



# Diplomarbeit

## Eltern im Spannungsfeld der Peerorientierung – eine logotherapeutische Perspektive

**Marion Müller**

Europäische Akademie für Logotherapie – Universitär

PSB Götzis 2023\_WS

Götzis, Dezember 2025

## **Eidesstattliche Erklärung**

Hiermit versichere ich an Eides statt, dass ich die vorliegende Diplomarbeit ohne fremde Hilfe und ohne Benutzung anderer als der angegebenen Quellen und Hilfsmittel angefertigt und die den benutzten Quellen wörtlich oder inhaltlich entnommenen Stellen als solche kenntlich gemacht habe. Diese Arbeit wurde in gleicher oder ähnlicher Form noch bei keinem anderen Prüfer als Prüfungsleistung eingereicht.

## **Gender Erklärung**

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in dieser Diplomarbeit die Sprachform des generischen Maskulinums angewendet. Es wird an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass die ausschließliche Verwendung der männlichen Form geschlechtsunabhängig verstanden werden soll. Die personenbezogenen Ausdrücke dieser Arbeit betreffen, soweit dies mit der inhaltlichen Aussage vereinbar ist, Frauen, Männer und Divers gleichermaßen.

Du hast das Recht zu zweifeln,  
zu verzagen, die Fassung zu verlieren.  
Es ist kein Zeichen von Stärke, immer stark zu sein.  
Es ist kein Zeichen von Schwäche,  
schwach zu sein.  
Wer sich nicht verunsichern lässt,  
lebt wie hinter Mauern.  
Das Leben erreicht ihn nicht,  
und er erreicht das Leben nicht.  
Weil du mitten im Leben stehst,  
hast du das Recht, unsicher zu sein.  
Es spricht für dich,  
du bist im Werden.  
Alle Antworten zu haben,  
heißt meistens Antworten zu haben,  
die zu keinen Fragen wirklich passen.

(Gedicht von Ulrich Schäffers aus dem Buch „Mut zum Leben machen“ von Hardinger Boglarka)

## **Literaturverzeichnis**

<b>1 Einleitung</b>	<b>1</b>
1.1 Allgemein	1
1.2 Relevanz für Gesellschaft, Beratung und Therapie	2
<b>2 Thematische Grundlagen</b>	
2.1 Schwächung der Elternrolle	5
2.2 Familien in gesellschaftlichem Wandel	6
2.3 Die Gleichaltrigenorientierung als Kernphänomen elterlicher Bindung	7
2.4 Folgen für Bindung und Kommunikation in Familien	8
2.5 Folgen für Elternschaft und familiäres Miteinander	9
2.6 Die Rolle der Familie – Definition und Bedeutung der intakten Familie	10
<b>3 Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl</b>	<b>11</b>
3.1 Logotherapeutische Prinzipien in der Familienpraxis	13
3.2 Anwendung logotherapeutischen Prinzipien in der Eltern- und Familienberatung	16
3.3 Wege zur Stärkung der Elternrolle	17
3.3.1 Kommunikation und Kongruenz	17
3.3.2 Selbstwertstärkung der Eltern	18
3.3.3 Bindung statt Abhängigkeit	19
3.3.4 Sinnorientierung: Elternschaft als existenzielle Aufgabe	19
<b>4 Bedeutung für Beratung und Therapie</b>	<b>20</b>

<b>5 Praxisnahes Konzept</b>	<b>22</b>
5.1 Eltern begleiten – ein sinnorientiertes Entwicklungsmodell	22
5.2 Ziel und Zielgruppe des Modells	23
5.3 Theoretische Grundlage	23
5.4 Leitprinzipien des Modells	24
5.5 Ablaufstruktur – Die vier Phasen des Entwicklungsmodells	24
5.6. Methodische Umsetzung	26
5.7 Praxisbeispiel	26
5:8 Evaluation und Reflexion	27
<b>6 Fazit und Ausblick</b>	<b>27</b>

## 1. Einleitung

### 1.1 Allgemein

Die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen findet in einem Spannungsfeld zwischen familiärer Bindung und gesellschaftlicher Einflussnahme statt. Unsere moderne, stark digitalisierte und individualisierte Gesellschaft betont Selbstbestimmung, Unabhängigkeit und persönliche Freiheit und doch zeigt sich ein wachsendes Bedürfnis nach Orientierung und Zugehörigkeit. (vgl. Neufeld & Maté, 2022, S. 3-5)

Viele Eltern erleben diesen Widerspruch hautnah. Sie fühlen sich ihrem Kind innerlich verbunden und doch merken sie, dass der vertraute Kontakt nicht mehr so leicht funktioniert wie früher. Es ist, als habe sich etwa verändert: Man ist beieinander, aber das Miteinander fühlt sich anders an – weniger leicht, weniger selbstverständlich. Das ist eigentlich nichts Ungewöhnliches. Kinder entwickeln sich, werden eigenständiger und Veränderungen gehören dazu.

