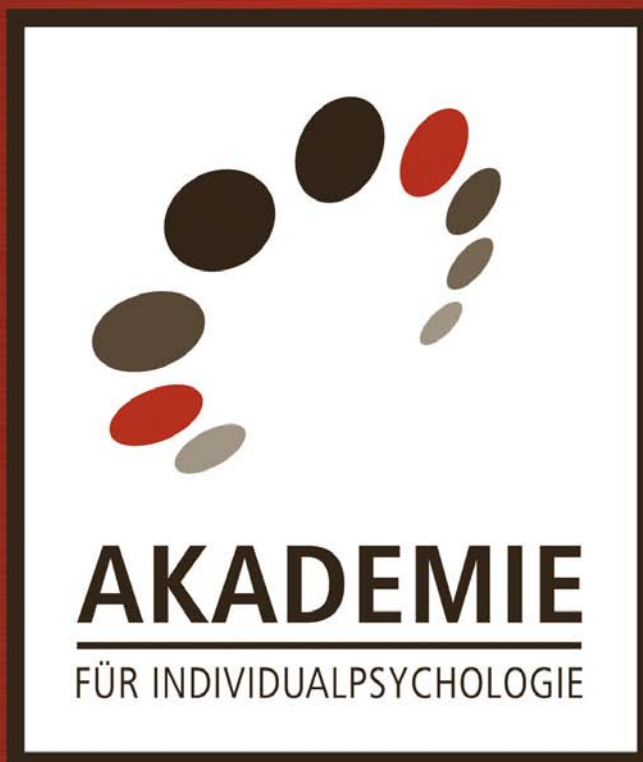


NEWSLETTER

Nr. 17

Die unauflösbare Beziehung: Geschwisterbeziehungen und ihre Bedeutung von Prof. Dr. Jürg Frick



EIN BERUF MIT ZUKUNFT

INDIVIDUALPSYCHOLOGISCHE BERATERIN AFI

INDIVIDUALPSYCHOLOGISCHER BERATER AFI

Die unauflösbare Beziehung: Geschwisterbeziehungen und ihre Bedeutung¹

Neben den Eltern sind Geschwister für unsere Individualentwicklung von enormer Bedeutung. Geschwister spielen im Beziehungsgeflecht von Menschen eine kaum zu unterschätzende Rolle. Die Geschwisterbeziehung ist – neben der Eltern-Kind-Beziehung – unser intensivstes wie frühestes Lernfeld. Geschwisterbeziehungen reichen – ausser für die ältesten Kinder – in die ersten vorsprachlichen Tage der Kindheit zurück und sind die dauerhaftesten und längsten Bindungen im Leben eines Menschen: Eltern sterben, Freunde verschwinden, Intimbeziehungen lösen sich auf – aber Geschwister bleiben einem Menschen meistens lebenslänglich erhalten, rechtlich wie emotional, auch wenn unter Umständen die Kontakte auf ein Minimum beschränkt oder gar abgebrochen wurden. Man kann, um Watzlawick (2000) zu variieren, nicht eine Nichtbeziehung zu Geschwistern haben. Gemeinsame Herkunft und Entwicklungsgeschichte bilden ein unauflösbares Band. Unzählige Erlebnisse, Gefühle, Reaktionsmuster und sogar Charakter prägende Erfahrungen sind mit Geschwistern verbunden, auch wenn ein erheblicher Teil davon vergessen, verdrängt oder gar verleugnet werden kann.

Geschwisterrollen und Geschwisterkonstellationen

Natürlich tragen krasse Simplifizierungen in der Ratgeberliteratur wenig zur sachlichen Erhellung der Geschwisterthematik bei. So gibt beispielsweise Leman (1995) ‚Tipps‘ in Form einer Eheglückstabelle, welche Geschwisterkonstellationen für eine Paarbeziehung günstig oder ungünstig ausfallen und bei Forer/Still (1991) erfahren wir, dass Inhaberinnen von Schönheitssalons angeblich meistens als zweite Kinder geboren wurden! Stattdessen geht es vielmehr darum, die individuelle Situation und Perspektive des einzelnen Kindes zu erfassen und zu verstehen. Genauer: Was bedeutet es in dieser konkreten Familie mit diesen Eltern und unter diesen Bedingungen als ältestes, zweitgeborenes, mittleres, jüngstes oder Einzelkind aufzuwachsen? Wie interpretieren Kinder ihre persönliche familiäre Konstellation, ihre (auch geschlechtliche) Stellung und Rolle darin? Wie handeln sie daraus? Erst diese individuelle Analyse wird dem Einzelfall tatsächlich gerecht.

