



Robin Menges
SMZ Oberwallis
Jubiläumsanlass 4.11.2022

Beziehungen gestalten – zwischen Würde und Wut

1

Welche Werte sind **IHNEN** wichtig?

www.robin-menges.at

2

Familie?

www.robin-menges.at

- Idylle mit Hund
- Trost
- Einsamkeit
- Verzweiflung
- Überforderung
- Mehr als die Kleinfamilie

3

Heute

Familie tut weh!

Wut und Schmerz sind natürliche Reaktionen

Fallen der Beziehungsarbeit

Schmerz und Wut brauchen Würde

Das Dreieck für heikle Interaktionen auf Augenhöhe

www.robin-menges.at

4

Sehnsucht:
Glück,
Geborgenheit,
Zugehörigkeit

www.robin-menges.at

5

Familie ist das,
was zwischen
uns passiert!

www.robin-menges.at

Freundlichkeit

Wut

Chaos

???

6

*Familie ist das,
was zwischen
uns passiert!*

www.robin-menges.at



7

*= emotionale
Krisen*

→ Sie brauchen emotionale
Unterstützung

www.robin-menges.at

Existenzielle Herausforderungen des Alltags

Entwicklungsphasen (Zb. Pubertät)

Verhaltensauffälligkeiten

Krankheit oder Beeinträchtigung

Verlust, Traumata, Gewalt,

psychische Krise oder Erkrankung der Eltern

Ehe-/Partnerschaftskrise - Scheidung/Trennung

8



Familie tut weh

www.robin-menges.at

9

„Sobald zwei
Menschen in
einem Raum sind,
ist es im günstigsten
Fall
schwierig!“

Virginia Satir

www.robin-menges.at

10

*Es braucht
mindestens zwei,
damit einer sich
kennen lernt.*

Gregory Bateson

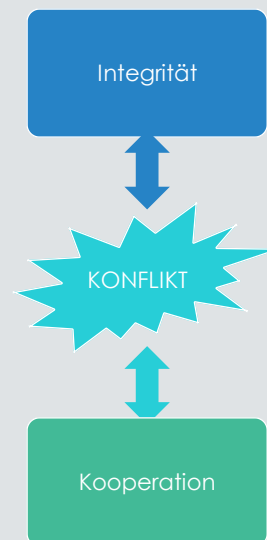


www.robin-menges.at

11

*Existentieller
Konflikt*

www.robin-menges.at



12

Der Schmerz nicht gewollt zu sein, abgegeben worden zu sein

Wiemann

www.robin-menges.at

Darf ich so sein wie ich bin? Oder mag man mich nur angepasst?

Schuld + Scham → Selbstabwertung

Angst, nicht liebenswert zu sein

Bindungsmisstrauen → Unsicherheit & Angriffe

Werde/Bin ich so wie meine Eltern?

Gefühlschaos in Bezug auf Herkunftsfamilie

13

Kooperation

- Nähe
- Kontakt
- Berührung
- Anerkennung
- Zugehörigkeit
- Sich wertvoll erleben
- sich um jemanden kümmern

SICHERHEIT IN BEZIEHUNGEN

Integrität

- Distanz
- Abgrenzung
- Autonomie
- Individualität
- Persönlichem Ausdruck
- Orientierung
- Kontrolle

SICHERHEIT IN MIR

www.robin-menges.at

14

So my daughter got caught skipping school yesterday.
So this morning I walked her all the way to the front
door of the school to make sure she didn't miss
another day.

Gestern wurde meine Tochter beim Schulschwänzen
erwischt.
Also habe ich sie heute morgen bis vor die Eingangstüre
begleitet, um sicher zu gehen, dass sie keinen weiteren
Tag fehlt.

www.robin-menges.at

15

...ein Kind muss die eigenen
Gefühle von Freude, Angst,
Wut, Trauer, Schmerz und
Scham abspalten, und damit
sich selbst aufgeben, um in
der Bindungsbeziehung mit
seinen Eltern bleiben zu
können.

