

**16.**

## Vernetzungstreffen der Spieler selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen

Samstag, den 19. Oktober 2013 in Neuss

Fachstelle Glücksspielsucht der  
Caritas im Rhein-Kreis Neuss

Durchgeführt im Auftrag der  
Landesfachstelle Glücksspielsucht, NRW.

Das Vernetzungstreffen wird durch das  
Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege  
und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen  
gefördert.

in Kooperation mit:

**1:1**

DIE FAIRE  
CHANCE...

Spieler selbsthilfe Neuss



**Caritas** Sozialdienste  
Rhein-Kreis Neuss GmbH

---

<b>Vorwort</b> .....	3
<b>1. Begrüßung und Programmübersicht</b> Frau Dipl. Soz. Arb. Verena Verhoeven, Leiterin der Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Neuss.....	4
<b>2. „Wir für uns ...“</b> Beiträge aus der Gruppe für die Gruppe, Vortrag: Erfahrungsbericht der Spielerselbsthilfegruppe Neuss Klaus und Michael aus der Neusser Spieler SHG.....	9
<b>3. Finanzierung &amp; Förderung von Selbsthilfegruppen</b> Dieter von SPuH NRW e.V.....	10
<b>4. „Glücksspieler und ihre Väter“</b> Therapeutische Überlegungen.... Cäcilia Arenz-Bessel Dipl. Sozialpädagogin, M.Sc.....	11
<b>5. „Die Wahrheit beginnt zu zweit“</b> Monika Winkelmann, Poesiepädagogin und Hans-Rainer Hühner, Seminarleiter.....	18
<b>6. Kulturprogramm „Wir bringen Ihre Stimmbänder in Bewegung“</b> Singen mit Maureen Wyse Dipl. Schauspielerin & Sängerin.....	28
<b>6. Arbeitsgruppen und Berichte aus den Arbeitsgruppen</b> .....	30
<b>7. Abschlussplenum</b> .....	31
<b>Impressum</b> .....	32

## **Vorwort**

---

Am 19.10.2013 fand das 16. Vernetzungstreffen der Spielerselbsthilfegruppen aus NRW in Neuss statt.

In diesem Jahr wurde die eintägige Veranstaltung von der Fachstelle Glücksspielsucht der Caritas Sozialdienste für den Rhein- Kreis Neuss GmbH in Kooperation mit der Spielerselbsthilfegruppe aus Neuss organisiert und durchgeführt.

Wir haben wie in jedem Jahr alle uns bekannten Spielerselbsthilfegruppen aus NRW und deren Angehörige zum Vernetzungstreffen eingeladen und waren sehr erfreut über die zahlreiche Teilnahme aus ganz NRW, trotz der Entfernung für manche Selbsthilfegruppen.

Dieses Jahr nahmen 73 Interessierte aus Selbsthilfegruppen und -organisationen aus 25 verschiedenen Städten am Vernetzungstreffen teil.

Unseren herzlichen Dank möchten wir den Mitgliedern der ausrichtenden Spielerselbsthilfegruppe in Neuss und dem Helferteam des Ons-Zentrum aussprechen sowie an dieser Stelle der Landesfachstelle Glücksspielsucht NRW und dem Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes NRW, mit dessen Hilfe das Vernetzungstreffen finanziert wird.

Viel Spaß beim Lesen und Erinnern an diese gelungene Veranstaltung wünscht das Team der Fachstelle Glücksspielsucht aus Neuss!

## 1. Begrüßung und Programmübersicht

Frau Dipl. Soz. Arb. Verena Verhoeven,  
Leiterin der Fachstelle Glücksspielsucht, Caritas Neuss

Guten Tag meine sehr geehrten Damen und Herren,  
ich heiße Sie ganz herzlich willkommen zu unserem diesjährigen Vernetzungstreffen der Spielerselbsthilfegruppen aus NRW.  
Wir treffen uns heute übrigens zum 16. Mal.  
Ich muss sagen, ich bin beeindruckt wie viele Menschen sich heute Morgen auf die Reise nach Neuss gemacht haben.



Wir haben ja in jedem Jahr ein Schwerpunktthema, das wir den Tag über in Vorträgen und Arbeitsgruppen in seinen verschiedenen Facetten betrachten. Im letzten Jahr stand die Gruppendynamik, also der wechselseitige Prozess zwischen den Gruppenmitgliedern und der Gruppe als Ganzes, im Fokus der Veranstaltung.  
In diesem Jahr wollen wir, quasi darauf aufbauend, das einzelne Gruppenmitglied und seine nahen Beziehungen in den Mittelpunkt stellen.

Beziehungen, meine Damen und Herren, brauchen Pflege!

Denn soziale Beziehungen im weitesten Sinne sind so etwas wie eine basale Voraussetzung des Menschen, um in unserer Gesellschaft erfolgreich zu leben und zu überleben.

Erfahrungen, die wir in Beziehungen machen, hinterlassen oft prägende Eindrücke in unserem Leben. Beginnend mit den Eltern begleiten uns im Leben Geschwister, Freunde, PartnerInnen, Kinder und natürlich unserer Selbsthilfegruppe.

Die Auswirkungen früherer Beziehungserfahrungen stehen oft in engem Zusammenhang damit, wie wir heute selbst Beziehungen erleben und gestalten.

So werden aus therapeutischer Sicht heute Beziehungen mit positiven Auswirkungen auf uns, als Ressource, also als Fähigkeit oder Fertigkeit des einzelnen Menschen angesehen. Positive Beziehungserfahrungen tragen uns durch Zeiten von Stress, Konflikten oder Trauer. Beziehungen, in denen negative Erfahrungen zentral waren, beschäftigen uns oft noch lange im Leben. Sie bilden häufig den lebensgeschichtlichen Hintergrund einer späteren Spielsüchterkrankung.

Denn Sucht ist in erster Linie eine Beziehungserkrankung.

Im Vortrag von Cäcilia Arenz Bessel wird die Beziehung zum Vater im Mittelpunkt stehen. Wir werden Einblick erhalten, wie sie sich mit ihrer Gruppe mit dem Thema „Glücksspieler und Väter“ auseinandersetzt.

Unter dem Aspekt der Beziehungspflege zur Spielerselbsthilfe ist auch der Beitrag des neugegründeten ersten Landesverbandes der Spielerselbsthilfegruppen in NRW, mit dem Namen „Spielsucht, Prävention und Hilfe“, kurz „SPuH e.V.“, zu verstehen. Dieter aus Bielefeld wird uns die Arbeit von SPuH vorstellen und über öffentliche Fördermöglichkeiten von Selbsthilfegruppen informieren.

Beziehungen brauchen Pflege und Pflege ist immer auch Arbeit. Und die kann ja bekanntlich Spaß machen, muss sie aber nicht zwingend. Es bedarf also einer gewissen Beziehungsarbeit, um eine Beziehung für sich und andere positiv, zufriedenstellend und damit zukunftsorientiert zu gestalten. An der Beziehung zu arbeiten bezeichnet somit ein Vorgehen, in dem von den Beteiligten bewusst versucht wird, ihr Verhalten gegenüber dem jeweils Anderem zu hinterfragen und im Sinne einer positiven Gestaltung die Beziehung veränderbar zu halten.

Eine Methode dieser Beziehungspflegearbeit, werden uns von Monika Winkelmann und Hans-Heiner Hühner in ihrem Vortrag „Die Wahrheit beginnt zu zweit“ vorgestellt. Ein spannender Titel, wir freuen uns darauf.

Und auch Michael Knothe wird in seiner autobiografisch aufgebauten musikalisch-, literarischen Reise „Freispielkultur“, heute Nachmittag in seiner Arbeitsgruppe das Thema Beziehungsveränderung zu sich und andern, durch gelebte Spielfreiheit, in den Mittelpunkt stellen.

Was gibt es Neues in der Fachstelle Glücksspielsucht: Das Projekt Frauen und Glücksspielsucht, über das ich im letzten Jahr berichtet habe und in dessen Rahmen über zwei Jahre eine Gruppe exklusiv für glücksspielabhängige Frauen vom Gesundheitsministerium NRW finanziert wurde, läuft Ende des Jahres aus. Insgesamt ziehen wir eine sehr positive Bilanz. Zur Erinnerung: Es ist längst wissenschaftlich belegt, dass Frauen und Männer bei Entwicklung und Verlauf von Abhängigkeitserkrankungen deutliche Unterschiede z.B. bei den möglichen Ursachen, bevorzugten Suchtmitteln, Konsummustern und Zusatzerkrankungen, aufweisen. In unserem Glücksspielerinnen-Projekt wurden in Einzel und Gruppegesprächen 30 Frauen erreicht. Wir werden versuchen, die Gruppe aus eigenen Mitteln weiterzuführen. Wir haben es geschafft über eine gezielte Öffentlichkeitsarbeit, auf die besondere Situation glücksspielender Frauen aufmerksam zu machen und das Thema auch in anderen Facheinrichtungen bewusst zu machen, so dass es nun einige weitere Träger in NRW gibt, die spezielle Angebote, bisher leider nur im Motivationsbereich, anbieten. Hoffen lässt uns auch eine Initiative des Gesundheitsministeriums, das eine groß angelegte Studie zum Thema „Stand der Umsetzung einer geschlechtssensiblen Ausrichtung“ der Suchthilfe in NRW aufgelegt hat und dem Thema insgesamt politischen Auftrieb gibt. Es bleibt zu hoffen, dass das Ministerium auch wieder finanzielle

Anreize schafft und dass die Träger motiviert sind, geschlechtersensible Angebote zu installieren.

Denn bisher, meine Damen und Herren, erreicht die Suchthilfe in Deutschland insgesamt höchsten 10% der Menschen mit einer Suchtabhängigkeit. Wir jedenfalls werden am Thema dran bleiben und weiter berichten.

Und noch was in eigener Sache: unter [www.spielsucht.net](http://www.spielsucht.net) können Sie die Eindrücke und neuen Ideen des Tages zum Thema „Beziehung“ vertiefen und mit anderen Usern teilen. Denn das Forum - Thema des Monats lautet „Positive Beziehungsgestaltung“. Bitte schauen sie mal rein, melden sie sich an.

Wir kommen zum Schluss, wie gewohnt, zu einem aktuellen Thema:

Eine sehr eigennützige Art der „Beziehungspflege“ betreiben die Interessenvertreter der Glücksspielindustrie, die sog. Lobbyisten der Branche.

Diese ist nicht zu verwechseln mit der positiven Beziehungsarbeit, die ich vorhin beschrieben habe, denn von dieser sollten ja beide Partner etwas haben.

Politiker aller Couleur fällt es mitunter schwer, sich dem Einfluss dieser einseitigen Interessensvertreter zu entziehen. Es hat kaum eine Branche so gut geschafft wie die der Automatenindustrie, sich in eine so verzweigte gesetzliche Zuständigkeit einzubinden. Denn trotz neuem Staatsvertrag sind mal die Länder, mal der Bund zuständig. Dies macht die Einführung substantieller Änderungen zum Beispiel in Sachen Spielerschutz, sehr kompliziert.

Und bisher gelingt es dieser Gruppe sehr gut die eigenen Interessen zu wahren.