Doch diesmal fühlt es sich anders an – es braucht mehr Geduld, mehr Verständnis und oft auch mehr Kraft. Wir Eltern müssen uns stärker bemühen, auf jedes einzelne Kind individuell einzugehen, authentisch zu bleiben und trotzdem Halt zu geben. Gleichzeitig braucht es auch die Bereitschaft der Kinder, den Kontakt zu uns Eltern wieder zu suchen. Dieses tiefe Bindungsgefühl, das in der frühen Kindheit fast selbstverständlich war, ist heute viel fragiler geworden. Durch die vielen Möglichkeiten, Einflüssen und Ablenkungen unserer Zeit wird es zu einer gemeinsamen Aufgabe von Eltern und Kinder, ihre Beziehung bewusst zu gestalten und immer wieder neu zu stärken.

Neufeld & Maté (2022, S.7) beschreiben genau dieses Phänomen, also die zunehmende Verschiebung der Orientierung von den Eltern hin zu Gleichaltrigen, als „Gleichaltrigenorientierung“: einen Prozess, in dem Kinder ihre Werte, ihr Verhalten und ihre emotionale Ausrichtung zunehmend an Gleichaltrigen orientieren, statt an den Eltern.

Die Autoren bringen es prägnant auf den Punkt:

*„Zum ersten Mal in der Geschichte wenden sich junge Menschen nicht an Mütter, Väter, Lehrer und andere verantwortliche Erwachsene, um Anleitung, Vorbilder und*

*Lenkung zu finden, sondern an Menschen, die von der Natur nicht für die Elternrolle vorgesehen sind - an ihre gleichaltrigen Freunde.“ (Neufeld & Maté, 2022, S. 7)*

Diese Entwicklung lässt sich nicht einfach als Erziehungsproblem beschreiben. Sie geht tiefer. Sie betrifft das Herzstück des familiären Miteinanders. Wenn Kinder ihre Zugehörigkeit zunehmend außerhalb der Familie suchen, spüren Eltern oft, dass etwas ins Wanken gerät. Der innere Halt, der früher aus der Selbstverständlichkeit von Nähe und Vertrauen kam, braucht heute mehr Aufmerksamkeit. Kinder müssen sich in einer Welt zurechtfinden, die von vielen Einflüssen geprägt ist und dabei herausfinden, wer sie selbst sind. Dafür brauchen sie Eltern, die präsent bleiben, auch wenn sich der Kontakt verändert.

Elternsein ist daher kein fester Zustand, sondern ein lebendiger Prozess. Er fordert von uns, immer wieder neue Wege zu finden, um in Beziehung zu bleiben – trotz aller Veränderungen, Reibungen und äußeren Einflüsse. Diese Arbeit widmet sich genau dieser Herausforderung. Sie beschäftigt sich mit der Frage, wie Eltern ihre Rolle in einer Zeit zunehmender Gleichaltrigenorientierung neugestalten und stärken können, um Beziehung als tragenden und bedeutsamen Raum für Halt und Entwicklung lebendig zu halten.

## **1.2. Relevanz für Gesellschaft, Beratung und Therapie**

Gesellschaftliche Entwicklungen wie Digitalisierung, Social Media, wachsender Leistungsdruck und die Auflösung traditioneller Familienstrukturen verändern die Lebenswelt junger Menschen tiefgreifend. Wertevermittlung und Orientierung, die früher selbstverständlich innerhalb der Familie stattfanden, werden heute stark durch digitale Medien und Gleichaltrige geprägt (vgl. Neufeld & Maté, 2022, Kapitel 1–3).