(Ruppert, 2016)

*Trauma der
Liebe*

www.robin-menges.at

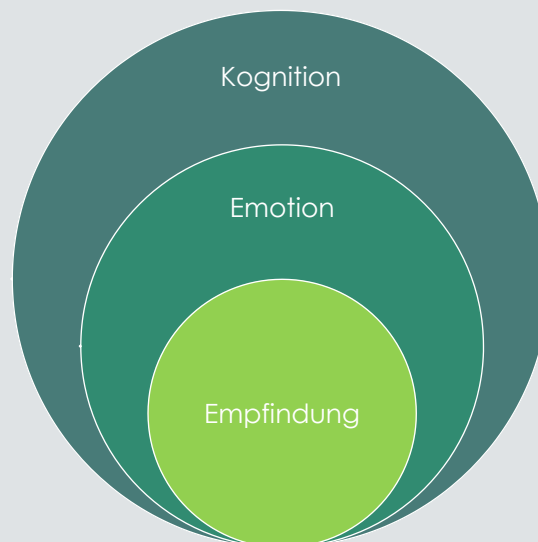
16

Spüren Sie ein bisschen Wut auf diesen Vater?

www.robin-menges.at

17

Das dreigliedrige Gehirn



Modell: Triune Brain Paul Mc Lean

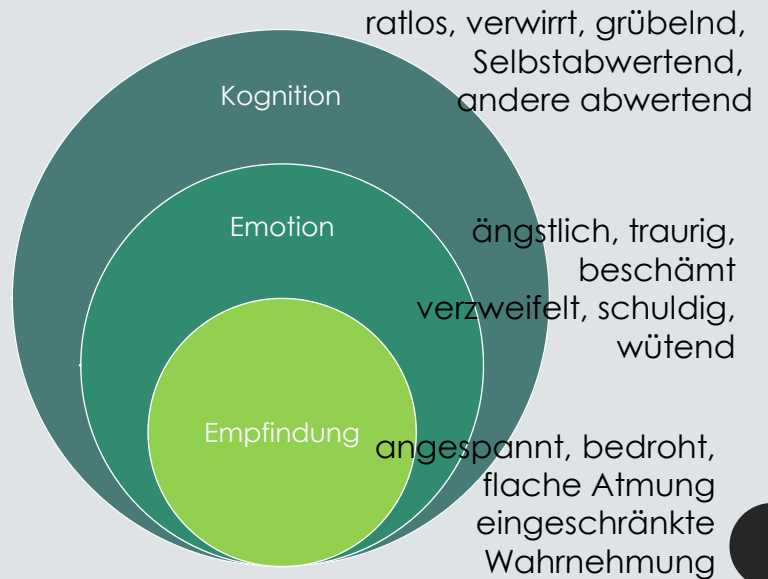
www.robin-menges.at

18

Das dreigliedrige Gehirn in der Krise

Modell: Triune Brain Paul Mc Lean

www.robin-menges.at

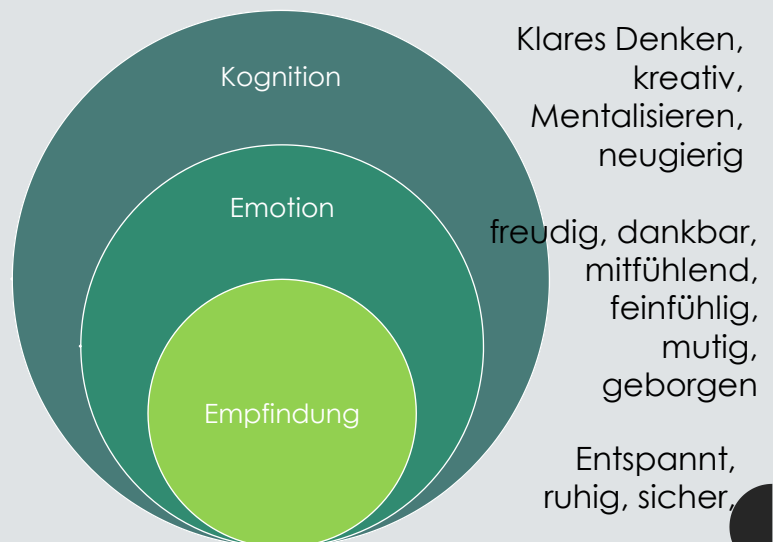


19

Das dreigliedrige Gehirn in Sicherheit

Modell: Triune Brain Paul Mc Lean

www.robin-menges.at



20

Eskalation und Aggression entsteht

www.robin-menges.at

wenn Gefühl von Sicherheit bedroht ist

wenn Zugehörigkeit bedroht ist

wenn man sich bedrängt fühlt

wenn man angegriffen wird

21

„Das Motivationssystem des Gehirns ist auf die Erlangung von Vertrauen, Zugehörigkeit und Kooperation ausgerichtet ...

