

Franz Renggli

## Früheste Erfahrungen – ein Schlüssel zum Leben

Wie unsere Traumata aus Schwangerschaft und Geburt ausheilen können

Die früheste Zeit im Leben eines Menschen – Zeugung, Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit – entscheidet eigentlich alles. Auf ihr fußt der erwachsene Gesundheitszustand, Psyche und Persönlichkeit werden ebenso geprägt wie Beziehungsfähigkeit, Erleben und Verhalten. Zumindest die Geburt ist in aller Regel mit Schmerzen verbunden. Fast zwingend ergibt sich daraus die Annahme, praktisch jede/r, quasi unsere gesamte Gesellschaft, sei verletzt, krank und traumatisiert. Überspitzt lässt sich so der Ansatz von Franz Renggli beziehungsweise der von ihm vertretenen Psychologie und Psychotherapie rund um die Geburt formulieren. Man, vor allem aber Frau und Mutter, fühlt sich erschüttert, erkrankt, erpapt, schließlich aber gleichermaßen entlastet für die eigenen Macken und irgendwo verantwortlich für die Traumata der Kinder. Die elterlichen Schuldgefühle scheinen dem Autor so geläufig, dass er gleich im ersten Kapitel feststellt: „Sie haben nichts falsch gemacht!“

Anschließend stellt er uns ein eher kleines Forschungsgebiet der Psychologie und Psychotherapie vor, welches sich mit den Einflüssen der Geburt und drumherum (prä- und perinatale Ereignisse) auf Erwachsene befasst. Erste psychoanalytische Annahmen zur vorgeburtlichen Lebensphase wurden schon vor etwa 100 Jahren beschrieben. Später folgten Theorien auf der Basis von Traumdeutungen, LSD-Experimenten und Ultraschallbeobachtungen. Renggli setzt hier mutig Ansätze verschiedenster Herkunft mit eigenen Ideen und therapeutischen Erfahrungen zu einem mehr oder weniger stimmigen Gedankengebäude zusammen.

Die nächsten Kapitel widmen sich den Phänomenen Stress, Trauma und Schock im Zusammenhang mit Schwangerschaft und Geburt. Sie werden beschrieben als Bedrohungsreaktionen zunehmender Intensität bis hin zum Erleben unmittelbarer Todesnähe. Anders als Tiere, die die „Traumaenergie“ nach überstandener tödlichen Gefahren „herauszittern“, könnten

sich Babys nicht entziehen und speichern diese Erfahrungen im Körper. Laut Renggli weckt jede Stress erzeugende Situation, sei es Schulbeginn, Lampenfieber oder Heirat, dieses Urerleben. Zwar sei das Überstehen der Geburtsschmerzen und -ängste immer auch grundlegend für Selbstvertrauen und Optimismus, aber traumatische Wirkungen scheinen fast unausweichlich. Ursächlich sei vor allem die von drastischen operativen und medikamentösen Eingriffen geprägte Geburtspraxis unserer hoch entwickelten Gesellschaft. „Ursprüngliche“ Kulturen und alternative Ansätze bieten hingegen Optionen für den sanften, angst- und schmerzfreien Eintritt ins Leben.

Im letzten Abschnitt gibt der Autor ebenso wie in den eingestreuten Fallbeispielen Einblicke in seine analytisch orientierte körpertherapeutische Praxis. Eindrucksvoll entwickelt er die Geschichten seiner Klienten als unbewusste (vor-)geburtliche Verletzungen. Ihre Heilung gelingt, wenn sie in Begleitung der Therapeuten und der Gruppe nachholen können, was sie damals gebraucht hätten.

Wenn man vom Klappentext ausgeht – aktuelle Erkenntnisse der pränatalen Psychologie und Psychotherapie in leicht verständlicher Sprache – dann fehlt die kritische Auseinandersetzung mit Gegenpositionen zu den zitierten Referenzen. Zwischen psychoanalytischen Annahmen und empirischen Forschungsergebnissen anderer Disziplinen wird nicht sauber differenziert. Zu manchen Stichworten sucht man vergeblich nach schlüssigen Erläuterungen (wie schließt man beispielsweise von LSD-Experimenten auf pränatale Erfahrungen?), auch eine Diskussion möglicher Misserfolge und Risiken wäre eine sinnvolle Ergänzung.

Insgesamt bietet das Buch aber einen interessanten und gut lesbaren Einblick in den von umfangreicher Erfahrung und einer grundsätzlichen Menschenliebe geprägten Ansatz prä- und perinataler Körperpsychotherapie des Franz Renggli.