Im familiären und sozialen Umfeld zeigt sich, dass Freundeskreise und Online-Kontakte zunehmend das Denken, Fühlen und Handeln von Kindern beeinflussen. Damit verschieben sich Bindungs- und Kommunikationsmuster, wodurch Eltern vor neuen Herausforderungen stehen. Trotz Aktualität liegen bisher keine umfassenden Studien für den hier untersuchten Kontext vor.

Aus logotherapeutischer Sicht nach Viktor E. Frankl ergibt sich dabei ein zentraler Ansatzpunkt:

Der Mensch ist nicht ausschließlich das Ergebnis seiner Umstände, sondern besitzt einen inneren Willen zum Sinn und zur Freiheit, der ihm ermöglicht, selbst in prägenden sozialen Systemen eigenständig Werte zu entwickeln. Auch Jugendliche behalten – trotz starker Orientierung an Gleichaltrigen – die Fähigkeit zur Selbstfindung, wenn ihnen Räume geboten werden, in denen Sinn, Verantwortung und Zugehörigkeit erfahrbar werden.

Schechner & Zürner (2020) betonen, dass die Aufgabe der Eltern nicht allein in Fürsorge oder materieller Absicherung besteht, sondern vor allem darin, Beziehungserfahrungen zu ermöglichen, die Sinn stiften: durch Liebe, Verlässlichkeit, Vertrauen und den Mut, Kinder in ihrer Eigenständigkeit zu begleiten.

Frankl formulierte dies treffend: *„Jeder Mensch, auch der ganz kleine, will in seinem Leben für etwas oder für jemanden gut sein.“* (Schechner & Zürner, 2020, S. 47)

Eltern, die diese Haltung leben, vermitteln ihren Kindern Orientierung, die über kurzfristige Gruppeneinflüsse hinausreicht und eine tragfähige Grundlage für Persönlichkeitsentwicklung und innere Stabilität schafft.

Für Beratung und Therapie bedeutet dies, dass Fachkräfte und Eltern darin unterstützt werden sollten, ihre Rolle zu reflektieren, Bindungen zu stärken und Kinder in ihrer Sinnsuche zu begleiten. Entscheidend ist dabei eine Haltung, die den Blick nicht auf Defizite richtet, sondern auf die individuellen Potenziale, Ressourcen und Stärken jedes Menschen – als Basis einer wertschätzenden, entwicklungsfördernden Haltung.

Die herangezogenen Werke von Neufeld & Maté (2022), Satir (2001), Lukas (2024), Hadinger (2003) sowie Schechner & Zürner (2020) bieten hierzu theoretische Grundlagen und praxisorientierte Impulse, die unmittelbar in der Familien- und Beratungsarbeit Anwendung finden können. Auf dieser Basis entsteht eine Verbindung von Theorie und Praxis, die die Entwicklung eines eigenen Beratungs- und Begleitungskonzeptes ermöglicht.



Im Anschluss an diese theoretischen Überlegungen wurden folgende Leitfragen formuliert, die die konzeptionelle Entwicklung der Arbeit leiten:

- Wie kann die Elternrolle im Spannungsfeld der Peer-Orientierung gestärkt werden – insbesondere aus logotherapeutischer Sicht?
- Wie lässt sich daraus ein praxisnahes Konzept für die Familienberatung entwickeln?

Damit verfolgt die Arbeit zwei Zielrichtungen:

Zum einen soll eine theoretisch fundierte Grundlage aufgezeigt werden, wie Eltern Orientierung, Bindung und Sinnvermittlung im Kontext zunehmender Peerorientierung wirksam gestalten können. Zum anderen wird darauf aufbauend ein praxisnaher Ansatz entwickelt, der in zukünftigen Beratungssettings mit Familien Anwendung finden kann. So entsteht eine Brücke zwischen wissenschaftlicher Reflexion und praktischer Umsetzbarkeit.

## 2. Thematische Grundlagen

### 2.1. Schwächung der Elternrolle

In den vergangenen Jahrzehnten hat sich das Familienleben stark verändert. Elternsein findet heute in einem Umfeld statt, das von hoher Geschwindigkeit, Leistungsdruck und einer Fülle an äußeren Einflüssen geprägt ist. Frühere Leitbilder und klare Orientierungsmuster haben an Bedeutung verloren, während Eltern zunehmend selbst herausfinden müssen, welche Werte und Haltungen sie ihren Kindern mitgeben wollen. Diese Freiheit eröffnet zwar neue Möglichkeiten, bringt aber auch Unsicherheit und das Gefühl mit sich, vielem gleichzeitig gerecht werden zu müssen – in einer Gesellschaft, in der feste Maßstäbe kaum noch existieren (vgl. Neufeld & Maté, 2022, S. 7-12).

