

Hoop: «Methoden lernen, um soziales Netz unter die Lupe zu nehmen»

Interview Auf unserem Lebensweg begegnen wir immer wieder Menschen, mit denen uns kurz- oder langfristig etwas verbindet. Doch so bereichernd diese Begegnungen sind, so erdrückend können sie auch sein.

Am 20. Februar findet unter der Leitung von Jutta Hoop ein Tagesseminar zum Thema «Von wertvollen Freundschaften und oberflächlichen Kontakten» im Haus Gutenberg statt, bei dem die Teilnehmenden Gelegenheit haben, ihr soziales Umfeld unter die Lupe zu nehmen und allenfalls das soziale Netz «neu zu knüpfen».

Ihr Seminar dreht sich um Freundschaften und oberflächliche Kontakte. Wie kamen Sie zu diesem Thema?
Jutta Hoop: Der Ursprung war eine Anfrage für ein Seminar, an dem sich Leute aus unterschiedlichen Landesteilen Österreichs trafen, jedoch alle die gleiche Ausbildung durchlaufen hatten. Ich konnte das Thema selber wählen und fragte mich, wie viele von diesen Teilnehmenden sich damals in der Ausbildung versprochen hatten, in Kontakt zu bleiben. Viele Adressen wurden ausgetauscht, endeten aber bald als Karteileichen oder verschwanden gänzlich. Wie leicht ist gesagt, «wir bleiben in Kontakt» und wie schwierig, dies wahr zu machen. Und wie oft bleibt ein schlechtes Gewissen, wenn einem solche und andere «Kontakte» einfallen und man doch nichts unternimmt? Wie leicht ist es heute, Dutzende Facebook-«Freunde» zu haben, doch wie schwierig, echte Begegnungen zu pflegen? Zu diesen und anderen Fragen hielt ich das Seminar mit unterschiedlichen kreativen Zugängen, das nun auch Interessierten im Haus Gutenberg angeboten wird.

Was macht eine richtige Freundschaft aus? Woran erkennt man oberflächliche Kontakte?
Dies zu benennen, liegt bei jedem und jeder selber. Als Kind war es einfach. Da hatte man jede Woche oder jeden Monat eine/n neue/n beste/n Freund/in. Als Erwachsene unterscheide ich zwischen «Freund/-in» und beispielsweise «Bekannte». Die eine rufe ich an, um ganz Persönliches zu besprechen, weil wir uns schon über eine längere Zeit kennen und schätzen. Die andere ist mir eine wichtige Begleiterin in der momentanen Lebensphase. Dieser Kontakt kann über die Zeit zu einer Freundschaft «wachsen». Die Erwartung, die ich an die «Bekannte» knüpfe, ist jedoch nicht identisch mit der an die «Freundin». Die Klärung dieser Frage wird eine der Erkenntnisse sein, mit denen die Seminarteilnehmenden nach Hause gehen. Oder zumindest mit dem Werkzeug, um sich mit diesen Fragen gewinnbringend auseinanderzusetzen.

Sie unterscheiden zwischen Nutz- und Seelenfreundschaften. Ist eine Art der Freundschaft bedeutender als die andere?
Es gibt verschiedene Arten von Freundschaften. Da sind beispielsweise die Seelenfreundschaften, die keinen täglichen, wöchentlichen oder monatlichen Kontakt brauchen, weil das Wissen und Spüren um diese Nähe schon trägt. Andere Freundschaften sind an eine spezifische Lebensphase oder an einen konkreten Zweck gekoppelt. Wenn die Phase durchlaufen oder der Zweck erfüllt ist, bedarf es der



Leitet das Seminar am 20. Februar: Jutta Hoop. (Foto: ZVG)

Freundschaft oft nicht mehr. In Nutzfrenschaften ist eine ausgeglichene Bilanz von Geben und Nehmen entscheidend, weil die Beteiligten auf unmittelbaren Gewinn aus sind. Aristoteles fasst die Arten der Freundschaften wie folgt zusammen: «Freunde bedarf man immer, sowohl im Unglück als auch im Glück. Im Unglück vor allem der Nutzenfreunde, denn der Nutzen ist die Hilfe, im Glück dagegen der wahren Freunde, die ohne einen Zweck da sind.»

Sie sprechen davon, einen «reparierenden» Blick auf soziale Netzwerke zu werfen. Was verstehen Sie darunter?