Dr. Alice Nennecke,  
Hamburg



Psychosozial-Verlag,  
Gießen 2018, 168 S., 19,90 Euro

## Es ist leichter, als man glaubt!



216.000 Affirmationen  
im Handumdrehen

Michael Bohne  
Sabine Ebersberger  
**Der Selbstwert-Generator**  
Im Handumdrehen zu  
einem starken Selbstwert  
65 Seiten, Wire-O-Bindung, 2019  
€ 29,95  
ISBN 978-3-8497-0265-6

Selbstwert stärken leicht gemacht!  
Mit dem Selbstwert-Generator können  
spielerisch bis zu 216.000 stimmige  
und das Selbstwertgefühl stärkende  
Affirmationen entwickelt werden.  
Sie sind quasi die DNA eines guten  
Selbstwertgefühls. Funktioniert  
in Psychotherapie, Coaching und  
Selbstanwendung.



Steve Haines/Sophie Standing (Ill.)  
**Angst / Trauma / Schmerz  
ist ziemlich strange**  
je 32 Seiten, Kt, 2019  
€ 39,95  
ISBN 978-3-8497-0295-3  
Auch einzeln erhältlich  
Auch als **eBooks**

Körpertherapeut Steve Haines  
widmet sich Angst, Trauma und  
Schmerz ganzheitlich und erklärt  
in den Graphic Novels anschaulich  
deren Symptome und Linderung  
durch neueste Therapie-Ansätze. Die  
Titel sind beides: Aufklärungslektüre  
und nützliches Hilfsmittel bei der  
Arbeit mit Betroffenen.



**Carl-Auer Verlag**

Auf [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de) bestellt –  
deutschlandweit portofrei geliefert!

Alisa Tretau (Hg.)

## Nicht nur Mütter waren schwanger

Unerhörte Perspektiven auf die vermeintlich natürlichste Sache der Welt

Der Titel dieses Sammelbands ist ein wenig irreführend – schließlich geht es hier nicht nur um Schwangerschaften bei Personen, die nicht dem konservativen Verständnis von „Vater, Mutter, Kind“ entsprechen, also beispielsweise um Transpersonen, homosexuelle Paare oder Adoptivfamilien. Es geht um viel mehr: um unerfüllte Kinderwünsche, Frauenrollen, Langzeitstillen, Pränataldiagnostik, Abtreibung und Fehlgeburt, Wechseljahre, unheilbare Krankheiten und Rassismuserfahrungen, um nur einige Themen zu nennen. Die Protagonist\*innen und Autor\*innen sind so vielfältig wie die Themen und das schlägt sich auch in der Sprache der einzelnen Kapitel nieder. So schreibt Herausgeberin Alisa Tretau im Vorwort von Geschichten aus einer „Vielfalt von Geschlechterkonstruktionen und Familienvorstellungen“, von denen „keine einzige dabei ist, die der von mir einst angestrebten Norm entspricht (...) Die hier versammelten Geschichten sind voller Leben: in ihnen existieren Tragik und Witz, Hoffnung und Enttäuschung neben- und miteinander.“

Das Buch fällt nicht hinter diese Ankündigung zurück. In drei Abschnitten (Wünsche – Katastrophen – Umgänge) werden grob die Situationen Kinderwunsch, Schwangerschaft und Elternsein aus unterschiedlichen Perspektiven beleuchtet. Die Autor\*innen widmen sich dem jeweiligen Inhalt in meist kurz gehaltenen Kapiteln, mal literarisch, mal als Interview, mal in Gedichtform. Untermauert sind die Texte immer wieder mit einfachen wie berührenden schwarz-weißen Illustrationen der Künstlerin Pia Eisen-träger.

Die Herausgeberin möchte vor allem vermitteln, dass alle im Buch versammelten Geschichten keine Spezialfälle sind, sondern Alltag. Egal, ob es der Wunsch nach Kindern oder nach Kinderlosigkeit ist, erst die Vielzahl der Perspektiven, Erfahrungen und Gefühle ermöglicht ein Verständnis der Komplexität dieser Wünsche. Sie selbst hat zu jedem Abschnitt

einen Text beigetragen, der immer denselben Titel trägt: „Für immer schein-schwanger“. Darin schildert sie ihre persönlichen Erfahrungen mit enttäuschem Kinderwunsch, Neid auf andere Schwangere, Hoffnung, Frust und Verzweiflung. Sehr persönlich und manchmal wütend ist auch der Beitrag von Daniela Thielen mit dem trockenen Titel „Wir brauchen doch nur Sperma und Geld“. Es ist eine hinder-nisgespickte Geschichte rund um ein lesbisches Paar, das Kinder kriegen möchte, die gleichzeitig die (erschreckenden, wenn auch nicht verwunderlichen) juristischen Fallstricke und Benachteiligungen auf-zeigt. Berührend liest sich das Kapitel von Naseku, die von ihrem Dasein als Pflege-tochter und dem Leben zwischen alkohol-abhängiger biologischer Mutter und Pfl-egemutter berichtet. Wenn Letztere dann ein eigenes Kind bekommt und Naseku ein zweites Mal von einer Mutter fallengelassen wird, steigen sicherlich einigen Leser\*innen ein paar Tränen in die Augen.

