehungs- und Arbeitsfähigkeit hin zu einem selbstbestimmten, eigenverantwortlichen Leben.

Aufnahme in den therapeutischen Wohngemeinschaften finden Menschen mit unterschiedlichen Diagnosen, ein sehr großer Anteil der Bewohner hat die Diagnose Persönlichkeitsstörung, besonders vom Borderline-Typus, aber auch Menschen mit depressiven Störungen, Angststörungen, und Menschen mit Diagnosen aus dem schizophrenen Formenkreis finden Aufnahme. Auch die Alters- und Geschlechtsstruktur ist gemischt: wir nehmen Männer und Frauen ab 21 Jahren in die Wohngemeinschaften auf. Wobei der Anteil der Frauen meist höher ist als der der Männer und die meisten Bewohner zwischen 25 und 35 Jahren alt sind.

Um das Entstehen eines sozialenergetisch-konstruktiven, gruppendynamischen Feldes, also um ein lebendiges, entwicklungsförderndes Zusammenleben zu ermöglichen und zu fördern (vgl. Trägerverein für ... 2007, S. 1), beinhaltet die Betreuungsarbeit in den TWGen folgende methodische Instrumente:

- gruppendynamischen Sitzungen,
- Tagesstrukturprojekte,
- Einzelbetreuung,
- milieutherapeutischen Projektarbeit.

Der Schwerpunkt der Betreuungsarbeit in den TWGen des Trägervereins liegt auf den gruppendynamischen Sitzungen und der milieutherapeutischen Projektarbeit. Mit diesem Schwerpunkt auf der Gruppendynamik unterscheidet sich der Trägerverein nach unserem Kenntnisstand von anderen Trägern betreuten Wohnens. Zentrale Aufnahmevoraussetzung ist, dass alle Bewohner vor Einzug eine begleitende analytische oder tiefen-

psychologisch fundierte Psychotherapie, vorzugsweise Gruppentherapie aufgenommen haben.

Die intensive, konfrontative und grenznahe Auseinandersetzungs- und Beziehungsarbeit insbesondere in den gruppodynamischen Sitzungen und der milieutherapeutischen Projektarbeit machen vielfältige Übertragungsdynamiken und Schwierigkeiten immer wieder sichtbar und damit einer therapeutischen Bearbeitung zugänglich. Da in den TWGen nicht therapeutisch im Dort und Damals gearbeitet wird, sondern gruppodynamisch im Hier und Jetzt, ist eine verantwortungsvolle Betreuung der Bewohner ohne begleitende ambulante Psychotherapie nicht möglich.

Die Wohngemeinschaften des Trägervereins verstehen sich außerdem als Teil des Behandlungsspektrums der Dynamischen Psychiatrie und sind daher eng vernetzt mit der dynamisch-psychiatrischen Klinik Mengerschwaige in München und dem LFI der DAP (vgl. REITZ, HESSEL 2006, S. 126). Damit sind die TWGen über die übliche Vernetzung hinaus in ein sozialenergetisches Feld eingebettet, das die Bewohner und die Mitarbeiter über das unmittelbare Wohnumfeld hinaus tragen kann.

Um eine professionelle Arbeit gewährleisten zu können, sind Supervision, Selbsterfahrung und Kontrollarbeit unabdingbar.

## Milieutherapie und milieutherapeutische Projektarbeit

Nach AMMON hat das milieutherapeutische Feld in der Klinik, in dem eine Gruppe selbstverantwortlich lebt und arbeitet, Realcharakter und ist zeitlich und örtlich begrenzt (vgl. GRIEPENSTROH 1982, S. 416). Dies gilt unseres Erachtens auch für den Aufenthalt in den TWGen. Die Methode der milieutherapeutischen Projektarbeit, die wir in den TWGen anbieten, basiert auf der Milieutherapie, wie sie AMMON definierte und praktizierte und auch heute noch in der Klinik Mengerschwaige angewendet wird.

In seiner 1927 gegründeten psychoanalytischen Klinik entwickelte der Arzt Ernst SIMMEL die Anfänge der psychoanalytischen Milieutherapie. Zur Behandlung schwerstkranker Patienten erweiterte er das psychoanalytische Einzelsetting und verlegte es in ein klinisches Milieu (vgl. WINKELMANN 2000, S. 9-10). Differenziert wurde dieser Ansatz dann von Karl und William MENNINGER an der Menninger Memorial Clinic in Topeka (Kansas). „Im Unterschied zu Simmels Konzept zielte die milieutherapeutische Gestaltung der Klinik aber nicht primär auf eine

umfassendere Wirksamkeit der Einzelanalyse, sondern orientierte sich in stärkerem Maße am Lebensalltag.“ (WINKELMANN 2000, S. 10) In den Mittelpunkt rückte außerdem die Arbeit mit Gruppen und die Bemühung

die Energien der Patienten in produktive Richtung zu lenken ... Aufbauend darauf konzipierte Günter AMMON die milieutheraeutische Gemeinschaft als ein Feld, in dem Patienten im Sinne von ‘repeat und repair’ ihre unbewussten Konflikte darstellen und unmittelbar im Hier und Jetzt eine Wiedergutmachung erleben können. (KRÜGER, ROHMISCH 2004, S. 34)

In der Art und Weise wie die Patienten handeln, spiegelt sich häufig die unbewusste Familiendynamik wider.

Milieutheraeutie meint das gesamte individuell ausgearbeitete Behandlungsprogramm für jeden Patienten, Milieutheraeutie nach AMMON heißt Strukturierung des gesamten Tages, heißt Arbeit an selbstgewählten Projekten entsprechend den Wünschen, Bedürfnissen, Fähigkeiten des Einzelnen. Die milieutheraeutische Projektarbeit ist eine Therapie innerhalb der nonverbalen Therapiemethoden der Klinik. (GRIEPENSTROH 1982, S. 419)

Stellt man die ambulante und stationäre Milieutheraeutie der Projektarbeit in den Wohngemeinschaften gegenüber, ergeben sich folgende wesentliche Gemeinsamkeiten und Unterschiede.

Im Vordergrund steht das gemeinsame Tun an einer gemeinsamen Aufgabe. Diese soll im jeweils zeitlichen gestellten Rahmen zu erfüllen sein. Das heißt für die TWG in der Regel eine Aufgabe, die an einem Tag zu erfüllen ist, für die ambulante Milieutheraeutie an zehn Tagen, für die stationäre Milieutheraeutie über mehrere Wochen.

Milieutheraeutie ist immer eine Therapie an den Grenzen und provoziert diese auch. Es soll in den Projekten um etwas gehen, d. h. das Projekt soll so angelegt sein, dass eine Grenzsituation hergestellt wird und die Teilnehmer tatsächlich etwas erleben. Dies gilt für ambulante, für stationäre Milieutheraeutie und für die Projektarbeit.

Die Projektarbeit arbeitet speziell an den Grenzen im Hier und Jetzt. Dies zeigt sich im Umgang mit den Materialien und dem Einhalten der gegebenen Zeitstruktur. Projektarbeit ist strukturgebend und wirksam gegen Arbeitsstörungen (lernen, punklich zu sein, Durchhaltevermögen steigern).

Der Therapeut bzw. das Wohngemeinschaftsteam ist der Garant für das Gelingen des Projektes, so sorgt er bzw. sie für das Einhalten der zeitlichen Grenzen, ist Ansprechpartner und Berater bei Fragen und Unklar-

heiten und, unterstützt bei der Klärung von Konflikten der Bewohner untereinander.

Pünktliches Fertigwerden und das Einfordern eines ordentlichen Projektabschlusses kann destruktive Aggression hervorrufen. Damit umzugehen erfordert einen erfahrenen Leiter, dem die aufkommende Trennungswut bewusst ist und der damit arbeiten kann.

Die Bewohner bzw. Teilnehmer kommen über das dritte Objekt, die Arbeit, bedeutend leichter in Kontakt. Sie gewinnen durch die Arbeit am Projekt an Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen und sie können eigene Ideen und Fantasien entwickeln und einbringen. So werden sie mit ihren konstruktiven Persönlichkeitsanteilen wahrgenommen und nicht nur mit ihren Defiziten konfrontiert. Die Wahrnehmungsfähigkeit wird gestärkt, ein Mehr an Konflikt- und Auseinandersetzungsfähigkeit entsteht und damit ein Mehr an Beziehungsfähigkeit. Letztlich können sich alle Humanfunktionen hin zu mehr Konstruktivität entwickeln.

Der grundlegende Unterschied liegt vor allem in der therapeutischen Bearbeitung: in der Projektarbeit werden tieferliegende Konflikte zwar wahrgenommen und dürfen auch benannt werden, werden aber nicht therapeutisch bearbeitet. Die einzelnen Konflikte und Themen werden auf die Gruppe bezogen und gruppendynamisch verstanden. Sichtbar werdendes Übertragungsgeschehen wird abgegrenzt und zur Bearbeitung auf die Psychotherapie verwiesen. Die Bewohner der TWG sind deshalb deutlich mehr in ihrer Eigenverantwortung gefordert aufkommende wichtige Themen in ihrer Therapie zu besprechen.

Ein weiterer Unterschied ist, dass die Projektarbeit in der Wohngemeinschaft grundsätzlich verpflichtend ist, d. h. die Motivation zur Projektarbeit entsteht hoffentlich beim gemeinsamen Tun, wenn die Bewohner direkt spüren, dass das gemeinsame Arbeiten das Miteinander in der TWG erleichtert, weil man sich besser kennen lernt, und in der Regel konstruktive Erlebnisse miteinander hat.

Im Unterschied zur stationären als auch zur ambulanten Milieuthherapie gestaltet und renoviert man in der TWG den eigenen Lebensraum. So können sich die Bewohner in ihrem Alltag an dem Geschaffenen freuen und sich damit identifizieren. Die gemeinsamen Projekte verbinden die Gruppe nachhaltig. Wesentlich ist, dass die Projektarbeit neben der gruppendynamischen Sitzung die einzige Zeit in der Wohngemeinschaft ist,

in der alle Bewohner ihre Zeit gemeinsam verbringen.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass das Hauptaugenmerk in der Projektarbeit in der TWG auf dem Beziehungsaspekt liegt, die Bewohner lernen sich leichter über das gemeinsame Arbeiten kennen. Zudem kann sich jeder Einzelne nützlich und gebraucht fühlen.

Dies deckt sich mit den Aussagen unserer Bewohner in der von uns im letzten Jahr durchgeführten Fragebogenaktion zur Projektarbeit:

So gaben nahezu alle Bewohner bei der Frage nach der Bedeutung der Projektarbeit an, dass es um die Möglichkeit geht, Kontakt zu schaffen, ein Gemeinschaftsgefühl zu entwickeln, Raum für Auseinandersetzung zu haben.

Weiterhin gaben die Bewohner an, dass es Freude mache, sinnhafte Arbeit durchzuführen, etwas Neues auszuprobieren, körperliche und handwerkliche Arbeiten durchzuführen, gemeinsam zu kochen und zu essen, Verantwortung zu übernehmen. Eine Mitarbeiterin drückte dies folgendermaßen aus: „Die Leute, die immer meinen, Projektarbeit wäre reine Maloche, die hätten noch nie die sinnliche Erfahrung gemacht ein Beet umzugraben.“ Am häufigsten wurde außerdem erneut die Entwicklung eines Gemeinschaftsgefühls genannt.

Schwer fällt laut unseren Bewohnern in der Projektarbeit vor allem das Aushalten der Kontakte, nicht wegzulaufen, sondern zu lernen sich abzugrenzen. Schwierigkeiten bereitet es auch Konkurrenz, Rivalität und Angst auszuhalten und dem eigenen Anspruch gerecht zu werden. Eine Bewohnerin betonte, neue Aufgaben anzugehen erlaube ihr auch Fehler zu machen und die Arbeit nicht bereits perfekt beherrschen zu müssen.

Die Hauptaufgaben des Teams werden von unseren Bewohnern darin gesehen auf die Struktur zu achten, bei der Abgrenzung zu helfen und Streit zu schlichten. Manche wünschen sich, dass das Team mitarbeitet, manche fühlen sich eher wie von Eltern kontrolliert und wünschen sich das Team als neutrale Beobachter und Regulator.

Im Großen und Ganzen decken sich die Aussagen der Bewohner mit gruppodynamischen Prinzipien: der Leiter ist Garant für das Gelingen des Projektes, er soll anwesend sein, nicht zu viel eingreifen aber schützend zur Seite stehen wenn nötig. Die letzte Frage bezog sich auf Änderungswünsche der Bewohner.

Die Hälfte der befragten Bewohner waren mit dem Ablauf des Projek-

tes zufrieden, einzelne wünschten sich mehr Abgrenzung, mehr Eigenverantwortung z. B. selbst am Anfang die Leitung zu übernehmen, häufiger Projektbegehungen durchzuführen, mehr Projektarbeit zu machen, aber auch mehr Ausflüge statt Projekt, mehr Fürsorge vom Team, mehr realere Situationen, wie z. B. Kochen am gruppenspezifischen Wochenende (Selbsterfahrungswochenende am Münchener Lehr- und Forschungsinstitut der DAP).

Zusammenfassend wird deutlich, dass Autonomiewünsche therapeutischen Bedürfnissen gegenüberstehen.

## Aggressionsbearbeitung in der milieutherapeutischen Projektarbeit

Aggression wird von AMMON prinzipiell als ein 'aktives Herangehen an Dinge und Menschen, als zielgerichtetes Tätigsein' im Sinne des Ad gre-di gesehen, der Aspekt des Tätigwerdens, des Tuns in der Projektarbeit ist in sich selbst schon konstruktive Aggression (BURBIEL 1996, S. 6).

Die zentrale Ich-Funktion der Aggression in ihrer konstruktiven Ausprägung, wie sie im Ich-Struktur-Modell AMMONS verstanden wird, liegt allem menschlichen Tun und Denken und Erleben zugrunde (AMMON 1969a und b). Ein Mensch mit Identität wird immer auch konstruktiv aggressiv sein, denn die Voraussetzung für einen eigenen Standpunkt, für die Fähigkeit mit anderen Menschen in Gruppen zu leben, Beziehungen zu haben, Neues zu erfahren, zu lernen [...], sich zu interessieren, Menschen und Dinge wahrzunehmen und etwas zu erleben, ist konstruktive Aggression. (MARSEN 1982, S. 166)

Folglich ist konstruktive Aggression als eine angeborene 'Umweltoffenheit' des Menschen, ein Streben nach Kontakt, Beziehung und Eindringen zu verstehen. In der Projektarbeit in den Wohngemeinschaften zeigt sich dies beispielsweise in dem Wunsch, etwas Neues auszuprobieren, das erste Mal Fliesen zu verlegen oder die Leitung einer Projektgruppe zu übernehmen. Konstruktive Aggression äußert sich außerdem in der Fähigkeit Kontakt zu seinen Mitbewohnern und zur Leitung aufzunehmen, Beziehungen einzugehen und diese z. B. den Projekttag über zu halten. Außerdem geht es darum, einen eigenen Standpunkt vertreten zu können, sich mit anderen auseinander zu setzen, andere Meinungen auszuhalten und zu akzeptieren.

Somit wirkt die konstruktive Aggression identitätsfördernd, da sie

durch das Sammeln von Erfahrungen Entwicklung möglich macht (vgl. BURBIEL 1996, S. 6). In der Projektarbeit zeigt sich häufig das Phänomen, dass Identitätsschritte mit einer gewissen Identitätsangst verbunden sein können. Dies zeigt sich oft in einem Rückgängigmachen des bereits Erreichten.

Eine Person, welche nie ein Gegenüber fand, das sie verständnisvoll annahm, kann mit destruktiver Aggression reagieren, die sie gegen sich selbst oder seine Umwelt richtet. „Der destruktiv aggressive Mensch verfügt zwar über Aktivitätspotenzial [...], aber die Fähigkeit der Aggressionsregulation ist gestört.“ (BURBIEL 1996, S. 7) Deutlich wird dies bei der Projektarbeit beispielsweise im Verschlafen oder Krankwerden, in einer immer wiederkehrenden Kontaktabwehr und -abbruch zu Mitbewohnern oder Team, aber auch zu Zielen und Aufgaben. Weitere Formen destruktiver Aggression sind fehlende Auseinandersetzungsfähigkeit und schnelles Aufgeben bei Konflikten (vgl. BURBIEL 1996, S. 6). Das Wecken von Mitbewohnern zum gemeinsamen Frühstück wird in diesem Zusammenhang oft an die Leitung bzw. Ko-Leitung delegiert, um Diskussionen mit demjenigen zu vermeiden.

Es ist zu berücksichtigen, dass destruktive Aggression nicht zwingend als negativ zu werten ist (vgl. MARSEN 1982, S. 181). So kann es für einen stets angepassten Bewohner ein Fortschritt in seiner Entwicklung sein, sich mal im Projekt zu verweigern oder nicht teilzunehmen.

Bei defizitärer Aggression sind keine Interessen, Bedürfnisse und Ziele vorhanden (vgl. BURBIEL 1996, S. 7). In der Projektarbeit äußert sich diese Form der Aggression in völliger Isolation ohne Kontaktaufnahme, starken Schuldgefühlen, einem Desinteresse am gemeinsamen Tun. Bei Bewohnern mit eher defizitärer Aggression zeigt sich dies z. B. darin, dass sie wenig eigene Wünsche haben, sich kaum beteiligen an Auseinandersetzungen, nicht am WG-Leben teilnehmen. Sie müssen ständig zum Mitmachen aufgefordert und in die Gruppe hineingeholt werden.

Unsere Supervisorin bezeichnete die Projektarbeit in der Wohngemeinschaft als Therapie an der Realität mit Fokus auf dem Realitätsbezug.

Als ganzheitlich ausgerichtetes soziales Lern- und Erfahrungsfeld, in welchen für begrenzte Zeit Lebensfeld, Arbeits- und Beziehungsebene zusammenfallen, eröffnet Milieuthérapie gepaart mit gruppensdynamischem Verständnis, wertvolle Entwicklungschancen. (SPLETE 2006, S. 178)

Die Projektarbeit findet in einem zeitlich und räumlich dichten Feld statt

und macht daher mehr Angst als das alltägliche Miteinander, wo man den Mitbewohnern leichter aus dem Weg gehen kann. Die Angst, einen bzw. keinen Platz in der Gruppe zu finden, wird in der Projektarbeit besonders deutlich und zeigt sich häufig im Widerstand vor dem Projekt (z. B. zu spät oder gar nicht kommen, langwierige Diskussionen vor Arbeitsbeginn etc.). Direktes Nachfragen, warum der Bewohner zu spät kommt kann ihn dabei unterstützen, seinen Platz im Projekt zu finden.

Sehr häufig kommen während des Projektes therapeutische Wünsche zum Ausdruck oder es wird versucht, die Lösung schwieriger Aufgaben an das Team zu delegieren. Hier geht es darum, abzugrenzen und die Bewohner zu ermuntern, eigene Lösungen zu finden.

Zum Ende des Projektes besteht die Tendenz des Rückgängigmachens: die gemachten Erfahrungen und die Arbeitsleistungen werden nicht wahrgenommen oder abgewertet. Daher ist es wichtig, eine Begehung des Projektes durchzuführen und in der Abschlussbesprechung das Erlebte festzuhalten.

### *Projektablauf*

#### 1. Vorplanung

- Team regt Bewohner zu Überlegungen an bzw. nimmt Ideen auf, die sich aus den Realitäten des Alltagslebens ergeben.
- In gruppendynamischer Sitzung: Besprechung der einzelnen Ideen und Festlegung der Kochgruppe.

#### 2. Klärung der Gruppengrenzen

- Abklärung der Anwesenheit, ggf. wecken oder anrufen,
- Befindlichkeit; hier schon Umgang mit Aggression: Themen wie Müdigkeit und Streit mit Mitbewohnern können angesprochen und ggf. bearbeitet werden,
- gemeinsames Frühstück,
- dann Festlegen der Tagesstruktur und Gruppen und Gruppenleiter,

#### 3. Durchführung der einzelnen Projekte,

#### 4. am Ende

- Begehung und Vorstellung der einzelnen Projekte mit kurzem Verlauf und Ergebnis,

#### 5. Ausfüllen der Fragebögen

- Selbstreflexion, Zu-sich-kommen, Reflexion des Tages, des Gemachten,

## 6. Abschlussbesprechung

- ausführlichere Beziehungsklärung, Klärung von Konflikten: stärkerer Bezug der Gruppenmitglieder aufeinander; Verbalisieren der Reflexion,

## 7. gemeinsames Essen.

### *Praxisbeispiel*

Folgend stellen wir ein Projekt dar, bei dem aus unserer Sicht die Auseinandersetzung mit Aggression und der Umgang damit sehr deutlich werden. Ungewöhnlich daran war, dass der eigentlichen Projektarbeit ein langwieriger 'Arbeitsprozess' vorausgegangen war und mehrere Projekttermine angesetzt werden mussten. Die tatsächlichen Projekttermine stellen daher das Ergebnis einer bereits im Vorfeld notwendigen Auseinandersetzung und Bearbeitung von defizitärer und destruktiver Aggression hin zu konstruktiver Aggression dar. Dieses Projekt ist ein eindrückliches Beispiel dafür, dass sich die Projektarbeit in der Regel aus den Anforderungen und Notwendigkeiten des Alltages ergibt und bewältigt werden muss.

Das vorgestellte Beispiel kommt aus der TWG Kraiburger Straße. Die TWG war sieben Monate zuvor in das Haus eingezogen und hatte die Küche neu eingerichtet. Zu diesem Zeitpunkt lebte eine relativ konstante Gruppe in der Wohngemeinschaft, sieben Frauen und zwei Männer.

Ende Juli 2007 bestätigte die Beobachtung eines Bewohners: In der Küche hatte sich Schimmel hinter dem Kühlschrank und unter der Fliesenfolie gebildet. Die Entdeckung des Schimmels trat kurz vor den Sommerferien auf, also in einer Zeit, in der die TWGen keine Projektarbeit anbieten und der Fokus eher auf Freizeitangeboten liegt. In dieser Zeit verfügen fast alle Bewohner über wenig therapeutische Einbindung und die Personaldecke ist urlaubsbedingt ebenfalls dünner. Die gruppendynamischen Wohngemeinschaftssitzungen der TWGen Grünwald und Kraiburger Straße werden in dieser Zeit gemeinsam durchgeführt. Gerade der Anfang der Ferienzeit ist daher geprägt von Fremdsein, Unsicherheit und Verlassenheitsgefühlen, zum anderen aber auch durch den Wunsch eine kleine Pause vom Alltagstrott zu erleben und einfach mal die Ferien zu genießen.

So verwundert es auch nicht, dass sich als erste Reaktion auf den

Schimmel Verleugnung bzw. Verharmlosung des Problems zeigte, und zwar sowohl bei den Bewohnern, als auch beim Team. Dies werten wir als defizitäre bis destruktive Aggression. Das Problem sollte an einen im Hause sowieso tätigen Handwerker delegiert werden. Allerdings gebärdete sich der Handwerker nicht als spontaner Retter in der Not. Vielmehr forderte das Team dazu auf, dass die Bewohner sich des Problems annehmen. Die Reaktionen schwankten zwischen Resignation, Fassungslosigkeit, Angst und Ekel. Viele Bewohner waren auch wütend, sich damit befassen zu müssen. Der Ruf nach Rettung wurde laut, das Team und der Vermieter sollten das Problem lösen, schließlich zahle man ja Miete. Kritik des Teams am Heiz- und Lüftverhalten der Bewohner wurde zurückgewiesen, und damit Schuld und Verantwortung an dritte delegiert.

Es erforderte viel direkte Auseinandersetzung, sich das Problem zu eigen zu machen und anzugehen. So wurde in den folgenden Tagesstrukturgruppen selbst Hand angelegt, die gesamte Folie entfernt und der Schimmel einschließlich der oberen Putzschicht mit Hammer und Meißel abgekratzt. Diese Arbeiten zogen sich über einen Monat bis in die Mitte der Sommerferien hinein. Somit konnte die Küche provisorisch weiter genutzt werden.

Etwa Ende August wurden der Vermieter und ein Bausachverständiger hinzugezogen. Hierbei stellte sich heraus, dass die Wand nicht grundsätzlich feucht war, sondern der Schaden auf unzureichendes Heiz- und Lüftverhalten zurückzuführen war. Damit waren die Bewohner auf ihre Eigenverantwortung zurückgeworfen, das weitere Vorgehen konnte nicht an dritte delegiert werden.

Es wurde beschlossen, die beiden Wände in der Küche zu fliesen, da dies die sicherste Methode schien, eine erneute Schimmelentstehung zu vermeiden. Bereits mit dem Beschluss wurde die Angst vor dem anstehenden Projekt sehr deutlich, da in der Bewohnergruppe kaum Erfahrung im Fliesenlegen bestand. „Was können wir überhaupt übernehmen, was überlassen wir doch lieber Handwerkern? Werden wir es überhaupt schaffen?“ Die vorhandene defizitäre bis destruktive Angst und Aggression zeigten sich in endlosen Diskussionen, z. B. über das Material (Farbe, Ästhetik). Diese Phase der Unsicherheit löste viel Rivalität untereinander, mit Handwerkern und dem Team aus. Um diesen offensichtlichen Widerstand aufzubrechen und dem eine Grenze zu setzen, gab das Team

eindeutige Vorgaben hinsichtlich Preis und Funktionalität der Fliesen und der weiteren Struktur.

Wie die Bewohnergruppe durchlief das Team verschiedene Stadien der Auseinandersetzung bis zur Einigung, gemeinsam mit den Bewohnern Teile des Fliesenprojektes selbständig anzugehen. Wesentlich war hier, dass eine Mitarbeiterin praktische Erfahrungen im Fliesen legen hatte und so eine gewisse Sicherheit gegeben war. Mit der konstruktiven Auseinandersetzung im Team war es nun möglich die Bewohnergruppe zu fordern, deren Selbstvertrauen und das Vertrauen in die Gruppe zu stärken.

So kristallisierte sich nach den Sommerferien folgende Vorgehensweise heraus: in einer Tagesstrukturgruppe Mitte September wurde eine provisorische Küche im Wohnzimmer eingerichtet, die Küchenschränke abgehängt und in der Küche Platz geschaffen.

Am Samstag darauf fand das erste Projekt nach den Ferien statt. Hier wurde die Küche weiter ausgeräumt und der Putz an zwei Wänden in der Küche abgeschlagen. Ein Bewohner, der das Projekt leitete, wies seine Mitstreiter in den Gebrauch eines Bohrhammers ein, so dass die Arbeit mit dem richtigen Werkzeug gut voran kam und das Tagessoll erfolgreich bewältigt wurde. Trotz Angst und Anspannung kam zeitweise Spaß auf; Zitat einer Bewohnerin:

*„Den Dreck runterzureißen, mal mächtig auf den Putz hauen zu können. Die Depression wich dem handfesten Aggressionsabbau und machte Platz für konstruktive Aggression. Wie angstbeladen das Projekt trotz allem war, zeigte sich beispielhaft am Fernbleiben vom Projekt und am zeitweiligen Rückzug einiger Bewohner während des Projektes. Aufgabe des Teams war es, diese Angst wahrzunehmen, aber auch immer wieder einzugrenzen und damit die Integration aller Bewohner zu fördern. Dies geschieht durch kurze klärende Einzelgespräche, durch Ermutigung der Projektmitglieder, Bewohner wieder zurückzuholen oder auch durch direkte Mitarbeit des Teams beim Projekt. Im Vordergrund stand vor allem die Förderung der konstruktiven Anteile. Der Projektleiter traute sich etwas zu, wies andere umsichtig und vertrauensvoll in die Aufgaben ein. So probierten einiges Neues aus, wie den Umgang mit dem Bohrhammer. Eine Bewohnerin gab in ihrem Projektbogen abschließend an: 'Hab mich was getraut obwohl ich Angst davor hatte, hab' [wieder] mit*

*der Seminararbeit begonnen.’“*

Die konstruktive Auseinandersetzung in der Projektarbeit fand somit auch Niederschlag in der Bewältigung eigener Realitätsanforderungen. Auch die Kochgruppe erlebte in der provisorischen Küche im Wohnzimmer eine Grenzsituation, musste improvisieren und gut zusammenarbeiten. Ihnen gelang am Ende eine wohlschmeckende Mahlzeit.

In der Abschlussbesprechung zeigte die Gruppe gesamt deutlich konstruktive Aggression. So wurde gemeinsam beschlossen, bereits am kommenden Samstag statt erst in 14 Tagen das nächste Projekt durchzuführen, um die Küche gemeinsam zu fliesen. Am Anfang der Woche kam ein Handwerker um die Küche neu zu verputzen.

Der Putz wurde rechtzeitig trocken und so konnte tatsächlich am folgenden Samstag gefliest werden. Zu Beginn gab es langwierige Diskussionen. Fallen alle Fliesen womöglich wieder runter, wie wird das ganze überhaupt gerade? Da das Projekt sehr umfänglich schien, eine Bewohnerin ein Einzelanliegen verfolgen wollte, Seminararbeit schreiben, und zwei Bewohner nicht anwesend waren, wurde auf eine Kochgruppe verzichtet. Zu Anfang herrschte deutlich defizitäre und destruktive Aggression in der Gruppe vor. Die Angst vor Verantwortung wurde im Widerstand deutlich. Das Team stand hier als Konstante zur Verfügung, dass seine Erfahrung einbringt, den hohen Angstpegel der Gruppe wahrnimmt, Sicherheit und Zutrauen vermittelt. Es behält die Projektaufgabe im Blick, konfrontiert mit der Widerstandsdynamik und fordert den konkreten Projektbeginn ein. So wurden zunächst die Fliesen und das restliche Material im Baumarkt besorgt und dann wurde gemeinsam gemessen, zurechtgeschnitten, angerührt und gefliest.

Zum Abschluss wurde von allen angemerkt, dass es ‘beschissen’ war, dass es nichts zum Essen gab. Gesamt wurde das Projekt von den Bewohnern sehr unterschiedlich bewertet, war jedoch für alle eine sehr eindrückliche Grenzerfahrung. Da das Projekt nicht endgültig abgeschlossen werden konnte, zeigte sich in der weiteren Planung eine gewisse Erschöpfung und Enttäuschung. Das Team musste daher einen zeitnahen Abschluss einfordern und bei der weiteren Planung stärker unterstützen. Hier wird sehr deutlich, wie wichtig es ist, dass ein Projekt realisierbar und zu bewältigen sein muss, damit auch ein Erfolgserlebnis sichtbar wird und nicht nur Frustration und Erschöpfung angesichts der nicht er-

füllten Aufgabe zurückbleibt.

In diesem Projekt zeigte sich im Sinne defizitärer und destruktiver Aggression eine Tendenz des Rückgängigmachens und der mangelnden Würdigung der eigenen Leistungen. Das Team war gefordert, das Erreichte gerade in der Abschlussbesprechung trotz der erlebten Belastungen nicht untergehen zu lassen.

Eigenständig übernahmen einige Bewohner in den folgenden Tagen noch kleinere Vorarbeiten, so dass an einem außerordentlichen, freiwilligen Projekt unter der Woche die letzten Arbeiten vorgenommen werden konnten. Das fertige Ergebnis, eine geflieste Küche, hinterließ ein Mehr an Selbstbewusstsein, Stolz und Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Fähigkeiten einer Gruppe.

## Ausblick

Projektarbeit ist im Tun schon konstruktive Aggression: der Bewohner lernt sich etwas zuzutrauen, kann eigene Ideen entwickeln und diese umsetzen. Er entdeckt seine Stärken und Schwächen und kann sich und die Anderen in der Gruppe erfahren. Für den Bewohner ist es eine wichtige Erfahrung, „dass Realität bewältigbar ist, ohne dass die Störungen gedeutet oder die Beziehung mit dem Patienten analysiert wird.“ (KLEYLEIN 2003, S. 187) Das Arbeiten im Hier und Jetzt steht im Vordergrund.

Der Bewohner erlebt einen sinnhaften Umgang mit Arbeit und Tätigsein und kann sich damit identifizieren. Man kann etwas leisten, sich wichtig fühlen und auch Alltagskompetenzen für das Leben nach der TWG erwerben.

Für diese Arbeit braucht es Mitarbeiter, die ausgebildet sind in Gruppendynamik und milieutherapeutische Selbsterfahrung besitzen. Die Betreuer stellen sich als Person zur Verfügung, mit eigener Identität und mit eigenen Interessen, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Wenn Betreuer selbst viel Angst vor Auseinandersetzung haben und daher diese nicht zulassen können oder eher beschwichtigen, kann auch die Gruppe ihre Auseinandersetzungen nicht führen.

