

Urheberrechtliche Hinweise zur Nutzung Elektronischer Bachelor-Arbeiten

Die auf dem Dokumentenserver der Zentral- und Hochschulbibliothek Luzern (ZHB) gespeicherten und via Katalog IDS Luzern zugänglichen elektronischen Bachelor-Arbeiten der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit dienen ausschliesslich der wissenschaftlichen und persönlichen Information.

Die öffentlich zugänglichen Dokumente (einschliesslich damit zusammenhängender Daten) sind urheberrechtlich gemäss Urheberrechtsgesetz geschützt. Rechtsinhaber ist in der Regel¹ die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Der Benutzer ist für die Einhaltung der Vorschriften verantwortlich.

Die Nutzungsrechte sind:

- Sie dürfen dieses Werk vervielfältigen, verbreiten, mittels Link darauf verweisen. Nicht erlaubt ist hingegen das öffentlich zugänglich machen, z.B. dass Dritte berechtigt sind, über das Setzen eines Linkes hinaus die Bachelor-Arbeit auf der eigenen Homepage zu veröffentlichen (Online-Publikation).
- Namensnennung: Sie müssen den Namen des Autors/Rechteinhabers bzw. der Autorin/Rechteinhaberin in der von ihm/ihr festgelegten Weise nennen.
- Keine kommerzielle Nutzung. Alle Rechte zur kommerziellen Nutzung liegen bei der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, soweit sie von dieser nicht an den Autor bzw. die Autorin zurück übertragen wurden.
- Keine Bearbeitung. Dieses Werk darf nicht bearbeitet oder in anderer Weise verändert werden.

Allfällige abweichende oder zusätzliche Regelungen entnehmen Sie bitte dem urheberrechtlichen Hinweis in der Bachelor-Arbeit selbst. Sowohl die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit als auch die ZHB übernehmen keine Gewähr für Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der publizierten Inhalte. Sie übernehmen keine Haftung für Schäden, welche sich aus der Verwendung der abgerufenen Informationen ergeben. Die Wiedergabe von Namen und Marken sowie die öffentlich zugänglich gemachten Dokumente berechtigen ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen und Marken im Sinne des Wettbewerbs- und Markenrechts als frei zu betrachten sind und von jedermann genutzt werden können.

Luzern, 16. Juni 2010

Hochschule Luzern
Soziale Arbeit



Dr. Walter Schmid
Rektor

¹ Ausnahmsweise überträgt die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit das Urheberrecht an Studierende zurück. In diesem Fall ist der/die Studierende Rechtsinhaber/in.

Die Hochschule Luzern – Soziale Arbeit

empfiehlt diese Bachelor-Arbeit

besonders zur Lektüre!

Anteilnahme und ihre Bedeutung für die Beratung in der Sozialarbeit



Abbildung 1: www.ergoreit.ch/Ergotherapie.htm

Bachelorarbeit

Hochschule Luzern—Soziale Arbeit

Maria Balmer

Eingereicht am 16. November 2015

Bachelor-Arbeit
Ausbildungsgang **Sozialarbeit**
Kurs TZ **2011-2016**

Name: Maria Balmer

Haupttitel BA:
Anteilnahme und ihre Bedeutung für die Beratung in der Sozialarbeit

Diese Bachelor-Arbeit wurde im November 2015 in 3 Exemplaren eingereicht zur Erlangung des vom Fachhochschulrat der Hochschule Luzern ausgestellten Diploms für **Sozialarbeit**.

Diese Arbeit ist Eigentum der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit. Sie enthält die persönliche Stellungnahme der Autorin.

Veröffentlichungen – auch auszugsweise – bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung durch die Leitung Bachelor.

Reg. Nr.:

Vorwort der Schulleitung

Die Bachelor-Arbeit ist Bestandteil und Abschluss der beruflichen Ausbildung an der Hochschule Luzern, Soziale Arbeit. Mit dieser Arbeit zeigen die Studierenden, dass sie fähig sind, einer berufsrelevanten Fragestellung systematisch nachzugehen, Antworten zu dieser Fragestellung zu erarbeiten und die eigenen Einsichten klar darzulegen. Das während der Ausbildung erworbene Wissen setzen sie so in Konsequenzen und Schlussfolgerungen für die eigene berufliche Praxis um.

Die Bachelor-Arbeit wird in Einzel- oder Gruppenarbeit parallel zum Unterricht im Zeitraum von zehn Monaten geschrieben. Gruppendynamische Aspekte, Eigenverantwortung, Auseinandersetzung mit formalen und konkret-subjektiven Ansprüchen und Standpunkten sowie die Behauptung in stark belasteten Situationen gehören also zum Kontext der Arbeit.

Von einer gefestigten Berufsidentität aus sind die neuen Fachleute fähig, soziale Probleme als ihren Gegenstand zu beurteilen und zu bewerten. Sozialarbeiterisches Denken und Handeln ist vernetztes, ganzheitliches Denken und präzises, konkretes Handeln. Es ist daher nahe liegend, dass die Diplomandinnen und Diplomanden ihre Themen von verschiedenen Seiten beleuchten und betrachten, den eigenen Standpunkt klären und Stellung beziehen sowie auf der Handlungsebene Lösungsvorschläge oder Postulate formulieren.

Ihre Bachelor-Arbeit ist somit ein wichtiger Fachbeitrag an die breite thematische Entwicklung der professionellen Sozialen Arbeit im Spannungsfeld von Praxis und Wissenschaft. In diesem Sinne wünschen wir, dass die zukünftigen Sozialarbeiter/Innen mit ihrem Beitrag auf fachliches Echo stossen und ihre Anregungen und Impulse von den Fachleuten aufgenommen werden.

Luzern, im Januar 2016

Hochschule Luzern, Soziale Arbeit
Leitung Bachelor

Abstract

Anteilnahme ist, wie Husi (2012) erklärt, ein Aspekt des Erlebens einer Person (S.110). Für die vorliegende Arbeit wird Anteilnahme als Prozess definiert, in dem die Situation des Gegenübers wahrgenommen und nachempfunden wird. Durch das Verstehen der Empfindungen und des Verhaltens der anderen Person kann die Motivation entstehen, sie zu unterstützen. Anteilnahme kann sich im Verhalten und in der Kommunikation der Person äussern, die sie erlebt. Menschen in jedem Alter sind auf das teilnehmende Verhalten der Personen in ihrem Umfeld angewiesen: Das innere Erleben der primären Bezugsperson von Kleinkindern kann als Anteilnahme bezeichnet werden. Ist diese nicht vorhanden, kann die Bezugsperson nicht in feinfühligster Art und Weise auf die Bedürfnisse des Kindes reagieren. Daraus können Störungen im Bindungsverhalten resultieren. Auch für Jugendliche ist das teilnehmende Verhalten ihrer Bezugspersonen bedeutsam für eine gesunde Entwicklung. Soziale Unterstützung in personalen Netzwerken kann als gelebte Anteilnahme unter Erwachsenen bezeichnet werden. Sie ist wichtig für den Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit. In der Beratung der Sozialarbeit ist die kommunizierte Anteilnahme ein Aspekt der Beziehung zwischen Beratenden und Klientinnen und Klienten. Sie hat einen hohen Stellenwert für das Gelingen der Intervention und äussert sich in der personenzentrierten Haltung der beratenden Person. Zudem ist es für die sozialarbeiterische Beratung sinnvoll, wenn darauf geachtet wird, ob Klientinnen und Klienten in ihrem Umfeld ausreichend Anteilnahme erleben, beispielsweise in Form von sozialer Unterstützung und dies gegebenenfalls auch als Beratungsziel formuliert werden kann.

Inhaltsverzeichnis

Abstract	V
Inhaltsverzeichnis.....	VI
Abbildungs- und Tabellenverzeichnis.....	VII
Vorwort.....	VIII
1 Einleitung.....	1
2 Die Bedeutung des Begriffs Anteilnahme	3
2.1 Anteilnahme aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie und der Beteiligungsgesellschaft nach Gregor Husi	3
2.1.1 Die modale Strukturierungstheorie nach Gregor Husi	3
2.1.2 Die Beteiligungsgesellschaft aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie	5
2.2 Mitgefühl.....	6
2.3 Empathie	9
2.3.1 Die motivationale Konsequenz der Empathie	11
2.3.2 Die Spiegelneurone	11
2.4 Liebe, Respekt, Vertrauen.....	12
2.4.1 Liebe.....	12
2.4.2 Respekt	12
2.4.3 Vertrauen.....	13
2.5 Zusammenfassung Kapitel 2 und Beantwortung der ersten Fragestellung.....	13
2.6 Prosoziales Verhalten	16
3 Die Wichtigkeit von Anteilnahme	17
3.1 Anteilnahme für Kleinkinder	17
3.1.1 Anteilnahme als Aspekt der Mutter-Kind-Beziehung	17
3.1.2 Die Wirkung der Bindungsbeziehung	20
3.2 Anteilnahme in sozialen Beziehungen im Jugendalter.....	22
3.2.1 Die Beziehung zu den Eltern	23
3.2.2 Die Beziehung zu Gleichaltrigen	25
3.3 Anteilnahme durch soziale Unterstützung für Erwachsene	26
3.3.1 Soziale Netzwerke.....	27
3.3.2 Anteilnahme durch soziale Unterstützung	28
3.3.3 Funktion sozialer Unterstützung	29
3.4 Schlussfolgerungen Kapitel 3 und Beantwortung der zweiten Fragestellung.....	31
4 Die Bedeutung von Anteilnahme in der Beratung der Sozialarbeit	31
4.1 Beratung in der Sozialarbeit.....	32
4.2 Anteilnahme in der Beratungsbeziehung.....	36

4.3	Anteilnahme im Beratungsfeld „Stabilisierung/Betreuung/Begleitung.“ Ein Beispiel aus der Arbeit mit Suchtkranken.....	40
4.4	Ursachen für den ungleichen Zugang zu Anteilnahme und sozialer Unterstützung	42
4.5	Soziale Unterstützung durch die Beratung.....	45
4.6	Schlussfolgerungen Kapitel 4 und Beantwortung der dritten Fragestellung.....	50
5	Reflexion und Schlussfolgerungen.....	52
6	Literaturverzeichnis	56

Abbildungs- und Tabellenverzeichnis

Abbildung 1:	http://www.ergoreit.ch/Ergotherapie.htm	I
Abbildung 2:	Die vier Beraterfunktionen in der Sozialarbeit.....	33
Tabelle 1:	Strukturierung und Differenzierung in der modalen Strukturierungstheorie.....	4
Tabelle 2:	Auswirkungen der Bindungsstrategie.....	21

Vorwort

Bereits während meiner Tätigkeit als Hebamme hat mich das Thema Anteilnahme im Berufsalltag stets begleitet. Als ich als Sozialarbeiterin in Ausbildung mit randständigen suchtkranken Menschen zu arbeiten begann, spürte ich erneut, dass dieses Thema ein wichtiger Aspekt meiner Person und somit auch meiner Arbeit ist. Es stellten sich mir die Fragen, ob Anteilnahme in der Beratung gezeigt werden soll und was sie bei meinen Klientinnen und Klienten bewirkt. Oft hatte ich das Bedürfnis, sie zum Ausdruck zu bringen, war aber verunsichert, in welchem Ausmass und in welchem Rahmen dies professionell ist. Der Themenvorschlag „Anteilnahme erhalten“ für die Bachelor-Arbeit von Gregor Husi war für mich deshalb die ideale Gelegenheit, mich vertieft und professionell mit dem bedeutsamen Thema auseinanderzusetzen.

Während dem Verfassen der Arbeit gewann das Thema auch in der Öffentlichkeit unerwartet an Aktualität: Mit der Flüchtlingskrise in Europa im Sommer und Herbst 2015 mussten die Gesellschaften der europäischen Länder öffentlich Stellung beziehen und sich entscheiden: Nehmen wir Anteil am Leiden und Schicksal dieser Menschen und sind wir motiviert zu helfen? Oder lassen wir uns davon nicht berühren und machen wir unsere Grenzen dicht? Da stellen sich beispielsweise die Fragen, warum es für Menschen neben der existentiellen Grundsicherung so wichtig ist, dass sie Anteilnahme erhalten und warum es uns bei einigen leichter fällt, Anteilnahme zu empfinden und zu zeigen, als bei anderen. Obwohl es nicht mehr möglich war, die Themen der Flüchtlingskrise in die vorliegende Arbeit aufzunehmen, kann sie vielleicht doch einige Antworten auf diese und ähnliche Fragen geben.

An dieser Stelle möchte ich mich bei Prof. Dr. Gregor Husi für den Themenvorschlag und die fachliche Unterstützung herzlich bedanken. Auch Dr. Stephan Kirschlager, der sich kurzfristig bereit erklärt hat, mir mit seinem Fachwissen Red- und Antwort zu stehen, gilt mein Dank. Und nicht zuletzt auch meiner Familie und meinen Freunden, die mich während der ganzen Zeit unterstützt und motiviert haben.

1 Einleitung

Der Begriff Anteilnahme für die vorliegende Arbeit stammt aus dem wissenschaftlichen Artikel über die Beteiligungsgesellschaft von Gregor Husi (2012). Eine Gesellschaft kann, wie er erklärt, dann als Beteiligungsgesellschaft bezeichnet werden, wenn sie für alle Menschen Teilhabe, Teilsein, Teilnahme und Anteilnahme gewährleistet (S.111). So wie Husi's Ausführungen verstanden werden können, ist die Beteiligungsgesellschaft ein Modell einer Gesellschaft, auf welches wir uns idealerweise hin entwickeln. Und ein Aspekt dieser Idealvorstellung einer Gesellschaft ist die Idee, dass alle Menschen ausreichend Anteilnahme erhalten. Doch was bedeutet das?

Wenn man dem Thema Anteilnahme genauer nachgeht, stellen sich viele Fragen. Was ist Anteilnahme? Warum ist sie so wichtig, dass Husi sie in sein Modell einer Beteiligungsgesellschaft aufnimmt? Von wem brauchen wir sie und wer gibt sie uns? Wozu brauchen wir Anteilnahme? Wer erhält genug, wer nicht? Und was geschieht, wenn wir davon nicht genug erhalten? Unterschiedliche Wissenschaften benutzen verschiedene Erklärungsansätze um Antworten auf solche Fragen zu finden. Soziologie, Psychologie oder auch Neuropsychologie liefern Modelle, die auf der Suche nach Antworten herangezogen werden können.

Die vorliegende Arbeit hat das Ziel, sich mit dem Thema Anteilnahme vertieft auseinanderzusetzen, einige der oben genannten Fragen aufzugreifen und Erklärungsansätze zu finden. Anteilnahme wird dazu aus dem theoretischen Hintergrund des Konzepts der Beteiligungsgesellschaft herausgegriffen und aus der Perspektive des einzelnen Menschen betrachtet. Dabei zeigt sich, dass Anteilnahme etwas Zweiseitiges ist, das heisst, es braucht mindestens zwei Personen, damit sie entstehen kann: Eine Person, die sie erlebt und eine Andere, die dieses Erleben auslöst. Und auf das Erleben erfolgt eine Art von Kommunikation zwischen diesen Personen. Die entstehende Interaktion kann dann hilfreich oder sogar notwendig sein für die Person, die diese Anteilnahme erfährt. Dieser Prozess, das Erleben, Geben und Erhalten von Anteilnahme, steht im Interesse der vorliegenden Arbeit.

Um die Relevanz des Themas für die Sozialarbeit aufzuzeigen, wird ein ausgewählter Bereich dieses grossen Arbeitsfeldes genauer beleuchtet um darzustellen, welche Bedeutung Anteilnahme für die Praxis ganz konkret hat: Die freiwillige Beratung. Damit wird klar, dass Anteilnahme nicht bloss ein gesellschaftstheoretisches oder psychosoziales Thema ist, sondern dass sie in der alltäglichen Sozialarbeit ebenfalls eine bedeutsame Funktion hat. Denn wenn wir Menschen zuhören, ihnen unsere Aufmerksamkeit schenken, uns in ihre Situation einfühlen, dann nehmen

wir Anteil an ihrem Schicksal oder Leid. Dies geschieht bewusst oder vielleicht auch unbewusst. In jedem Fall lösen Sozialarbeitende bei ihren Klientinnen und Klienten etwas aus, wenn diese spüren, dass sie Anteilnahme erhalten.

Um diesen Themen näher zu kommen, werden für die vorliegende Arbeit drei Fragestellungen formuliert, denen je ein Kapitel gewidmet ist:

Was ist Anteilnahme?

In Kapitel zwei werden in einem ersten Schritt Husi's Modelle der modalen Strukturierungstheorie und der Beteiligungsgesellschaft erläutert. Damit soll aufgezeigt werden, wo der Begriff der Anteilnahme verortet werden kann. Da Husi in seinen Texten aber nicht genauer darauf eingeht, was er mit Anteilnahme meint, wird danach versucht, mit Hilfe von verschiedenen Begriffen Anteilnahme zu umschreiben. Dadurch soll aufgezeigt werden, was unter Anteilnahme verstanden werden kann und davon ausgehend wird für die vorliegende Arbeit eine Arbeitsdefinition für Anteilnahme formuliert.

Wozu brauchen Menschen Anteilnahme?

Husi (2012) zeigt in seinem Text auf, wie eine Gesellschaft aussieht, an der sich alle gleichermaßen beteiligen können und an der alle gleichermaßen beteiligt sind. Er geht in seinen Ausführungen aber nicht näher darauf ein, weshalb es dabei für Menschen so bedeutsam ist, dass sie ausreichend Anteilnahme erhalten. Dieser Frage wird deshalb im dritten Kapitel der vorliegenden Arbeit nachgegangen. Es wird aufgezeigt, welche Bedeutung Anteilnahme in verschiedenen Lebensphasen für Menschen haben kann. Auf welche Art von Anteilnahme Kleinkinder, Jugendliche und Erwachsene angewiesen sind und was geschehen kann wenn sie fehlt. Dabei wird deutlich, wie unterschiedlich Anteilnahme aussieht und wie wichtig sie für die Entwicklung und das Wohlbefinden des Einzelnen ist.

Welche Bedeutung hat Anteilnahme in der freiwilligen Beratung der Sozialarbeit?

Das vierte Kapitel macht deutlich, wie wichtig das Thema Anteilnahme für die Sozialarbeit ist. Einerseits geht es dabei um die Anteilnahme, welche Sozialarbeitende im Beratungsprozess erleben und zum Ausdruck bringen. Warum ist dies wichtig für die Klientinnen und Klienten? Andererseits treffen Sozialarbeitende in der Beratung auch auf Menschen, die in ihrem Umfeld zu wenig Anteilnahme erfahren. Es stellt sich dann die Frage, wo die Gründe dafür liegen und wie es möglich ist, diesen Personen zu mehr Anteilnahme in ihrem Umfeld zu verhelfen.

Da das Thema Anteilnahme sehr vielseitig ist und aus verschiedenen Perspektiven betrachtet werden kann, ist es für vorliegende Arbeit unumgänglich, interessante Aspekte, welche es wert wären genauer betrachtet zu werden, wegzulassen. So kann es beispielsweise nicht Ziel der Arbeit sein zu beschreiben, *warum* nicht alle Menschen genügend Anteilnahme erhalten. Es soll ebenfalls nicht untersucht werden, was es bräuchte, damit Anteilnahme gerechter verteilt wäre. Auch kann auf die Motivation zu helfen, welche aus Anteilnahme entstehen kann, nicht differenziert eingegangen werden. Diese und viele weitere Themen und Fragen könnten in einer weiterführenden Arbeit betrachtet werden.

2 Die Bedeutung des Begriffs Anteilnahme

In diesem Kapitel soll der Begriff Anteilnahme beleuchtet werden. Wofür wird er verwendet? Gibt es Synonyme oder andere Begriffe, die etwas Ähnliches meinen? Dadurch soll am Ende des Kapitels die erste Fragestellung „Was ist Anteilnahme?“ zusammenfassend beantwortet werden können. Als erstes werden dazu die gesellschaftstheoretischen Konzepte von Gregor Husi erläutert, denn aus seinem Text „Beteiligungsgesellschaft“ stammt, wie in der Einleitung beschrieben, das Thema „Anteilnahme“ für die vorliegende Arbeit.

2.1 Anteilnahme aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie und der Beteiligungsgesellschaft nach Gregor Husi

In seinem Artikel über die Beteiligungsgesellschaft geht Husi (2012) der Frage nach, welche Grundwerte in einer Demokratie verwirklicht werden sollen (S.76), und wie sehr dies bereits geschieht (S.81). Am Gesellschaftsmodell der modalen Strukturierungstheorie zeigt er auf, wo in der Gesellschaft diese Grundwerte verwirklicht werden. Darauf aufbauend erklärt er das Konzept der Beteiligungsgesellschaft (S.77), für deren Verwirklichung Anteilnahme eine wichtige Rolle spielt (S.111).

2.1.1 Die modale Strukturierungstheorie nach Gregor Husi

Strukturierungstheorien sind gemäss Husi (2010) theoretische Sichtweisen menschlichen Zusammenlebens. Diese wurden hauptsächlich von Anthony Giddens und Pierre Bourdieu entwickelt (S.105). Die beiden Soziologen erklären in ihren Theorien, wie Gesellschaftsstruktur (Struktur) und Lebenspraxis (Praxis/Handeln) einander beeinflussen, sodass das gesellschaftliche Leben in erwartbaren Bahnen verläuft und sich auch verändert (S.106). Nach der Theorie von Giddens prägt die gesellschaftliche Struktur das menschliche Handeln (d.h. die „Praxis“). Seines Erachtens schränken Strukturen das Handeln ein, ermöglichen es aber auch. Und umge-

kehrt bewirken die Gesellschaftsmitglieder mit ihrem Handeln die Entstehung von Strukturen (S.109).

Aufgebaut auf den Strukturierungstheorien von Giddens und Bourdieu entwickelte Husi (2010) die „Modale Strukturierungstheorie“ (S.105). Mithilfe der Modalverben erklärt er das Verhältnis von Struktur und Handeln. Mit den Modalverben lassen sich die ermöglichenden und einschränkenden Seiten von Struktur aufzeigen (S.111). Wie Husi (2012) erklärt, lassen sich die Modalverben auf unterschiedliche Weise ordnen und verstehen. Er schlägt vor, drei Paare zu bilden, die sich auf das menschliche Innenleben, Zusammenleben und auf Dinge, auf die objektive Welt, beziehen (S.96). Die Modalverben beschreiben die durch die Struktur gegebenen Ermöglichkeiten und Einschränkungen für das Handeln (S.97).

<i>Modalverben</i>	<i>Medium</i>	<i>Individuelle Lebens- struktur</i>	<i>Gesellschaftsstruktur</i>
können müssen	ermöglichend einschränkend	Lebenslage	Klassen
mögen wollen	ermöglichend einschränkend	Lebensziele	Milieus
dürfen sollen	ermöglichend einschränkend	Rollen	Lebensbereiche

Tabelle 1: Strukturierung und Differenzierung in der modalen Strukturierungstheorie (ergänzt nach Gregor Husi, 2012, S. 97-98)

Die individuellen Lebensstrukturen können mit den Begriffen Lebenslage, Lebensziele und Rolle beschrieben werden, die dazu gehörenden Gesellschaftsstrukturen sind Klassen, Milieus und Lebensbereiche (Husi 2012, S.97-98). Die Lebenspraxis ergibt sich aus dem Zusammenspiel von Lebenslage, Lebenszielen und Rollen (Husi, 2010, S.113). Bei der Praxis handelt es sich um einen Handlungsfluss des Tun und Lassens, der einem inneren Strom des Erlebens entspricht. Erleben heisst Wahrnehmens, Denken, Fühlen (Husi, 2012, S.99).

Husi (2010) erklärt diese Begriffe folgendermassen:

Lebenslage: Der Begriff beschreibt die Gesamtheit aller Mittel und Zwänge, die einem Menschen infolge seiner Lebensweise zur Verfügung stehen.

Lebensziele: Dies ist die Gesamtheit der Wünsche und Ziele eines Menschen.

Rollen: Sie stellen die Gesamtheit aller Rechte und Pflichten eines Menschen dar.