Ein Faktencheck: Wir berichteten im letzten Jahr hoffnungsfroh, dass der neue GlüÄndStV der im Juli 2012 in Kraft getreten ist, indem erstmals das gewerbliche Automatenpiel und Sportwetten, also die Glücksspiele, mit dem höchsten Suchtrisiko, endlich in den Vertrag mit einbezogen wurden. Sie erinnern sich vielleicht, dass ein neuer Staatsvertrag nötig wurde, weil das Bundesverfassungsgericht den Spielerschutz, im alten Staatsvertrag als nicht ausreichen kritisiert hatte, wie dies bereits der EUGH zuvor getan hatte.

Doch leider hat der GlüÄndStV, in Bezug auf einen neugestalteten effektiveren Spielerschutz, sowohl in der Automatenbranche als auch bei den Sportwetten, bisher nur wenig Wirkung gezeigt.

Denn, so beschloss es die Politik, die Ausführung der im Staatsvertrag festgeschriebenen Veränderungen, wie der Versuch der Eindämmung einer weiteren Expansion des Marktes zum Beispiel, durch Abstandsregelungen zwischen den Spielhallen, dem Verbot von Mehrfachkonzessionen, oder der Versuch die Öffnungszeiten zu regulieren, im Sinne des Spielerschutzes, um nur einige zu nennen, ist den Bundesländern übertragen worden.

Davon gibt es 16 an der Zahl in Deutschland. Und so gibt heute es eine Flut von völlig uneinheitlichen gesetzlichen Regelungen. Es gibt je nach Bundesland Abstandsregelungen von 100 bis 500 Metern, ohne, dass der Gesetzgeber definiert, wie diese Anstände zu messen sind und wer im Zweifel weichen müsste.

Es gibt täglich einzuhaltende Schließungszeiten von drei Stunden in Bayern bis neun Stunden in Berlin. Die Öffnungszeiten sind aber in der Spieleverordnung geregelt, ähnlich wie die Anzahl der Automaten, die in Kneipen und Imbissbuden ausgestellt werden, und das ist Bundesrecht. In Hessen können sich Automatenhallenspieler sperren lassen, in NRW nicht. Es gibt Übergangfristen, die ein Betreiber beantragen kann, von fünf bis 15 Jahren reichen, usw., usw.... Sie fühlen sich durch meine Ausführungen verwirrt? Ich möchte Sie in Ihrer Wahrnehmung bestätigen. Das ist auch verwirrend!

Ich könnte noch viele Beispiele dieser widersprüchlichen landeshoheitlichen Ausführungen des Staatsvertrages nennen, erspare ihnen das aber an dieser Stelle.

Ähnlich chaotisch sieht es übrigens in Bezug auf die Sportwetten aus. Im neuen Glücksspieländerungsstaatsvertrag 2012 ist die Öffnung des Sportwettenmarktes vorgesehen. Diese ist allerdings administrativ noch nicht umgesetzt worden.

Der deutsche Markt agiert derzeit weiter in einer rechtlichen Grauzone. Es zeugt von wenig Weitsicht, wenn im Staatsvertrag von der Vergabe von 20 Konzessionen gesprochen wird, es aber bereits doppelt so viele Anbieter auf dem Markt gibt, die reale Sportwettbüros in bundesdeutschen Städten eingerichtet haben. Jeder, der mit offenen Augen in seiner Stadt umhergeht, kann das epidemische Ausmaß dieser neuen Angebote sehen.

Und hier legen natürlich die Lobbyisten der Branchen den Finger in die Wunde. Wenn der Staat 20 Anbieter auf den Markt lässt, wird der 21zigste den gerichtlichen Klageweg beschreiten und klären lassen, warum er nicht zugelassen wurde.

Sie fragen sich vielleicht, wieso das eigentlich so von Belang für uns hier heute ist. Antwort: Weil alle Zeichen darauf hinauslaufen, dass der EUGH den aktuellen GlüÄndStV gerichtlich kippen wird und wir dann einen offenen Markt in Deutschland erhalten, auf dem sich ausländische Anbieter von Glücksspielen, ohne nennenswerte Beschränkungen niederlassen könnten. Dies hätte aus Sicht der beruflichen und nicht beruflichen Suchthilfe, sprich Selbsthilfe, verheerende Folgen. Dann würde der deutsche Markt überflutet von Glücksspielanbietern. Und wo der Markt kleiner wird, steigt die Konkurrenz und dies bedeutet mehr aggressive Werbung um die Kunden. Schon heute sind vor allem junge Menschen mit wenig Lebens- und Glücksspielerfahrung vermehrt Opfer eines Guerilla Marketing der Glücksspielindustrie ausgesetzt. Vor allem bei den Sportwetten ist dies zu beobachten, aber auch bei der frechen Werbung der Gauselmann-Kette, die einfach kommentarlos eine gelbe Sonne auf dem Bildschirm erscheinen lässt und ein schönes Wochenende wünscht. Schaurig! Und das ist nur der Anfang!

Bereits heute steigt in allen Hilfeinrichtungen der Anteil jüngerer Glücksspieler von 17 – 25 Jahren deutlich an.

Es ist wichtig, dass wir, die wir uns als Interessensvertreter der Glücksspielabhängigen und ihrer Angehörigen verstehen, wo immer sich eine Chance eröffnet, auf diese gefährliche Entwicklung aufmerksam machen und ein Gegengewicht bilden. Hier sind vor allem die Wohlfahrtsverbände und die Politik gefragt. Glücksspiele sind keine normalen Wirtschaftsgüter, sie stellen als unkontrolliert expandierender Markt eine Gefahr für die Staatsbevölkerung dar.

Sie bedeuten Verschulden, persönliches Leid für die Abhängigen und Angehörigen, Kriminalität und Korruption (Stichwort, Sportwetten Skandale). Um diese Position gilt es weiterhin zu ringen, es gilt sie zu pflegen, denn die neoliberalen Kräfte, die auf einen unkontrollierten Markt setzten, haben keinen Blick für die vielen Abhängigen, die eine solche Haltung zwangsläufig produziert. Denn beim Geld hört die Freundschaft ja bekanntlich auf. Dies gilt auch für Volkswirtschaften, die sich unbedingt am Gewinnkuchen beteiligen wollen.

Meine Damen und Herren, denken Sie daran: Beziehung braucht Pflege.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und uns einen interessanten und anregenden Tagungsverlauf. Treiben sie ein wenig Beziehungspflege und lassen Sie es sich hier heute gut gehen. Schauen sie sich um, auch an den Ständen der Fachstelle und denen der beiden hier anwesenden Kliniken, denn wie wusste schon Antoine de Saint-Exupéry: „Um klar zu sehen reicht oft ein Wechsel der Blickrichtung“.

Im Programm geht es nun mit unserer bewährten Reihe „Wir für uns - Beiträge aus den Gruppen für die Gruppen“ mit einem Erfahrungsbericht der Spielerselbsthilfegruppe Neuss und ihr Beitrag zum Thema „Beziehungspflege“ weiter.

## 2. „Wir für uns ...“

Beiträge aus der Gruppe für die Gruppe,  
Vortrag: Erfahrungsbericht der Spielerselbsthilfegruppe Neuss  
**Klaus und Michael, Spielerselbsthilfegruppe Neuss**

Die Spielerselbsthilfegruppe aus Neuss wird hier vertreten durch Klaus und Michael. Diese würdigen den wertvollen Austausch in ihrer Gruppe.

Vor einiger Zeit hatten sie das Thema Beziehungen, um genau zu sein „das Vertrauen des Partners bezüglich des Spielens“ in der Selbsthilfegruppe. Es wurde die Frage aufgegriffen, wie viel Vertrauen kann ich eigentlich erwarten? Dazu berichtete Michael, wie er selbst dieses Vertrauen bezüglich seiner Frau erlebt habe. Er erörtert, dass seine Frau ihn eines Tages ertappt hat, da sie seine Kontoauszüge gefunden hatte. Auf diesen Kontoauszügen befanden sich Abzüge von über 100 Euro. Dies kam acht bis 10 Mal am Tag vor. Er erklärte, dass seine Frau ihn auf diese Abzüge angesprochen und gefragt habe, woher die ganzen Abzüge kämen. Um dieses Misstrauen aus der Welt zu schaffen, erläuterte er, wie wichtig es sei eine Vertrauensbasis in einer Partnerschaft aufzubauen, um einen Weg zu finden, mit der Glückspielsucht des Partners umgehen zu können. Eine weitere Frage, die in der Gruppe aufgekommen war, lautet: Ab wann kann ich eigentlich sagen, hör doch mal auf damit? Vertrau mir doch einfach! Dazu hebt Michael hervor, dass man als Spieler nicht erwarten kann, dass mein Partner mir voll und ganz vertraut, vor allem da man den Partner jahrelang angelogen hat. Das Misstrauen wird immer da sein. Er verdeutlicht, dass es wichtig ist zu verstehen, dass nicht die Angehörige dem Betroffenen misstraut, sondern dass der Betroffene ihr die Gelegenheit gegeben hat, ihm zu misstrauen. Auch Klaus erörtert den Aspekt des Vertrauens. Er sagt selber, dass das Misstrauen auch heute noch in seiner Beziehung auftaucht aufgrund der früheren negativen Erfahrung, die seine Frau gemacht hatte (das Verspielen des Geldes seinerseits, was sie gemeinsam verplant hatten). Das Gefühl des Vertrauens seitens der Partnerin ist ein sehr positives und schönes Gefühl.

Auf Nachfrage aus dem Auditorium erläutert Klaus noch Mal allgemein die Wichtigkeit des Vertrauens in einer Partnerschaft. Er unterstreicht, dass jede Beziehung anders ist, aufgrund der Individualität jedes Einzelnen. Vertrauen ist die Basis in einer gesunden Beziehung, auch in der Beziehung, in denen der Ein oder Andere nicht spielt, spielt das Vertrauen eine wichtige Rolle. Man muss dem Anderen vertrauen. In Beziehungen, in denen ein Partner glückspielabhängig ist, ist es noch schwieriger, eine Vertrauensbasis zu schaffen.



Abschließend kommt Klaus darauf zu sprechen, dass die Spielerselbsthilfegruppe in diesem Jahr zum ersten Mal, zusammen mit den Angehörigen, ein Achtsamkeitstraining durchgeführt habe, welches ihnen die Bedeutung des gegenseitigen Austauschs, zwischen ihnen als Glücksspieler und ihren Partnern, vermittelt habe.

### 3. Finanzierung & Förderung von Spielerselbsthilfegruppen

**Dieter Bettinger** von Sieler, Prävention und Hilfe (SPuH) NRW e.V

Liebe Mitglieder der Selbsthilfe, liebe Angehörige,

wie Sie dem Titel entnehmen können, beschäftige ich mich heute mit dem Thema „Finanzierung und Förderung der Selbsthilfegruppen“. Zunächst einmal müssen wir uns überlegen, wozu wir überhaupt Gelder brauchen und wie wir diese erhalten können sowie die diesbezüglich benötigten Informationen hierzu bekommen. Aber auch interessiert es euch sicherlich was man dafür tun muss, um Gelder zu erhalten und wer die jeweiligen Ausgaben letztendlich kontrolliert.

Ein wichtiger Aspekt, um Gelder zu bekommen, ist, dass wir bekannt werden.

Dazu benötigen wir vor allem Visitenkarten, Flyer, ein Handy (Handynummer muss bekannt sein und auch erreichbar sein) und eine E-Mail Adresse.

