

## **Lebensberatung - Eisbrecher des Schweigens von Fr. DDr. Eszter Gabriella Bánffy**

Nur in der Gemeinschaft wird der Mensch zum Mensch. Von der Zeugung an ist er auf seine soziale Umgebung angewiesen. Denn er ist ein soziales Wesen. In einem sozialen Akt wird er gezeugt, in einem sozialen Milieu formt er sich aus, in ein soziales Umfeld wird er hineingeboren und durch die Gemeinschaft wird er zum Individuum.

Wo immer er ist, was immer er tut, ob er es will oder nicht, ist er in einen umgebenden „Schoß“ eingebettet und auf diesen Schoß angewiesen. Ja, es ist eine gegenseitige Angewiesenheit: Der Schoß braucht ihn und er braucht den Schoß. Er kann sich noch so isolieren, er wird dennoch zeitlebens in irgendeine Umgebung eingebettet sein, ohne die er nicht fortauern kann.

Diesen Austausch zwischen Individuum und Gemeinschaft, zwischen Lebewesen und Umfeld nennen wir Kommunikation. So wie der Mensch nur in der Gemeinschaft Individuum wird und durch die Gemeinschaft sich selbst erfährt, so geschieht auch Reifung, Differenzierung und letztendlich Heilung durch eine ständige intensive Kommunikation mit dem Umfeld.

Das Geheimnis der Lebensberatung besteht darin, eine abgebrochene Kommunikation wieder in Gang zu setzen.

Die Zeit der Großfamilien ist nahezu vorbei. Menschen sitzen nicht mehr bei Kerzenlicht beieinander und verarbeiten ihre Tageserlebnisse bei ihrer Arbeit bzw. mit ihren Tieren durch Erzählungen, humorvolle Geschichten oder durch mimisches und gestisches Vortragen. Sie besingen nicht in endlosen Strophen ihre Erfahrungen. Sie feiern nicht mehr so viele Rituale wie früher. Sie leben isolierter als in früheren Zeiten. Natürlich hatten die Sozialkontrollen der dörflichen Gemeinden nicht nur Vorteile. Und ebenso selbstredend sind die heutigen rituellen Feierlichkeiten von den open-air-events bis zu den Discobesuchen von Vor und Nachteil.

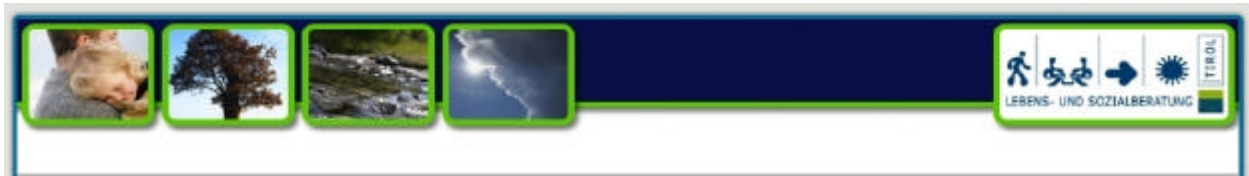
Unsere Gesellschaft redet sehr viel von Kommunikation. Neuerdings auch sehr viel von Heilung. Aber die moderne Form der Kommunikation erhielt einen neuen Schwerpunkt. Sie kreist vorwiegend um verschiedenste Auseinandersetzungen im ideellen Raum. Sie nährt Rivalität, Konkurrenzkampf, Neid, Habsucht und Gier. Im Zentrum der Kommunikation stehen vielfach trennende Aspekte und nicht mehr der (Gedanken) Austausch zu Heil des Einzelnen. Und doch ist es nach wie vor so: Der Embryo wird im Schoße der Mutter durch die intensive Auseinandersetzung beider zu Menschen.

Die neuen Impulse der Lebensberatung in unserem Lande sollen nicht nur uns, sondern allen Hilfesuchenden diese Menschwerdung ermöglichen. Jede/r, der/die Hilfe braucht, jede/r der in irgendeinem Bereich seines Lebens isoliert ist, soll die Chance bekommen, sich einem Gesellschaftsmitglied mitteilen und mit ihm kommunizieren können.

Jede Gesellschaft verfügt über ein bestimmtes Wertesystem. Alles, was außerhalb dieser allgemein anerkannten Normen liegt oder der Gemeinschaft und der Wirtschaft unpassend erscheint, wird tabuisiert. In diesem tabuisierten Raum blühen und wuchern die Leiden der Menschen. Der verbotene Garten, über dessen Inhalt nicht kommuniziert werden kann, löst alle Arten von Geschwüren aus.