Wer diesen Sammelband liest, wird nicht nur mit großen, ehrlichen Emotionen und interessanten Anregungen zum Nachdenken belohnt, sondern kann sich den gesellschaftskritischen Fragen, die viele der Autor\*innen stellen, kaum entziehen. Eine lohnenswerte und erkenntnisreiche Lektüre, für die man sich etwas Zeit nehmen sollte – zum Verdauen der teils emotional schweren Kost.

Franziska Brugger,  
Psychologin (M.Sc.),  
Göttingen



edition assemblage,  
Münster 2018, 176 S., 14 Euro

Lois Greenhouse Gardella

## Louis Lowy

Sozialarbeit unter extremen Bedingungen

Louis Lowy (1920–1991) ist den meisten deutschen SozialwissenschaftlerInnen, PädagogInnen und SozialarbeiterInnen heute durch seinen Beitrag zur Gruppenarbeit bekannt. Wie umfassend aber sein wissenschaftliches und sein Le-

benswerk tatsächlich ist – seine Beiträge zur Sozialen Arbeit mit Älteren, zur Gemeinwesenarbeit, zur Supervision, um weitere wichtige Felder zu nennen –, wird häufig übersehen. Lowy gehört zu den vergessenen SozialarbeiterInnen und SupervisorInnen der ersten Generation nach 1945, ohne deren Arbeit ein demokratischer Wiederaufbau des vom Nationalsozialismus infizierten Fürsorgesystems überhaupt nicht denkbar gewesen wäre. Seine Bedeutung für eine Theorie schulischer Sozialer Arbeit und eine Theorie der Inklusion ist ebenso wenig anerkannt, wie viele seiner Gedanken und Entwürfe noch auf weitere wissenschaftliche Bearbeitung warten.

Es ist deshalb von großer Bedeutung, dass die US-amerikanische Professorin für Soziale Arbeit Lorrie Greenhouse Gardella und eine Reihe deutscher Kollegen wie Joachim Wieler, Klaus Martin Ellerbrock und Heidrun Stenzel diese Person und ihr Lebenswerk nun dem Vergessen entreißen, andres als es bei so vielen Intellektuellen und Reformern jüdischen Glaubens und Verfolgten des Naziregimes der Fall war. Es ist Teil der Verantwortung der Deutschen und vor allem der jüngeren Generation von Sozialwissenschaftlern und Theoretikern zu verhindern, dass die Beiträge jüdischer Wissenschaftler ausgelöscht werden.

Gardella hat das Buch in einem narrativen Ton verfasst, sodass es gut und flüssig zu lesen ist. Die LeserInnen werden so mitgenommen auf den Lebensweg eines wichtigen Sozialarbeitswissenschaftlers und praktischen Sozialarbeiters. Das Buch verbindet zudem die soziale und historische Zeit mit Lowys persönlichen Lebensereignissen und Entscheidungen. Auch dies macht den Stoff leserlich und verständlich. Und gerade die regelmäßigen Bezüge vor allem zur Entwicklung des Holocausts und zur Politik der Nationalsozialisten sind sehr eindrücklich.

Wie ein roter Faden zieht sich dabei die Bedeutung von Bildung, Wissen, Moral und Einfühlung für die Menschenwürde, aber auch für den Widerstand durch die Kapitel des Buches. So zeigt die Autorin, dass Lowy die traumatischen Bedingungen des Ghettos Theresienstadt und des Konzentrationslagers Auschwitz-Birkenau nicht nur körperlich überlebt hat, sondern er seine Persönlichkeit im Kern bewahren konnte. Das hat mit seiner Fähigkeit zu tun, sich auch unter Extrem-

bedingungen nicht „in ein Stück Fleisch“ verwandeln zu lassen und menschlich zu bleiben – dabei halfen ihm seine Bildung, sein Wissen, sein Geist.

Aus diesen extremen Erfahrungen des totalen Terrors hat Lowy Prinzipien demokratischer Sozialer Arbeit entwickelt und praktiziert. Schon im KZ unterrichtete er – trotz permanenter Todesdrohungen – Kinder, um sie auf ein Leben in der Demokratie vorzubereiten. Denn er war der Ansicht, dass es unter extremen psychologischen Bedingungen wichtiger ist, seine Menschlichkeit zu bewahren als physisch zu überleben. Im Prinzip war für Lowy die Seele wichtiger als der Körper.