Wo kann ich Hilfe bekommen? Da die Selbsthilfe einen wichtigen Bereich darstellt, ist es möglich schon für Fahrtkosten, Seminararbeitsanträge, Verwaltungskosten, Porto und Druckkosten sowie durch pauschale Krankenkassenförderung Hilfe zu bekommen. In diesem Jahr haben wir allein 300 € für das Projekt „Achtsamkeitstraining“ bekommen. Außerdem gab es auch noch 200 € an Spenden durch die Rentenversicherung Bund in Berlin und jeweilige Unterstützungen durch die Gemeinde, Städte etc. Um von der Krankenkasse Gelder für die Projektförderung zu erhalten, muss ein Antrag gestellt werden.

Ich bin überzeugt davon, dass die Krankenkassen diese Projekte unterstützen müssen. Woher erhalten wir letztendlich Gelder? Gelder erhalten wir von der Stadt Bielefeld, die über die gemeinschaftliche Suchthilfe läuft.



Als nächsten Punkt möchte ich darauf eingehen, wer die Ausgaben kontrolliert.

In der Regel erhalten die Selbsthilfegruppen kein eigenes Konto. Es besteht die Möglichkeit ein Unterkonto speziell dafür einzurichten, welches zurzeit von den Krankenkassen anerkannt wird. Es muss nur abgesprochen werden, wer die Einnahmen und Ausgaben kontrolliert. Das Verfahren muss über den Träger in die Wege geleitet werden.

Woher erhalte ich letztendlich Informationen? Einmal über die Seite der Hauptstelle für Suchtfragen, oder im Selbsthilfenetz. Dort befinden sich auch die Antragsformulare für die Gehaltsförderung. Hierfür gibt es ganz klare Vorgaben. Hilfreiche Informationen findet ihr im Leitfaden zur Selbsthilfeförderung.

Zu guter Letzt möchte ich Ihnen noch einen Leitspruch mit auf dem Weg geben und mit diesem Leitspruch meinen Vortrag zu Ende bringen. Ich bedanke mich bei Ihnen rechtherzlich für ihre Aufmerksamkeit und wünsche Ihnen noch viel Spaß bei den restlichen Themen, die für diesen Tag vorbereitet wurden.

„Ein Leben lang kein Spielen, können sich viele kaum vorstellen, aber man kann es erleben!“

Hinweis der Redaktion: Weitere Informationen finden Sie in der Broschüre der Landesfachstelle Glücksspielsucht „Selbsthilfegruppen für Glücksspielsüchtige und Angehörige“

#### **4. „Glücksspieler und ihre Väter“ Therapeutische Überlegungen....**

**Cäcilia Arenz-Bessel**

Dipl. Sozialpädagogin, M. Sc.

Liebe Mitglieder der Selbsthilfe, liebe Angehörige,



wie Sie dem Titel „Glücksspieler und ihre Väter“ entnehmen können, beschäftige ich mich heute mit den glücksspielenden „Männern“. Das hat einmal damit zu tun, dass ich mit Gruppen arbeite, in denen ausschließlich Männer sind, und zum anderen glaube ich, dass die Beziehung zum Vater für Männer „anders“ wichtig ist als für uns Frauen.

Ich bin aber überzeugt, zumindest hoffe ich, dass die Frauen unter Ihnen auch von dem, was ich vortrage, profitieren können. Wenn Sie Verständnisfragen haben, können Sie mich gerne unterbrechen, ansonsten besteht im Anschluss eine Viertelstunde Zeit zur Diskussion. Für diejenigen unter Ihnen, die das Thema für sich persönlich vertiefen möchten, besteht in der Arbeitsgruppe heute Nachmittag dazu Gelegenheit.

Ja, liebe Zuhörer und Zuhörerinnen, ich möchte Ihnen heute gerne etwas aus meiner therapeutischen Arbeit erzählen. An dieser Stelle einen Dank an die Mitglieder der damaligen Gruppe, die mir erlaubt haben, über unsere gemeinsame Arbeit zu sprechen. Alle Namen und besondere persönlichen Merkmale habe ich geändert.

Das Thema, das ich ausgewählt habe, ist etwas sperrig in meinem Gepäck. Es ragt sozusagen aus meiner Tasche hinaus und ist keineswegs rund. Auf seine Art und Weise ist es jedoch fertig. Ich nenne es „fertig“ im Sinne des buddhistischen Mönches Ajan Brahm, von dem ich auf einem Schreibseminar bei Monika Winkelmann, die Sie gleich kennen lernen werden, folgende Weisheit gehört habe. Ajan Brahm sagt: „Was getan ist, ist fertig.“

Zunächst eine eigene kleine Geschichte:

Mein Vater war ein Kneipengänger. Da er zu Hause als Schneider arbeitete, gönnte er sich Abende, die er in der Kneipe verbrachte. Eigentlich ist Kneipe ein abschätziges Wort – sagen wir also Gaststätte. Ich weiß nicht, ob meine Mutter diese Abende ihm je gegönnt hat oder gönnen konnte. Ich erinnere viele unterdrückte Streitgespräche, die vorwurfsvolle Stimme meiner Mutter und die genervte Stimme meines Vaters.

Er trank etwas zu viel. Das war`s dann aber auch.

Viele Jahre später, im Familienkreis, als ich begann über meinen Vater zu sprechen, hörte ich von meinem Schwager, wie häufig er meinen Vater aus der Gaststätte geholt hatte und dass mein Vater dort Karten spielte. Skat um Geld, und wohl nicht um Pfennigbeträge. Mein Schwager war sauer, er hatte ihm bereits viel Geld geliehen. Bis heute habe ich Schwierigkeiten, dies einzuordnen. Obwohl ich weiß, dass meine Eltern über längere Zeit ihre Miete nicht zahlen konnten und sie einen Kredit aufnehmen mussten. War mein Vater spielsüchtig? Was wusste meine Mutter? Merkwürdig, merkwürdig.

Ja, liebe Zuhörer und Zuhörerinnen, als Therapeutin versuche ich immer auch in der Zeit zurück zu gehen und zu fragen, wie wir / wie die Menschen, mit denen ich arbeite, geworden sind, welche Lebensereignisse und Beziehungserfahrungen prägend waren.

Viele von Ihnen – und ich wende mich bewusst an Sie als Publikum, meistens auch mit eigener therapeutischer Erfahrung - sind Väter. Darüber können Sie in der Regel sprechen. Sie stellen vielleicht fest, wie engagiert Sie als Väter sind oder auch wie belastend es manchmal ist, nach einem anstrengenden Arbeitstag noch für die Kinder da zu sein. Wenn Sie mit dem Spielen aufgehört haben, können Sie Ihr Vatersein häufig noch bewusster wahrnehmen und genießen. Manche befällt auch ein Schuldgefühl, die Befürchtung, als Vater versagt zu haben, und es dauert häufig lange, bis Sie sich selbst verzeihen können, dafür, dass Sie häufig nicht da gewesen sind, und was Sie Ihren Kindern zugemutet haben. Das sind alles Themen, über die wir auch in

der therapeutischen Gruppe miteinander sprechen. Schwer wird das Sprechen, wenn es um den eigenen Vater geht. Der Vater war da oder auch nicht.

Er spielt im Erleben der Gruppenmitglieder häufig keine besondere Rolle. Manchmal ist man auch froh, dass die Zeit, in der man mit dem Vater zu tun hatte, in der man klein und ein Junge war, vorbei ist. Und meine Frage nach dem Vater wird dann als Zumutung erlebt. Was soll denn der Vater mit dem was ich heute bin oder mit meinem Glücksspielen heute zu tun haben? Das ist doch die blühende Phantasie von Therapeuten, die sich so etwas ausdenken, steht dann in den skeptischen Blicken der Gruppe geschrieben.

Es ist wirklich schwer, mit Ihnen über Ihre Väter zu sprechen. Vielleicht ja so schwer, wie es für Sie war, mit Ihrem Vater zu sprechen. Und damit sind Sie nicht alleine. Bei einer Umfrage des sog. „Hitreports“, die vor 30 Jahren unter ungefähr 7.000 Männern durchgeführt wurde, gab es kaum einen Mann, der seine Vaterbeziehung als „warmherzig und wichtig“ beschrieben hat. (Aigner, S. 242) „Mann“ ist dem Vater nicht nahe gewesen. Der Psychoanalytiker Christian Aigner, den ich hier zitiere, gibt seinem Buch, aus dem ich für meine Arbeit viel gelernt habe, den Titel „Der ferne Vater“. Aigners Interesse gilt insbesondere der Qualität der Vaterbeziehung und wie sich diese auf die Entwicklung der männlichen Identität auswirkt. Er vermeidet dabei vom abwesenden Vater zu sprechen, da auch der Vater, der da ist, als fern oder unerreichbar erlebt werden kann.

Ich möchte Ihnen nun einen Ausschnitt meiner Gruppenarbeit zeigen, in dem diese Ferne zum Vater erkennbar wird.

An einem der Gruppenabende lade ich die Teilnehmer ein, über die Zeit zwischen 15 und 20 Jahren zu sprechen, in der alle Anwesende mit dem Spielen begonnen haben. Mich interessiert, wie sie als Jugendliche und junge Männer waren, was sie beschäftigt hat und wofür sie sich interessiert haben.

Die Gruppe kann sich auf den Vorschlag einlassen. Drei Teilnehmer berichten darüber, dass sie im Zusammenhang mit Fußballspielen in dieser Zeit Gelegenheit gesucht haben, ihre Aggressionen los zu werden, d.h. sie haben sich in der Hooligan-Szene aufgehalten. Anschaulich wird berichtet, wie man sich auf die nächste „Schlacht“ vorbereitet hat. Wenn Angst da war, so wird sie nicht erinnert.

Im Vordergrund steht das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe und der Kampf mit dem feindlichen Lager. Auffallend ist auch, dass alle Gruppenmitglieder in dieser Zeit bereits relativ viel Geld hatten. Sie haben entweder schon gearbeitet oder hatten – neben der Schule – Jobs. Unterschiede bestanden darin, wie und wofür das Geld ausgegeben wurde. ‚Ich habe teure Klamotten gekauft‘ – ‚Ich habe in Kneipen Runden gegeben‘, ‚Ich war Stammkunde in einer Edelboutique‘ – ‚Party gemacht‘ waren die Dinge, für die man Geld brauchte.