Lebensweise: Sie ergibt sich aus den Handlungsroutinen des alltäglichen Lebens und besteht hauptsächlich aus Arbeit und Freizeit.

Lebensgefühl: Was ein Mensch in einer bestimmten Situation kann und muss, möchte und will, darf und soll, ergibt sich aus seiner Lebenslage, Lebenszielen und seinen Rollen. Und daraus wiederum entsteht für ihn ein Lebensgefühl, welches eine Einschätzung des eigenen Lebens darstellt. Ein gutes Lebensgefühl ergibt sich aus einer gelingenden Balance zwischen Lebenslage, Lebenszielen, Rollen und der Lebensweise.

Klassen: Menschen in ähnlichen Lebenslagen lassen sich in (sozialen) Klassen zusammenfassen.

Milieus: Sie beschreiben Menschengruppen, die ähnliche Lebensziele haben.

(S.112-114)

Lebensbereich: Die Gesellschaft besteht aus sechzehn Lebensbereichen, wie beispielsweise Wirtschaft, Politik, Bildung, Religion, Gemeinschaft, Soziale Arbeit, Gesundheit, etc. (S.117).

Angehörige einer bestimmten Klasse, eines Milieus oder eines Lebensbereichs handeln und erleben auf eine ähnliche Weise. Klassen, Milieus und Lebensbereiche schliessen Menschen ein oder aus. Die Strukturen bedeuten also für die einen Eingrenzung, für die anderen Ausgrenzung (Husi, 2012, S.100).

2.1.2 Die Beteiligungsgesellschaft aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie

Husi (2012) nennt sechs Grundwerte, die zusammen den Geist des Demokratismus bilden und in Prozessen der Demokratisierung verwirklicht werden: Freiheit, Gleichheit, Sicherheit, Toleranz, Solidarität und Frieden (S.115). Demokratisierung meint die Werteverwirklichung, indem Menschen Werte interpretieren, danach handeln und ihre Lebensweise an diesen Werten ausrichten (S.76). In einer Beteiligungsgesellschaft wird der Geist des Demokratismus mehr oder weniger verwirklicht (S.111). Eine Gesellschaft kann, wie Husi (2012) erläutert, dann als Beteiligungsgesellschaft bezeichnet werden, wenn sie für alle Menschen Teilhabe, Teilsein, Teilnahme und Anteilnahme gewährleistet (S.111). Was meint er damit? Teilhabe bedeute, seinen Teil zu erhalten an den gesellschaftlich verfügbaren Mitteln (S.107). Damit sind materielle, kulturelle, soziale und personale Mittel gemeint. Zudem realisiere sich die Zugehörigkeit nicht nur durch Teilhabe, sondern auch durch Teilnahme oder Teilsein (ebd.). Aus Sicht der Strukturierungstheorie ist Teilsein ein Aspekt der Struktur und Teilnahme ein Aspekt der Praxis (S.110). Wer Teil nimmt, wird einbezogen in gesellschaftliche Systeme. Je besser diese Teilnahmequalitäten sind, desto eher fühlt man sich als Teil zugehörig (ebd.). Und umso wahrscheinlicher ist dann, dass man auch Anteil nimmt. Praxis bedeutet neben Handeln auch Erleben. Teilnehmen heisst Handeln, Anteil nehmen bezieht sich auf das Erleben. Erleben heisst Wahrnehmen, Denken, Fühlen. Wer Anteil nimmt, nimmt die Beteiligung anderer wahr, nimmt ihre Perspektive ein, denkt und fühlt sich in sie ein. (ebd.) Anteilnahme nährt sich, gemäss Husi (2012), von Respekt, Liebe und Ver-

trauen und wird durch Mitgefühl getragen (S.110-111). Da Praxis Handeln *und* Erleben bedeutet, sind somit Teilnahme und Anteilnahme ein Aspekt der Praxis (ebd.). Beteiligung erfolgt also durch Teilhabe, Teilsein, Teilnahme und Anteilnahme. Eine Beteiligungsgesellschaft wäre demgemäss dann realisiert, wenn für alle Menschen auf gerechte Weise Teilhabe, Teilsein, Teilnahme und Anteilnahme gewährleistet sind.

Damit wurde aufgezeigt, wo Anteilnahme in einem gesellschaftstheoretischen Modell verortet werden kann und welche Bedeutung sie für die Verwirklichung von Demokratismus hat. Der Begriff Anteilnahme wird in der Alltagssprache jedoch nicht oft verwendet. Um noch besser zu verstehen, was damit gemeint werden kann, werden im folgenden Begriffe erklärt, welche etwas ähnliches meinen und mit deren Hilfe Anteilnahme noch genauer umschrieben werden kann.

2.2 Mitgefühl

Laut Husi (2012) wird Anteilnahme von Mitgefühl getragen (S.110). Mitgefühl ist seines Erachtens also eine Voraussetzung dafür, dass Menschen Anteil nehmen können. Laut Joan Halifax (2013) ist Mitgefühl eine wichtige mentale, psychophysische und soziale Eigenschaft unserer Erfahrung, doch scheint es gemäss der Autorin in unserer Gesellschaft an Mitgefühl zu mangeln (S.219). Was aber meint Mitgefühl und was wird in der Literatur darunter verstanden? Ziel dieses Kapitels ist es, Konzepte verschiedener Autoren und Autorinnen aufzuzeigen, die beschreiben, was unter Mitgefühl verstanden werden kann.

Für den Begriff Mitgefühl gibt es keine einheitliche Definition (Jocelyn Sze & Margaret Kemeny, 2013, S.339). Paul Gilbert (2013) beschreibt Mitgefühl als eine Sensibilität für das Leid in uns und anderen, verbunden mit dem Wunsch, es zu lindern und zu vermindern (S.131). Dies beinhaltet einerseits die Fähigkeit, Leid wahrzunehmen und sich damit zu verbinden, ohne sich davon überwältigen zu lassen, aber auch die Weisheit zu verstehen, wie Leid ausgehalten und gelindert werden kann (ebd.)

Gemäss Boris Bornemann und Tania Singer (2013) kann zwischen einer engeren und einer weiter gefassten Vorstellung von Mitgefühl unterschieden werden. In der enger gefassten Vorstellung versteht sich Mitgefühl sowohl als eine Emotion (ein Gefühl der Anteilnahme) als auch als eine Motivation (der Wille, Leid zu lindern) und entspricht eher einem flüchtigen Zustand als einer anhaltenden Seinsweise. Die Vorstellung einer Seinsweise versteht Mitgefühl eher als eine überdauernde Eigenschaft einer Person und begreift Mitgefühl in Anlehnung an den Buddhis-

mus als einen speziellen Zugang zur Wirklichkeit oder als eine Einstellung zum Leben an sich (S.185).

Doris Bischof-Köhler (2011) definiert Mitgefühl/Mitleid folgendermassen:

Das empathisch empfundene Unbehagen angesichts der defizitären Lage, die Notsituation eines Anderen lässt den Impuls entstehen, die Ursache des Leids zu beseitigen, indem man den Mangel für den Anderen behebt und damit auch die Ursache des Mitleidens zum Verschwinden bringt. (S.281)

Damit befindet sich die Autorin mit ihrer Definition in dem Bereich, den Bornemann und Singer (2013) als eine enger gefasste Vorstellung von Mitgefühl bezeichnen. Wie Bornemann und Singer beschreibt auch sie Mitgefühl als eine Emotion, aus der ein Impuls, also auch eine Motivation, entsteht.

Halifax (2013) beschreibt zwei grosse Kategorien von Mitgefühl. Das referentielle oder gerichtete Mitgefühl und das nicht-referentielle oder ungerichtete Mitgefühl. Das referentielle Mitgefühl bezieht sich dabei auf ein Objekt und kann in folgende Unterarten aufgeteilt werden (S.222):

Biologisch basiertes Mitgefühl: Eltern-Kind-Bindung, Familienbindung, sexuelle Bindung.

Verbundenheitsmitgefühl: In-Group-Bindung, bspw. Medizinisches Team, Mitstreiter, Nachbarn.

Mitgefühl über Identifizierung: Jemand hat in einer speziellen Art und Weise gelitten und identifiziert sich mit dem Leid einer Person, die ähnliche Leiderfahrungen gemacht hat.

Rationales Mitgefühl: Ethisch-basiert, Mitgefühl wird als moralischer Imperativ wahrgenommen.

Konzeptionell basiertes Mitgefühl: Mitgefühl, das in Folge von Einsichten in die Natur der Interdependenz und aufgrund der Erkenntnis aufkommt, dass sich alle Lebewesen nach Glück sehnen.

(Halifax, 2013, S.222)

Das nicht-referentielle Mitgefühl wird gemäss Halifax (2013) auch als universelles Mitgefühl bezeichnet und ist ein alles durchdringendes Mitgefühl, das nicht auf ein Objekt gerichtet ist. Diese Kategorie beschreibt sie in Anlehnung an den Buddhismus und den Dalai Lama (S. 222-223).

Das A.B.I.D.E.-Modell des Mitgefühls von Halifax (2013) geht davon aus, dass Mitgefühl keine eigenständige Eigenschaft, sondern ein Prozess ist, der abhängig ist vom Kontext und von anderen mentalen Fähigkeiten. Das Modell will erklären, was Mitgefühl meint, welches die Teilkom-

ponenten des Mitgefühls sind und wie Mitgefühl verstärkt und verbessert werden kann (S.223). Es wurde für ein Trainingsprogramm (G.R.A.C.E.) zur Schulung von Ärztinnen und Ärzten im mitfühlenden Umgang mit Sterbenden entwickelt (S.235). Darauf aufbauend wurde eine Intervention für ein Mitgefühlstraining entwickelt, welches heute von Ärztinnen und Ärzten, Pflegekräften, Sozialarbeitenden, Psychologinnen und Psychologen und Seelsorgende eingesetzt wird (S.219). Da es das Ziel dieses Kapitels ist, zu beschreiben, was Mitgefühl ist, um danach den Begriff Anteilnahme besser erklären zu können, wird im Folgenden das A.B.I.D.E.-Modell zusammengefasst dargestellt.

Das Modell besagt, dass drei Erfahrungsbereiche bedeutsam sind, damit Mitgefühl entstehen kann. Diese Erfahrungsbereiche werden als Achsen beschrieben (Halifax, 2013, S.226).

A/A-Achse: Sie besteht aus den Komponenten **Aufmerksamkeit** und **Affekt**. Aufmerksamkeit richtet die geistigen Ressourcen auf ein bestimmtes Objekt und liefert die stabile Grundlage für Mitgefühl. Um Leid bei anderen oder sich selbst zu erkennen, muss man zu einer fokussierten und umfassenden Aufmerksamkeit fähig sein. Sie soll nicht-bewertend, nicht-reaktiv sein und nicht-einschränkend auf unerfreuliche Ereignisse reagieren. Affekt meint den emotionalen Bereich von Mitgefühl. Wichtig sind dabei Güte und Gleichmut. Güte meint Zuneigung zu anderen Menschen in Kombination mit echter Anteilnahme, Gleichmut wird als seelisches Gleichgewicht beschrieben und zeichnet sich durch eine geistige Haltung und durch die Annahme des Augenblickes aus. Auch Empathie gehört in den emotionalen Bereich. Sie bedeutet die affektive Einstimmung aufeinander und je nach psychischer Verfassung des Erlebenden, kann sie Güte auslösen.

(Halifax, 2013, S.226)

I/I-Achse: Sie umfasst die Dimensionen **Intention** und **Einsicht**. Intention bezogen auf Mitgefühl beschreibt die Motivation, das Leid anderer sowie das eigene Leid zu transformieren. Diese Motivation kann altruistisch oder moralisch begründet sein. In jedem Fall kann es auf Grund der eigenen Konditionierung zu aversiven Reaktionen und Handlungen kommen. Hier können Einsichtserfahrungen helfen, die eigenen gewohnheitsmässigen Reaktionen ausser Kraft zu setzen, den Erregungszustand herunter zu regeln und Abstand zu nehmen von destruktiven Gedanken und Verhaltensweisen. Von Bedeutung sind für die Intention zudem zwei Wertigkeiten: 1. Der Verzicht auf eine unrealistische Erwartung in Bezug auf ein Ergebnis und 2. die gezielte Unterstützung eines guten Ergebnisses in Verbindung mit dem Erleben von Leid. Einsicht ist der zweite Aspekt auf dieser Achse und soll eine metakognitive Perspektive, geistige Flexibilität, Widerstandsfähigkeit und Autonomie unterstützen. Einsicht ist auch die Grundlage für eine Perspekti-

venübernahme oder ein kognitives Einlassen, die ein Verstehen des seelischen Erlebens eines anderen ermöglicht. Zudem kann sie die Einsicht in die Unterschiedlichkeit zwischen einem anderen Menschen und sich selbst unterstützen.

(Halifax, 2013, S.227-S.230)

E/E-Achse: Sie besteht aus dem somatischen Prozess, der mit **Verkörperung** und **Beteiligtsein** verbunden ist. Verkörperung erzeugt das gefühlte Leid eines anderen durch die Erfahrung der intersubjektiven Resonanz. Das Erleben eines Anderen fühlt sich dabei so an, als ob es im eigenen Körper geschehen würde. Verkörperung wird als eine grundlegende Basis von mitfühlendem, interaktivem Handeln betrachtet. Beteiligtsein meint die Bereitschaft zum Handeln, die potentielle Aktion.

(Halifax, 2013, S.231-S.235)

Mit diesen Ausführungen wurde klar, dass Mitgefühl neben den eher einfach gefassten Definitionen auch als sehr komplexen Prozess verstanden werden kann, der sich auf verschiedene Ebenen des Menschseins bezieht. Für die vorliegende Arbeit erscheint zwar die Definition von Bischof-Köhler (2011) als das empathisch empfundene Unbehagen angesichts der defizitären Lage des Anderen und den daraus entstehenden Impuls, die Ursache des Leids zu beseitigen (S.281), passend. Dies hauptsächlich, wenn Mitgefühl als ein Aspekt von Anteilnahme verstanden wird. Das A.B.I.D.E.-Modell bezieht jedoch noch weitere Komponenten in die Definition von Mitgefühl mit ein. Dies erinnert stark an den Hinweis von Husi (2012), dass sich Anteilnahme von Respekt, Liebe und Vertrauen nährt (S.112). Darauf wird in Kapitel 2.4 näher eingegangen.

2.3 Empathie

In der Literatur wird im Zusammenhang mit Mitgefühl oft auch der Begriff Empathie verwendet und gemäss Susanne Nussbeck (2014) ist Empathie für die Klientenzentrierte/Personzentrierte Beratung nach Carl Rogers eines von drei zentralen Berater(innen)merkmalen für einen erfolgreichen Beratungsprozess (S.57ff). Darauf wird in Kapitel 4.2 genauer eingegangen. Deshalb soll als nächstes der Begriff Empathie genauer erläutert werden um zu klären, wie er mit Mitgefühl und Anteilnahme in Zusammenhang gebracht werden kann.

Wie Mitgefühl wird gemäss Bischof-Köhler (2011) auch der Begriff Empathie unterschiedlich definiert (S.260). Die Autorin empfiehlt, zwischen einer phänomenalen und einer funktionalen Ebene der Betrachtung zu unterscheiden. Die phänomenale Definition versucht die unmittelbar erfahrbare Erlebnisqualität zu beschreiben, während sich die funktionale Definition auf die Rei-

ze, die das Erlebnis auslösen, bezieht (ebd.). In der Phänomenalen Betrachtungsweise ist Empathie die Erfahrung, unmittelbar der Gefühlslage oder auch der Intention eines Anderen teilhaftig zu werden und sie dadurch zu verstehen. Trotz dieser Teilhabe bleiben Gefühle, bzw. Intention aber dem Anderen zugehörig. Empathie ist gleichbedeutend mit Einfühlung, nicht aber mit Mitgefühl (S.261). Für die funktionale Betrachtungsweise, der Reizgrundlage für Empathie, unterscheidet die Autorin zwischen zwei Auslösungsbedingungen. 1. die Wahrnehmung des Ausdrucksverhaltens beim Anderen (ausdrucksvermittelte Empathie) und 2. die Wahrnehmung der Situation des Anderen (situationsvermittelte Empathie) (ebd.). Beim Ausdrucksverhalten als auslösender Faktor findet durch den Ausdruck der Person in einer bestimmten Situation eine Gefühlsansteckung statt, die beobachtende Person ist zusätzlich in der Lage, zwischen dem Ich und dem Anderen zu unterscheiden. Das Gefühl verweist eindeutig auf die andere Person (S.270).

Frank Schwab (2004) fasst zusammen, dass in der Literatur zum Thema oft zu bestimmen versucht wird, inwiefern es sich bei Empathie um einen emotionalen oder um einen kognitiven Prozess handelt und wie sich Empathie von Emotionsansteckung, Mitleid oder Perspektivenübernahme unterscheidet (S.82). Der Autor erklärt die Zusammenhänge folgendermassen: Empathie bezieht sich auf eine Situation, in der ein Individuum, als Resultat der Beobachtungen der Situation des Objekts, den gleichen emotionalen Zustand wie das Objekt hat. Im Unterschied zur Affektansteckung kann das Individuum jedoch den Emotionszustand als objektfokussiert wahrnehmen und prosoziales oder helfendes Verhalten wird möglich. (S.82) Mitleid bezieht sich gemäss Schwab (2004) auf einen Zustand, in dem das Individuum Bedauern für das Objekt fühlt, ohne dass ein übereinstimmender Emotionszustand erlebt werden muss, wodurch sie sich von der Empathie unterscheidet (S.83). Bei der Perspektivenübernahme wiederum handelt es sich um einen Prozess, bei dem das Individuum den Zustand des Objektes mit Hilfe von Kognition verstehen kann (ebd.).

Im Hinblick auf Kapitel 4 mit der Frage nach Anteilnahme in der Beratung soll hier zusätzlich Carl Rogers' Verständnis von Empathie beleuchtet werden. Er beschreibt Empathie aus der Perspektive der Therapeut(inn)en-Klient(inn)en-Beziehung als das Spüren der privaten Welt des Klienten durch den Therapeuten/die Therapeutin, als ob es die eigene wäre, ohne jemals die Qualität des „als ob“ zu verlieren (Rogers, 1991, S.175). Er führt aus, dass der Therapeut/die Therapeutin dadurch in der Lage ist, die Welt des Klienten/der Klientin zu verstehen (ebd.). Eine empathische Haltung umfasst gemäss Rogers (1973) das Bemühen, einen Menschen in seiner Welt zu verstehen, ihn in seinem Denken, Fühlen und Handeln nachvollziehen zu können (zit. in Tometten-Iseke, 2012, S.11).

Damit scheint Rogers ein ähnliches Verständnis von Empathie entwickelt zu haben wie Bischof-Köhler (s.o.). Ohne dass er es ausformuliert, wird durch seine Auslegung klar, dass auf eine Emotion, das „Spüren der Welt des Klienten“, ein rationaler Prozess folgt, nämlich das „Verstehen.“ Auch Bischof-Köhler schliesst in ihre Definition von Empathie das Verstehen der Gefühlslage des Anderen mit ein.

2.3.1 Die motivationale Konsequenz der Empathie

Bischof-Köhler (2011) erläutert, dass in der Literatur nur uneindeutige Annahmen über den Zusammenhang von Mitgefühl und Empathie bestehen. Sie schlägt vor, zwischen dem Erlebnis des Mitempfindens und seiner motivationalen Konsequenz zu unterscheiden. Empathie meint dabei das Gefühl, welches sich auf das Gegenüber bezieht, sagt aber noch nichts über die daraus resultierende Motivation aus. Ihres Erachtens kann es sich dabei beispielsweise auch um sozial-negative Emotionen handeln. (Bischof-Köhler, 2011, S.281-282)

Als die prosozialen Konsequenzen der Empathie nennt sie:

- Mitleid, Mitgefühl: Hilfeverhalten, Trösten
- Teilhabe an der Intention des Anderen: Kooperation
- Mitfreude
- Antizipation eines empathischen Erlebnisses: Rücksichtnahme

(S.286)

2.3.2 Die Spiegelneurone

Wie Nadia Zaboura (2009) schreibt, stellen die Mitte der 90er Jahre zufällig entdeckten Spiegelneurone die „physiologische Essenz der Empathie und Mitmenschlichkeit“ dar. Sie werden im Gehirn aktiviert, nicht nur wenn der Mensch eine Aktion selber ausführt, sondern auch bei der reinen Beobachtung einer zielgerichteten Handlung eines anderen. Dank dieses Mechanismus ist es uns möglich, uns in das Gegenüber hineinzusetzen (S.14). Spiegelneurone ermöglichen ein Resonanzphänomen, das beim Beobachtenden einer Aktion dieselben neuronalen Entladungen auslöst wie beim Handelnden. Die beobachtete Handlung wird jedoch vom Beobachtenden nicht ausgeführt. Die Spiegelneurone spiegeln Gesehenes, überführen es aber nicht in Handlung. Die Autorin beschreibt dies als soziales Phänomen, das Körperprozessen unterliegt und sich der kognitiven Kontrolle entzieht (S.18). Es handelt sich dabei um willenlos ablaufende biochemische Abläufe (S.62). Ohne Umweg über den Verstand wird ein Perspektivenwechsel zwischen dem Eigenen und dem Anderen vorgenommen (S.18). Ein neuronaler Sperrmechanismus verhindert, dass der Beobachtende nicht dieselbe Handlung ausführt, die er beobachtet (S.66). Zu-

dem treten die Spiegelneurone nur dann in Aktion, wenn die beobachtete Aktion bereits im eigenen Handlungsrepertoire vorhanden ist (S.67). Joachim Bauer (2005) erklärt, dass auch im Emotionszentrum des Gehirns Spiegelneurone festgestellt werden konnten (S.47). Er bezeichnet sie als ein Nervenzellensystem für Mitgefühl und Empathie. Es konnte nachgewiesen werden, dass sie aktiviert werden, wenn die Testperson miterlebt, wenn eine andere Person Schmerz empfindet oder wenn eine Situation eintritt, in der bei der anderen Person im nächsten Moment Schmerz zu erwarten ist (S.47-48).

2.4 Liebe, Respekt, Vertrauen

Husi (2012) schreibt, Anteilnahme nähre sich von Respekt, Liebe und Vertrauen (S.112). Das bedeutet, dass diese drei Empfindungen wichtig sind, um Anteil nehmen zu können. Als nächstes soll die Bedeutung dieser drei Begriffe geklärt werden.

2.4.1 Liebe

Wie Lorenz Fischer und Günter Wiswede (2009) erläutern, kennt schon das Alltagsverständnis viele Spielarten der Liebe: Liebe zu den Eltern, zu den Kindern, Geschwisterliebe... (S.447). Oft wird im Alltag Liebe auch mit der Paar- oder Liebesbeziehung in Verbindung gebracht. Doch ist es diese Art der Liebe, die Husi im Zusammenhang mit Anteilnahme meint? Ist Anteil nehmen am Schicksal eines anderen Menschen nicht auch möglich, wenn keine persönliche Beziehung zu ihm besteht? Husi erläutert in seiner Arbeit nicht genauer, welche Art von Liebe er meint. Er schreibt: „Sind soziale Beziehungen von solidarischem Handeln geprägt, stiftet dies im Erleben der Beteiligten ein Gefühl der Liebe. – Empfindet man Liebe, handelt man solidarisch“ (Husi, 2012, S.110). Dies erinnert an das A.B.I.D.E – Modell von Joan Halifax (2013) zur Beschreibung von Mitgefühl (vgl. Kap. 2.2). Halifax verwendet zwar nicht die Begriffe Liebe, schreibt jedoch von Güte und Zuneigung zu anderen Menschen (S.230). Solidarisches Handeln ist im Verständnis von Mitgefühl bei Halifax ebenfalls zu finden: Die Intention, das Leid des anderen zu transformieren. Insofern ist es gut möglich, dass Husi mit der Nennung von Liebe in Zusammenhang mit Anteilnahme etwas Vergleichbares meint wie es Halifax als Komponente im A.B.I.D.E – Modell für Mitgefühl beschreibt.