Bedeutung der Geschwisterbeziehung lange Zeit vernachlässigt

In der Geschichte der Psychologie wurde erstaunlicherweise der Einfluss von Geschwistern auf die psychische Entwicklung des Menschen lange Zeit vernachlässigt oder als gering eingestuft. Dabei hatte Dreikurs schon 1933 (!) lapidar festgehalten: «Man kann ganz einfach kein Kind unabhängig von seinen Geschwistern verstehen.» Heute wird von immer mehr Fachleuten (an) erkannt, dass nicht nur Eltern, sondern auch die Geschwister für unsere Individualentwicklung von enormer Bedeutung sind. Nach Papastefanou (in: Hofer /Wild / Noack 2002, S. 192–193) herrscht «im aktuellen Forschungsgeschehen Übereinstimmung dahingehend, dass Geschwister eine herausragende Rolle im Lebenslauf spielen. [...] Neben Eltern und Peers haben sie eine wichtige Funktion als Sozialisationsagenten, weil Geschwister im täglichen Zusammenleben sich gegenseitig anregen und lernen, sich zu verstehen und auseinander zu setzen.» Das versucht der Autor u.a. in seinem Buch (Frick 2009) ausführlicher darzustellen. Bei aller Vorsicht lassen sich trotzdem einzelne Verhaltens- und Erlebnistendenzen im Sinne von häufigeren Möglichkeiten

¹ Dieser Beitrag erschien zuerst in Clic 63, August 2009 und ist ein stark gekürzter Text aus meinem Buch «Ich mag dich – du nervst mich! Geschwister und ihre Bedeutung für das Leben. Bern: Huber 2009

in Kombination mit bestimmten Geschwisterpositionen beobachten. So markieren Erstgeborene häufig Pfade für die jüngeren Geschwister, fungieren als Vorbilder, können / müssen Verantwortung und Pflichten für Jüngere übernehmen (das neunjährige Geschwister kann das Baby während der zweistündigen Abwesenheit der Eltern infolge eines Kinobesuchs durchaus betreuen, aber umgekehrt geht das nicht!), was in der Regel mit dem Erwerb von sozialen Kompetenzen verbunden ist. Ob das ältere diese Aufgabe mit Stolz oder als Pflicht ausübt, ist dann wiederum individuell verschieden. Nicht selten spielen Älteste die dominantere Rolle, wollen führen. Bei Zweit- und Spätergeborenen findet sich häufig ein Nacheifern gegenüber dem Ältesten und / oder ein Zusammenschluss mit jüngeren Geschwistern. Diese Kinder entwickeln vielfach als gute BeobachterInnen auch diplomatische Fähigkeiten und lernen mit «Doppelrollen» als Jüngere und Ältere – umzugehen. Einige «Sandwichkinder» beklagen sich, sie würden zu kurz kommen, andere erleben sich als den besten Teil im Sandwich! Auch hier zeigt sich: Feste, definitive Zuordnungen zu bestimmten Geschwisterpositionen sind immer zu hinterfragen, da auch viele weitere Faktoren wie Geschlecht bzw. gender, der Altersabstand, das Temperament der Geschwister und vieles mehr eine Rolle spielen. Jüngste Kinder befinden sich zumindest in der frühen Kindheit meistens in der Lage des kleinsten und schwächsten Familienmitgliedes: Diese «Froschperspektive» kann ein Gefühl der Unterlegenheit hervorrufen, das nach Kompensation (Adler) ruft: Solche Kinder können Ehrgeiz, einen starken Wunsch nach Anerkennung entwickeln, aber andererseits auch häufig die beglückende Erfahrung machen, sich bei Problemen – mehr als die Ältesten! – auf Ältere und Grössere verlassen zu können, also Hilfe bei Anderen zu finden. Einige jüngste Kinder finden einen Platz als Herzige, Originelle oder Witzige, kommen mit Charme zur Geltung. Tendenziell verwöhnen Eltern die jüngsten Geschwister stärker. Auch hier gilt: Es kann auch anders sein!