Auch für den großen russischen Schriftsteller Dostojewskij, der selbst spielsüchtig war und dem Thema einen seiner Romane gewidmet hat, spielte Geld in diesem Al-

ter eine besondere Rolle. Als 18jähriger befindet er sich in einer Militäarakademie, auf der er eigentlich nicht sein will. Er möchte Dichter werden. Weil sein Vater zwar Arzt, aber arm ist, und die Eltern ihn und seinen Bruder zukünftig versorgt wissen wollen, gibt es jedoch nur diese Möglichkeit für ihn. Regelmäßig wandte sich Dostojewskij brieflich, mit der Bitte um Geld, an seinen Vater. Kjetsaa, einer seiner Biographen, schreibt: „Er musste unbedingt neue Stiefel für das Manöver haben, er musste einen Koffer für seine Bücher haben, er musste Geld für eigenen Tee haben. Bis zu 140.000 Mann konnten an einer Parade teilnehmen; was, wenn der Zar entdeckte, dass gerade er eine verschlissene Mütze trug!“ (Kjetsaa, S. 43) Kjetsaa ist der Überzeugung (ohne dies Dostojewskij vorzuwerfen), dass diese Geldbitten von Eitelkeit und dem Bestreben, unter seinen viel reicheren Mitschülern nicht unangenehm aufzufallen, bestimmt gewesen sei. Er bezieht sich dabei auf einen seiner Mitschüler, der schreibt: „Ich wohnte im selben Lager..., schlief wie er in einem Zelt ... und kam gut zurecht ohne eigenen Tee neben dem, der morgens und abends ausgeteilt wurde, ohne weitere Stiefel als mir zugeteilten und ohne einen Koffer für meine Bücher, obwohl ich so viel las wie Dostojewskij. Er litt also keine Not; er wollte sich nur nicht von den Kameraden unterscheiden, die sich privat Tee, Stiefel und Bücherkoffer leisteten.“ (aaO., S. 44)

Dostojewskijs Umgang mit Geld blieb lebenslang problematisch. Er schreibt an seinen Bruder, dass Geld ihm „wie Wasser durch die Finger rann“ und „wie Wachs in den Händen schmolz“.(aaO, S. 56) Nachdem sein Vater früh verstirbt, kämpft Dostojewskij im Alter von 21 Jahren darum, einen Teil des väterlichen Erbes ausgezahlt zu bekommen. Dies wird endlich gewährt. Er bekommt 500 Rubel ausgezahlt. Einen Großteil dieses Geldes verliert er unmittelbar beim Billardspiel, ein Teil wird ihm geklaut. Und erneut bittet er einen Bekannten, ihm „5 Rubel“ zu leihen.

Nach diesem kleinen Ausflug komme ich zurück zum Gruppengeschehen. Als ich die Gruppe nach der möglichen Bedeutung ihres Verhaltens frage (also: Runden geben in Kneipen, Stammkunde in einer Edelboutique), das man ja vielleicht als „etwas darstellen wollen“ oder „wichtig sein wollen“ bezeichnen könnte, taucht das Thema Männlichkeit auf. Die Gruppensitzung endet mit der Frage eines Teilnehmers, er würde gerne wissen, warum er beim Tod seines Vaters nicht habe weinen können. Morgen sei sein 12. Todestag.

Für mich überraschend wird an diesem Abend erstmals die Beziehung zum Vater von einem Gruppenmitglied in dieser Gruppe angesprochen.

Zwei Gruppensitzungen später frage ich erneut nach der Zeit zwischen 15 und 20 Jahren. Ich erinnere daran, dass es bei der letzten Runde um das Thema Männlichkeit ging und dass die Frage nach der Beziehung zum Vater aufgetaucht sei. Diesmal lade ich ein, darüber zu erzählen, wie in diesem Alter (15-20 J.) ihr Blick auf den Vater war. Wie haben sie den Vater erlebt, gesehen, was haben sie von ihm gehalten?

Die Väter, von denen die Gruppe dann berichtet, sind einerseits Vorbild, sie können „alles“, sie sind handwerklich z.B. sehr begabt, andererseits können sie sich aus den unterschiedlichsten Gründen den Söhnen nicht zuwenden. Zwei Väter haben ein Al-

koholproblem, zwei sind gewalttätig, sie schlagen die Mutter und auch den Sohn, ein Vater spielt, zwei Väter gehen fremd, ein Vater kann den Sohn nicht vor der Grausamkeit der Mutter schützen und der Sohn fängt an, auch den Vater zu hassen. Ein anderer Vater kümmert sich nur um die kranke Mutter und kann den Sohn nicht vor deren Manipulation schützen.

Es fallen die Väter auf, die „alles“ können, denen gegenüber man sich aber klein und unfähig fühlt. Man kann ihnen nichts recht machen. Zum Teil werden die Söhne abfällig behandelt und misshandelt. Bei Konflikten zwischen den Eltern ziehen sie sich zurück in den Keller, „Handwerkern“ dort und sind auch für den Sohn nicht erreichbar. Der Psychoanalytiker Aigner erzählt von Vätern, die ihre natürliche Autorität verloren haben. In der vorindustriellen Zeit habe der Vater u.a. durch den eigenen Beruf, der an den Sohn weitergegeben worden sei, eine Autorität besessen. Man habe von ihm etwas lernen können. Mit der zunehmenden Industrialisierung und Entfremdung, die in der Arbeitswelt stattgefunden habe, sei der Vater dieser Autorität beraubt worden. Die Erwartung an ihn, eine solche darzustellen, sei jedoch geblieben. Die ehemals natürliche Autorität ersetzen viele Väter auf dem Hintergrund eigener unbestimmter Versagensgefühle häufig durch Strenge und Härte.

In der nächsten Gruppensitzung geht es um die Schwierigkeit, Konflikte in der Beziehung zur Partnerin anzusprechen. Besonders unvorstellbar ist für die anwesenden Gruppenmitglieder, mit ihrer Partnerin über einen möglichen Rückfall zu sprechen. Starke Schuldgefühle der Partnerin gegenüber sind erkennbar.

Meine Assoziation in dieser Situation ist, dass den Gruppenmitgliedern etwas im Rücken „fehlt“ ... der Vater? – Ich denke daran, weil ich eine intensive eigene Körperempfindung habe. Ich spüre das Bedürfnis, einem Teilnehmer den Rücken zu stärken, ihm meine Hand auf den Rücken zu legen.

Aigner meint, dass dort, wo die Identifikation (also, dass man sagt: „ich bin wie er“) mit einem Vater, der auch zärtlich, sanft und sorgend ist, nicht stattfinden kann, Zärtlichkeit schwer zugänglich ist und innerlich abgewehrt oder als „typisch weiblich“ der Mutter zugeordnet werden muss. Daraus folgt häufig auch, dass man nicht lernt, sich selbst „sorgend“ zuzuwenden und man Schwierigkeiten hat, zu spüren, was einem gut tut.

Wir sprechen in der Gruppe nun häufiger darüber, wie es ist, Vater zu sein, aber auch über die aktuelle Beziehung zum Vater und über die Erinnerung an den bei manchem bereits verstorbenen Vater.

Über die Beziehung, die Dostojewskij zu seinem Vater hatte, gibt es sehr unterschiedliche Vermutungen. Er selbst hat sich so gut wie gar nicht, und wenn, dann positiv, über seine Eltern bzw. seine „glückliche“ Kindheit geäußert. Über den Tod des Vaters habe er viele Tränen verloren, schreibt er an seinen Bruder.

Wenn man seine Biografie liest und sieht mit welchen Problemen der Vater zu kämpfen hatte, kann ich mir nicht recht vorstellen, dass die Beziehung zwischen Vater und Sohn nah und warm hat sein können. Wie bereits gesagt, war der Vater zwar Arzt, aber arm. Er war schwermütig und krankhaft eifersüchtig auf seine Frau. Auf Bildung legt er großen Wert. Nur indem er die finanzielle Unterstützung der Familie seiner Frau annahm, konnte er seinen Söhnen einen Teil der Bildung zukommen lassen, die er wichtig fand. Dies erlebte er aber auch als demütigend.

Im Umgang war er kein einfacher Mensch. Dostojewskijs Bruder erinnert sich beispielsweise an die Lateinstunden, in denen Dostojewskij und sein jüngerer Bruder ihren Text „strammstehend“ hätten aufsagen müssen. „Meinen Brüdern grauste es immer vor diesen Stunden. In all seiner Güte war mein Vater ein äußerst anspruchsvoller und ungeduldiger Mensch, und vor allem sehr aufbrausend. Bei dem geringsten Fehler brüllte er sie gleich an.“ Besonders für Dostojewskij seien diese Stunden eine wahre Plage gewesen. Er sei ausgelacht worden, wenn er nicht mit dem jüngeren Bruder hätte Schritt halten könne. (S. 20/21 Kjetsaa)

Dieser kurze Einblick in Dostojewskijs Lebensgeschichte soll hier genügen. Ich möchte nochmals zurück zur Gruppe kommen.

In einer der Pausen der Gruppenstunden fühle ich mich plötzlich sehr einsam, alleine mit der Gruppe, unsicher – irgendwie durchlässig – verletzlich – und ich frage mich, wie mache ich nur mit ihnen weiter?

Mir ist nicht klar, woher dieses Gefühl kommt. Ich leite die Gruppe i.d.R. allein und kann dies auch genießen. Meine erste Idee ist, dass ich mich für einen Moment wie die Mütter fühle, deren Männer nicht da sind und die mit der Kindererziehung alleine sind. Ich denke, wie schwierig diese Aufgabe für die Mütter gewesen sein muss. Immer alles alleine zu entscheiden. Ich nehme mir vor, einmal danach zu fragen, wie der Blick der Mütter auf die Väter war – zumindest was an Vermutung hierüber bei den Gruppenmitgliedern vorhanden ist. Ein Teilnehmer merkt hierzu später an: Ja, genau, er habe sich auch gefragt, was denn mit den Müttern sei.

Bevor ich also nun zum Ende komme, werfe ich noch einen ganz kurzen Blick auf die Mütter, weil sie natürlich ebenso – wenn auch anders - wichtig für Sie sind und die Mütter bei einer erlebten Vaterferne vielleicht besonders wichtig werden.

In einer weiteren Gruppenstunde erzählt Herr G. von seinem Heimaturlaub in Spanien. Obwohl er drei Wochen dort gewesen sei, habe er einen seiner Brüder nur für eine Stunde gesehen. Der Bruder arbeite viel und „verzocke“ ansonsten sein Geld. Sein anderer Bruder spiele ebenfalls – beide Brüder hätten, so wie Herr G. selbst, drei Kinder. Die 77jährige Mutter würde ihre sehr kleine Rente für die finanzielle Unterstützung der Brüder bzw. deren Kinder ausgeben.

Er habe mit seiner Mutter über seine eigene Glücksspielsuchttherapie, aber auch über seinen verstorbenen Vater sprechen wollen, der gespielt habe und auch fremd-

gegangen sei – die Mutter habe aber ziemlich empört reagiert. Sie habe betont, dass der Vater ein „guter Mann“ gewesen sei. Nach 10 Minuten habe er es aufgegeben. Die Gruppe bewundert die Opferbereitschaft der Mutter und wie toll es sei, dass sie so wenig an sich selbst und nur an die Kinder denke.

Ich bin überrascht. Allerdings scheine ich die einzige in der Gruppe zu sein, die das Alleinsein von Herrn G. mit seiner eigenen Glücksspielsucht und wie er diese im Moment bewältigt, zu empfinden scheint. Ich empfinde auch Traurigkeit darüber, dass Herr G. bei seiner Mutter kein Gegenüber findet, mit der er über seine Fragen und Zweifel den Vater betreffend sprechen kann.

Meine Bemerkung (das könne einen ja auch ärgerlich machen, wenn die Mutter immer wieder Geld gebe und sie damit das Glücksspielen der Brüder ja auch verlängere) wird von der Gruppe nicht verstanden. Die Opferbereitschaft der Mutter wird als sehr positiv erlebt. Bis auf einen Teilnehmer, der eine eher egozentrisch-grausame Mutter hat, erzählen die Teilnehmer von der Opferbereitschaft der eigenen Mütter. Wie die Mütter für sie putzen gehen, ihnen kleine (oder auch größere) Summen Geld zustecken und an sich selbst zuletzt denken.