2.4.2 Respekt

„Sind soziale Beziehungen von tolerantem Handeln geprägt, stiftet dies im Erleben der Beteiligten ein Gefühl des Respekts. – Empfindet man Respekt, handelt man tolerant“ (Husi, 2012, S.110). Auch diese Aussage ist mit dem A.B.I.D.E. – Modell von Halifax vergleichbar. Sie erklärt,

dass bei aversiven Reaktionen *Einsichtserfahrungen* helfen können, Abstand zu nehmen von destruktiven Gedanken und Verhaltensweisen. Einsicht sei die Grundlage für das Verstehen des anderen (S.230). Dadurch wird tolerantes Handeln erst möglich, denn gemäss Harmut Häcker und Kurt Stapf (2009) meint Toleranz eine soziale Einstellung, welche die Andersartigkeit anderer akzeptiert (S.1017). Um tolerant sein zu können, ist es gewiss hilfreich, wenn man Einsicht hat in die Unterschiedlichkeit zwischen einem anderen Menschen und sich selbst. Wenn die Andersartigkeit des Anderen verstanden werden kann, ist Respekt möglich. Respekt meint gemäss Werner Fuchs-Heinritz, Rüdiger Lautmann, Ottheim Ramstedt und Hanns Wienold (2007) die wechselseitige Achtung zwischen gesellschaftlichen Gruppierungen mit unterschiedlichen Merkmalen (S.554).

2.4.3 Vertrauen

„Sind soziale Beziehungen von friedlichem Handeln geprägt, stiftet dies im Erleben der Beteiligten ein Gefühl des Vertrauens. – Empfindet man Vertrauen, handelt man friedlich“ (Husi, 2012, S.110). Gemäss Verena Graupmann, Silvia Osswald, Dieter Frey, Bernhard Streicher und Hans-Werner Bierhoff (2011) wird Vertrauen als Grundlage für soziale Ordnung angesehen (S.123). Nach Osswald (2006) kann Vertrauen definiert werden als allgemeine Erwartung des Bestehens und als Erfüllung der natürlichen und moralischen Regeln und die Erwartungen von guten Absichten bei einer anderen individuellen Person (zit. in Graupmann, Osswald, Frey, Streicher & Bierhoff, 2011, S.124). Wie J. David Lewis und Andrew Weigert (1985) erläutern, beinhaltet Vertrauen eine kognitive und eine affektive Komponente (zit. in Graupmann, Osswald, Frey, Streicher & Bierhoff, 2011, S.124). Die kognitive Komponente beinhaltet die Informationen zur Vertrauenswürdigkeit des Gegenübers, die affektive Komponente bezieht sich auf die positive Einstellung für das Gegenüber und die emotionale Verbindung (ebd.). Wie Graupmann et. al. (2011) erklären, wird davon ausgegangen, dass Vertrauen auf Erfahrung beruht und im Laufe einer Beziehung stufenweise aufgebaut wird. Aber auch ohne eine längere gemeinsame Geschichte kann es Vertrauen geben, wofür heuristische Prozesse der Verantwortungsübertragung verantwortlich sind (S.125-126).

2.5 Zusammenfassung Kapitel 2 und Beantwortung der ersten Fragestellung

In diesem Kapitel wurde aufgezeigt, welche Bedeutung Anteilnahme im Konzept der Beteiligungsgesellschaft hat und welche Begriffe für die Umschreibung von Anteilnahme verwendet werden können. Die Ergebnisse werden im Folgenden nochmals zusammengefasst dargestellt.

Mit der modalen Strukturierungstheorie lässt sich beschreiben, wie sich gesellschaftliche Strukturen und das Handeln der Menschen gegenseitig beeinflussen. Sie beschreibt Praxis als Handlungsfluss, als Lebensweise, d.h. wie Menschen ihr Alltagsleben gestalten, und als das Lebensgefühl, welches sich aus ihrer individuellen Lebensstruktur ergibt. Lebensstruktur wird mit der Lebenslage, den Lebenszielen und den Rollen beschrieben und in den Gesellschaftsstrukturen Klassen, Milieus und Lebensbereichen zusammengefasst. Eine Gesellschaft, welche die demokratischen Grundwerte umsetzt, kann als Beteiligungsgesellschaft bezeichnet werden. Aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie ist Beteiligung dann gegeben, wenn für alle Menschen gleichermassen Teilhabe, Teilsein, Teilnahme und Anteilnahme gewährleistet sind. Teilsein und Teilhabe umschreiben, wie Menschen in die Strukturen eingebunden sind, Teilnahme und Anteilnahme zeigen, wie sie Praxis leben, also wie sie handeln und erleben.

Anteilnahme als ein Aspekt der Verwirklichung von Beteiligung ist ein Teil des Erlebens der Menschen. Menschen nehmen Anteil, wenn sie die Anderen wahrnehmen, sich in sie hineindenken und in sie einfühlen. Aus Sicht der modalen Strukturierungstheorie ist Anteilnahme ein Aspekt des Lebensgefühls. Anteilnahme nährt sich von Respekt, Liebe und Vertrauen und wird von Mitgefühl getragen. Anteilnahme ist eine emotionale Fähigkeit, ein Aspekt der Herzensbildung (Husi, 2012, S. 112). In einer verwirklichten Beteiligungsgesellschaft würden also alle Menschen ausreichend und gerecht verteilte Anteilnahme erhalten.

Für Mitgefühl gibt es keine einheitliche Definition. Obwohl keine Einigkeit besteht, wird in der Literatur mehrfach von zwei Komponenten gesprochen, die Mitgefühl beinhaltet: Die erste ist die Emotion, die durch das Miterleben des Leides eines Anderen in uns entsteht, die zweite ist die Motivation, das Leid zu lindern, welche sich daraus entwickelt. Mitgefühl kann in Anlehnung an den Buddhismus auch als eine Seinsweise, als überdauernde Eigenschaft einer Person und als Zugang zur Wirklichkeit verstanden werden. Obwohl durchaus interessant, ist für die vorliegende Arbeit das etwas enger gefasste Verständnis eher passend. Danach kann Mitgefühl als Prozess, der aus verschiedenen Teilkomponenten besteht, verstanden werden. Dieses Verständnis geht davon aus, dass Mitgefühl trainiert und verbessert werden kann und beschreibt, neben anderen Komponenten, ebenfalls Emotion und Motivation als Teilkomponenten von Mitgefühl.

Empathie kann in Anlehnung an Bischof-Köhler ausgelöst werden, wenn wir entweder das Ausdrucksverhalten des Gegenübers, oder die Situation, in der es sich befindet, beobachten. Darüber, welche innerpersonellen Prozesse unter Empathie verstanden werden sollen, herrscht keine Einigkeit. Nach den obigen Ausführungen scheint für die vorliegende Arbeit folgende Erklärung sinnvoll: Empathie meint das Einfühlen, das gefühlsmässige Verstehen einer anderen

Person in einer bestimmten Situation. Somit beinhaltet Empathie eine emotionale wie auch eine kognitive Komponente. Das dabei empfundene Gefühl verweist immer auf die andere Person. Durch das Nachempfinden der Gefühlslage der anderen Person kann die Motivation entstehen, ihr Leid zu lindern. Dies kann, wie erläutert wurde, als Mitgefühl bezeichnet werden. Bei den Emotionen, welche für die Entstehung von Mitgefühl verantwortlich sind, handelt es sich demnach um empathische Gefühle. Somit ist Empathie ein Teilaspekt von Mitgefühl, Empathie muss aber nicht zwangsläufig zu Mitgefühl führen. Die Entdeckung der Spiegelneurone im menschlichen Gehirn und speziell im Emotionszentrum liefern die neurobiologische Erklärung für die Entstehung von Empathie und Mitgefühl.

Mitgefühl und Empathie sind Begriffe, die gut geeignet sind, Anteilnahme zu umschreiben. Je nach Definition beschreiben sie eine Teilkomponente des Begriffes. Wie aufgezeigt wurde, kann Empathie als das einfühlende Verstehen verstanden werden, aus dem sich Mitgefühl entwickeln kann. Das bedeutet, dass aus dem einführenden Verstehen, welches aus Emotion und Kognition besteht, die Motivation entsteht, das Leid des Gegenübers zu lindern. Nach diesem Verständnis kann Mitgefühl mit einer emotionalen, kognitiven und motivationalen Komponente umschrieben werden.

Worin besteht jetzt der Unterschied zwischen Anteilnahme und Mitgefühl, wenn Mitgefühl die drei Komponenten Emotion, Kognition und Motivation bereits beinhaltet? Antwort darauf gibt Husi, wenn er sagt, dass Anteilnahme von Respekt Liebe und Vertrauen genährt wird (Husi, 2012, S. 110). Hieraus kann gefolgert werden, dass Güte oder Zuneigung, sowie Respekt Voraussetzungen sind, damit wir am Schicksal oder am Leid einer anderen Person Anteil nehmen können. Liebe kann als eine Zuneigung zum Menschen und dem damit verbundenen Wunsch, sein Leid zu lindern, verstanden werden. Respekt zu haben heisst, die andere Person zu achten und zu tolerieren, indem man versucht, Einsicht zu nehmen in ihr Verhalten. Im Gegenzug ist es wichtig für die Anteil nehmende Person, dass ihr Vertrauen entgegen gebracht wird, um überhaupt Anteil zu nehmen und daraus unterstützende Handlungen folgen lassen zu können. Denn Vertrauen fördert eine emotionale Verbindung zum Gegenüber.

Vergleichbar mit diesem Verständnis von Anteilnahme ist die Umschreibung von Mitgefühl im A.B.I.D.E - Modell von Halifax (2013). In diesem Modell wird ersichtlich, dass unter Mitgefühl mehr als eine emotionale Reaktion auf die Situation eines Gegenübers verstanden werden kann, die wir unwillkürlich empfinden. Es zeigt auf, dass Mitgefühl nach diesem Verständnis keine eigenständige Eigenschaft ist, sondern ein vom Kontext abhängiger Prozess, der von anderen mentalen Fähigkeiten und Erfahrungsbereichen abhängig ist (Halifax, 2013, S. 223-226). Diese

wurden in Kapitel 2.2 beschrieben. Das A.B.I.D.E. – Modell für Mitgefühl ist eine sehr komplexe Umschreibung von Mitgefühl und kann nicht als Ganzes für die Definition von Anteilnahme für die vorliegende Arbeit übernommen werden. Jedoch können einzelne Aspekte davon für Umschreibung von Anteilnahme verwendet werden.

Definition von Anteilnahme für die vorliegende Arbeit

Anteil nehmen heisst, die Situation des Gegenübers wahrzunehmen, sich in die Person hinein-zudenken und einzufühlen. Das bedeutet, dass man nachvollziehen kann, wie es dem Gegenüber geht, seine Empfindungen können im eigenen Körper nachempfunden werden. Dadurch wird auch sein Verhalten nachvollziehbar. Aus diesem Fühlen und Verstehen entsteht die Motivation, das Gegenüber zu unterstützen und ihm so zu helfen, sein Leid zu lindern. Um Anteil nehmen zu können, wird die Aufmerksamkeit auf das Gegenüber gerichtet, es findet ein kognitives Einlassen statt. Wenn nötig, wird bewusst Abstand genommen von eigenen Bewertungen, auf unrealistische Erwartungen in Bezug auf das Ergebnis wird verzichtet. Aus dieser Haltung der Person gegenüber können Respekt und Zuneigung entstehen. Anteil nehmen kann geübt werden.

2.6 Prosoziales Verhalten

Da in den folgenden Kapitel der Arbeit nicht nur Anteil nehmen, sondern hauptsächlich auch das Handeln als Folge der Anteilnahme thematisiert werden, soll hier als nächstes der Begriffe prosoziales Verhalten erläutert werden.

Gemäss Fischer und Wiswede (2009) wird prosoziales Verhalten meist als Oberbegriff für ein Verhalten verwendet, das nicht ausschliesslich eigennützigen Interessen dient und am Wohlergehen anderer orientiert ist. Altruismus ist eine Teilklasse prosozialen Verhaltens, die nicht eigennützig ist, sondern per Definition ausschliesslich von uneigennützigen Motiven getragen wird (S.452). Das Gegenteil von Altruismus ist Egoismus (S.130). Die Autoren machen darauf aufmerksam, dass nur schwer auszuschliessen ist, dass sich hinter altruistischen Motiven letztendlich nicht doch egoistische Beweggründe verbergen (S.452). Prosoziales Verhalten kann demzufolge als die aus dem inneren Erleben der Anteil nehmenden Person resultierende Handlung bezeichnet werden. Dadurch ist aber nicht geklärt, ob diese Handlung egoistisch oder altruistisch motiviert ist. Denn es ist durchaus vorstellbar, dass das Anteil nehmen am Leid einer Person so viel eigenes Unbehagen verursacht, dass das Hilfeverhalten eigentlich dazu dient, dieses Mitleiden nicht mehr aushalten zu müssen. Hier eine Differenzierung in der Art der Motivation vorzunehmen, würde den Rahmen der vorliegenden Arbeit sprengen. Deshalb wird in den nach-

folgenden Kapiteln darauf geachtet, ob das prosoziale Verhalten die Folge von Anteilnahme ist, nicht aber, ob es egoistisch oder altruistisch motiviert ist.

3 Die Wichtigkeit von Anteilnahme

Nachdem im letzten Kapitel aufgezeigt werden konnte, was Anteilnahme ist und wie sie umschrieben werden kann, soll als nächstes der Frage nachgegangen werden, wozu Menschen Anteilnahme brauchen. Auch diese Frage kann aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet werden, im vorliegenden Kapitel wird hauptsächlich Wissen aus den Disziplinen der Psychologie und der Soziologie herangezogen, um Antworten zu finden.

Wie im letzten Kapitel erläutert wurde, beinhaltet Anteil nehmen für sich noch keine unterstützende oder helfende Handlung. Sie ist ein Aspekt des Erlebens einer Person, aus welchem sich die Motivation zur Handlung entwickelt hat. Im Folgenden werden jedoch für die Erklärung der Bedeutung von Anteilnahme soziale Interaktionen beschrieben, bei denen auf das Erleben von Anteilnahme meist sogleich eine Handlung folgt. Denn die Person, an deren Situation Anteil genommen wird, fühlt dies nur, wenn aus dem Erleben eine Handlung folgt. Sie muss zumindest wissen, dass eine Person beispielsweise Mitgefühl empfindet. Es ist vorstellbar, dass sich die Handlung der mitfühlenden Person auf einen spezifischen Gesichtsausdruck beschränkt, trotzdem ist Anteilnahme dann nicht mehr nur ein Aspekt des Erlebens, sondern wird zu einer Interaktion und gehört zur Lebensweise einer Person (vgl. Kap.2.1.1). Wenn es also darum geht zu beschreiben, wozu Menschen Anteilnahme brauchen, sind es immer Interaktionen oder Handlungen, welche im Vordergrund stehen. Es ist das prosoziale Verhalten einer Person, das zum Ausdruck bringt, dass sie am Schicksal oder Leid des Gegenübers Anteil nimmt.

Um die zweite Fragestellung, „wozu brauchen Menschen Anteilnahme“, beantworten zu können, soll für drei verschiedene Altersgruppen beschrieben werden, welchen Einfluss eine anteilnehmende Haltung und die daraus folgenden Handlungen von Mitmenschen auf ihre Entwicklung und auf ihr Wohlbefinden haben.

3.1 Anteilnahme für Kleinkinder

3.1.1 Anteilnahme als Aspekt der Mutter-Kind-Beziehung

Als erstes wird der Frage nachgegangen, welche Bedeutung Anteilnahme für ein Kleinkind während der ersten Lebensjahre hat. Damit sind im folgenden Kinder im Alter von 0-6 Jahre gemeint. Eine Antwort darauf kann die Bindungstheorie geben. Sie beschreibt, warum Menschen

dazu tendieren, sich auf enge emotionale Bindungen einzulassen und inwieweit die psychische Gesundheit einer Person beeinflusst wird, wenn diese Beziehungen beeinträchtigt werden (Anke Lengning & Nadine Lüpschen, 2012, S.9). Die Grundzüge der Bindungstheorie stammen von John Bowlby (ebd.). In der Literatur wird oft von der Mutter als der primären Bezugsperson gesprochen. Dies wird im folgenden übernommen mit dem Bewusstsein, dass diese Rolle auch eine andere Person, beispielsweise der Vater, übernehmen kann.

Bindung bezeichnet gemäss Lengning und Lüpschen (2012) eine enge emotionale, länger andauernde Beziehung zu einem bestimmten Menschen, die nach Möglichkeit sowohl Schutz bietet als auch unterstützend wirkt. Zum Bindungsverhalten werden Verhaltensweisen gezählt, welche darauf abzielen, die physische oder psychische Nähe zu Bindungspersonen herzustellen oder aufrecht zu erhalten. Beim Kleinkind gehören dazu beispielsweise rufen, anklammern, weinen, hin krabbeln. Bindungsverhalten ist eine Fähigkeit und wird beispielsweise bei Krankheit, Stress, Trauer, Schmerzen,... ausgelöst (S.11-12). Wenn Kinder durch die Anwesenheit der Bezugsperson und die Gewissheit, mit ihr in Kontakt zu stehen, Sicherheit erlangen, so ist es ihnen möglich zu spielen und zu explorieren (L. Alan Sroufe & Everett Waters, 1977, zit. in Lengning & Lüpschen, 2012, S.12).

Das zentrale Konzept für die Bindungsforschung ist die Feinfühligkeit der Mutter gegenüber dem Säugling und wurde von Mary Ainsworth formuliert (Karin Grossmann & Klaus E. Grossmann, 2012, S.119). Eine Mutter muss sich gemäss Grossmann und Grossmann (2012) auf die Besonderheiten ihres Neugeborenen einstellen können, um auf feinfühlig, kooperative und akzeptierende Weise eine für beide befriedigende Interaktion zu erreichen (S.121). Ainsworth (1974) definiert mütterliche Feinfühligkeit anhand folgender vier Merkmale:

1. Die Wahrnehmung des Befindens des Säuglings. Die Mutter hat das Kind aufmerksam im Blick, ist geistig präsent und hat keine zu hohe Wahrnehmungsschwelle.
2. Die richtige Interpretation der Äusserung des Säuglings aus seiner Sicht und gemäss seinem Befinden, und nicht gefärbt durch die Bedürfnisse der Mutter.
3. Die prompte Reaktion, damit der Säugling zwischen seinem Verhalten und der mütterlichen Handlung einen Zusammenhang herstellen kann. Eine prompte Reaktion vermittelt ihm ein Gefühl der Wirksamkeit seines Verhaltens und seiner Signale, im Gegensatz zur Hilflosigkeit, die sich einstellt, wenn das Verhalten „nutzlos“ ist.
4. Die Angemessenheit der Reaktion, die dem Säugling gibt, was er braucht und welche sich mit der Entwicklung des Kindes verändert.

(zit. in Grossmann & Grossmann, 2012, S.121-122)

Kann diese Feinfühligkeit als gelebte Anteilnahme am kindlichen Wohlergehen bezeichnet werden? Ist somit Anteilnahme der Mutter eine Voraussetzung für eine wirksame Mutter-Kind-Bindung? Dabei stellt sich die Frage, ob den Handlungen der Mutter zur Befriedigung der kindlichen Bedürfnisse ein inneres Erleben vorausgeht, welches gemäss der Arbeitsdefinition als Anteilnahme bezeichnet werden kann. Dies soll als nächstes geklärt werden.

Gemäss Arnold Lohaus, Juliane Ball und Ilka Lissmann (2014) besteht die Funktion des Bindungs- und Fürsorgesystems darin, dem Kind in Angst erzeugenden Situationen Sicherheit und Unterstützung zukommen zu lassen und dadurch negative Emotionen beim Kind zu vermeiden (S.157). Von diesem, wie er es nennt, „Sicherheitssystem“, grenzt Kevin MacDonald (1992) das Wärmesystem ab, dessen Funktion darin besteht, das kindliche Bedürfnis nach sozialer Belohnung zu befriedigen. Dieses Wärmesystem der Bezugsperson fördert durch positive Emotionen die emotionale Beziehung des Kindes zur Bezugsperson (zit. in Lohaus et al., 2014, S.157). MacDonald (1992) ist der Ansicht, dass es theoretisch möglich ist, dass Sicherheitsbedürfnisse befriedigt werden (mit dem Ergebnis einer Bindungssicherheit), ohne dass emotionale Wärme gezeigt wird (zit. in Lohaus et al., 2014, S.157). Lohaus et al. (2014) ergänzen aber, dass das Sicherheits- und das Wärmesystem häufig eng aufeinander bezogen sind und die Vermittlung von Sicherheit vor allem in westlichen Kulturen in der Regel mit der Vermittlung von Wärme einher geht (S.157). Weiter stellen sie sich die Frage, ob das Sensivitätskonstrukt (Feinfühligkeitskonzept) eher Bezüge zur emotionalen Wärme hat oder ob es die Promptheit und Kontingenz der elterlichen Reaktion abbildet, welcher im Sicherheitssystem eine entscheidende Bedeutung zukommt. Mit Bezugnahme auf verschiedene Studien beantworten sie die Frage klar damit, dass Sensivität vor allem Bezüge zur Wärme aufweist (S.158).

Heidi Keller et al. (2004) beschreiben Interaktionsmechanismen zwischen Eltern und Kind anhand von drei Komponenten: Der Kontingenz (prompte Reaktion), der Wärme (positive Emotionalität) und der Aufmerksamkeit (zit. in Lohaus et al., 2014, S.159). Die Aufmerksamkeit der Eltern kann dabei exklusiv auf den Säugling gerichtet sein, oder durch andere Anforderungen oder Tätigkeiten geteilt sein. Die Gewichtung der drei Komponenten ist je nach Kultur verschieden (S.159-160).

John Bowlby (1987) erklärt, dass die Folge des Bindungsverhaltens ein affektives Band ist (S.23). Als eines von sieben Merkmalen des Bindungsverhaltens beschreibt er die emotionale Anteilnahme. Damit meint er, dass die Ausbildung, der Erhalt, die Unterbrechung und die Erneuerung von Bindungsbeziehungen von intensiven Gefühlen begleitet ist (S.23-24).

Aus diesen Erklärungen kann gefolgert werden, dass feinfühliges Verhalten der Mutter eine Haltung beschreibt, die mit der Arbeitsdefinition von Anteilnahme vergleichbar ist:

Die Mutter muss das Befinden des Säuglings wahrnehmen können, um in angemessener Weise auf seine Bedürfnisse reagieren zu können. Sie hat ihre Aufmerksamkeit auf ihn gerichtet. Sie kann also nachvollziehen, wie es dem Säugling in der aktuellen Lage geht. Daraus entsteht die Motivation, ihm zu helfen (d.h., seine Bedürfnisse zu befriedigen, da er dies nicht selber kann). Dies beschreibt die Faktoren des Verstehens, des Fühlens und der Motivation, wie sie auch die Anteilnahme beinhaltet. Das Wärmesystem, wie es von Keller et. al (2004) und von MacDonald (1992) beschrieben wird, zeigt auf, dass die Bezugsperson in den meisten Fällen auch emotional beteiligt ist. Dies kann mit der Zuneigung verglichen werden, welche aus einer Anteil nehmenden Haltung entstehen kann. (Vgl. „Definition von Anteilnahme für die vorliegende Arbeit“, S.20)

Im nächsten Abschnitt soll aufgezeigt werden, welche weitreichende Bedeutung diese spezifische Art der Anteilnahme für das Kleinkind hat. Erkennbar wird dies auch an den Folgen, die beschrieben werden, wenn dem Neugeborenen eine feinfühligke Bezugsperson fehlt.