Das Buch basiert auf insgesamt 16 Stunden aufgezeichneter autobiografischer Erzählung und ist in acht Kapitel aufgeteilt. Eine weitere Bearbeitung seines umfassenden wissenschaftlichen Werkes ist in dieser Biografie nicht vorhanden und bleibt weiterer Forschung vorbehalten. Der unbedingte Wert des Buches liegt aber darin, dass mit Lowy ein weiterer Sozialarbeiter mit jüdischen Wurzeln vor dem Vergessen bewahrt werden konnte. Dazu allein sollte es von Studierenden der Sozialen Arbeit, (Frühkind-)Pädagogik, Pflege sowie in der Lehrerbildung, den Sozialwissenschaften und von BeraterInnen gelesen werden.

Prof. Dr. Katharina Gröning,  
Universität Bielefeld



Lambertus-Verlag, Freiburg i. B.  
2019, 224 S., 26 Euro

Eric Pfeifer (Hg.)

## Natur in Psychotherapie und Künstlerischer Therapie

Theoretische, methodische und  
praktische Grundlagen (2 Bände)

**F**ragen nach dem Zusammenhang von Natur und Gesundheit haben Konjunktur. Nun ist ein Sammelband erschienen, der auf 933 Seiten schulenübergreifend und hierarchiefrei eine Vielzahl von therapeutischen Ansätzen aus der ganzen Welt erfasst, in denen Natur eine wirksame Rolle zukommt. In alphabetischer Ord-

nung reichen sie von „Environmental and nature-based creative arts therapies“ bis „Psychoanalyse und Tiefenpsychologie“ im ersten Teilband und von „Existenzanalyse, Logotherapie, Initiatische Therapie und Verhaltenstherapie“ bis zu „Verhaltenstherapie und tiergestützte Therapie“ im zweiten. 35 der 51 Beiträge sind auf Deutsch verfasst, die übrigen auf Englisch.

Es zeigt sich, dass es in allen gängigen künstlerischen Therapien wie Musik-, Tanz- und Kunsttherapie sowie Psychodrama u. v. m. jeweils auch Arbeitsformen gibt, die „Natur“ auf die eine oder andere Weise einbeziehen. Stellenwert und Begriff von Natur sind dabei höchst heterogen. Gleiches gilt für die Auffassung von (psychischer) Gesundheit und die daraus abgeleiteten Handlungsmaximen sowie die grundsätzlichen Ziele der Therapien und das Selbstverständnis der TherapeutenInnen.

Konkret reicht der Naturanteil in den vorgestellten Therapien etwa von bloß imaginierten Natur und dem Öffnen eines Fensters über den Einsatz von Naturmaterialien in kreativen Arbeiten hin zu Spaziergängen und zur Verlegung des musik- oder kunsttherapeutischen Settings nach draußen. Weiterhin fassen einige AutorInnen therapeutische und umweltpädagogische Ideen in einem Ansatz zusammen. Am anderen Ende des Spektrums finden sich zwei dezidiert naturtherapeutische Schulen: Nature Therapy (Berger, Naor & Maysel, Nevo) und Systemische Naturtherapie (Kreszmeier). Was die Autoren erstgenannter Schule in Zukunft noch anstreben, ist eine konzeptionelle Vereinheitlichung verschiedener Praxisströmungen, die eine Lehrbarkeit ermöglichen würde. Demgegenüber ist die Systemische Naturtherapie unter den vorgestellten Schulen die weitestgehende. Sie lässt KlientInnen unmittelbar mit Natur in Kontakt kommen und stellt für die Begleitung und Intervention Grundannahmen und Modelle zur Verfügung, die lehrbar sind. Während der Großteil der AutorInnen Natur im Rahmen der je eigenen Spezialisierung einbezieht und konzeptionell zu fassen sucht, liegt hier eine konsistente Naturtherapie vor.

Erfreulicherweise verleiht der Sammelband der vielfältigen therapeutischen Praxis und ihrer fachlichen Grundlegung und Methodik mehr Gewicht als einem rein akademischen Zugang. So klingt auch die grundsätzliche Frage der Erklärbar-

[www.klett-cotta.de/fachbuch](http://www.klett-cotta.de/fachbuch)



172 Seiten, broschiert  
€ 20,- (D)  
ISBN 978-3-608-89235-2

Hartwig Hansen  
**Lieben ist schöner als Siegen**  
Paartherapie live  
in 100 Schlüsselsätzen

Paartherapie konkret und kompakt – die 100 Schlüsselsätze in diesem Buch demonstrieren anschaulich das Prinzip: kleine Intervention, gezielte Wirkung. Sie bilden die Essenz von zwanzig Jahren Praxiserfahrung des Autors.



346 Seiten, gebunden  
€ 28,- (D)  
ISBN 978-3-608-96458-5

Weiss, Harrer, Dietz  
**Das Achtsamkeitsbuch**  
Grundlagen, Übungen,  
Anwendungen

Auf der Basis langjähriger Erfahrungen zeigen die Autoren, wie Achtsamkeit im täglichen Leben zu einem freundlicheren, mitfühlenden und fürsorglichen Umgang mit sich selbst beitragen kann.