Ich fühle mich mehr und mehr alleine in der Gruppe mit meinem Ärger auf diese Mütter und fange an, an mir und meiner Wahrnehmung und inneren Reaktion zu zweifeln.

Dies versuche ich der Gruppe mitzuteilen und weise darauf hin, dass ich ja wohl die Einzige sei, die auf die Opferbereitschaft der Mütter nicht so positiv reagiere. Vielleicht sei dies ja ein geschlechtsspezifischer Unterschied. Allerdings fragte ich mich, ob sie sich nicht auch manchmal von der Opferbereitschaft der Mütter erdrückt oder erschlagen fühlen würden?

Dies scheint es der Gruppe möglich zu machen auch über die andere Seite ihres Erlebens zu reden. Ein Teilnehmer sagt, dass er es sich sehr wünschen würde, dass die Mutter einmal etwas für sich unternahme, und wenn es nur eine Kaffeefahrt sei. Er habe das Gefühl, dass die Mutter nach dem Tod des Vaters, und obwohl sie sich eigentlich hätte scheiden lassen müssen, aufgehört habe zu leben.

Danach beschäftigen sich die Teilnehmer mit ihren eigenen Schuldgefühlen, wie es ihnen geht oder in der aktiven Spielerzeit gegangen ist, wenn sie die Geschenke der Mutter angenommen haben.

Liebe Zuhörer und Zuhörerinnen, während des Schreibens habe ich mich immer mal wieder gefragt, wie dieser Vortrag enden soll, was ich Ihnen eigentlich mit auf den Weg geben möchte.

Da ich im weitesten Sinne eine Anhängerin des Begründers der Psychoanalyse, Sigmund Freud, bin, glaube ich an die Wirkung von unbewussten Prozessen. Freud sagt, dass Konflikte, die für uns bedeutsam waren, die aber in unserer frühen Kindheit nicht gelöst werden konnten und verdrängt werden mussten, die Tendenz haben, wieder zu erscheinen. Sie „wirken“ in unser Alltagsleben hinein. Ich nehme

also an, dass dort, wo die Beziehung zum Vater ein „Tabu“ ist, man z.B. nicht über ihn sprechen möchte, sich diese Beziehung in einer anderen Weise zeigt. Vielleicht z.B. wie wir gehört haben, in einem besonderen Ausleben oder aber auch in der Hemmung der Aggression. „Mann“ möchte nicht so sein, wie der Vater, das macht es dann aber manchmal schwer, sich der Partnerin gegenüber, dem Chef oder auch den Kindern gegenüber, angemessen abzugrenzen. Mit Nachdruck „nein“ zu sagen, wenn dies nötig ist und einen eigenen Standpunkt zu vertreten. Oder die unerfüllte Sehnsucht nach Anerkennung führt vielleicht dazu, dass man nur beim Glücksspielen mit sich selbst einverstanden ist. Dort (in der Spielhalle zum Beispiel) ist man häufig in seiner eigenen Welt. Niemand – und auch der innere Kritiker nicht – erreicht einen dort. Für einen Moment kann man einfach „sein“.

Dies sind nur einige Beispiele. Ich möchte Sie einladen, sich mit ihrem Vater zu beschäftigen. Sprechen Sie über oder vielleicht sogar mit ihm. Eignen Sie sich Ihre Beziehung zum Vater an. Vielleicht im Sinne des nun nachfolgenden Vortrages. „Die Wahrheit beginnt zu zweit.“

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.

Literatur:

Aigner, Josef Christian (2001): Der ferne Vater. Zur Psychoanalyse von Vatererfahrung, männlicher Entwicklung und negativem Ödipuskomplex. Psychosozialverlag  
Kjetsaa, Geir (1992): Dostojewskij. Sträfling-Spieler-Dichturfürst. Wiesbaden

## 5. „Die Wahrheit beginnt zu zweit“

**Monika Winkelmann, Poesiepädagogin**  
**Hans-Rainer Hühner, Seminarleiter**

„Eine Methode (auch) für Paare, vertieft miteinander ins Gespräch zu kommen“

Liebe Cäcilia, liebe Verantwortliche bei der Caritas, liebes Publikum!

Es ist mir eine ganz besondere Freude, zum heutigen Vernetzungstreffen als Referenten zu einem unserer Lieblingsthemen eingeladen worden sein.

Dir, liebe Cäcilia, gilt vor allem mein Dank, dass Du mir und meinem Mann, ohne ihn zu kennen, vertrautest, an uns dachtest, als es Dir offenbar um geeignete Referen-



ten zum Thema Zwiegespräch ging. Ob Du Dein Vertrauen nach dem Vortrag und Workshop am Nachmittag als gerechtfertigt ansehen wirst – das hoffe ich sehr. Von unser beider Freude möchte ich auch sprechen. Doch das Wörtchen „uns“ wenn es um das von Michael Lukas Moeller und Célia Fatía, seiner späteren zweiten Frau, erfundene und schließlich zu einer Fortbildung in Partnerschaft gereifte „Wesentliche Zwiegespräch“ geht, ist heikel. Eine der Richtlinien in der sog. Grundordnung lautet nämlich, jeder möge den Fokus bei sich behalten, möge nur in eigener Sache sprechen, andernfalls wäre dies ein Ausdruck von Kolonialisierung. Wer von uns kennt ihn nicht, den erstaunten Ärger, wenn wir unsere Partnerin sagen hören: „Uns gefiel Italien einfach besser“, wenn wir genau wissen, es war vor allem sie, die nicht nach Norwegen reisen wollte.

Ich wage es dennoch zu sagen: Es ist auch uns eine Ehre und eine Freude, zusammen als Paar, das seinen Weg mit Zwiegesprächen begonnen, gepflastert und - Gott sei Dank! - noch nicht beendet hat, Zeugnis über Methode und Wirkung des Zwie's, wie Herr Moeller diese Gespräche selber liebevoll abkürzte, abzulegen.

Lassen Sie sich jetzt erst einmal von der Perspektive meines Mannes inspirieren, mit der dieser die Segnungen der Zwie's in seinem Vortrag darlegt:

#### VORTRAG VON HANS-REINER HÜHNER

Vielleicht sind einige von Ihnen heute hier, verehrte Damen und Herren, liebe Freundinnen und Freunde – alle in den 12-Schritte-Gruppen nannten wir vertraut-vertraulich „Freunde“ - , weil Sie Prof. Michael Lukas Moeller vor allem durch sein Buch: Selbsthilfegruppen. Selbstbehandlung und Selbsterkenntnis in eigenverantwortlichen Kleingruppen kennen gelernt haben. Schon hier wurde deutlich, wie außerordentlich kreativ dieser Mann gewesen ist, risikofreudig und sich für nichts zu schade.

Dass er später gesagt hat: „Die kleinste Selbsthilfegruppe besteht aus zwei Personen“ und noch später aus dieser Einsicht das Zwiegespräch entwickelt hat, ist aus meiner Sicht folgerichtig und konsequent. Irgendwann leuchtet es fast jedem ein, liebes Publikum, auch dem verstocktesten Zeitgenossen, der ungestümsten Zeitgenossin, dass keine Gruppenerfahrung befriedigend ist oder bleiben kann, wenn in einer Gruppe von – sagen wir – acht Menschen nur drei das Wort ergreifen, während die anderen müde und lasch auf ihren Stühlen hängen.

Oder wenn sich zwar alle scheinbar beteiligen, irgendwie, aber jeder jedem ins Wort fällt, so dass kein Gedanke zu Ende entwickelt, kein Gefühl tief empfunden und - geschweige denn – auf eigene Art zum Ausdruck gebracht werden kann!

Vorher möchte ich mich Ihnen kurz vorstellen:

Ich bin Monika Winkelmann und als Älteste von vier Schwestern, die beiden letzteren aus der zweiten Ehe meiner Mutter, 1952 zur Welt gekommen. Ich stamme aus einer dysfunktionalen Familie, und habe, in Partnerschaften und engen Beziehungen, das Muster der Co-Abhängigkeit gelebt. Bis zu meiner Psychoanalyse, die sich mit zwei längeren Pausen insgesamt über einen Zeitraum von zehn Jahren – also von meinem 35. bis zum 45. Lebensjahr - erstreckte. An depressive Einbrüche erinnerte ich

mich gar nicht, weil ich nicht wusste, was das war und für normal hielt, dass ich manchmal wie aus heiterem Himmel von Niedergeschlagenheit und tiefen Selbstzweifeln heimgesucht wurde. An meine psychosomatischen Erkrankungen erinnere ich mich hingegen gut, ahnte jedoch wenig von ihrem Ursprung und schon gar nicht, wie sich mein Leben zum Besseren wenden könnte. Ich konnte mich entweder gar nicht binden oder zuviel und größere Vorhaben kaum zu Ende bringen. Zum Beispiel mein Studium in Germanistik, Romanistik, Pädagogik. Die Fächer waren schon die richtigen, wenn man bedenkt, dass ich ein paar Jahre nach der Analyse und als meine Tochter Lisa schon etwas größer war, Weiter- und Fortbildungen besuchte, die mich genau bis zu diesem Platz heute hier geführt haben: Als Lehrerein bzw. Traineein mit dem Thema Sprache und Sprachsensibilität, Sprechen, Schreiben, Übersetzung, Kommunikation schwieriger und komplexester Sachverhalte habe ich täglich zu tun. Aber ich hatte es abgebrochen, das Studium. Ich war über zwanzigmal umgezogen, alleinerziehend vom Säuglingsalter meiner Tochter an. Sprach ein paar Fremdsprachen, wohnte 350 km von meinen Eltern entfernt, las viel und gerne und war leidenschaftlich an allem interessiert, was heil macht. Psychotherapie, Religion, Philosophie, Kunst, Ethik. Ich war sozial engagiert und sehr rebellisch.

Das erste nach längerer Suche, was mich von Beginn an, begeistern, fesseln und bis heute nicht mehr loslassen sollte, war das kreative Schreiben. Ich bin also Lehrerin des kreativen Schreibens bzw. Poesiepädagogin geworden, was dasselbe ist, und entwickelte mich auch zu einer Art Schreibtherapeutin. Ich studierte bei Prof. Lutz von Werder Schreiben und bei Ruth Cohn über viele Jahre, das Leiten von Gruppen. Funktionalen Gruppen. Ich gründete die Frauenschreibschule KALLIOPE 1999 und lernte, in einer tiefen seelischen Krise, meinen späteren Mann in einer Selbsthilfegruppe kennen. Fünf Jahre war ich dort, und oft sagte ich: Hier ist meine Heimat. Meine wahre Zugehörigkeit. Ich lernte, meine Überlastung, meine Einsamkeit, meine tief sitzenden Unwertgefühle zu spüren und fast bei jedem Treffen zu weinen, entweder über mich und mein Leben oder die Mitteilung eines/einer anderen. Ich war also in sehr vielen Gruppen zu Hause, zu Gänge: Selber leitend, mich fortbildend, in der Selbsthilfegruppe. Und so ähnlich ist es im Prinzip bis heute geblieben, nur die Inhalte wechselten. Circa elf von den zweiundzwanzig Jahren, seit denen ich Kurse und Workshops gebe („Heilsames/Intuitives/ Autobiografisches/Meditatives Schreiben“, „Schreiben befreit“, Ich schreibe, also bin ich“) beruhte mein Einkommen auf dem einen Standbein:

als Fremdsprachensekretärin für mich und meine Tochter die Brötchen zu verdienen, und auf dem Spielbein, mit dem ich meine Berufung auf- und ausbaute. Seit mehr als zehn Jahren bin ich voll selbstständig als Seminarleiterin, Poesiepädagogin, Meditationsbegleiterin und SchreibCoach.