3.1.2 Die Wirkung der Bindungsbeziehung

Wie Lengning und Lüpschen (2012) erklären, können sich Kinder in ihrer Bindungssicherheit voneinander unterscheiden, was einerseits auf das Verhalten der Bezugsperson, andererseits auch auf die Disposition oder das Temperament der Kinder zurückgeführt wird (S.15). Das Verhalten der Bezugsperson wirkt sich auf die Bindungsrepräsentation des Kindes aus (S.19). Die Unterschiede in der Bindungssicherheit zeigen sich in den unterschiedlichen Bindungsmustern (S.15). Folgende vier Typen werden unterschieden:

- A— Unsicher-vermeidendes Bindungsmuster
 - B— Sicheres Bindungsmuster
 - C— Unsicher-ambivalentes Bindungsmuster
 - D— Desorganisiertes/Desorientiertes Bindungsmuster
- (Lengnin & Lüpschen, 2012, S.20)

Bei einer unsicher-vermeidenden Bindung verhält sich die Bezugsperson gemäss Lengnin und Lüpschen (2012) zurückweisend und ablehnend, wenn Kinder beispielsweise Unterstützung suchen oder negative Emotionen zeigen. Die Bezugsperson von Kindern mit einer sicheren Bindung ist in Situationen, in denen das Kind entsprechende Bedürfnisse hat, verfügbar und hilft

dem Kind. Bezugspersonen von Kindern mit unsicher-ambivalenter Bindung verhalten sich in manchen Situationen unterstützend, in anderen nicht, was das Kind als Unberechenbarkeit erlebt. Kinder mit einer desorganisierten Bindung haben vermutlich häufig Bezugspersonen, die den Kindern nicht ausreichend Pflege und Unterstützung zukommen lassen oder sie wurden misshandelt. Eventuell leidet die Mutter auch an einer psychischen Störung.

(Lengnin & Lüpschen, 2012, S.19-22)

Die folgende Tabelle zeigt, wie sich die Bindungsstrategie des Kindes auf sein Selbstkonzept, den Umgang mit Emotionen und die Haltung zu Körperkontakt auswirkt:

	Unsicher-vermeidend Gebundene (A)	Sicher Gebunden (B)	Unsicher-ambivalent Gebunden (C)	Desorganisiertes Bindungsmuster (D)
Beziehungsstrategie	<ul style="list-style-type: none"> • Vermeiden Beziehungen • Brechen Beziehungen ab • Suchen kaum Unterstützung bei Bezugsperson 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeigen Wunsch nach Beziehung • Beziehungsorientiert • Suchen bei Belastung Unterstützung der Bezugsperson 	<ul style="list-style-type: none"> • Vermehrtes Bindungsverhalten • Unklare Bindungsstrategien • Suchen ständig Aufmerksamkeit der Bindungsperson 	Kinder mit desorganisiertem Bindungsmuster zeigen kein deutlich definierbares Verhaltensmuster. Sie haben keine eindeutige Bindungsstrategie entwickeln können und können in Stresssituationen mangelhaft adäquate Strategien zur Bewältigung einsetzen. Während A, B und C als organisiertes Verhalten bezeichnet wird, stellt D eine Zusatzkategorie dar, bei der es sich um ein desorganisiertes Verhalten handelt. (Lengnin & Lüpschen, 2012, S.22)
Selbstkonzept	<ul style="list-style-type: none"> • Eigene Schwächen werden nicht erkannt oder zugegeben 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstwertgefühl positiv • Positives Selbstbild 	<ul style="list-style-type: none"> • Geringes Selbstwertgefühl • Negatives Selbstbild 	
Umgang mit Emotionen	<ul style="list-style-type: none"> • Nicht offen • Negative Emotionen werden verleugnet 	<ul style="list-style-type: none"> • Offene Kommunikation • Guter Zugang zu eigenen Emotionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Emotionen werden schlecht integriert • Negative Emotionen manchmal verleugnet 	
Haltung zu Körperkontakt	Vermeidend	Kontakt wird gesucht	Kontakt wird gesucht, gleichzeitig abgewehrt	

Tabelle 2: Auswirkungen der Bindungsstrategie (modifiziert nach Lengnin & Lüpschen, 2012, S.20)

Nach Armin Krenz und Ferdinand Klein (2012) ist die Befriedigung der Grundbedürfnisse wichtig für den Aufbau von spezifischen Fähigkeiten, welche ihrerseits zentral sind für die Entwicklung von kognitiven, emotionalen und sozialen Fertigkeiten. Fehlt dem Kind eine als angenehm erlebte Beziehungsnähe zu einem Erwachsenen, führt dies zu Verhaltensirritationen. Eine als sicher, vertrauensvoll und zuverlässig erlebte Bindung zu einem Erwachsenen ist grundlegend für die Entwicklung eines Kindes. Es wird dadurch in die Lage versetzt, sich und seine Umgebung offen zu betrachten, Wahrnehmungsimpulse aufzunehmen und damit etwas zu tun. Eine vom Kind erlebte innere Sicherheit ist die Grundlage für alle Entwicklungsvorgänge, die darauf abzielen, selbstaktiv und intrinsisch motiviert neue Handlungsschritte zu unternehmen. Sicher-

heit und Verbindlichkeit zu erleben sind Motor und Strukturhilfe für die eigene Entwicklungsmotivation und damit Grundlage der Selbstentwicklung (S.99-104).

Wie Matthias Franz (2008) darlegt, haben Forschungen Nachweise für einen Zusammenhang zwischen psychischen und psychosomatischen Erkrankungen im Erwachsenenalter und Faktoren, welche die frühe emotionale Abstimmung zwischen Bezugsperson und Kind beeinträchtigen, erbringen können. Unter anderem nennt der Autor auch den häufigen Wechsel von Bezugspersonen, emotionale Vernachlässigung und ein unsicheres Bindungsverhalten als Risikofaktoren (S.17). Zusammengefasst sind gemäss Ulrich Tiber Egle und Jochen Hardt (2005) alle Einflüsse, welche die frühe Mutter-Kind-Beziehung auf Dauer belasten, als Risikofaktor für die kindliche Entwicklung zu bezeichnen, wenn keine Korrektur durch protektive Einflüsse erfolgt (zit. in Franz, 2008, S.17). Franz (2008) führt aus, dass es dadurch zu einer Erhöhung der Wahrscheinlichkeit kommt, an einer psychischen oder psychosomatischen Störung, wie Angsterkrankung, depressive Störung, Sucht, Persönlichkeitsstörung, etc. zu erkranken (S.16-17).

Gemäss Gabriele Gloger-Tippelt (2008) bestimmt die Art, wie die Bezugsperson auf das kindliche Erleben von Furcht und Angst bei Belastung eingeht, im weiteren Verlauf der Entwicklung die Verarbeitung besonders extremer Erfahrungen. Zudem lernen Kleinkinder in den Bindungsbeziehungen zu den Eltern Strukturen emotionaler Beziehungen kennen. Diese leben sie gegenüber Peers und anderen nahestehenden Personen teilweise bis ins Erwachsenenalter weiter. Gemäss der Autorin belegt die Bindungsforschung überzeugend die Neigung, dass sich diese Beziehungsformen stabilisieren und fortsetzen. Es kann also zu einem Prozess kommen, indem gestörte Bindungsmuster bis ins Erwachsenenalter weitergelebt werden. So neigen beispielsweise in ihrer Kindheit misshandelte Elternteile später dazu, entweder Opfer von Gewalt in der Partnerschaft, oder zu Tätern ihren Kindern gegenüber zu werden (S.39-40).

Die Ausführungen in diesem Kapitel beschreiben, wie bedeutsam Anteilnahme für Kleinkinder ist. Es konnte aufgezeigt werden, wie vielfältig ein Mangel davon das Leben bis ins Erwachsenenalter beeinträchtigen kann. Im nächsten Kapitel wird der Frage nach der Wichtigkeit von Anteilnahme für Jugendliche nachgegangen.

3.2 Anteilnahme in sozialen Beziehungen im Jugendalter

Wie Rolf Oerter und Eva Dreher (2002) erklären, ist mit der Jugend eine Übergangsperiode gemeint, die zwischen Kindheit und Erwachsenenalter liegt (S.258). Das Alter der Adoleszenz (12-18 Jahre) umfasst gemäss der Darstellung der Autoren eine Vielzahl an Entwicklungsaufgaben,

wie beispielsweise: Einen Freundeskreis aufbauen, Veränderungen des Körpers akzeptieren, sich das Verhalten eines Mannes/einer Frau aneignen, engere (Freundschafts-)Beziehungen aufnehmen, Ausbildung und Beruf planen, sich selbst kennen lernen, eigene Weltanschauung und Werte entwickeln, etc. (S.271). Auch ändert sich die affektive Qualität der Familienbeziehungen, sobald die Jugendlichen in die Pubertät eintreten (S.307). Gemäss Peter Zimmermann und Alexandra Iwanski (2014) sieht das Modell der Entwicklungsaufgaben die Ablösung von den Eltern als eine der zentralen Aufgaben des Jugendalters (S.15).

Was heisst dies nun für die Bedeutung von Anteilnahme im Jugendalter? Sind Jugendliche weniger darauf angewiesen als Kleinkinder? Welche Bedeutung hat Anteilnahme für die Jugendlichen in dieser Zeit und woher erhalten sie diese? Diese Fragen werden bearbeitet, indem die Beziehungen der Jugendlichen zu ihren Eltern sowie zu Gleichaltrigen genauer beleuchtet werden.

3.2.1 Die Beziehung zu den Eltern

Oerter und Dreher (2002) gehen der Frage nach, ob die von Steinberg (1989) formulierte Hypothese, nach der die Pubertät mit einer Zunahme emotionaler Distanz zwischen Jugendlichen und ihren Eltern einhergeht, zutreffend ist. Die Autoren fanden mehrere Untersuchungen, die bestätigen, dass sich die Bindungen und die emotionale Ausdrucksfähigkeit in der Familie tatsächlich verringern, was zu Gefühlen sozialer Angst und Depression bei den Jugendlichen führen kann (S.307). Weiter zeigen sie auf, dass die Qualität der Bindungsbeziehung zu den Eltern jedoch trotzdem einen Puffer für Angst und Stress bildet. Vor allem in der Zeit der körperlichen Reifung kann die Qualität der Bindung die Jugendlichen vor Gefühlen der Depression und der sozialen Angst schützen (S.308). Wie Ryan und Lynch (1989) aufzeigen, ist der Abbau von Bindung jedoch nicht mit emotionaler Autonomie gleichzusetzen (zit. in. Zimmermann & Iwanski, 2014, S.16). Eine gelingende Autonomie im Jugendalter ist gemäss der Autoren vielmehr ein Kennzeichen einer sicheren Bindung (ebd.). Weiter erklären sie, dass das Bindungsbedürfnis gemäss Untersuchungen nicht verschwindet, sondern nicht öffentlich bekundet wird, da Jugendliche Angst haben vor öffentlicher Bewertung (S.17). Gleichzeitig verändert sich das Bindungsverhalten der Jugendlichen: Die unmittelbare körperliche Nähe der Bezugsperson wird weniger bedeutsam, stattdessen rückt die Kommunikation über eigene emotionale Belastung in den Vordergrund (ebd.). Dass Bindungsverhalten bei Jugendlichen seltener beobachtet wird, hat zwei Gründe: Die Entwicklung von engen emotionalen Beziehungen zu Gleichaltrigen und die zunehmende Kompetenz der eigenen Emotionsregulation (S.18). Dennoch stellen die Eltern gemäss Zimmermann (1999) eine sichere Basis dar, von der aus sie autonom ihre Kompetenzen erproben und entwickeln können (zit. in. Zimmermann & Iwanski, 2014, S.18). Zimmermann und

Iwanski (2014) führen aus, dass Eltern auch ihre jugendlichen Kinder durch feinfühliges Verhalten darin unterstützen können, Autonomie zu entwickeln und unterstützende Beziehungen aufzubauen, ohne dadurch bestehende Bindungen aufzugeben oder zu gefährden (S.18). Gemäss Allen (2008) ist dafür entscheidend, dass die Eltern die autonome Meinungsäusserung der Jugendlichen akzeptieren und auf ihren Wunsch der Selbstbestimmung eingehen können (zit. in Zimmermann & Iwanski, 2014, S.18). Wenn dies nicht gelingt, so Zimmermann und Iwanski (2014), stellt dies für die Jugendlichen ein Entwicklungsrisiko dar (S.19). Nach Dölf Looser (2011) sind die Eltern-Kind-Beziehung, die Kommunikation und das Erziehungsverhalten von zentraler Bedeutung für die gesamte Entwicklung (S.68). Das Erziehungsverhalten beschreibt er genauer, in dem er vier Erziehungsstile unterscheidet (S.72). Wie Looser (2011) ausführt, wird von Seiten der Entwicklungspsychologie der autoritative Erziehungsstil als optimal für die Entwicklung eingeschätzt (S.75). Dieser zeichnet sich durch hohe emotionale Wertschätzung und durch ein moderates Mass an Restriktivität der Erziehenden aus. Er wird auch als kinderzentrierter Erziehungsstil bezeichnet. Es herrscht eine offene Kommunikation, die kindlichen Bedürfnisse werden beachtet und die eigenen auch vertreten (S. 72-73). In einer Untersuchung zu den Faktoren für den Schulerfolg von Jugendlichen erweist sich gemäss Jürgen Zinnecker und Werner Georg (1996) Empathie in der Familie (Eltern merken, wenn das Kind Angst hat, wenn etwas nicht stimmt) als bedeutsamster Faktoren im Vergleich zur Schulaufmerksamkeit (Eltern fragen nach, achten auf Noten) und des kulturellen Kapitals der Eltern (Eltern machen gemeinsam Musik mit dem Kind, lesen gemeinsam) (zit. in Looser, 2011, S. 71). Zum Thema Leistungsmotivation in der Schule zitiert Looser Joachim Bauer (2007), welcher erklärt, dass die Motivationssysteme des menschlichen Gehirns durch die Beachtung, das Interesse, die Zuwendung und die Sympathie anderer Menschen aktiviert und durch soziale Ausgrenzung und Isolation inaktiviert werden (zit. in Looser, 2011, S. 70).

Durch diese Ausführungen wird deutlich, wie wichtig die Eltern-Kind-Beziehung auch im Jugendalter noch ist. Im letzten Kapitel konnte aufgezeigt werden, weshalb eine Bindungsbeziehung von Seiten der Eltern Anteilnahme am Erleben des Kindes erfordert. Diese Anforderung besteht, wie nun klar wurde, auch im Jugendalter noch. Es konnte aufgezeigt werden, dass es von Seiten der Eltern weiterhin wichtig ist, dass sie sich in ihre Kinder einfühlen und hineindenken können, damit sie deren Verhalten nachvollziehen und ihnen Unterstützung geben können. Dies wird vor allem deutlich, wenn von Entwicklungspsychologen ein autoritativer Erziehungsstil gefordert wird. Um die kindlichen, in diesem Fall jugendlichen Bedürfnisse zu beachten und moderat restriktiv einwirken zu können, benötigen Eltern weiterhin genügend Feinfühligkeit. Die emotionale Wertschätzung, welche ebenfalls kennzeichnend ist für den autoritativen Erziehungsstil, ist auch in der Anteil nehmenden Haltung wiederzufinden.

Unverkennbar zeigt sich, wozu Jugendliche die Anteilnahme einer Bezugsperson benötigen: Sie bildet in Form einer Bindungsbeziehung einen Puffer für Angst und Stress und kann vor Depression schützen. Auch stellt die Bindungsbeziehung weiterhin eine sichere Basis dar, um neue Kompetenzen erproben und entwickeln zu können. Sonst besteht für die Jugendlichen ein Entwicklungsrisiko. Zudem kann Anteilnahme durch die Eltern am Erleben der Jugendlichen als Grundlage für die Leistungsmotivation betrachtet werden.

3.2.2 Die Beziehung zu Gleichaltrigen

Wie Oerter und Dreher (2002) erklären, nimmt die Gruppe der Gleichaltrigen, die sogenannte Peergruppe, im Jugendalter eine wichtige Funktion ein. Die Autoren fassen die Bedeutung der Peergruppe, wie sie von mehreren Forschern beschrieben wurde, folgendermassen zusammen (S.310):

- Sie kann zu Orientierung und Stabilisierung beitragen und emotionale Geborgenheit gewähren, sie hilft das Gefühl der Einsamkeit zu überwinden, das viele Jugendliche aufgrund der einsetzenden Selbstreflexion entwickeln.
- Sie bietet sozialen Freiraum für die Erprobung neuer Möglichkeiten im Sozialverhalten und sozialer Aktivitäten, die ausserhalb der Gruppe riskant wäre.
- Sie hat eine wichtige Funktion in der Ablösung von den Eltern.
- Sie bietet Identifikationsmöglichkeiten und Bestätigung der Selbstdarstellung und kann so zur Identitätsfindung beitragen.

(Oerter & Dreher, 2002, S.310)

Trotz dieser wichtigen Bedeutungen sind gemäss Oerter und Dreher (2002) viele Jugendliche nicht in Cliques eingebunden und manche sind deshalb ziemlich isoliert (S.314). Jene, die wenig Sympathie erhalten, fühlen sich gemäss einer Untersuchung von Helmuth Fend (1998) als Ausenseiter und zeigen ein niedrigeres Selbstwertgefühl und wenig Ichstärke. Sie zeigen ein hohes Risikoverhalten, niedrige Leistungsorientierung und sind weniger an altersgemässen Themen interessiert (zit. in Oerter & Dreher, 2002, S.314-315).

Gemäss Robert Selman (1984) gehören gegenseitige Unterstützung und Vertrauen am Ende der Kindheit und noch deutlicher im Jugendalter zum Kern von Freundschaftsvorstellungen (zit. in Harald Uhlenhorff, 2005, S. 131). Die wechselseitige Rückmeldung von Verständnis, Vertrauen und Verlässlichkeit in Freundschaften stabilisiert zudem die Identität. Sie sind deshalb nahezu unentbehrlich für eine gesunde Entwicklung im Jugendalter (Oerter & Dreher, 2002, S.315). Gemäss Elizabeth Douvan und Joseph Adelson (1966) wünschen sich Mädchen zwischen 14 und 16

Jahren bei der Freundin Loyalität, Vertrauen und Sicherheit in der Beziehung. Dies erklären sie mit dem Bedürfnis des sich Spiegeln in der anderen Person und nach Unterstützung bei der Bewältigung von Entwicklungskrisen (zit. in Oerter & Dreher, 2002, S.315).

Es stellt sich nun die Frage, ob die Beziehung zwischen Jugendlichen als gegenseitiges Anteil nehmen bezeichnet werden kann. Sympathie, Vertrauen und Loyalität, sowie wechselseitige Rückmeldungen von Verständnis und Verlässlichkeit in der Freundschaft scheinen zentrale Faktoren in einer guten Beziehung unter Jugendlichen zu sein. So kann sie emotionale Geborgenheit bieten. Trotzdem beinhaltet diese Art der Beziehung nicht die zentralen Charakteristika einer Anteil nehmenden Haltung. Es geht weniger darum, sich in die andere Person einzufühlen, hineinzu denken, sie bewusst verstehen zu können und die eventuell daraus entstehende Motivation, das Gegenüber zu unterstützen. Sympathie, Loyalität und Vertrauen scheinen in jugendlichen Beziehungen eher in der Ähnlichkeit des Erlebens zu wurzeln. Grund dafür könnte der von Arnold Lohaus und Marc Vierhaus (2015) beschriebene Egozentrismus sein. Damit ist gemeint, dass sich Jugendliche häufig sehr intensiv mit sich selber auseinandersetzen, was der Identitätsfindung dient. Der Egozentrismus führt gemäss den Autoren dazu, dass die eigene Erscheinung sowie das eigene Erleben und Verhalten in den Mittelpunkt rücken, was auf der anderen Seite dazu führt, dass andere Blickwinkel wenig beachtet werden (S.250-251). Aus diesem Grund steht eine Anteil nehmende Haltung eher nicht im Zentrum jugendlicher Beziehungen obwohl Lohaus und Vierhaus (2015) anfügen, dass die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme grundsätzlich vorhanden ist (S.251). Auch Caroline Teschmer (2014) erklärt, dass Kinder schon im frühkindlichen Alter prosoziale Handlungen ausführen (S.131). Der Entwicklungsverlauf von prosozialem Verhalten kann gemäss der Autorin jedoch nicht aufgezeigt werden, da es kaum Längsschnittstudien gibt, die den Entwicklungsverlauf aufzeigen würden (S.143).

3.3 Anteilnahme durch soziale Unterstützung für Erwachsene

Bisher konnte aufgezeigt werden, dass Anteilnahme für das Wohlbefinden und die Entwicklung von Kleinkindern und Jugendlichen von grosser Bedeutung ist. Doch wie sieht das bei erwachsenen Menschen aus? Inwiefern sind sie darauf angewiesen? Und wie zeigt sich Anteilnahme zwischen Erwachsenen? Antwort darauf kann die Theorie sozialer Netzwerke und das Konzept der sozialen Unterstützung geben. Als erstes soll aufgezeigt werden, was soziale Netzwerke sind und was soziale Unterstützung mit Anteilnahme zu tun hat, um danach zu erklären, weshalb sie für das Wohlbefinden von Erwachsenen wichtig ist.

3.3.1 Soziale Netzwerke

Gemäss Anton-Rupert Laireiter (2009) gibt es verschiedene Definitionen und Arten von Netzwerken (S.76). Harro Kähler (1975) definiert sie als Geflecht der sozialen Beziehungen, die zwischen einer definierten Menge von einzelnen Einheiten (Individuen) beobachtet werden können (zit. in Laireiter 2009, S.76). In der Netzwerkforschung werden zudem auch die Beziehungen anderer sozialen Einheiten analysiert. Im Kontext von persönlichen Beziehungen sind, so der Autor, die egozentrierten Netzwerke von besonderer Relevanz (S.78), weshalb sie hier thematisiert werden sollen (Laireiter, 2009, S.76-78).

Egozentrierte oder personale Netzwerke legen den Fokus auf einen einzelnen Akteur und beschreiben das Netzwerk um diese Person herum. Es werden jene Beziehungen erfasst, die der Akteur mit anderen Menschen führt. Die egozentrierten Netzwerke zeichnen sich unter anderem durch folgende Merkmale aus (Laireiter, 2009, S.78-79):

- Sie stellen das Beziehungssystem einer einzelnen Person dar. Das Netzwerk wird durch das Verhalten und die persönlichen Eigenschaften der Person beeinflusst und beeinflusst im Gegenzug auch das Erleben und Verhalten der Person.
- Egozentrierte Netzwerke bestehen aus natürlichen Beziehungen.
- Diese Beziehungen kommen durch unterschiedliche Verbindungsformen zustande (Bekanntheit, soziale Rollen, emotionale Beziehungen, etc.).
- Die Mitglieder eines egozentrierten Netzwerkes sind über mehrere Beziehungsformen miteinander verbunden. Eine Person kann beispielsweise Verwandte/r, Nachbar/in, Freund/in und unterstützende Person gleichzeitig sein.
- Egozentrierte Netzwerke bestehen aus Beziehungen unterschiedlicher Art und Intensität und verschiedenen Subgruppen (Familie, Freundeskreis, Arbeitsbereich, etc.) mit unterschiedlicher Kontaktfrequenz.
- Der Begriff des egozentrierten Netzwerkes ist als Strukturbegriff zu verstehen, der verschiedene soziale Beziehungen strukturell und inhaltlich einschliesst. Somit gibt der Begriff einen Blick auf die Gesamtheit der sozialen Beziehungen eines Individuums, nicht auf eine Einzelform.

(Laireiter, 2009, S.79-80)

Burkhard Brückner (2011) erklärt, dass der Begriff der sozialen Integration beschreibt, wie stark eine Person in ein soziales Netz eingebunden ist (S.115). Wichtige Parameter sind die Grösse und Dichte des Netzes, der Grad der gegenseitigen Verpflichtung, die Häufigkeit und Dauer der Kontakte sowie das Ausmass der Gegenseitigkeit und Ähnlichkeit der Mitglieder des Netzwerkes (S.115-116).

Damit wurde aufgezeigt, was soziale Netzwerke sind und wodurch sich die egozentrierten Netzwerke auszeichnen. Als nächstes wird die soziale Unterstützung, welche in diesen Netzwerken stattfindet, thematisiert.

