

Aus eigener Erfahrung

Reflexionen zur Entwicklung

Bärbel Altwicker

Worum es mir geht

Wer zu uns in die Beratung kommt, will meist zu einem Veränderungsprozess ermutigt und mit seinen Problemen erkannt und verstanden werden. Deshalb ist es wichtig, in ausreichender Weise Probleme mit Entwicklung selbst einmal gespürt und erfahren zu haben. Aus diesem Grund gibt es ja auch die Eigenanalyse in allen tiefenpsychologisch ausgerichteten Ausbildungen. Der Veränderungsprozess, den ein Ausbildungskandidat im Laufe seiner Weiterbildung durchmacht, erstreckt sich nicht selten über mehrere Jahre. Es geht hierbei um das Erlernen theoretischer Dinge, Selbsterfahrungen in den Einzel- und Gruppensitzungen und um die eigene



Fallarbeit unter Supervision. Es geht aber auch noch um eine Reihe anderer Dinge, die in einem etwas weiteren Umfeld zu den Ausbildungsangeboten stehen. Über einen Veränderungsprozess, der besonders die im Berufsfeld gemachten Erfahrungen und Probleme einbezieht, möchte ich hier einmal aus eigener Sicht berichten.

Der Start

Als ich noch mehr schlecht als recht an der pädagogischen Fakultät der Universität Köln studierte, ging ich irgendwann einmal ziemlich gelangweilt am psychologischen Seminar vorbei und las mehr aus Verzweiflung, weil mich die universitäre Ausbildung eher wenig interessierte, ein einfaches Blatt Papier, das dort an einer Tür hing. „Zusatzausbildung zum Analytischen Berater“. „Na ja“, dachte ich mir so, „da hast du dann noch was anderes als Pädagogik und gleich eine zusätzliche Qualifikation“. Lernen lag mir nicht besonders, ich wollte gerne alles schon können, ohne etwas dafür tun zu müssen. „Hätte ich nur die Chance dazu, wäre ich sicher schon längst eine tolle Pädagogin auch ohne Diplom,“ so dachte ich. Grün hinter den Ohren und von Psychologie eigentlich nicht den blassesten Schimmer, meldete ich mich beim PSF an und lauschte erstmals den Tönen unseres Ausbilders. Verstanden habe ich beim Erstgespräch wohl kaum etwas. Aber spannend klang das Ganze, und neugierig war ich dann doch genug.

Die Ausbildung begann mit den Gruppenabenden. Jeden Donnerstag war ich gespannt auf alles, was es da zu denken gab, und jeden Donnerstag hoffte ich dabei im Erdboden verschwinden zu können. Meine kleinen Gedanken, die unreif und unfertig in meinem Kopf saßen, hielt ich nämlich so fest wie möglich und wollte sie nicht hergeben. Das wäre zu peinlich gewesen; schließlich wollte ich doch etwas Besonderes sein und allenfalls beweisen können, was ich schon kann.

Dennoch begann sich in dieser Zeit für mich einiges zu verändern: Manche Dinge sah ich plötzlich anders, und in meiner Selbsteinschätzung kam ich ziemlich durcheinander. Gegen letzteres wehrte ich mich natürlich heftig. Was meine Stimmung in dieser Situation wieder hochbrachte, war, dass ich etwas Theoretisches und mir sehr wichtig Erscheinendes zu packen bekam. Nämlich, dass im Rahmen von Entwicklungen eine Krise etwas Positives zu bedeuten habe und dass das Vermeiden von Krisen im Allgemeinen das Problem sei.

Zur gleichen Zeit

Das war merkwürdig, denn ich arbeitete mittlerweile als Erziehungshelferin in einem Kinderheim, genauer gesagt mit jugendlichen Mädchen, die von unserem Kollegenteam eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung „genossen“. Hier machte sich mir dieses neuentwickelte Denken auch schon bemerkbar: In den Teamsitzungen ging es oft darum, dass dieses oder jenes Mädchen sich in einer Krise befände und dass wir Krisenintervention leisten müssten. Es ging stets um die Frage, wie wir diese Krise nur beenden könnten. Am liebsten wäre es uns gewesen, solche Krisen gleich von Anfang an dauerhaft aus der Welt zu schaffen.