Joachim Bauer (2011, S. 61)

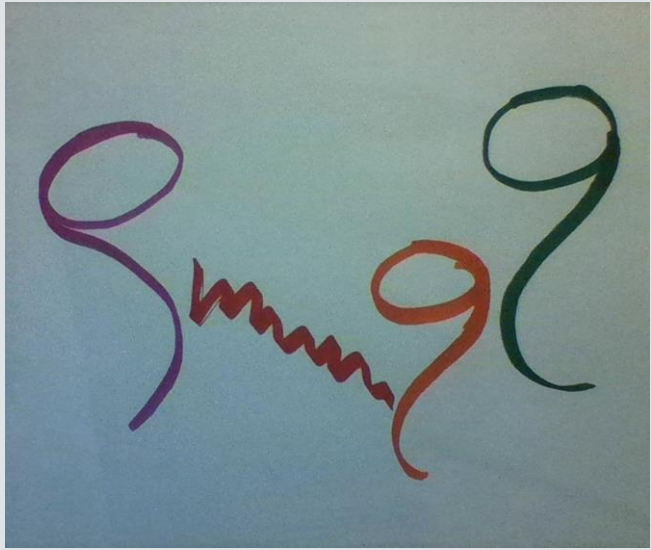
www.robin-menges.at

Aggression erweist sich als Hilfssystem des Motivationssystems:

Bindung, Akzeptanz und Zugehörigkeit sind überlebenswichtig ... sind sie bedroht zeigen sich Angst und Aggression.“ (Bauer, 2011)

22

Falle des Schmerzes

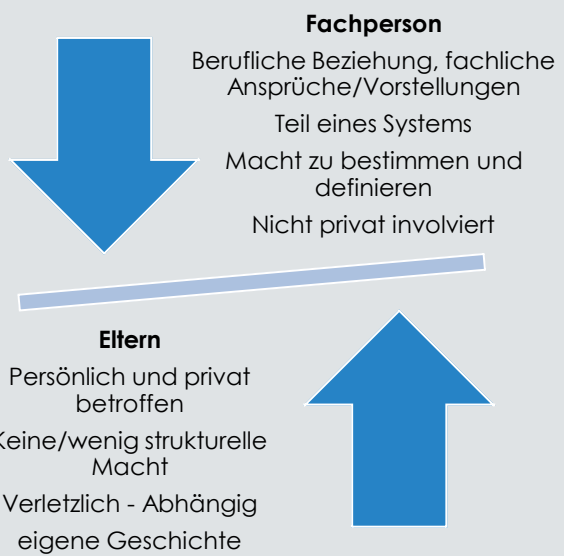


www.robin-menges.at

23

FALLE DER GLEICHWERTIGKEIT

fachliche Beziehungen =
Asymmetrische Beziehungen



www.robin-menges.at

24

FALLE DER HARMONIE

www.robin-menges.at

- Idee, dass wir das „gleiche wollen“ → das Beste für das Kind
- Annahme: „wenn wir Unterschiede ausgleichen/ gleicher Meinung wären → würde es funktionieren“
- wenn das Gesprächsklima harmonisch, freundlich und sachlich ist, dann kommt meine Botschaft an

