

1. Fünf Stützen der Stabilität/Identität

(nach H.G. Petzold, R. Rabenstein, R. Reichel, G. Enders)

Die im folgenden genannten fünf Stützen geben Stabilität und fördern Identität, auch prozesshaft und sind Stützen gelingenden Lebens:

1. Körper/Leib

Sich im eigenen Körper zu Hause fühlen, im Einklang mit ihm/sich sein, Einheit von Leib, Seele und Geist, den Körper spüren, ihn pflegen, nähren, schützen, heilen, seine Beweglichkeit und Freiheit spüren und nutzen.

Gute Körpererfahrung, Körperausdruck, Leibgedächtnis

(Gerade bei Flüchtlingen zielt die Beschädigung des Körpers (Folter, Vergewaltigung,...) auf Zerstörung der Person/Identität)

2. Soziales Netz/Beziehungen

Partnerschaft, Elternschaft, Verwandte, Freunde

Aufgehoben sein, Zugehörigkeit, Inklusion, Nähe, Wärme, Geborgenheit,

uns als Mit-Mensch ausdrücken und bewähren

„Wir werden nur Menschen durch die anderen“ – (U. Duchrow)

Der Mensch wird am Du zum Ich – (M. Buber)

(Gerade bei Flüchtlingen wurden Bindungen oft unfreiwillig beendet und können nicht fortgesetzt werden)

3. Arbeit/Leistung

Erworbene Kompetenzen und Fähigkeiten einsetzen, sich mit anderen messen, an Grenzen kommen und herausgefordert werden, Anerkennung und Kritik geben und nehmen, mit Rollenerwartungen und Zuschreibungen umgehen, Funktionen ausfüllen, Struktur und Orientierung erfahren, Schaffenskraft und Kreativität erleben, mit Scheitern umgehen, dem Wunsch nach Lernen, Entwicklung und Wachstum nachgeben.

(Gerade Flüchtlinge unterliegen strukturellen Arbeitsmarktzugangsbeschränkungen und können an mitgebrachte Kompetenzen nicht anknüpfen)

4. Materielle Sicherheit

Dient der Sicherung unserer Grundbedürfnisse nach Kleidung, Wohnen, Essen, Gesundheit, Freizeit. Spielt in der Beziehungsgestaltung eine große Rolle. Ökonomische Absicherung schafft Perspektiven, lässt Planung zu. „Behaust sein“ sichert die Existenz. Der Lebensstandard beeinflusst unsere Identität, unser Wohlfühlen, unsere Beziehungen.

(Gerade bei Flüchtlingen: AsylbLG, Leben in der GU (=Provisorium))

5. Werte/Sinn

Dazu gehören auch Glaube, Religion, Traditionen, Rituale, Zugehörigkeit zu politischen, religiösen Gruppen, Überzeugungen, Einstellungen. Hier auch möglich z. B. Rückzug in communities, in Moscheegemeinden. Kann sich Veränderungen aussetzen, kann erstarren. Bedeutung dieser „Stütze“ in Krisen? Sie kann alles retten oder auch ganz schwach sein – und dazwischen liegen viele Möglichkeiten (Bei Flüchtlingen: Möglicherweise die Stütze, die am meisten gestärkt werden sollte, da hieraus Selbsthilfepotentiale erwachsen.)

2. Praxishilfen, Stichworte

Interkulturelle Kommunikation, ressourcen- und lösungsorientiert, systemisch

Unwissend fragen

- Ratsuchende/r ist Experte/in ihres/seines Lebens
- Gestaltete sein Leben aktiv und ist nicht (vorrangig) Opfer
- Ist Subjekt und nicht Objekt
- Respekt/Wertschätzung
- „Mit der Nase am Boden im fremden Territorium“ (Andrea Lanfranchi) als Haltung des/der Beratenden

Konstruktivismus

- Was ist die wirkliche Wirklichkeit? Realität wird immer auf der eigenen Folie abgebildet. Wirklichkeit wird ganz verschieden wahrgenommen. Bsp. Ente(hase)

Lösungsorientiert fragen

- Wozu/wofür ist das gut? Wem hilft es? Statt: Warum haben sie das so gemacht?
- Was können Sie dafür tun, um dieses Ziel zu erreichen?

Lösungs- und Handlungsoptionen vermehren, den Raum (er-)weite(r)n,

Wahlmöglichkeiten sichtbar machen, aus der Einbahnstraße kommen.

- Viele Stimmen hören
- Noch nicht Gesagtes aussprechen

Umdeutungen/Reframing

- z.B. Ghetto als Basis für Stabilität und notwendig für Integration, Selbstvergewisserung nach innen

An alte Kraftquellen anknüpfen

- „Ich bin nicht mehr der, der ich einmal war.“ Nachfragen: „Wie waren Sie“?

Unbekannte Person als Unterstützung einführen

- Wie würde das Problem in Ihrem alten Kontext gelöst?
- Wer hätte dort als Autoritätsperson was zu sagen?
 - Was würde Ihnen diese Person raten?

Wer gehört noch dazu?

- Andere Beteiligte herausfinden

Netzwerkkarte aufmalen

- Ratsuchende/r in die Mitte setzen und Unterstützungssysteme sichtbar machen (Familie, Community, Moschee, Schule, Verein, Nachbarschaften, professionelle Hilfesysteme,...) Zuordnungen herstellen