Die sich gründende Langzeitwohngemeinschaft hat über die betreuten WGen hinaus für sich erkannt, dass Projektarbeit als Beziehungs- und Kontaktgeschehen helfen kann, ihr Zusammenleben konstruktiv zu gestalten und ihnen Struktur gibt. Daher haben sie diese in ihrem Hausver-

trag bindend verankert.

Für manche Bewohner ist das Projekt beispielhaft für eine sinnhafte Tagesstrukturgestaltung. Tatsächlich wäre es besonders für diese wichtig, das wir kontinuierlicher Projektarbeit anbieten, bis diese in der Lage sind, einer eigenen Arbeit und Tätigkeit außer Haus nachzugehen. Zu überlegen wäre konzeptionell die Gründung einer Tagesstätte mit milieuthérapeutischen Ansatz.

## Milieu Therapeutic Project Work and Dealing with Aggression in Therapeutic Communities

Dorothea Richartz, Helen Pletzer, Lena Schilcher (München)

Central to social work, support work, community work, and social group work is empowerment to self-help with a view to social integration of the clients. Here, the group potential can play an important role; social group work can be understood as an instrument of empowerment and as a contribution to successful integration of clients. The task, together with the clients', is to develop ways of participating socially and to create group experiences when clients' social interaction skills have ceased due to social changes or where these experiences are purely performance and result-oriented. Social group work creates scope for social learning, increases ability to act and, in doing so, increases social participation. Supported housing makes the greatest use of the potential contained in social group work, because it offers medium and long term space for living, functioning and trialling.

The fundamentals of social group work can also be found in our work. The focus, however, is the concept of Dynamic Psychiatry as stipulated by Günter AMMON. This concept places the group and its dynamic, including the unconscious, into the centre. Everyone's identity and communication structure originates from early group experiences, in other words, within the primary family. (s. AMMON 2003, p. 58)

Through group dynamic work in therapeutic communities, in cooperation with the out-patient therapeutic setting, reparative experiences and development of self can occur.

AMMON's group dynamic concept introduces the idea of social energy.

“This emerges from contact and conflict/dispute, demands/call/request on our identity, the demand to act, to action and to carry through.” (FABIAN 1995, p. 23)

“A social energetic field is the living space of all human beings, it signifies the group dynamic network in which we live, work and where we are in contact with others.” (AMMON 1982, p. 5)

In order to enable and support the development of an environment of constructive social energy and group dynamic, i.e. living together in a way that is lively and supports development (Trägerverein für ... 2007, p. 1), the support work carried out in therapeutic communities uses the following tools:

- a. group dynamic sessions,
- b. projects which provide daily structure,
- c. individual support,
- d. milieu therapeutic project work.

Intense confrontational debates and relationship work, which always touches the boundaries, especially as it occurs during the group dynamic sessions and the milieu therapeutic project work, result in apparent multifaceted transfer dynamics and difficulties. In doing so, the clients' difficulties can be worked with therapeutically, having been highlighted through the aforementioned transfer dynamics.

According to AMMON, the milieu therapeutic surroundings in hospital, in which the group lives and work autonomously, possess a sense of reality and are limited in time and space (s. GRIEPENSTROH 1982, p. 416). In our opinion applies to clients residing in therapeutic communities. The method of milieu therapeutic project work, as we offer it to the residents, is based on milieu therapy as defined and practised by AMMON and still, to this day, at the Mengerschwaige clinic in Munich.

Milieu therapy pertains to the entire, individually designed treatment program for each patient; milieu therapy, according to AMMON, entails a complete structure for the whole day, working on individually selected projects according to the wishes, desires and abilities of the individual. The milieu therapeutic project work is a therapy within the non-verbal therapy methods the clinic offers. (GRIEPENSTROH 1982, p. 419)

By comparing and contrasting out-patient and in-patient milieu therapy with project work in therapeutic communities, we can establish the following crucial commonalities and differences.

The emphasis is on working together on a joint project within a given time frame. Milieu therapy and project work are always touching on and testing boundaries. Project work emphatically operates within the boundaries of the present place and time. This manifests itself in handling materials and keeping to the given time structure. The therapist or the community team acts as guarantor for the success of the project; he/she makes sure the time structure is adhered to and acts as contact person and advisor when there are questions and lack of clarity. Furthermore, he/she supports the resolving of conflicts amongst residents.

Contact among the residents or participants, is greatly facilitated via the third object: the project. Through working on the project, participants increase their feeling of self-worth and self-confidence and are able to develop and share their own ideas and imagination. Therefore, they will be perceived by their positive characteristics and are not purely confronted by their deficiencies. Perception is strengthened and an increased ability for conflict and dealing with conflict and dispute emerges. This, in turn, leads to a greater ability to form relationships. In the end, all human capabilities can develop towards greater constructiveness.

The fundamental difference lies, above all, in the therapeutic handling of certain situations. During project work, possible underlying conflicts are noticed and can be named, but they will not be dealt with therapeutically. Individual conflicts and issues are related to the group and understood in group dynamic terms. Emerging transferences will be separated out and referred to psychotherapy. In contrast with in-patient and out-patient milieu therapy, the project work within the therapeutic communities gives residents the opportunity to design, decorate and renovate their own space. This allows the residents to enjoy the fruits of their labour on a daily basis and to identify with their work. These joint projects ensure a sustained bonding of the group.

In conclusion, we stipulate that the main feature of project work in therapeutic communities is the relational aspect; the residents get to know each other more easily via the joint project work. In addition, each individual can feel useful and needed. Last year, in a residents' questionnaire asking about project work, the above statements were confirmed.

AMMON understands aggression as an "active approach to things and people, as being active with a goal in mind" in the sense of an 'ad gredi',

the aspect of becoming active, the 'doing' within project work is in itself constructive aggression (BURBIEL 1996, p. 6).

As a consequence, constructive aggression must be understood as human beings' innate openness towards the environment, a striving for contact, relationship and new impressions. In the therapeutic communities' project work this becomes apparent in the desire to test out new ground; to tile a wall for the first time or to take over the leadership of the project group for example. Constructive aggression expresses itself in the ability to make contact with other residents and management, to enter into relationships and to maintain these over the course of the project day. Furthermore, it is about the ability to stand one's ground, to be able to discuss matters constructively with others and to survive and accept differing opinions.

A person who has never had an significant person, who accepted them with understanding, may react with destructive aggression, either directed against themselves or the environment. "The destructive aggressive person possesses potential for activity [...], but the ability for aggression regulation is disturbed." (BURBIEL 1996, p. 7) This manifests itself during a project by a resident oversleeping or becoming ill, in a repetitive rejection and severing of contact to other residents and/or the team, as well as the rejection of tasks and goals. Further manifestations of destructive aggression are a lack of ability to dispute constructively and giving up as soon as conflicts arise (s. BURBIEL 1996, p. 6). It is important to notice that destructive aggression is not in itself necessarily negative (s. MARSEN 1982, p. 181). For a constantly conformist resident it can mean progress in his/her development if he/she refuses to work on a project or if they do not participate at all.

Deficit aggression means that there are no interests, desires or aims (s. BURBIEL 1996, p. 7). In project work, this type of aggression manifests itself in total isolation, without any contact with others, strong feelings of guilt and a general lack of interest in the joint activity.

## Case Study

In what follows, we would like to present a project which, we think, clearly depicts how aggression can be constructively dealt with. What was unusual was that the actual project work was preceded by a long-

term process of work for which several project days had to be scheduled. The actual project days are therefore a result of a previously necessary constructive dispute and the turning of deficit and destructive aggression towards constructive aggression. The project is an impressive example of how project work emerges from the demands and necessities of everyday living which have to be coped with.

Our case study is taken from the therapeutic community at Kraiburger Straße. By the end of July 2007 one resident noticed that in the kitchen of the house, mould had developed behind the fridge and adhesive tiles. It took much time and many arguments until residents were able to own and tackle the problem. The following course of action evolved. By mid-September we had set up a temporary kitchen in the lounge, in order to make space in the kitchen, so that we could hack the plaster off two affected walls and re-tile the area. During the first project day we had some fun, despite anxiety and tension. "Rip off the filth and have a wild time."

Depression gave way to some serious letting off of steam and made room for constructive aggression. How anxiety-ridden the project was, however, manifested itself in absences from the project and temporary withdrawal by some of the residents during the project work. The task of the team was to realise the anxiety but also to put it in its place and therefore support the integration of all residents; the main aim was to bring forward constructive parts in everybody. During the discussion at the end of the project, the group as a whole displayed clear constructive aggression and it was decided to tile the kitchen together the following weekend. At the beginning of the project, deficit and destructive aggression were clearly dominant within the group. The fear of assuming responsibility became apparent in residents' resistance.

The team provided a constant feature, inputting its experience, realising the high level of anxiety within the group and providing safety and confidence. Overall, the residents judged the project very differently, but everyone found it to be an impressive experience around boundaries. In the sense of deficit and destructive aggression, this project also displayed a tendency to retract one's achievements or not to appreciate them as much as they deserved. During the final discussion, the team needed to ensure that the achievement did not get lost in all the experi-

enced pressure. The final result, a tiled kitchen left greater assertiveness, pride and self-confidence in residents' own abilities and the abilities of the entire group.

## Outlook

Project work is in itself constructive aggression: the residents learn to trust their abilities; they can develop their own ideas and turn them into reality. They discover strengths and weaknesses and can learn from and encourage one another within the group. For the residents it is an important experience "that reality is manageable without disorders being interpreted or relationships with patients being analyzed." (KLEYLEIN 2003, p. 187) Working 'in the here and now' is at the centre. The residents experience a meaningful contact with work and being occupied and are able to identify themselves with it. They can achieve something, have a sense of importance and, in addition, are able to acquire skills for life after the therapeutic community.

This work requires employees who are trained in group dynamic work and who have been through self-awareness experience within milieu therapy. The support workers are involved with their entire personality, their identity and their own interest, abilities and skills.

## Literatur

- Ammon, G. (Hg)(1982): Hdb Dynam. Psychiatrie. München: Reinhardt.  
 — (Hg)(2003): Analytische Gruppendynamik. Eschborn: Klotz.  
 Böhnisch, L. (2005): Sozialpädagogik der Lebensalter. Weinheim, München: Juventa.  
 Burbiel, I. (1996): Definition der Humanfunktionen. (Unveröffentl.; unpublished)  
 Fabian, E (1995): Glossar der Grundbegriffe der Dynamischen Psychiatrie. [Unveröffentl.; unpublished]  
 Griepenstroh, D. (1982): Zur therapeutischen Bedeutung von Tätigsein; S. 407-435. In: →Ammon (1982).  
 Kleylein, H. (2003): Zur Bedeutung der Psychoanalyse für die Sozialarbeit in der Dynamischen Psychiatrie. *Dynam Psychiatrie* 36:185-198.  
 Krüger, H.; Römisch, S. (2004): Milieutherapie: 'Repeat and Repair'. In: 25 Jahre dynamisch-psychiatrische Klinik Mengerschwaige. Festschrift; S. 34-36. München: Druckprojekt Print.  
 Konopka, G. (1986): Soziale Gruppenarbeit. Ein helfender Prozess. Weinheim, Berlin: Beltz.  
 Marsen, B. (1982): Neurophysiologische Aspekte der Dynamischen Psychiatrie; S. 123-210. In: →Ammon (1982).  
 Mühlum, A. (2005): Rehabilitation; S. 1481-1490. In: H. Otto; H. Thiersch (Hg): Hdb Sozialarbeit. Sozialpädagogik. München: Reinhardt.

- Reitz, G.; Hessel, T. (2006): Erfahrungen und Ergebnisse aus der Arbeit in den Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie. *Dynam Psychiat* 39:126-140.
- Stimmer, F. (2006): Grundlagen des methodischen Handelns in der Sozialen Arbeit. Stuttgart: Kohlhammer.
- Splete, R (2006): Zur Gruppendynamik der Aufbauphase therapeutischer Wohngemeinschaften (TWGs). *Dynam Psychiat* 39:175-189.
- Trägerverein für freie und therapeutische Wohngemeinschaften der Dynamischen Psychiatrie e. V. (2009): Jahresbericht 2008. München
- (2007) Konzeption. München (unveröffentl.; unpublished)
- Winkelmann, U. (2000): Aggression mal konstruktiv. Eschborn: Klotz.

# Grenzen und Grenzverletzungen in Gruppen in ihrer Bedeutung für den kreativen Prozess

Katharina Kreißl (München)

A group that enables people to feel related, develop themselves and dilate their identity needs secure but flexible boundaries. Only a group with such boundaries is creative and functioning. This article demonstrates the negative effects of lacking or rigid boundaries, as well as the importance of the leader as the central person who guarantees the boundaries. A vivid group needs a continuous process of contention about the boundaries. Finally the meaning of group boundaries for the therapeutic process and the work on boundaries for therapy groups are being described.

Keywords: group boundary, hurt boundary, group, creativity, central person.

Menschliche Entwicklung und menschliches Zusammenleben haben fundamental mit der Etablierung und Modifizierung von Grenzen, mit Grenzziehung, Grenzveränderungen oder Grenzverletzungen zu tun. Soziale Systeme, Gruppen, Institutionen und Staatengebilde definieren sich über Grenzziehungen zwischen Innen und Außen, Dazugehören und Nichtdazugehören. Entwicklungsperspektiven und Überlebenschancen hängen erheblich von der Art und Weise innerer und äußerer Grenzziehung ab sowie von der Fähigkeit bei Veränderungen innerer und äußerer Bedingungen Grenzen und ihre Durchlässigkeit zu ändern.

Auch für das Gelingen von Gruppenprozessen ist die Etablierung und Gestaltung von Grenzen von zentraler Bedeutung. Nach ANZIEU (in NERI 2006) hat eine Gruppe eine Hülle, welche die Individuen zusammenhält. Solange sich diese Hülle nicht konstituiert hat, handelt es sich um ein Aggregat von Personen, jedoch nicht um eine Gruppe. Eine Hülle, welche die Gedanken, Worte und Handlungen zusammenhält, gestattet es der Gruppe, einen inneren Raum zu entwerfen, der ein Gefühl von Freiheit vermittelt und einen Austausch innerhalb der Gruppe garantiert, sowie eine eigene Zeit, mit einer Vergangenheit, aus der die Gruppe ihren Ursprung herleiten kann, und mit einer Zukunft, in die sie die Verfolgung ihrer Ziele projiziert.

AMMON (1979) sagt, die Entwicklung und Erhaltung einer Gruppen-grenze ist ebenso wie die 'zentrale Person', d. h. der Leiter der Gruppe,

von grundlegender Bedeutung. Gruppengrenzen sind eine unentbehrliche Voraussetzung um aus einer Gruppe jenen 'zwischenmenschlichen Innen-Raum' werden zu lassen, in den hinein die einzelnen Gruppenmitglieder kreative und konstruktive Beiträge einbringen können und Entwicklungsmöglichkeiten vorfinden.

## Bedeutung der Grenzen für die Kreativität

Kreativität kann sich nur im Rahmen einer freundlich umgebenden Gruppe mit flexiblen Gruppengrenzen entfalten. Nur wer gelernt hat, sich einer Gruppe anzuvertrauen, seine eigenen engen individuellen Ich-Grenzen aufzugeben, kann sich dann im Schutz der Gruppengrenzen neu definieren, d. h. das ganze Potenzial einer Gruppengrenze für eine Erweiterung seiner Humanstruktur nutzen.

Durch die Herstellung einer flexiblen, gemeinsamen Gruppengrenze, mit der sie den Patienten umgibt, entlastet sie (die Gruppe) das schwache und gestörte Ich des Patienten und bildet in der Realität ihrer interpersonellen Beziehungen ein Vorbild für die Ich-Grenzen, die der Patient im Zuge seiner nachholenden Ich-Entwicklung aufbauen soll. (AMMON 1973a)

Eine integrierte Gruppe fungiert so als Ensemble aller Ich-Funktionen und ist der Prototyp für ein integriertes Ich.

Kreativität definiert AMMON (1999) als schöpferisches Schaffen, ausgedrückt in der Fähigkeit, bisher Ungedachtes zu denken, etwas bislang Unbekanntes zu entwickeln, sich und andere über ungeahnte Möglichkeiten in Freude, Erstaunen, Fragen, Auseinandersetzungen und in Beziehung zu bringen. Kreativität findet nicht immer und unbedingt ihren Niederschlag in einem Kunstwerk, einem Bild oder einer Komposition, sondern zeigt sich vor allem in einem kreativen Lebensstil des Menschen. Um einen Menschen in diesem Sinne als kreativen Menschen bezeichnen zu können, bedarf es zwingend der Erforschung und des Interesses an seinem Lebensstil, der Neugierde und der Frage: Wer ist dieser Mensch, wer will er sein, wer will er werden, was hat er zu sagen, wer ist er für andere, wie lebt er, wie hat er gelebt? Fragen, die im Konzept der Dynamischen Psychiatrie Grundlage jeder menschlichen Beziehung sind, weil sie die Frage nach der Identität des Menschen stellen (AMMON 1979).

Man kann davon ausgehen, dass Menschen, die einen kreativen Le-

bensstil leben, immer wieder Trennungs- und Grenzsituationen ausgesetzt sind. Dies bedeutet, unsere persönlichen Trennungs- und Grenzsituationen in unserem bisherigen Leben in der Gruppe zu reflektieren, z. B. Trennungs- und Grenzsituationen aus der Kindheit, in der gegenwärtigen Gruppe sowie unseren Umgang mit der Angst vor Trennung und Grenzsituation.

So wie der kreative Mensch immer von einer kreativen Gruppe umgeben sein wird, so ist der kreative Prozess ohne eine Begrenzung nicht möglich. Erst eine Grenze schafft die Notwendigkeit und Voraussetzung für das Sich-Öffnen, sich Verändern und Kreativsein. In diesem Sinne ist die wichtigste Grenze die Begrenztheit des menschlichen Lebens. Kreativsein heißt, diese Grenze ernstzunehmen, eine eigene Lebenszeit zu haben und seiner Existenz einen Sinn zu geben.

## Was versteht Ammon unter gesunden und pathologischen Gruppengrenzen?

Gesunde Gruppengrenzen sind flexible Grenzen, sie umschließen ein psychologisches Feld, in dem die Gruppe Erfahrungen, Ziele, Bedeutungen und Handlungen als die ihrigen erlebt.

Eine Gruppe ist für AMMON dann kreativ, arbeits- und lernfähig, wenn sie sich über unbewusste Projektionen von Ängsten, Fantasien, Erwartungen auseinandersetzt und gegen diese abgrenzt. Diese Auseinandersetzung ist immer wieder neu zu leisten, wenn die Gruppe lebendig und kreativ bleiben will. Gelingt dies nicht, entstehen Arbeitsstörungen, die sich in zwei Polen zeigen können: die Gruppe gleitet ab in eine tote Symbiose, in der alle Gruppenmitglieder grenzenlos und gelähmt miteinander verschmelzen oder in eine chaotische Symbiose, in der das gemeinsame Ziel untergeht in destruktiven und rechthaberischen Dauerdiskussionen rationaler oder affektiver Art.

Pathologische Gruppengrenzen sind entweder starr oder durchlässig und brüchig sowohl nach außen als auch nach innen. Gruppen, die sich nach außen abschließen mit Arbeitszielen sind Gruppen, mit erstarrten Grenzen, in denen nichts geschieht. Es sind symbiotische und tote Gruppen, die Gruppenmitglieder verharren miteinander psychisch leblos in diesen Symbiosen. 'My home is my castle' ist die Ideologie dieser Grup-

pen. Gruppen dieser Art bilden anstelle kreativer und übergreifender Arbeit viele überinstitutionalisierte und rigide Verhaltensregeln aus bzw. unterwerfen sich ihnen. Es sind Gruppen ohne lebendigen zwischenmenschlichen Raum und ohne lebendige und mit bedeutsamem Geschehen erfüllte Lebenszeit.

Die tote Gruppendynamik wird spürbar an dem Gefühl, herumzuhängen, nichts von Bedeutung und Belang zu tun, scheinbar grundlos erschöpft zu sein oder ebenso scheinbar grundlos beengt und bedrängt zu werden durch die anderen Gruppenmitglieder, an dem Gefühl, die Decke falle einem auf den Kopf und dem Gefühl sich abgrenzen zu müssen, um sich zu retten vor der vereinnahmenden Leere. In seiner Arbeit 'Was macht eine Gruppe zur Gruppe?' (1973b) hat AMMON lebendige bewegliche Gruppengrenzen nach außen als ein entscheidendes Kriterium für eine kreative Gruppe genannt. Starre, bürokratische und institutionalisierte, der Abwehr von Bedürfnissen und Konflikten dienende Grenzen und den Mangel an Grenzen hat AMMON als pathologische Kennzeichen toter bzw. destruktiver Gruppen bezeichnet.

Bei brüchigen Gruppengrenzen nach außen kommt es zu viel Einfluss und Anforderung von außen, die Gruppe kann keine eigene Identität entwickeln, sie ist abhängig und kann ausgenutzt werden. Bei fehlenden Gruppengrenzen kann man sagen, dass die einzelnen Menschen sich nie klar und erkennbar zum Arbeitsprojekt der Gruppe entschieden haben und ihre Stellung dem Projekt gegenüber immer diffus geblieben ist. Bei starr festgelegten Gruppengrenzen hingegen tritt durch das hierdurch entstandene Fixieren von Rollenpositionen bzw. Arbeitsabläufen eine sozialenergetisch Verkümmern nicht geforderter Humanfunktionen sowie ihre Kompensierung durch einseitige Spezialisierungs- oder Routinetätigkeit ein. In beiden Fällen, d. h. sowohl bei starren als auch bei diffusen Gruppengrenzen kann es nicht zu Lernprozessen und damit auch nicht zu Identitätsprozessen kommen. Es ist daher sowohl für das konstruktive Gedeihen der Arbeit wie für die lebendige und kreative Existenz der Gruppe von entscheidender Bedeutung, dass sie immer wieder Auseinandersetzungen um die Grenzen der Gruppe ermöglicht und austrägt.

Zu Gruppen- und Arbeitsprozessen werden immer auch Krisen und Grenzsituationen gehören. Es liegt in der Natur der Zusammenarbeit von

Gruppen, dass sie ohne Auseinandersetzung, ohne Leistungsforderungen, ohne Enttäuschung und Versagungen, ohne psychische Verwundungen nicht möglich sind. Wichtig ist aber, dass die gegenseitigen Erwartungen und Bedürfnisse verbalisiert werden und die Gruppe sich freundlich darüber einigt.

In diesem Prozess bildet die Gruppe ihre Grenzen nach innen, die einzelnen Gruppenmitglieder differenzieren sich voneinander, geben sich zu erkennen und können so zusammenkommen. Erst an diesen Grenzen können Lernfähigkeit und Kreativität der Gruppenmitglieder sich entfalten. Bei starren Gruppengrenzen nach innen herrscht in der Gruppe reines Funktionieren und ein Mangel an Kreativität. Bei brüchigen Gruppengrenzen nach innen kommt es zu Überflutung von unbewusstem Material aus der Welt der Fantasien und Träume. Zu flexiblen Gruppengrenzen nach innen gehört auch das Entwickeln eines realen Gefühls für die Zeit, d. h. die Abgrenzung der omnipotenten Vorstellung einer grenzen- und endlosen Zeit. Arbeitsprojekte können bei fehlenden inneren Grenzen nie verwirklicht oder vollendet werden. Aber auch hier ist zu sagen, dass die Arbeitsprojekte ihrerseits, einbezogen in den gruppendynamischen Wechselprozess, die entsprechenden humanstrukturellen Grenzen bilden helfen. Dort, wo Ich-Grenzen defizitär oder starr sind, kann auch die Angst, die das Arbeitsprojekt macht, nicht erfahrbar gemacht werden. In der Auseinandersetzung mit der Arbeit können die konstruktiven Aspekte der Angst sich entwickeln, Arbeitslosigkeit dagegen erzeugt destruktive Angst, die gepaart ist mit destruktiver Aggression durch die ständige Frustration der Identitätsbedürfnisse.

## Die Bedeutung des Leiters für die Gruppengrenzen

Der Leiter der Gruppe, die zentrale Person, stellt in ihrer Person die ersten Gruppengrenzen dar, in dem sie die Gruppenregeln zu Beginn des Gruppenprozesses einführt (Verschwiegenheit nach außen, Offenheit nach innen, regelmäßige Teilnahme), die Gruppe nach außen schützt, nach innen die Aggressionen annimmt und durch ihr Interesse, Neugier und Zuwendung ein Milieu für das Selbsterleben es einzelnen in der Gruppe herstellt (AMMON 1979). Der Beziehungsaspekt der Gruppe zu ihrer Leiterin wird als modellhafte Auseinandersetzung für die Entwicklung von Gruppengrenzen dargelegt. Nur wenn die Leiterin die Ausein-

andersetzung eingeht, Grenzverletzungen abgrenzt und einen gemeinsamen Verstehensprozess herbeiführt, kann die Gruppe sich den unbewussten Wünschen und Bedürfnissen gegenüber abgrenzen, weil sie nicht mehr abgewehrt werden müssen und die Gruppe kann beginnen, ihre eigene Identität als Gruppe nach außen und innen zu bestimmen.

AMMON schreibt: „Als entscheidendes Problem stellt sich die Frage, ob eine Gruppe in der Lage ist, sich selbst gegenüber der Umwelt abzugrenzen und dadurch eine eigene Identität zu gewinnen.“ (2003) Kontinuität, Häufigkeit und zeitliche Ausdehnung der Sitzungen müssen festgelegt werden, Verschwiegenheit nach außen, Offenheit nach innen und regelmäßige Teilnahme sind notwendige Voraussetzung (Gruppenvertrag).

Von der Frage, ob und wieweit eine Gruppe fähig ist, sich selbst nach innen gegenüber ihren Ängsten, Bedürfnissen und Hoffnungen und nach außen gegenüber den Anforderungen der Umwelt konstruktiv abzugrenzen, hängen Belastbarkeit, Reichweite und Flexibilität ihrer Identität ab Dieser Prozess der Abgrenzung der Gruppe durch den Aufbau beweglicher Grenzen der Gruppe ist das, was eine Gruppe zur Gruppe macht. (AMMON 2003)

Es handelt sich dabei um einen psychodynamischen Entwicklungsprozess, an dem alle Mitglieder der Gruppe intensiv teilnehmen und der mit der jeweils spezifischen Persönlichkeitsentwicklung und dem Selbsterleben ihrer Mitglieder eng verbunden ist.

Zu malignen Gruppenphänomenen verbunden mit Grenzverletzungen, die abgegrenzt werden müssen, zählen Mobbing, Sündenbockdynamik, Gruppendruck, Konformitätsdruck, Subgruppenbildung, Schweigepflichtverletzung, Gewalt und Gewaltandrohung, Körperliche Übergriffe etc.. Verletzungen dieser Art können verheerende Folgen für das Arbeitsklima und die Arbeitsfähigkeit der Gruppe haben. Sie müssen von der Gruppenleiterin unmittelbar aufgegriffen werden und einer Klärung und Bearbeitung in der Gruppe zugeführt werden.

### *Kennzeichen einer geschlossenen Gruppengrenze*

Das Auftreten von Gruppenträumen ist ein wichtiges Indiz dafür, dass die Gruppe kohärente Gruppengrenzen gebildet hat und dass die Träumer selbst die Gruppengrenze als eigene Ich-Grenze internalisieren können. Jeder Traum, der in die Gruppe gebracht wird, ist daher zu verstehen als ein persönlicher Kommentar, eine Interpretation der unbewuss-

ten Dynamik des Gruppengeschehens. Diese Gruppengrenze entsteht häufig über den Schutz des sich herausbildenden Außenseiters der Gruppe und/oder indem der Gruppenleiter die Aggression der Gruppe auf sich nahm und dieser standhielt. Dies bewirkt, dass die Gruppe Vertrauen in die Leitung und damit in das Standhalten der Gruppe insgesamt schafft. In dem Maße, wie die Gruppe und die Leitung belastbar sind, wächst das Vertrauen auch die dunklen 'Schatten-Seiten' in die Gruppe hineinzubringen, und damit eine Integration dieser wichtigen, häufig als peinlich empfundenen oder abgelehnten Aspekte zu ermöglichen. Erst diese Integration bewirkt einen Identitätszuwachs.

### Grenzereignis bzw. Grenzverletzung

Die Etablierung von Gruppengrenzen hat auch der englische Psychoanalytiker und Gruppentherapeut FOULKES hervorgehoben und er hat mit dem Begriff des 'Grenzereignisses' ein Konzept entwickelt, dass die Auffassung der Gruppengrenzen in einen systematischen Zusammenhang mit der theoretischen Auffassung der Gruppe und des Gruppenprozesses zu bringen versucht. Die Bildung und Entwicklung der grundlegenden Gruppenstruktur oder, mit FOULKES zu sprechen 'der Gruppenmatrix', vollzieht sich durch die Etablierung von Gruppengrenzen und einer Folge von Grenzereignissen, in denen diese Grenzen erprobt und modifiziert werden (1974).

Einfache Beispiele für solche Grenzereignisse sind: Unpünktlichkeit, die unentschuldigte oder mehr oder weniger fadenscheinig begründete Abwesenheit bei einer oder mehrerer Sitzungen, das Verlassen des Raums während der Sitzung etc..

In der Gruppenpsychotherapie, Gruppendynamik und Selbsterfahrung in Gruppen geht es ja gerade um Veränderung im und durch den Gruppenprozess; die Gruppengrenze eröffnet einen Raum für die Reinszenierung von außerhalb der Gruppe lebensgeschichtlich erworbenen Beziehungsmustern und ist mit der Erwartung verknüpft, dass Veränderungen dieser Muster aus dem Binnenraum der Gruppe in die Lebenswelt der Gruppenmitglieder übertragen werden.

Nach WINNICOTT eröffnet die Gruppe einen 'potenziellen Raum' der nonverbalen und verbalen symbolischen Darstellung, in dem die Gruppenmitglieder sich mit den zentralen Szenen ihrer Biografie einbringen

können, ohne dass die Konsequenzen eintreten, die lebensgeschichtlich mit diesen Szenen verbunden waren. Dies ermöglicht eine kreative Umarbeitung der eingebrachten Szenen und den Entwurf neuer Szenen für die zukünftige Lebenspraxis (WINNICOTT 1974).

Als Möglichkeitsraum vermittelt er zwischen der Innenwelt der Gruppenmitglieder und der äußeren Wirklichkeit, zwischen den auf die anderen Gruppenmitglieder gerichteten Impulsen und deren Reaktionen auf diese Impulse. Voraussetzung für das Gelingen ist daher, dass das, was in der Gruppe stattfindet, vom persönlichen und sozialen Leben außerhalb der Gruppe in doppelter Hinsicht abgekoppelt ist: es ist abgekoppelt von den Zwängen und Sanktionen, es ist aber auch abgekoppelt von den Befriedigungen und Wünschen, die auf die Gruppenmitglieder und Leiter gerichtet sind. Die Gruppengrenzen gewährleisten diese Abkoppelung, und die Grenzereignisse fordern, insbesondere die Gruppenleitung, dazu heraus, sie entsprechend der Entwicklung des Gruppenprozesses immer wieder neu zu vollziehen.

In diesem Verständnis bedeutet 'Gruppengrenze' dass nicht die Abschottung, sondern die Vermittlung der abgegrenzten Bereiche ins Zentrum der Betrachtung rücken. Der Bruch zwischen innerer und äußerer Welt, zwischen dem Individuum und seinen Bezugspersonen soll verhindert und stattdessen einen kreativen Austausch ermöglichen. Grenzen sind danach nicht ohne Bezogenheit und Gemeinsamkeit, sondern vielmehr als Regulative und Entwicklungschancen von Beziehungen zu denken. Gruppengrenzen sollen neue Wege eröffnen, die Innenwelt der Gruppenmitglieder und die Realität ihrer Lebenswelt miteinander in Verbindung zu bringen.

Für FOULKES (1974) entsteht psychische Störung, wenn lebenswichtige Antriebe und Mitteilungen nicht in das kommunikative Geflecht des familialen Netzwerks einbezogen bzw. ausgegrenzt werden. Innere Isolation und Ausgrenzung erscheinen dann als Bedingung von Zugehörigkeit. Psychische Störung ist also immer auch eine Kommunikationsstörung. An dieser Kommunikationsstörung ist nicht nur der Einzelne beteiligt, der unter dieser Ausgrenzung manifest leidet, sondern auch die anderen Familienmitglieder, die sie mit hervorgebracht haben und von ihrer Aufrechterhaltung für die eigene psychische Stabilität profitieren.