Das Seminar zeigt unterschiedliche Methoden, das eigene soziale Netz unter die Lupe zu nehmen. Der reparierende Blick will heissen: aus welchen Kontakten, Freundschaften besteht mein soziales Netz, wo hat es Schwachstellen und könnte reissen, wenn ich falle?»
Das Seminar zeigt unterschiedliche Methoden, das eigene soziale Netz unter die Lupe zu nehmen. Der reparierende Blick will heissen: aus welchen Kontakten, Freundschaften besteht mein soziales Netz, wo hat es Schwachstellen und könnte reissen, wenn ich falle?»
gen will, weil mir diese Person in schwierigen Situationen beigestanden ist und dies auch künftig tun würde? Habe ich für eben diese Person zu wenig Zeit, weil ich mich gesellschaftlich dazu verpflichtet fühle, viele lose Kontakte zu unterhalten? Gibt es Kontakte, bei denen der Schuh drückt, weil ich nur wenig Zeit aufwenden will oder kann und dieser Zeitmangel mir ein schlechtes Gewissen macht? Könnte hier ein klärendes Gespräch beiden Seiten Entspannung bringen?

Können oberflächliche Kontakte vom Gegenüber als wertvoll empfunden werden?
Natürlich. Entscheidend sind jedoch auch hier die Erwartungen: Während sich die eine Person um Kontakt bemüht, liegt für die andere der Reiz gerade in der Unverbindlichkeit. Sind die Erwartungen - Ober-

flächlichkeit hin oder her - unterschiedlich, lebt sich die Bekanntschaft vermutlich auseinander. Treffen sich jedoch zwei mit ähnlichen Bedürfnissen, kann auch eine «oberflächliche» Freundschaft trotz monatelanger Funkstille äusserst bereichernd sein. Erwartungen, ein wichtiges Stichwort zum Thema Freundschaft, dem wir uns im Seminar eingehend widmen werden - und natürlich der Kommunikation: Hat die Person im Beispiel der anderen Person schon mal gesagt, dass ihr der Kontakt mit ihr wertvoll, wichtig ist? Kann ich ehrlich sein, oder bin ich als Gegenüber ehrlich, wenn dazu eine Antwort eingefordert wird?

Können im Laufe der Lebensabschnitte wertvolle Freundschaften zu oberflächlichen Kontakten werden oder umgekehrt? Inwiefern?
Selbstverständlich. Jeder hatte Freunde, mit denen man um die Häuser gezogen ist, mit denen man eine enge Verbindung in der Schule hatte, denen man das Herz nach dem ersten Liebeskummer ausschütten konnte. Und heute? Wissen wir von manchen nicht mal mehr, wo sie wohnen oder was sie machen. Wenn wir diesen Personen dann begegnen, ist die Erinnerung das einzig Verbindende. Nur ganz wenige Freundschaften überdauern alle Zeiten und Lebensabschnitte. Das Bild vom Zug beschreibt das Phänomen: alle begeben sich auf ihre individuelle Reise, Menschen steigen ein und aus, wechseln mal das Abteil, kommen wieder zurück, andere bleiben sitzen und begleiten uns ... vielleicht bis an die Endstation. Persönlich habe ich vor ein paar Monaten per Zufall herausgefunden, wo eine ehemalige «allerbeste Freundin» heute wohnt. Mit ihr habe ich während der Primarschulzeit Zukunftspläne geschmiedet: Wir planten unser gemeinsames Haus, in das wir mit unseren Familien einziehen würden. Ich hab ihr dann gleich eine Karte geschrieben, worüber sie sich sehr freute - diesen Kontakt habe ich wieder an der Oberfläche erreicht, die

Tiefe von damals bleibt jedoch nur in der Erinnerung. Freundschaften wandeln sich!

Welche weiteren Themen werden im Tagesseminar angesprochen?