3.3.2 Anteilnahme durch soziale Unterstützung

Gemäss Laireiter (2009) stellt soziale Unterstützung eine zentrale Funktion von sozialen Netzwerken dar (S.75). Elliot Aronson, Timothy Wilson und Robin Akert (2014) bezeichnen soziale Unterstützung als das Wissen, dass andere unsere Bedürfnisse erkennen und darauf eingehen (S.556). Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter (2009) führen aus, dass soziale Unterstützung allgemein als die wichtigste Funktion sozialer Beziehungen verstanden wird (S.14). Sie lässt sich gemäss Hans Veiel und Wolfgang Ihle (1993) beschreiben als die Befriedigung zentraler sozialer Bedürfnisse durch soziale Beziehungen (beispielsweise nach Sicherheit, Zuneigung, Zugehörigkeit, Verständnis, Aussprache). Dies vor allem im Kontext von Belastungen (zit. in Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter, 2009, S.14). Folgende Teilaspekte von sozialer Unterstützung werden unterschieden:

1. *Das Unterstützungsnetzwerk oder die Unterstützungsressourcen:* Dies sind die Personen, die als Unterstützende zur Verfügung stehen. Gemäss Forschung sind dies meistens nahestehende Bezugspersonen wie Partner/innen, Familienangehörige, Verwandte, enge Freunde, eventuell auch Nachbarn/Nachbarinnen und Bekannte (meist für instrumentelle Unterstützung).
2. *Wahrgenommene Unterstützung:* Sie meint das Wissen und die Überzeugung, unterstützt zu sein und bei Bedarf Menschen zu haben, die einen unterstützen.
3. *Unterstützungsverhalten:* Darunter wird die Vermittlung der sozialen Unterstützung in realen sozialen Interaktions- und Austauschprozessen verstanden.

(Röhrle & Laireiter, 2009, S.14-15)

Inhaltlich können psychologische und instrumentelle Unterstützungsformen unterschieden werden. Psychologische Unterstützung meint Rückhalt geben, Selbstwertstützung oder kognitive Unterstützung. Diese Unterstützung wird beispielsweise gegeben durch aufmunternde Äusserungen, Vermitteln von Verständnis, präsent sein, etc. Instrumentelle Formen von sozialer Unterstützung zeigen sich beispielsweise durch Geld leihen, tatkräftige Hilfe leisten, Ratschläge geben, etc. (Röhrle & Laireiter, 2009, S.15). Gemäss Johanna Hartung (2010) umfasst soziale Unterstützung weit mehr als einzelne, intentionale Akte von Hilfeleistungen, sondern bezieht sich vor allem innerhalb von gewachsenen Beziehungsstrukturen auch auf länger andauernde,

unterstützende Interaktionen (S.188). Die Autorin beschreibt folgende Formen von sozialer Unterstützung:

- Instrumentelle Unterstützung, d.h. materielle und lebenspraktische Hilfen.
- Emotionale Unterstützung durch Anteilnahme, Zuspruch, Wertschätzung.
- Unterstützung durch Informationsvermittlung.
- Unterstützung durch die Vermittlung des Gefühls von Identität und Zugehörigkeit.

(Johanna Hartung, 2010, S.188)

Soziale Unterstützung findet gemäss diesen Ausführungen auf der Verhaltens- und Interaktionsebene statt. Vor allem bei der psychischen Unterstützung wie sie von Röhrle und Laireiter (2009) beschrieben wird, kann davon ausgegangen werden, dass die unterstützende Person Anteil nimmt: Für das Vermitteln von Verständnis und für aufmunternde Äusserungen muss die Aufmerksamkeit auf das Gegenüber gerichtet werden. Die Situation des Gegenübers wird wahrgenommen, sich hineindenken und einfühlen ist eine Voraussetzung. Dadurch werden die Empfindungen und das Verhalten der unterstützungsbedürftigen Person nachvollziehbar. Daraus können Respekt und Zuneigung entstehen. Bei der instrumentellen Unterstützung ist beides vorstellbar: Einerseits kann die unterstützende Person Anteil nehmen und deswegen instrumentell unterstützend wirken, oder sie hilft aus einem anderen Grund, beispielsweise um sich beliebt zu machen. Im ersten Fall, sowie bei psychischer Unterstützung kann soziale Unterstützung nicht als Anteilnahme, jedoch als Folge der Anteilnahme im Sinne von prosozialem Verhalten bezeichnet werden. Gestützt wird diese Schlussfolgerung durch die Feststellung von Hans-Werner Bierhoff (2002), der zufolge Empathie als wichtiger Auslöser von hilfreichem Verhalten gilt (zit. in Ann Elisabeth Auhagen, 2009, S.87). Auch gemäss Krista Trobst, Rebecca Collins und Jayne Embree (1994) zeigen Menschen mit einer ausgeprägten Fähigkeit zur Empathie stärker unterstützendes Verhalten als andere (zit. in Ann Elisabeth Auhagen, 2009, S.87).

3.3.3 Funktion sozialer Unterstützung

In einem nächsten Schritt wird erklärt, warum soziale Unterstützung für Menschen bedeutsam ist. Dadurch wird auch deutlich, warum Anteilnahme so wichtig ist. Denn wie im letzten Kapitel aufgezeigt wurde, kann davon ausgegangen werden, dass hinter der sozialen Unterstützung mindestens in einem gewissen Mass das Erleben von Anteilnahme steht.

Auhagen (2009) beschreibt zwei generelle Wirkungsweisen von sozialer Unterstützung für den Empfänger. Zum einen hat sie eine stressreduzierende Wirkung, die bei der Bewältigung von

konkreten Belastungssituationen hilft. Zum anderen hat sie eine allgemein abpuffernde Wirkung, die es leichter macht, mit Stress fertig zu werden (S.78). Wie Auhagen (2009) weiter erklärt, trägt positives, konstruktives und auf den/die Kommunikationspartner/in ausgerichtetes Beziehungs- und Kommunikationsverhalten (Zuhören, Akzeptieren, Wertschätzen...) zum Gelingen von Unterstützung bei (S.89). Im Gegensatz dazu wird Verhalten, welches die Person des Unterstützenden in den Vordergrund stellt oder belehren oder verharmlosen will, als negativ und nicht hilfreich empfunden (ebd.). Gemäss Ralf Schwarzer und Anja Leppin (1989) haben Forschungen zu den Auswirkungen von sozialer Unterstützung ergeben, dass diese sowohl für die Befindlichkeit und Stimmung relevant ist, wie auch für die Aufrechterhaltung der psychischen und somatischen Gesundheit und für die Prävention psychischer Störungen und somatischer Erkrankungen (zit. in Laireiter, 2009, S.91). James S. House (1981) untersuchte die Rolle der sozialen Unterstützung am Arbeitsplatz und beschreibt deren Wirkung folgendermassen:

- Wenn die Unterstützung zunimmt, nehmen schädlichen Einflüssen im Leben eines Individuums ab.
- Eine unterstützende Umwelt dient dazu, die allgemeine Gesundheit von Individuen zu verbessern.
- Soziale Unterstützung hilft Individuen, indem sie diese ganz oder teilweise vor dem negativen Einfluss von Umweltstressoren abpuffert.

(James S. House, 1981, zit. in Richard E. Pearson, 1997, S.25)

Laireiter (2009) erklärt, dass soziale Beziehungen und Interaktionen die grundlegenden Bedürfnisse von Menschen nach Zuneigung, Identität, Sicherheit, Information, Rückhalt, etc. befriedigen. Daraus schöpfen sie Kraft und Stärke für die Lebensbewältigung, sie stabilisieren damit ihr Befinden sowie ihre psychische und somatische Gesundheit (S.85).

Durch diese Ausführungen wird die hervorragende Bedeutung von Anteilnahme und der daraus folgenden sozialen Unterstützung für uns Menschen deutlich. Indem andere Anteil nehmen an unserem Leben und durch dieses Erleben soziale Unterstützung folgen lassen, sind wir in der Lage unseren Alltag mit seinen Herausforderungen zu bewältigen, mit Stress besser umzugehen und unsere psychische und somatische Gesundheit zu stabilisieren. Im Gegenzug kann man sich nun vorstellen, was ein Mangel an Anteilnahme und der daraus entstehenden Einbusse sozialer Unterstützung für Folgen haben kann: Schlechterer Umgang mit belastenden Lebensereignissen, grössere Anfälligkeit für die Folgen von Stress, schnelleres Erkranken an psychischen und somatischen Krankheiten, etc. Diese Folgen sind jedoch stark verallgemeinert formuliert, denn jede Person reagiert anders auf belastenden Lebensereignisse etc. Im Rahmen der vorliegenden Arbeit kann jedoch nicht detaillierter darauf eingegangen werden.

3.4 Schlussfolgerungen Kapitel 3 und Beantwortung der zweiten Fragestellung

In diesem Kapitel stand die Frage im Zentrum, wozu Menschen Anteilnahme brauchen. Um Antworten darauf zu finden, wurden die zentralen zwischenmenschlichen Beziehungen in drei verschiedenen Lebensphasen genauer beleuchtet. Es wurde aufgezeigt, welche Aspekte der Beziehungen als Anteilnahme und als daraus folgende Interaktionen beschrieben werden können. Danach wurde erklärt, weshalb die beschriebene Art der Anteilnahme und das resultierende Verhalten für die Entwicklung oder das Wohlbefinden der Empfangenden wichtig sind.

Wie sich herausgestellt hat, ist eine anteilnehmende Haltung der primären Bezugsperson für das Wohlbefinden und die Entwicklung des Kleinkindes von grosser Wichtigkeit. Das innere Erleben einer feinfühlig Person kann als Anteilnahme bezeichnet werden. Ist diese nicht vorhanden, kann die Bezugsperson nicht in feinfühlig Art und Weise auf die Bedürfnisse des Kindes reagieren. Daraus können Störungen im Bindungsverhalten resultieren. Diese gehen beim Kind mit Störungen und Schwächen im Selbstkonzept, im Umgang mit Emotionen und der Haltung zu Körperkontakt einher. Wie aufgezeigt wurde, ist die Befriedigung der Grundbedürfnisse durch eine feinfühlig und somit anteilnehmende Person Voraussetzung für die Entwicklung von kognitiven, emotionalen und sozialen Fertigkeiten. Bei einem Mangel kann es zu Verhaltensirritationen und psychischen sowie psychosomatischen Erkrankungen kommen. Die erlernten Bindungsmuster können sich bis ins Erwachsenenalter fortsetzen und weitergelebt werden.

Auch für Jugendliche ist Anteil nehmendes Verhalten ihrer Eltern (oder anderer Bezugspersonen) für eine gesunde Entwicklung von zentraler Bedeutung. Mehrfach werden Folgen für das ganze Leben beschrieben, wenn die Bezugspersonen nicht in der Lage sind, an der Situation der Jugendlichen Anteil zu nehmen. Für Jugendliche sind Beziehungen zu Gleichaltrigen ebenfalls sehr zentral, jedoch weniger unter dem Aspekt der Anteilnahme.

Im Erwachsenenalter wird Anteilnahme oft in Form von sozialer Unterstützung in personalen Netzwerken gelebt. Netzwerke können ein Instrument sein, um die Beziehungen einer Person und das Mass ihrer sozialen Integration zu erfassen. Anteilnahme ist ein Aspekt dieser Beziehungen und kann in Form von sozialer Unterstützung zum Ausdruck kommen. Auch hier hat sie vielfältige Funktionen, bis hin zum Erhalt der psychischen und physischen Gesundheit.

4 Die Bedeutung von Anteilnahme in der Beratung der Sozialarbeit

Bisher wurde das Thema Anteilnahme hauptsächlich unter dem Aspekt der Bedeutung für das Individuum betrachtet und wie sie im persönlichen Umfeld gelebt wird. In einem nächsten

Schritt geht es nun darum, Anteilnahme im Fokus der Sozialarbeit zu betrachten. Soziale Arbeit hat gemäss der Definition der International Federation of Social Worker (IFSW) von 1982 die Lösung von Problemen in zwischenmenschlichen Beziehungen zu fördern und Menschen zu befähigen, ihr Leben besser zu gestalten. Dies auf der Grundlage der Menschenrechte und der sozialen Gerechtigkeit (Österreichischer Berufsverband der Sozialen Arbeit, ohne Datum). Es gehört demnach durchaus zum Handlungsauftrag der Sozialarbeit, Menschen, welche einen Mangel an Anteilnahme aufweisen, zu mehr Anteilnahme zu verhelfen. Denn Anteilnahme geben und erhalten ist immer ein Aspekt der Beziehung von Menschen, sei es im ganz persönlichen, familiären Kreis, oder auch zwischen Freunden, Arbeitskollegen, etc. Das vorliegende Kapitel ist folgender Frage gewidmet: „Welche Bedeutung hat Anteilnahme in der freiwilligen Beratung der Sozialarbeit.“ Um diese Bedeutung zu umschreiben, werden einige ausgewählte Aspekte genauer beleuchtet. Als erstes wird der Frage nachgegangen, was Beratung überhaupt meint und welche Funktionen sie in der Sozialarbeit hat. Danach werden die Beratungsbeziehung und ihre spezielle Rolle innerhalb der Beratung erläutert. In diesem Zusammenhang wird aufgezeigt, in welcher Form Anteilnahme in der Beratung gelebt wird und warum ihr eine grosse Bedeutung beigemessen werden kann. Und in einem weiteren Schritt werden mögliche Ursachen aufgezeigt, die dazu führen, dass Menschen zu wenig Anteilnahme in Form von sozialer Unterstützung erhalten. Darauf aufbauend wird erklärt, welche Möglichkeiten es in der Beratung gibt, diesem Defizit entgegen zu wirken.

Auch im gesetzlichen Kontext der Sozialarbeit hat Anteilnahme sicherlich eine wichtige Bedeutung. Da aber die Sozialarbeit hier ein Doppelmandat hat, kommen weitere Aspekte hinzu, die einen Einfluss auf die Beratung und die Beratungsbeziehung haben und nicht ausser Acht gelassen werden können. Aus Platzgründen wird dieser wichtige Bereich der Sozialarbeit in der vorliegenden Arbeit nicht thematisiert, der Schwerpunkt wird auf die Anteilnahme in der freiwilligen Beratung der Sozialarbeit gelegt.

4.1 Beratung in der Sozialarbeit

Beratung ist eine typisch sozialarbeiterische Tätigkeit und wird in verschiedensten Handlungsfeldern der Sozialarbeit ausgeübt. Uwe Schulz-Wallenweil (2002) geht sogar soweit, die Soziale Arbeit als Beratungsberuf mit eigenständigem Beratungsmodus zu bezeichnen (S.26). Soziale Beratung meint die Gesamtheit beraterischer Hilfen in Problemfeldern, die sich auf Schwierigkeiten von Individuen oder Gruppen in und mit ihrer sozialen Umwelt beziehen (Ursel Sickendiek, Frank Engel & Frank Nestmann, 2008, S.17).

In der Sozialarbeit findet Beratung gemäss Esther Weber und Daniel Kunz (2012) in vier Funktionen statt, je nach Praxisort und Arbeitsfeld sind die Beratungsfunktionen unterschiedlich (S.11-15). Um einen Überblick über die Beratung in der Sozialarbeit zu erhalten, sollen diese vier Funktionen im Folgenden zusammengefasst dargestellt werden. Dies ist wichtig, um darauf aufbauend erklären zu können, wo und in welcher Form in der Beratung Anteilnahme von Bedeutung ist.

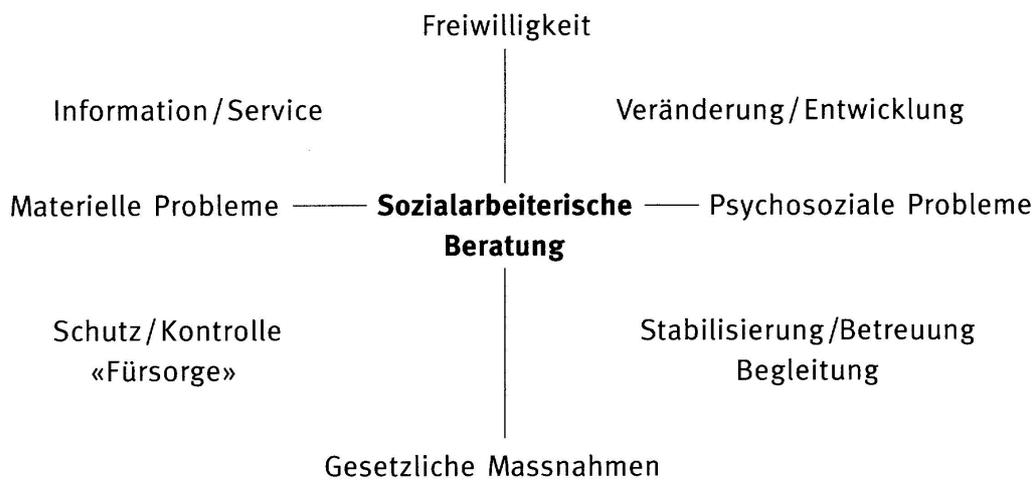


Abbildung 2: Die vier Beratungsfunktionen in der Sozialarbeit (Quelle: Esther Weber & Daniel Kunz, 2012, S.12)

Im Bereich **Information/Service** liegt der Beratungsschwerpunkt auf dem Erteilen von Auskünften und Sachinformationen oder dem Erschliessen von externen materiellen Ressourcen (Weber & Kunz, 2012, S.13). Als Beispiel hierfür kann die Beratung auf dem Sozialamt im Zusammenhang mit dem Bezug von wirtschaftlicher Sozialhilfe genannt werden.

Veränderung und Entwicklung meint eine Beratung, bei der die Sozialarbeitenden einen geeigneten Beratungsprozess fördern, der es den Ratsuchenden ermöglicht, ihre als problematisch erlebte Situation besser zu verstehen und neue Möglichkeiten im persönlichen Denken und Handeln zu entwickeln und passende Lösungen zu finden (Weber & Kunz, 2012, S.13-14). Dies kann beispielsweise eine Beratung auf einer Familienberatungsstelle oder einem polyvalenten Sozialdienst sein.

Im Bereich **Schutz/Kontrolle/Fürsorge** sind meist gesetzliche Bestimmungen und Massnahmen die Grundlage für die Beratung. Neben der Funktion der Unterstützung übt Soziale Arbeit

hier häufig auch eine Kontrollfunktion aus. Bei diesem Doppelmandat ist das grundlegende Beratungsziel, die Beteiligten für eine Kooperation zu gewinnen und somit den Kontroll- und Schutzauftrag in Hilfe und Unterstützung umzuwandeln (Weber & Kunz, 2012, S.14-15). Beratungen in dieser Funktion werden beispielsweise von einer Beistandsperson im Kindes- und Erwachsenenschutz durchgeführt.

Im vierten Bereich, der **Stabilisierung/Betreuung/Begleitung**, hat die Beratung die Aufgabe, geeignete Hilfeleistungen zu finden, um für Klientinnen und Klienten in ihrer Situation die grösstmögliche Autonomie zu gewährleisten und sie gleichzeitig gemäss der Situation in ihren Interessen zu unterstützen und zu vertreten. Es handelt sich dabei oft um Klientinnen und Klienten, deren Situation offensichtlich nicht zu verändern ist (Weber & Kunz, 2012, S.15). Ein Beispiel dafür ist die Langzeitberatung in Kombination mit einer freiwilligen Einkommensverwaltung für schwer suchtkranke Menschen im Bereich der Schadensminderung.

Die Anliegen und Probleme der Klienten und Klientinnen sind dementsprechend sehr vielseitig und fordern von den Beratenden jeweils spezifisches Fachwissen. Doch wie kann der Prozess oder die Beratungshandlung und der Beratungsinhalt noch genauer beschrieben werden? Und worin unterscheidet sie sich von einer Therapie? Gemäss Wolfgang Rehtien (2004) handelt es sich bei einer Beratung um einen zwischenmenschlichen Prozess, in welchem Ratsuchende durch die Interaktion mit den Beratenden mehr Klarheit über eigene Probleme und deren Bewältigung gewinnen. Das Ziel der Beratung ist die Förderung von Problemlösungskompetenz (zit. in Susanne Nussbeck, 2014, S.19). Zum Inhalt schreiben Weber und Kunz (2012): „Gegenstand der sozialarbeiterischen Beratung sind formulierte soziale Probleme (im Gegensatz zu einer Beratung beim Autokauf) sowie gemeinsam zu erarbeitende Ziele beziehungsweise Lösungsansätze“ (S.23). Hans Tiersch (1992) bezeichnet Beratung als methodisch fundiertes Arbeitskonzept im prozesshaften Zusammenhang von Arbeitsschritten (zit. in Sickendiek, Engel & Nestmann, 2008, S.17). Somit ist Beratung im professionellen Kontext ein Prozess, bei dem die Beratenden auf Professionswissen und Methoden zurückgreifen, um die Ratsuchenden in ihrer Situation bestmöglich zu unterstützen. So wird unter Methode auch das planvolle, zielgerichtete und professionell reflektierte Handeln verstanden (zit. in. Weber und Kunz, 2012, S.20). Klar wird jedoch auch, dass beim Erfüllen der beschriebenen Funktionen und für das Erreichen der Beratungsziele neben der Methode auch dem zwischenmenschlichen Prozess zwischen Beratern und Klientinnen/Klienten eine bedeutsame Rolle zukommt. Und in diesem Prozess kommt es auch dazu, dass die beratende Person Anteilnahme zeigt, denn Anteilnahme ist ein Aspekt der Beziehung und nicht der Methode. Auf dieses Thema wird in Kapitel 4.2 eingegangen.

In der Literatur der Psychotherapie wird die Therapiebeziehung ausführlich behandelt. Sie erhält einen wichtigen Stellenwert. Auch in der Beratung wird immer wieder darauf verwiesen, dass die Beziehung zwischen beratender Person und Klient/in zentral ist (Weber & Kunz, 2012, S.11). Um diese Beziehung zu beschreiben, werden Konzepte aus der Psychotherapie herangezogen, beispielsweise aus der personzentrierten Therapie nach Rogers. Doch kann die Beschreibung der Beziehung aus der Therapie für die Beratung übernommen werden? Um dies zu klären, sollen hier der Unterschied zwischen Therapie und Beratung zusammengefasst dargestellt werden.

Klaus Sander und Torsten Zieberts (2010) befassen sich ausführlich mit der Unterscheidung zwischen personzentrierter Therapie und Beratung. Gemäss den Autoren behandelt Psychotherapie Personen, die im Innern an Zweideutigkeiten, Unvereinbarkeiten, Unklarheiten im Erleben und in den Gefühlen leiden (S.31). Dies zeigt sich in Gefühlen der Unsicherheit, der Mehrdeutigkeit, Ambivalenz, innerer Spannung, Unentschlossenheit, inkohärenten Verhaltensweisen, usw. Die daraus resultierenden Störungen sind gemäss den Autoren psychosomatische Symptome, Angst, dissoziative Störungen, depressive Symptome, Suchtprobleme, Somatisierungsprobleme, Anpassungsprobleme (S.31-32). Bei der Beratung geht es hingegen darum, die Bedürfnisse und das Verhalten einer Person mit den Anforderungen der Lebenswelt möglichst in Übereinstimmung zu bringen (S.31). Die Belastung von Beratungsklient(inn)en zeigt sich dementsprechend weniger in innerpsychischen Spannungszuständen, sondern in Belastungen und Stresserfahrungen, die von Aussen vermittelt werden. Daraus resultieren Partnerschaftsprobleme, soziale Fehlanpassung, Kontaktprobleme, Arbeits- und Leistungsprobleme und Stressbewältigungsprobleme (S.31-32). Viele Autoren heben zur Unterscheidung zwischen Therapie und Beratung die Dauer der Behandlung sowie die Intensität der Beziehung zwischen der unterstützenden und der hilfeschuchenden Person hervor (S.27-30). Dem halten Sander und Ziebertz (2010) entgegen, dass auch eine Beratung viele Stunden umfassen kann und die Beziehung sich nach Intensität und Differenziertheit in nichts von einer psychotherapeutischen Beziehung unterscheiden muss (S.33). Die Autoren sind der Ansicht, dass sich Beratung und Psychotherapie durch die Anliegen der Klientinnen und Klienten sowie durch unterschiedliche Angebote der Behandelnden unterscheiden. Sie betonen weiter, dass Beratung nicht länger als Anhängsel der Therapie, sondern als gleichwertige Ausbildung angesehen werden soll (S.33). Dem ist jedoch hinzuzufügen, dass, wie Renate Zwicker-Pelzer (2010) erläutert, im deutschsprachigen Raum Beratung eher den therapieabgeleiteten Konzepten verbunden ist (S.14). Dieser Ansicht ist auch Nussbeck (2014) wenn sie sagt, dass sich Beratung, Mediation und Therapie zumeist der gleichen, aus psychotherapeutischen Konzepten abgeleiteten Mitteln bedienen (S.21). Den grössten Unterschied sieht Nussbeck (2014) darin, dass Therapie im Bereich der Heilkunde angesiedelt ist und psy-

chische Störungen behandelt, die Krankheitswert haben, während Beratung sich mit relativ ungestörten Personen befasst und sich auf Stärken und Ressourcen der Personen in ihrer Interaktion mit der Umwelt konzentriert (S.22). Dieter Wälte (2011) erklärt, dass sich Psychotherapie wie die psychosoziale Beratung auf dieselben theoretischen Fundamente beziehen. Die Gemeinsamkeiten sieht er auf der *Handlungsebene*, die Unterschiede beim *Anlass* (psych. Störung vs. kritisches Ereignis), der *Funktion* (Wiederherstellung Gesundheit vs. Entwicklungsförderung und Krisenbewältigung) und des *Settings* (im medizinisch-gesundheitl. System vs. in versch. gesellschaft. Teilsystemen, niederschwellig) (S.167).