Massive Grenzverletzungen in der Familie etwa stellen sich so als

Symptomatik der Selbstaussgrenzung des Opfers dar, während das, was wirklich geschehen ist – die Verantwortung des Täters und die Einbeziehung der übrigen Familie in das Geschehen – einem Kommunikationsverbot unterliegt, das die Zugehörigkeit zur Familie abverlangt und dem sich in der Regel auch das Opfer unterwirft. Zum Verstehen dieser Dynamik bedarf es eines den Rahmen der Familie sprengenden umfassenden kommunikativen Netzwerks, das für seine Stabilität dieser Isolation und Ausgrenzung nicht bedarf.

Ohne engagierte Reinszenierung, die diese Dynamik in der Gruppe mit Nachdruck zur Geltung zu bringen versuchen, kann sie nicht in einen gemeinsamen Veränderungsprozess einbezogen werden. Aber ohne dass die Gruppeninteraktion und Gruppenkommunikation von ihnen abweicht und sie mit einem Moment der Fremdheit und Unvertrautheit konfrontiert, eröffnen sich in der Reinszenierung keine Veränderungsspielräume und die Gruppenmitglieder bleiben mit ihnen wieder isoliert und ausgegrenzt. Dieses Moment wird daher häufig durchaus ambivalent erlebt: Als Risiko des Bindungsverlustes, aber auch als Chance der Veränderung. Es markiert die Differenz und den Konflikt zwischen der Zugehörigkeit zur Herkunftsfamilie und der Zugehörigkeit zur Gruppe.

Die gruppenanalytische Kernthese, dass die Entwicklung des Gruppenprozesses sich an den wichtigsten Stationen seiner Entfaltung in Grenzereignissen manifestiert, ist im Kontext dieses Konflikts zu verstehen. Das Isolierte und Ausgegrenzte artikuliert sich an der Grenze der Gruppe, weil es in der Familie keinen Platz und in der Gruppe noch keinen Platz hat. Die frühere Ausgrenzung wird wiederholt und zugleich erprobt, ob sie sich wiederholt. Es wird auch getestet, ob die Gruppe in der Lage ist, ihre Grenzen und damit die Bedingung für Zugehörigkeit und das notwendige Maß an Vertrautheit bei der Integration des Ausgegrenzten zu bewahren. Die Aufhebung der Ausgrenzung bedarf selbst wiederum der Begrenzung: sie findet nicht im Raum der realen Familie statt, sondern ist ermöglicht durch den symbolischen Raum der Gruppe.

In jedem Grenzereignis wirkt ein mehr oder weniger starker Sog zur Refamilialisierung der Gruppe, nicht nur, weil die familiäre Ausgrenzung reinszeniert wird, sondern auch weil der Wunsch, die Ausgrenzung ungeschehen zu machen mit dem Antrieb ringt, sie als lebensgeschichtliche Realität anzuerkennen und zu bearbeiten und dadurch den Bann zu

lösen, den sie auf die Gegenwart ausübt. Jedes Grenzereignis steht daher im Spannungsfeld von Grenzverletzung und Übergangsraum.

Entsprechend den beiden Konfliktlinien, die die Differenz von Familiensystem und Gruppe markieren, sind Grenzereignisse immer, wenn auch mit jeweils spezifischer Gewichtung, sowohl auf die Leiter als auf die Gruppe bezogen. Es gehört zu den zentralen Aufgaben der Gruppenleitung, in der Auseinandersetzung mit Grenzereignissen integrierende neue Grenzziehungen zu ermöglichen, und in der Anfangsphase der Gruppe ist sie hier besonders gefordert: der Beitrag der Gruppe ist dabei aber unentbehrlich und um so bedeutsamer, je fortgeschrittener die Gruppenkohäsion ist.

Die Etablierung und Aufrechterhaltung von Gruppengrenzen sind notwendige Voraussetzung um Schutz- und Entwicklungsraum für die Gruppenmitglieder zu geben. Die Gruppengrenzen sollten stabil und flexibel sein. Sie müssen ausreichend durchlässig bleiben, damit ein übergeordneter, gemeinsamer Gruppenprozess alle Teilnehmer verbindet und Spaltungs- und Polarisierungstendenzen zwischen den Gruppenmitgliedern verhindert. Grundsätzlich kann man festhalten, dass in jedem Grenzereignis Ausgrenzung und der Wunsch nach Integration steckt.

## Demarcations and Demarcation Injuries in Groups and Their Meaning for the Creative Process

Katharina Kreißl (München)

Human development and human social existence are fundamentally connected with the establishing and modifying of demarcations, like the drawing of demarcations, changing demarcations as well as the injuring of demarcations

The succeeding of group processes depends on the establishing of demarcations and is therefore of central meaning. According to ANZIEU (s. NERI 2006) a group is surrounded by a frame which holds the individual group members together. A frame containing thoughts, words and actions is permitting a group to create inner space and own time. AMMON (1979) mentioned that the demarcations of a group are an indispensable requirement for the forming of such 'interpersonal inner-

space' in which the individual group member can place creative and constructive contributions and can find the chance for his development.

### The Meaning of Demarcations for the Creativity

Creativity as defined by AMMON (1999) is a creative acting which expresses in the ability to have thoughts like never before, to develop the until know unknown, to make relationship with others about undreamed possibilities of joy, astonishment, questions and discussions. This especially shows up in a creative lifestyle. Important discussions can be started about questions like: who does this person seem to be? What or who does he wants to be? What does he want to become in life? What does he have to say? What does he represent for the others, how did he live his life so far? Questions like this are the basis for each human relationship in the concept of the Dynamic Psychiatry because they are questioning the identity of a human being (AMMON 1979). Creativity only can unfold if the surrounding group is of friendly nature and has flexible group demarcations.

### What is Ammon's Understanding of Healthy and of Pathological Group Demarcations?

Healthy group demarcations are flexible; they can keep together a pathological field where group members can experience their aims, meanings, and actions of the others as if they were their own. According to AMMON, a group is creative and shows the ability to work if they are able to discuss as well as to limit off the unconscious projections of anxiety, phantasies and expectations. Pathological group demarcations are either rigid or they are fragile as well as to the outer as to the inner space. Groups with rigid demarcations to the outside have none vitality or activity. They either form overly institutionalized rules or they completely submit to them. These groups are lacking any interpersonal space and any meaningful lifetime. This lifeless group dynamic can lead for the individual group members to the feeling that one never has done anything meaningful in life. Groups with broken demarcations often are influenced and challenged from the outside, they depend on the others and they can be taken advantage of, so, that they are unable to develop an

own group identity. For the constructive succeed of working as well as for the vivid and creative existence it is of central meaning for the group to offer discussions and arguing about the groups demarcations. It is important that the reciprocal expectations and needs can be verbalized and that the group can come to a friendly agreement. During this process the group is forming their inner demarcations, the individual group members can differentiate from one and another, they show recognition and this way they group can grow together. Rigid inner group demarcations are leading the group to plain functioning without any creativity. Broken inner group demarcations are leading the group to an extreme influence of unconscious material from phantasies and dreams.

### The Meaning of the Group Leader for the Group Demarcations

The leader of the group, the central person, is representing the first group demarcations. He introduces the rules of the group, he protects the group against outer influences and he accepts aggressions inside of the group. By his interest, curiousness and care he forms a milieu for self-experience for the individual group member (AMMON 1979). The aspect of the relationship to the group leader stands for a model of a discussion for the development of group demarcations. Group phenomena with injuring the group demarcations like mobbing, scapegoat dynamic, group pressure, conformity pressure, forming of subgroups, violence and threats of violence and physical attacks can result into tremendous disturbances for the working climate and the working ability for the group. The have to be recognized and limited off directly by the group leader and there has to follow a clearing discussion with the group.

### Marks of a Well Rounded Group Demarcation

The occurring of dreams are an important indicator that the group has formed well rounded group demarcations and the dreamer himself is able to internalize the group demarcation as if it was his own ego-demarcation. Each dream brought to the group can be understood as a personal command like an interpretation of the unconscious dynamic of the group activity.

## Injuries of Demarcations

The English psychoanalyst and group psychotherapist FOULKES (1974) emphasized the establishing of group borders and developed with the term 'demarcation occurrence' a concept trying to bring the understanding of group demarcations in a systematic context with the theoretical understanding of a group's process. The forming of a 'group matrix' is carried out through the establishing of group demarcations and a continuation of demarcation incidents in which these demarcations can be tried out.

In group psychotherapy, group dynamic and self-experience in groups we are dealing with changes within and through the group process. The demarcation of a group is opening up a space for the reproduction of experiences made outside of the group concerning dealing with patterns of disease causing relationships and is connected with the expectation that they can carry out the changes of old patterns out in their life. According to WINNICOTT (1974) the group is opening a 'potential space' for verbal and nonverbal presentations.

Group members can present their central issues without having to fear any consequences similar to what they remembered from their life history. This way it is possible to use this for a creative change of old patterns and develop new ideas for the future practice in life. 'Group demarcation' does not mean to cut off but it is the imparting of the cut off areas into the center of consideration. The cut between the inner and the outer world, between the individual and his relating persons has to be prevented and instead enable for a creative exchange. According to FOULKES (1974), psychic disturbances arise, if important life urges and messages are either not integrated in the communicative net of the family or it is cut off. Inner isolation and exclusion show up as a form of dependency. Psychic disturbances always are disturbances of the communication.

For an understanding of such dynamics it needs a communicative setting which exceeds the family frame, a setting where isolation and exclusion is not needed. Without an engaged re-producing, such dynamics cannot be integrated into a mutual process of change. The basic issue of group analysis is that the development of a group process is manifested in the most important demarcation incidents and is to look at in the con-

text of the conflict. The isolation and the exclusion shows at the demarcation of the group there was no attention in the family and within the group is no space yet. The early exclusion is repeated and experimented at the same time if it will be the same experience in the group like earlier in the family.

There also is a testing if the group is able to keep their demarcation and the appropriate measure of confidence for the integration of the excluded ones. The abolishing of the exclusion again needs a demarcation which does not take place inside of the real family, but is enabled through the symbolic space of the group. Corresponding to both conflict lines which are marking the difference between the family system and the group – always are demarcation experiences – although with different focuses concerning the group leader and the group as well. It is one of the central issues of a group leader, to draw new and integrating demarcations during the discussions, especially in the beginning of a group process: Therefore, here the contribution of the group is indispensable and especially meaningful so much more the group cohesion has progressed.

### *Literatur*

- Ammon, G. (1973a): *Dynamische Psychiatrie*. Darmstadt, Neuwied: Luchterhand.
- Ammon, G. (1973b): *Was macht eine Gruppe zur Gruppe?*
- Ammon, G. (Hg)(1979): *Hdb Dynam. Psychiatrie*; Bd. 1. München: Reinhardt.
- Ammon, G. (Hg)(1999): *Gruppendynamik der Kreativität*. Eschborn: Klotz.
- Ammon, G. (2003): *Analytische Gruppendynamik*. Magdeburg: Klotz.
- Brandes, H. (Hg.) (2005): *Grenzen und Grenzverletzungen in Gruppen. Die Gruppe in Klinik und Praxis*. Bd. 1. Opladen: Budrich.
- Foulkes, S. (1974): *Gruppenanalytische Psychotherapie*. Frankfurt/M.
- Neri, C. (2006): *Gruppenprozesse*. Gießen: Psychosozial.
- Winnicott, D. (1974): *Vom Spiel zur Kreativität*. Stuttgart.
- Katharina Kreißl, Pädagogin M.A., Milieuthérapeutin und Gruppendynamikerin. Arbeitet seit 2004 in der Klinik für Dynamische Psychiatrie.

### *Adresse*

Katharina Kreißl • Clemens-Straße 101 • 80796 München • [katharina.kreissl@web.de](mailto:katharina.kreissl@web.de)

# Trennungsprozesse der Eltern vor einer Kinderreise des psychoanalytischen Kindergartens in München

Hildegard Fink (Übersee)

This paper investigates separation processes within a parents group at the psychoanalytic preschool before an annual children's excursion. Within Gün-ter AMMON's human structure model in the Dynamic Psychiatry it sets out the key psychoanalytic and group dynamic principles of the psychoanalytic pre-school's approach to child development promoting and autonomy as well as preventing mental illness. Two case studies illustrate the importance of sup- porting parents separation processes within the network of groupdynamic processes between children, nurse teachers and parents groups. These benefit from a thus successful childrens' excursion, enhancing steps of development, building their identity.

Keywords: groupdynamic network, development of identity, mutual trust, integration, regulation of wishes and needs

Mein Anliegen ist es, die Bedeutung der Elternarbeit im psychoanalyti- schen Kindergarten für die ersten Trennungsschritte von Kindern und Eltern aufzuzeigen. Die Beispiele sind aus der Vorbereitungszeit vor der jährlich stattfindenden Kinderreise ausgewählt.

Der psychoanalytische Kindergarten 'Purzelbaum' der DGG in Mün- chen wurde 1976 gegründet und ist ein staatlich anerkannter Integrati- onskindergarten

Das psychoanalytische Konzept dieses Kindergartens hat Gisela AM- MON (1976) herausgearbeitet. Sie griff psychoanalytische Ansätze Anna FREUDS, Nelly WOLFHEIMS u. a. auf, hat sie weiterentwickelt und das Gruppenkonzept Günter AMMONS integriert. REITZ und DOLDINGER (1993) und KAUFMANN und THOME (2007) trugen zur Weiterentwicklung bei.

Ziel ist die Förderung einer gesunden Entwicklung des Kindes und die Prävention psychischer Erkrankung durch die Identitätsentwicklung des Kindes.

Wesentlich bei der Entwicklung der eigenen Identität ist der Aufbau flexibler Ich-Grenzen, die die ständige Ich-Erweiterung und Ich-Verän- derung erlauben. Dies ist nur möglich, wenn die Kraft und die Lust des Kindes, die Welt für sich zu erobern (konstruktive Aggression), von der

Familiengruppe und auch von den Kindern und Erzieherinnen unterstützt (WINKELMANN 2000) und im Kontakt Wünsche und Bedürfnisse reguliert und Grenzen gesetzt werden. An der Grenze von Ich und Gruppe findet Entwicklung statt (Günter AMMON 1979).

Für den Kindergarten bedeutet dies, dem Kind eine erfahrungsfreudige Kindergruppe zur Verfügung zu stellen, in der miteinander gespielt, gelacht, geweint, gestritten, gelernt werden kann. Aufgabe der Erzieherinnen ist es, die Gruppengrenzen festzulegen, Regeln zu vertreten und den Tag zu strukturieren: freie und strukturierte Spiele, gemeinsames Essen und Ausflüge. Beziehungserfahrungen, die besonders im Spiel gezeigt werden, können gesehen, korrigiert und neue Erfahrungen gemacht werden.

Im Kindergarten sind verschiedene Gruppen präsent: die Kindergruppe, die Mitarbeitergruppe (Erzieherinnen und Kinder- und Jugendtherapeuten), die Familiengruppe und die Elterngruppe, die miteinander ein gruppenspezifisches Geflecht auf verschiedenen Ebenen darstellen (Gisela AMMON 1979a).

Die gruppenspezifischen bewussten und unbewussten Prozesse der jeweiligen Gruppen beeinflussen sich gegenseitig. Um diese zu verstehen und somit die Kinder in ihrer Identitätsentwicklung fördern zu können und den Eltern einen Erfahrungsraum bereitzustellen, beinhaltet das Konzept eine 14-tägig stattfindende Teamsupervision und Elternabende, die von Gruppenspezifiker/-innen geleitet werden.

Ich beschränke mich hier auf die Elternarbeit vor der Kinderreise.

Die wichtigste Aufgabe der Elterngruppenleiter ist es, eine Vertrauensbasis aufzubauen, um eine Auseinandersetzung mit der Familiengruppe, mit dem Kind, mit sich selbst, mit den Erzieherinnen und den Leitern der Elterngruppe zu ermöglichen, d. h. gruppenspezifische Prozesse zu initiieren, zuzulassen und zu unterstützen.

Gruppenspezifisch ist die Grenzsetzung der verpflichtenden Teilnahme am Elternabend von existenzieller Bedeutung, da die Grenzen den inneren Raum bilden, der Sicherheit bietet, damit in der Wahrnehmung und Auseinandersetzung der Eltern untereinander und mit den Erzieherinnen Beziehungen geklärt werden und Vertrauen entstehen kann. Der verpflichtende Besuch des Elternabends stellt auch eine Aufforderung an die Eltern dar, den Raum und die Gelegenheit ernstzunehmen, die Tren-

nungen der Kinder, die immer von Verlustängsten begleitet sind (Gisela AMMON 1978), zu verstehen, anzunehmen und die Verantwortung für ihre eigenen Gefühle zu übernehmen. Somit vertreten die Leiter der Elterngruppe auch die Interessen der Kinder und die pädagogische Aufgabe.

Bevor ich anhand von Fallbeispielen die Bedeutung gruppendynamischer Trennungsprozesse der Eltern vor einer Kinderreise aufzeige, möchte ich Ihnen die Kindergruppen mit ihren Erzieherinnen und das Projekt Kinderreise kurz vorstellen:

Es gibt zwei Kindergruppen mit jeweils 15 Kindern, davon je fünf Kinder mit Entwicklungsstörungen und eine gemeinsame Elterngruppe. In jeder Kindergruppe arbeiten drei Erzieherinnen. Die Kindergartenleiterin und eine Erzieherin arbeiten neu seit September 2005 im Kindergarten. Die zusätzliche Förderung der Kinder mit Entwicklungsstörungen wird von einem Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeuten und einer Psychologin geleistet. Ich bin Gruppendynamikerin und leite mit einer Psychologin die Supervision des Kindergartenteams und des Elternabends.

Einmal im Jahr fahren die Kinder mit ihren Erzieherinnen acht Tage auf einen Bauernhof. Eine Reise, auf der Kinder und Erzieherinnen Tag und Nacht miteinander verbringen, die Umgebung erforschen und vorstrukturierte Projekte (z. B. Indianer-, Naturforschungsprojekt) wählen, die die Kinder gruppenübergreifend, interessegeleitet durchführen.

Die Kinderreise ist ein besonderes Projekt im Kindergarten. „Gruppendynamisch gesehen, bedeutet diese Reise für die Kinder einen größeren Schritt aus der Familiengruppe heraus in die Erziehergruppe hinein“ (REITZ, DOLDINGER 1993, S. 413). Sie ist ein Projekt mit eigenen Grenzen und bedeutet eine besondere Herausforderung für Kinder, Eltern und Erzieher. Die Eltern müssen sich acht Tage von ihren Kindern trennen, was einen intensiven Trennungsprozess auslöst. Die Erzieher müssen mehr Verantwortung übernehmen, Schutz und Sicherheit rund um die Uhr bieten. Diese Anforderungen bedeuten auch, die Grenzen der Familiengruppe und des Kindergartens zu öffnen und neue Erfahrungen zu sammeln. So können innere Strukturen weiterentwickelt werden (WINKELMANN 2000).

Die Kinderreise findet immer sechs Wochen vor Ende des Kindergartenjahres statt. In der Vorbereitungszeit zur Kinderreise zeigt sich auch

wie viel Kontakt, Vertrauen und Gruppengrenzen in den Kinder-, Erzieher- und Elterngruppen in der gemeinsamen Arbeit entstanden sind. Es wird in der Reflexion nach einem Elternabend klar, dass die Kinder, deren Eltern kontinuierlich den Elternabend besuchen, einen festen Platz in der Kindergruppe haben und somit am besten integriert sind. Die Eltern zeigen Interesse aneinander, äußern mehr und mehr ihre Bedürfnisse und Gefühle und setzen sich mit den Erzieherinnen auseinander. Unsere Erfahrung zeigt, dass die Austauschprozesse am Elternabend sich in der Kindergruppe widerspiegeln und sich entlastend auf die Kinder auswirken, d. h. auch, dass die Kinder mehr Autonomie gewinnen und sich von den Eltern abgrenzen dürfen.

Gruppendynamische Prozesse vor der Kinderreise werden in den Kindergruppen ausgelöst beim Aufbau von Strukturen durch Fragen: Wer hat Lust mitzufahren? Wer will was mit wem machen? Wer will mit wem schlafen? So werden Beziehungen deutlich, Gefühle wie Ängste und Vorfreude wahrnehmbar. In der Erziehergruppe stellen sich die Fragen nach der äußeren Struktur, die die Gruppengrenze aufzeigt, nach der Aufgabenverteilung, dem Kontakt der Erzieher untereinander, den Kontakten zu den einzelnen Kindern und den Gefühlen, die die größere Verantwortung auslösen.

Die Umsetzung dieser spezifischen gruppendynamischen Elternarbeit ist oft sehr schwierig. Die Schwierigkeiten werden vor einer Kinderreise besonders deutlich, weil diese Öffnung der Familiengruppe eine hohe Anforderung an die Eltern darstellt. Die Angst vor Gruppen überhaupt, Angst vor Beziehungen (ca. ein Drittel der Eltern beherrschen die deutsche Sprache nur unvollständig) Versagensängste, Schuldgefühle und die Angst vor der Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen sind oft größer als die Kontaktwünsche. Das bedeutet für die Leiter der Elterngruppe, mit viel Geduld so viel Vertrauen in der Elterngruppe aufzubauen, dass die Eltern sich öffnen können.

Die gesamte Vorbereitungszeit auf die Reise erstreckt sich über drei Monate, denn gruppendynamische Prozesse brauchen Zeit.

Eine spezifische Anfangssituation zeigt folgendes Fallbeispiel: Zum ersten Elternabend erscheinen sehr wenige Eltern. Es kommt zu einer Auseinandersetzung zwischen Kindergartenleitung und den Leitern der Elterngruppe über den Elternbrief, in dem der Ort, die Zeit d. h. die äu-

ßeren Grenzen der Kinderreise und die benötigten Kleidungsstücke mitgeteilt wurden. Dieser Brief sei zu spät geschrieben worden. Die neue Kindergartenleiterin fühlt sich von den Leitern der Elterngruppe zu wenig unterstützt. In der Supervision wird deutlich, dass die fehlende Kommunikation unbewusst Verlassenheit und Angst vor Neuem auslöste und Rivalität ausdrückte. Wichtig für die Gruppenbildung war die Auseinandersetzung, die hier um die Zusammenarbeit geführt wurde. In der Nichtteilnahme vieler Eltern wurde der Widerstand gegen die Kinderreise deutlich, hinter dem die Angst und die Abwehr vor dem Einlassen auf die Gefühle steht, die die Kinderreise auslöst: auch hier die Angst vor Verlust, vor Neuem und vor der Rivalität. Die Auseinandersetzung um die Zusammenarbeit wurde noch vermieden.

Wichtig ist, dass die Leiter der Elterngruppe das Ziel der Kinderreise aufrechterhalten und die Grenzen des Elternabends vertreten. Dies ist die Voraussetzung, dass sich die Gruppe über Auseinandersetzung schließen kann. Auch für die Erzieherinnen ist diese Art der Elternarbeit neu und stellt hohe Anforderung an ihre Auseinandersetzungsfähigkeit.

Trennungsprozesse der Eltern verlaufen nicht einheitlich, sondern hängen von der jeweiligen spezifischen Eltern-Kind Situation ab. Die unbewusste Gruppendynamik der Familiengruppe vor der Kinderreise wird vor allen Dingen darin sichtbar, wie die Eltern damit umgehen, ihre Kinder loszulassen und für acht Tage anderen Menschen, hier den Erzieherinnen, anzuvertrauen.

Aufgrund unserer Erfahrung drücken zu Beginn der Vorbereitungen die Kinder und Eltern, die große Verluste und Trennungen erlebt haben, ihre Angst als Abwehr und als Ambivalenz aus. Eltern entscheiden, dass ihr Kind gerade zu diesem Zeitpunkt wegen anderer Planungen nicht mitfahren kann. Ein Beispiel der Ambivalenz des Kindes drückt sich so aus, dass es nicht weiß, ob es mitfahren will. An einem Tag will es, am nächsten nicht. Gruppendynamisch gesehen sind diese Erwachsene und Kinder zu Beginn das Sprachrohr der gesamten Kindergartengruppe: kann die Kinderreise gelingen oder bedeutet sie eine Überforderung für Kinder, Eltern und Erzieherinnen?

Die Teilnahme an den Elternabenden ist Voraussetzung für die Teilnahme der Kinder an der Kinderreise. Gruppendynamisch gehen Eltern mit dieser Anforderung auf Grund ihrer eigenen Geschichte verschieden

um und deshalb ist der flexible Umgang mit den Grenzen wichtig.

Die Eltern des fünfjährigen Integrationskindes Stefan kommen nicht zum Elternabend. In einer Supervisionssitzung wird der Wunsch der Erzieherinnen der Kindergruppe klar, dass er mitfahren solle, weil er sich im Kindergarten wohlfühlt und sich aus seiner Isolation herausbewegt. Er könne dort einen geregelten Tagesablauf erleben. Er wird zu unterschiedlichen Zeiten gebracht und von unterschiedlichen Personen abgeholt. Auch er will mitfahren. Die Psychologin, die ihn zusätzlich fördert, unterstützt dies und berichtet von der Kontakt- und Gruppenangst der Mutter. Auch sei die Mutter nicht in der Lage, Grenzen zu setzen. In der Widerspiegelung verbreitet sich in der Gruppe ein Gefühl der Hilflosigkeit, Beliebigkeit der Beziehung und Strukturlosigkeit. Eine Erzieherin drückt die Sorge aus, dass die Mutter die Realitätsanforderungen nicht erfüllen könne. Die Psychologin gelöscht beschließt, mit der Mutter zu sprechen. Im Kontakt mit der Psychologin und in Einzelgesprächen der Erzieherin mit der Mutter kann so viel fordernde Unterstützung aufgebaut werden, dass sie die Hilfe der Erzieherinnen annehmen kann und drei Tage vor der Reise der Koffer gepackt und alle notwendigen Formalitäten erfüllt sind und Stefan mitfahren kann. Die Psychologin ist in diesem Fall die Kontaktbrücke zwischen Mutter und Erzieherinnen und kann die Kontaktangst ein Stück weit auflösen. Durch das Annehmen der Unterstützung kann die Mutter auch die Bedürfnisse ihres Sohnes wahrnehmen, so dass Stefan mitfahren kann, obwohl die Mutter den Elternabend nicht besucht.

Auch der Prozess des jüngsten Kindes aus der Gruppe ist bemerkenswert:

Der dreijährige Tobi besucht seit September neu den Kindergarten und ist das kleinste Kindergartenkind. Seine Eltern, die ein zweites Kind erwarten, besuchen regelmäßig den Elternabend. Sie sind an Kontakten zu anderen Eltern interessiert. Die Eltern werden gefragt, ob sie sich vorstellen können, dass ihr Sohn auf die Kinderreise mitfährt. Eine Erzieherin seiner Gruppe kann sich dies gut vorstellen, weil sie guten Kontakt zu ihm hat. Er nimmt auch Kontakt zu anderen Kindern auf und hat einen festen Platz in der Kindergruppe. Es stellt sich für die Erzieherinnen die Frage, ob er aufgrund seines Alters und in Erwartung eines Geschwisters sich schon von den Eltern trennen könne. Die anderen Eltern erzählen

von der letzten Kinderreise, den Erlebnissen und ihren Erfahrungen. Die Mutter äußert ihre Zweifel, ob die Erzieherinnen ihren Sohn genügend wahrnehmen. Im weiteren Verlauf kann sie ihre Trennungsangst spüren. Das Zulassen der eigenen Gefühle in der Elterngruppe bedeutet auch eine Grenzöffnung und ein Zulassen von Öffentlichkeit. Es zeigt, dass Vertrauen zu den anderen Eltern, zu Erziehern und den Leitern der Elterngruppe aufgebaut worden war. Die Eltern können Tobi loslassen und er kann mitfahren.

Auf dem letzten Elternabend teilt eine Mutter von vier Kindern, die schon viele Kinderreisen ihrer Kinder erlebte, als Sprecherin der Elterngruppe mit, dass die Kinderreise für sie immer wieder neu eine große Herausforderung bedeute, dass sie sich auch freue, ihre zwei Kinder mitfahren zu lassen. Sie äußert ihre Angst, dass etwas Gefährliches passieren könne. Hier zeigt sich, dass das Loslassen der Kinder immer wieder neu emotional erlebt werden muss. Es ist kein einmaliger abgeschlossener Erfahrungsprozess, sondern ein gruppenspezifischer Prozess, der von den einzelnen Kindern, Eltern und Erzieherinnen und Leiter der Elterngruppe im Hier und Jetzt gestaltet wird und so jedes Jahr anders verläuft. Dass dieser gruppenspezifische Prozess so differenziert wahrgenommen wird, zeigt auch den Entwicklungsprozess innerhalb der Eltern-, der Kinder- und Erzieherinnengruppe auf.

Die Leiterin des Kindergartens ärgerte sich über die Angstdiskussion in der Gruppe. Erst auf die Frage, wie sie in Gefahrensituationen reagiere, kann sie wahrnehmen, dass sie zwar schnell und situationsgerecht handle, aber dann die Angst als Folge erst spüre. Sie kann dann die Äußerung der Mutter auch als ein Ausdruck des Anvertrauens verstehen, denn nur in einer Gruppe, in der der Einzelne sich gesehen weiß, kann Angst geäußert werden.

Nach den drei Monaten Vorbereitung, in denen viele Prozesse in den Kindergruppen, auch eine Probeübernachtung im Kindergarten, Wahl des Bettnachbarn und der Teamgruppe, abliefen, die sich gegenseitig beeinflussen, sind siebzehn von dreißig Kinder gefahren. Für die anderen dreizehn Kinder wurde eine Feriengruppe gebildet.

Mein Anliegen war es, aufzuzeigen, dass die Elternarbeit wichtig für die Entwicklung und somit für den Identitätsaufbau des Kindes und die Erfahrungserweiterung der Eltern ist. Gerade die ersten Trennungsschrit-

te der Kinder aus der Familiengruppe erfordern eine Unterstützung für die Eltern, die eine Gruppe am besten leisten kann. Die Aufgabe der Leiter der Elterngruppe ist es, die Eltern zu unterstützen, den Elternabend als Raum des Austausches und des sich Zeigens zu nützen, um ihre Familiengrenzen zu erweitern und zu verändern. Können Sie ihre unbewussten Wünsche und Sorgen wahrnehmen und äußern, Beziehungen zu den anderen Eltern eingehen und sich mit ihnen verbünden und in eine Auseinandersetzung treten, können sie ihre eigenen Grenzen öffnen, so können sie auch die Bedürfnisse ihrer Kinder sehen und sie in ihrer Entwicklung unterstützen. Dies gilt auch für die Erzieherinnengruppe.

Gerade Trennungen sind für Kinder immer mit Verlustangst verbunden und gleichzeitig Schritte, Neues zu erleben und eigene Autonomie- und somit Identitätsschritte in ihrer Kindergruppe zu machen. Dabei spielen die Projekte der Kinderreise, die die Struktur setzen, eine große Rolle, auf die ich in dieser Arbeit nicht eingegangen bin.

Die Vorbereitungszeit, die Kinderreise selbst und die Nachbereitungszeit sind gemeinsame Erfahrungs- und Lernprozesse der Eltern, Erzieherinnen und Kinder, die sich gegenseitig beeinflussen, und für alle neue Erfahrungen und Identitätserweiterung ermöglichen.

## Working with Parents in a Psychoanalytical Preschool (with Case Study of a Children's Excursion)

Hildegard Fink (Übersee)

The purpose of this paper is to demonstrate the importance of the work with parents in a psychoanalytical preschool when the first steps of separation are due for both children and parents. The following examples have been observed during the preparation period for the yearly week-long children's excursion at the psychoanalytical preschool 'Purzelbaum' of the DGG in Munich.

For the development of a child's own identity it is essential to develop flexible borders of the ego which allow a continuous expansion and a change of the ego. This can only be successful if the natural power and joy of a child to conquer his world ('constructive aggression') is encouraged by the family group, the children themselves and the preschool

teachers. Through being in contact with each other in the group, wishes and needs are regulated and boundaries are set. Development takes place at the border of the ego and the group (Günter AMMON 1979).

The various groups of the preschool (the children's group, the staff members and the parents group) represent a group-dynamic network on several levels (Gisela AMMON 1976).

In order to understand the conscious and unconscious processes, and thus to be able to further the children's development of identity and to provide the parents with a field of experience, the concept includes a team supervision and a meeting of parents every fortnight, which are led by group dynamists.

The most important task of the leader of the parents group is to build mutual trust in order to provide a room for conflicts with the family group, with the child, with the preschool teachers and with the leaders of the parents group i.e. to initiate, allow and enhance group dynamic processes. In terms of group dynamics, the boundaries within which this process can take place are set by the fact that attendance of the parents evening is obligatory.