Widerlegte Vorurteile über Einzelkinder

Die meisten Vorurteile über Einzelkinder sind von der Forschung schon längst widerlegt worden (Kasten 2007). Erneut gilt: Auch für Einzelkinder bieten sich Chancen und Gefahren: Einzelkinder erleben die Aufmerksamkeit und Zuwendung der Eltern in der Regel ungeteilter, einige sind sehr selbständig, andere mehr verwöhnt, sie sind sich den Umgang mit Erwachsenen mehr gewohnt, vermögen mit dem Alleinsein umzugehen. Probleme ergeben sich, wenn Eltern zu hohe Erwartungen haben und diese dann alle gebündelt auf ihr einziges Kind richten: Hier können Kinder unter einen hohen Druck (Leistung, Erfolg usw.) geraten. Anpassungsschwierigkeiten in Spielgruppen und Kindergarten entstehen eigentlich nur dann, wenn diese Kinder nicht rechtzeitig und genügend in Kontakt mit Gleichaltrigen gekommen sind. Deshalb ist es empfehlenswert, Einzelkindern schon früh soziale Kontakte mit anderen Kindern zu ermöglichen. Jede Geschwisterkonstellation und –Position birgt also immer Chancen, positive Möglichkeiten wie auch Gefahren. Erst in der genauen Analyse des individuellen Einzelfalls zeigt sich, welche Seite im Einzelfall schliesslich überwiegt.

Komplementärrollen

Jedes Kind versucht im Laufe seiner Entwicklung aus evolutionspsychologischer Sicht, sich von anderen zu unterscheiden, in bestimmten Bereichen besonders, eben individuell zu sein – es sucht sich als unverwechselbares Individuum einen Platz, eine Nische zu schaffen. Kinder lernen, abhängig von Geburtenfolge, Geschlecht, physischen Eigenschaften oder Temperament Rollen, um bei den Eltern Zuwendung, Anerkennung und Liebe zu erhalten. Dazu entwickeln sie ein breites Spektrum von Strategien, die sie häufig bis ins Erwachsenenalter oder gar das ganze Leben lang beibehalten, verfeinern. Diese Rollen- und Nischenfindung wird von den vorliegenden Möglichkeiten in einer konkreten Familie stark

beeinflusst. In einer Familie kann auf Dauer meist nur eine bestimmte Rolle oder Nische besetzt werden. Wenn also beispielsweise das ältere Kind seinen Platz als schönes, attraktives, charmantes Mädchen gefunden hat, bleiben dem zweiten Mädchen stark vereinfacht zwei Möglichkeiten: Es versucht das ältere in diesen Merkmalen auszustechen, also noch attraktiver usw. zu erscheinen, oder aber es verlegt sich auf ein anderes Gebiet: Seine komplementäre Rolle nimmt es dann zunehmend ein als vielleicht burschikoses oder intellektuelles Mädchen, das weniger Wert auf Äusseres legt. In den meisten Familien lassen sich komplementäre Geschwisterkombinationen finden: Wenn ein Kind eher als Kopfmensch mit zwei linken Händen gilt, dann findet sich meistens ein handwerklich geschicktes Geschwister, und brave angepasste Geschwister leben fast immer mit einem Kämpfer, einem Rebellen (oder einer Rebellin) zusammen. Zwei weitere Beispiele für Komplementärrollen seien hier aufgeführt: Gescheite vs. «Dumme», MinimalistInnen vs. SchafferInnen/Gewissenhafte/Tüchtige. Für Eltern sind so unterschiedlich sich präsentierende Geschwister manchmal schwer verständlich, da sie meinen, sie hätten ihre Kinder ja gleich erzogen! Das ist letztlich gar nicht möglich – und zudem wirkt jegliches Verhalten der Eltern immer individuell und häufig nicht vorhersehbar auf die einzelnen Geschwister.