Wir TeilnehmerInnen hatten ja schon am eigenen Leib erfahren, wie uns die in den Partnerschaften geführten Zwiegespräche beschäftigten, berührten, beunruhigten und bei der Stange hielten oder auch nicht. In der Fortbildung nun lernten wir Vieles

über die Hintergründe, vor allem die Widerstände: Wir eigneten uns Wissen an, das zu einem langen Atem führt, zu Geduld und Durchhaltevermögen. Denn wir würden auf jeden Fall, bei langem Üben, auf unsere jeweiligen tiefsten Verwundungen stoßen, unsere Verlustangst, unsere Angst, nicht eigentlich liebenswert zu sein, unsere Sehnsüchte, und alle entsprechenden Abwehrstrategien. Das merkten wir uns.

Es dürften zehn Jahre sein, in denen ich insgesamt, meist zweimal im Jahr, jeweils einen Wochenendworkshop für Paare gegeben habe. Nach zwei Jahren kam mein Mann dazu, und es war nun viel befriedigender, als übendes Paar für andere übende Paare da zu sein und einen Raum anzubieten, in denen die Partner erst einmal zu sich selber, aber auch zueinander finden könnten. Herzstück war stets, am Samstagnachmittag, das für die meisten Paare erste Zwiegespräch zu führen.

Und sich hinterher in der Gruppe darüber auszutauschen. Der letzte Vormittag am Sonntag diente dazu, dass Ängste, Hoffnungen, Fragen in geschütztem Rahmen geäußert und erforscht werden konnten. Unser erklärtes Ziel bestand darin, dass jedes Paar sich noch während des Seminars auf einen regelmäßigen Termin sowie jeweils einen Ersatztermin festlegen würde und sich gut informiert und motiviert auf den eigenen kreativen Weg eines neuen Kommunikationsstils machen könnte.

Alle Gruppen begrüßten alleine die Tatsache, sich so viel Zeit für sich selber mit anderen Paaren genommen zu haben, ohne Ausnahme. In einigen Fällen fanden die männlichen Partner kaum Zeit, die Zwiegespräche durchzuführen oder hatten Schwierigkeiten, sich dies erfolgreich vorstellen zu können. Manche schlossen eine Fortführung oder einen Aufbauworkshop strikt für sich aus, andere jedoch ließen sich auf einen längeren Weg mit uns ein. Zwei Beispiele möchte ich hier nennen:

1. Die Gruppe traf sich einmal monatlich in unserem kleinen Gruppenraum, von 18.30 bis 20.30 Uhr, um die Entwicklung der Kommunikationsfähigkeit in und außerhalb der Zwiegespräche miteinander zu teilen und wichtige Einsichten aus den Büchern von Moeller/Fatia nachzuvollziehen und zu vertiefen.

2. Die Gruppe traf sich an mehreren Wochenenden über zwei Jahre mit demselben Ziel, aber in der Familienbildungsstätte. In dem Format konnte jedes Paar auch jeweils ein Zwiegespräch führen. – Diese Gruppe war so hoch motiviert und kreativ, dass sie sich danach für eine ganze Weile alleine traf und weiter miteinander arbeitete, auch noch, als ein Paar nach Berlin gezogen war.

Die über die Jahre immer wieder kehrenden Titel der Auftage bzw. –abende waren:

- Unser Weg mit den Zwiegesprächen und unsere sonstige Kommunikation
- Dreifaches Gift – Dreifaches Gold
- Die fünf Einsichten/Die „Big Nine“
- Die Windrose der Konfliktlösung
- Ich als Frau – ich als Mann: Unsere Wurzeln

- Die „ersten 3 Minuten“ als Kraftquelle unserer Liebesbeziehung u.v.m.

Wir selber gehörten zu den engagierten Paaren, die in den ersten Jahren die versäumten Zwiegespräche an einer Hand aufzählen konnten und sich wirklich nach Kräften bemühten, diese im Urlaub oder an Feiertage auf- und nachzuholen. Was in der Tat eine wichtige Richtlinie ist, wenn ein Paar oder zwei Beziehungspartner dauerhaft erfolgreich sein wollen.

In dem prophezeiten Zeitraum nach etwa sieben Jahren, begannen auch bei uns die Einbrüche, jedenfalls aus meiner Sicht, mein Mann wird das vielleicht anders sehen, und ich müsste es so stehen lassen. Auch im Moment sind wir mit unserer Regelmäßigkeit schlampig geworden, und ich finde, wir haben es noch jedes Mal gebüßt, d.h. hinterher eingesehen, welches Konfliktpotenzial wir uns damit aufgehalst haben.

Ganz ohne Beratung, Begleitung sind wir jedoch nicht ausgekommen, das möchte ich ausdrücklich sagen. Zwiegespräche können längere Zeit Therapeuten ersetzen oder gut therapiebegleitend geführt werden, dafür sind sie auch gedacht. Doch es gibt auch Paare, die sich dabei überfordern, wie mit nahezu allem, und so tat es uns gut einzusehen, dass wir nicht alles alleine machen müssen. Das hatten wir in der Selbsthilfegruppe auch schon gelernt, vergaßen es aber gerne wieder.

Warum nun empfehle ich Zwiegespräche? Lassen Sie mich erst einmal ganz persönlich antworten:

1. Zwiegespräche stellen sicher, dass wir überhaupt tiefer miteinander sprechen. Und wenn die Woche noch so gut gefüllt ist. Auch wenn inzwischen auch unsere anderen Gespräche an Tiefe und Reife dazu gewonnen haben (nicht immer!): Eineinhalb Stunden sich gegenüber zu sitzen, ohne Ablenkung, einfach da zu sein für sich selber, für den anderen/die andere, für „uns als Paar“: Das tut einfach gut. Und wo es nicht gut tut, jedenfalls nicht auf den ersten Blick, nicht sofort, da befriedigt es mich doch, drangeblieben zu sein. Man ist ja schließlich nicht jeden Tag gleich gut drauf.
2. Zwiegespräche sind gelebte Basisdemokratie. Keine dominiert den Anderen/die Andere, durch mehr Zeit und Raum – Sie wissen schon, was ich meine. Und fünfzehn Minuten nur erstklassige Argumente am Stück zu liefern, und das dreimal, das gelingt auch dem Eloquentesten nicht so leicht. Auch wer geübter ist im Reden, Argumentieren, Überzeugen, wird irgendwann auf sich geworfen, auf die eigene Befindlichkeit und dann fängt es an, interessant zu werden. Und der Andere, der schüchternere oder verschlossenere oder trotzigere Partner kann sich Zeit lassen, da kein Offenbarungszwang besteht. Mann darf auch schweigen! Allerdings wären dreimal 15 Minuten Schweigen schon sehr gewagt – wer wollte denn so die Partnerschaft aufs Spiel setzen?

Sie haben an dieser Stelle schon Einiges gelernt, und es kommen noch ein paar Punkte dazu:

- Das Paar reserviert sich pro Woche eineinhalb Stunden für das Zwie, am besten immer zur selben Zeit. Es vereinbart immer auch einen Ersatztermin, um merkwürdigen Zufällen („Schatz, bei mir ist heute leider etwas dazwischen gekommen...“) gleich begegnen zu können. Ausgefallene Zwie's werden nachgeholt, mit einer Pause dazwischen.
- Beide sitzen sich gegenüber (also ein während eines Spazierganges geführtes gutes Gespräch ist trotzdem kein Zwiegespräch!) So nehmen sie einander ernst, sich selber auch und signalisieren dem Gegenüber: Du, ich bin für Dich da. Dies ist das Therapeutische. Heilsame.
- Man vereinbart lediglich zu Beginn der Praxis, wer beginnt; danach geht es immer im Wechsel. Der erste spricht 15 Minuten, die anderen hört zu. Jeweils nach 15 Minuten wird gewechselt. JedeR hat also eine Dreiviertelstunde. Insgesamt. Man bleibt nicht unter den eineinhalb Stunden, geht aber auch nicht drüber.
- Es gibt nur ein Thema, auf das man immer wieder zurückkommt: Was ist jetzt in mir lebendig. Oder: Was bewegt mich im Moment am meisten? Hier dürfen zwar in der eigenen Zeit Wünsche geäußert werden, worüber man gerne etwas hören würde von der Partnerin, diese braucht aber nicht darauf einzugehen! Allerdings ist es meist umgekehrt, meistens wollen die Frauen etwas Bestimmtes hören. Wenn das nicht zur Zufriedenheit ausfällt, können sie ihre Frustration äußern, aber in ihren 15 Minuten. Es ist nicht leicht, 15 Minuten lang sauer zu sein. – Paare, die große Schwierigkeiten damit haben, überhaupt die Zeit auszufüllen, können sich auch an das Schema halten: 1. Viertelstunde: Wie habe ich mich in der Beziehung erlebt? 2. Viertelstunde: Wie habe ich Dich erlebt? 3. Viertelstunde: Wie habe ich die Beziehung erlebt? – (Es gibt auch die Empfehlung, ZUSÄTZLICHE themenzentrierte Zwie's zu führen, aber das führt m.E. hier zu weit)
- Gewisse Kommunikationsregeln sollte jedes Paar verinnerlichen und kreative Wege entwickeln, einander darauf aufmerksam zu machen, wo diese gebrochen werden bzw. STOP-Schilder zeigen. Beispiele: Bei Paarrassismus, Kolonialisierung und anderen Entwertungstrategien.
- Zwiegespräche können ihre stabilisierende und präventive Kraft nur dann entwickeln, wenn sie regelmäßig geführt werden! Keiner von den beiden Gesprächspartnern darf darum bangen müssen, dass das nächste Zwiegespräch ausfällt oder alle ausfallen werden. Hier geht es also auch um Fair Play.  
Wir empfehlen, frühestens nach einem Vierteljahr, eine Bilanz zu ziehen und darüber zu befinden, ob sie weiter stattfinden sollen.
- Die präventive Funktion der Zwiegespräche ist möglicherweise die wesentlichste. Sie verhüten, wenn die Grundordnung beachtet wird, dass Konfliktpotenzial sich aufstaut, implodiert oder explodiert. Meinungsverschiedenheiten können auf vergleichsweise kultivierte Art ausgetragen werden. In der übrigen Woche bleibt noch genügend Zeit für Ihre persönliche Art des Streitens oder des Unter-den-Teppich-Kehens.

- Zwiesgespräche fördern die Selbstbindung und damit die Bindungsfähigkeit.
  - Sie fördern Selbsterkenntnis, Empathie und Ausdruckskompetenz.
  - Sie sind förderlich für Ihre Gesundheit, weil das sog. „opening-up“ (= sich öffnen) die Immunabwehr stärkt.
  - Die Partner lernen sich selber und den Anderen besser kennen, machen sich immer wieder einfühlbar, erkennen aber auch, wie anders der/die Andere ist.
- ICH BIN NICHT DU UND WEISS DICH NICHT. So fördern sie Demut, Weisheit und Differenzierung.