Mit diesen Ausführungen konnte ein Überblick über die Definition, Funktion und Verortung von Beratung in der Sozialarbeit geschaffen werden. Durch das Modell von Weber und Kunz (2012) konnte die Vielfältigkeit der Beratung und die unterschiedlichen Funktionen eindrücklich aufgezeigt werden. Daraus lässt sich folgern, dass der Ort, die Dauer, der Zweck, die Ziele und auch die Beziehung zwischen den Sozialarbeitenden und den Klientinnen und Klienten sehr unterschiedlich sein können. Dies wiederum fordert von den Beratenden Kenntnisse über verschiedene Methoden, sowie die Flexibilität, sich auf die unterschiedlichen Settings und die verschiedenen Bedürfnisse der Klientinnen und Klienten einlassen zu können. Dazu gehört auch das Bewusstsein darüber, welchen Stellenwert die Beratungsbeziehung innerhalb der Beratung hat. Zur Beziehungsgestaltung gehört auch das Anteil nehmen am Leiden der Person. Obwohl sich gezeigt hat, welche wichtige Bedeutung der Beratungsmethodik beigemessen werden muss, kann in der vorliegenden Arbeit nicht genauer darauf eingegangen werden, da der Schwerpunkt auf die Anteilnahme und somit die Beratungsbeziehung gelegt werden soll.

Obwohl sich die Fachwelt nicht ganz einig ist über die Unterscheidung von Beratung und Therapie, wurde doch klar, welche Funktionen den verschiedenen Professionen hauptsächlich zugeteilt werden können. Auch wurde deutlich, dass einige Parallelen bestehen und die Beziehung zwischen Klientinnen/Klienten und Beratenden oder Behandelnden nicht eindeutig als Unterscheidungsmerkmal herangezogen werden kann. Dies ist deshalb von Bedeutung, da in einem nächsten Schritt die Beratungsbeziehung und ihre Funktion genauer beleuchtet werden soll und dafür auch Konzepte aus der Psychotherapie benutzt werden. Denn die Beziehung ist die Grundlage für die Anteilnahme, welche im Beratungssetting vermittelt wird.

4.2 Anteilnahme in der Beratungsbeziehung

Wie bisher deutlich wurde, stehen die Person, welche Anteil nimmt und die empfangende Person in einer Beziehung miteinander, sie kommunizieren immer auf eine Art und Weise. Im vor-

liegenden Kapitel wird deshalb die Beziehung zwischen der beratenden Person und der Klientin/dem Klienten betrachtet und innerhalb dieser Beziehung der Aspekt der Anteilnahme besonders beleuchtet.

Im letzten Kapitel wurde aufgezeigt, welche Funktionen Beratung in der Sozialarbeit haben kann. Es scheint naheliegend, der Beratungsbeziehung je nach Ziel und Zweck der Beratung eine unterschiedliche Bedeutung beizumessen. So kann man sich vorstellen, dass sie beim Vermitteln von Informationen eine untergeordnete Rolle spielt. Es kann aber auch sein, dass eine Person, welche bei einer Beratungsstelle nach Informationen fragt, in ihrem sozialen Umfeld wenig Anteilnahme erhält. Im Gespräch mit dem/der Sozialarbeitenden kann sich herausstellen, dass sich die Person in einer schwierigen Situation befindet und als Reaktion darauf nimmt der/die Beratende Anteil am Leiden der Klientin/des Klienten. Entweder entwickelt sich daraus ein neuer Auftrag für die Beratung und es kommt eine weitere Beratungsfunktion, beispielsweise im Bereich Veränderung und Entwicklung dazu. Oder die Klientin/der Klient macht innerhalb der Informationsvermittlung die Erfahrung, dass an seinem/ihrem Schicksal Anteil genommen wird, ohne dass sich daraus das Ziel und die Dauer der Beratung verändern. Klientinnen und Klienten, welche in ihrem Umfeld nicht ausreichend Anteilnahme erhalten, sind vermutlich in jedem der vier Felder anzutreffen, obwohl sich die betroffene Person kaum bei der Beratungsstelle meldet, weil sie nicht genug Anteilnahme erfährt. Vielmehr wird sich in solchen Fällen während der Beratung zeigen, dass eine Person beispielsweise ein sehr kleines persönliches Netzwerk zur Verfügung hat und bei Bedarf nicht in der Lage ist um Unterstützung zu bitten. Oder der/die Sozialarbeitende stellt im Beratungsgespräch fest, dass der Klient/die Klientin sehr gerne von sich erzählt, und ihm/ihr die Gespräche sehr wichtig sind, sodass der/die Sozialarbeitende zu der Vermutung kommt, dass die Person in ihrem Umfeld niemand hat, mit dem sie Persönliches teilen könnte. Aber auch wenn die Klientin/der Klient ein persönliches Netzwerk zur Verfügung hat und ausreichend Anteilnahme in Form von sozialer Unterstützung erhält, gehört es zur Beratungsbeziehung, dass die beratende Person Anteil nimmt und diese auch ausdrückt. Im Folgenden soll nun auf den Charakter dieser Beratungsbeziehung und darauf, wie Anteil genommen und ausgedrückt wird, genauer eingegangen werden.

Beratung geschieht, wie Nussbeck (2014) erklärt, immer in einem asymmetrischen Prozess zwischen einer hilfesuchenden und einer beratenden Person. Es kommen dabei oft sehr persönliche Themen zur Sprache, die eine Nähe in der Interaktion zwischen Beratenden und Ratsuchenden entstehen lassen (S.25). Die entstehende Beziehung ist die wichtigste Variable im Beratungsprozess (S.109). Auch gemäss Weber und Kunz (2012) ist die Beziehung zwischen Sozialarbeitenden und Klientinnen und Klienten zentral. Diese wird im Rahmen der Beratung aufgebaut und

entwickelt und ist die Grundlage für zielführende Hilfen (S.11-12). Doch damit ist die vielfach betonte Wichtigkeit dieser Beziehung, und wie sie sich gestaltet, noch nicht geklärt.

Nussbeck (2014) stellt zur Beschreibung der Beratungsbeziehung die aus der personzentrierten Beratung von Carl Rogers stammenden drei „Beratervariablen“ ins Zentrum. Dabei handelt es sich um Empathie, Kongruenz und Akzeptanz (S.110). **Empathie** bedeutet gemäss Rogers das Einfühlen in die Welt des Klienten/der Klientin und die Übernahme seiner/ihrer Perspektive (vgl. Kap. 2.3). **Kongruenz** meint:

... dass dem Therapeuten, was er auf der Erlebens- oder Bauebene fühlt, in seinem Bewusstsein deutlich gegenwärtig und für die direkte Kommunikation dem Klienten gegenüber verfügbar ist, wenn dies angemessen erscheint. Somit ist der Therapeut in der Beziehung für den Klienten transparent, er lebt offen die Gefühle und Haltung, die im Augenblick in seinem Inneren fliessen. (Rogers, 1991, S.201-202)

Akzeptanz wiederum bezeichnet Rogers (1991) als Anteilnahme oder bedingungslose positive Zuwendung (S.199). Demnach bringt der Therapeut/die Therapeutin dem Klienten/der Klientin eine Wertschätzung entgegen, ähnlich wie Eltern ihren Kindern. Es handelt sich dabei um eine „bedingungslose, positive Zuwendung“ oder eine „tiefe und aufrichtige Anteilnahme für den Klienten oder die Klientin“ (ebd.). Bei diesen Faktoren handelt es sich nicht um Techniken, sondern um eine Einstellung des Therapeuten/der Therapeutin dem Klienten/der Klientin gegenüber (Rogers, 1991, S.192). Diese werden nicht nur verbal, sondern vor allem auch über Mimik, Körperhaltung und Blickverhalten ausgedrückt und vom Klienten/der Klientin verstanden (Harold Hackney & Sherilyn Cormier, 1998, zit. in Nussbeck, 2014, S.110).

Durch diese Beschreibung wird nun vorstellbar, welche Bedeutung die Beratungsbeziehung für eine Person haben kann. Denn wenn ihr mit Empathie, Kongruenz und Akzeptanz begegnet wird, ist dies je nach Situation ein Erfahrung, die für sie nicht alltäglich ist. Sie fühlt sich verstanden, akzeptiert, bedingungslos angenommen und aufgehoben. Es wird auch deutlich, was als Anteilnahme in der Beratung verstanden werden kann. Die Haltung der Beratenden gemäss der personzentrierten Haltung weist einige Parallelen mit der Definition von Anteilnahme für die vorliegende Arbeit auf: Die Sozialarbeitenden, welche ihren Klientinnen und Klienten mit der personzentrierten Haltung nach Carl Rogers begegnen, nehmen Anteil an deren Situation, indem sie sich in sie einfühlen und ihre Perspektive einnehmen. Dadurch nehmen sie die Situation des Gegenübers wahr und können nachvollziehen, wie es der Person geht und können ihr Verhalten verstehen. Die von Rogers beschriebene Akzeptanz kann mit dem Respekt und der Zuneigung verglichen werden, die ebenfalls Aspekte von Anteilnahme sind. Die Motivation, das Gegenüber

zu unterstützen und ihm zu helfen, sein Leid zu lindern, ist jedoch nicht Teil der personenzentrierten Beratungshaltung. Trotzdem ist es gut vorstellbar, dass sich bei der beratenden Person im Idealfall diese Motivation entwickelt. Denn andernfalls würde die Motivation zu helfen fehlen und dann wäre es ihr kaum möglich, sich der ratsuchenden Person gegenüber kongruent zu verhalten. Und Kongruenz ist, wie beschrieben, eine weitere Variable der personenzentrierten Beratungshaltung. Im folgenden soll noch differenzierter darauf eingegangen werden, weshalb die personenzentrierte Beratungshaltung, und somit auch das Geben von Anteilnahme, in der Beratung wichtig ist für die Klientinnen und Klienten.

Die beschriebene Haltung oder Einstellung der Beratenden gibt den Klientinnen und Klienten einen sicheren Rahmen, damit diese ihre Emotionen intensiver erleben können (Claas-Hinrich Lammers, 2011, S.116). Klientinnen und Klienten können lernen, ihre Emotionen nicht mehr vermeiden oder bekämpfen zu müssen. Zudem kann der positive Kontakt zu einem empathischen Therapeuten oder einer empathischen Therapeutin eine Beziehungserfahrung sein, die eine grundlegende korrigierende Wirkung auf das Selbstwertgefühl des Klienten hat (ebd.). Das beschriebene therapeutische Basisverhalten und die Qualität der Beziehung als Ganzes haben gemäss Auhagen (2009) auch den Effekt der Selbstöffnung zur Folge (S.85). Dies ist deshalb wichtig, da dem Therapeuten/der Therapeutin (oder dem/der Beratenden, Anmerkung der Autorin) für eine erfolgreiche Unterstützung alle wichtigen Aspekte aus dem Leben des Klienten/der Klientin bekannt sein sollten. Sonst läuft er/sie Gefahr, an dessen/deren Perspektiven und Bedürfnissen vorbei zu reden (ebd.). Damit wird auch klar, warum sogar bei der Beratungsfunktion der Informationsvermittlung Anteil nehmen von Bedeutung ist. Je mehr sich Klientinnen und Klienten öffnen und ihre Situation schildern, umso besser sind die Sozialarbeitenden in der Lage, die spezifisch nötigen Sachinformationen zu ermitteln und weiterzugeben. Dieter Schmelzer und Angela Rischer (2008) beschreiben die Funktion der Beziehung in der Selbstmanagementtherapie (S.386-387). Die Selbstmanagementtherapie nach Frederick Kanfer hat als wichtigstes Ziel, die Autonomie und Selbstregulation von Menschen zu fördern (S.379). Da dies auch wichtige Ziele in der Beratung der Sozialarbeit sind, können die Erkenntnisse der Selbstmanagementtherapie auch für die Beratungsbeziehung herangezogen werden. Gemäss Schmelzer und Rischer (2008) ist eine gute therapeutische Beziehung die wichtigste Voraussetzung für den Therapieerfolg (S.386). Die Autoren betonen jedoch, dass die Therapiebeziehung kein Selbstzweck sein soll und alleine noch keine Probleme löst, sondern auf eine positive Veränderung im Leben der Patientinnen und Patienten abzielt. Sie erklären, dass es um eine kontinuierliche Gratwanderung zwischen Empathie und Änderungsanregungen geht, um bei Klientinnen und Klienten Lernen und Veränderung anzuregen und konstruktive Umgangsweisen zu fördern. Bei zu viel Empathie kommt es zur „empathischen Stagnation“, wird hingegen zu viel Ände-

rungsdruck ausgeübt, kommt es zu Widerstand auf Seiten des Klienten/der Klientin (S.386-388). Auhagen (2009) gibt einige Tipps, wie in der Praxis soziale Unterstützung gegeben werden kann. Sie machen deutlich, dass soziale Unterstützung im Beratungssetting immer mit Anteilnahme zu tun hat:

- Liebe und Zuneigung empfinden und zeigen
- Keine Bedingungen stellen
- Echt sein, aber kein „Herauslassen“ aller eigenen Gefühle
- Menschen als würdige und verantwortliche Wesen sehen
- Menschen bedingungslos akzeptieren und ernstnehmen
- Aktiv zuhören
- Verlässlich sein
- Vertrauenswürdig sein
- In positiver Weise einfach da sein
- Dem anderen die Freiheit lassen

(Auhagen, 2009, S.93)

Die Beratungsbeziehung hat also, neben der Beratungsmethodik, eine wesentliche Bedeutung und einen wichtigen Stellenwert innerhalb des Beratungsgeschehens. Diese ist zwar in den vier Funktionen der Beratung in der Sozialarbeit sicherlich unterschiedlich, trotzdem hat sie sogar, wie aufgezeigt wurde, bei der Informationsvermittlung eine wichtige Funktion. Die personzentrierte Beratung nach Carl Rogers mit ihren drei Berater(innen)variablen kann mit dem Verständnis von Anteilnahme in der vorliegenden Arbeit verglichen werden. Indem aufgezeigt werden konnte, weshalb die drei Variablen und somit auch die Beratungsbeziehung so wichtig sind für das Beratungsgeschehen und für die Klientinnen und Klienten, wurde auch deutlich, warum Anteilnahme für die Beratung in der Sozialarbeit von Bedeutung ist.

4.3 Anteilnahme im Beratungsfeld „Stabilisierung/Betreuung/Begleitung.“ Ein Beispiel aus der Arbeit mit Suchtkranken

Als Sozialarbeiterin in Ausbildung bin ich in einer Institution tätig, die sich im Bereich der Schadensminderung für schwer suchtkranke und randständige Menschen engagiert. Seit einiger Zeit begleite ich eine 54-jährige Frau, die seit ihrer Jugend suchtkrank ist und sich die Drogen schon ihr ganzes Leben lang durch Prostitution verdient. Zu Beginn hat sie sich nur sporadisch bei mir gemeldet, vor kurzem hat sie sich entschieden, unser Angebot der freiwilligen Einkommensverwaltung in Anspruch zu nehmen. Dabei wird ihr Einkommen, in ihrem Fall ist dies eine IV-Rente und Ergänzungsleistungen, durch unserer Organisation verwaltet und ihr das Geld für den Le-

bensunterhalt mehrmals wöchentlich bar ausbezahlt. Die Herausforderungen in der Arbeit mit ihr sind vielseitig, ist diese Frau doch von den Drogen und vom täglichen Überlebenskampf auf der Strasse psychisch und physisch gezeichnet. Es hat sich gezeigt, dass hauptsächlich die Beratungsbeziehung tragend sein muss, damit die Zusammenarbeit so gelingt, dass die Klientin von unserem Angebot profitieren kann, sich aber nicht wieder distanziert, weil sie durch Regeln zu sehr in ihrer Freiheit eingeschränkt wird. Anteilnahme ist ein Hauptbestandteil dieser Beziehung und kommt von meiner Seite durch unterschiedliche Verhaltensweisen zum Ausdruck. Indem ich davon berichte, möchte ich aufzeigen, wie verschieden sich Anteilnahme in der Beratung äussern kann.

Die Klientin berichtet während eines Beratungsgesprächs spontan von ihrer schweren Kindheit und Jugend. Ich nehme Anteil, indem ich ihr zuhöre, vorsichtig Fragen stelle und mein Bedauern äussere. In dieser Situation erlebe ich Mitgefühl. Ich kann nachvollziehen, weshalb die Klientin ein so schwieriges und kompliziertes Leben führt, in dem sie sich oft selber mit ihrem Verhalten in immer noch grössere Schwierigkeiten verstrickt. Ich verfolge mit der Haltung des Anteilnehmens kein Ziel. Aber es ist danach spürbar, dass sich die Klientin verstanden fühlt, ohne dass ich viel zu ihren Erzählungen gesagt habe. Es ist eine Nähe entstanden, die, so hoffe ich, über schwierigere Zeiten in der Beratung hinweg zu tragen vermag.

Einige Zeit später kommt die Klientin zum Bezug des Bargeldes und verlangt mehr als wir vereinbart haben. Sie erzählt, es sei ihr Geld gestohlen worden. Da sie bei uns noch alte Schulden abzahlen muss und sie sehr oft zu wenig Geld hat und lernen muss, mit dem Betrag den sie zur Verfügung hat, auszukommen, lehne ich dies ab. Die Klientin ist wütend und droht mit der Vertragsauflösung. Ich versuche mich in ihre Situation hineinzuversetzen und kann verstehen, dass es schwierig ist, das eigene Geld durch andere verwalten zu lassen und nur abgemachte Beträge ausbezahlt zu erhalten. Ich kann nachvollziehen, dass sie sich bevormundet fühlt und am liebsten ihre Entscheidung rückgängig machen möchte. Dies teile ich ihr mit und spüre, wie ein Teil der spürbaren Aggressivität verschwindet. Trotzdem komme ich ihrem Wunsch nicht nach. Sie verlässt das Büro immer noch wütend, doch immerhin hat sie den Vertrag für die freiwillige Einkommensverwaltung nicht gekündigt. Anteilnahme geschieht hier, indem ich mich ganz konkret in ihre schwierige Lebenssituation hineinversetzte und versuche, mir vorzustellen, was mein Verhalten in ihr auslösen kann. Dadurch fühlt sie sich mit ihren Bedürfnissen wahrgenommen, obwohl ich ihre Forderung ablehne. Das Gefühl, bevormundet zu werden, kann dadurch eventuell etwas gemildert werden, was verhindert, dass sie sich aus dem Vertrag und aus der Zusammenarbeit wieder löst.

Diese zwei Beispiele zeigen, wie unterschiedlich die Situationen, aber auch die Bedeutung von Anteilnahme in der Beratung sein können. Und sie zeigen auf, dass es dazu immer den Aspekt des Erlebens bei den Sozialarbeitenden braucht aber auch das Mitteilen und das Signalisieren dieser Anteilnahme den Klientinnen und Klienten gegenüber.

4.4 Ursachen für den ungleichen Zugang zu Anteilnahme und sozialer Unterstützung

Im dritten Kapitel der vorliegenden Arbeit wurde thematisiert, wie Menschen von ihrem sozialen Umfeld Anteilnahme erhalten und warum dies so wichtig ist. Gleichzeitig wurde klar, dass es auch Menschen gibt, die in ihrem Leben und von ihrem persönlichen Umfeld zu wenig Anteilnahme erhalten. Sei dies als Kind oder als erwachsene Person, die nicht genügend in ein soziales Netzwerk eingebunden ist oder aus anderen Gründen kaum von sozialer Unterstützung profitieren kann. Die Ursachen dafür sind vermutlich vielfältig und in jedem individuellen Fall unterschiedlich. Fraglich ist auch, ob sich die betroffene Person dieses Mangels überhaupt bewusst ist. Liegen die Ursachen in ihrem Umfeld oder müsste sie selber etwas an ihrem Verhalten ändern, um besseren Zugang zu sozialer Unterstützung und Anteilnahme zu erhalten?

Pearson (1997) geht in seinem Buch ausführlich der Frage nach, warum manche Menschen keine Unterstützung erhalten, wenn sie versuchen, mit ihren Lebensproblemen zurechtzukommen (S.106). Er verweist auf Karen Rook und David Dooley (1985), die zwei alternative Sichtweisen der Ursprünge sozialer Unterstützung sehen: Einerseits soziale Unterstützung als Umweltvariable, andererseits als Funktion von Persönlichkeitsmerkmalen (zit. in Pearson, 1997, S.106). Pearson weist jedoch darauf hin, dass in der Praxis die Ursachen für das Fehlen von sozialer Unterstützung oft schwierig zu unterscheiden sind. Trotzdem erachtet er es als nützlich, wenn klientenabhängige, von anderen Menschen abhängige und kontextabhängige Faktoren differenziert werden können (S.107).

Als erstes soll aufgezeigt werden, aus welchen Gründen Menschen nicht an jedem Schicksal gleichermassen Anteil nehmen. Dies stellt die Seite der „gebenden“ Person dar. Um diese Frage beantworten zu können wird erklärt, wie individuelle Unterschiede im Empfinden von Mitgefühl entstehen können.

Warum reagieren manche Menschen in derselben Situation mit Mitgefühl und andere mit Gleichgültigkeit? Dies kann laut Jutta Kienbaum (2011) daran liegen, dass die Situation falsch interpretiert wird, also kein Hilfebedarf wahrgenommen wird, oder dass die betroffene Person

als selbstverantwortlich für ihre Notlage angesehen wird (S.66). Auch kann gemäss John M. Darley und C. Daniel Batson (1973) beispielsweise ein Zeitmangel ein Grund sein, warum das Unglück des Anderen nicht wahrgenommen wird (zit. in Kienbaum, 2011, S.66). Wenn die beobachtende Person durch das Ereignis und durch Gründe, die in der eigenen Person liegen, so stark erregt wird, dass sie in erster Linie damit beschäftigt ist, ihre eigenen Emotionen unter Kontrolle zu bringen, reagiert sie gemäss Kienbaum (2011) auch eher mit Unbehagen (als mit Mitgefühl, Anmerkung der Autorin). Ähnlichkeit und Vertrautheit zwischen dem Beobachtenden und dem Opfer führen dagegen zu erhöhtem Mitgefühl. Zudem zeigen sich Menschen hilfsbereiter gegenüber Mitgliedern der Gruppe, zu der sie sich zugehörig fühlen, und weniger hilfsbereit Fremden gegenüber (S.66-67).