Über das Geld darf man reden, aber darüber, mit wie viel Haushaltsgeld die Ehefrau auskommen muss, nicht. Über das Familienglück darf man reden, aber über Gewalttätigkeiten, Beziehungsschwierigkeiten in der Familie nicht. Über den Hausbau darf man reden, aber über den bröckelnden Fassadenputz der familiären Gemeinschaft kaum. Über die Arbeit darf man reden, aber über die Unterdrückung, Ausbeutung, Erpressung bei der Arbeit nicht. Über Die Gesundheit, Wellness, Fitness darf man viel reden, über verpönte oder unheilbare Krankheiten aber nicht. Über die erfolgreiche Schullaufbahn der Kinder darf man reden, über ein krankes oder behindertes oder sonst wie beeinträchtigtes Kind in der Familie aber nicht.

Über alles, was im Bereich des Perfekten, Großen, Schönen, Befriedigenden liegt, darf man viele Worte verlieren, so wie man über den Sommerurlaub auf einer unbefleckten Südseeinsel endlose Geschichten erzählen darf. Über all das, was irgendeinen Makel in sich trägt beeinträchtigt ist, weh tut, erniedrigt, hemmt, darf man genauso wenig reden wie über unheilbare Krankheiten über die mühsame Pflege eigener bedürftiger Eltern, über Unzufriedenheit in der Beziehung oder den Alkohol-, Drogen- und Medikamentenmissbrauch des Partners, der



Partnerin, des Kindes. Man könnte ja sein Prestige verlieren. Man könnte der Wertschätzung der Freunde und Bekannten verlustig gehen. Über so manche Dinge darf man nicht reden, die eine belasten und oft sogar krank machen.

Und doch wäre es so einfach, aus dem Schweigens-Müssen herauszutreten. So einfach wäre es, der Erleichterung zu begegnen. Man bräuchte nur dem Alter entsprechende Entscheidungen zu treffen, Aufgaben zu erfüllen, Verantwortung zu übernehmen. Der Mensch lernt dies allerdings allmählich. Er kann in jenen Bereichen Entscheidungen treffen, denen er schon gewachsen ist.

So kann er etwa im Kindergarten entscheiden, mit wem und womit er in der Zeit des freien Spielens spielen möchte. Daheim kann er bereits entscheiden, ob er mit dem grauen oder dem grünen Pulli in den Kindergarten gehen will. Allerdings kann er in diesem Alter nicht entscheiden, ob er im Winter in Sandalen oder in Stiefeln in den Kindergarten geht. Er kann auch nicht entscheiden, ob er einen Anorak anzieht oder keinen anzieht, wenn es kalt ist. In diesen Fällen muss die Mutter entscheiden und konsequent bei ihrer – aus Lebenserfahrung gewonnenen – Entscheidung bleiben. Andernfalls erleidet Fritz Schaden. Das heißt in diesen Fällen, dass keine Manipulation bzw. Erpressung von Fritz – gleichgültig welches Register er zieht, um seinen Wünschen Nachdruck zu verleihen, - die Mutter beeinflussen darf.

So ist es in vielen Bereichen, nicht nur im Leben der Kinder, sondern auch im Leben der Erwachsenen. Wo ich Kompetenzen habe, dort lebe ich mit den Kompetenzen konsequent. In welchen Bereichen mir Kompetenzen fehlen, dort befrage ich solche, die darüber verfügen, statt die halbe Umgebung mit Manipulation und Erpressung zu belasten, die Konflikte und Kommunikationsstörungen hervorrufen. Denn erpresserisches Verhalten weckt Zorn, Wut, Rachegefühle und Sturheit. Das bedeutet, dass Erpressung eine glühende, aggressive Atmosphäre verursacht. In einer solchen Atmosphäre ist keine Kommunikation mehr möglich. Ich muss also zu meinen eigenen Kompetenzen stehen und dies auch anderen zugestehen. Habe ich eine Kompetenz abgetreten, weil mein Gegenüber genügend zuständig ist, dann stehe ich dazu und mische mich in seine Handlung künftig nicht mehr ein. Denn er muss die Konsequenz seiner eigenen Zuständigkeit ziehen. Wenn mir Kompetenzen fehlen, dann verwische ich diese Tatsache nicht mit kompensatorischer Manipulation, damit man nicht merkt, dass ich in gewissen Bereichen unsicher und unerfahren bin, den anderen aber ihre Zuständigkeit nicht nur neide, sondern überhaupt aberkenne.

Erziehungsberatung heißt manchmal, Kompetenzbereiche zu klären, die Mechanismen der Gesellschaftsstruktur aufzudecken, sich von den Abhängigkeiten derselben Struktur zu befreien, zu den eigenen und zu den fremden Kompetenzen zu stehen und die Erkenntnisse im Alltag konsequent durchzuführen.