Kurz vor dem Ende noch eine GUTE NACHRICHT:

Wenn ein Paar „kurz vor der Trennung steht“, wie beide bekräftigen, dann empfiehlt Prof. Moeller, von diesem Zeitpunkt an, noch zwei Jahre lang Zwiesgespräche zu führen! Soviel sei immer noch drin, sagt er, mit seiner langen Erfahrung. Und wenn dann beide Partner tatsächlich einer Trennung zustimmen, dann sollten sie – vor allem, wenn sie Eltern sind! Aber auch sonst – unbedingt weiter Zwiesgespräche führen, damit sie gute Eltern bleiben und Freunde werden können.

Denn, liebe Freunde, was wir keinesfalls vergessen dürfen: Unser Lebensgefährte, unsere Frau, unsere Geliebte, unser Mann ist für unser Lebensglück der entscheidendste Mensch! Vergessen wir das nicht allzu oft und allzu gerne? Können wir glauben, dass diese spezielle Kombination von zwei Lebensgeschichten, wenn zwei sich ineinander verlieben, in den berühmten ersten fünf Minuten, irrtumsfrei passend ist für die eigene Entwicklung? Und überhaupt: Können wir nicht immer wieder nur darüber staunen, vor allem, wenn wir Kinder haben, dass der Anfang jeden Lebens das Paar ist?

Solche Einsichten verdanken wir Prof. Moeller und seiner Frau Célia Fatía, die das Netzwerk ihres verstorbenen Mannes, das sie stark mit ihrer Präsenz beeinflusst hat, unverdrossen weiter führt. Selbstverständlich können auch homoerotisch lebende Paare und Partner anderer Lebenszusammenhänge, die sich auf einen tiefen Austausch miteinander einlassen wollen, Zwiesgespräche mit großem Gewinn führen!

Ich jedenfalls wäre glücklich, wenn von unserem Vortrag und dem Workshop nachher Impulse ausgehen könnten, die die „sehr belasteten“ Partnerschaften von Glücksspielsüchtigen – so las ich dem Flyer für den Tag heute - etwas erleichtern, etwas befreien helfen könnten.

Vielen Dank für Ihr Zuhören und, dass Sie da sind.

Literatur:

Michael Lukas Moeller: Die Liebe ist ein Kind der Freiheit  
Die Wahrheit beginnt zu zweit

Gelegenheit macht Liebe  
Die ersten drei Minuten  
Worte der Liebe

## **Hans-Rainer Hühner, Seminarleiter**

Die Wahrheit beginnt zu Zweit  
Weblink: [www.dyalog.de](http://www.dyalog.de)

Es war im Sommer 1998, als ich, bereits seit 9 Jahren trockener Alkoholiker, die Entscheidung traf, mich von Conny, meiner ersten Frau, zu trennen. Ich hatte ein klares Gefühl dafür und zog zunächst alleine in eine kleine Wohnung in der Nähe.

Schweigen und Vereinsamung hatten unsere Beziehung, die bis dahin 23 Jahre währte, in den letzten Jahren gekennzeichnet, wir wussten nicht, wie miteinander reden, unsere Verbindung war in der Tiefe gestorben.

Seit meiner frühen Jugend hatte sich meine selbstzerstörerische Sucht nach Alkohol entwickelt. Am Ende stand kurz vor der Kapitulation im Herbst 1989 meine totale Selbstaufgabe, das Lebenslicht am Ende des Tunnels war nur noch ein winziges Pünktchen. Aber es reichte, um mich zum ersten Mal wirklich und konsequent für mein Leben zu entscheiden und es in die Hand zu nehmen.

Zum Zeitpunkt der Trennung von Conny hatte ich bereits seit 9 Jahren nach meiner Langzeit-Entwöhnung in einer Fachklinik die nächstgelegene Selbsthilfegruppe für Alkohol- und Medikamentenabhängige in Linz/Rhein besucht und diese über 7 Jahre geleitet. Zugleich wuchs mein Bedürfnis nach Weite und tieferer Selbsterkenntnis. Ich wollte an dieser Stelle den Blick über den Tellerrand wagen und hatte den deutlichen Wunsch, in möglichen kommenden Beziehungen meine gewöhnte und anerzogene Sprachlosigkeit zu überwinden. So fand ich mich bezogen auf meine Sucht, wie ich sie interpretiere, in der 12-Schritte-Gruppe EKS (Erwachsene Kinder von Suchtkranken Eltern) in Bonn-Beuel wieder. Ich wollte herausfinden, wo die Wurzeln meiner Abhängigkeit und Sprachlosigkeit liegen.

Was ich fand war hinter meiner stofflichen Alkoholsucht meine Co-Abhängigkeit und die ständige Suche nach Anerkennung

In dieser Zeit wurde mir von einer Familientherapeutin aus der Hochgrat-Klinik in Wolfsried M.L. Moeller's Buch „Die Wahrheit beginnt zu zweit“ empfohlen, das ich mit großer Neugier und Zuversicht in Bezug auf Überwindung der Sprachlosigkeit zu lesen begann. Das war insofern neu für mich, als Bücher für mich bis dahin in meinem weitestgehend oberflächlichen Leben mehr Platzhalter im Schrank waren und Objekte, um zu zeigen, dass ich gebildet war.

Zu meinem großen Glück lernte ich im Herbst 1998 meine jetzige Partnerin Monika in dieser EKS-Gruppe kennen, wir sind seit Juni 1999 ein Paar und haben 2001 geheiratet.

Es stellte sich bald heraus, dass auch sie ein Buch von Moeller gelesen hatte („Die Liebe ist ein Kind der Freiheit“), und wir beschlossen, unsere junge Liebe von Anfang an mit dem Training des „Wesentlichen Zwiegesprächs“ zu bereichern.

Nun stehen mein Vortrag und unser Workshop auch unter dem Titel dieses Buches. Viele Male schon haben wir ihn als Titel unseres Angebots für Paare an der Familienbildungsstätte Bonn gewählt. Das zeigt, wie bedeutsam diese Wahrheit ist. In den ersten Jahren unserer Liebesbeziehung fühlten wir uns so stark durch Moellers Botschaft inspiriert und durch unsere Erfahrungen angespornt, dass wir zweimal in Köln an seinen Samstag-Workshops in der Melanchthon-Akademie teilnahmen. Gemeinsam mit vielen interessierten Paaren nutzten wir die Chance, unter Herrn Moellers sehr behutsamen Leitung an einem Teil des Tages so wie alle anderen Paare in einem jeweils eigenen Raum ein Zwiegespräch zu führen. Wir trauten uns dann, auf dem Podium mit ihm vor dem Plenum von ca. 100 Menschen von unserer Erfahrung zu berichten. Das waren höchst bedeutsame Begegnungen in dieser Zeit, besonders als wir uns dann noch im Saal zu jeweils mehreren Paaren in so genannten Intervisionsgruppen zusammen fanden. In dieser Gruppe trafen wir uns dann regelmäßig reihum zum Erfahrungsaustausch über mehrere Jahre.

Professor Moeller selber lag das „Paarsterben“, das er mit dem Waldsterben verglich, ganz stark am Herzen. Er hatte über viele Jahre in dem Thema geforscht und das „Wesentliche Zwiegespräch“ als Werkzeug entwickelt, das er nach und nach mit großen Erfolgen (er war auch Arzt und Psychoanalytiker) in seiner täglichen Praxis und Arbeit anwendete und seine Ergebnisse in Form mehrerer Bücher veröffentlichte. Wie eine Selbsthilfegruppe hatte er Kollegen eingeladen, mit ihm gemeinsam die Tiefe des Themas zu erfahren und zu üben.

In den 70er Jahren galt er als wichtigster Begründer der Selbsthilfgruppenbewegung in Deutschland und hatte damals schon Bücher dazu veröffentlicht.

Ich nenne hier zwei: Selbsthilfgruppen. Selbstbehandlung und Selbsterkenntnis in eigenverantwortlichen Kleingruppen. 1978 und Anders helfen. Selbsthilfgruppen und Fachleute arbeiten zusammen. 1981). Diese sind vielleicht einigen von Ihnen bekannt.

Wie ging es bei uns weiter? Natürlich verlief mein persönlicher Erfahrungsprozess nicht anders als bei anderen Paaren auch. Sämtliche Möglichkeiten des Scheiterns unseres Zwie-Projekts kamen mir entgegen. Es gab Zeiten, da hatte ich den Eindruck: es hat doch alles irgendwie keinen Sinn. Ich hatte keine Lust auf die Regelmäßigkeit, auf die immer wieder neu getroffene Vereinbarung für das nächste Mal, und überhaupt: keine Lust auf Reden, auf tiefes Schauen in meine Abgründe, auf Präsentation meines Innersten, auf Abliefern eines Selbstporträts, wie Moeller das Zwiegespräch zu bezeichnen pflegte.

Aber es ging nicht nur mir so. Die Widerstände wurden auch bei anderen Männern in der Intervisionsgruppe sichtbar. Zu meinem Erstaunen zeigte sich mit der Zeit, dass ich als der Schweigsame, der anfangs große Ängste und Probleme hatte, über 3x 15

Minuten über das, was in mir lebendig ist, zu sprechen, allmählich gesprächiger wurde. Dabei ist und war Monika immer die, die sprudelnd über sich Auskunft geben konnte. Mit der Zeit hatte auch sie immer mal wieder Schweigezeiten, so dass der Eindruck entstand, die Energien hätten sich umgekehrt.

Ich war gezwungen, meine Wortkargheit an den Nagel zu hängen, ebenso wie meine niedrige Toleranzgrenze, wenn ich mich angegriffen fühlte. Das waren gewohnte Verhaltensweisen aus meiner Herkunftsfamilie, in der großes Schweigen herrschte. Mein Heranwachsen mit drei Geschwistern war geprägt von Vaters Autorität, die keine Widerworte zuließ, und Mutters Depression. Beide waren durch den 2. Weltkrieg und ihre Widerfahrnisse traumatisiert.

Ich lernte allmählich in den Zwiegesprächen, tiefer zu spüren und zu beobachten, wie ich von Viertelstunde zu Viertelstunde auf den Grund von wertvollen Erkenntnissen kam, und ich konnte sie auch noch ausdrücken, ohne dafür bewertet zu werden - jedenfalls meistens.

Was aber war meine wesentliche Erfahrung über die jetzt 15 praktischen Jahre im wesentlichen Gespräch?

Ich bin sicher, dass unsere Partnerschaft und Ehe ohne unsere überwiegend konsequente Praxis und die vielen Jahre der Arbeit mit Paaren nicht mehr bestehen würde, dass wir wahrscheinlich getrennt wären.

Dazu passt ein Bild, das ich immer wieder zitiere, es stammt von dem amerikanischen Therapeuten M. Scott Peck: Das Bild des Basislagers. Ich zitiere die Stelle aus „Der wunderbare Weg“, S. 165:

...„Beim Umgang mit Ehepaaren benutzen meine Frau und ich häufig die Analogie zwischen der Ehe und einem Basislager beim Bergsteigen. Wenn man Berge besteigen will, muss man ein gutes Basislager haben, einen Platz, wo es Obdach und Vorräte gibt, wo man sich ernähren und ausruhen kann, ehe man sich wieder aufmacht, um einen weiteren Gipfel zu besteigen. Erfolgreiche Bergsteiger wissen, dass sie mindestens so viel, wenn nicht mehr Zeit mit der Errichtung des Basislagers zubringen müssen wie mit dem eigentlichen Klettern, denn ihr Überleben hängt davon ab, dass ihr Basislager solide angelegt und mit guten Vorräten bestückt ist.“...