Bischof-Köhler (2011) beschreibt Faktoren, die verhindern, dass aus empathischem Mitempfinden eine prosoziale Intervention entsteht. So kann eine Person gerade ganz stark durch ein anderes Bedürfnis motiviert sein, welches sich gegen den empathischen Impuls durchsetzt. Oder die Kosten und Risiken der prosozialen Intervention können als zu hoch erscheinen (S.287). Weiter nennt die Autorin das Autonomiegefühl und die Kompetenzüberzeugung, welche einen Einfluss auf die Folgen von Empathie haben. Mit der Kompetenzüberzeugung meint sie, dass sich Menschen nicht für kompetent genug halten können, das Richtige für die betroffene Person tun zu können und sich auch aus Angst sich zu blamieren zurück halten (S.287-288). Weiter hat gemäss der Autorin die emotionale Stimmung einen Einfluss darauf, wie sich empathisches Erleben auswirkt (S.287). Zudem sind Erwachsene in der Lage durch Rationalisierung einen empathischen Impuls ausser Kraft zu setzen. Bei diesem „Abklemmen“ kann die Person beispielsweise finden, der/die Bedürftige sei selbst für ihr Schicksal verantwortlich und habe deshalb keine Hilfe verdient (S.289).

In Kapitel 2.3.2 dieser Arbeit wurde aufgezeigt, welche Bedeutung die Spiegelneurone für das Empfinden von Empathie haben. Bauer (2005) erklärt, dass Angst, Anspannung und Stress die Signalrate der Spiegelneurone massiv reduzieren (S.34). Die Fähigkeit, sich einzufühlen, andere zu verstehen und Feinheiten wahrzunehmen wird durch Druck und Angst ausser Kraft gesetzt (S.34-35). Damit kann angenommen werden, dass Personen, die aus unbestimmten Gründen Angst, Anspannung oder Stress empfinden, weniger in der Lage sind, sich in die Situation einer anderen Person einzufühlen und prosozial zu interagieren.

Als nächstes sollen die klientenabhängigen Variablen, welche gemäss Pearson (1997) dazu führen können, dass Menschen zu wenig soziale Unterstützung erhalten, zusammengefasst dargestellt

werden. Damit sollen die Ursachen erklärt werden, die im Verhalten der Person liegen, welche zu wenig Anteilnahme erhält.

Rückzug: Durch die psychische oder physische Distanzierung von anderen Menschen wird die Gelegenheit zu sozialen Interaktionen reduziert und das Ausmass von sozialer Unterstützung eingeschränkt. Verschiedene kognitive und emotionale Prozesse können Ursache für einen Rückzug sein. Beobachtbar ist dieses Verhalten bei scheuen, zurückhaltenden Menschen, die anderen ausweichen, um verbale oder emotionale Kontakte so gering wie möglich zu halten, beispielsweise aufgrund eines niedrigen Selbstwertgefühls, aus Angst vor Abhängigkeit oder wegen der Verdächtigung, andere Menschen nutzen einen aus. Sie befürchten, dass physische und emotionale Nähe letztlich zu Verletzungen führt. Durch dieses Verhalten kapseln sich Menschen von Ressourcen ab, die ihnen Beistand und Rückhalt geben könnten.

(Pearson, 1997, S.111-113)

Sich gegen Personen wenden: Dies bedeutet, dass die Hilfe suchende Person den Kontakt mit der potentiell unterstützenden Personen missbraucht oder erschöpft. Der Kontakt mit solchen Personen wird von anderen generell als verletzend oder schädigend empfunden und sie reagieren mit Zurückweisung, Strafe oder Ausschluss. Als Ursache für dieses Verhalten nennt Pearson (1997) dieselben Faktoren wie beim Rückzug: Niedriges Selbstwertgefühl, Angst vor Abhängigkeit oder Verdächtigung. Weiter erläutert der Autor die Wichtigkeit der Reziprozität für soziale Beziehungen. Die Geber- und Nehmerrollen der Beteiligten wechseln. Fehlt dieser Austausch, da sich die eine Person hauptsächlich mit sich selber beschäftigt und nicht in der Lage ist, sich empathisch in ihr Gegenüber einzufühlen, wird sich die andere Person mit der Zeit ausgebeutet fühlen und dazu tendieren, die Interaktion zu beenden oder zu reduzieren. Auch erlernte Hilflosigkeit kann bei den unterstützenden Personen zu Ablehnung führen. Dies ist der Fall, wenn die Suche nach Beistand und Rückhalt mass- und endlos wird oder die Hilfe gar gefordert wird. Auch Personen, die sich aggressiv, verletzend, grenzüberschreitend, störend, etc. verhalten, wird Unterstützung oft verwehrt.

(Pearson, 1997, S.121-128)

Soziale Ungeschicklichkeit: Damit sind Verhaltensweisen gemeint, die Andere unangenehm finden oder argwöhnisch machen. Diese Personen verhalten sich nur leicht unangepasst, nutzen ihre sozialen Beziehungen kaum oder falsch. Es mangelt ihnen an sozialen Kompetenzen, aber sie haben mindestens minimale Ressourcen, um soziale Interaktionen aufrecht zu erhalten. Der Autor beschreibt mögliche Mängel in den Bereichen der verbale Kompetenz (sprechtechnisch oder Inhalt) und des nonverbalen Ausdrucks (ungewöhnliche Verhaltensweisen). Auch die Er-

scheinung und persönliche Hygiene hat einen Einfluss auf die sozialen Interaktionen. So sehen sich Personen, die sich in Bezug auf körperliche Attraktivität negativ von der Norm unterscheiden, in sozialen Situationen deutlichen Nachteilen ausgesetzt.

(Pearson, 1997, S.129-136)

Damit konnten einerseits Gründe aufgezeigt werden, auf die jene Person, welche Anteilnahme braucht oder möchte, keinen Einfluss nehmen kann. Diese können bei der Person, von der Anteilnahme erwartet wird, liegen. Beispielsweise kann sie sich wegen eigenen Erfahrungen zu stark betroffen fühlen oder sie interpretiert die Situation der empfangenden Person falsch und erkennt die Notlage nicht. Vielleicht ist ihr die Person, welche ihre Anteilnahme brauchen würde, aber auch zu fremd und zu unsympathisch und sie lehnt sie innerlich ab. Da in der Beratung aber nur schwierig Einfluss darauf genommen werden kann, soll an dieser Stelle nicht näher darauf eingegangen werden. Bedeutsamer sind hingegen die Gründe für zu wenig soziale Unterstützung, welche in der betroffenen Person selber liegen. Denn mit diesen kann in der Beratung gearbeitet werden mit dem Ziel, diese Ursachen zu verändern und dadurch die Ressourcen aus dem persönlichen Netzwerk für mehr Anteilnahme und soziale Unterstützung besser nutzen zu können. Wie dies geschehen kann, soll im nächsten Kapitel thematisiert werden.

4.5 Soziale Unterstützung durch die Beratung

Wenn Menschen in eine Beratung kommen, ist es wie in Kapitel 4.2 aufgezeigt wurde, ein Teil des Beratungsprozesses, dass die beratende Person Anteil nimmt und diese Anteilnahme auch zum Ausdruck bringt. Doch diese Anteilnahme kann nicht das ersetzen, was ein Mensch normalerweise an Anteilnahme und sozialer Unterstützung von seinem Umfeld erhält. Denn die Beratung ist immer von begrenzter Dauer und es kann nicht das Ziel sein, mit ihr etwas zu ersetzen, was die Person in ihrem Umfeld nicht erhält. Das Ziel der Beratung muss es in diesem Fall sein, die Betroffenen bei einer Veränderung zu unterstützen, damit sie ihre persönlichen Ressourcen ausserhalb der Beratung (wieder) besser nutzen können. Dazu sagt Bernd Röhrle (1994): „Beratung und Psychotherapie sind zum einen selbst (unterstützendes) soziales Geschehen in zwischenmenschlichen Beziehungen, zum anderen wirken sie (unterstützend) auf das soziale Erleben und Verhalten von Menschen sowie auf deren soziale Netzwerke und Kontexte“ (zit. in Auhagen, 2011, S.83).

Die Wichtigkeit von Anteilnahme und sozialer Unterstützung konnte in Kapitel 3.3 aufgezeigt werden. Im vorliegende Kapitel wird nun darauf eingegangen, wie Menschen durch die Beratung zu mehr Anteilnahme und sozialer Unterstützung verholfen werden kann. Dabei werden wieder-

rum auch Konzepte aus der Psychotherapie als Bezugswissenschaft der Sozialen Arbeit herangezogen.

Pearson (1997) misst im Fall von psychologischen und psychosozialen Störungen sozialer Unterstützung als Ressource ein starkes Präventions- und Behandlungspotential bei. Als Strategien, wie diesen Menschen zu mehr sozialer Unterstützung verholfen werden kann, nennt er zwei Möglichkeiten (S.28-29). Einerseits kann bei den potentiell Unterstützenden interveniert werden um ihre Bereitschaft und Fähigkeit, Unterstützung zu leisten, zu erhöhen. Als zweite Möglichkeit kann durch die Beratung die Bereitschaft und die Fähigkeit der Betroffenen selber, die Unterstützung von Anderen zu suchen und anzunehmen, erhöht werden (ebd.). Als Beispiel für die Beratung im Bereich der Sozialarbeit für die Erhöhung der Bereitschaft und Fähigkeit des Umfeldes, kann hier die Familien- oder Jugendberatung genannt werden. Sozialarbeitende können beispielsweise zusammen mit den Eltern daran arbeiten, wie sie ihren jugendlichen Kindern in einer schwierigen Phase, welche sich problematisch aufs Familienleben auswirkt, die bestmögliche Unterstützung geben können, um sich gesund zu entwickeln. Pearson (1997) macht aber auch darauf aufmerksam, dass es in den meisten Fällen nicht ausreichend ist, wenn nur die Fähigkeit des Umfeldes erhöht wird (S.140). Denn die gleichen Einstellungs- und Verhaltensmerkmale, die dazu geführt haben, dass die betroffene Person ursprünglich nicht oder zu wenig unterstützt wurde, werden genauso wieder wirken, wenn nur mit dem Umfeld gearbeitet wird. Deshalb gehört es zur Beratung, den Klientinnen und Klienten auch bei einer persönlichen Veränderung zu helfen (ebd.).

In Kapitel 3.3.1 wurde als Merkmal von egozentrierten Netzwerken, in welchen soziale Unterstützung geschieht, unter anderen genannt, dass sie durch das Verhalten und durch persönliche Eigenschaften der Person beeinflusst werden. In Kapitel 4.4 wurden solche möglichen Eigenschaften und Verhaltensweisen, wie sie Pearson (1997) identifiziert hat, beschrieben. Er schildert darauf aufbauend differenziert vielfältige Strategien und Interventionen, welche helfen können die klient(inn)enabhängigen Barrieren zu beseitigen oder zu reduzieren (S.142ff.). Weiter beschreibt er auch Interventionen, welche darauf abzielen, kontextbezogene Unterstützungsbarrieren und Barrieren bei anderen Personen zu verringern (S.189ff.). Im Folgenden werden die wichtigsten Punkte zusammengefasst dargestellt.

Pearson (1997) unterscheidet zwei Gruppen von Verfahren, die zur Verringerung der klientenabhängigen Barrieren für soziale Unterstützung führen sollen. Dies sind die einstellungsorientierten und die verhaltensorientierten Strategien (S.143):

Einstellungsorientierte Strategien

Sie kommen gemäss Pearson (1997) zum Zug, wenn dysfunktionale Einstellungen und Kognitionen bei einer Person eine ungeeignete Grundlage für das Denken und Handeln in einer bestimmten Situation darstellen. Solche dysfunktionalen Einstellungen kommen durch bestimmte Erfahrungen zustande und werden durch kognitive oder emotionale Barrieren aufrecht erhalten. Mögliche Strategien für die Beratung sind korrigierende Erfahrungen, Selbstexploration und Konfrontation (S.144). Als Beispiel werden im Folgenden zwei Strategien näher beschrieben:

Korrigierende Erfahrungen: Dazu gehören Interventionen, die durch direkte Erfahrungen, stellvertretende Erfahrungen oder simulierte Erfahrungen eine Veränderungen herbeiführen wollen (Pearson, 1997, S.144). Als Beispiel soll hier die Beratungsbeziehung als direkte Erfahrung beschrieben werden. Sie stellt gemäss Pearson eine Hauptquelle direkter, unmittelbarer Erfahrungen dar und kann den Klientinnen und Klienten zu Erfahrungen verhelfen, die sie vielleicht bisher noch nicht machen konnten. So kann das Verhalten der Beratenden den Klientinnen und Klienten als Modell dienen für bessere Wege zur Beziehungsaufnahme mit anderen. Zudem kann die Haltung der Beratenden Sicherheit und Akzeptanz vermitteln wodurch Klientinnen und Klienten ermutigt werden, neue Reaktionsmuster auszuprobieren, welche ihnen bisher gefehlt haben (Pearson, 1997, S.146).

Selbstexploration: Gemäss Pearson (1997) kommt es in der Beratung sehr oft vor, dass Menschen eine Einstellung beibehalten, die ihnen das Annehmen sozialer Unterstützung erschwert oder verunmöglicht, obwohl sie längst Erfahrungen gemacht haben, die eigentlich zu einer Einstellungsänderung führen müssten (S.151). Pearson führt dies hauptsächlich auf erlebte Bedrohungen eines Individuums zurück. Diese führen dazu, dass Menschen ihre Situation rigider und weniger differenziert sehen können. Als Beispiel nennt er Klientinnen und Klienten, die alle Hilfsangebote zurückweisen, weil sie glauben, dass dies eine Schwäche sei und nicht den allgemeinen Erwartungen entspreche (S.151-152). In solchen Situationen sind es, wie Pearson erklärt, die erlebte Akzeptanz, das Verständnis und die Sicherheit in der Beratungsbeziehung, welche es Klientinnen und Klienten ermöglichen, ihre Selbsteinschätzung, ihre Meinung von Anderen und ihre Anschauung der Umwelt zu überprüfen (S.154-155). Klientinnen und Klienten sind dank dieser Beziehung beispielsweise in der Lage zu erkennen, dass ihr Hilfebedarf in gewissen Situationen nicht heissen muss, sie seien völlig hilflos. Und so können sie sich entspannter darauf konzentrieren, welche spezifische Hilfe sie wirklich brauchen (S.155).

Verhaltensorientierte Strategien

Zu den verhaltensorientierten Strategien gehören gemäss Pearson (1997) klassisches Konditionieren, operantes Konditionieren, Modelllernen und Kompetenztraining (S.143). Sie sind hilfreich, wenn Personen auf Grund ihres Verhaltens die Wahrscheinlichkeit reduzieren, soziale Unterstützung zu erhalten (S.159). Dies kann sein, wenn sich Klientinnen und Klienten Anderen gegenüber in verletzender Weise verhalten, sozial unbeholfen sind oder auch eine persönliche Ausstrahlung haben, die andere abweist. Oder sie sind nicht in der Lage, Kontakte zu initiieren und aufrecht zu erhalten (ebd.). Als Beispiel einer verhaltensorientierten Strategie wird im Folgenden das klassische Konditionieren und das Kompetenztraining vorgestellt.

Klassisches Konditionieren: Wie Pearson (1997) erklärt, haben viele Personen, denen soziale Unterstützung fehlt, durchaus vernünftige soziale Kompetenzen. Wenn sie jedoch ängstlich sind, haben sie Schwierigkeiten, diese Kompetenzen in Situationen zur Geltung zu bringen, die ihnen Zugang zu sozialer Unterstützung verschaffen könnten (S.161). Dies ist beispielsweise der Fall, wenn sie in Situationen Angst haben, in denen sie mit weniger gut bekannten Menschen umgehen müssten, aber genau dies gefordert wäre (ebd.). In solchen Situationen ist gemäss Louise Cormier und Harold Hackney (1987) die systematische Desensibilisierung, welche die grundlegende theoretische Basis für Konditionierungsprozesse darstellt, eine effektive Intervention (zit. in Pearson, 1997, S.161-162). Dabei werden neue Reaktionen, wie beispielsweise Entspannung, mit Reizen verknüpft, die vorher eine andere Reaktion, beispielsweise Rückzug, ausgelöst haben. Der Prozess besteht aus drei Hauptbestandteilen, dem Entspannungstraining, der Entwicklung einer Reizhierarchie und der Konfrontation mit zunehmend angstausslösenden Situationen (Pearson, 1997, S.162).

Kompetenztraining: Dieses folgt gemäss Richard Eisler und Lee Frederiksen (1980) folgenden vier Stufen:

- Feststellen der Kompetenzen, auf denen das Funktionieren in einer Situation beruht.
- Entwickeln eines Sets von Lernerfahrungen, durch welches der Klient/die Klientin die nötigen Kompetenzen erwerben kann.
- Dieses Lernprogramm durchführen.
- Die Ergebnisse des Trainings überprüfen. (zit. in Pearson, 1997, S.174)

Pearson (1997) macht darauf aufmerksam, dass solche Kompetenztrainings immer auf die individuelle Situation der Klientinnen und Klienten angepasst werden müssen. Es reicht nicht aus, wenn ein Programm angewendet wird, das den Erwerb einer bestimmten Kompetenz verspricht (S.175). Es muss immer auch geklärt werden, ob die Trainingsintervention für die Lebenslage

des Klienten/der Klientin angemessen ist. Dazu ist es notwendig, ihre Defizite genau zu kennen (ebd.).

Die Ausführungen von Pearson zu möglichen Interventionen bei zu wenig sozialer Unterstützung geben einen guten Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten und Methoden, die angewendet werden können. Sie stellen aber keine Handlungsanweisungen dar, wie in konkreten Fällen vorgegangen werden kann.

Daniel Gassmann und Klaus Grawe (2009) geben indirekt Hinweise, wie mit Klientinnen und Klienten bei zu wenig sozialer Unterstützung gearbeitet werden kann. Sie betonen die Bedeutung der Ressourcenorientierung in der Psychotherapie und erklären, dass dies intrapersonelle (in der Person liegende) wie auch interpersonelle (im sozialen System liegende) Ressourcen sein können (S.102). Letztere treten erst im Umgang mit anderen Menschen zum Vorschein (S.107). Die Autoren machen darauf aufmerksam, dass das Bewusst machen von impliziten interpersonellen Ressourcen sehr wertvoll sein kann. Dies bedeutet, dass dem Klienten/der Klientin aufgezeigt wird, welche Ressourcen in ihrem Umfeld bestehen, ohne dass er/sie sich dessen bewusst war (ebd.). Dabei ist es wichtig, dass im Prinzip jede Neigung und jede Verhaltensweise in einem sozialen System eine Ressource sein kann, wenn sie einem der Beteiligten etwas nützt (S.108). Um gezielt an den Ressourcen, an den eigenen wie auch an denen aus dem Umfeld, arbeiten zu können, müssen diese genauestens reflektiert werden (S.117).

Dadurch zeigen Gassmann und Grawe auf, dass Ressourcen im Umfeld, und dazu können auch Anteilnahme und soziale Unterstützung gezählt werden, zuerst erkannt werden müssen, bevor an Defiziten gearbeitet werden kann. Dies stellt, im Gegensatz zu den Ausführungen von Pearson (1997) eine relativ einfache Strategie dar, die in jedem Fall bei einem Mangel an sozialer Unterstützung in einem ersten Schritt angewendet werden kann.

Michael Lambert, David Vermeersch und Garret Chelsey (2009) schlagen mehrere Interventionen zur Stärkung des sozialen Netzwerkes und damit der sozialen Unterstützung vor (S.509). Leider werden diese nicht ausgeführt und auf ihre Anwendbarkeit hin geprüft. So stellen sie eher eine Ideensammlung dar, die hilfreich sein kann, um in einem Beratungssetting eine Ausleageordnung verschiedener Möglichkeiten vorzunehmen um diese danach genauer auf ihre Tauglichkeit zu prüfen.

- Gruppentherapie
- Biofeedback-Behandlung
- Selbstsicherheitstraining

- Soziales Kompetenztraining
- Spezifische Hausaufgaben
- Einbezug anderer Personen in die Therapie
- Zu sozialen Aktivitäten ermutigen
- An Themen wie „Vertrauen in Andere“ arbeiten
- Zu Mitarbeit in Clubs und Organisationen ermutigen

(Lambert, Vermeersch & Chelsey, 2009, S.503)

Uwe Schulz-Wallenweil (2002) stellt sechs Prinzipien vor, die als praktische Orientierung innerhalb der sozialprofessionellen Beratung gelten können (S.47). Dazu gehört auch das *Prinzip der Netzwerkorientierung*. Dieser Ansatz geht davon aus, dass soziale Netzwerke das zentrale Hilfsmittel sind und die nötigen Ressourcen beinhalten, um mit emotionalen und sozialen Krisen und mit sonstigen Belastungen fertig zu werden (S.53). Der Autor empfiehlt daher, in der Beratung bestimmte Zielrichtungen zu verfolgen. Leider fehlen auch bei Schulz-Wallenweil konkrete Strategien, wie diese Ziele erreicht werden können. Trotzdem kann seine Aufzählung helfen, diese sehr bedeutsamen Ressourcen nicht aus den Augen zu verlieren, sondern in der Beratung zu verfolgen. Er nennt folgende Punkte:

- Verankerung und Zugehörigkeit in einem sozialen Geflecht
- Förderung des Austauschs mit Anderen
- Förderung sozialer Fähigkeiten
- Inanspruchnahme von praktischen Hilfsangeboten

(Schulz-Wallenweil, 2002, S.55)

Damit wird nochmals deutlich, wie wichtig Teilnahme und soziale Unterstützung durch ein Netzwerk für eine Person sind und deshalb in einer Beratung beachtet werden sollen. Obwohl die Aufzählung von Schulz-Wallenweil (2002) keine Methode oder Strategie darstellen, geben sie doch Hinweise, welche Ziele in der Beratung mit Betroffenen verfolgt werden können.

4.6 Schlussfolgerungen Kapitel 4 und Beantwortung der dritten Fragestellung

Dieses Kapitel hat sich mit der Frage nach der Bedeutung von Teilnahme in der freiwilligen Beratung beschäftigt. Dabei wurden zwei zentrale Bereiche bearbeitet, die in diesem Hinblick wichtig zu beachten sind. Der erste Bereich betrifft die Beratungsbeziehung. Teilnahme ist immer ein Aspekt der Beziehung und kann deshalb nicht getrennt von der Beratungsbeziehung betrachtet werden. Obwohl sich die Tätigkeitsfelder von Psychotherapie und Beratung klar unterscheiden, ist es legitim, zur Beschreibung der Beratungsbeziehung Fachwissen aus der Psy-

chotherapie heranzuziehen. Denn die Beziehung in einer Beratung kann, wie aufgezeigt wurde, genauso intensiv und differenziert sein, wie in einer Psychotherapie. Je nach Beratungsfunktion ist die Beratungsbeziehung und Anteilnahme mehr oder weniger zentral. Jedoch ist deutlich geworden, dass es sogar in der Funktion der Informationsvermittlung sinnvoll ist, eine angemessene Beziehung aufzubauen und Anteil zu nehmen und zu zeigen. Mit der Fallbeschreibung aus der Arbeit mit Suchkranken wurde ein Beispiel geschildert, wie Anteil genommen werden kann und welche Bedeutung sie in dieser Beziehung hat. Mit der Erläuterung der personenzentrierten Beratung nach Carl Rogers und den drei dazugehörigen Beratervariablen Empathie, Kongruenz und Akzeptanz konnte Wichtigkeit und Wirkung von Anteilnahme in der Beratungsbeziehung erklärt werden. So kann sie Klientinnen und Klienten dabei unterstützen, einen neuen Umgang mit schwierigen Emotionen zu finden und ihnen dabei helfen, zu einem positiven Selbstwert zu finden. Auch fällt es Klientinnen und Klienten durch die entsprechende Haltung des/der Beratenden leichter, sich zu öffnen und somit die relevanten Probleme zu schildern. Zusammenfassend kann gesagt werden, dass sich die Fachliteratur darin einig ist, die Beratungsbeziehung als wichtigste Voraussetzung für den Beratungserfolg zu bezeichnen. Anteilnahme ist ein zentraler Aspekt dieser Beziehung. Hier muss jedoch angefügt werden, dass dabei nicht nach den Beratungsfunktionen nach Weber und Kunz (2012) unterschieden wird und deshalb für jeden dieser Funktionen diese Aussage nochmals separat geprüft werden müsste, was jedoch den Rahmen dieser Arbeit sprengen würde.