Bevorzugung, Benachteiligung und Rivalität

Grundsätzlich gilt, dass die Haltung der Eltern die zentrale Einflussgrösse ist, ob zwischen Geschwistern eher eine kooperative oder aber eine stark konkurrierende oder gar ablehnende Tendenz überwiegt. Natürlich gehören Rivalität und Eifersucht zu jeder Geschwisterbeziehung. Eifersucht ist ein gesundes Gefühl, solange Geschwister dadurch in konstruktiver Weise konkurrieren, sich angespornt fühlen und Mittel einsetzen, die für sie und andere langfristig nicht schädlich sind. Eifersucht ist ein Stachel, der Anreize schaffen und Entwicklungen auslösen kann, die sich für ein Kind günstig auswirken: Wenn mehr Eifer als Sucht vorherrscht, wirkt Eifersucht als Motor, als Antrieb. Mit Eifersucht ist aber häufig auch ein grosser Schmerz verbunden: Man fühlt sich – zu Recht oder nicht – weniger geliebt, benachteiligt, empfindet sich im Vergleich inkompetenter, zweitrangig. Daraus können tiefe Wunden entstehen, die unter Umständen jahrelang oder bis zum Tode andauern. In vielen Fällen bietet die Geburt eines neuen Geschwisters den Anlass für Eifersucht. Eifersüchtigen Geschwistern ist gemeinsam das Gefühl, zu kurz zu kommen, benachteiligt zu sein. Hilfreich von elterlicher Seite ist ein grundsätzlich wohlwollendes, bejahendes Familienklima, wo jedes Kind als eigenständiges Mitglied wahrgenommen und geschätzt sowie in seinen individuellen Fähigkeiten bestärkt und bei Schwächen ermutigt wird («bis jetzt kannst du das noch nicht, aber ...»). Zentral ist es, Kinder nicht miteinander zu vergleichen sowie die Konkurrenz unter den Kindern eher zu mildern («jede/r hat Schwächen und Stärken, wir auch!»). Allfällige Bevorzugungen bzw. Benachteiligungen sowie geschlechtsspezifische Präferenzen und eigene besondere Sympathien oder Antipathien gegenüber einem Kind sollten kritisch reflektiert und hinterfragt werden: Nicht selten zeigen sich hier eigene, ungeklärte halb- oder unbewusste Geschwistererfahrungen! Trotz alledem: Eifersucht und Rivalität gehören in einem bestimmten Mass zur normalen psychischen Entwicklung und müssen auf einem mittleren Aktivitätsniveau akzeptiert werden!

Weitere wichtige Einflussfaktoren auf Geschwisterbeziehungen

Hier seien nur kurz einige ergänzend erwähnt: Der Altersabstand (je kleiner, desto eher eine intensivere Beziehung, aber auch mehr Rivalitäten), das individuelle Verhältnis der Eltern zu den einzelnen Kindern (Beziehung, Sympathie, Erwartungen usw.), die Geschwistersituation

der Eltern selber (hat die Mutter beispielsweise als Jüngste gelitten und darum besondere Sympathie zum jüngsten Kind?), ausserfamiliäre Bezugspersonen wie Grosseltern oder Lehrpersonen, die Freunde der Geschwister (die beste Freundin der Schwester findet zum Beispiel deren kleinen Bruder «mega nervig» – oder herzlich), besondere Merkmale der Geschwister (zum Beispiel schwere oder chronische Krankheiten, Behinderungen).