Das hängt von der Zusammensetzung der Teilnehmenden ab. Es geht darum, für die individuellen Fragen und Themen Antworten und Klärungen zu finden. Diesbezüglich werde ich auch auf die jeweiligen Themen reagieren und entsprechende Zugänge über kreative Methoden ermöglichen. (eps)

«Von wertvollen Freundschaften und oberflächlichen Kontakten»

- Termin: 20. Februar, 9 bis 16 Uhr
- Ort: Haus Gutenberg
- Seminarleiterin: Jutta Hoop
- Anmeldung: unter www.haus-gutenberg.li

Glaube

Taizé-Gebet

SCHAAN Mit Musik, Gebet, Stille und Kerzenlicht wird das ökumenische Taizé-Gebet im Kloster St. Elisabeth, zu dem alle eingeladen sind, gestaltet. Es findet heute Mittwoch, den 3. Februar, um 19.30 Uhr statt. (pd)

Erwachsenenbildung

Englisch für Anfänger 2

SCHAAN Dieser Kurs richtet sich an Personen, die geringe Englischkenntnisse auffrischen und konsequent ausbauen wollen. Die Teilnehmenden lernen auf unterhaltsame Art, die Grundlagen der englischen Sprache zur Bewältigung von Alltagssituationen zu meistern. Kurs 445 unter der Leitung von Marion Häusler beginnt am Montag, den 15. Februar, um 17.45 Uhr im Schulzentrum Mühleholz 2 in Vaduz. Mit Voranmeldung. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein Egerta in Schaan, Telefonnummer 232 48 22 oder per E-Mail an info@steinegerta.li. (Anzeige)

ANZEIGE

Haus Gutenberg

Gutenberger Nacht der spirituellen Lieder

Das spirituelle Angebot zu einem besonderen Singenerlebnis soll zu einer Wiederbelebung der Tradition des gemeinsamen Singens führen. Die Nacht der spirituellen Lieder wartet auf euch.
Samstag, 13. Februar, 19-21.30 Uhr

Von wertvollen Freundschaften und «oberflächlichen Kontakten»

Jutta Hoop hilft, das soziale Umfeld zu ordnen, ins Gespräch zu kommen und dank der gewonnenen Klarheit entspannte und echte Kontakte zu pflegen.
Samstag, 20. Februar, 9-16 Uhr

Das Horoskop verstehen lernen

Das Seminar mit Gerhard M. Walch gibt, ausgehend von der Tiefenpsychologie nach C. G. Jung, eine Einführung in die archetypische Symbolik, Deutung und Bedeutung der vier Elemente, der Tierkreiszeichen, der Planeten, der Aspekte und der Häuser.
Samstag, 20. Februar, 10-17 Uhr

Treffpunkt Gutenberg

Der dritte Treffpunkt Gutenberg beschäftigt sich mit dem Thema «Liechtenstein und die Flüchtlinge». Stefan Hirschlehner im Gespräch mit Thomas Lendi, Geschäftsführer des Vereins Flüchtlingshilfe Liechtenstein.
Dienstag, 1. März, 15 Uhr

Präparation - gestern und heute

Peter Niederklöpfer gewährt spannende Einblicke ins Präparations-

leben bei der Führung durch sein Präparationsatelier.
Donnerstag, 3. März, 19 Uhr

Gut im Gespräch?

Die Teilnehmenden gehen der Frage nach, ob bzw. wie sich die Kommunikation zwischen Menschen durch Online-Communities, Smartphones und Tablets verändert hat und was es braucht, um gut im Gespräch zu bleiben.
Freitag, 4. März, 13.30-18 Uhr

Dem Geheimnis auf der Spur

Ein inspirierender Tag für Erstkommunikationskinder mit der Katechetin Christel Kaufmann.
Samstag, 5. März, 9-15.30 Uhr

Impulstag für Brautpaare

Dr. theol. Beate Boes, Ehe- und Familientherapeutin hilft mit Impulsen bei der inneren Vorbereitung auf den neuen Lebensweg.
Samstag, 5. März, 9 bis 18.30 Uhr

Führung durchs Festungsmuseum Magletsch

Besichtigung der militärischen Befestigungsanlage aus dem Zweiten Weltkrieg, die sich in unmittelbarer Nähe von Liechtenstein befindet.
Samstag, 12. März, 14 bis 16 Uhr

Verlust der Natur?

Günther Boss hat zwei Theologen mit der Frage nach dem, was Natur ist, konfrontiert und stellt nun dar, welche Bedeutung seine wissenschaftlichen Ergebnisse in der gegenwärtigen theologischen Auseinandersetzung mit ökologischen Themen hat.
Mittwoch, 16. März, 19 Uhr

Anmeldungen und Auskünfte:
Haus Gutenberg • 9496 Balzers • Tel. +423/388 11 33
gutenberg@haus-gutenberg.li • www.haus-gutenberg.li

schreiber maron
VERSICHERUNGSBROKER
Heiligkreuz 42 · FL-9490 Vaduz
Telefon +423 237 57 77 www.schreibermaron.li