The obligatory parents meeting also prompts the parents to become aware of, understand and accept the separation process of the children which is always accompanied by a serious anxiety of loss (AMMON 1976). Moreover, it is important that they learn to accept responsibility for their own emotions so as not to hinder the child's own progress. Therefore, the leader of the parents group also represents the children's interests and the pedagogical task.

The separation process is particularly intense during the time before the annual children's excursion. It is a project with its own boundaries and provides a special challenge for children, parents and preschool teachers.

Translating this specific group-dynamic work with parents into action is therefore often quite difficult and requires great flexibility. The entire preparation phase takes more than three months.

On one first evening, for example, there was a heated discussion about the timing of an information leaflet for the parents. In the following supervision session, it became obvious that missing communication had triggered unconscious loneliness, a fear of new experiences and

expressed rivalry between the head of the preschool and the leader of the parents meeting. What was important for the process of group building in this case was that the conflict was discussed for cooperation.

Strong resistance was expressed by the great number of parents who did not attend the meeting. Entering into the emotions triggered by the children's excursion and thus cooperation was avoided. Therefore it is extremely important that the parents group's leader maintains the aim of the children's excursion and defends the group boundaries of the parents meeting.

In the case of Helmut, an integration child, whose mother does not attend the parents evening because of her anxiety of groups and contact, the gap could be bridged through individual interviews with her by the psychologist and the preschool teachers. The mother was able to accept the assistance of the preschool teachers, and Helmut could join the excursion group. The acceptance of assistance had enabled the mother to notice the needs of her son.

In the case of three-year-old Tobi, the youngest child, the parents regularly attend the parent evening. They were expecting their second child soon, and this, beside Tobi's age seemed to make it more than doubtful that he could join. After one teacher reported good contact between her and the child and also between him and the childrens group, and other parents talked about their experience with the previous year's excursion, Tobi's mother could first express her doubt as to whether the teachers were sufficiently aware of her son. During the further session she was able to feel her anxiety for separation and thus her confidence in the group, the preschool teachers and parents group leader. The parents were able to allow Tobi to join.

During the last parent group session a mother of four children who had experience of many children's excursions as speaker of the parent group said that childrens excursions were again and again a big and new challenge for her. She also expressed her anxiety that something dangerous could happen. This example shows that the emotional process of separation has to be relived again and again, in the here and now.

In the same session the head of the preschool vehemently expressed her surprise and irritation about the restart of discussing anxieties within the group at such a late point in time. Only when I asked her how she

would react in a dangerous situation she could realize that she is used to acting quickly and adequately to the situation, but that feelings of anxiety were accessible to her only afterwards. Now she is able to understand the mother's statement on anxiety as an expression of confidence, because anxiety can be expressed only in a group where the individual knows that he/she will be accepted.

### *Literatur*

- Ammon, Gisela (1973): Psychoanalytische Pädagogik. Hamburg: Hoffmann Campe.
- (1976): Kindergartenkonzept. Unveröfftl.
- (1978): Psychoanalytische Elternarbeit innerhalb der Gruppendynamik. *Dynam.Psychiat.* 48:64-74.
- (1979a): Präventive Maßnahmen. Psychoanalytische Kindergärten und psychoanalytische Pädagogik; S. 678-733. In: Günter Ammon (Hg)(1979): Hdb Dynam. Psychiatrie; Bd.1. München: Reinhardt.
- Ammon, Günter (1979): Gruppendynamisches Prinzip; S. 160-187. In: Günter Ammon (Hg.)(1979): Hdb Dynam. Psychiatrie; Bd. 1. München: Reinhardt.
- Kaufmann, M.; Thome, A. (2007): Widerspiegelung und unbewusste Wechselwirkungen zwischen Kinder- und Elterngruppe. *Dynam.Psychiat* 40:266-283.
- Reitz, G.; Doldinger, D. ( 1993): Prävention und Elternarbeit im psychoanalytischen Kindergarten. *Dynam.Psychiat* 26:108-125.
- Winkelmann, U. (2000): Humanstrukturelles Arbeiten in der Milieuthherapie. In: U. Winkelmann (Hg): Aggression mal konstruktiv; S.14-17. Eschborn: Klotz.

### Adresse

Hildegard Fink, Dipl. sc. pol. Univ., Analytische Gruppendynamikerin • Gassnerfeld 11 • 83236 Übersee • hgfink@online.de

# Die Trennung im gruppodynamischen Prozess

## Empfindungen Raum geben und Lebendigkeit spüren

Karola Hanau (Berlin)

Separations with which we must circulate take place at every time of the life. But we have forgotten the art of letting go and saying 'good bye'. After the end of a friendship, a marriage, or a job we quickly turn to a new one and hope that the pain of the separation passes as quickly as possible. But this hope does not fulfil itself. Only those who don't evade the difficult transitional phases between an old and a new situation will be ready for future.

The difficulties after separations and transitions are usually too high expectations, ideals, and the illusion of how it should be. Very few fail because of the reality of the situation.

Keywords: conclusion, leave, to bring something to an end , sadness, death.

Erst 1937, nach der Erfahrung seiner Emigration aufgrund der Bedrohung durch die Nationalsozialisten, schrieb FREUD die Abhandlung 'Die endliche und die unendliche Analyse' (1982). Er war zu diesem Zeitpunkt 81 Jahre alt, schwer krebserkrankt und lebte im Exil in England, so dass man fragen könnte, warum er sich zu diesem Zeitpunkt in seinem Leben erstmals diesem Thema ausdrücklich zuwandte. Doch selbst in dieser Abhandlung wird die Beendigung nicht direkt und ausdrücklich als eine Behandlungsphase erwähnt.

In einem Überblick über die Geschichte von erzwungenen Beendigungen in den Anfängen der Psychoanalyse zeigen sich Linien von traumatischen Therapieabbrüchen, die sich durch die frühe Geschichte der Analyse hindurch ziehen: Das negative Potenzial dieser ‚erzwungenen Beendigungen‘ wird in den Reaktionen darauf deutlich. Helene DEUTSCH war nach ihrer Analyse depressiv und unzufrieden, Margaret MAHLER begann umgehend eine zweite Analyse.

Diese Kette von Therapieabbrüchen in den Anfängen der Psychoanalyse setzt sich in einer Beschreibung von PERLS über seinen Ausbildungsweg fort. In einem Interview gibt PERLS einen Hinweis auf die Beendigung seiner Lehranalysen, der die Vermutung nahe legt, dass deren Beendigung wenig Aufmerksamkeit fand: „Ich begann meine Analyse bei Karen HORNEY. Dann ging ich nach Frankfurt und arbeitete mit Clara HARPEL, bis sie behauptete, dass ich fertig sei, und so ging ich

1927 nach Wien, um unter Supervision zu arbeiten.“ (PERLS 1985b, S. 19; Hervorhebung v. d. Verf.) Die Analyse mit Karen HORNEY wird lediglich begonnen, eine weitere Analyse durch seine Lehranalytikerin beendet. Bemerkenswert scheint mir in diesem Zusammenhang, dass PERLS einen Therapiestil entwickelte, der vor allem durch kurzfristigen Kontakt geprägt war, während die therapeutische Begegnung, die sich zur Beziehung vertieft, wenn Dauer und Zuverlässigkeit erfahren werden, von ihm kaum thematisiert und praktiziert wurden.

Im Unterschied zu den tiefenpsychologischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen, die sich zumindest anfänglich aus relativ homogenen Theorien entwickelten, sind die unter dem Begriff 'humanistische Therapie' zusammengefassten verschiedenen Ansätze eher durch ein ähnliches Menschenbild sowie einige grundsätzliche Übereinstimmungen in den Prinzipien therapeutischer Arbeit verbunden. Zu den Hauptrichtungen dieser Ansätze gehören die Gestalttherapie von Fritz PERLS und die Gesprächspsychotherapie von Carl ROGERS.

Die Stichworte Beendigung, Abschluss, Abschied, Ende, Trennung waren in Lehrbüchern sowie Einzelbeiträgen kaum zu finden. In der Literatur wird die therapeutische Beziehung als notwendig und ihre Entstehung am Beginn einer Therapie als wesentlich beschrieben. Eine intensivere Diskussion der Abschlussphase ist mir nicht gelungen aufzufinden. Dies ist erstaunlich, da z. B. in der Gestalttherapie die therapeutische Bearbeitung von 'unerledigten Geschäften' (unfinished business) ein wichtiges Element der Therapietheorie sowie -praxis darstellt. Obwohl damit die Bedeutung der 'vollständigen' Beendigung von Situationen für die psychische Entwicklung anerkannt wird, fehlt die Anwendung dieses Erkenntnis auf die therapeutische Situation insgesamt.

PERLS (1985b, S. 49) beschreibt beispielsweise den Therapieprozess als ein Kontinuum der Entwicklung zum 'wahren Selbst', als ein Durcharbeiten von Schichten, die das Individuum wie Zwiebelschalen um sein eigentliches authentisches Selbst gelegt hat. Eine Behandlung ist beendet,

wenn der Patient die grundlegenden Erfordernisse erreicht hat: eine Veränderung seiner Einstellungen, Mittel zu angemessenem Selbstausdruck und Assimilation und die Fähigkeit, seine bewusste Wahrnehmung auch auf den nonverbalen Bereich auszudehnen. Er hat dann die Stufe von Integration erreicht, die ihre eigenständige Entwicklung fördert, und er kann jetzt ohne Bedenken sich selbst überlassen werden. (PERLS 1985b, S. 49)

Schließlich muss, unabhängig von jeder Theorie des Selbst, der Patient so, wie er aus eigenem Antrieb gekommen ist, am Ende aus eigenem Antrieb auch wieder gehen. Das gilt für jede Therapie. (PERLS 1985b, S. 34)

Ähnlich beschreibt ROGERS die Therapie als ein Prozesskontinuum von sieben Stufen der Entwicklung, deren letzte Stufe den voll sich entfaltenden Menschen, 'the fully functioning person', repräsentiert (1989, S. 33).

Einige Hinweise auf emotionale Reaktionen von Klienten in der Abschlussphase finden sich in Zusammenhang mit einem Fallbeispiel, von dem ROGERS zur Erfahrung 'Die Beendigung von Psychotherapien – Grundlagen und Widersprüche' des Abschlusses berichtet:

Nicht selten erfährt der Klient gegen Ende der Therapie Angst, das Gefühl etwas zu verlieren, und eine vorübergehende Abneigung gegenüber der Vorstellung, dem Leben allein und ohne die Unterstützung der therapeutischen Stunde zu begegnen. (1989, S. 92)

Diese Hinweise werden jedoch an dieser Stelle nicht weiter ausgeführt oder in ihrer Bedeutung für den Therapeuten diskutiert.

Eine empirische Analyse von Forschungsberichten sowie ausgewählten Lehrbüchern im Hinblick auf den Themenbereich 'Beendigung von Psychotherapien' bestätigt den ersten Eindruck, wie selten dieses Thema behandelt wird. Nach einer umfangreichen Recherche kommt WICHMANN (1998) zu beeindruckenden Ergebnissen. Bei einer Stichwortsuche in einer Datenbank psychologischer Fachliteratur (Psyndex Gesamtverzeichnis 1998) stellt sie fest, dass z. B. zu Stichworten wie Therapieende, Termination, Abschied oder Beendigung jeweils rund 200 Artikel aufgelistet werden, sich davon jedoch nur ca. 10% direkt auf die Thematik der Beendigung von Psychotherapie beziehen. In den meisten Quellen wird das Ende von Therapien ausschließlich als Kriterium für den Zeitpunkt von Datenerhebungen erwähnt.

Ein ähnliches Bild findet die Autorin in der Analyse von 20 Fachbüchern zu den psychotherapeutischen Orientierungen Verhaltenstherapie, Gesprächspsychotherapie und Psychoanalyse, die jeweils von Experten dieser Richtungen als wesentliche Lehrbücher eingeordnet werden.

Nur in sechs dieser Lehrbücher ist überhaupt ein Stichwort zur Beendigung von Therapien zu finden. Bis auf das Lehrbuch der Psychoanalyse von MERTENS (1992 'Einführung in die psychoanalytische Therapie', Bd. 1-3), in dem der Beendigung ein ganzes Kapitel gewidmet ist, wird

das Therapieende in allen anderen Lehrbüchern allenfalls in Unterkapiteln auf relativ wenigen Seiten behandelt. Als insgesamt am Besten geeignet, um überhaupt spezifische Beiträge zu finden, erweisen sich nach dieser Recherche die Stichworte Termination, Beendigung, Trennung und Abschied.

Versucht man allerdings die Literatur zum Abschluss zusammenzufassen, die im Rahmen der Psychoanalyse entwickelt wurden, dann steht man vor einem 'Labyrinth der psychoanalytischen Literatur über Psychoanalysebeendigung', wie FÜRSTENAU (1986; S. 104-110) im Nachwort einer umfangreichen Überblicksarbeit über die Beendigung von Psychoanalysen zusammenfassend feststellt.

Eine Beendigungsphase wird erst seit den 50er Jahren diskutiert. Theoretische und methodische Überlegungen liegen jedoch überwiegend als Diskussion einzelner Aspekte vor und sind insgesamt uneinheitlich. Wesentliche Bereiche der Auseinandersetzung mit dieser Therapiephase sind Zeitpunkt, Terminsetzung, Methoden und Schwierigkeiten der Beendigung sowie der Kontext der therapeutischen Beziehung nach der Therapie und Reaktionen des Therapeuten auf das Therapieende.

In der Auseinandersetzung mit der Abschlussphase wird in Begriffen wie z. B. Beginn, Rhythmus, Zukunft immer wieder implizit 'Zeit' angesprochen.

Kommunikation im Alltag bezieht sich normalerweise auf die 'unendliche' Weltzeit. Nur so ist es möglich, sich zur gleichen Zeit an einem bestimmten Ort zu verabreden und dann auch zu treffen. Diese Weltzeit ist selbstverständliche Orientierung, sie erscheint völlig real. Wie sehr diese Orientierung allerdings kulturelle Übereinkunft ist, zeigt sich am Umgang mit Zeit in anderen Kulturen:

In Ländern wie Griechenland (bzw. im Süden, in Lateinamerika oder arabischen Ländern) ist Zeit kein Ding an sich, insofern auch nicht wertvoll oder rar, sondern eine Bedingung wie das Wetter. Das Leben wird nicht an Zeitplänen orientiert, sondern an Menschen und Beziehungen. Termine und Zeitpläne werden als Anhaltspunkte betrachtet. Gespräche finden dann statt, wenn die für das jeweilige Thema wichtigen Personen da sind und der Kreis verläuft sich wieder, wenn das Thema erschöpft ist. (RÖSGEN 1997, S. 5)

In den nordeuropäischen Kulturen ist Zeiterleben wesentlich durch die Metapher 'Zeit ist Geld' geprägt. Wir sind es gewohnt, unsere Zeit 'einzuteilen', 'Zeit zu sparen' oder zu 'vergeuden' und haben meist recht präzise Vorstellungen davon, wie viel Zeit eine Handlung 'kosten' darf.

Wenn wir Zeit auf diese Weise verdinglichen, so verleitet diese Vorstellung zur problematischen Schlussfolgerung, dass wir Zeit haben und sie kontrollieren könnten. Obwohl fast jeder eine Armbanduhr als Symbol für diese Kontrollierbarkeit trägt, ist Zeit allerdings viel mehr persönliche Zeit, Eigenzeit, als uns im Hinblick auf ihre Endlichkeit lieb ist. Denn die gelebte und zu lebende Zeit ist endlich, da nichts in dieser Welt so sicher ist, wie der Tod eines jeden Menschen.

Die Gruppendynamik und Psychotherapie ist durch Zeitbegrenzungen strukturiert: Begrenzungen jedes einzelnen Termins, vorübergehende Unterbrechungen während Urlaubszeiten, Begrenzungen durch Kriterien gesetzlicher Regelungen. Wir unterteilen in Anfangsphase, Mittelphase und Abschlussphase. Beendigung und Trennungen finden während der gesamten Therapie statt.

In der Diskussion um Kurzzeittherapien wird allzu oft eine Polarität zwischen Kurzzeit und Langzeitbehandlungen hergestellt, mit dem Tenor, 'schneller gleich besser', ohne diese Gleichsetzung zu reflektieren. Doch diese impliziten Bewertungen verhindern eine sorgfältige Diskussion der Bedeutung von Zeit und Zeitperspektiven für therapeutische Prozesse. Zumindest für den Umgang mit Beendigung fällt auf, dass sowohl im scheinbar endlosen Aufschieben der Beendigung in Langzeittherapien als auch in einer rigiden Thematisierung der Begrenzung in Kurzzeittherapien ein Unbehagen im Umgang mit Zeit deutlich wird.

Essenziell ist: Ein seltenes oder kurzes Ereignis kann z. B. allein durch diese Zeitbegrenzung als wertvoller und möglicherweise intensiver erlebt werden, als wenn es oft oder andauernd auftritt. Entwicklungskrisen werden meist von Veränderungen der Zeitwahrnehmung begleitet, sei es, dass die 'unendliche Zeit' der Kindheit abgelöst wird durch die viel rigidere Zeitstruktur von Kindergarten oder Schule, oder dass die ausgefüllte Zeitstruktur des beruflichen Lebens sich öffnet zur freieren Zeit des 'Ruhestandes' (vgl. MANN 1978).

Zeiträume, in denen wir von einer Phase in eine andere wachsen, wie z. B. in der Übergangszeit der Pubertät der Jugendliche zum jungen Erwachsenen sich wandelt, sind Übergänge, die unser Leben prägen. Genau an diesen Übergängen ist Wachstum und Entwicklung besonders möglich und spürbar für alle Beteiligten. Diese Gesetzmäßigkeiten macht sich die Gruppendynamik zu nutze.

AMMON geht in seinem Konzept der psychoanalytischen Gruppendynamik davon aus, dass Gruppen im Sinne von LEWIN soziale Entitäten sind mit eigenen spezifischen Gesetzmäßigkeiten, die wissenschaftlich erforschbar und überprüfbar sind. Mit dem ich-strukturellen Persönlichkeitsmodell (AMMON 1978) vereinigt er die gruppodynamischen Prozesse mit der Entwicklung der Persönlichkeit im Ich-Struktur-Begriff der Identitätsentwicklung. Gruppe und Individuum erscheinen als Facetten ein und desselben psychischen Prozesses, in dem die zwischen-menschliche Beziehung als das eigentlich Psychische wird.

Generell stehen das Unbewusste, Übertragung und Widerstand als Gruppenphänomene im Mittelpunkt gruppodynamische Prozesse. Die zentrale Person ist Leiter der Gruppe und stellt in seiner Person die ersten Gruppengrenzen dar, in dem er die Gruppe nach außen schützt, die Aggression annimmt und damit trägt. Durch sein Interesse, seine Neugier und seine Zuwendung schafft er ein Milieu für die Selbsterfahrung des Einzelnen und der Gruppe.

Der Leiter gibt konstruktive Aggression in die Gruppe, in dem er Fragen stellt, Dinge anspricht, die sonst lieber verschwiegen werden – Tabuzone – und Interesse für die einzelnen Teilnehmer aufbringt. Gleichzeitig lässt der Leiter ganz im Gegensatz zur analytischen Distanz Neugier an seiner Person zu und zeigt sich der Gruppe mit eigener Meinung und Informationen zu sich selbst (AMMON 1979).

In der Anfangsphase und in der Trennungsphase des Gruppenprozesses spielt der Leiter eine entscheidende Rolle. In der Anfangsphase ist die Gruppe darauf angewiesen, dass sie vom Leiter unterstützt und geleitet wird – AMMON zieht hier (1979) die Parallele zur Persönlichkeitsentwicklung des Kindes in der frühen Familiengruppe. In der Trennung wird ein Stück Veränderung gefordert. In der Gruppe entstehen Angst und Aggression, weil die Gruppenzugehörigkeit wieder aufgegeben werden muss; beides richtet sich insbesondere gegen den Leiter, der die Trennung der Gruppenmitglieder verkörpert (HARLANDER 1978).

Wichtig ist vor allem: Trennung muss offen ausgesprochen werden und von allen Teilnehmern individuell und in der Gruppe durchlebt werden. Die Durcharbeitung der Trennung entscheidet darüber, ob die gesamte analytische Arbeit als zwischenmenschliche Erfahrung internalisiert und mitgenommen werden kann. Es ist eine zentrale Aufgabe der

Gruppe, von Anfang an die Trennung vorzubereiten und aktiv den Trennungsprozess zu unterstützen.

Ich möchte dies am Beispiel der Studiengruppe genauer beleuchten: Bereits in der Anfangsphase stehen Termine und Dauer der Studiengruppe für alle Teilnehmer fest. Es handelt sich um neun Wochenenden, die die Studiengruppe in jeweils vier aufeinander folgenden Sitzungen miteinander verbringen. Auch in der Anfangsphase erwähnt der Leiter die zeitliche Begrenzung der Gruppe. Besonders in der Trennungsphase (letzten drei Wochenenden) wird die zeitliche Begrenzung und bevorstehende Trennung der Gruppe betont. Diese zeitliche Begrenzung ermöglicht es den Gruppenteilnehmern eine völlig neue Form der Zeiterfahrung. Indem wahrgenommen wird, dass die Gruppe einmalig ist und in dieser einmaligen Zusammensetzung nicht mehr zusammentreten wird, bildet sich zugleich eine ganz besonders qualitative Erfahrung heraus. So kann die Fähigkeit des Einzelnen sich herausbilden, das Besondere und einmalige jedes Menschen und der Gruppe wahrzunehmen. Das wiederum hat eine Bereicherung des Lebensgefühls zur Folge, die dann später auch in andere Lebensbereiche transformiert werden kann (vgl. AMMON 1979, S. 174).

Gerade die Trennungsdynamik gibt Aufschluss über den Zusammenhang von gruppensystemischen Denken und ich-strukturellem Arbeiten. Bei gruppensystemischen Klausurtagungen z. B. wurde beobachtet, dass Persönlichkeitsveränderungen beim Einzelnen stattfinden. Die Teilnehmer trennen sich für ca. zehn Tage aus ihrer ursprünglichen Lebenssituation und erleben innerhalb der Gruppe Veränderungen ihrer Persönlichkeit. Oft sind dies keine andauernden Veränderungen, aber es zeigt sich die Bedeutung von Veränderbarkeit durch eine umgebende tragende gruppensystemische Situation. Unbewusste Ich-Anteile können möglicherweise nun integriert werden und wirken damit persönlichkeitsverändernd. Gelingen kann dies allerdings nur nach einer gelungenen Trennung, um so die Veränderung auch im Alltag beizubehalten und umzusetzen.

Zur gelungenen Trennung gehört essentiell die Einführung von sogenannten Abschlussrunden. So wird in der letzten Sitzung an einem gruppensystemischen Wochenende eine Abschlussrunde durchgeführt, in der jeder einzelne Teilnehmer ein Feedback gibt, wie er sich fühlt, wie er die

Sitzung erlebt hat und was er als Erfahrung aus den Sitzungen mitnimmt. Wichtig ist hier, diese Feedback-Runde konstruktiv zu gestalten und eine positive Grundstimmung zu fördern. Gefühle von Trauer, Angst und Wut dürfen ausgesprochen und gezeigt werden, damit diese durchlebt werden können. Die Gefühle können aber auch durchaus positiv und optimistisch sein. Oft ist mit den Teilnehmern viel geschehen, so dass es wichtig ist, dass es ein gutes Beenden ist. Ein Absolvent einer Gruppenanalyse erzählte, wie befreiend es für ihn gewesen sei, jedem Gruppenmitglied in der letzten Sitzung ein Feedback zu geben und um ein solches zu bitten. Es war für ihn eine herausfordernde, nicht durchweg angenehme, aber auch überraschende Verabschiedung.

Nach einer gelungenen Abgrenzung und Lösung aus der Gruppe wird es möglich, erfahren zu können, wie frei man für andere Gruppen im Leben ist. Die gruppodynamische Situation als eine Situation ohne Sachaufgabe ist in diesem Sinne ein Probebehandeln für die reale Gruppensituation der Menschen in ihren Lebenssituationen. Die Wahrnehmungs- und Erfahrungsfähigkeit für gruppodynamische Prozesse wird geschärft, die Erweiterung auf das berufliche Leben ist Zeichen der verinnerlichten Identität.

Das Akzeptieren von Trennung ist die Voraussetzung, ob die gemachten Erfahrungen behalten werden können. Die Zuwendung in der Gruppe, die Öffentlichkeit und Bestätigung, die ein Mensch als narzisstische Zufuhr in einer gruppodynamischen Selbsterfahrungsgruppe bekommen hat, wenn er aus symbiotischer Abhängigkeit austritt und wichtige Identitätsschritte wagt, kann als ein energetisches Regulationsprinzip bezeichnet werden. Insofern bedeutet das Akzeptieren von Trennung eine Bereicherung der Identität (vgl. AMMON 1979, S. 173).

Ich möchte hier noch einmal betonen, dass die beschränkte zeitliche Dauer ein besonders wirksames Agens der Gruppenpsychotherapie darstellt. Indem der Therapeut von Anfang an freundlich und mit Empathie, aber bestimmt vertritt, dass die Gruppe eine einmal zu verlassende Gruppe ist, diese Gruppe einmal aufhört, dass aber auf alle Fälle viele Mitglieder diese Gruppe verlassen werden, arbeitet er an einer ständigen Abgrenzung der symbiotischen Bedürfnisse des Patienten/Klienten und hilft ihm, darüber die Gruppe zu verinnerlichen. Um die Gefühle der Trennung dem Patienten erlebbar zu machen und die Trennung erfolgreich zu

bearbeiten, muss der Gruppenleiter selber frei von Trennungsproblematik sein und selbst mit dieser frei umgehen können. Nur dann wird er die Trennungsängste der Gruppe und die Trennungsschuldgefühle in der Gruppe bearbeiten können (vgl. AMMON 1979, S. 593-594).

Gleiches gilt insbesondere auch für die Mediation und Konfliktberatung wie in der Psychotherapie. Auch hier wird das voraussichtliche Datum der letzten Sitzung klar definiert. Dies ist wichtig und notwendig, da sich Klienten und Patienten oft nicht klar über die Dauer der Beratung oder der Therapie sind und unterschiedliche Vorstellungen entwickeln.

Auch während der Beratung wird daran erinnert, dass die Klienten in absehbarer Zeit ohne Beratung auskommen müssen. Oft erleben Mediatoren gerade zum Abschluss hin einen Ruck bei den Medianten, einen Entwicklungsschub hin zu konstruktiven Lösungsvorschlägen und zu einer konstruktiven Verhandlungsbereitschaft im gegenseitigen Verständnis zu dem Anderen.

Auch hier ist am Ende der Mediation ein Rückblick der Klienten gefragt, was sie aus den Sitzungen der Beratung mit in den Alltag, mit in die Zukunft nehmen. Selbst bei einer 'gescheiterten' Konfliktberatung, in der die Klienten zu keiner eindeutigen Übereinkunft gelangt sind/ keinen gemeinsamen Konsens gefunden haben, sind ein Nachfragen und die Bitte um Feedback durch den Mediator zum Abschluss unerlässlich. Es wird Bilanz gezogen: „Was wurde erreicht?“ Wenn der Klient über mehr Vertrauen und mehr Sicherheit verfügt, seine Bedürfnisse besser wahrnehmen kann, ein gesteigertes Selbstwertgefühl hat, Ängste, Schuld- und Schamgefühle geringer geworden sind, kann dies als Kriterium für eine gelungene Beratung gewertet werden. Dies trifft für Beratung wie für Therapie gleichermaßen zu. Die Möglichkeit von Rückschlägen ('der Mediator als Skeptiker') sollte benannt werden und auch die Möglichkeiten, damit umzugehen. Dies vermittelt Sicherheit und Klarheit, auch unangenehme Entwicklungen meistern zu können.

Es gilt somit auch für die Beendigung in Psychotherapie und Beratung, dass diese nicht abrupt erfolgen darf, sondern ausreichend vorbereitet werden sollte. Hierbei ist es notwendig, die wesentlichen Schritte in der Psychotherapie noch einmal zusammenzufassen, die zentralen Problembereiche und die dazu in den Sitzungen erarbeiteten Lösungswege zu rekapitulieren und die vom Patienten erreichten Erfolge herauszustellen.

Die verständlichen Ängste des Patienten vor dem Ende sollten schon vor der letzten Therapiestunde thematisiert werden. Wichtig ist es hierbei, auf eventuelle (wiederkehrende) kognitive Verzerrungen des Patienten zu achten, ihn darauf aufmerksam zu machen und ihn zu selbständigen Lösungen zu ermuntern.

Es ist m. E. wichtig, diese grundlegenden Dynamiken auch im Alltag zu beachten. Eine Situation, die Sie kennen: Es findet ein Wochenendseminar mit klarem Beginn und Abschluss statt. Doch zum festgelegten Zeitpunkt wollen die Einen das Seminar vorzeitig verlassen, die Anderen zögern das Weggehen hinaus, sammeln Adressen, Telefonnummern und müssen gar zum Gehen aufgefordert werden. Wieder andere verabschieden sich und gehen – einfach so. Jede Seminarleitung wünscht sich wohl Letzteres. In den vorgezogenen oder hinausgezögerten Gesten formieren sich Muster von Vermeidung, Ambivalenz und Widerstand. Mit diesem Verhalten äußern die betreffenden Personen die Schwierigkeiten mit realen Trennungssituationen; Sachzwänge und Entschuldigungen sind dafür in der Regel Ausreden.

Deshalb ist es eine der Aufgaben des gruppodynamischen Arbeitens, Entfremdung am Arbeitsplatz, in der Familie, in den Freundschaftsgruppen durch gruppodynamische Durchleuchtung abzubauen. Wachsende Bürokratisierung und verwaltete Menschen bergen die größte Gefährdung für Manipulation in sich, da die Gruppenstrukturen nie transparent werden und unreflektiert bleiben.

Diese Forderung von AMMON ist aktueller denn je: Wo Strukturen durch starre und unüberbrückbare Hierarchien bestimmt werden, findet Missbrauch Einzug. Wo Menschen als Nummer verwaltet werden, wird der Einzelne hilflos und unmündig.

Mit heutigen Kommunikationsmöglichkeiten über Internet, E-Mail, Mobilfunk geraten Trennungen zu Abbrüchen. Kündigungen werden per E-Mail mitgeteilt, Beziehungen per SMS beendet, Freundschaften im 'Chatroom' allerlei zugemutet. Die sichtbare Person, das persönliche Gespräch bleibt hinter all dem zurück. Nur ist dies im Berufsleben leider zu wenigen Personen klar und einsichtig, um darauf konstruktiv und unterstützend eingehen zu können.

Dazu ein weiteres Beispiel: *Frau S. arbeitete seit 35 Jahren als Sachbearbeiterin in einem großen Konzern. Sie war eine fleißige Mitarbeite-*

*rin, die ihren Beruf liebte und ihr soziales Umfeld auch im Kollegenkreis hatte. Sie verband ihre privaten Verpflichtungen optimal mit ihrem Beruf. Für ihren Vorgesetzten war sie eine unentbehrliche Hilfe im Büro, da sie eigenständig und verantwortlich ihre Arbeit erledigte. Nun war sie 65 und schied aus dem beruflichen Leben aus. Der Abteilungsleiter musste mehrmals daran erinnert werden, dass Frau S. aus dem Unternehmen in Bälde ausscheiden würde. Eine Verabschiedung wurde nicht abgesprochen, weder mit Frau S. noch mit den Kollegen. Am letzten Arbeitstag wurde Frau S. vom Abteilungsleiter und ihrem direkten Vorgesetzten zum Mittagessen ausgeführt. Am nächsten Tag konnte Frau S. ihren Schreibtisch aufräumen.*

So oder ähnlich erleben oft Arbeitnehmer den Übergang zum Rentendasein. Ein Händedruck, ein Blumenstrauß und bestenfalls noch ein Dank. Ein würdevoller Abschied nach einem vollen Arbeitsleben sieht anders aus.