Lernfelder, Beziehungsmuster, Identitätsbildung und Tiefenbedeutung

Was tragen Geschwisterbeziehungen zur Identitätsbildung bei, wie beeinflussen sich Geschwister, wie wirken sich frühe Abhängigkeiten zwischen Geschwistern, emotionale Nähe und Distanz aus? Geschwister bedeuten tiefe Gefühle von Nähe, Verbundenheit, Liebe, Vertrautheit und Kooperation, aber auch ebenso starke Emotionen wie Eifersucht, Ablehnung, Entfremdung, Hass und Konkurrenz. Das vielleicht hervorstechendste Merkmal der Geschwisterbeziehung ist die schon erwähnte Ambivalenz. Tucholsky hat dies ebenso treffend wie pointiert formuliert: «Wilde Indianer sind entweder auf Kriegspfad oder rauchen die Friedenspfeife – Geschwister können beides.» Geschwister bedeuten sowohl Chancen wie Risiken, sie können Modelle, Vorbilder, Verbündete (beispielsweise gegen die Eltern in der Pubertät!), Identifikationsobjekte (nachahmen!), Elternersatzfiguren, Autoritätspersonen, Einflussquellen für die Berufswahl, aber auch Abgrenzungsobjekte («so möchte ich nicht sein!») darstellen. Wo das Positive deutlich überwiegt, entsteht eine wertvolle, häufig lebenslange emotionale wie kognitive Ressource für alle Beteiligten. Geschwister spielen also im Beziehungsgeflecht von Menschen eine kaum zu unterschätzende Rolle. Neben den Eltern sind sie die nächsten Beziehungspersonen, mit denen sie die ganze Bandbreite von Gefühlen, Reaktionen und Handlungsmuster ausprobieren, durchspielen und modifizieren können. Geschwister vergleichen – mit keinem anderen Menschen vergleichen sie sich zumeist in der Kindheit mehr als mit ihren Geschwistern! – und bewerten sich, bewundern und kritisieren sich gegenseitig, sagen einander die Meinung, rivalisieren miteinander, helfen und streiten, lieben und hassen sich, richten sich aneinander aus, üben Macht aus oder unterziehen sich dem mächtigeren Geschwister, passen sich an, wollen ganz anders sein oder den anderen übertreffen. Geschwister ermöglichen Abgrenzung, Nähe und Selbstwerdung, sie lernen miteinander kooperative Aushandlungsprozesse. Stilles wie offenes Vergleichen kann sich sehr stark auf das eigene Selbstwertgefühl (und Selbstbild) auswirken, wie auch die Meinungen und Bewertungen durch das Geschwister einen beträchtlichen Einfluss auf die Entwicklung des Selbstwertgefühls haben können. So spielen Informationen darüber, was andere Menschen von einem denken, wie sie mich einschätzen, eine entscheidende Rolle sowohl bei der Entwicklung wie der Konstituierung des eigenen Selbstwertgefühls und Selbstbewusstseins. Für diesen Aspekt der Identitätsentwicklung sind Geschwister bedeutsam

Grundmuster für den Umgang mit der Welt

Unsere Denk- und Gefühlswelt, die individuelle Art, Beziehungen zu gestalten, das Verhalten im schulischen und beruflichen Alltag, die Wahl der Liebespartnerin/des Liebespartners und des Freundeskreises, ja sogar die Wahl des Berufs und der Interessengebiete, der Vorlieben, Abneigungen und Einstellungen hängen in einem viel grösseren Umfang mit unseren ersten Beziehungspersonen nach den Eltern, den Geschwistern, zusammen, als viele Menschen annehmen. Welchen Platz ein Mensch in seiner Familie einnimmt, hat grossen Einfluss darauf, wie er sich anderen Menschen und der Welt gegenüber verhält. Der jahrelang erworbene und entwickelte Schatz von Einstellungen, Gefühlen, Erfahrungen, Denkmustern und Handlungsstrategien mit Geschwistern wird schliesslich zum Grundmuster für den Umgang mit der Welt auch ausserhalb der Familie. Die Familie mit Eltern und Geschwistern