»Die gewonnene Klarheit, Gleichmut und Konzentration bereichern das Leben und mindern den Alltagsstress.« *STERN Gesund Leben*

Fach-  
buch  
Klett-Cotta

Blättern Sie online in unseren Büchern und  
bestellen Sie bequem und **versandkostenfrei**  
unter: [www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

keit und Messbarkeit menschlicher Erfahrungen an. Ein Beitrag verweist ausdrücklich auf die Grenzen empirischer Wissenschaft auch in der Psychotherapie und betont (in Anlehnung an Karl Jaspers), dass zur Erforschung des Menschen neben naturwissenschaftlicher Betrachtung auch „philosophische Existenzerhellung“ notwendig sei (Zimmermann). Hier ließe sich weiter gehen: Generell wäre es wünschenswert, dass in der fachlichen Selbstverständigung ein phänomenologisches Vorgehen wieder verstärkt Einzug hielte, also das Verfahren der Beschreibung unter Einbeziehung jeglicher Erfahrung.

Fazit: Von einem Handbuch – ein Begriff, mit dem der Herausgeber im Vorwort kokettiert – lässt sich zwar nicht sprechen, doch von einem wichtigen Werk, das Natur und psychische Gesundheit zum Thema macht und therapeutische Ansätze dazu versammelt. Insofern stellt es eine reiche Fundgrube für alle KollegInnen dar, die in diesen Bereichen arbeiten und Inspiration für ihre Praxis oder deren fachliche Basis suchen. TheoretikerInnen wiederum bietet es ausführliche Einblicke in die Methodik und Konzeptionen naturtherapeutischer Vorgehensweisen. Und schließlich markiert es einen begrüßenswerten Ausgangspunkt zur Erweiterung der öffentlichen Diskussion zum Zusammenhang von Natur und Gesundheit.

*Dr. Bettina Grote,  
Systemische Prozessgestaltung,  
Berlin*



Psychosozial-Verlag,  
Gießen 2019, 933 S., 99 Euro

**Burkhard Plemper**

## ... und nichts vergessen?!

**Die gesellschaftliche Herausforderung Demenz**

**D**as Alter birgt verschiedene Facetten, Demenz kann eine davon sein. Häufig ist in dem Zusammenhang die Rede von Demenz als einer Herausforderung. Aber ist es wirklich eine oder liegt es nicht vielmehr an der Reaktion des Gegenübers, wie die Demenz erlebt und wahr-

genommen wird? Stetig wachsen die Sorgen und Ängste über Demenz. Fraglich ist, ob es sich hierbei um die Realität oder nur um eine medial erzeugte Wirklichkeit handelt. Zudem assoziieren viele Menschen Hilflosigkeit, Belastung und Unzufriedenheit mit Demenz. Nicht selten wird diese dämonisiert und als etwas deklariert, vor dem man Angst hat, sich gar bedroht fühlt. Wie dies zustande kommt, ist auch für den Autor dieses Buches unerklärlich.

Burkhard Plemper ist Soziologe, freier Journalist, Filmemacher und Moderator für Hörfunk- und Fernsehredaktionen sowie zahlreiche Veranstaltungen und Kongresse. Seit Jahren beschäftigt er sich mit dem Thema Demenz und hat im Rahmen seiner Tätigkeit schon unzählige Interviews geführt, Eindrücke gesammelt und Informationen zusammengetragen. Einiges davon vereint er in seinem Buch: In 18 Kapiteln stellt er allgemein verbreitete Bilder und Zuschreibungen zum Thema Demenz vor, veranschaulicht diese aus unterschiedlichen Blickwinkeln und stellt sie infrage. Im Fokus stehen stets die gesellschaftlichen Reaktionen. Zahlreiche Interviewausschnitte verdeutlichen, welche Erfahrungen Betroffene, Angehörige, Mediziner, Psychologen, Sozialarbeiter u. v. m. mit Demenz machen, zusätzlich werden einzelne Persönlichkeiten, darunter auch die Demenzaktivistin Helga Rohra, detaillierter vorgestellt.

Deutlich wird, dass Altern zwar menschlich ist, alte Menschen zu versorgen jedoch eine sozialpolitische Herausforderung. Dies kann nicht nur die Aufgabe von professionellen Pflegekräften und Angehörigen sein. An verschiedenen Stellen weist der Autor darauf hin, dass Menschen mit Demenz nicht auf Defizite reduziert werden sollten, dass Rückzug der falsche Weg sei und sich sowohl die Betroffenen als auch die Angehörigen häufig allein gelassen fühlen. Um dem zu begegnen, sei Integration gefordert. Es gehe um Akzeptanz, Anerkennung, Respekt, Teilhabe und die Förderung der Selbstbestimmung. Daneben werden Themen wie die Wahrung der Rechte von Menschen mit Demenz, die Patientenverfügung und die wirtschaftliche Ausnutzung der Angst vor der Demenz problematisiert.