25

FALLE DER SACHLICHKEIT

www.robin-menges.at



Persönlich ≠ Privat



Gefahr der Erzieher*innenrolle



fachliches Wissen steht oft dem Herz im Weg



Wertschätzung ohne Mitgefühl kommt nicht an

26

FALLE DER VERANTWORTUNGS-ABGABE

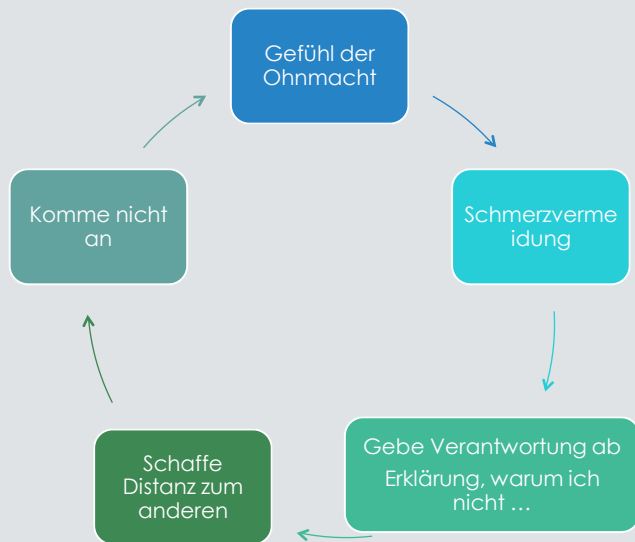
Ich hab ja alles probiert, aber ...

„Mit der Frau/Mann kann man nicht ...“

„Naja, die hat ja ein Burnout, ...“

„Diese Familie ist wirklich untragbar“

www.robin-menges.at



27

There is a crack in everything – that is where the light gets in

(Leonhard Cohen)

www.robin-menges.at

Es ist unsere Verletzlichkeit, durch die sich unsere Menschlichkeit und Lebendigkeit entfaltet.

28

2 Grund- dynamiken des Menschseins

www.robin-menges.at

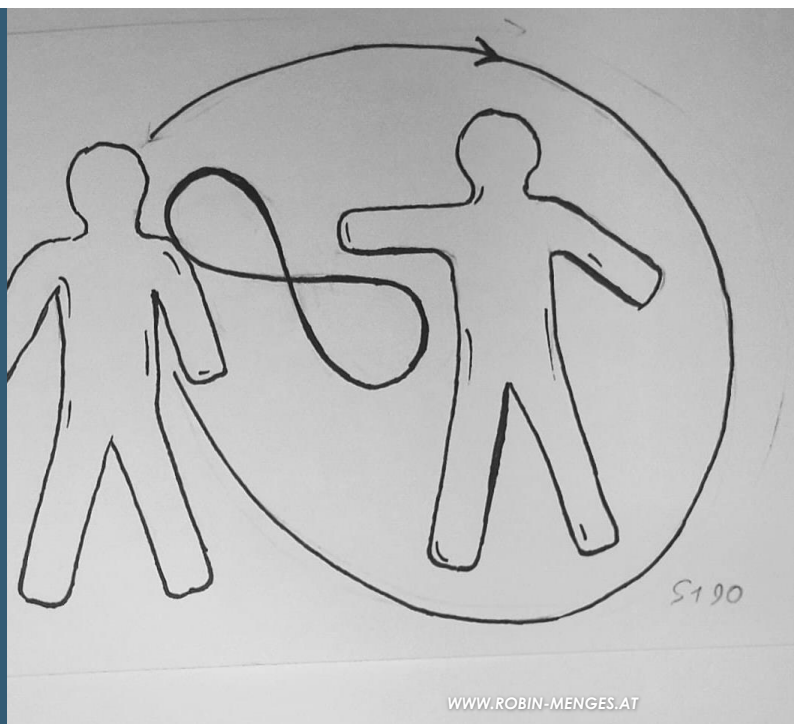
Wenn ich nicht in
Gefühle hinein gehe,
komme ich nicht aus
ihnen heraus