Frau S. war die Situation zusehends unangenehm. Sie fühlte sich unwohl, wurde krank, bevor sie ihren letzten Arbeitstag hatte. Als ihr klar wurde, dass keiner eine Abschiedsfeier in ihrem Sinne organisieren würde, nahm sie dies selbst in die Hand. Sie wusste von vorangegangenen Verabschiedungen, dass hierfür ein Budget für ein Geschenk von 200 Euro pro Mitarbeiter eingeplant war. Über die Personalabteilung, zu der sie einen guten Draht hatte, fragte sie an, ob sie dieses Geld für eine selbst organisierte Feier abrufen dürfe. Nach dem O.k. der Personalabteilung lud sie die Kollegen und Kolleginnen ein, die ihr nahe standen und von denen sie sich persönlich verabschieden wollte. Es gab zu essen und zu trinken, alle kamen, es gab eine Rede, man erzählte sich Anekdoten aus der Vergangenheit und jeder nahm sich Zeit für einen Austausch und ein paar Dankesworte. Dies fand ohne den Abteilungsleiter statt.

Kündigungen, egal ob auf Arbeitnehmer- oder Arbeitgeberseite, laufen nach ähnlichem Schema ab. Oft ist der Vorgesetzte am letzten Arbeitstag für den Arbeitnehmer nicht zu sprechen, ist in Meetings oder verreist. Es gehört zu den schwierigsten Aufgaben einer Führungskraft: das Kündigen. Bei einer betriebsbedingten Kündigung sollte möglichst der direkte Vorgesetzte mit dem betroffenen Mitarbeiter sprechen. Zumindest ein kurzes Gespräch ist wünschenswert. Häufig ist es aber der Fall, dass Arbeitnehmer per Post oder bei einer Betriebsversammlung von der Kündi-

gung erfahren. Es wird dann oft wie eine Kränkung erlebt, wenn Vorgesetzte nicht die richtigen Worte finden. Die Tatsache, den Arbeitsplatz zu verlieren, wird dadurch unnötig verschlimmert.

Führungskräfte sollten sich deshalb auch zu solchen für sie unangenehmen Gesprächen durchringen. Natürlich stehen auch Vorgesetzte in solchen Situationen wahnsinnig unter Druck. Sie sollten den Kontakt zu ihren von Kündigung bedrohten Mitarbeitern aber dennoch nicht vermeiden. Es kommt vor, dass Vorgesetzte an den betreffenden Tagen dann gar nicht da oder nicht zu sprechen sind. Manche bleiben in ihrem Büro, weil sie nicht wissen, wie sie reagieren sollen.

Keine empfehlenswerte Lösung ist es, solche Kündigungsgespräche komplett an die Personalabteilung zu delegieren. Auch Informationen im Intranet über geplante Entlassungen und die Lage des Betriebs können direkte Gespräche nicht ersetzen.

Wichtig ist in jedem Fall eine Atmosphäre der Wertschätzung. Für den Mitarbeiter macht es einen Unterschied, ob ihm für seine Arbeit gedankt wird oder nicht. Wenn der Vorgesetzte sich dafür Zeit nimmt, gibt dies dem Betroffenen das Gefühl, als Mensch wahrgenommen zu werden und nicht einfach nur als Stelle, die nun abgebaut werden muss.

Führt der Vorgesetzte nun im optimalen Fall ein so genanntes Trennungsgespräch, ist eine klare Botschaft ganz wichtig. Dass es um die Kündigung geht, muss eindeutig formuliert werden. Entscheidend ist auch, wann der Mitarbeiter von seiner Kündigung erfährt, und zwar möglichst frühzeitig. Für seine Bewerbung um eine neue Stelle kann das ein Vorteil sein. Er kann seine Unterlagen dann noch verschicken, während er noch im Arbeitsverhältnis steht. Denn es gilt, wer sich als Arbeitsloser bewirbt, hat in der Regel schlechtere Karten. Gleiches gilt selbstverständlich auch im umgekehrten Fall, wenn der Arbeitnehmer beim Arbeitgeber kündigen will.

Betrachten wir nun unsere private und ganz persönliche Seite, dann sind Trennungsprozesse in emotional bedeutsamen Beziehungen meist schwer zu bewältigen. Scheidungen oder der Tod eines Partners sind oft verbunden mit langfristigen psychischen Belastungen. Der Tod eines Partners ist in der Belastungsforschung als einer der schwersten biographischen Stressfaktoren identifiziert worden. Die Auswirkungen von Scheidungen sind offensichtlich so drastisch, dass 1991 die Mediation, d. h.

eine Partnerschafts-, Trennungs- und Scheidungsberatung für Eltern, als Pflichtaufgabe der Kommunen ins Kinder- und Jugendhilfegesetz aufgenommen worden ist. Tod eines Partners und Scheidung ist gemeinsam, dass die Beendigung unter starker emotionaler Belastung und notgedrungen geschieht.

Therapeutische Beziehungen sind emotional bedeutsame Beziehungen, in denen ein Partner (Therapeut) einem anderen (Patient/Klient) in einer Konflikt- oder Krisensituation eine Beziehung anbietet mit dem Ziel, dass die Kommunikation dieser beiden dem Patienten/Klienten hilft, nötige Schritte der Veränderung zu unternehmen, um die Krisen- oder Konfliktsituation zu beenden und wenn möglich künftige zu verhindern. Diese Rahmenbedingung besteht unabhängig davon, ob ein Teil der Kommunikation durch spezifische Methoden bestimmt wird.

Die meisten Menschen möchten bewahren und behalten, was sie haben: den Partner, die Kinder, eine Arbeit, Besitz, das Leben. Nicht grundlos spricht man von der Macht der Gewohnheit. Das Sichere und Vertraute wird nicht freiwillig aufgegeben. Wählen heißt auch, etwas zu lassen, zu verlassen. Wenn die Tatsache, eine Wahl zu treffen, etwas zu verlassen bedeutet, dann schützt die Gewohnheit vor der Qual der Wahl. Aber etwas zu wählen und etwas beenden können ist eine wichtige Kompetenz, um gestaltend ins eigene Leben eingreifen zu können. Dabei stellt ein Beenden-Wollen die eigenen Bedürfnisse nach Sicherheit und Geborgenheit auf eine harte Probe. Man muss das Gewohnte verlassen, ein Wagnis und der Weg hat plötzlich kein Geländer mehr. Dieser Weg braucht Zeit und Vertrauen.

Fast zu jedem Leben gehören Krisen, Verletzungen, Kränkungen, lebensbedrohende Krankheiten, Unfälle, Verluste von nahen Menschen, Krisen des mittleren Lebens, körperlicher und geistiger Abbau der späten Jahre, Trennungen und Scheidungen. Dabei ist respektvolles und würdiges Beenden eine Lebenskunst, die immer wieder neu und der Situation angepasst gelernt werden muss. Der Zwang bzw. die Einsicht, etwas positiv Erlebtes zu beenden stellt sich oft im Leben; Beenden weckt unabdinglich Trennungsängste. Sie zeigen sich bereits im Prozess durch Angst, Eifersucht, Wut, Neid, Ohnmacht.

Eine Trennung braucht also Zeit und will wahrgenommen werden. Denn: Konflikte und unausgesöhnte Beziehungen üben Macht auf einen

aus und fesseln die Person an die Vergangenheit. Alte, schmerzvolle Bilder rauben den inneren Frieden und der Blick auf das Hier und Jetzt und schlussendlich auch der Blick in die Zukunft sind versperrt. Es gilt also, die Vergangenheit zu betrachten, die Trauer darum auszuhalten und zu durchleben, um dann den Weg für ein Versöhnen frei zu geben, nicht nur mit anderen, sondern auch mit sich selbst. Nur dann kann die Person frei sein für neue Schritte und neue Entwicklung.

Noch schwieriger gestaltet sich der Prozess, wenn ein Beenden unerwartet notwendig wird. Sogenannte Schicksalsschläge können ein Beenden erzwingen. Ein Unfall oder eine Krankheit zwingen zur Einsicht, zum Innehalten und erfordern eine Veränderung. Ein Partner, ein Kind, ein Freund geht weg oder stirbt – viel früher als erwartet. Die Möglichkeit, sein Leben in gewohnter Weise weiterzuleben ist in Sekunden beendet. Das verändert das Leben eines Menschen und dasjenige der nächsten Menschen (Gruppe) um diesen Menschen herum. Es erfordert großen Mut, ein solches Beenden zu bestehen.

Am Problem des Todes gewinnen die Züge von Identitätsvermeidung – Vermeidung des Lebens, um nicht sterben zu müssen – besondere Deutlichkeit. Tod wird als Abbruch erfahren, als endgültiger Abbruch der Kommunikation. Er wird verstanden als Akt der Aggression.

Häufig wird die Situation der Hinterbliebenen so formuliert: der Tote wurde von ihnen genommen, entrissen, er hat sie verlassen. Der Tod wird als ein Geschehen begriffen, das eine Bindung zerreißt. Kinder dagegen reagieren sehr differenziert und verschiedenartig auf das Erleben von Tod und Sterben ihnen nahe stehender Menschen und Tiere. Petra und Regine SCHNEIDER (1975) beschreiben, dass die Bewältigungsfähigkeit von Todes- und Trennungssituationen des Kindes mit seiner umgebenden Familiegruppe eng zusammen hängt. Kann die Familiegruppe echte Trauerarbeit leisten, ist sie fähig, über ihre Gefühle des Schmerzes und der Verlassenheit zu sprechen, so wird sich die Wunde des Verlustes in der Gruppe und damit im Ich ihrer einzelnen Mitglieder schließen. Das verlorene Gruppenmitglied kann in seiner Bedeutung und Identität freundlich verinnerlicht werden. So ist eine echte Trennung von ihm möglich.

Familiegruppen, die kommunikationsunfähig auf Tod und Trennung reagieren, müssen ihre Verlassenheitsangst und Gefühle der Bedrohung

des eigenen Ich durch Verleugnung, Idealisierung und durch Überidentifikation abwehren. Betrachtet man den Tod als katastrophale Kraft und nicht als zum Leben gehörig, verleugnen man, dass der Tod auch uns selbst betrifft. Versuchen wir nun, unsere Kinder vor der Erkenntnis der Unausweichlichkeit des Todes zu bewahren, so tragen wir zu der Gesamttendenz einer den Tod verneinenden Gesellschaft bei. In einer solchen Gesellschaft ist der Sterbende einsam, isoliert und vergessen. Man stirbt in einer sterilen Atmosphäre.

Nicht gelebte Trennungen und nicht verschmerzte Verluste von Beziehungspersonen wirken sich im Leben vieler erwachsener Menschen destruktiv aus. Häufig prägen dann unbewusste Existenzangst und irrationale Schuldgefühle die kranke Gruppe. Die Gruppe akzeptiert den Tod eines Gruppenmitglieds nicht, die Realität der durch den Tod erfolgten Trennung wird verleugnet. Die Realität des Todes wird zu einer ständigen narzisstischen Kränkung, die unbewusst als eine immer neue Verletzung der Gruppengrenzen erlebt und abgewehrt wird.

Zwingend notwendig werden Trauerphasen, um die gelebte Gemeinsamkeit auch innerlich beenden zu können. Wer die Trauer, die sich sehr individuell und unterschiedlich gestalten kann, nicht durchlebt, wird krank. Aber auch ein erzwungenes, nicht gewähltes Beenden kann schließlich positiv integriert werden. Nicht auf Anhieb, aber im Durchleben und Trauern und dem möglichen Aufatmen danach. Nur: das braucht Zeit!

Moderne Kommunikationstechnologien prägenden heutigen Lebensstil der Gesellschaft. Es wird erwartet, dass jeder über Mobiltelefon und E-Mail täglich und stündlich zu erreichen ist. Wer nicht sofort reagiert, macht sich verdächtig. So bleibt kaum die Zeit für Besinnung, Lebensprozesse und Übergänge können kaum noch erspürt werden, Veränderungen werden 'abgehakt'. So ist es möglich, dass zunehmend mehr und vor allem junge Menschen nicht mehr spüren, dass Lebensprozesse, Entwicklung: sich binden, sich entwickeln, sich trennen, trauern, heilen und sich neu ausrichten, Zeit brauchen, um nachhaltig bewältigt zu werden. Der innere Erlebensraum und die innere Resonanz fehlen und oft können Menschen nur noch 'Bericht erstatten'. Das ist dann kein Erzählen, diese Menschen berichten nicht über ihre Gefühle und ihre Sorgen, sie träumen kaum noch.

Schnelle Wechsel gehören zum modernen Leben: im Beruf wie auch

im privaten Bereich. Identifikationen finden nur noch bedingt statt, es wird sich nur noch begrenzt auf Situationen eingelassen. Die Loyalität zu einem Betrieb spielt eine andere Rolle als noch vor ein, zwei Jahrzehnten. Der heutige Arbeitnehmer muss seine eigenen Interessen fördern: wenn Lohn und Förderung stimmen, bleibt er. Sonst muss man sich neu orientieren. Vielen Unternehmen fällt wenig Sinnvolles ein, um motivierte Mitarbeiter an sich zu binden. Materieller Ausgleich reicht hier oft nicht, damit sich ein Mensch respektiert und geachtet fühlt.

Im Zuge des nur begrenzt Einlassens wird ein Abbrechen leichter. Dies ist aber kein wirkliches Beenden. In Mitteleuropa wird heute jede zweite Ehe geschieden. Ehe, Familie, Zusammenleben sind einem ständigen Wandel ausgesetzt, um mit der gesellschaftlichen Entwicklung mitzukommen. Aber das Gelingen einer neuen Familie hat viel mit der Verarbeitung der vorausgegangenen Trennung zu tun.

Das vorausgegangene Beenden mit einer angemessenen Trauer und Versöhnungsarbeit trägt zum besseren Gelingen bei. Trauer ermöglicht, die Vergangenheit anzunehmen und ins eigene Leben zu integrieren. Denn erst in der Trauer können sich beide Seiten nach und nach von den Enttäuschungen, Erwartungen und Illusionen in der Vergangenheit lösen. Das betrifft natürlich jede Art von Trennung in Beziehungen, vom Partner, vom Freund, vom eigenen Kind. Auch wenn Kinder das elterliche Haus verlassen, ist Trennungsarbeit notwendig. Das wird oft bei Eltern übersehen, das Kind bleibt oft zu lange im Elternhaus wohnen oder geht mit immensen Schuldgefühlen und die Loslösung wird vor sich her geschoben.

Die Schwierigkeiten nach Trennungen und Übergängen liegen meist in zu hohen Erwartungen, in Wunschbildern und der Illusion, wie es sein sollte. Die wenigsten scheitern am Realen.

Der richtige Zeitpunkt zum Gehen, zum Beenden will also erspürt und erfühlt werden. Auch wenn wir dieser Auseinandersetzung meist lieber aus dem Weg gehen, ist die bewusste Wahrnehmung, etwas loslassen zu wollen, etwas beenden zu wollen, essenziell. Nur so kann Beenden trotz aller Trauer und Ärger in ein positives Gefühl umgewandelt werden. Und nur so kann die Zukunft und neue Schritte frei und unbefangen gestaltet werden.

## Separation in the Group Dynamic Process Leaving Room for Sensations and Feeling Alive

Karola Hanau (Berlin)

It was not until 1937 that FREUD, after the experience of his emigration due to the threat posed by the Nazis, wrote the essay 'The finite and the infinite analysis'. He was at the time 81 years old and suffering from cancer while living in exile in England, raising the question why, at this point in his life, he addressed the topic of therapy for the first time. And yet even this essay does not mention the end of therapy as a phase of treatment.

A review of forced termination in the early days of psychoanalysis shows the tendency of traumatic discontinuation of therapy, presenting itself throughout the early history of analysis. The negative potential of such forced discontinuations becomes clear through the reactions to it. Helene DEUTSCH became depressed and discontent; Margaret MAHLER began a second analysis without delay.

This chain of reactions to the end of therapy in early psychoanalysis is documented in PERLS description of his education. Stating that he only began the analysis with Karen HORNEY, which was completed by his mentoring therapist, while he went on to work with Clara HARPEL until she proclaimed he was done (s. PERLS 1985, p. 19). It seems noteworthy that PERLS developed a style of therapy consisting mainly of short-term contact, while a therapeutic encounter in which the relationship grows with time and reliability were scarcely mentioned or practiced.

In contrast to the deep psychological and behavioral approaches, which at least initially developed from a homogenous theory, the ideas summarized in the term 'Humanistic Therapy' are characterized by principals in therapeutics and a consistent view of humanity. The main concepts of these principals include Fritz PERLS' Gestalt therapy and Carl ROGERS' speech psychotherapy. Surprisingly, the termination of therapy seems to be a rare topic, even though the therapeutic work on so called unfinished business is an important part of the Gestalt therapy. This is furthermore constituted by the lack of coverage of the topic in textbooks as well as individual works as shown by WICHMANN (1998), who examined a database of psychological literature (Psyndex 1998) realizing that only about

20 articles in the database discuss the end of therapy. In all very little literature sufficiently covers the topic of an end of therapy to an extent necessary for practical application.

Regarding the available time constraints of group dynamic psychotherapy through the time of each session, temporary interruptions due to vacation, and limitations of legal regulation, the therapy is structured into initial, middle and closing stages with terminations and separations occurring throughout the entire process. The importance of time lies not only in the availability, as contrasted in long- and short-term therapy, but also in its perception and effect. A short or rare occurrence can, for example, solely because of its timely constraints be regarded as more profound or intense. Developmental crises are usually accompanied by a change in perception of time, be it the change from limitless time in childhood to the rigid schedule of school or the busy work life opening to the freedom of retirement (s. MANN 1978).

Periods of transition from one phase to another, such as the transition from puberty to young adulthood, characterize personal growth and shape our lives. It is at these stages that growth and development are especially prevalent and real to all parties. These laws are used in group dynamic therapy.

AMMON, in his concept of psychoanalytic group dynamics, assumes that groups are, as defined by LEWIN, social entities with their own specific laws that are scientifically researchable and verifiable. With the I-structural model of personality (AMMON 1978) he unified the group dynamic processes with the development of the term personality within the ego structure notion of identity development. Group and individual appear as facets of one and the same mental process in which the inter-personal relationships are the actual psychic element.

In the initial and the separation phase of the group process the group leader plays an essential role. The group initially relies on the leader for support and guidance, compared, by AMMON, to the early development of a child within a family; in the process of separation fear and aggression develop within the group, mostly targeting the leader who embodies the separation between group members (HARLANDER 1978).

It is important that this fear and aggression resulting from the impending separation is openly discussed and dealt with by all members of the

group. Dealing with the separation determines whether the analytical work can be internalized as an interpersonal experience. It is vital for the group to actively prepare and support the separation process. An example of an implementation of the concept is found in our study groups. The duration and schedule of the study group is relayed to all participants in the early stages. Within the duration of nine weekends, the study group has four consecutive sessions together each weekend. During the separation phase, consisting of the last three weekends, the time limit and the impending separation is emphasized within the group. This time limit changes the temporal experience. The resulting perception of the unique composition of the group creates a particularly significant experience, fostering the ability to perceive the particular characteristics of each member.

The dynamics of the separation offer insight into the relation of the group dynamic thought process and I-structured therapy. It was observed in group seminars that within the ten day seminar, during which the participants were removed from their everyday life, individuals experienced changes within their personality. These changes, although mostly temporary, show the significance to adapt to social situations within groups, emphasizing the significance of a successful separation in group therapy.

Vital to a successful separation is the introduction of a final-round. It is carried out during the last meeting of a group's weekend. The focus of the final-round is to offer each participant the chance to express their feedback and feelings to the workings in the group and define the effect and significance the group has had on them. This round should be constructive and optimistic, promoting a positive mood to process the vast amount of experiences. A participant of the group analysis, in retrospect, described the liberating effect of the giving and receiving of feedback from each group member as a challenging, not always pleasant, but surprising farewell.

After a successful separation from the group the openness to other groups in life can be seen. This group dynamic situation without tangible purpose simulates group dynamics of various areas of life. Skills of perception and application of group dynamic processes is honed. Extending this into the professional life is an indicator of the internalized identity.

This makes the acceptance of separation a necessity for long term

changes. The attention and confirmation a person received in such a group, when detaching from a symbiotic dependency and daring steps of identity development, can be described as an energetic regulatory principal. In that respect the acceptance of separation enriches the personality (AMMON 1979).

It is essential to once again stress the limited duration and its effect as a particularly effective agent of group psychotherapy. By proclaiming with certainty that the group cannot be rejoined once left and that the group will cease at one point the group leader counters the patients/clients symbiotic needs and helps internalize this into the group (AMMON 1979).

The same also applies to mediation and conflict management, such as in therapy. Again, the expected date of the last session is clearly defined. This is important and necessary as clients and patients are often unclear about the duration of counselling or therapy, and develop different ideas.

During the mediation or therapy the client is reminded that they must, in the near future, function without consultation. Often mediators observe a jolt in the client's development toward the end of treatment, presenting itself through constructive proposals and a willingness to negotiate to a mutual agreement.

Similar to the group analysis a recap and gathering of feedback can help clarify what has been achieved. The awareness of needs, fears and feelings of guilt can all be considered criteria for a successful consultation. The possibility of fallbacks and ways of dealing with them should be named, offering security and clarity to face possible uncomfortable development. In preparation the uncovered problems and achieved insights as well as solutions should be summarized. Such recap and feedback helps by increasing awareness and encouraging the independent search for solutions.

Often times the problems in group settings arise from the topic of separation; people seeking to keep contact with a disassembling group or people severing contact to a group shortly before its separation will manipulate the group to avoid dealing with the separation. This occurs in the settings of work, family, and groups of friends, making it a field of work for the psychological group dynamic process. In this regard growing bureaucracy and large non-transparent groups pose the greatest threat to manipulation by remaining unexamined, making AMMON's insight

that rigid and insurmountable hierarchies are the advent of abuse more present than ever.

With today's possibilities of communication via internet, e-mail, and mobile devices social separations become very abrupt. Notification of job termination occurs via e-mail, relationships are ended via SMS, and friendships must endure hardships in chat rooms. The actual person, the personal interaction suffers. Sadly, too few people in the work environment are aware of this and able to constructively and supportively counteract it.

Terminations, whether to employees or employers, follow a similar scheme. Layoffs are one of the most difficult tasks for managers. Oftentimes the supervisors do not talk to the employee on their last day of work, being unavailable in meetings or travelling. In a dismissal for operational reasons the direct supervisor should make an effort to speak to the effected employees. At least a short conversation is desirable. Oftentimes employees are notified by mail or at a staff meeting. It can then be seen as an insult if the supervisors do not find the right words. The gravity of losing their job is exacerbated unnecessarily. Managers should therefore perform such unpleasant tasks. Delegating the task completely to the human resources department is not recommended as it does not substitute direct contact. An atmosphere of appreciation is important and it makes a difference to the employee whether he is thanked for his work or not. This atmosphere of appreciation should be conveyed whether the employee or the employer end the work relationship.

In personal, emotional relationships separations are often difficult to manage. Divorce or death often cause long-term psychological stress. The death of a partner has, in research, been identified as one of the strongest biographical stress factors. The repercussions of divorces are so drastic, that in 1991 the mediation and consultation in divorces and separations for parents has been added as a responsibility into the child welfare law of communes (in Germany). In such a separation it is important to be able to break from habits in order to progress with the separation emotionally.

Almost every life includes crises, injuries, insults, life-threatening diseases, accidents, death, mid-life crisis, physical and mental degradation, separations, and divorces. Finding a respectful and dignified end to any is an art of life, which must always be learned anew in every situation.

The separations life brings with it need time and must be worked through. Unresolved relations will tie a person to their past and block any outlook into the future. Only working through separations and enduring them will open up new steps and allow new development.

In our modern world with the dominance of communication technology and a rapid lifestyle the time for separation is neglected. While separation is an ever present part of our lives, time is rarely taken to contemplate and reflect on it. Every second marriage in central Europe ends in divorce; employees change employer rapidly; children move out of their parents home. The vast amount of separations in our lives need preparation and reflection. Difficulties resulting from a lack of processed separation show themselves in unrealistic expectations, skewed perception, and idyllic illusions, endangering future relationships. Knowing how to let go and end a relationship and in spite of negative feelings allows for separations to have a positive effect on personal development and future endeavors.

### Literatur

- Ammon, G. (1978) Das Verständnis eines Entwicklungsdefizits von Ich-Strukturen in der Persönlichkeit und umgebender Gruppe als Grundlage für Wissenschaft und Praxis einer Dynamischen Psychiatrie. *Dyn. Psychiat.* 11:120-140.
- (Hg.) (1979): Hdb Dynam. Psychiatrie; Bd. 1. München: Reinhardt.
- Freud, S. (1982): Die endliche und die unendliche Analyse (1937). In: A. Mitscherlich (Hg.): *Schriften zur Behandlungstechnik*; S. 351-382. Frankfurt/M.: Fischer.
- Fürstenau, P. (1986): Nachwort. In: E. Stolzenberg (Hg.): *Wann ist eine Psychoanalyse beendet*; S. 104-110. Göttingen: Vandenhoeck Ruprecht.
- Harlander, U. (1978): Identitätserweiterung in der Gruppendynamik. Der Begriff der Identitätserweiterung nach Günter Ammon. *Dyn. Psychiat.* 11:23-29.
- Mann, J. (1978): Psychotherapie in 12 Stunden. Zeitbegrenzung als therapeutisches Instrument. Olten, Freiburg: Walter.
- Mertens, W. (1992): Einführung in die psychoanalytische Therapie; Bd.1-3. Stuttgart: Kohlhammer.
- Perls, F. (1985a): Die Beendigung von Psychotherapien – Grundlagen und Widersprüche. In: H. Petzold (Hg.): *Gestalt- Wachstum-Integration*. Paderborn: Junfermann.
- Perls, F. (1985b): Die Integration der Persönlichkeit; S. 27-50. In: H. Petzold (Hg.): *Gestalt- Wachstum-Integration*. Paderborn: Junfermann.
- Psyndex Gesamtverzeichnis 1998. [www.zpid.de](http://www.zpid.de).
- Rösgen, A. (1997): Interkulturelle Kommunikation und transnationales Projektmanagement (Paper). Saarbrücken: [www.proInnovation.de](http://www.proInnovation.de).
- Rogers, C. (1989): Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. Frankfurt /M.: Fischer.
- Schneider, P.; Schneider, R. (1975): Frühkindliche Reaktionen auf Tod und Sterben. *Dyn. Psychiat.* 8:216-233.

Wichmann, R. (1998): Therapiebeendigung in Forschungsberichten und psychotherapeutischen Lehrbüchern. Unveröffentlichte Diplomarbeit, Universität Osnabrück.

Adresse

Karola Hanau, Konfliktberaterin und Mediatorin • Auguste-Piccard-Str. 44 •  
14089 Berlin • Tel.: 030-3010 6355 • [khanau@gmx.de](mailto:khanau@gmx.de)

# Kreatives Schreiben in der Spannung zwischen Selbstfindung und Kommunikation

Ulrich Kümmel (Berlin)

For all creative processes it is important to know that one is integrated in a social network. The experience of writing is one of the oldest techniques through which the self is shaped and transformed. Creative writing and particularly writing a diary constitutes a special form of self-awareness. He or she who writes a diary communicates. Many senses are used. Writing in the group relieves rigidities and often effectuates surprising creative processes. Creative writing can be a voyage of discovery.

Keywords: creative writing, clustering, writing of diaries, self-realisation, journey of discovery, group work

Als ich Anfang des Jahres gefragt wurde, ob ich eine Arbeit zur gruppensdynamischen Tagung in Paestum beitragen k"onne, antwortete ich: 'Wenn, dann vielleicht etwas zum Thema Schreiben'. Zuhause habe ich mir dann noch einmal das Thema der Tagung vor Augen gef"uhrt: 'Gruppendynamische Erfahrungen zum Thema Gl"uck durch Tanz, Musik, Theater und Kunst' und stand vor einem Problem: Wie k"onnte ich meine Art des Schreibens, die Arbeit alleine am Schreibtisch in Verbindung setzen mit 'gruppendynamischen Erfahrungen'? Und wie es so ist, l"asst man sich wirklich auf eine Thematik ein und gibt den Ideen Raum, tauchen auch m"ogliche L"osungswege auf. Zun"achst einmal fiel mir ein, dass ich selbst 2003 in Paestum unter der Leitung der Diplompsychologin Gisela Finke, M"unchen, an einer Schreibgruppe teilgenommen habe, und dass wir alle, die wir uns damals auf dieses Schreibabenteuer eingelassen haben, am Ende der Tagung v"ollig "uberrascht und gl"ucklich waren so wunderbare Texte in diesem kurzen Zeitraum geschrieben zu haben.

Ich m"ochte mit einem Zitat aus einem Brief KLEISTS (1963) an seinen Freund VON LILIENSTERN aus dem Jahr 1805 beginnen. Die "uberschrift lautete: 'Über die allm"ahliche Verfertigung der Gedanken beim Reden'.

Wenn du etwas wissen willst und es durch Meditation nicht finden kannst, so rate ich dir, mein lieber sinnreicher Freund, mit dem n"achsten Bekannten, der dir aufst"oßt, dar"uber zu sprechen. Es braucht nicht eben ein scharf denkender Kopf zu sein, auch meine ich es nicht so, als ob du ihn darum befragen solltest: nein! Vielmehr sollst du es ihm zuallererst erz"ahlen. (KLEIST 1963, S. 567)

Und KLEIST berichtet kurz darauf, dass er mit einer algebraischen Aufgabe große Probleme hatte und dabei seine kleine Schwester hinter sich sitzend bemerkte und ihr nun, obgleich sie wenig von Mathematik verstand, das Problem darzustellen versuchte und er entdeckte dabei wie von selbst die Lösung, die er vielleicht bei stundenlangem Brüten, nicht gefunden hätte.

In diesem kleistschen Zitat werden die Fragen angesprochen, um die es auch in dieser Arbeit geht, das Problem des Schreibenden, der vor einem leeren Blatt Papier sitzt und sich den Kopf zerbricht und der Ratschlag, sich in Beziehung zu setzen, mit anderen zu reden, zu kommunizieren.

KLEIST spricht allerdings zu Beginn von dem Mittel der Meditation, die dem einsamen Denker zur Verfügung stehe, um sich einem Problem anzunähern und er gibt auch ein Beispiel, wie er selbst in einer solchen Situation vorgeht. Er pflege dann gewöhnlich nach oben ins Licht zu sehen, als in den hellsten Punkt, um Zugang zu den kreativen Kräften in sich zu finden. (Die Augen in der Meditation nach oben zu richten ist ein bekannter Kunstgriff der meditativen Versenkung).

Das eigentliche Thema dieses Briefes aber ist die Wichtigkeit der Beziehungsaufnahme gewissermaßen 'in statu nascendi' der Entwicklung von Gedanken oder Problemlösungen. KLEIST erwähnt Molière, der seiner Magd die aus ihm herausprudelnden Ideen vortrug. Man könnte auch an GOETHE denken, der immer im Gespräch mit seiner Frau Christiane war und ihrem Urteil vertraute. In seiner wunderbaren Sprache schreibt KLEIST (1963):

Es liegt ein sonderbarer Quell der Begeisterung für denjenigen, der spricht, in einem menschlichen Antlitz, das ihm gegenübersteht; und ein Blick, der uns einen halb ausgedrückten Gedanken schon als begriffen ankündigt, schenkt uns oft den Ausdruck für die ganz andere Hälfte desselben. (S. 568)

Ich habe diesen Text ausgewählt, um darauf hinzuweisen, wie wichtig es für kreative Prozesse ist, sich in einem Beziehungsgeflecht zu wissen, unabhängig davon, ob man alleine am Schreibtisch sitzt oder nicht. Gruppendynamische Erfahrungen, um die es in Paestum geht, sind hier sicher noch nicht explizit angesprochen. Aber ich beabsichtige ohnehin, den ersten Teil meiner Arbeit mehrheitlich den Schreibenden zu widmen, die sich scheinbar isoliert mit einer bestimmten Problematik auseinandersetzen.

In der Vorbereitung bin ich auf das Buch von Gabriela Rico (1984)

gestoßen 'Garantiert schreiben lernen' mit dem Untertitel 'Sprachliche Kreativität methodisch entwickeln – ein Intensivkurs auf der Grundlage der modernen Gehirnforschung'.

Blättert man das Buch durch, so gewinnt man den Eindruck, dass ihm eine Grundidee zugrunde liegt, nämlich die Tatsache, dass unser Gehirn dazu neigt Orientierungen zu suchen, Strukturen zu bilden, innere Zusammenhänge zu konstruieren, zu ordnen, Sinn zu schaffen, ein Gefühl für die Möglichkeiten einer innerer Strukturierung zu entwickeln,

Das Buch empfiehlt nun im Wesentlichen eine bestimmte Methode, die Methode der spontanen Ideenverknüpfung, des Clustering; Cluster bedeutet: Büschel, Traube, Gruppe, Haufen, frei übersetzt: 'Ideennetz'. Es handelt sich um ein Brainstorming-Verfahren, das der Funktionsweise unseres Gehirns mit seinem bildhaften Denken in hohem Maße entspricht. Eine differenziertere Form ist das 'Mind-mapping', das einem Baumschema gleicht. Wie beim Cluster steht das Thema in der Mitte, bildet gewissermaßen den Stamm des Baumes, von dem aus die weiteren Ideen sich in den Verästelungen differenzieren: Hauptäste, Zweige, Nebenzweige. Es werden keine komplizierten Formulierungen gesucht, sondern assoziative Bilder und Vorstellungen, die dann räumlich um den Grundbegriff angeordnet werden.