Insgesamt weist Plemper darauf hin, dass ein menschenwürdiges Leben mit Demenz möglich ist und es „nicht um die Utopie einer Gesellschaft ohne Demenz

(geht), sondern um Versuche mit ihr zu leben“ (S. 7). Um dies zu verdeutlichen, stellt er verschiedene Projekte und Konzepte vor, u.a. das „Nachbarschaftsprojekt“, die Demenzfreundliche Kommune, ein Demenzdorf und die Demenz-WG. Es geht um bedarfsgerechtes Wohnen, darum die Umgebung demenzfreundlich zu gestalten, zu informieren, aber vor allem auch zu sensibilisieren. Übrigens bietet auch das Theater eine gute Möglichkeit, der Gesellschaft das Thema Demenz näherzubringen.

Das Buch ist gesellschaftskritisch, aufrüttelnd, regt zum Mitfühlen und Nachdenken an. Es hinterfragt die Alltagsbilder zu Demenz und schafft so neue Reflexionsräume zum Überdenken bisheriger Handlungsweisen. Untermauert werden diese durch die gesellschaftlichen Reaktionen, die lebensweltlichen Erfahrungen, teilweise aber auch durch wissenschaftliche Erkenntnisse. Der Leser bekommt so einen guten Rundumblick. Wer selbst bereits Erfahrungen mit Menschen mit Demenz gemacht hat, dem werden einige Erzählungen, Reaktionen der Umwelt und Umgangsweisen bekannt vorkommen.

Leider war die Lektüre zum Teil sehr anstrengend. Die für das Buch so wichtigen Interviewausschnitte sind so zahlreich, dass sie manchmal mehr verwirren und den Lesefluss stören. Gleichzeitig sind es gerade diese Erzählungen, die das Buch interessant machen. Der kritische Schreibstil ist hingegen sehr erfrischend. Aufgrund der demografischen Entwicklung wird uns das Thema Demenz künftig vermutlich in einem noch stärkeren Maße beschäftigen als heute. Entsprechend wichtig ist die gesellschaftliche Auseinandersetzung damit, wie ein Leben mit Demenz noch besser gelingen kann. Dieses Buch bietet eine sehr gute Grundlage hierfür!

*Carina Schiller, M. A.,  
Erziehungswissenschaftlerin  
und Doktorandin  
der Universität Bielefeld*



Vandenhoeck & Ruprecht,  
Göttingen 2018, 288 S., 20 Euro

Helmut Milz

## Der eigen-sinnige Mensch Körper, Leib & Seele im Wandel

Es ist ein erstaunliches Buch, das Helmut Milz, Facharzt für psychosomatische Medizin und Allgemeinmedizin, gerade publiziert hat. Es geht um nicht weniger als um die Beantwortung der Frage, wie sich Erleben und Verstehen des menschlichen Körpers während der vergangenen Jahrhunderte verändert haben. Er zeigt, wie sich die sinnlichen Erfahrungen im Rahmen der neurobiologischen Forschung mehr und mehr zu messbaren elektrischen Impulsen gewandelt haben. So wird heute mit einem Mikrogramm mehr oder weniger Serotonin in unserem Gehirn eine Depression erklärt und die entsprechende therapeutische Intervention begründet. So wichtig die Neurobiologie als wissenschaftliche Disziplin sein mag, so wichtig ist es gleichzeitig, die menschlichen Sinne nicht gering zu schätzen. Es muss eine Verbindung zwischen gewachsenen Erfahrungen und aktuellen Erkenntnissen in der Medizin und ihrem Umgang mit PatientInnen hergestellt werden.

Die Kapitel haben mit unseren wichtigsten „eigenen Sinnen“ bzw. den Funktionsbereichen unseres Körpers zu tun. Es geht um das Berühren, Schmecken, Riechen, Hören und Sehen. Die weiteren Kapitel handeln vom Herzen, vom Atmen, unserem Nervengeflecht, dem Bauch (Gefühl), von den Knochen, der Muskelkraft und schließlich vom inneren Fluss des Lebens. In jedem der etwa 20- bis 30-seitigen Kapitel wird erläutert, was es mit den jeweiligen Sinnen, auch in einer kurzen historischen Betrachtung, auf sich hat und wie sie sich im Laufe der Zeit (auch im Blick der Wissenschaft) entwickelt haben: So geht es etwa im ersten Kapitel zur Hand von ärztlicher und therapeutischer Berührung bis hin zum Händedruck als Kommunikationsmittel, der uns Menschen auch mit unseren Sinnen einordnen lässt.