ist für das Kind die erste soziale Gruppe, das erste langjährige Trainingsfeld, ein Modell für zwischenmenschliche Beziehungen. Die Erfahrungen mit unseren Geschwistern in der Kindheit bilden einen wichtigen Nährboden für unseren Umgang mit Nähe und Vertrautheit, mit Konkurrenz und Ablehnung, mit Konflikten und Versöhnung. Die Geschwisterbeziehung ist – neben der Eltern-Kind-Beziehung unser intensivstes wie frühestes Lernfeld im Umgang mit ambivalenten Gefühlen von Liebe wie Hass. Geschwister erleben in diesen wichtigen Jahren in unzähligen Interaktionen Loyalität, Hilfsbereitschaft, Beschützen und Beschützt-Werden, aber auch Konflikte, Dominanz und Rivalität, Nähe und Distanz und vieles mehr. Die Bedeutung von Geschwistern lässt sich noch von einer weiteren Seite beleuchten. Jeder Mensch steht ein Leben lang vor unter anderem zwei zentralen Aufgaben: Einerseits müssen wir eigenständige Personen werden, indem wir uns aus anfänglich äusserst intensiven Bindungen lösen und weiterentwickeln sowie eine eigenständige Rolle finden (Individuation und Identität). Daneben stehen wir als soziale Wesen vor der ebenso wichtigen Aufgabe, vielfältige und befriedigende Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen, Bindungen zu lösen, neue aufzubauen und zu pflegen (Sozialisation und Integration). Eltern wie Geschwister bieten hier über Jahre ein vielfältiges Übungs- und Lernfeld, das so jedem Heranwachsenden schliesslich erlaubt, einen eigenen Stil, einen persönlichen Weg zu finden.

10-tägiger Studiengang für angewandtes
COACHING
Diplomausbildung
Dipl. Coach SCA

Infos bei:
Urs Bärtschi
www.coachingplus.ch
info@coachingplus.ch
Tel. +41 (0) 44 865 37 73

coachingplus
training & empowerment gmbh

Ich-Bildung auch über Geschwister

Im Austausch mit Geschwistern erfahren wir aber auch unseren Wert und den Wert des anderen, erleben Ermutigung und Entmutigung, lernen Tricks und Methoden, um uns gut oder besser im Vergleich zu ihnen zu fühlen. Geschwister lernen dabei in einem Wechselspiel aktive (zum Beispiel sprechen, streiten, teilen) und passive (zum Beispiel warten, überlegen, weglaufen) Methoden einzusetzen. Im Laufe der Jahre Übertragen sich diese unzähligen Erfahrungen mit Geschwistern, nun schon in bestimmten charakteristischen Verhaltens- und Gefühlsmustern verdichtet auf die Welt ausserhalb des engeren Familienkreises, also auf Vorschul- und SchulkameradInnen, Freunde usw. und später auch auf gleichaltrige Erwachsene. Aus der Sozialpsychologie wissen wir, dass der Mensch seine Identität vor allem durch Vergleiche mit anderen Menschen entwickelt und konsolidiert. Die zentrale Fragen für jeden Menschen und besonders für den Heranwachsenden lauten: Wer bin ich? Was bedeute ich den anderen? Wie möchte ich sein? Wie werde ich sein? Wie soll ich sein? Diese Fragen richten sich unter anderem an die Eltern, speziell auch an die Geschwister, dann zusätzlich an Peers. Besonders die Ich-Bildung geschieht häufig ganz entscheidend über die Identifizierung (und De-Identifizierung) mit Geschwistern: Indem ich Eigenschaften

eines älteren Bruders, einer älteren Schwester nachahme und mir aneigne, erweitere ich das Spektrum meiner Selbstkompetenz, meiner Gefühle, meiner Handlungsmöglichkeiten. Kind sein heisst ja, unaufhörlich neue Eigenschaften und Fähigkeiten zu erwerben und zu verfeinern und auf diesem Entwicklungsweg sind Geschwister zentrale Personen; sie sind unsere BegleiterInnen, zeitweilig unsere KritikerInnen, unsere Fans wie auch vielleicht manchmal unsere GegnerInnen. In anderen Fällen helfen Geschwister einander bei Hausaufgaben, sind ZuhörerInnen bei ersten Liebesproblemen, trösten nach dem Bruch einer Liebschaft oder sind RatgeberInnen für erste Kontaktabbauversuche zum anderen Geschlecht, geben einander Halt in schwierigen Situationen. Besonders ältere Geschwister vermögen mit ihrem altersbedingten und kognitiven Vorsprung ihren jüngeren Geschwistern häufig eine unschätzbare Hilfe zu sein. Die ältere Schwester als Lehrerin, Vorbild und Helferin ist vor allem bei Schwestern eine häufige Variante, so etwa bei Sabine und Elvira: Sabine «brachte mich zum Lesen von Belletristik. Sie konnte mir gut Lehrstoff von Mathematik und Chemie erklären. Sie war echt geduldig! Sie konnte gut zuhören, als ich Liebesprobleme hatte. Sie war meine einzige Ansprechpartnerin in dieser Zeit. Sie war mein Vorbild ... Ich spüre Dankbarkeit ihr gegenüber: Sie hat mich verstanden, so wie ich war. Sie hat es geschafft, meine ‚Schattenseiten‘ direkt anzusprechen. » Wer sich in dieser wichtigen Zeit des Erwachsenwerdens auf eine solch verständnisvolle Schwester abstützen kann, verfügt über eine unschätzbare Ressource!