Es ist wohl einleuchtend, dass diese Methode, die dem einsamen Schreiber Zugänge zu seinen unbewussten kreativen Potenzialen eröffnen kann, in der Gruppe angewandt, festgehalten auf einer großen Tafel oder auf dem Flipchart, durch die Vielfalt der Einfälle zu noch besseren Ergebnissen führen wird. Nicht umsonst wird diese Methode oft in der Schule oder in Seminaren angewandt.

Im kreativen Schreiben werden alle Sinne einbezogen: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen. Die Anregung der Sinne, beispielsweise durch Farben, Musik, Natureindrücke, Gerüche, Hautkontakte, ist hierbei ein wesentlicher Auslöser für die Öffnung unserer inneren Ausdrucksfähigkeit. So gesehen ist das kreative Schreiben auch immer im Kontext einer kontinuierlichen Selbsterfahrung zu verstehen, die schreibende Menschen bei ihren Aktionen begleitet. Bei unserem Ausflug zur Granatapfelmadonna und unserer anschließenden abenteuerlichen Bergwanderung zur Burgruine aus der Zeit des Fredericus Secundus hat Frau G. P. jeweils unterschiedliche Farbstifte genutzt, um die Farben der Natur in

Versformen wiederzugeben und Herr A. H. verbindet in einem kreativen Gesamterlebnis musikalische Eindrücke und Rhythmen mit Sprache und Versformen. Aber im kreativen Schreiben werden nicht nur Sinneserfahrungen widergespiegelt sondern das Schreiben eröffnet uns auch die Möglichkeit, Gefühle und Affekte durchzuarbeiten. Goethe schrieb die schönsten Gedichte, wenn er verliebt war; aber auch schwere Kränkungen und Niederlagen vermochte er in Sprache umzusetzen. Von ihm stammt der Spruch: „Wenn der Mensch in seiner Qual verstummt, gab mir ein Gott zu sagen, was ich leide.“(WAGENER 1982)

Ich schiebe jetzt einen Exkurs über das Schreiben von Tagebüchern ein, die ich ursprünglich nicht in meine Überlegungen einbezogen hatte. Die Anregung dazu erhielt ich durch einen Besuch der Ausstellung ‘Absolut privat? Vom Tagebuch zum Weblog’ im Museum für Kommunikation in Berlin (GOLD, HOLM, BÖS, NOWAK 2008). Der größte Teil der ausgestellten Tagebücher stammt aus dem Deutschen Tagebucharchiv in Emmendingen bei Freiburg. In Emmendingen habe ich mein Abitur gemacht und das Tagebucharchiv haben meine ehemaligen Klassenkameraden und ich anlässlich eines Klassentreffens vor drei Jahren besucht.

Der Zugang von Ausstellung und Katalog fokussiert auf die Schreibpraxis des Tagebuchs, auf das alltäglich verschriftlichte Selbstgespräch. Dabei ist die Kommunikationssituation per se dialogisch – unabhängig davon, ob es für eine Veröffentlichung oder allein für den Eigenbedarf angelegt ist. Es gibt eine Verschränkung von schreibendem, geschriebenem und adressiertem Ich – wer Tagebuch schreibt, kommuniziert. Und er kommuniziert in einem ganz bestimmten Rhythmus. Die prägende Kraft der Tagestaktung gibt dieser Kulturpraxis ihre besondere Form, von der aus auch die identitätsstiftenden Funktionen des Diaristischen zu betrachten sind. (GOLD, HOLM, BÖS, NOWAK 2008, S. 6)

Ich selber hatte bei dem Besuch der Ausstellung das Gefühl, in ein mir völlig fremdes unerforschtes Gebiet einzudringen, wie wenn man mit verschärfter Wahrnehmung einen fremden schwer zugänglichen Garten betritt. In den originalen Ausstellungstücken begegnen dem Besucher neben den Aufzeichnungen Unbekannter auch viele prominente Autoren wie die Traumprotokolle Theodor ADORNOS, Franz KAFKAS Quartheft, Johann Wolfgang GOETHES Schreibkalender, Clara SCHUMANNs Blumentagebuch, das Tagebuch der Anne FRANK, Lou André SALOMés Blätter aus einem GOETHE-Kalender, Rudolf WALSERS Tagebuchfragmente oder Nikolaus Ludwig VON ZINZENDORFS Losungstagebuch. Die Liste ist

schier unbegrenzt, die Formen sind unterschiedlich: von der Familienchronik über das Haushaltsbuch, Reisetagebuch, Kriegstagebuch, Logbuch des Seemanns, Traumtagebuch bis zum Backfischtagebuch ist alles vorhanden. Es gibt Einzelstücke aber auch die Sammelbände über mehrere Jahrzehnte. In diesen kontinuierlich geführten Tagebüchern ist das Schreiben fester Bestandteil des Lebens.

Max FRISCH notierte in sein Tagebuch: „Schreiben heißt, sich selber lesen“ (HOLM 2008, S. 30) und Elias CANETTI beschreibt das Tagebuchschreiben als ein produktives Fremdeln, einen wirklichen Dialog mit diesem anderen, der man selber ist. Tagebücher sind geprägt von Intervallen. Tagebuchschreiber scheuen sich nicht, auch Alltägliches zum wiederholten Male festzuhalten. Der Schriftsteller Robert MUSIL wollte damit den täglichen Umständen Achtung erweisen. Das Serielle könne allmählich charakteristische Merkmale des Tagebuchschreibers herausarbeiten. So erhalten plötzlich hereinbrechende Ereignisse, ein Unfall oder ein besonderes Erlebnis mitten in einer Serie von Banalem ihre besondere Bedeutung und Beachtung (HOLM 2008).

Ich komme nun zu einer besonderen Form des Tagebuchs, die der Philosoph Wilhelm SCHMID (1992) in seinem Buch ‘Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst’ in Anlehnung an den französischen Philosophen Michel FOUCAULT (1926-1984) in dem Kapitel ‘Künste der Existenz, Formation und Transformation seiner selbst’ im Unterkapitel ‘Das Leben schreiben’ empfiehlt.

Für FOUCAULT ist Lebenskunst in Anlehnung an die Antike gleichbedeutend mit der Sorge um uns selbst und unser Leben. Unter Lebenskunst ist ein Können zu verstehen, unser Leben zu führen und dieses Können umfasst Praktiken, Techniken der Einübung und Ausübung, der Selbstformung. Die antike Lebenskunst diente dazu, sein Leben gut zu führen und dieses Können zu vermitteln war die vordringlichste Aufgabe der Philosophie.

Das Kapitel ‘Das Leben schreiben’ beginnt mit dem Satz: „Dass jeder Mensch ein Künstler ist, wird in der Bildung von uns selbst zur Realität.“ (SCHMID 1992, S. 308) Eine der ältesten Techniken über die das Selbst sich formt und transformiert ist die Erfahrung des Schreibens. Im Zuge seiner Arbeiten über die Antike stieß FOUCAULT auf das antike Phänomen der Schreibhefte und Notizbücher, die zu PLATONS Zeiten

aufkamen. FOUCAULT entdeckte, dass die Alten ihre Selbstpolitik in diesen Schreibheften und Notizbüchern geradeso führten, wie sich Regierungen oder Unternehmen mit Hilfe von Registern verwalten.

Diese Notizbücher dienten als Gedächtnisstützen, als Lebensbücher, Leitfaden zur Lebensführung. Man trug in sie Zitate, Ausschnitte wichtiger Texte ein, beschrieb Ereignisse, die man erlebt oder beobachtet hatte, oder die einem berichtet worden waren, Gedanken oder Gesprächsinhalte. So entwickelte sich ein materielles Gedächtnis gelesener, gehörter oder gedachter Inhalte und diese boten sich dem Schreibenden dar als ein angehäufter Schatz zu späterem Nachlesen und späterer Meditation (S. 309).

Bei SCHMID heißt es:

Die Schrift ist ein Medium der Kunst, sein Leben zu führen und zu gestalten, ist eine Geste der Existenz und seiner Transformation. Das Schreiben ist eine der asketischen Techniken, wie das Schweigen und die Meditation, die Enthaltbarkeit und die Gedächtnisübung. (1992, S. 310)

In der Schrift begegnet das Selbst dem Anderen, Schreiben heißt demnach sich zeigen, sich sehen lassen, sein eigenes Gesicht erscheinen zu lassen gegenüber dem Anderen. Briefe aber auch Notizen stellen in gewisser Weise ein von Angesicht zu Angesicht her. Die Formung seines Selbst im Medium der Schrift, im Wellengang des Schreibens, wie es Kafka nennt, ist ein Abenteuer, einer Reise zu vergleichen. (S. 314)

Als Beispiel für eine Tagesbuchschreiberin, die verschiedene Formen nutzt, stelle ich die neuseeländische Schriftstellerin Katherine MANSFIELD (1888-1923) vor. Ihre Tagebücher vereinen drei Formen des Schreibens: Es sind Notizhefte einer Schriftstellerin, Protokolle ihres Innenlebens sowie eine spirituelle Autobiographie.

Alexandra Johnson, die an der Harvard University 'Kreatives Schreiben' unterrichtet, beschreibt in ihrem Buch 'Wie aus dem Leben Geschichten entstehen – Vom Tagebuch zum kreativen Schreiben' (2003) ihre erste Begegnung mit den Tagebüchern von Katherine MANSFIELD:

Als ich Anfang 20 war, wollte ich schreiben. Irgendetwas. An einem Oktobermorgen fand ich ein Tagebuch, das meinem ähnlich war. Es war ein Chaos. Ein Durcheinander von Notizheften in verschiedenen Größen, deren Seiten oft mit Korrekturen vollgekritzelt waren. Zwischen den Einträgen lagen Wochen, oft Monate. Einkaufslisten waren neben Einfällen für zukünftige Projekte aufgeschrieben worden. Reisetagebücher standen neben Gedanken über die Ehe. Briefe, die nie abgeschickt wurden, steckten wie zufällig zwischen den Seiten. (JOHNSON 2003, S. 20)

Die Schriftstellerin Katherine MANSFIELD BEAUCHAMPS wurde 1888 in Wellington, Neuseeland, geboren. Nach ihrer Schulzeit studierte und lebte sie in London, Cornwall, Deutschland, in der Schweiz und in Paris, ein unstetes, hektisches Leben. Mit Virginia WOLFE verband sie eine jahrelange Freundschaft. 1917 erkrankte sie an Tuberkulose, einer damals unheilbaren Krankheit. Sechs Jahre später, 1923, starb sie mit 34 Jahren in Paris an dieser Krankheit.

Im Alter von 18 Jahren schrieb Katherine MANSFIELD Sprüche aus der Feder Oskar WILDES in ihr Tagebuch: „Treibe alles so weit es geht.“, und: „Das eigene Wesen vollkommen zu verwirklichen – dazu sind wir da.“ Wenig später heißt es bei ihr: „Würdest du nicht gerne alle Arten des Lebens ausprobieren – eines ist doch sehr klein – aber, das ist das Befriedigende beim Schreiben – man kann so viele Menschen verkörpern. Schreiben ist Leben noch einmal.“ (MYLO 1998, S. 18)

1921 schrieb Katherine MANSFIELD in ihr Tagebuch:

Ich bin 33. doch beginne ich erst jetzt zu verstehen, was ich tun möchte. Es werden viele Jahre nötig sein, um es wirklich zu schaffen. Wie unerträglich wäre es, zu sterben und Fragmente, Bruchstücke, aber nichts Vollendetes zu hinterlassen. (JOHNSON 2003, S. 21)

Katherine MANSFIELD verwaltete ihre Tagebücher wie Sparkonten. Aus ihren Notizen, die sie in den Wartezimmern der Ärzte hingekritzelt hatte, aus Bemerkungen über Menschen, die ihr begegneten, aus Gelesenem und Erfahrenem erwachsen ihre Erzählungen und Kurzgeschichten, alles wartete darauf, verwendet zu werden.

Nur ein Jahr später starb sie an ihrer Krankheit. Die Zeit davor aber hatte sie in einer unglaublichen Kraftanstrengung genutzt. Der Stoff in ihren Tagebüchern erwies sich als eine schier unerschöpfliche Quelle. In diesem kurzen Zeitraum in einem Wettlauf mit der Krankheit entstand ein Viertel ihres Gesamtwerkes. Katherine MANSFIELD hinterließ 88 Erzählungen. Sie gilt als Wegbereiterin der modernen Short Story.

Ich habe zu Beginn darauf hingewiesen, dass ich mich zunächst mit dem einsam am Schreibtisch Sitzenden, scheinbar isolierten Individuum, befassen will, um dann zu kommunikativen Formen des Schreibens überzugehen. Aber, jetzt sieht es doch so aus, dass die Übergänge fließend sind, hat doch die Schrift an sich, für sich genommen, allein schon einen kommunikativen Charakter. Man spricht doch von einem ‘Selbstgespräch’ des Tagebuch Aufzeichnenden, von einem Gespräch des aktu-

ellen Selbst hin zu einem zukünftigen, sich noch formenden, angestrebten Selbst.

Ich habe schon Alexandra JOHNSON erwähnt, die ihrem Buch 'Wie aus dem Leben Geschichten entstehen' (2003) den Untertitel gegeben hat 'Vom Tagebuch zum kreativen Schreiben'. Jeder, der sich als Laie an künstlerische Techniken heranwagt, wie zum Beispiel im freien Tanz, im Zeichnen und Malen, im Lamentheater, im Erlernen eines Instrumentes und eben auch in kreativen Schreibversuchen, jeder setzt sich wahrscheinlich auch mit dem Problem des Dilettantismus auseinander. Das kommt nicht von ungefähr. Schon GOETHE und SCHILLER polemisierten gegen den Dilettanten und in neuerer Zeit z. B. auch Thomas MANN. Der ehemals positiv geprägte Begriff des Dilettanten als Liebhaber einer Kunst, die er nur zum Vergnügen betreibt, wandelte sich so hin zum amateurhaften Stümper (NOWAK 2008, S. 59). Ich glaube, wir sollten zu der alten Bedeutung des Dilettantismus zurückfinden und uns in unseren Emanzipationsschritten nicht durch uns selbst und durch andere verunsichern lassen.

Thomas MANN, das steht wohl außer Zweifel, ist ein genialer Schriftsteller. Seine Josephs-Romane werden selbst von anerkannten Ägyptologen bewundert und sogar jedem empfohlen, der sich auf eine Ägyptenreise vorbereitet. Einer dieser Ägyptologen, Alfred GRIMM, hat in einem 468-seitigen Werk mit dem Titel 'Joseph und Echnaton. Thomas MANN und Ägypten' (1992) akribisch untersucht, wie dieses monumentale Werk entstanden ist. Er weist nach, dass Thomas MANN sich schon seit seiner Kindheit mit diesem Thema auseinandergesetzt hat. Vorlagen für seine Personenbeschreibungen, Orte und Situationen fand er in den Statuen, Reliefs und Malereien in Ägypten und in den großen Museen der Welt. GRIMM verdeutlicht, dass Thomas MANN sich fortwährend vorformulierter Texte aus ägyptologischen Standardwerken bedient hat. Bald in freier Umformung, bald in enger Anlehnung und nicht selten in ausführlichen wörtlichen Zitaten folgt er der Sprache der ägyptologischen Fachleute. Ist dieser Blick in die Werkstatt des Dichters nun ein desillusionierender Akt oder könnte er uns nicht wegweisend für unser eigenes Arbeiten sein? Der Größe des thomas-mannschen Werkes schadet diese Feststellung in keiner Weise, und was uns betrifft, so kann die Vorgehensweise Thomas MANNs uns nur ermutigen, in unseren Gestal-

tungsversuchen frei und ohne große Gehemmtheiten und Eigenzensur tätig zu werden.

Zu dieser Thematik passt auch ein Gedanke, den kein Geringerer als GOETHE gegenüber einem Freund 1832 formulierte:

Ich habe alles, was ich gesehen, gehört, beobachtet habe, gesammelt und verwertet. Meine Werke haben von tausend verschiedenen Personen Nahrung gezogen: Unwissende und Weise, geistvolle Männer und Dummköpfe, die Kindheit, das reife Alter, das Greisenalter. Alle kamen und boten mir ihre Gedanken, Fähigkeiten, ihre Hoffnungen, ihre Art zu sein an; ich habe oft geerntet, wo andere gesät haben, mein Werk ist ein Sammelwesen, und es trägt den Namen GOETHE. (DOBEL 1995, S. 295)

Interessant ist auch, was der Dirigent CELIBIDACHE, der Philosoph unter den Dirigenten, der von 1945 bis 1952 die Berliner Philharmoniker dirigierte, zum laienhaften künstlerisch Tätigsein sagte. Anders als Herbert VON KARAJAN lehnte er die Musikvermarktung per Schallplatte oder CD ab und fühlte sich als Antipode von VON KARAJAN. Seine Erklärung für diese Einstellung war philosophisch: Musik sei keine Konserve, die man festhalten könne, sie lebe im Augenblick der Entstehung, quasi 'in statu nascendi' und konsequenterweise fand er das einfache Üben eines Musikinstrumentes wertvoller als das Anhören einer perfekten Einspielung auf einer CD.

Nach diesem Exkurs komme ich nun zu einem Autor, der eindeutig für das Schreiben in der Gruppe eintritt: Jürgen VON SCHEIDT (2003) mit seinem Buch 'Kreatives Schreiben. Texte als Wege zu sich selbst und zu anderen'. Einleitend schreibt Scheidt unter der Überschrift: 'Die wichtigste aller Kulturformen':

Für alle, die gerne mehr schreiben würden, weil sie ahnen oder aufgrund guter Erfahrungen längst wissen, dass im Schreiben sehr viel mehr steckt, als unsere oft schlechten Schulerfahrungen uns träumen lassen, nämlich ein gewaltiges Potenzial an Lebenshilfe und Lebenskunst, an Denk-Werkzeug und Mittel zur zwischenmenschlichen Verständigung. – Was ist das 'kreative Schreiben', wie ich es in diesem Buch vorstelle? Es ist der Aspekt der kontinuierlichen Selbsterfahrung. Diese ist etwas völlig anderes als die sterile Selbstreflexion und grübelnde Selbstbeobachtung, die viele Menschen in der Einsamkeit betreiben. Wirkliche Selbsterfahrung setzt die Reaktion anderer Menschen voraus. Deshalb messe ich dem Vorlesen von Texten eine große Rolle bei. (VON SCHEIDT 2003, S. 13)

Und er führt weiter aus, dass in dieser Rückmeldung der Umwelt der große Unterschied zu einsamen Schreiberfahrungen läge, wie sie oft von Schriftstellern idealisiert und hochstilisiert werden. Nach VON SCHEIDT

soll das Verfassen von Texten den Schreibenden aus seiner Einsamkeit erlösen. Er verkennt dabei nicht, dass wichtige Phasen im Verlauf des kreativen Schreibprozesses allein durchgearbeitet und durchgestanden werden müssen, aber ebenso wichtig wie die Kreativität allein sei die Kreativität der Gruppe.

Etwas später heißt es bei VON SCHEIDT:

Schreiben aber ist sehr viel mehr als Datenspeicher und Kommunikationsinstrument. Es ist zusätzlich noch Denk-Werkzeug; auch hierbei wird aus dem 'Rohen' der Gedanken und Fantasien das 'Gekochte' der klar strukturierten Konzepte hergestellt. Und es ist das ideale Medium für die Selbsterkenntnis, Meditation und Psychotherapie. Von seiner Potenz als kreatives Gestaltungsmittel, wie es der Dichter und der Journalist einsetzen einmal ganz abgesehen. (2003, S. 15).

VON SCHEIDT sieht zwei grundlegende Bedürfnisse des Kindes wie des Erwachsenen im Schreiben vereint: Das Bedürfnis nach Geborgenheit und das Bedürfnis nach Freiheit begleiten uns das ganze Leben, Geborgenheit in der Symbiose der Familie und Freiheit in Selbständigkeit und Eigenständigkeit, und er sieht diese beiden Grundbedürfnisse in zwei mythischen Bildern verwirklicht: Das Bedürfnis nach Freiheit, nach geistiger und seelischer Weite ohne Grenzen sieht er im Bild des Pegasus, des geflügelten Pferdes der griechischen Sage dargeboten und das Bedürfnis nach Geborgenheit, Schutz und Heilung findet er im Motiv des Labyrinths versinnbildlicht. Schreiben sei für ihn eine Art Wünschelrute geworden, es bringe ihn seinen Quellen näher und helfe ihm, sein schöpferisches Potenzial und seine Selbstheilungskräfte besser zu nutzen. Er biete in seinem Buch ein Spektrum an, das vom mythischen Ursprung der Schrift bis zum Schreiben in der Gruppe reiche.

VON SCHEIDT geht von einer Beobachtung aus, die inzwischen durch den Bestseller von Richard David PRECHT 'Wer bin ich, und wenn ja wie viele?' zum Allgemeingut geworden ist:

Mancherlei Beobachtungen deuten darauf hin, dass die Vorstellung vom intakten 'Ich' eine Fiktion ist, dass wir in Wirklichkeit aus einer Fülle von Teilpersönlichkeiten bestehen. Ein Blick in die Literaturgeschichte belegt diese Vorstellung ebenso wie die Selbstbeobachtung. Die moderne psychologische Forschung liefert erste wissenschaftliche Hinweise, dass so etwas wie 'Multipersonalität' sogar der Normalfall sein könnte – eine Fundgrube für jeden, der schreibt. (PRECHT 2007, S. 108)

Unter diesen Teilpersönlichkeiten komme nun dem 'inneren Schreiber' eine besondere Bedeutung zu. In germanischen Mythen wird berichtet,

dass der Gottvater Odin, am Weltenbaum hängend, dem Tode geweiht, sterbend die Runen schuf und sich dadurch befreite und bei den Ägyptern war es der ibisköpfige Thoth, der den Menschen das Schreiben beibrachte und ihnen dadurch den Zugang zur geistigen Welt eröffnete. Dies sei der archetypische Urgrund, aus dem der innere Schreiber hervorgehe.

Außer dem Schreiber gebe es noch eine weitere wichtige Teilpersönlichkeit. VON SCHEIDT bezeichnet diese als den 'inneren Archivar'. Dieser kenne sich ausgezeichnet in den riesigen Speichern unseres Gedächtnisses aus. Zur Frage der Teilpersönlichkeit möchte ich VON SCHEIDT noch einmal wörtlich zitieren:

Einem Artikel entnahm ich einmal, dass es in der neueren medizinischen Literatur die Vorstellung vom 'Arzt im Inneren' gibt. Dort wurde ein Gespräch mit Albert SCHWEITZER zitiert, der auf die Frage, ob jemand von einem einheimischen Mediziner geheilt werden könne, antwortete: Der Mediziner hat Erfolg aus dem gleichen Grund, wie wir anderen. Wir sind am besten, wenn wir dem Arzt, der in jedem Patienten wohnt, eine Gelegenheit geben, an die Arbeit zu gehen. (VON SCHEIDT 2003, S. 106-107)

Ähnlich soll in einer Schreibgruppe der innere Schreiber angeregt werden, aus sich heraus zu gehen, sich mitzuteilen, an die Arbeit zu gehen.

VON SCHEIDT hat in München Psychologie, Soziologie, Anthropologie und Psychopathologie studiert. Neben seiner Tätigkeit als Publizist arbeitet er in München in eigener psychotherapeutischer Praxis und in seinem Institut für Angewandte Kreativitätspsychologie. So nutzt er das kreative Schreiben auch in therapeutischen Schreibgruppen. Schreibsitzen zu zweit oder in der Gruppe gliedern sich in seinem Ansatz in fünf Phasen:

1. Kontaktaufnahme, etwa eine Viertelstunde,
2. Meditation, meist mit Musik,
3. Niederschreiben eines Textes,
4. Vorlesen der Texte,
5. Überarbeiten des Geschriebenen.

Hier sieht er einen Unterschied zwischen der Therapie und der Selbsterfahrung: In der Therapie wird versucht, tiefer in die Bilder einzudringen, sie eventuell im Blick auf den therapeutischen Prozess zu deuten. In der Selbsterfahrungsgruppe wird eine Vertiefung nicht forciert. Die Rohtexte werden, angeregt durch ein lockeres Gruppengespräch, von den Teilnehmern selbstständig überarbeitet.

Ich selber habe nie ein Tagebuch geschrieben, aber angeregt durch die Aufgabe, diese Arbeit zu verfassen, erinnere ich, dass ich als junger Lehrer und in gewissen Zeitumständen Texte notiert habe, die zunächst der Verbesserung meines Unterrichts dienen sollten, indem ich kurze Lehraussagen wichtiger Pädagogen festhielt, später habe ich dann auch Zitate, die mir gut gefielen, Ausschnitte aus Vorträgen, die ich gehört hatte, ja sogar Gedichte, die mich besonders ansprachen, in diesen Notizblöcken festgehalten. Es war nicht umsonst. Vieles habe ich später wieder genutzt.

Zum Abschluss möchte ich einen SCHILLER-Text vortragen, der am Anfang eines dieser alten Notizbücher steht: SCHILLER 1787 an seinen Freund, den Leipziger Lektor HUBER:

Glaube mir, es steht unendlich viel in unserer Gewalt, wir haben unser Vermögen nicht gekannt – dieses Vermögen ist die Zeit. Eine gewissenhafte sorgfältige Anwendung dieser kann erstaunlich viel aus uns machen. Und wie schön, wie beruhigend ist der Gedanke, durch den bloßen, richtigen Gebrauch der Zeit, die unser Eigentum ist, sich selbst ohne fremde Hilfe, ohne Abhängigkeit von Außendingen, sich selbst alle Güter des Lebens erwerben zu können. Mit welchem Rechte können wir das Schicksal oder den Himmel darüber belangen, dass er uns weniger als andere begünstigte. Er gab uns Zeit, und wir haben alles, sobald wir Verstand und ernstlichen Willen haben, mit diesem Kapitale zu wuchern. (BURSCHELL 1958, S. 79)

## Creative Writing in the Tension between Self-Realisation and Communication

Ulrich Kümmel (Berlin)

For all creative processes it is important to know that ones 'self' is integrated in a social network, regardless of whether one is sitting alone at a desk or not. Gabriela RICO the author of 'Writing the natural way. Using the right brain techniques to release your expressive powers' recommends the method of clustering, a spontaneous idea link. With its highly visual thinking this corresponds to the function of our brain. Many senses are activated in creative writing. The writing of diaries constitutes a special form of self-awareness. Those who keep a diary communicate and do so in a certain pattern. In continuous diaries writing represents an integral part of life. In ancient times notebooks were used as guides to

live, as reminders, as life books, a material memory of read, heard or imaginary contents.

Writing in the group relieves rigidities and often effectuates surprising creative processes. Creative writing can be a voyage of discovery. Real self-awareness however requires the exchange of ideas, the mutual exchange between the group members about their written texts.

### *Literatur*

- Burschell, F. (1958): Schiller. Hamburg: Rowohlt.
- Dobel, R. (1995): Lexikon der Goethe-Zitate. München: dtv.
- Goethe, J. W. (1982): Trilogie der Leidenschaft; S. 138-143. In: →H. Wagener (1982).
- Gold, H.; Holm, Ch.; Bös, E.; Nowak, T. (2008): Absolut privat!? Frankfurt a.M.: Braus.
- Grimm, A. (1992): Joseph und Echnaton. Thomas Mann und Ägypten. Mainz: v. Zabern.
- Holm, Ch. (2008): Montag Ich. Dienstag Ich. Mittwoch Ich; S. 10-50. In: →H. Gold et al. (2008).
- Johnson, A. (2003): Wie aus dem Leben Geschichten entstehen. Zürich: Pendo.
- Kleist, H. (1963): Werke in einem Band. Hamburg: Hoffmann u. Campe.
- Mylo, I. (1998): Katherine Mansfield. (Apropos Bd. 15). Frankfurt a.M.: Neue Kritik.
- Nowak, T. (2008): Vom Blatt zum Blog; S. 51-62. In: →H. Gold et al. (2008).
- Precht, R. (2007): Wer bin ich, und wenn ja wie viele? München: Goldmann.
- Rico, G. (1984): Garantiert schreiben lernen. Hamburg: Rowohlt.
- Schmid, W. (1992): Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- von Scheidt, J. (2003): Kreatives Schreiben. Texte als Wege zu sich selbst und zu anderen. Frankfurt a.M.: Fischer.
- Wagener, H. (1982): Deutsche Liebeslyrik. Stuttgart: Reclam.

Dr. phil. Ulrich Kümmel ist Sonderschullehrer und Lerntherapeut.

### Adresse

Ulrich Kümmel • Schumpeter-Str. 74 • 12309 Berlin • [ulrich.kuemmel@gmx.de](mailto:ulrich.kuemmel@gmx.de)

# Wege zum Glück durch die Entstehung von Kreativität und kreativem Ausdruck durch den Humanstrukturellen Tanz

Barbara Engelhardt (Berlin)

The author describes the Human Structural Dance as a diagnostic and therapeutic treatment method. It offers a multidimensional experience and allows the dancer to enlarge his identity through the process of creativity within a specific group. This will be described by the theory of creativity by Günter Ammon. According to neurobiology the origins of creative expression find its roots in the development of mirror-neurons and their mirror-processes within a supporting surrounding. The theories are substantiated with examples from a self experience Human Structural Dance group. Human Structural Dance stimulates sensations of happiness by activating creativity. The creative body expression is an act of self-liberation from unconscious symbiotic fixations; a process experienced as happiness in the direction of autonomy.

Keywords: Human Structural Dance, creativity, feeling of happiness, social energy, group dynamic, mirror-processes.

## Einleitung

Die Themen Glück und Kreativität sind in der Literatur seit Jahren ein viel diskutiertes Thema. Das 'Streben nach Glück' ist sogar als Menschenrecht in der US-Verfassung verankert. Im Vorliegenden möchte ich mich mit philosophischen Aspekten zum Thema Glück im Zusammenhang mit der Kreativitätstheorie der Dynamischen Psychiatrie und dem von AMMON entwickelten Humanstrukturellen Tanz auseinandersetzen. Die Psychoanalytikerin und Tanztherapeutin Gertraud Reitz schreibt in dem Buch 'Heilsame Bewegungen': „Eine der wichtigsten Weiterentwicklungen in der Psychoanalyse ist die Einbeziehung des Körpers in die therapeutische Arbeit.“ (REITZ 2005, S. 40)

Der Humanstrukturelle Tanz ist eine unbewusste Körpersprache, die sich ganz individuell und spontan zeigt. Jede innere Bewegung, Gefühle und Wünsche drücken sich durch unseren Körper aus. Bewusst wird Körpersprache jedoch nur von wenigen Menschen eingesetzt.

Mit der Erforschung der Körpersprache, des Austausches von Gefühlen und der Entwicklung der Identität hat sich in jüngerer Zeit auch die

Neurobiologie beschäftigt, und zwar auf der Grundlage der Entdeckung von Spiegelneuronen und deren entsprechenden Resonanzphänomenen. Schon Ammon hat in Untersuchungen über die Entwicklung einer kreativen Persönlichkeit die Funktionsweise des Gehirns erforscht.

Insgesamt betrachtet wird deutlich, dass Glück, Kreativität und kreativer Ausdruck aus dem Dialog mit dem Umfeld heraus geschehen, aus der Erfahrung von Zusammenhängen, die dem Menschen Sinn im Leben geben. Je mehr Vereinzelung und Selbstentfremdung der Mensch erlebt, desto enger ist sein Lebensentwurf und ein Mangel an kreativer Lebensgestaltung und deren Ausdruck spürbar. Je stärker der Mangel, desto intensiver wird die Suche nach dem Sinn des Lebens und damit nach Glück. Glück entsteht aus dem Erleben, sich in einen größeren Zusammenhang eingebettet zu fühlen und ganz und gar eins mit sich zu sein. Auch Kreativität entsteht in diesen Zusammenhängen. Diese Erfahrung macht der Humanstrukturelle Tanz möglich.