Irgendwann sagte ich in einer Teamsitzung nun, dass ich etwas anderes denke, dass ich nämlich glauben würde, es wäre viel wichtiger, die Mädchen überhaupt in eine Krise zu bringen. Oh, was hatte ich da nur gesagt? „Wie meinst du das denn?“, fragte man mich. Schon stand ich auf dem Schlauch; mein Gefühl sagte mir, dass ich richtig dachte, aber zu einer Auseinandersetzung mit den Strukturen und Verhältnissen nun im ganz konkreten Stück-für-Stück Auseinanderbröseln, dazu wollte ich es am Ende dann doch nicht kommen lassen. Ich hielt mich an der Position fest, das einzige Problem bestehe darin, dass es mir nicht möglich sei, den richtigen Gedanken, dass wir nämlich Krisen fördern müssen statt sie zu unterdrücken, den anderen im Heim zu erklä-

ren. Ich war mir sicher zu wissen, dass in dem Verhalten unseres Klientels sich etwas anderes zeigte als das, was wir mit einer umbruchs-trächtigen Krise verbinden. Es ging vielmehr um so etwas wie die pure Verzweiflung über ein Unvermögen in diesen Situationen sowie um die fehlende Bereitschaft in eine klärende Zuspitzung und Krise hineinzugehen. Ich glaubte, mir fehlte nur noch ein Stückchen Theorie, um die notwendige Überzeugungsarbeit unseren Heimpsychologen gegenüber leisten zu können. Und so hielt ich mich am Ende doch aus dem Ausprobieren der neuen Gedanken heraus. Solange mir nämlich die sichere, geniale Antwort oder Argumentationsweise noch nicht eingefallen war, konnte ich meinen Ansprüchen gemäß, noch nichts machen. Zu gerne hätte ich damals die große Antwort gewusst und mit einem Ruck die gesamte Lage verändert. Aber das war ja gerade das Verhängnisvolle meiner Methode: „Potentiell“ konnte ich mich ganz schön überlegen fühlen, ohne gleich auch schon den Beweis eines ausreichenden Verstehens antreten zu müssen.

Der Stillstand

Und so verging erst einmal eine lange „ruhige Zeit“. Die Grund- und Hauptausbildung waren schon längst vorbei, das Studium beendet und ein, zwei Jahre funktionierte soweit alles ganz gut. Eigentlich veränderte sich gar nichts. Die Arbeit war auszuhalten, die Mädchen überlebten irgendwie, aber was uns vielleicht hätte weiterbringen können, darauf wusste niemand eine Antwort. Schrecklich, ich glaubte sie ja irgendwie zu wissen, aber es reichte - wie ich dachte - nicht dazu, jetzt ganz konkrete Dinge einmal auszuprobieren.

Also ging es halt irgendwie so weiter, dass alle aushielten - auch ich. Ich hoffte weiterhin auf die große Wende durch eine noch größere theoretische Klarheit. Aber mit der Zeit wurde die Arbeit mit den jugendlichen Mädchen auch für mich immer weniger aushaltbar: Die Mädchen tappten natürlich auch weiterhin von

Vor der Wirkung glaubt man an andere Ursachen als nach der Wirkung (Friedrich Nietzsche)

einer "Nicht-Krise" in die andere; mit der Zeit kamen mir dann meine nächsten Kollegen abhanden und schließlich hatte auch ich die Nase voll.

Letztendlich hielt auch ich – ebenso wie die Einrichtung selbst – an meiner Nicht-Krise fest. Nur konnte ich das damals noch nicht so sehen. Das ging so lange, bis ich einsehen musste, dass ich mich mit meiner Vorstellung übernommen hatte, die Verhältnisse eines Tages durch einen richtigen Denkansatz gleichsam mit einem Ruck verändern zu können. Mit der Zeit entpuppte sich dieses Versprechen als eine Art Selbstbetrug. Aus meiner Sicht hatte ich auf der ganzen Linie versagt; frustriert und schuldig, wie ich mich dann fühlte, suchte ich nach einem Ausweg.