Literaturhinweise (Auswahl)

Dreikurs, Rudolf (1981). Grundbegriffe der Individualpsychologie. Stuttgart: Klett-Cotta, Erstausgabe 1933

Frick, Jürg (2009). Ich mag dich – du nervst mich! Geschwister und ihre Bedeutung für das Leben. 3. Auflage. Bern: Huber. Hier findet sich auch eine ausführliche Literaturliste zum Thema Geschwister

Klagsbrun, Francine (2001). Der Geschwisterkomplex. Liebe und Hass, Rivalität und Zusammenhalt – ein Leben lang? München: Heyne

Kasten, Hartmut (2003). Geschwister: Vorbilder, Rivalen, Vertraute. 5. Auflage. München: Reinhardt

Kasten, Hartmut (2007). Einzelkinder und ihre Familien. Göttingen: Hogrefe

Sulloway, Frank J. (1997): Der Rebell der Familie. Geschwisterrivalität, kreatives Denken und Geschichte. Berlin: Siedler

Lüscher, Berit (1997). Die Rolle der Geschwister. Berlin: Edition Marhold

Erstveröffentlichung: Clic Nr. 63, August 2009, in leicht veränderter Form.

Mit freundlicher Genehmigung von Prof. Dr. Jürg Frick

Zum Autor

Jürg Frick, Prof. Dr. phil., Psychologe FSP, Dozent für Entwicklungspsychologie und Berater an der Pädagogischen Hochschule Zürich, Individualpsychologischer Berater SGIPA/AAI, Fortbildungen, Kurse und Vorträge an Schulen, bei Elternvereinen, Ärztetagungen usw.. Diverse Zeitschriften- und Buch-Veröffentlichungen, u.a.:

- Die Droge Verwöhnung. Beispiele, Folgen, Alternativen. Bern: Huber 2001;
- Ich mag dich – du nervst mich! Geschwister und ihre Bedeutung für das Leben. Bern: Huber 2004;
- Die Kraft der Ermutigung. Grundlagen und Beispiele zur Hilfe und Selbsthilfe. Bern: Huber 2007;

• Ermutigendes Konzept: Schutzfaktoren bei ungünstigen Startbedingungen. Bern:
Psychosope 6/2007.

Arbeitsschwerpunkte: Entwicklungspsychologie, Resilienz, Beratungspsychologie, Psychologie
der Geschwisterbeziehungen, Verwöhnung, klinische Psychologie (speziell Depressionen).

Korrespondenzadresse

Prof. Dr. Jürg Frick, Pädagogische Hochschule Zürich, Zentrum für Beratung Weiterbildung
Schulentwicklung, Birchstrasse 95, Postfach, CH-8090 Zürich. Email:
juerg.frick@phzh.ch. Homepage: www.juergfrick.ch

Individualpsychologische Beraterin AFI Individualpsychologischer Berater AFI

Ein Beruf mit Zukunft

Dreijährige, berufsbegleitende Ausbildung. Nächster Beginn: Januar 2011

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

Akademie für Individualpsychologie GmbH
Dorfstrasse 111, Postfach 409
CH-8424 Embrach
+41 (0) 44 865 05 20

www.akademie-individualpsychologie.ch



EIN BERUF MIT ZUKUNFT

Dreijährige, berufsbegleitende Ausbildung zur/zum

- Individualpsychologischen Beraterin AFI
- Individualpsychologischen Berater AFI

Infos bei:
www.akademie-ip.ch
Tel. +41 (0) 44 865 05 20