### Was sagt die Philosophie zur Entstehung von Glücksfähigkeit?

Ich möchte mit einem Zitat des französischen Philosophen ALAIN (1868-1951) beginnen: „Man behauptet, dass uns das Glück immer fliehe. Für das fertig gelieferte Glück trifft das zu. ... Dafür enttäuscht aber das Glück, das man sich selbst erobert, auch nie.“ (1982, S. 120)

Mit dem Zitat wird deutlich, dass Glück entsteht, wenn man aktiv wird, man sich in etwas einlässt und Neues erobert, d.h. in übertragenem Sinne Begegnungen zulässt. So sagt z. B. Martin BUBER, dass alles wirkliche Leben Begegnung sei und dass der Mensch nur durch die Begegnung mit dem Du zum Ich werde (BUBER 1992, S. 32), also seine einzigartige Identität entwickle.

Eines Menschen innerwerden heißt also im besonderen seine Ganzheit als vom Geist bestimmte Person wahrnehmen, die dynamische Mitte wahrnehmen, die all seiner Äußerung, Handlung und Haltung das erfassbare Zeichen der Einzigartigkeit aufprägt. (BUBER 1992, S. 284)

Der Humanstrukturelle Tanz hat eine große Bedeutung für das Erleben von Glück, weil er eine tiefgehende Begegnung mit sich selbst und dem Unbewussten ermöglicht und kreative Potenziale frei setzt. Dadurch werden existenzielle Fragen nach dem Sinn und Ziel des Lebens, nach einem glücklichen Leben im Sinne einer schöpferischen Lebensgestaltung als

Ausdruck einer individuellen Persönlichkeit aufgeworfen. Diese Fragen beschäftigen die Menschen schon seit Jahrtausenden.

So war PLATON (427-347 v.Chr.) der Meinung, dass Glück entstehe, wenn man mit sich selbst und seinen Werten in Übereinstimmung lebe. Dies sei seines Erachtens möglich, da die Seele dann nichts Schlechtes enthalte (HELLER 2004, S. 25).

Von großer Bedeutung für ein glückliches Leben war für die antike Philosophie das selbstverantwortliche, freiheitliche Handeln innerhalb einer Gruppe (der Polis) auf der Basis einer gesunden Seele (dem wahren Selbst). Dies sind Aspekte, die in übertragenem Sinne auch Ammon als zentral für eine authentische, kreative Lebensführung und damit als Quelle des Glücks ansah.

ARISTOTELES spricht von Glück als einem Leben in der 'Verflochtenheit' (SCHMID 2007, S. 443) des Menschen mit der Welt. Für ihn gibt es nur ein Glücksempfinden in der schöpferischen, selbstverantwortlichen Bewältigung der Lebensaufgaben in der Gemeinschaft, der Polis. Dabei soll der Mensch sein gesamtes eigenes Potenzial, seine Energie einsetzen, auch wenn dies zeitweise mit Unlust verbunden ist. Diese Haltung hat z. B. CAMUS eindrücklich mit dem steinrollenden Sisyphos beschrieben (MICHEL 2007, S. 147).

SOKRATES versteht unter Glück die wesensgerechte Entfaltung der menschlichen Anlagen. Sein Glückskonzept geht davon aus, dass der Mensch in Übereinstimmung mit seinem 'Daimon', seinem wahren Selbst leben solle. Dann wären Körper, Geist und Seele im Einklang und man könne in Übereinstimmung mit den eigenen Werten denken, fühlen und handeln. Die dabei entstehenden intensiven Glücksgefühle seien verbunden mit authentischem freiheitlichem Selbstausdruck.

Dieser Zugang zu Selbstkongruenz und freiheitlichem Selbstausdruck wird z. B. im Humanstrukturellen Tanz durch die Entwicklung kreativer Prozesse in Gang gesetzt. Kreativität ist grundlegend für das Erleben von Glück. Sie bewirkt eine Loslösung aus symbiotischer Verstrickung und führt damit zur Identitätserweiterung. Dieser Entwicklungsprozess ermöglicht dem Menschen tief berührende Erfahrungen in der Arbeit, der Liebe, der Freundschaft und in einer Gruppe.

Im Folgenden beschreibe ich, wie sich im Humanstrukturellen Tanz kreative Prozesse entwickeln und Glücksempfindungen auf unterschied-

lichen Ebenen frei gesetzt werden. Dies möchte ich anhand von Ammons Kreativitätstheorie erläutern und mit Aussagen von Teilnehmern der Berliner Tanz-Selbsterfahrungsgruppe unterstreichen.

## Was versteht Ammon unter Kreativität?

Unter Kreativität versteht AMMON:

etwas ganz neues, bisher nicht Gedachtes zu denken, zu tun und zu gestalten und ... noch völlig unbekannte Möglichkeiten aus dem unbewussten Reservoir freizulegen. Der Ursprung der Kreativität ist die fragende Neugierde, ... grundsätzliche Denkgepflogenheiten ... zu hinterfragen. Die Begriffe von Neugierde und Frage implizieren immer ... den interpersonellen Charakter kreativen Geschehens. (AMMON 1995, S. 140)

AMMONS Kreativitätstheorie ist Teil eines mehrdimensionalen Konzeptes einer ganzheitlichen Sichtweise des Menschen für Diagnostik und Behandlung. Auch der Humanstrukturelle Tanz ist Diagnostik, Behandlungsmethode und ein Medium der Selbsterfahrung. Durch schöpferische Prozesse soll dem Menschen eine positive Entwicklung seiner Humanstruktur ermöglicht werden. Dadurch könne der Mensch einen schöpferischen Lebensstil entwickeln, ein erfülltes, lebendiges Leben führen und damit wesentlich werden.

Die Humanstruktur ist die Basis der Identitätsentwicklung. Die Humanstruktur umfasst die Körperlichkeit des Menschen und unterschiedliche psychische Grundkräfte, zentrale Ich-Funktionen, die sich miteinander entwickeln und gegenseitig beeinflussen; z. B. die Ich-Identität, Angst, Aggression, Abgrenzung, Sexualität, Kreativität, Ich-Integration, Narzissmus, Frustrationsregelung. Sie sind im unbewussten Kern der Persönlichkeit verankert. In der Ich-Funktion der Kreativität sieht AMMON eine angeborene schöpferische Kraft, die sich im Zusammenhang von Sozialenergie und Gruppe konstruktiv entfaltet. Sie kann sich unter ungünstigen Umständen auch destruktiv oder defizitär entwickeln. Kreativität wird frei gesetzt durch den Zugang zum Unbewussten. Dies wird durch den Humanstrukturellen Tanz möglich. Der Tanz ist die Via Regia zum Unbewussten.

Für AMMON ist das Unbewusste nicht ein Hort der verdrängten sexuellen Energie, sondern es ist ein vorhandenes, durch Erziehung zum Teil verbotenes Potenzial an Kreativität. Schöpferische Leistung entsteht durch Aufhebung dieses Verbotes.

Damit kreative Energie auch in Aktivität, in die Tat umgesetzt werden kann, muss sich die Ich-Funktion der Aggression mit der der Kreativität und der Sexualität verbinden. Der Humanstrukturelle Tanz wird dadurch zu einer Möglichkeit, nonverbal einen freien Zugang zu den schöpferischen Potenzialen zu finden und diese in Körpersprache umzuwandeln.

Eine 64-jährige Teilnehmerin der Tanzgruppe äußert sich dazu folgendermaßen: *„Man hat nur eine kurze Zeitspanne zur Verfügung, um seine Gefühle und das, was einen bewegt, ohne Worte auszudrücken. Ich bin froh, wenn es mir gelingt, den Kopf auszuschalten, mich nur den Bewegungen des Körpers zu überlassen und zu spüren, wie der spricht.“*

## Der Humanstrukturelle Tanz

Der Humanstrukturelle Tanz wurde Anfang der 80iger Jahre von Günter und Maria AMMON für Patienten entwickelt und wird seitdem in der Klinik und im Rahmen ambulanter Therapien angewendet. Neben der Humanstrukturellen Tanztherapie entstanden später auch Tanz-Theater und Tanz-Selbsterfahrungsgruppen.

Der Humanstrukturelle Tanz ist eine individuelle Schöpfung des Menschen in seiner Beziehung zu seinem Körper und Geist, seiner Seele und der Gruppe und auch innerhalb von Zeit und Raum. Im Humanstrukturellen Tanz kommen die Gewordenheit des Tänzers (Vergangenheit), sein derzeitiges Sein (Gegenwart) und seine Zukunftsentwürfe zum Ausdruck.

Nach AMMON ist der Humanstrukturelle Tanz: *„Körper- und Bewegungssprache, ein Energieentwickler und -vermittler bei der teilhabenden Gruppe und die zentrale Kraft eines sozialenergetischen und gruppendynamischen Feldes.“* (1995, S. 344)

## Ein 40-jähriger Mann berichtet über seine Tanzgruppenerfahrung

*„Das stärkste Glücksgefühl empfinde ich in dem Moment, in dem ich allein in der Mitte der Gruppe stehe und voller Spannung auf den Musikbeginn warte. Ich zeige mich dann mit meinem ganzen Sein im Hier und Jetzt. Diese Minute des Wartens empfinde ich wie eine bevorstehende Geburt, wie eine Möglichkeit der Befreiung von alten Fesseln.“*

*Ich war in meiner Familie massiv körperlichen und sozialen Entwer-*

tungen ausgesetzt und bin dort nicht geschützt worden. Darum habe ich zu meinem Schutz meinen Körper immer mit Kleidung bedeckt gehalten, ... bis zu meinem zehnten Lebensjahr völlig.

In der Pubertät wollte ich mehr zeigen und bin mit kurzen Hosen und Sandalen gegangen. Zu dieser Zeit war das auch mit erotischen Gefühlen verbunden. Ich wollte auch barfuß laufen. Das hat meine Mutter mit scharfen Worten kritisiert. Später habe ich das noch einmal heimlich versucht, aber da hat meine Großmutter mich erwischt ... Körperfreundlichkeit und Erotik hatten in unserer Familie keinen Platz.

Als ich mir den Humanstrukturellen Tanz das erste Mal anschaute, hat mir das große Wut und Angst gemacht. Ich wurde mit Dingen konfrontiert, die mir verboten waren, nämlich mit freier Körperlichkeit und Gefühlen, die ich mir selbst versagte. So hatte ich vor jedem meiner Tänze Strafangst, aber stattdessen kamen in den anschließenden Rückmeldungen nur gute Worte. Das waren dann meine emotional korrigierenden Erfahrungen.

Beim Tanzen bewege ich mich ungeschützt in der Mitte der Gruppe. Mit meiner Tanzkleidung lege ich äußerlich und innerlich meine Berufsrolle ab. Das Barfußtanzen ist für mich heute zu einem Symbol des 'guten Ungeschützt-Seins' geworden.“

Mit diesem Bericht wird spürbar, wie über den Körperausdruck schöpferisch in einem Akt der Selbstbefreiung die Heilung narzisstischer Verletzungen erfolgt und sich die Beziehung zu sich selbst und anderen verändert, wenn ein sozialenergetisches, kreatives Feld dafür zur Verfügung steht.

Beim Tanz tritt an die Stelle der Sprache der nonverbale spontane Körperausdruck. Das sind ursprüngliche, archaische Ausdrucksformen, die den Zugang zu den tieferen Schichten der Psyche ermöglichen. Verdrängtes, und damit noch nicht gelebte Identitätsaspekte und schöpferische Potenziale werden im Körperausdruck sichtbar. Der Tanz wird so zu einem individuellen Befreiungsakt mit neuen Bewegungen, die aus dem Unbewussten kommen. Dieser Prozess wird vom Tänzer und der Gruppe als glücklich erlebt.

Durch Rückmeldungen aus der Gruppe wird das Geschehen bewusst gemacht und dem Nichtsprachlichen eine Bedeutung verliehen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf den konstruktiven Seiten des Tanzes. Die

Gruppe entdeckt und verbalisiert die im Tanz enthaltene Zukunftsdimension und zeigt dem Tänzer dadurch seine Werdensmöglichkeiten auf.

Ein Teilnehmer drückt diese Erfahrung so aus: *„Durch das Tanzen kann ich dem inneren Ausdruck geben und andere sehen das. Damit wird das Innere zur äußeren Realität. Diffuses wird in Worte gefasst.“*

Ein 35-jähriges Gruppenmitglied ergänzt: *„Ich empfinde ein tiefes, stilles Glück, wenn durch den Tanz die schlechte Prognose meiner Eltern aufgehoben wird und endlich das Geheime, das verschüttete Gute von mir sichtbar und anerkannt wird.“*

Durch dieses Gefühl des Angenommenseins kommt es beim Tänzer zu einem Zutrauen in sich selbst und der Hoffnung auf ein selbstbestimmtes, glückliches Leben. Die Anerkennung ist die Basis jeden Selbstwertgefühls, denn sie richtet sich auf den Menschen in seinem ganzen Person-Sein. *„Anerkannt zu werden ist die Grundvoraussetzung für ein glückliches Leben.“* (HELLER 2004, S. 163)

## Entwicklung einer kreativen Beziehungsdynamik aus der Sicht der Neurobiologie

Für die Entwicklung von Glück und Kreativität wird immer wieder die große Bedeutung hervorgehoben, die der Austausch, die Interaktion mit einem kreativ-lebendigen und fördernden Umfeld hat. Psychoanalytiker wie z. B. WINNICOTT und KRIES, Bindungsforscher wie GROSSMANN und auch der Neurobiologe RIZZOLATTI mit seiner Entdeckung der Spiegelneuronen bestätigen, dass dyadische und gruppendedynamische Erfahrungen zentral die psychische und schöpferische Entwicklung des Menschen prägen. RIZZOLATTI spricht von Spiegelungsprozessen innerhalb eines sozialen Handlungs- und Bedeutungsraumes (BAUER 2009, S. 21f.). AMMON (1995, S. 152) spricht in diesem Zusammenhang von konstruktivem Austausch von Sozialenergie innerhalb der Herkunftsfamilie, die zu schöpferischen Prozessen führt.

Der Neurobiologe und Psychotherapeut Joachim BAUER (2009), der sich auf RIZZOLATTI bezieht, hat die Bedingungen weiter erforscht, unter denen sich körperlicher Ausdruck und Gesten sowie eine intuitive Übertragung von Gefühlen entwickeln. Er sagt, dass Kreativität und eine glückhafte Identität sich nur entwickeln können durch die Spiegelung an-

derer Menschen. Diese Entwicklung fängt in den ersten Tagen nach der Geburt an, in denen das Kind darauf angewiesen ist, dass seine Bedürfnisse, seine Spontanreaktionen im Kontaktwunsch zur Außenwelt von den Eltern einfühlsam beantwortet werden.

Der Säugling braucht Eltern, die selbst mit Kontinuität, Sensibilität und Wärme die Aktivitäten des Säuglings spiegeln, damit sich seine Spiegelneuronen entwickeln können. Das Interpretationssystem seiner Nervenzellen wertet die Körperbewegungen, den Gesichtsausdruck, Gestik und Mimik der Bezugsperson aus und bildet sich so ein Bild seiner selbst und der Welt. Durch die Wahrnehmung und das Miterleben der Gefühle anderer werden eigene Nervenzellen in Schwingungen gebracht. Diese Dynamik, von RIZZOLATTI als Resonanzphänomen bezeichnet, bildet die Grundlage für die Entwicklung von Intuition, kreativem Ausdruck und Identität (BAUER 2009, S.57f.). PAPOUSEK nennt dieses Phänomen einen 'kommunikativen Tanz zwischen Mutter und Säugling.' (BAUER 2009, S. 97)

Resonanzphänomene entstehen durch die Aktivität von Spiegelneuronen. Spiegelneuronen sind Nervenzellen, die im Gehirn genetisch angelegt sind und sich durch intensive Spiegelungsprozesse entwickeln können. Sie steuern eine Handlung oder ein Gefühl und werden z. B. auch aktiv, wenn wir bei einer Person die gleiche Handlung beobachten. Dabei setzt spontan und unwillkürlich eine Resonanz ein. Spiegelneuronen sind von daher die neurologische Basis für spontanes, intuitives und emotionales Verstehen. Sie können unter bestimmten Umständen auch den biologischen Körperzustand verändern, da Gefühlszustände zu Hormonausschüttungen führen, die wiederum das Körperbefinden und die Wahrnehmung der Organe beeinflussen. Durch gut funktionierende Spiegelneuronen erwirbt man die Fähigkeit, schnell zu erfassen, was den anderen Menschen bewegt (BAUER 2009, S. 50f.). Je besser wir verstehen, was im anderen Menschen vorgeht, desto besser und intuitiver verstehen wir z. B. auch, was den Tänzer im Humanstrukturellen Tanz bewegt. Auch der Tänzer selbst hat mit gut entwickelten Spiegelneuronen einen wesentlich besseren Zugang zu sich selbst, seinen Gefühlen und seinen Körperempfindungen.

Der Säugling beginnt zuerst, bestimmte Gesichtsausdrücke zu imitieren. Dadurch kann er sich auf ein wechselseitiges Spiel von Signalen, emotionalem Abtasten und dem Wunsch, selbst Signale auszusenden,

einlassen. Durch diese Dynamik entsteht Bindung, die der Beginn jeder zwischenmenschlichen Beziehung ist.

Nach der Imitation der Gesichtszüge beginnt das Kind, Laute nachzuahmen, später körperliche Bewegungen. Durch die Spiegelung entsteht ein Gefühl der Verbundenheit und Motivation, weiter Neues aus der Umwelt zu erfahren und es selbst zu tun. Das Gefühl der Bindung bewirkt, dass körpereigene Opioide ausgestoßen werden, die sich positiv auf die Befindlichkeit auswirken. Bauer sagt daher, dass frühe Spiegelungen nicht nur zu seelischem, sondern auch zu körperlichem Glücksgefühl führen (BAUER 2009, S. 62).

Die Gefühle und das Sprach- und Bewegungszentrum differenzieren sich in der Entwicklung immer weiter aus. Es kommt jedoch maßgeblich darauf an, inwieweit das Kind in seiner Entwicklung weiter gefördert und damit in seinem Sein gespiegelt wird, um in einem erweiterten Aktionsradius neue Erfahrungen machen zu können und seine Identität auszubilden (BAUER 2009, S. 125f.).

## Die Bedeutung der Gruppe für die Entwicklung von Kreativität und Glücksempfinden

Schöpferische Aktivität entfaltet sich in präödipler Zeit. Nach Ammon (AMMON 1998) entsteht sie in der Kommunikation zwischen Mutter, Kind und Gruppe. Dabei ist es wichtig, dass eine ermutigende und Grenzen gebende Familienatmosphäre herrscht, in der es zu einem ständigen Austausch von sozialer Energie kommt. Diese Rahmenbedingungen sind für das wachsende Kind strukturgebend und Sicherheit bietend. Mit der positiven Grundstimmung kann es seine Umwelt erobern, aber auch Frustrationen und Begrenzungen ertragen lernen. Konstruktive Aktivität und Abgrenzung werden so zu emanzipatorischen Schritten aus der Symbiose heraus hin zu wachsender Autonomie des Kindes. Nach AMMON (1982) sind die gelingende Abgrenzung aus der Ursymbiose und die Bewältigung späterer Lebensaufgaben verbunden mit der Umsetzung eigener Ziele die wichtigsten schöpferischen Leistungen des Menschen. Sie werden zur Basis allen kreativen Ausdrucks überhaupt.

Auch beim Tanz hat die umgebende Gruppe eine besondere Rolle. Die Gruppe bildet in Verbindung mit Sozialenergie und der Gruppendy-

namik die Grundvoraussetzung für die Entstehung kreativer Prozesse. In der Gruppe muss eine schöpferische Grundstimmung herrschen; sie muss eigenständig und unkonventionell sein.

Der erste Schritt aus symbiotischer Verstrickung ist in symbolischem Sinne der Schritt des Tänzers in die Mitte der Gruppe. Er zeigt sich mit seinen ganz persönlichen Körperbewegungen, seiner Ausstrahlung, seiner Kleidung, seiner Musik, um sich in diesem Prozess mit seiner Energie in Raum, Zeit und Gruppe zu erleben. So wie Kreativität in der Beziehung zwischen Mutter, Kind und Gruppe entsteht, so entsteht auch beim Tanz Kreativität in der nonverbalen bewussten und unbewussten Kommunikation zwischen Tänzer und Gruppe. Wichtig ist, dass die Gruppe wohlwollende Unterstützung gibt und eine schützende Gruppengrenze bildet. Diese Haltung erlebt der Tänzer heute wie eine Wiedergutmachung der alten Verletzungen aus frühester Kindheit, in der nicht so empathisch auf ihn eingegangen werden konnte.

Zwischen Gruppe und Tänzer kommt es zu einem die Identität stärkenden Fließen von Sozialenergie. Diese Sozialenergie wird für den Tänzer zur Basis seines Tanzes und gleichzeitig zum Motor für neue schöpferische Prozesse. Für eine 40-jährige Frau ist der Tanz ein Akt der Hingabe: Man schenke sich den Anderen und bekomme von der Gruppe Sozialenergie zurück.

Eine 69-jährige Teilnehmerin hat beim Tanz das Gefühl, dass sie so sein darf, wie sie ist. Sie dürfe wie ein ungebändigtes Kind Angst, Wut, Freude und Blockaden ausdrücken. Dann komme sie an das Unbewusste heran und nehme die bestätigende Gruppenstimmung auf, die sie beeinflusse.

## Einleitung des kreativen Prozesses

Für das Entstehen kreativer Prozesse ist es notwendig, dass der Tänzer mit seinem Unbewussten in Kontakt kommt. Eine erste Annäherung an das Unbewusste und eine Öffnung der Ich-Grenzen erreicht man durch die Meditation zu Beginn einer Tanzsitzung. Dadurch kommen die Gruppenteilnehmer mit ihrer Grundstimmung in Kontakt, die durch das Alltagsgeschehen oft verdeckt ist. Die Tanzsitzung endet mit einer Meditation, um die Ich-Grenzen wieder zu schließen.

Nach der Meditation beginnt der Tanz. Es ist ein freiwilliges, sponta-

nes Tanzen ohne vorgegebenes Thema. Der einzelne Tänzer bewegt sich in der Mitte der geschlossenen Gruppe. Wichtig ist, frei von Leistungsdruck nur den Körper sprechen zu lassen. Im Tanz zeigen sich die Beziehungsfähigkeit des Tänzers zu sich selbst und zur Gruppe, sein Gefühl für die Musik, sein Ausdruck von Emotionalität und energetischer Kraft und seine Bewegungsmöglichkeiten.

## Kreativer Prozess und kreativer Akt

Die freundliche Haltung der Gruppe hilft dem Tänzer, Zugang zum Unbewussten zu finden und Verdrängtes, noch nicht Gelebtes aufsteigen zu lassen. Je mehr der Tänzer seine Schutzmechanismen aufgeben kann, desto mehr kann er auch das analytische Denken aufgeben und sich einer frei schwebenden Aufmerksamkeit hingeben. Dabei kommt der Tänzer in einen spezifischen Ich-Zustand, der mit einer großen Verletzlichkeit verbunden ist. Daher ist es notwendig, dass die Gruppe als Ganzes eine schützende Ich-Grenze für den Tänzer übernimmt.

Die rechte Gehirnhälfte gerät in eine ausgeprägte Entspannung, die mit einem Zustand zwischen Wachen und Schlafen verbunden ist (Ammon 1982). Der Tänzer bekommt eine große Empfindsamkeit für die äußere und innere Vorstellungswelt.

In der linken Gehirnhälfte tritt das analytische Denken immer weiter zurück. Die Ich-Grenzen sind weit geöffnet und die Abwehrmechanismen herab gesetzt. Die Ich-Funktionen entwickeln eine starke Wechselwirkung. Mit diesem besonderen Ich-Zustand werden die Grenzen der bisherigen Ich-Struktur aufgelöst und überschritten. Von daher ist Entwicklung ein Grenzgeschehen. Nur durch Grenzüberschreitung ist eine konstruktive Weiterentwicklung möglich.

Kulminationspunkt des kreativen Prozesses ist der kreative Akt: Im Zustand einer besonderen Wachheit und Sensibilität fallen alle Gedanken und Ideen zu einer neuen Lösung zusammen, die dann durch Aktivität, durch konstruktive Aggression umgesetzt wird. Im Tanz können dies eine neue Ausdrucksbewegung, eine neue Haltung, ein verändertes Gefühl sein.

Diese Zusammenhänge zwischen Regression, der Bewusstwerdung des Unbewussten und seiner Umsetzung, des Austausches von Sozialenergie und dem anschließenden konstruktiven Feedback der Gruppe führen zu

wachsender Unabhängigkeit des Tänzers und zu Selbstkongruenz. Das bedeutet, dass Glück entsteht, wenn wir unser schöpferisch-ganzheitliches Denken und Empfinden bejahen, es leben und ausdrücken können.

Eine Gruppenteilnehmerin beschreibt den Zustand folgendermaßen: „Ich fühle mich im Tanz frei und geborgen und nicht zensiert; und in dem Moment wächst etwas, die Freiheit kommt ins Schwingen und eine unbändige Freude darüber.“ Es ist das Glücksgefühl über die Freiheit neuer Gedanken, über unkonventionelle Wege und befreite Gefühle.

Ein 45-jähriger Tänzer schließt sich an: „Glück ist für mich, wenn ich aus der Wiederholungsschleife rauskomme, aus dem eingespurten Weg, aus der Angst heraus zu neuem Selbstausdruck und differenzierteren Gefühlen.“

Die Aussagen machen deutlich, dass der Tanz ohne Vorgaben ein schöpferischer Akt aus sich heraus ist, wenn der Tänzer es schafft, sich der freien Assoziation hinzugeben. Einerseits ist er in einem transzendenten Zustand mit der Gruppe durch Sozialenergie verbunden. Andererseits kommt der Tänzer mit seinem Unbewussten in einen kongruenten Zustand, der eine heilende und kreativierende Wirkung hat. Durch diesen mehrdimensionalen Prozess differenziert sich die Identität immer weiter aus.

## Der Abschluss des kreativen Prozesses

Wichtig ist, dass der Tänzer seine Ich-Grenzen nach dem kreativen Akt wieder schließt, indem er seinen Tanz auf der Körperebene sichtbar beendet und über sein Erleben während des Tanzes spricht. Anschließend gibt auch die Gruppe konstruktive Rückmeldungen. Dadurch wird der gesamte Prozess abgeschlossen.

Über das positive Feedback sagen die Tanzgruppen-Teilnehmer, dass es anfangs schwer anzunehmen sei. Langfristig hätte es jedoch die kritische Selbstwahrnehmung wohltuend beeinflusst. Wichtig sei auch, dass die positive Rückmeldung nicht intellektuell abgewertet, sondern emotional angenommen werde.

Mit dem Feedback wird das Sichtbar gewordene gespiegelt, um eine Diskrepanz zwischen Selbst- und Fremderleben aufzulösen, um Abgespaltenes in Worte zu fassen und dem Tänzer seine Ressourcen deutlich zu machen. Das Aussprechen dieser Aspekte und vor allem deren Inte-

gration machen eine Erweiterung der Identität möglich. Tänzer und Gruppe geben sich gegenseitig neue Impulse auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene. Die Gruppe verändert sich dadurch selbst. Sie kommt in eine schöpferische Grundstimmung und wird zu einer Quelle der Inspiration.

## Glück der Freiheit durch Auflösung symbiotischer Fixierungen

Der Tanz ermöglicht es, Beziehung zu sich selbst und zu anderen, Nähe und Distanz nonverbal gestalten zu können. Wenn es gelingt, die bewusste Selbstkontrolle aufzugeben, dann werden für den Tänzer über den Körper seine unbewussten symbiotischen Wünsche und Abgrenzungsprozesse spürbar. Im Tanz werden diese sichtbar schöpferisch umgesetzt und durch Feedback gespiegelt. Das sozialenergetische Zusammenspiel zwischen körperlichem Ausleben und Verbalisieren auf geistiger Ebene macht eine Integration in die Persönlichkeit möglich und führt langfristig zur Lösung symbiotischer Fixierungen.

Eine Tänzerin fragt sich, inwieweit sie zu Gruppenleitern und Gruppenteilnehmern Kontakt finden wolle oder sich abgrenzen möchte. Könne sie besser auf der Geschwisterebene Beziehung haben oder zu Autoritäten oder könne sie offen und flexibel mit beidem umgehen?

Für einen selbstkritischen Teilnehmer war es ein hilfreicher Kommentar, dass es keinen richtigen oder falschen Körperausdruck gebe, dass alles zu seiner Persönlichkeit gehöre. Das mache seinen Tanz authentisch, fördere seine Autonomie und befreie ihn von destruktiver Selbstkritik.

Die wachsende Unabhängigkeit wirkt sich auch auf die Arbeitsfähigkeit aus. Die Erfahrung, sich beim Tanzen einem unkontrollierten Prozess zu überlassen, kann im Verlauf der Zeit auch auf den Arbeitsbereich übertragen werden. Durch die unbedingte Öffnung im Tanz und deren Bestätigung durch die Gruppe entsteht Vertrauen in sich selbst, so dass der Mensch auch in der Arbeitssituation frei von Blockierungen situationsangemessen, sachlich und konstruktiv tätig werden kann.

Der Humanstrukturelle Tanz hat auch einen Einfluss auf das Körpergefühl, auf die Sexualität und das männliche und weibliche Identitätsgefühl. Im Tanz kann man sich in unterschiedlichen Rollen als Mann oder

als Frau ausprobieren. Man kann Erotisch-Weibliches und Archaisch-Männliches, kämpferische oder weiche Gefühle ausleben und sich einem androgynen Fühlen und Handeln annähern, so dass in einer Person weibliche und männliche Bedürfnisse flexibel befriedigt werden können. Androgynität bewirkt eine Auflösung der Rollenfixierung und macht neue Handlungs- und Erlebnisspielräume möglich.

Der Mensch kann im Tanz seine Kleinheitsgefühle und das strenge Über-Ich überwinden oder auch seine Größenfantasien befriedigen, indem er in unterschiedlichen Rollen spielerisch sein Ich-Ideal auslebt. Dadurch wird Kreativität zu einem Mittel, mit dem man die Kluft zwischen Ideal-Ich und Real-Ich überbrückt und in eine realitätsangemessene Übereinstimmung bringt. Dies führt zu einer Aussöhnung mit sich selbst und der Welt. Nur wer sich mit sich selbst aussöhnt und sein Leben bejaht, kann glücklich werden. Dazu gehört auch, Mut zu einer eigenen Identität zu haben.

Herrn U. ist der Aspekt der Aussöhnung sehr wichtig für ein glückliches Leben. Er beschreibt dies folgendermaßen: Durch den Tanz käme es zu einer Milderung des Über-Ichs. In der Folge könne sich eine gefühlsmäßige Umstellung des Menschenbildes von der feindseligen zur menschenfreundlichen Einstellung entwickeln. Man schaue auf die Menschen und sich selbst mit einem liebenden Blick.

## Abschließende Betrachtung

Der Humanstrukturelle Tanz ist eine Chance für die Identitätserweiterung und damit zu tiefgehenden Glücksempfindungen. Glück ist Frei-Werden von Kreativität und deren aktive Umsetzung.

Die zuvor genannten neurobiologischen Forschungen von BAUER und RIZZOLATTI (in BAUER 2009) haben ergeben, dass sich eine glückhafte kreative Identität nur durch einfühlsame Spiegelungsprozesse in den menschlichen Beziehungen vom ersten Lebenstag an entwickeln kann. Die Teilhabe am Humanstrukturellen Tanz in der Gruppe aktiviert die Aktivität der Spiegelneuronen, fördert ihre weitere Entwicklung und damit ein Wachstum der Persönlichkeit. Konstruktive und kreative Erfahrungen werden auch im Körperbewusstsein gespeichert. Spiegelneuronen und deren Resonanzphänomene beeinflussen Hormonausschüttungen und bewirken damit die Entstehung von Glücksempfindungen.

Der kreative Akt im Tanz ist ein Identitätsschritt aus Einengung und Fixierung heraus zur Ich-Autonomie. Die im Tanzprozess erfahrene Öffnung der Ich-Grenzen und die Integration konstruktiver Erfahrungen führen zur Erweiterung der Ich-Struktur.

Dementsprechend ist nach Ammon Glück eine Lebenshaltung, das Leben anzunehmen und bewusst zu ergreifen mit seinen positiven und negativen Anteilen. Diese Aspekte zu integrieren bedeutet, flexibel mit der ganzen Spannweite des Lebens umzugehen und auch destruktive und widersprüchliche Tendenzen konstruktiv gestalten zu können. Die Wirkung ist mehrdimensional. Der Humanstrukturelle Tanz macht es mit seiner Mehrdimensionalität möglich, diese Polaritäten auf körperlicher, geistiger und psychischer Ebene wahrzunehmen, auszuleben und zu integrieren. Diese Haltung führt zu einer geistig-kreativen Lebensgestaltung.