Ein merkwürdiger Übergang

Aus heutiger Sicht denke ich, dass ich damals dann etwas für mich eher Ungewöhnliches und Paradoxes getan habe: Ich wollte nach wie vor nicht einsehen, dass meine Suche nach dem großen Erfolg nicht mit einem Sprung zu bewältigen war, machte mich aber jetzt doch auf die Suche nach den konkreten und kleineren Hilfen. Vielleicht war ich jetzt zum ersten Mal halbwegs bereit, kleinere Schritte zu gehen, anstatt sie im Vorfeld schon abzuwerten. Ich meldete mich in dieser Zeit wieder beim PSF zur Fortsetzung meiner Weiterbildung an (mir fehlte ja noch der Abschluss) und trat in eine Supervisionsgruppe ein. Gleichzeitig und mit einem großen „Hauruck“, kündigte ich meine Stelle, obwohl sie mir gerade im Rahmen der Supervision jetzt vielleicht gute Dienste hätte leisten können.

Und jetzt begann etwas Schleichendes, etwas Nicht-ganz-Fassbares, aber sehr Interessantes für mich. Einerseits fühlte ich mich ziemlich unbedeutend: Arbeitslos und ohne großen Erfolg vorweisen zu können, hatte ich oft den Eindruck, dass ich mich auf der ganzen Linie verrannt hatte.

Andererseits hatte ich nun viel Zeit und dank meines Partners auch die Möglichkeit, mich mit neuen Ideen auseinander zu setzen. Ich ließ mich also mehr oder weniger einfach treiben und schaute, was denn so kommen möge.

Ein neuer Stil

Dabei wurde allmählich mein Wunsch, mit dem Gelernten etwas anzufangen sowie der Wunsch, noch mehr zu verstehen, immer klarer. Ungezwungener, beinahe entspannt konnte ich plötzlich an den Supervisions Sitzungen teilnehmen. Mir scheint es fast so, dass ich erst ab diesem Zeitpunkt angefangen habe, wirklich etwas von therapeutischer Haltung bzw. von Bildanalytik zu begreifen - und das, Welch Wunder, Schritt für Schritt. Das Verstehen rannte mir nicht weg, sondern im Gegenteil, es gab ja immer wieder etwas, was ich noch lernen konnte. Und so gab es dann vieles, was mich in den Supervisionen „echt“ interessierte und ich hörte so aufmerksam zu wie es nur ging. Ja, und hin und wieder traute ich mich nun auch meine unfertigen Gedanken zu äußern.

So erschloss sich mir zunehmend eine neue Welt, in der, wie ich bemerkte, gerade die unfertigen Gedanken einen besonderen Wert haben und in der man eben nicht vernichtet ist, wenn man mit der eigenen Sichtweise „daneben“ liegt oder nicht ins Schwarze trifft. Es gehört ganz einfach dazu, und bringt – streng genommen – das Verstehen im eigentlichen Sinne sogar erst wirklich weiter.

Neue Freude

Allmählich wurde mir klar, dass ich beraten wollte. Tatsächlich! Und dass ich es gerne versuchen würde. Damit begann es mir wirklichen Spaß zu machen, mich mehr mit dem Besonderen unserer psychologischen Sichtweise zu befassen, damit zu spielen und auszuprobieren.