Beim Schmecken geht es dann um die Metaphern des Geschmacks – „süß“ als Beschreibung von Wohlgeschmack und Freude, Liebe und sogar Rache, bei „salzig“ wird der Zusammenhang in der Bergpredigt angesprochen („Ihr seid das Salz der Erde“), aber auch die zusätzliche Gratifikation römischer Legionäre, die zu ihrem

Sold zusätzlich Salz als Lohn erhielten, daher der Begriff „Salär“ (lat. Salarium). Das Hören wiederum hat gerade in der Psychotherapie einen wichtigen Platz. Denn es gibt keine technischen Apparaturen, um die persönlichen Gespräche mit den Klienten zu objektivieren. Daneben gibt es aufseiten der TherapeutInnen die Supervision, die ebenfalls mit Sprechen und Hören bei erfahrenen KollegInnen zu tun haben.

Die Entwicklung im Umgang mit unseren Sinnen und Sinneserfahrungen wird von Milz durchaus mit kritischer Distanz begleitet. Einerseits wird es kaum verhinderbar sein, dass sich die Entwicklung einer computergestützten, immer tiefer in das menschliche Gehirn eindringenden Entschlüsselungswissenschaft aufhalten lässt. Andererseits lassen sich dadurch aber intuitiver Spürsinn, Bauchgefühl, Empfindungen des Herzens und vor allem der Gemeinsinn der Menschen nicht verdrängen, weil sie sich einer objektiven Messbarkeit entziehen. Ein „gelingendes Leben“ ist auch im Spiegel dieser Sinnesempfindungen zu erklären und zu entwickeln, messbare elektrische Impulse sind dabei weder sinnstiftend noch erklärend. Dies sollte auch bei den digitalen Selbstoptimierungsprogrammen bedacht werden, da hinter all den anfallenden Daten Interessen zu vermuten sind, die entweder für Geschäftemacherei oder technische Kontrolle genutzt werden.

Das Buch von Milz ist ein ausgesprochen lesenswertes und gelungenes Manifest zur Bedeutung eines wohlverstandenen „Eigensinns“, der für uns Menschen auch eine unverwechselbare Individualität in unserem (Er-)Leben bedeutet. Die einzelnen Kapitel zeigen aber auch die Veränderbarkeit der menschlichen Sinne im Laufe der Zeit, etwa durch kulturelle, gesellschaftliche und wissenschaftliche Einflüsse. Das – übrigens auch noch optisch schön gestaltete – Buch hilft uns zu erkennen, warum dies ein lohnender Weg ist. Ich habe dieses Buch gern gelesen und möchte es allen ans Herz legen, die mit wachen Sinnen ihr Leben gestalten wollen.

Prof. Dr. Gerd Glaeske,  
Universität Bremen



AT Verlag, Aarau/München  
2019, 340 S., 38 Euro

## TRAUER UND BEGLEITUNG



Ein Mut machendes Buch für die  
Elterntrauerbegleitung

2019. 128 Seiten, kartoniert € 17,00  
ISBN 978-3-525-45909-6



Grundlagen der Seelsorge  
in klinischen Einrichtungen

5., überarb. und erw. Auflage 2019. 600 Seiten,  
mit 8 Abb. und 5 Tab., kartoniert € 45,00  
ISBN 978-3-525-61626-0



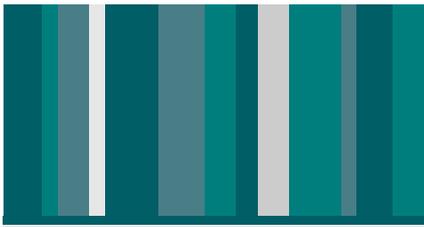
Arzt und Patient: Gemeinsam  
Lösungen erarbeiten

2019. 296 Seiten inklusive Downloadmaterial,  
kartoniert ca. € 40,00  
ISBN 978-3-525-40394-5

[vdn.hk/Psychologie](http://vdn.hk/Psychologie)



Vandenhoeck & Ruprecht Verlage  
[www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)



## Genau hinschauen – entschieden handeln

- Menschen ins Gespräch bringen über Rassismus und Diskriminierung
- Für die Gruppenarbeit mit Menschen ab 14 Jahren
- Geeignet für Jugendarbeit, Bildungsarbeit, Schule und Train the Trainer
- Entwickelt vom IDA e.V. (Informations- und Dokumentationszentrum für Antirassismearbeit)

## Reflexionswissen durch fünf Perspektiven

- Begriffe
- Rassismuskritische Ansätze und Methoden
- Zitate
- Daten und Zahlen
- Beispielsituationen

→ Booklet mit Erläuterungen zum pädagogischen Gebrauch und Begriffserklärungen



**105 Karten mit  
einem ausführlichen Booklet**  
Format: 13,3 x 17,1 x 3,2 cm  
€ 29,95; Bestell-Nr. 4019172400002

www.juventa.de **BELTZ JUVENTA**

Hartwig Hansen

## Lieben ist schöner als Siegen

Paartherapie live in 100  
Schlüsselsätzen

Unter dem Titel „Lieben ist schöner als Siegen“ ist in der Klett-Cotta-Reihe „kurz & wirksam“ ein neues Buch des Hamburger Familientherapeuten und Verlegers Hartwig Hansen erschienen: ein Praxisratgeber für die Paartherapie, in dem 100 bewährte Interventionen anhand von Schlüsselsätzen vorgestellt werden.