Der zweite Bereich im Beratungskontext, in dem Anteilnahme eine wichtige Bedeutung erhält, ist die Beratung bezüglich des persönlichen Netzwerkes der Klientinnen und Klienten. In Kapitel drei der vorliegenden Arbeit wurde die Bedeutsamkeit von Anteilnahme und der darauf gründenden sozialen Unterstützung aufgezeigt. Ausgehend von unterschiedlichen Gründen für zu wenig Anteilnahme und sozialer Unterstützung wurden deshalb mögliche Vorgehensweisen aufgezeigt, die in der Beratung angewendet werden können, um Klientinnen und Klienten zu mehr Anteilnahme und sozialer Unterstützung in ihrem persönlichen Umfeld zu verhelfen. Es hat sich gezeigt, dass als eine erste wichtige Strategie die Reflexion der Ressourcen im persönlichen Umfeld genannt werden kann. Dies ist insofern bedeutsam, da dies ein relativ einfach anzuwendendes Vorgehen darstellt. Die von den übrigen Autoren genannten Strategien stellen Methoden dar, bei denen es sich mehrheitlich um Vorgehensweisen handelt, für deren Anwendung es eine eigene Weiterbildung benötigt oder zumindest spezifischere theoretische Kenntnisse gefordert sind.

5 Reflexion und Schlussfolgerungen

Die vorliegende Arbeit hatte zum Ziel, das Phänomen der Anteilnahme genauer zu umschreiben. Dabei standen drei Fragestellungen im Zentrum:

- **Was ist Anteilnahme?**
- **Wozu brauchen Menschen Anteilnahme?**
- **Welche Bedeutung hat Anteilnahme in der freiwilligen Beratung der Sozialarbeit?**

Im Folgenden werden die wichtigsten Erkenntnisse und ihre Bedeutung für die Sozialarbeit nochmals kurz dargestellt.

Was ist Anteilnahme?

Wie sich gezeigt hat, gibt es für Anteilnahme keine einheitliche Definition und der Begriff wird in der Fachliteratur auch nicht oft verwendet. Wenn er doch auftaucht, dann meist ohne die notwendige Begriffserklärung. In der Alltagssprache findet der Begriff vor allem Verwendung, wenn es um Beileidbekundungen im Todesfall geht. Im Konzept der Beteiligungsgesellschaft steht er aber für etwas Umfassenderes. Wie Teilhabe, Teilsein und Teilnahme beschreibt er auf abstrakte Weise, was Menschen in der Gesellschaft von dieser Gesellschaft brauchen, um ein Teil von ihr sein zu können. Da es aber in der Fachliteratur keine Definition für Anteilnahme gibt, wurden dazu für die vorliegende Arbeit Begriffe herangezogen, die in der Literatur oft verwendet und besser erforscht und umschrieben sind und etwas Ähnliches meinen: Empathie und Mitgefühl. Daraus wurde für die vorliegende Arbeit und zur Beantwortung der ersten Fragestellung folgende Arbeitsdefinition hergeleitet:

Anteil nehmen heisst, die Situation des Gegenübers wahrzunehmen, sich in die Person hinein-denken und einfühlen. Das bedeutet, dass man nachvollziehen kann, wie es dem Gegenüber geht, seine Empfindungen können im eigenen Körper nachempfunden werden. Dadurch wird auch sein Verhalten nachvollziehbar. Aus diesem Fühlen und Verstehen entsteht die Motivation, das Gegenüber zu unterstützen, und ihm so zu helfen, sein Leid zu lindern. Um Anteil nehmen zu können, wird die Aufmerksamkeit auf das Gegenüber gerichtet, es findet ein kognitives Ein-lassen statt. Wenn nötig, wird bewusst Abstand genommen von eigenen Bewertungen, auf un-realistische Erwartungen in Bezug auf das Ergebnis wird verzichtet. Aus dieser Haltung der Person gegenüber können Respekt und Zuneigung entstehen. Anteil nehmen kann geübt wer-den.

Darüber hinaus wurde festgestellt, dass es sich bei der Anteilnahme um einen zweiseitigen Pro-zess handelt, der jedoch einseitig im Erleben der anteilnehmenden Person zum Ausdruck

kommt. Damit das Gegenüber diese Anteilnahme erleben kann, muss sie auf irgendeine Art und Weise kommuniziert werden. Diese kommunizierte Art der Anteilnahme stand im Zentrum der zweiten Fragestellung.

Wozu brauchen Menschen Anteilnahme?

Zur Beantwortung dieser Fragestellungen wurden wichtige Beziehungen in verschiedenen Lebensphasen beleuchtet. Es hat sich gezeigt, dass Anteilnahme sehr unterschiedlich zum Ausdruck kommen kann aber in jedem Fall für die Gesundheit und die Entwicklung von Menschen unerlässlich ist. So sind Kinder und Jugendliche auf Anteil nehmendes Verhalten ihrer Eltern oder einer anderen Bezugsperson angewiesen und Erwachsene brauchen ein Netzwerk, durch welches sie Anteilnahme in Form von sozialer Unterstützung erfahren können. Durch diese Ausführungen wurde deutlich, weshalb Husi (2012) Anteilnahme als einen wichtigen Teil einer Beteiligungsgesellschaft erachtet. Wenn wir nicht in der Lage sind, Anteilnahme in der Kommunikation und Interaktion zu erleben, können wir nicht in einer Weise mit unserem Umfeld interagieren, damit gesunde Entwicklung, sowie psychische und physische Gesundheit für alle möglich wird. Umgekehrt formuliert wird eine physiologische Entwicklung und ein gesundes Leben erst dann möglich, wenn alle ausreichend Anteilnahme und die daraus folgenden Interaktionen erhalten und erleben können.

Welche Bedeutung hat Anteilnahme in der freiwilligen Beratung der Sozialarbeit

Diese dritte Fragestellung behandelte das Thema Anteilnahme in der Beratung der Sozialarbeit. Zwei wichtige Aspekte konnten identifiziert werden. Als erstes wurde die Bedeutung der Beratungsbeziehung besonders hervorgehoben. Sie ist die wichtigste Variable für eine gelingende Intervention im Bereich der sozialarbeiterischen Beratung. Anteilnahme in der Beratung kann mit der personenzentrierten Haltung nach Carl Rogers verglichen werden. Durch Empathie, Kongruenz und Akzeptanz wird am Schicksal der Klientinnen und Klienten Anteil genommen.

Als zweites sollte in der Beratung die Anteilnahme beachtet werden, welche Klientinnen und Klienten in ihrem Umfeld, dem persönlichen Netzwerk, erfahren. Denn in ihrem persönlichen Netzwerk erhalten Menschen Anteilnahme in Form von sozialer Unterstützung. Wenn in der Beratung festgestellt wird, dass eine Person zu wenig Anteilnahme erfährt, kann es ein Beratungsziel sein, die soziale Unterstützung zu fördern. Konkrete Verfahren dazu konnten in der vorliegenden Arbeit nicht aufgezeigt werden. Es wurde aber deutlich, dass dies ein wichtiges Thema ist, welches in der Beratung verfolgt werden sollte. Dies wird durch die Aussage von Schulz-Wallenweil (2002) zum *Prinzip der Netzwerkorientierung* deutlich. Dieser Ansatz geht davon aus, dass soziale Netzwerke das zentrale Hilfsmittel sind und die nötigen Ressourcen be-

inhalten, um mit emotionalen und sozialen Krisen und mit sonstigen Belastungen fertig zu werden (S.53). Es hat sich gezeigt, dass es wichtig ist, die Ursachen von zu wenig sozialer Unterstützung wenn möglich zu identifizieren. Denn je nach dem, wird mit der betroffenen Person oder mit dem Umfeld gearbeitet, um eine Verbesserung herbeiführen zu können.

Durch die Bearbeitung dieser drei Fragestellungen wurde aufgezeigt, was unter Anteilnahme verstanden werden kann und in welchen Bereichen der sozialarbeiterischen Beratung sie bedeutsam ist. Es wurde deutlich, wie wichtig Anteilnahme für das Wohlbefinden und die gesunde Entwicklung von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ist. Es erscheint deshalb sinnvoll, in einer Beratung im Erstgespräch Fragen nach dem sozialen Netzwerk zu stellen. Falls sich zeigen sollte, dass der Person Anteilnahme und soziale Unterstützung fehlen, wäre es eine Möglichkeit, dem/der Betroffenen anzubieten, das Erhalten von mehr sozialer Unterstützung als ein Beratungsziel zu formulieren. Sozialarbeit könnte so einen wertvollen Beitrag leisten, Lösungen für Probleme in zwischenmenschlichen Beziehungen zu finden und Menschen zu befähigen, ihr Leben besser zu gestalten, wie es ihrer Definition entspricht.

In der vorliegenden Arbeit wurde der Fokus hauptsächlich auf die Klientinnen und Klienten gelegt, welche sich in der Rolle der „Empfangenden“ befinden. Die Seite der Sozialarbeitenden, welche Anteilnahme empfinden und geben, wurde weitgehend ausser Acht gelassen. Auch diesem Thema könnte infolge seiner Bedeutung eine eigene Arbeit gewidmet werden. Aufgrund seiner Wichtigkeit sollen hier aber immerhin noch einige Gedanken dazu formuliert werden.

In Kapitel 4.4 wurden Gründe aufgezeigt, weshalb nicht alle Menschen ausreichend Anteilnahme erhalten. Dabei wurde auch ersichtlich, dass einige Erklärungen bei den Personen im Umfeld der Betroffenen zu finden sind. Diese Erläuterungen haben deutlich gemacht, dass es viele Gründe gibt, warum und wie das Erleben der mitfühlenden und anteilnehmenden Person beeinflusst werden kann. Dadurch wird auch klar, welchen Ansprüchen Sozialarbeitende standhalten müssen, um immer die notwendige Anteilnahme empfinden und äussern zu können. Wenn die Faktoren, welche das Erleben von Mitgefühl und somit auch von Anteilnahme nochmals präsent gemacht werden, erscheint dieser Anspruch überhöht und eigentlich nicht erfüllbar: Wenn beispielsweise ein Zeitmangel dazu führen kann, dass wir uns nicht ausreichend einfühlen und die Not des Gegenübers wahrnehmen können, so gehört dies vermutlich bei vielen Sozialarbeitenden zur Realität. Hinzu kommen alltägliche Bedürfnisse, die sich in den Vordergrund drängen und unsere Aufmerksamkeit vom Gegenüber ablenken können. Auch Eigenschaften beim Klienten/bei der Klientin können erschwerend auf das Entstehen von Anteilnahme einwirken. Wenn die Betroffenheit der Sozialarbeitenden durch das Schicksal des Gegenübers wiederum zu gross

ist, besteht das Risiko, dass sie zu stark mit dem Regulieren eigener Emotionen beschäftigt sind, um dem Klienten/der Klientin die nötige Aufmerksamkeit und Anteilnahme schenken zu können. Druck, Anspannung, Stress und Angst sind weitere Faktoren, die dazu führen können, dass die Beratenden nicht in der Lage sind, sich ausreichend in das Gegenüber einzufühlen und die angemessene Anteilnahme erleben zu können.

Diese Ausführungen lassen die Schlussfolgerung zu, dass für Sozialarbeitende die Selbstfürsorge von grosser Bedeutung ist, damit ein wesentlicher Teil der störenden Faktoren zum vornherein wegfällt. Auch kann man sich vorstellen, dass ein gutes Arbeitsklima wichtig ist, damit die Beratenden ihre Aufmerksamkeit den Klientinnen und Klienten widmen und Anteil nehmen können. Weiter ist von den Sozialarbeitenden viel Selbstreflexion und ein bewusstes sich Einlassen gefordert, damit Sympathie oder Ähnlichkeitsfaktoren keine Voraussetzung für das Erleben von Mitgefühl sein müssen (vgl. Kap. 2.2). Und nicht zuletzt brauchen auch Sozialarbeitende für ein gutes Wohlbefinden genügend Anteilnahme aus ihrem Umfeld, um den täglichen Herausforderungen im Beruf standhalten zu können. Trotzdem wird es unvermeidbar sein und zum Berufsalltag gehören, dass es Situationen gibt, in denen es den Sozialarbeitenden nicht gelingt, sich in das Gegenüber einzufühlen, seine Situation wahrzunehmen, und ausreichend Mitgefühl und die Motivation zu helfen zu entwickeln. Das Ziel muss es sein, diese Situationen wahrzunehmen, zu reflektieren, Ursachen zu erkennen um sie so auf ein Minimum reduzieren zu können.

6 Literaturverzeichnis

- Auhagen, Ann Elisabeth (2009). Soziale Unterstützung und konstruktive Kommunikation in engen Alltagsbeziehungen und psychologischen Interventionen. In Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter (Hrsg.), *Soziale Unterstützung und Psychotherapie* (S.77-97). Tübingen: dgvt.
- Aronson, Elliot, Wilson, Timothy & Akert, Robin (2014). *Sozialpsychologie* (8., aktual. Auflage). Hallbergmoos: Pearson.
- Bauer, Joachim (2005). *Warum ich fühle was Du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone* (3. Aufl.). Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Bischof-Köhler, Doris (2011). Soziale Entwicklung in Kindheit und Jugend. *Bindung, Empathie, Theory of Mind*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bornemann, Boris & Singer, Tania (2013). Das ReSource-Modell des Mitgefühls. Eine kognitiv-affektive neurowissenschaftliche Perspektive. In Tania Singer & Matthias Bolz (Hrsg.), *Mitgefühl in Alltag und Forschung* (S.184-196). Saarbrücken: Satzweiss. ISBN 978-3-9815612-1-0.
- Bowlby, John (1987). Bindung. In Klaus E. Grossmann & Karin Grossmann (Hrsg.) (2015), *Bindung und menschliche Entwicklung, John Bowlby, Mary Ainsworth und die Grundlagen der Bindungstheorie* (S.22-26) (4. Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Brückner, Burkhard (2011). Der Mensch im sozialen Kontext—Sozialpsychologie. In Rudolf Bieker (Hrsg.), *Psychologische Grundlagen der Sozialen Arbeit* (S.69-124). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fischer, Lorenz & Wiswede Günter (2009). *Grundlagen der Sozialpsychologie* (3. völlig neu bearb. Aufl.). München: Oldenbourg.
- Franz, Matthias (2008). Vom Affekt zum Gefühl und Mitgefühl. In Matthias Franz & Beate West-Leuer (Hrsg.), *Bindung, Trauma, Prävention. Entwicklungschancen von Kindern und Jugendlichen als Folge ihrer Beziehungserfahrungen* (S.15-38). Giessen: Psychosozial-Verlag.
- Fuchs-Heinritz, Werner, Lautmann Rüdiger, Rammstedt, Otthein & Wienold, Hanns (Hrsg.) (2007). *Lexikon zur Soziologie* (4., grundlegend überarb. Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Gassmann, Daniel & Grawe, Klaus (2009). Ressourcenorientierte Psychotherapie—Schwerpunkt soziale Ressourcen. In Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter (Hrsg.), *Soziale Unterstützung und Psychotherapie* (S.99-120). Tübingen: dgvt.
- Gilbert, Paul (2013). Der Fluss des Lebens. Ein Evolutionsmodell des Mitgefühls. In Tania Singer & Matthias Bolz (Hrsg.), *Mitgefühl in Alltag und Forschung* (S.130-154). Saarbrücken: Satzweiss. ISBN 978-3-9815612-1-0.
- Gloger-Tippelt, Gabriele (2008). Bindung in der Kindheit—Grundlagen, Auswirkung von traumatischen Erfahrungen und Prävention. In Matthias Franz & Beate West-Leuer (Hrsg.), *Bindung, Trauma, Prävention. Entwicklungschancen von Kindern und Jugendlichen als Folge ihrer Beziehungserfahrungen* (S.39-71). Giessen: Psychosozial-Verlag.

- Grossmann, Karin & Grossmann, Klaus E. (2012). *Bindungen—das Gefüge psychischer Sicherheit* (5., vollst. überarbeitete Aufl.). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Häcker, Hartmut & Stapf, Kurt-H. (Hrsg.)(2009). *Dorsch Psychologisches Wörterbuch*. (15., überarb. und erw. Aufl.). Bern: Hans Huber, Hogrefe.
- Halifax, Joan (2013). Mitgefühl im klinischen Umfeld verstehen und kultivieren. Das A.B.I.D.E. Compassion-Modell. In Tania Singer & Matthias Bolz (Hrsg.), *Mitgefühl in Alltag und Forschung* (S.218-236). Saarbrücken: Satzweiss. ISBN 978-3-9815612-1-0.
- Hartung, Johanna (2010). *Sozialpsychologie* (3., aktual. Auflage). Stuttgart: Kohlhammer.
- Husi, Gregor (2010). Soziokulturelle Animation aus strukturierungstheoretischer Sicht. In Bernard Wandeler (Hrsg.), *Soziokulturelle Animation. Professionelles Handeln zur Förderung von Zivilgesellschaft, Partizipation und Kohäsion* (S.97-156). Luzern: Interact.
- Husi, Gregor (2012). Auf dem Weg zur Beteiligungsgesellschaft. In Mathias Lindenau & Marcel Meier (Hrsg.), *Zwischen Sicherheitserwartung und Risikoerwartung* (S. 75-119). Bielefeld: Transcript.
- Kienbaum, Jutta (2011). Soziale Motive: Prosoziale Motivation. In Dieter Frey & Hans-Werner Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie - Interaktion in Gruppen* (S.62-79). Göttingen: Hogrefe.
- Krenz, Armin & Klein, Ferdinand (2012). *Bildung durch Bindung. Frühpädagogik: inklusiv und beziehungsorientiert*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Laireiter, Anton-Rupert (2009). Soziales Netzwerk und soziale Unterstützung. In Karl Lenz und Frank Nestmann (Hrsg.), *Handbuch Persönliche Beziehungen* (S.75-99). Weinheim: Juventa.
- Lambert, Michael, Vermeersch, David & Chelsey, Garrett (2009). Interventionen zur Verbesserung Sozialer Unterstützung bei Patienten mit Risiko für negative Therapieergebnisse. In Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter (Hrsg.), *Soziale Unterstützung und Psychotherapie* (S.489-515). Tübingen: dgvt.
- Lammers, Claas-Hinrich (2011). *Emotionsbezogene Psychotherapie. Grundlagen, Strategien, Techniken* (2., vollst. überarb. und erweiterte Aufl.). Stuttgart: Schattauer.
- Lengning, Anke & Lüpschen, Nadine (2012). *Bindung*. München: Ernst Reinhardt.
- Lohaus, Arnold, Ball, Juliane & Lissmann, Ilka (2014). Frühe Eltern-Kind-Interaktionen. In Liselotte Ahnert (Hrsg.), *Frühe Bindung, Entstehung und Entwicklung* (S.147-160). München: Ernst Reinhardt.
- Lohaus, Arnold & Vierhaus, Marc (2015). *Entwicklungspsychologie des Kindes- und Jugendalters für Bachelor* (3., überarbeitete Auflage). Berlin: Springer. ISBN 978-3-662-45529-6 (e-Book).
- Looser, Dölf (2011). Soziale Beziehungen und Leistungsmotivation. Die Bedeutung von Bezugspersonen für die längerfristige Aufrechterhaltung der Lern- und Leistungsmotivation. Buldrich: UniPress, Opladen & Farmington Hills MI.
- Nussbeck, Susanne (2014). *Einführung in die Beratungspsychologie* (3., aktualisierte Aufl.). München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag.

- Oerter, Rolf & Dreher, Eva (2002). Jugendalter. In Rolf Oerter und Leo Montada (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie* (S.258-318)(5., vollst. überarb. Aufl.). Weinheim: Beltz.
- Österreichischer Berufsverband der Sozialen Arbeit (ohne Datum). *OBDS Aktuell—Österreich*. Gefunden unter <http://www.sozialarbeit.at/files/definition-international>
- Pearson, Richard E. (1997). *Beratung und soziale Netzwerke. Eine Lern- und Praxisanleitung zur Förderung sozialer Unterstützung*. Weinheim: Beltz.
- Rogers, Carl R. & Schmid, Peter F. (1991). Person-zentriert. *Grundlagen von Theorie und Praxis*. Mainz: Mathias-Grünewald-Verlag.
- Röhrle, Bernd & Laireiter, Anton-Rupert (2009). Soziale Unterstützung und Psychotherapie: Zwei eng vernetzte Forschungsfelder. In Bernd Röhrle und Anton-Rupert Laireiter (Hrsg.), *Soziale Unterstützung und Psychotherapie* (S.11-46). Tübingen: dgvt.
- Sander, Klaus & Ziebertz, Klaus (2010). *Personenzentrierte Beratung. Ein Lehrbuch für die Praxis* (vollständig neu bearbeitete Ausgabe). Weinheim: Juventa.
- Schmelzer, Dieter & Rischer, Angela (2008). Über Kooperation zur Selbstregulation. In Matthias Hermer und Bernd Röhrle (Hrsg.), *Handbuch der therapeutischen Beziehungen* (S.379-422). Tübingen: dgvt.
- Schulz-Wallenweil, Uwe (2002). Die berufliche Soziale Arbeit als Beratungsberuf oder: die Idee einer „sozialprofessionellen Beratung“. In Uwe Schulz-Wallenweil, Ingrid Jost, Klaus Lumma & Christa Stienen, *Beratung. Eine Schlüsselkompetenz in der Sozialen Arbeit—ein Diskussionsbeitrag*. Berlin: VWB.
- Schwab, Frank (2004). Evolution und Emotion. *Evolutionäre Perspektive in der Emotionsforschung und der angewandten Psychologie*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Sickendiek, Ursel, Engel, Frank & Nestmann, Frank (2008). *Beratung. Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze* (3. Aufl.). Weinheim: Juventa.
- Sze, Jocelyn & Kemeny, Margaret (2013). Die Kunst der emotionalen Balance. Wie man es „genau richtig“ macht. In Tania Singer & Matthias Bolz (Hrsg.), *Mitgefühl in Alltag und Forschung* (S.338-351). Saarbrücken: Satzweiss. ISBN 978-3-9815612-1-0.
- Teschmer, Caroline (2014). *Mitgefühl als Weg zur Werte-Bildung*. Osnabrück: V&R unipress.
- Uhlendorff, Harald (2005). Soziale Integration von Jugendlichen in ihren engen Freundeskreis: Zusammenhänge mit abweichendem Verhalten und sozio-emotionaler Befindlichkeit. In Beate Schuster, Hans-Peter Kuhn und Harald Uhlendorff (Hrsg.), *Entwicklung in sozialen Beziehungen. Heranwachsende in ihrer Auseinandersetzung mit Familie, Freunden und Gesellschaft* (S.129-147). Stuttgart: Lucius & Lucius.
- Wälte, Dieter (2011). Der psychisch gestörte Mensch—Klinische Psychologie. In Dieter Wälte, Michael Borg-Laufs, Burkhard Brückner & Rudolf Bieker (Hrsg.), *Psychologische Grundlagen der Sozialen Arbeit* (S.125-183). Stuttgart: Kohlhammer.
- Weber, Esther (2012). *Beratungsmethodik in der Sozialen Arbeit. Das Unterrichtskonzept der Beratungsmethodik an der Hochschule Luzern--Soziale Arbeit* (3., überarb. Auflage). Luzern: interact.

- Zaboura, Nadia (2009). *Das empathische Gehirn. Spiegelneurone als Grundlage menschlicher Kommunikation*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Zimmermann, Peter & Iwanski, Alexandra (2014). Bindung und Autonomie im Jugendalter. In Karl Heinz Brisch (Hrsg.) *Bindung und Jugendalter* (S.12-35). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Zwicker-Pelzer, Renate; Greving, Heinrich & Heffels, Wolfgang (Hrsg.) (2010). *Beratung in der Sozialen Arbeit*. Bad Heilbrunn: Julius Klinkhardt.