Ein kleiner erster Witz für mich bei dieser langen Geschichte, das

***Wege entstehen dadurch,
dass wir sie gehen
(Hans Kudzus)***

möchte ich nicht vergessen zu erwähnen, ist die Erkenntnis, dass Verstehen nur durch Handeln funktioniert. Dieses Handeln ist ein Schaffen in vielen kleinen Schritten und geht ständig weiter. Die Schwierigkeit ist nicht das Denken an sich, sondern dessen Prüfung, in der es darum geht, dieses Denken zu erweitern, zu erneuern oder zu verwerfen. Wie soll das aber gehen, ohne das Gedachte auch wirklich einmal anzuwenden? Ich wollte und konnte also von nun an nicht mehr darauf warten, dass meine Gedanken sich von selbst entwickelten oder dass mir mit einem Knall das große Verstehen zufliegen würde, mit dem ich die Probleme lösen könnte. Ich erkannte, dass ich mich in kleinen Schritten und durch ein sukzessives Verstehen an die Dinge herantasten musste.

Neues Leid

Bezogen auf mein Vorhaben, als Beraterin in Fallarbeit mit Einzelsitzungen arbeiten zu wollen, hieß das, ich musste anfangen, so unfertig und inkompetent ich mich auch immer fühlen mochte, mich auf das Risiko einzulassen, auch zu erfahren, wie entsetzlich möglicherweise meine Beratung ist oder dass ich meine Fälle vielleicht gleich wieder verprellen würde.

Die ersten Schritte, einen Kontakt mit potentiellen Klienten herzustellen, waren dann auch so winzig, dass ich mir einreden konnte, es gäbe entweder keinen Bedarf oder es sei bereits ein Zeichen meiner ohnehin vielbeschworenen „analytischen Inkompetenz“. In der Praxis sah das dann folgendermaßen aus:

Ich setzte irgendwann mein erstes Inserat in die Zeitung und wartete gespannt darauf, ob sich jemand melden würde. Zugleich hatte ich jedoch die allergrößte Angst davor, jemand könne mein kleines Inserat in der Tageszeitung entdecken und dann auch noch tatsächlich bei mir anrufen.

Nun, ich musste also auch hier etwas entwickeln, wenn ich nicht frustriert bleiben wollte bzw. mein Vorha-

ben, zu beraten, nicht aufgeben wollte. Und mitunter ist der Preis für einen solchen Wunsch auch sehr hoch. Da ich aber bei dem ersten Inserat letztendlich nicht gestorben bin, setzte ich von nun an in verschiedene Zeitungen größere Inserate, schrieb verschiedene Vereine, Kindergärten etc. an und setzte die „Analytische Beratung“ dann auch noch in die gelben Seiten. Die Kosten gingen über das hinaus, was ich hatte, aber immerhin – die ersten Interessierten kamen zu mir, um *meine* Beratung zu genießen und so langsam stieg in mir das Vertrauen, dass es genau die kleinen Schritte des Verstehens sind, die die Klienten nun von mir lernen wollten um in einen neuen Kontakt mit sich selbst zu treten

Was halte ich fest?

Abschließend denke ich, dass mir einiges deutlicher geworden ist durch den Gang der kleinen Schritte, die ich erst nach meinem Versagen am Arbeitsplatz mehr und mehr zu gehen bereit war. Das Gefühl, „klein“ zu sein begleitete mich fortlaufend in meiner Arbeit, aber es lag auch irgendetwas Überzogenes darin. Am Ende war es dieses "Mich-selber-Kleinmachen", was mich, zusammen mit dem großen Versprechen einer schnellen Theorie-Lösung, davon abgehalten hatte, das natürliche "Kleinsein" der Lernenden anzunehmen um das Mögliche im Schutze der Entwicklung ganz einfach auszuprobieren. Damit versagte ich mir lange Zeit viele neue Erfahrungen und viele Möglichkeiten, Neues kennen zu lernen als auch die Chance, durch Überprüfung herauszufinden, was ich eigentlich wollte.

So habe ich einen eigenen Eindruck davon gewinnen können, wie sich das Seelische in sich selbst verwickeln kann. Und diese Erfahrung ist es im wesentlichen heute, die ich versuche in meinen Beratungen weiterzugeben.

*Dipl.-Päd. Bärbel Altwicker,
Analytische Beraterin i.A., arbeitet in
freier Praxis (Supervision im Rahmen
des Ausbildungsinstituts)*