Erst wenn ich da bin,
kann ich in
Beziehung treten

29

BEZIEHUNGS- KOMPETENZ

Eine FACHKOMPETENZ in
ASYMETRISCHEN Beziehungen



WWW.ROBIN-MENGES.AT

30

Beziehungskompetenz

www.robin-menges.at

mit sich selbst verbunden sein

sein Gegenüber zu sehen und seine Realität anzuerkennen

das eigene Verhalten an diese Realität anzupassen

das Miteinander stärkend und beziehungsstiftend gestalten

Verantwortung für Sicherheit und Schutz der persönlichen Integrität aller Beteiligten

die Sprache des anderen sprechen

authentisch in Kontakt gehen

31

Wege aus den Fallen

www.robin-menges.at

Bedürftigkeit/Schmerz → Kontakt

Gleichwertigkeit → Gleichwürdigkeit

Harmonie → Differenzen sichtbar machen

Sachlichkeit → Persönlich sein

Verantwortungsabgabe →
Verantwortungsübernahme für die Qualität der Beziehung

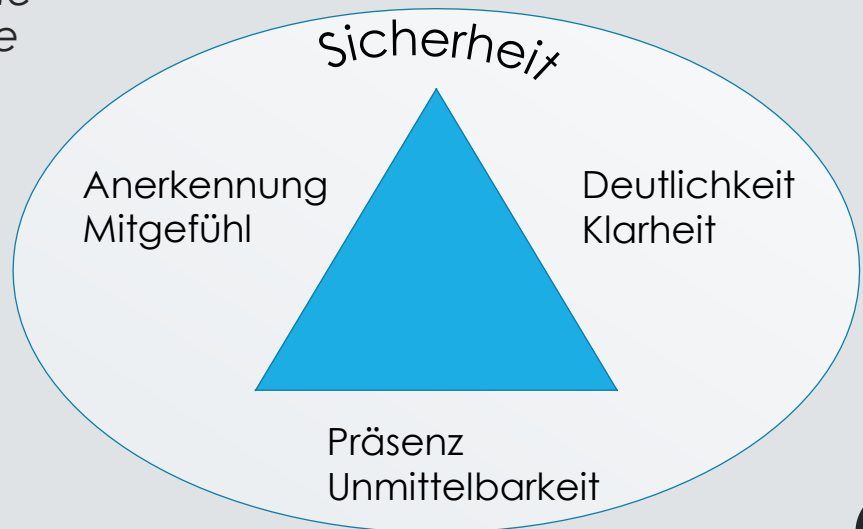
32

Wie fühlt sich Würde an?

www.robin-menges.at

33

Heikle Gespräche
brauchen Würde
und Ehrlichkeit



www.robin-menges.at

34

*Wir berühren
Eltern an ihrer
empfindlichsten
Stelle!*

*Tun wir das mit
Achtung vor
ihrer Würde und
Anerkennung
ihrer Gefühle!*

www.robin-menges.at

35

Familie als Raum

www.robin-menges.at

Für Trauer und Angst

Für Sehnsucht und Freude

Für Verletzlichkeit und Kraft

Für lustvolles Scheitern und neue Schritte
wagen

Für Abgrenzung und Verbundenheit

Für Lebendigkeit und Menschlichkeit

36