Der Humanstrukturelle Tanz ist ein Lebenselixier. Er ist eine unerschöpfliche Kraftquelle für die Persönlichkeit. Mit ihm können wir unser Glück mehren und damit uns selbst und die umgebende Gruppe stärken. Der Philosoph Wilhelm Schmid drückt dies so aus: „Lernt der Körper tanzen, so lernt es auch die Seele.“ (SCHMID 2007, S. 285)

## Paths to Happiness Throughout the Development of Creativity and Creative Expression by Human Structural Dance

Barbara Engelhardt (Berlin)

The Human Structural Dance provides the chance to develop identity and therefore deep sensations of happiness. Happiness is the setting free of creativity by translating it into action.

Observations in neurobiological research of the last twenty years have verified that a happy, creative identity can only be developed through empathic mirroring processes of human relations beginning the first day in life. The participation in the Human Structural Dance within a group mobilises the activity of mirror-neurons, their further development and thus promotes the growth of personality. Constructive and creative experiences are also recorded in the body awareness. Mirror neurons and their resonance phenomena influence hormone release and therefore provoke sensations of happiness.

The creative act during the dance is an identity step out of restriction

and fixation in the direction of autonomy. The opening of the ego boundaries experienced during the dance process together with the integration of constructive experiences lead to a broadening of the ego-structure.

Accordingly, Ammon defines happiness as a way of life to accept life with its positive and negative components with the aim to live it consciously. To integrate these aspects means to deal flexibly with the whole range of life and even shape the destructive and contradictory in a constructive way. The effect is multidimensional. The Human Structural Dance with its multidimensionality provides the possibility to be aware of these polarities, to live and integrate them, thus leading to a spiritual-creative lifestyle.

The Human Structural Dance as an elixir of life is an inexhaustible source of energy and inner strength for the personality. With this elixir we increase our happiness and are able to strengthen not only ourselves but also the surrounding group. As the philosopher Wilhelm Schmid points out: „When the body learns to dance, the soul learns it as well.“ (SCHMID 2007, S. 285)

(Translation by Franziska von Wendland)

## Literatur

- Alain (1982): Die Pflicht glücklich zu sein. Frankfurt/Main: Suhrkamp
- Ammon, G. (Hg.)(1982): Hdb. Dynamische Psychiatrie, Bd. 2; S. 714-735. München: Reinhardt.
- (1995): Der mehrdimensionale Mensch. Berlin: Pinel.
- (1998): Kreativität und Ich-Entwicklung in der Gruppe. In: Gruppendynamik der Kreativität. Frankfurt/Main: Eschborn, S. 12-36
- Bauer, J. (2009): Warum ich fühle, was du fühlst. München: Heyne
- Buber, M. (1992): Das dialogische Prinzip. Gerlingen: Schneider.
- Heller, B. (2004): Glück. Ein philosophischer Streifzug. Darmstadt: Wiss. Buchgesellschaft.
- Kries, D. von (1998): Kreativität und Aggression; S. 52-62. In: G. Ammon (Hg): Gruppendynamik der Kreativität. Frankfurt/Main: Eschborn.
- Michel, S. (Hg)(2007): Glück. Ein philosophischer Streifzug. Frankfurt/M.: Fischer.
- Morgan, M. (2007): Das Körperunbewusste und die Neurowissenschaft. In: G. Marlock, H. Weiss (Hg): Hdb d Körperpsychotherapie; S. 231-245. Stuttgart: Schattauer.
- Reitz, G. (2005): Tanztherapie – bewegte Geschichte; S. S. 37-81. In: G. Reitz, T. Rosky, R. Schmidts, I. Urspruch: Heilsame Bewegungen. Darmstadt: Wiss. Buchges.
- Schmid, W. (2007): Mit sich selbst befreundet sein. Frankfurt/Main, Suhrkamp.
- Winnicott, D. (1993): Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart: Klett.

Barbara Engelhardt ist Psychologische Psychotherapeutin u. Pädagogin.

Barbara Engelhardt, Privatpraxis • Alt Tempelhof 47 • 12103 Berlin

# Die Kunst des Lebens, die Kunst glücklich zu sein

Christel Kümmel (Berlin)

What exactly is happiness? It is the question of all questions when we consider what can ultimately succeed in life. The messages of the newer happiness researchers all sound very similar. Do something, take your life in your hands, learn to love and to be useful. "True being lies in the encounter and being active", says Günter AMMON.

Keywords: happiness researches, responsibility, encounter, self-realisation, activity, identity.

Es gibt wohl kaum jemanden, der nicht glücklich sein möchte. Was allerdings Glück heißt, hat für jeden eine andere Bedeutung. Das Wort Glück wird durch die Zeiten und von Kultur zu Kultur ganz unterschiedlich interpretiert. Die Vorstellung von Glück und Glücklichkeit hat auch in den unterschiedlichsten Lebensaltern einen anderen Stellenwert.

Die einen erhoffen sich ein glückliches Leben durch Reichtum, öffentliche Anerkennung oder Macht, andere erwarten es in persönlichen Beziehungen in der Partnerschaft, Familie, in Freundschaften. Wieder andere suchen das Glück in intensiven und anspruchsvollen Tätigkeiten, wie Kunst, Wissenschaft etc.. Die Vorstellungen von Glücklichkeit wechseln oft mit den Lebensumständen, mit dem Alter und nicht selten auch mit der momentanen Stimmung. Heutzutage gibt es eine unübersehbare Auswahl von Büchern, die sich mit dem Thema 'Glück' und 'Lebenskunst' beschäftigen. Die Frage nach einem glücklichen Leben ist aber kein modernes Phänomen. Zu allen Zeiten und in allen Kulturen haben sich Menschen gefragt, wie werde ich glücklich, wie kann ich ein sinnvolles Leben führen.

Klassische Ansätze zu einer Lehre der Lebenskunst finden wir in der Antike vor allem bei Sokrates, Platon, Aristoteles, bei Epikur sowie bei Seneca, Marc Aurel, um nur einige zu nennen. Für die Philosophen der Antike war es ein selbstverständliches Ziel, ein gutes und glückliches Leben zu führen. Aristoteles (384-322 v. Chr.) vertrat die Meinung, dass der Mensch von Natur aus nach Glück strebt. Die einzelnen philosophischen Schulen entwickelten dabei unterschiedliche Ansätze zur Lebenskunst, auf die ich hier nicht im Einzelnen eingehen kann. Ich möchte nur

einen Ausspruch des berühmten griechischen Philosophen Epikur vortragen, der in seiner Bedeutsamkeit zeitlos ist. Epikur (341-271 v. Chr.) im Original:

Nur einmal werden wir geboren; / ein zweites Mal ist nicht möglich, / und wir müssen dann eine ganze Ewigkeit hindurch nicht mehr sein. / Trotzdem schiebst Du den rechten Augenblick immer wieder hinaus, / und bist doch nicht einmal Herr über den morgigen Tag. / Überm Zaudern schwindet aber das Leben dahin / und so manche sterben, / ohne sich im Leben jemals recht Zeit genommen zu haben. (MEWALDT 1973, S. 67)

Mit der geistigen Herrschaft der Religionen, ob Buddhismus, Christentum oder Islam, wurde die weltliche Lebenskunstlehre mehr und mehr in den Hintergrund gedrängt. Die mittelalterlichen Mönche z. B. sahen das irdische Leben als ein Jammertal oder auch als eine Durchgangsphase zum eigentlichen glücklichen Leben nach dem Tode an. Der preußische Reichskanzler Otto von BISMARCK (1815-1898) gab noch im 19. Jahrhundert die Botschaft ans Volk: Wir sind nicht auf der Welt um glücklich zu sein, sondern um unsere Pflicht und Schuldigkeit zu tun". Diese Vorstellung der Obrigkeiten, im Staat wie in der Kirche, prägte ganze Generationen bis in die jüngste Vergangenheit hinein. Seit den 1990er Jahren ist das Interesse an Literatur, die sich mit der Frage nach einem besseren, sinnvolleren, ja glücklichen Leben befasst, stetig gestiegen. Heute ist die Auswahl von Büchern und Ratgebern zum Thema Glück unübersehbar.

Woher kommt dieses Interesse?

Nach dem 2. Weltkrieg spielen in unserer westlichen Welt Traditionen, Konventionen und Normen, ob von den Religionen oder von der Politik vorgegeben, nicht mehr so eine entscheidende Rolle. Der einzelne Mensch ist in die Situation hineingestellt, sich um sich selbst sorgen zu müssen. Das ist eine schwierige Aufgabe, eine oft nicht zu bewältigende Herausforderung. Wohin soll sich der Einzelne orientieren, woran kann er sich halten? Für ein glückliches Leben werden, und da sind wir nicht unbeeinflusst von der Werbung, oft Indikatoren wie ein neues Auto, das Eigenheim, Urlaubsreisen, die Karriere, Schönheit und jugendliches Aussehen und vieles mehr aufgestellt. Die materielle Grundversorgung ist unbestritten wichtig für unser Wohlbefinden. Wie Studien aber zeigen, werden Reichtum oder Status als Glücksbringer überschätzt, genauso wie Spaß und Vergnügen. Die Sättigungsgrenzen sind schnell erreicht, es muss dann immer mehr sein. Erich FROMM (1978) schreibt in

‘Haben oder Sein’, dass ‘Egoismus, Selbstsucht und Habgier’ in der westlichen Welt für viele zum herrschenden Thema des Lebens geworden ist. Wie die schon erwähnte Flut zum Thema Lebenskunst zeigt, haben wir heute ein Orientierungsproblem. Aus der Fülle der Wahlmöglichkeiten müssen wir auswählen. Früher wurde jedem der Platz zugewiesen, z. B. gab es keine freie Wahl des Wohnortes, des Partners, der Religion, des Berufes. Es wurde alles geregelt und vorgegeben, man hatte eben seine Pflicht und Schuldigkeit zu erfüllen.

Wie kann, wie soll ich heute leben, wie kann ich ein sinnvolles Leben führen, das ist eine Frage, die viele beschäftigt. Zunächst möchte ich auf den französischen Autor Francois LELORD (2004) eingehen. Sein Buch ‘Hektors Reise, oder die Suche nach dem Glück’ stand monatelang in Frankreich und Deutschland auf der Bestsellerliste. Das Buch ist amüsant geschrieben und liest sich leicht. Es regt an bei der eigenen Glückssuche und Glücksfindung.

In insgesamt 23 Lektionen wird die Frage nach dem Glück erörtert, die ich hier auszugsweise vorstellen möchte.

Lektion 1 lautet: Vergleiche anzustellen ist ein gutes Mittel, sich das Glück zu vermiesen. In einer anderen Lektion heißt es, viele Leute suchen ihr Glück nur in der Zukunft und verpassen es, in der Gegenwart zu leben. In der Lektion 7 wird gesagt, dass es ein Irrtum ist zu glauben, dass das Glück das Ziel sei. Wie auch der bekannte Familientherapeut Paul WATZLAWICK schreibt, ist der eigentliche Glücksbeschaffer der Weg dorthin: Der Weg ist das Ziel. In einer weiteren Lektion wird es als Glück bezeichnet, wenn man eine sinnvolle Beschäftigung hat, die einem Freude macht, im Gegensatz zu einer Arbeit, die man gezwungenermaßen verrichten muss. In Lektion 11 beschreibt LELORD, dass Glück schwieriger ist in einem Land, das von Diktatoren regiert wird. Untersuchungen haben gezeigt, dass der prozentuale Anteil der glücklichen Menschen in Demokratien vergleichsweise hoch ist.

Eine andere Glücksquelle ist nach LELORD, wenn man spürt, dass man für andere wichtig ist, dass man gebraucht wird. In Lektion 20 heißt es, dass Glück eine Frage der Sichtweise ist. Je nach dem wie ich etwas sehe und einschätze, verändern sich meine Gefühle. (Beispiel: Das Glas ist halb voll, das Glas ist halb leer). Als Glück wird in der Lektion 21 hervorgehoben, es sei wichtig, von Rivalität, Neid und Eifersucht einiger-

maßen frei zu sein bzw. konstruktiv damit umgehen zu können. Ansonsten seien die genannten Charaktereigenschaften ein schlimmes Gift für das Glück.

Wie deutlich wird, gibt es keine verbindliche, einheitliche Definition des Glücks. Was darunter zu verstehen ist, legt jeder für sich selbst fest. Die Philosophie kann lediglich behilflich sein bei der Klärung der Frage: Was bedeutet Glück für mich, wie kann ich glücklich werden, wie kann ich ein sinnvolles Leben führen. In der modernen Welt wird oft nur das Neue, Originelle und Herausragende als Quelle eines glücklichen Lebens betrachtet, dabei wird oft die kreative Alltagsgestaltung vernachlässigt. Dies kann zu einer Verkümmern von weiten Lebensbereichen führen. Wir merken dann an unserer Unzufriedenheit, an unserer inneren Rastlosigkeit und Leere, dass wir dabei sind, uns selbst zu verlieren. Es ist der ganz normale Alltag, es ist die Stunde, der Tag, dem wir Gestalt und Bedeutung geben sollten. Günter AMMON (1986) schreibt in dem Buch, 'Der mehrdimensionale Mensch': „Die echte Lebenszeit liegt in der Begegnung und im Tätigsein.“ (S. 23)

Als Beispiel für so ein Leben, das durch Höhen und Tiefen gekennzeichnet ist, möchte ich J. W. von GOETHE anführen. Er selbst hielt sein Leben in der Rückschau für sein größtes Kunstwerk, mehr als seine von ihm geschaffenen umfangreichen Werke. Ich habe GOETHE gewählt, weil sein Leben durch eigene Aufzeichnungen und durch zahllose Berichte seiner Zeitzeugen umfänglich dokumentiert ist. Von Kindheit an bis zu seinem Tode mit fast 83 Jahren musste GOETHE ständig um sein körperliches und seelisches Gleichgewicht ringen. Er litt immer wieder unter lebensbedrohlichen Erkrankungen und war mehrfach dem Tode nahe, wie in dem Buch von Frank Nager 'Der heilkundige Dichter' (1990) zu lesen ist. Da GOETHE auch ständig um sein seelisches Gleichgewicht ringen musste – er wurde immer wieder von depressiven Stimmungen heimgesucht –, unternahm er schon seit seiner frühesten Jugend an wirkungsvolle Maßnahmen, um Körper und Seele gesund, frisch, munter und kräftig zu halten. Schwimmen, Schlittschuhlaufen, Fechten, Tanzen, Reiten und Wandern gehörten zu seiner körperlichen Ertüchtigung, was zu dieser Zeit und in seinen Kreisen vollkommen ungewöhnlich war. Seine große Geräuschempfindlichkeit trainierte er sich als junger Mann ab, in dem er ganz bewusst beim abendlichen Zapfenstreich

neben den Trommlern herlief. Seine Schwindelanfälligkeit und Höhenangst überwand er, nachdem er immer wieder Kirchtürme bestieg und dann den Blick in die Tiefe wagte. GOETHE hat übrigens mit knapp 30 Jahren als erster im Winter den Brocken im Harz bestiegen.

In GOETHE'S Werken, Briefen und Gesprächen durchzieht sich leitmotivartig die Anregung, das Gute zu genießen und daraus Mut und Kraft zu gewinnen, aber auch unausweichliche Schicksalsschläge zu ertragen und anzunehmen. 'Gedenke zu leben!' das war sein Leitspruch. In Krisenzeiten, und er hatte viele, ob den Verlust seiner vier kurz nach der Geburt verstorbenen Kinder, den frühen Tod seiner Frau Christiane (51 J.), den Tod seines einzigen Sohnes August mit 41 Jahren in Rom, seine lebensbedrohlichen Erkrankungen oder seine erlittenen Kränkungen, wie die Absetzung als Theaterdirektor, oder die Zurückweisung seiner Liebe zu Ulrike VON LEVETZOW; immer wieder verstand er es, sich diesen Lebensanforderungen zu stellen.

GOETHE'S 'Heilmittel' war, wie es auch Günter AMMON sah, das Tätigsein und die Begegnung, die Beziehung zu den Menschen. Goethe war ein enorm tätiger Mensch, den Faust beendete er kurz vor seinem Tod mit 83 Jahren. Er hat über 50 Jahre am 'Faust' gearbeitet. Freundschaften pflegte er über Jahrzehnte. Als Beispiel sei hier seine lebenslange Freundschaft zu seinem Fürsten Carl AUGUST, zu HERDER und später zu SCHILLER angeführt.

Im Folgenden möchte ich auf den Philosophen Wilhelm SCHMID (1992), und Richard David PRECHT (2007), eingehen, die sich mit der Frage nach einem glücklichen Leben eingehend beschäftigt haben. Vor allem von dem Berliner Philosophen Wilhelm SCHMID gibt es eine Reihe von Büchern wie 'Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst', 'Philosophie der Lebenskunst', 'Schönes Leben', 'Die Fülle des Lebens' und das zuletzt erschienene kleine lesenswerte Büchlein „Glück. Alles was sie darüber wissen müssen und warum es nicht das wichtigste im Leben ist“.

Wilhelm Schmid sieht in der Sinnhaftigkeit des eigenen Handelns und Lebens die Wurzel des wahren Glücks. Er unterscheidet vier Formen des Glücks: Das 'Zufallsglück', das 'Wohlfühlglück', das 'Unglück' und die 'Fülle des Lebens'. Das Zufallsglück, etwa in Form eines Lottogewinns, dauert oft nur kurz und bereichert selten ein Leben. Das Wohlfühlglück ist ebenfalls von flüchtiger Dauer. Ein gutes Essen, der Kauf einer

Tasche, eines Kleides etc. hält nicht nachhaltig an. Das Unglücklichsein sieht Wilhelm SCHMID durchaus in einer Beziehung zum Glücklichsein. Das klingt zunächst sehr erstaunlich. Er ist aber der Auffassung, das Glücksmomente erst als solche geschätzt und in ihrer Bedeutung wahrgenommen werden können, wenn wir die andere Seite des Lebens auch kennen. (Dialektik: Tag/Nacht; Helligkeit/Dunkelheit; gesund/krank; Leben/Tod)

Friedrich NIETZSCHE (1844-1900) schrieb, als sich sein Gesundheitszustand 1879 immer weiter verschlechterte und er schließlich seine Professur in Basel aufgeben musste in 'Ecce Homo', dass erst die Selbstkonfrontation durch die Krankheit ihn aus alten Fesseln befreit habe:

Die Krankheit gab mir insgleichen ein Recht zu einer vollkommenen Umkehr aller meiner Gewohnheiten, sie erlaubte, sie gebot mir Vergessen; sie beschenkte mich mit der Nötigung zum Stilliegen, zum Müßiggang, zum Warten und Geduldigsein. [...] Jenes unterste Selbst, gleichsam verschüttet, gleichsam still geworden unter einem beständigen Hören-Müssen auf andere Selbste – erwachte langsam, schüchtern, zweifelhaft –, aber endlich redete es wieder. Nie habe ich so viel Glück gehabt als in den kränksten und schmerzhaftesten Zeiten meines Lebens" (GÖDDE 2007, S. 13).

Das vierte Glück, die 'Fülle des Lebens' bietet nichts Spektakuläres. Dafür ist es aber nach Wilhelm SCHMID dauerhafter, weil es alle Aspekte des Lebens, positive wie negative, gleichermaßen einbezieht. Wie sieht dieses Glück aus? Wie erreicht man es? Wilhelm SCHMID ist der Auffassung, und stellt sich damit in die Reihe der großen Philosophen, dass zum Leben Höhen und Tiefen, Erfolg und Misserfolg, Lust und Schmerz gehören. Auf ein sinnvolles, glückliches Leben muss man sich einlassen können, daran glauben, dass man es haben kann. Der Schlüssel zu diesem Glück ist eine offene Haltung zum Leben, zu der Vielschichtigkeit des Seins. Es hat was mit Herausforderung zu tun, mit Überwindung, mit Dankbarkeit. Wilhelm SCHMID sieht, wie schon die Philosophen der Antike, in der Reflexion und Gelassenheit einen Weg zu sich selbst zu finden.

In der Reflexion nehmen wir eine gewisse Distanz zur Unmittelbarkeit einer Situation und zu uns Selbst ein. Der Philosoph Helmuth PLESSNER (1892-1985) prägte die Begriffe 'zentrisch und exzentrisch'. Zentrisch bedeutet soviel wie im Leib sein, z. B. im Schlaf, in der Sexualität. In der exzentrischen Haltung nimmt der Mensch Stellung zu sich selbst ein. Nur der Mensch kann exzentrisch sein. Das führt zu einer klaren Sicht,

zu einer Objektivierung, man schaut sozusagen ‘von außen’ auf sich. In der antiken Philosophie wurde der reflektierende Mensch mit einem Künstler verglichen, mit einem Maler oder Bildhauer, der von Zeit zu Zeit einige Schritte zurücktritt, um sein Werk zu betrachten und zu prüfen, ob verändert oder sogar neu begonnen werden muss.

Zur Lebenskunst gehört auch die Gelassenheit, d. h. nicht immer nur Machen und Bewusstmachen. Zum Glück gehört auch die Fähigkeit zum stillen Genießen, die Fähigkeit mit den Widrigkeiten des Lebens zurechtzukommen, das einfach auch manchmal Hinnehmen dessen, was nicht in unserer Macht steht. Gelassenheit fordert ein Lassen von mir selbst, von meinen Sorgen, meinen Ängsten, meinen depressiven Gefühlen. Viele Menschen klammern sich aber gerade daran fest und verweigern letztlich das Leben. Sie richten vor allem den Blick auf die Misserfolge. Aus der Vergangenheit holen sie sich oft nur das pessimistische Material und bauen daraus ihr Weltbild und ihre Einstellung zu den Menschen. Dadurch verschließt sich ihnen der Zugang zu den Möglichkeiten, die sie auch hätten. Die Klage geht dahin, dass schon früher alles vergeblich war und später alles aussichtslos sein wird. Es ist nicht allein die Realität, sondern oft die eigene Fantasietätigkeit, die uns unglücklich macht.

Sehr deutlich werden die unterschiedlichen Haltungen zu Herausforderungen in der Beschreibung von vier unterschiedlichen Charaktertypen nach der Lehre des Hippokrates 460-377 v. Ch. veranschaulicht. Jeder dieser Charaktere will einen Spaziergang machen und trifft auf seinem Wege einen großen Stein als Hindernis: Der Sanguiniker setzt mit einem lebhaften Sprung über den Steinblock hinweg und wandert munter weiter. Der Choleriker gerät in Wut und Zorn, weil er sich wieder einmal bei seinen Unternehmungen gestört fühlt. Er versucht, den Stein beiseite zu schleudern und hat für längere Zeit die gute Laune verloren. Der Melancholiker bleibt stehen, verfällt auf traurige Gedanken, die sich dahingehend verdichten, dass in seinem Leben noch nie etwas reibungslos verlaufen ist: er gibt sich seiner Trübsal hin und setzt sich bekümmert am Wegrand nieder. Der Phlegmatiker jedoch fand schon zu Hause das Aufstehen und Weggehen reichlich mühsam; beim Anblick des Steins wird ihm alles zuviel, und er kehrt in seine Wohnung zurück, um sich wieder ins Bett zu legen.

Richard David PRECHT (2007) geht in seinem Bestseller ‘Wer bin ich,

und wenn ja, wie viele?’ der Frage nach, ob Glück erlernbar ist. Er kommt, wie alle, die sich mit Glück und Lebenskunst beschäftigen, zu der Auffassung, dass Glück nicht von allein entsteht. Es reicht nicht aus, keine Schmerzen zu haben, keinen Stress und keine Sorgen zu kennen, um glücklich zu sein. Viele Menschen haben ‘alles’ und fühlen sich doch unglücklich. Sie wissen nichts mit sich anzufangen, sie langweilen sich, sie sind innerlich leer. Mahatma GANDHI (1869-1948) formuliert es so: „Das Glück kommt von innen. Es ist keine Ware, die man kaufen kann.“

PRECHT stellt sieben Punkte auf, die zu einer glücklichen Lebensgestaltung hinführen.

## 1. Aktivität

Ob nun körperlich durch Sport oder geistig durch Interessen oder Herausforderungen, kann eine Quelle des Glücks sein.

## 2. Soziales Leben

Schon Epikur betonte, dass es kaum eine dauerhaftere Glücksquelle gibt als soziale Bindungen. Wer ein gutes soziales Netz von Freunden und Familie hat steht nicht allein, er hat ‘einen Rahmen’ in dem er sich aufgehoben fühlt. Etwas gemeinsam erleben, steigert das Glücksgefühl. Bei Sorgen und Nöten steht er nicht allein, er kann sich austauschen, was sehr entlastend wirkt.

## 3. Konzentration

Precht bezieht sich hier wieder auf Epikur, der das Hier und Jetzt ins Zentrum des Lebens stellt. Damit ist gemeint, den Augenblick wahrzunehmen, ob es nun die umgebenden Dinge sind, z. B. der Duft einer Blume, die vorüber ziehenden Wolken, das Rauschen der Bäume, der Gesang der Vögel oder erst recht die Menschen, mit denen ich in Kontakt bin. Die fernöstliche Philosophie spricht hier von der Achtsamkeit.

## 4. Realistische Erwartungen

Ein häufiger Fehler ist es, sich zu überfordern, aber auch sich zu unterfordern.

## 5. Gute Gedanken

Glücksgefühle sind kein Zufall, sondern eine Folge von richtigen Gedanken und Gefühlen. Bin ich eher heiterer Stimmung, ein freudig zugewandter Mensch oder neige ich dazu, düster und pessimistisch zu sein.

Der französische Philosoph ALAIN (1986) schreibt in 'Die Pflicht glücklich zu sein', dass Unglücklich- oder Unzufriedensein leicht sei. Es kann jeder. Man braucht dazu nicht klug zu sein. Glücklich zu sein dagegen sei immer schwerer: „Es ist ein beständiger Kampf gegen Ereignisse wie gegen Menschen.“ ALAIN ist der Auffassung, dass man unmöglich glücklich sein kann, wenn man es nicht sein will; man muss sein Glück wollen und es machen, es fordert unseren geistigen Einsatz und unser Aktivsein, eben eine andauernde Achtsamkeit.

Viele Menschen in unserer Kultur haben eine 'orale' Vorstellung vom Leben. Sie stellen sich vor, passive Empfänger von allerlei Wünschbarkeiten zu sein: Würden sie von der Welt und den Mitmenschen alles bekommen, was sie sich nur wünschen, dann wären sie glücklich. Diese Auffassung ist ein großer Irrtum. Es ist die Haltung eines 'verwöhnten Kindes', nur zu nehmen und nicht zu geben. Diese Nehmerposition führt in eine Abhängigkeit von äußerlichen Bedingungen, die für jeden Menschen auf die Dauer unerträglich wird. Jeder Mensch sehnt sich nach Autonomie, nach Selbstbestimmung.

## 6. Gelassener mit dem Unglück umgehen

Beispiel: Glück oder Pech

Ein alter Bauer hatte ein altes Pferd für die Feldarbeit. Eines Tages entfloh das Pferd in die Berg, und als alle Nachbarn des Bauern sein Pech bedauerten, antwortete der Bauer: „Pech? Glück? Wer weiß?“ Eine Woche später kehrte das Pferd zurück mit einer Herde Wildpferde aus den Bergen zurück und dieses Mal gratulierten die Nachbarn dem Bauer wegen seines Glücks. „Glück? Pech? Wer weiß?“, hieß seine Antwort. Als der Sohn des Bauern versuchte, eines der Wildpferde zu zähmen, fiel er vom Rücken des Pferdes und brach sich ein Bein. Jeder hielt das für ein großes Pech. Nicht jedoch der Bauer, der nur sagte: „Pech? Glück? Wer weiß?“ Ein paar Wochen später marschierte die Armee ins Dorf und zog jeden tauglichen jungen Mann ein, den sie finden konnte. Als sie den

Bauernsohn mit seinem gebrochenen Bein sahen, ließen sie ihn zurück. War das nun 'Glück? Pech? Wer weiß?'

## 7. Freude an der Arbeit

Die Arbeit zwingt uns, aktiv zu sein. Die meisten Menschen brauchen diesen Druck, diesen Rahmen. Das Problem der Arbeitslosigkeit besteht vor allem darin, sich selbst überlassen zu sein. So kann man auch die Arbeit als eine Form von Selbsttherapie betrachten.

## Schlussbemerkung

Der heutige Mensch hat es in unserer Kultur einerseits in vielen Lebensbereichen einfacher sein Leben eigenverantwortlich zu gestalten, die materielle Lebensgrundlage ist in aller Regel gesichert, wir leben ohne Krieg, es gibt keine verheerenden Epidemien; und doch ist es in gewisser Weise fast schwerer, ein einigermaßen glückliches Leben zu führen. Der moderne Mensch steht vor einer Flut von Wahlmöglichkeiten. Traditionen und Normen als Lebensrichtschnur sind in Frage gestellt bzw. nicht mehr vorhanden.

Schon Immanuel KANT (1724-1804) sprach davon, dass der Mensch lernen muss, 'sich selbst zu führen'. Ohne diese Fähigkeit, sich selbst zu führen, sich selbst zu erziehen, ist Autonomie nicht möglich. Es geht um die Selbstverantwortung; die Botschaft heißt: Ich bin für mein Leben und mein Glück selbst verantwortlich. Wenn ich mein Leben selber forme, wenn ich ihm Gestalt gebe, eine Gestalt, die mir entspricht und die mir gut tut, dann habe ich Lust, Freude am Leben. Ich habe dann das Gefühl, dass ich selber lebe, statt gelebt zu werden. Die Botschaften der neueren Glücksforscher sind alle sehr ähnlich und lauten: Tu was, nimm dich selbst in die Hand, bewege dich, interessiere dich, konzentriere dich, lerne zu lieben und zu helfen, bleibe bescheiden, entdecke dich selbst.

Zu guter letzt noch mal J. W. von GOETHE. Er war der Auffassung, dass das 'höchste Glück der Erdenkinder' sei, eine Persönlichkeit zu werden. Schon in jungen Jahren hatte er sich vorgenommen, „die Pyramide seines Lebens so hoch wie möglich zu bauen“, was ihm ja durchaus gelang, aber nicht ohne erhebliche Krisen durchstanden zu haben. In seinem Garten am Gartenhaus in Weimar ließ er mit 26 Jahren (nach

seiner Ankunft) den ‘Stein des guten Glücks’ aufstellen. Es ist ein großer Quader, auf dem sich eine Kugel befindet. Der Quader bedeutet Beständigkeit, Ruhe und Besonnenheit, die Kugel, Bewegung, Offenheit, Flexibilität. Wenn beides einigermaßen ausgewogen in Einklang kommt, führt das zu einer Quelle des Glücks, zu einem glücklichen Leben.

## Summary

Through the ages, from culture to culture, also at various times of life, the word happiness has a different role. For the philosophers of antiquity it was a natural target to lead a happy and good life. Since the 90ies in literature the interest in question of how one can lead a happier more meaningful life has been increasing steadily. In our time the individual is placed in the situation of taking responsibility for his life. He cannot rely on tradition, religion or standards as he did in former times. The newer happiness researchers have all come to similar conclusions: do something, take yourself in hand and gain responsibility for your life. Günter AMMON writes in his book ‘Der mehrdimensionale Mensch’: The real life is the encounter and being active.

## Literatur

- Alain (1986): Die Pflicht glücklich zu sein. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.  
 Ammon, G. (1986): Der mehrdimensionale Mensch. Berlin: Pinel.  
 Gödde, G. (2007): Psychotherapie und Lebenskunst. e-Journal Philosophie der Psychologie, Nr. 7.  
 Fromm, E. (1978): Haben oder Sein. Frankfurt a.M.: Gutenberg.  
 Lelord, F. (2004): Hektors Reise, oder die Suche nach dem Glück. München: Piper.  
 Mewaldt, J. (1973): Epikur. Philosophie der Freude. Stuttgart: Kröner.  
 Nager, F. (1990): Der heilkundige Dichter: Goethe und die Medizin. Zürich: Artemis.  
 Plessner, H. (1950): Lachen und Weinen: eine Untersuchung nach den Grenzen menschlichen Verhaltens. München: Lehnen.  
 Precht, D. (2007): Wer bin ich, und wenn ja, wie viele? München: Goldmann.  
 Schmid, W. (1992): Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.

## Adresse

Christel Kümmel, Dipl.-Psych., Familientherapeutin, Supervisorin • Schumpeter-Str. 74 • 12309 Berlin