Zum Einstieg stellt Hansen sein Konzept der vier großen A der (Paar-)Beratung vor – eine Art innerer Kompass für das Vorgehen in der Beratung. Die vier A sind: **Ankoppeln** bzw. **Anschließen** an das, was die Ratsuchenden sagen; am **Auftrag** arbeiten; durch Interventionen **Aufmerksamkeit** fokussieren und im Verlauf immer wieder die **Auswirkungen** überprüfen. Beim anschließenden Beschreiben der Schlüsselsatzinterventionen macht er immer wieder sichtbar, welchem Kompassbereich sie zuzuordnen sind und wie er den Kompass nutzt, um zu entscheiden, mit welchen Interventionen er auf die jeweils präsentierten Themen reagiert.

Im Anschluss an einen unterhaltsamen Blick auf die wechselnden Rollen, die er im Verlauf einer Paarberatung einnimmt – Tourguide, Archäologe für Herkunftsfamilien und Beziehungsvorerfahrungen, Floskeldetektiv, Beziehungslotse, Brückenbauer und Dolmetscher, Anbieter von Vorschlägen u. v. m – werden dann in sieben Kapiteln die hundert Schlüsselsatzinterventionen vorgestellt.

Jeder Schlüsselsatz ist eingebettet in eine kleine Live-Gesprächssituation, die aus der Perspektive des Autors erzählt wird. So guckt der Leser ihm quasi beim Arbeiten über die Schulter und in den Kopf hinein. So wird der innere Prozess bei der Auswahl der Intervention und deren Wirkung auf das jeweilige Paar „hautnah“ miterlebt. Mit diesem Kunstgriff verdeutlicht Hansen gleichzeitig, wie er die Bühne für seine Intervention bereitet und den angestoßenen Prozess dann weiter begleitet, wodurch er auch die normalerweise unsichtbaren Bestandteile gelingender Interventionen sichtbar machen kann. Dadurch, dass die einzelnen Interventionen fast wie in einem klei-

nen Film dargestellt werden, werden sie so anschaulich und nachvollziehbar, dass es ein leichtes ist, sie zu übernehmen und selbst anzuwenden.

Die Kapitel orientieren sich grob am Verlauf eines Beratungsgesprächs – so werden im ersten Kapitel Interventionen fürs Anfangen und zur Auftragsklärung vorgestellt, im letzten hingegen Schlüsselsätze für den Abschluss und die Phase zwischen den Terminen. Dazwischen gibt es Kapitel zur Arbeit mit Sprache und Kommunikation zwischen den Partnern, zum Erforschen der gegenseitigen Erfahrung und Herkunftsfamilien, ein Kapitel mit „Notausgängen“ für schwierige Momente und eines mit psychoedukativen Inputs und Ideen. Jede Gesprächssequenz ist mit sorgfältigen Querverweisen zu anderen möglichen Interventionen versehen, wodurch verschiedene Alternativen zur Arbeit mit typischen Paarthemen und Kommunikationsmustern sichtbar werden. All diese Details tragen dazu bei, dass die hier vorgestellten Interventionen leicht in die eigene Praxis übertragen werden können.

Mit 172 Seiten und einem kleinen Format ist es ein „Büchlein“, das schnell gelesen und dank der klaren Struktur und der Live-Sequenzen sehr praxisnah und anschaulich ist. Gleichzeitig ist es ein gelungenes und sehr lebendiges „Destillat“ aus gelebter Beratungserfahrung, in der man stöbern, sich anregen lassen, auswählen, ausprobieren kann – um das zu übernehmen, was in die eigenen Beratungssituationen und zum eigenen Beratungsstil passt. Als Familientherapeutin, die überwiegend mit Eltern-Kind-Konstellationen arbeitet, finde ich in dem Buch viele hilfreiche und leicht umzusetzende Anregungen, wie ich die dabei auftauchenden Paarthemen aufgreifen und wirkungsvoll begleiten kann.

Steffi Reinders-Schmidt,  
Dipl.-Sozialpädagogin,  
[www.reinders-schmidt.de](http://www.reinders-schmidt.de)



Klett-Cotta, Stuttgart 2019,  
172 S., 20 Euro