In diesem wirklich guten Sinne verstehe ich das Zwiegespräch als den wichtigsten Baustein unseres Paar-Basislagers, das wir mit den Jahren noch um einen sehr wertvollen „Vorrat“ ergänzt haben: Die „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall B. Rosenberg.

Dass Monika sich nach den ersten praktischen Jahren entschieden hatte, die angebotene Ausbildung zur „Zwiegesprächs-Supervisorin“ zu absolvieren, trug dann dazu bei, dass zunächst sie alleine und dann langsam lernend auch ich meine Herzensarbeit mit Paaren erweitern konnte.

So haben wir nunmehr über mehrere Jahre (10?) sowohl Wochenendworkshops als auch Langzeitgruppen für „Paare im Gespräch“ in Bonn, Meckenheim und Euskirchen angeboten.

„Dass wir miteinander reden können macht uns zu Menschen“

(Überschrift zum zweiten Kapitel in „Die Wahrheit beginnt zu zweit“)

## 6. Kulturprogramm „Wir bringen Ihre Stimmbänder in Bewegung“

### Singen mit Maureen Wyse

Dipl. Schauspielerin & Sängerin

Nach der Mittagspause studierte die Schauspielerin und Sängerin Maureen Wyse mit der ganzen Gruppe den Song „Dies oder Das“ ein. Sie leitete alle Teilnehmer an und animierte sie dazu mitzusingen. Das Lied wählte sie gezielt aus, da es inhaltlich hier um das Thema Zweifel und Unentschiedenheit geht. Mit elektronischen Musik Samples konnte sie das Tempo und die Melodie vorgeben, in die sich die Teilnehmer mit den Gesangseinlagen harmonisch einfügen konnten. Dem Thema entsprechend teilte sie die Gruppe nach einigen Aufwärmübungen auf und lies die unterschiedliche Textteile singen. Sie unterstützte die einzelnen Gruppen hinsichtlich der Lautstärke bestimmter Textpassagen und gab Tipps, um die Betonung inhaltlich anzupassen.



Alle Gruppen waren begeistert hinsichtlich der dramaturgischen Umsetzung. Die Professionalität und die künstlerische Erfahrung von Frau Wyse, zeigten sich nicht zuletzt in ihrer emphatischen Herangehensweise, Schritt für Schritt den Songtext und den dazu passenden Groove in der großen Teilnehmergruppe einzustudieren. Alle machten begeistert mit und die Stimmung war entsprechend gut. Für einige war es zudem eine Herausforderung die eigenen Gesangsfähigkeiten auf die Probe zu stellen. Die Teilnehmer waren überrascht von der positiven gemeinschaftlichen Stimmung, die durch das gemeinsame Singen entstand. Sowohl fühlten sich die Teilnehmer aktiviert und zugleich entspannt.

1. Strophe

Dies oder das?

Dies oder das?

Ich kann mich einfach nicht  
entscheiden

Warum krieg ich nicht  
alles von beidem?

Dies oder das?

Nehm ich'n Krug oder'n  
Glas ?

Mensch das kann doch  
nicht so schwierig sein!

Warum schenk ich mir  
nicht einfach ein?

2.Strophe

Dies oder das?

Bin ich faul, geb ich Gas?

Wenn ich nur die Balance  
fände

verschiess mein Pulver  
ohne Ende

Dies oder das?

Hab ich Frust oder Spaß ?

Ich sollte danach stetig  
suchen

Ich ess dann immer lieber  
Kuchen

Bridge:

Manchmal wach ich auf,  
denk ich hab's geschafft

Ich gehe gerade auf das zu,  
was mich glücklich macht

Nämlich ganz genau.....

Dies.....oder das?

Atme ich tief oder flach?

Mensch das kann doch nicht so  
schwierig sein!

Sing den Ton oder lass es sein!

1. Refrain

Warum ist mein Leben ein  
Fragezeichen ?

Kann der Zweifel der  
Gewissheit weichen?

Warum bin ich nicht  
hochzufrieden?

Handle einfach ganz  
entschieden?

Wenn ich mich doch nur  
entscheiden könnte,

Wär ich glücklich bis zum Ende

Und darüber hinaus natürlich,

Denn im Himmel ist nicht  
Schluss, das schwör ich

2. Refrain

Wenn ich mich doch nur  
entscheiden könnte

Wär Ich glücklich bis zum Ende

Doch bis dahin ist der Weg  
beschwerlich

Und im Himmel ist nicht Schluss,  
das schwör ich

Wenn ich mich doch nur  
entscheiden könnt

Käm dieses Lied endlich zu'nem  
Ende

Aber ich fürchte, ihr freut euch zu  
früh

Dabei geb ich mir die größte  
Mühe....

3.Refrain:

Warum ist mein Leben ein  
Fragezeichen ?

Kann der Zweifel der Gewissheit  
weichen?

Warum bin ich nicht hochzufrieden?

Handle einfach ganz entschieden?

Wenn ich mich doch nur  
entscheiden könnte

Nähm mein Leben eine and're  
Wende

Doch ich glaube, es ist noch zu früh

Ich schein es ja zu brauchen, das  
Gefühl

## 6. Arbeitsgruppen und Berichte aus den Arbeitsgruppen

### 1. „Die Wahrheit beginnt zu zweit.“ Monika Winkelmann

Ein sehr intensives Gespräch miteinander. Zuerst gab es eine Eingangsrunde/ Entspannungsphase. Man hatte die Möglichkeit, sich nur auf sich selber zu konzentrieren. Im Anschluss folgte die Einführungsrunde (Ein Herz rumgegeben) in der Gruppe. Es war eine sehr emotionale Atmosphäre. Danach fanden die Zwiegespräche statt. Man saß sich in zweier Gruppen gegenüber. Eine Person nahm eine bestimmte Position ein (als Redner oder als Zuhörer). Die Aufgabe war, 18 Minuten lang miteinander zu kommunizieren. Jeder tat dies 3 Minuten lang. Wenn ein Gong ertönte musste das Gespräch gewechselt werden.

Ihr ist persönlich aufgefallen, wie lange eigentlich 3 Minuten sein können. Sie saß einer Partnerin gegenüber, die sie gar nicht kannte und daher empfand sie das dergleichen. Andere machten die Erfahrung, dass die Zeit viel zu kurz war.

Sie empfand als positiv, das intensive miteinander Sprechen. Schwer ist ihr vor allem das Zuhören gefallen bzw. keinen Kommentar zum dem Gesagten geben zu dürfen. Das Resümee war folgendes: Es gab zu wenig Zeit für die Gespräche.

Außerdem hat sie sich selbst vorgenommen, in Zukunft eine Zeit für ein intensives Gespräch mit ihrem Partner festzulegen, da vieles immer zwischen „Tür und Angel“ besprochen wird.

### 2. „Der Landesverband Spielsucht, Prävention und Hilfe NRW e.V.(SPuH) stellt sich vor.“ Dieter von SPuH NRW e.V.

In der Arbeitsgruppe SPuH wurde es sehr begrüßt, dass eine Landesweite Spieler-selbsthilfegruppe Vernetzung gibt.

Es wurde das Interesse geäußert, Kontakte zu anderen Selbsthilfegruppe zu knüpfen, um Erfahrungen und Arbeitsweisen auszutauschen. Auf Grund des Datenschutzes gestaltet sich die Weitergabe von Kontakten als schwierig, hierzu wird empfohlen sich an die Plattform der SPuH zu wenden, um mögliche Vernetzungsmöglichkeiten unter den Selbsthilfegruppen zu klären.

### 3. „Glückspieler und ihre Väter“ Cäcilia Arenz-Bessel

Sie haben eine Collage erstellt, welche Dinge sie mit den Eltern in Verbindung setzen: Frauen bezüglich der Mütter und Männer bezüglich der Väter.

Interessant war es, zu sehen welche Position die Väter in unserem Leben einnehmen. Darüber hinaus ist vielen bewusst geworden, welche Position der Vater für einen selbst hat und wie wichtig er einem ist. Jeder hat versucht etwas zu sagen, welche Sicht er auf diese Collage hat. Es war sehr bewegend, für die Leute, die davon betroffen waren. Auch in dieser Arbeitsgruppe hätten sich die Teilnehmer mehr Zeit gewünscht.

#### **4. „Freispielkultur“ Michael Knothe**

„Freispielkultur“ – eine literarische und musikalische Reise mit Liedern, Texten und Gedichten aus 9 Jahren Spielfreiheit rund um das Glückspiel, die Glückspielsucht und die Lebenslust ohne das Glücksspiel. Sichtweisen und Denkanstöße zum Thema Glücksspielsucht wurden in einer besonderen Aufarbeitung mit zum Teil musikalischer Untermalung vorgetragen und die Teilnehmer wurden eingeladen, sich mit eigenen Gedanken und Gefühlen zu Themen wie „Spaß und Freude“, „Zufriedenheit“, „Achtsamkeit“, „Gelassenheit“ und „Leidenschaft“ auseinanderzusetzen.

Diese „Reise“ in die Vergangenheit war für viele Teilnehmer sehr Emotionsbeladen und brachte durch die Möglichkeit des eigenen Einbringens eine sehr vertraute Atmosphäre. Die Stimmung bei den Teilnehmern war entsprechend gut und von vielen wurde diese Arbeitsgruppe als sehr entspannend empfunden.

#### **7. Abschlussplenum**

Es gab ein durchweg positives Feedback zur Veranstaltung. Besonders die Arbeitsgruppen boten den Teilnehmern einen transparenten und authentischen Einblick in die Thematik und sensibilisierten für den Umgang mit einer Glücksspielsucht. Daher soll bei künftigen Treffen immer eine Arbeitsgruppe von SPuH (SpielerSelbsthilfe auf Landesebene) angeboten und das Zeitfenster generell für alle Arbeitsgruppen verlängert werden.

Ein interessantes Thema für die nächste Veranstaltung könnte ein Filmprojekt sein, welches einen visuellen Einblick, in den Umgang mit der Glücksspielsucht, bietet. Einer der Teilnehmer wird die Umsetzbarkeit des Vorhabens prüfen und hierzu zeitnah Rückmeldung geben.

Des Weiteren wäre es wünschenswert das Thema „Suchtentwicklung“ aufzugreifen und inhaltlich zu vertiefen.

Wo das nächste Treffen stattfinden wird ist noch nicht geklärt, wird aber frühzeitig von der Fachstelle Glücksspielsucht bekannt gegeben.

**Impressum**

**CaritasSozialdienste  
Rhein-Kreis Neuss GmbH  
Fachstelle Glücksspielsucht  
Rheydter Str. 176  
41460 Neuss**

**Kontakt:  
Tel. 02131 889-170  
Fax 02131 889-182**

**info@spielsucht.net  
www.spielsucht.net**

**Frau Verena Verhoeven**

**Finanziell unterstützt durch das:**

**Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege  
und Alter des Landes NRW über die Landeskoor-  
dinationsstelle Glücksspielsucht NRW**

gefördert vom:

**Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen**