Digitale Medien und soziale Netzwerke prägen inzwischen den Alltag vieler Kinder und Jugendlicher. Ständige Erreichbarkeit und der dauernde Vergleich mit anderen schaffen eine Atmosphäre, in der Anerkennung und Zugehörigkeit häufig außerhalb der Familie gesucht werden. Wie Neufeld & Maté (2022, S.17) betonen, sind Kinder besonders empfänglich für solche äußeren Einflüsse, wenn die emotionale Bindung zu ihren Eltern an Tiefe verliert. Eine verlässliche Beziehung bildet die Grundlage für Vertrauen und Selbstwertgefühl – fehlt sie, übernehmen Gleichaltrige leicht die Rolle von Orientierung und Zugehörigkeit.

Die Autoren bringen diese Entwicklung treffend auf den Punkt:

*„Es ist die Gleichaltrigenorientierung, die unsere elterlichen Erziehungsinstitute zum Schweigen gebracht hat, unsere natürliche Autorität ausgehöhlt und uns dazu gebracht hat, nicht mit dem Herzen, sondern mit dem Kopf zu erziehen – mithilfe von Handbüchern, den Ratgebern von ‚Experten‘ und den konfusen Erwartungen der Gesellschaft.“ (Neufeld & Maté, 2022, S. 7)*

Dieses Zitat verdeutlicht, dass viele Eltern heute weniger aus innerer Überzeugung handeln, sondern von äußeren Erwartungen und Unsicherheiten beeinflusst sind. Die Schwächung der elterlichen Rolle ist daher nicht Ausdruck persönlicher Unvollkommenheit, sondern ein Spiegel gesellschaftlicher Veränderungen. Gerade darin liegt die Herausforderung – und zugleich die Chance –, elterliche Präsenz neu zu begreifen: als bewusste, verlässliche Beziehung, die Kindern Orientierung und Halt gibt, auch wenn äußere Einflüsse lauter geworden sind.

## 2.2. Familien im gesellschaftlichen Wandel

Elternschaft ist heute eingebettet in eine Gesellschaft, die sich in einem ständigen Wandel befindet – beschleunigt durch Digitalisierung, neue Familienformen und veränderte Werte. Diese Entwicklungen prägen die Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen und fordern Eltern heraus, Halt und Orientierung in bewegten Zeiten zu geben.

Die **Individualisierung** hat klassische Rollenbilder und feste Orientierungsmuster in Familien abgeschwächt. Eltern sind heute zunehmend gefordert, Erziehungsstile, Werte und Lebensentwürfe eigenständig zu gestalten. Diese Freiheit eröffnet zwar Handlungsspielräume, kann jedoch auch Unsicherheit und Überforderung begünstigen, da gesellschaftliche Leitlinien fehlen.

Mit der **Digitalisierung und der Dominanz sozialen Medien** hat sich die Sozialisation von Kindern und Jugendlichen grundlegend verändert. Digitale Vernetzung ermöglicht eine ständige Vergleichs- und Bewertungsdynamik, die emotionale Stabilität untergraben kann. Wie bereits erwähnt suchen Kinder insbesondere dann Orientierung bei Gleichaltrigen, wenn die Bindung zu den Eltern geschwächt ist. Stabile emotionale Beziehungen innerhalb der Familie bilden jedoch die Grundlage für Vertrauen, Sicherheit und Selbstwertgefühl. Fehlt diese Basis, rückt die Gleichaltrigenorientierung in den Vordergrund – mit der Gefahr, dass Kinder oberflächliche Anerkennung und Gruppenzugehörigkeit über innere Stabilität und Werte stellen. (vgl. Neufeld & Maté, 2022, S. 43-45)

Diese gesellschaftlichen Veränderungen bringen viele Eltern an ihre Belastungsgrenzen. Zwischen den Anforderungen des Alltags, den Bedürfnissen der Kinder und dem eigenen Anspruch, „alles richtig zu machen“, entsteht oft ein Spannungsfeld, das als Krise erlebt werden kann. Doch Krisen sind nicht zwangsläufig ein Zeichen von Scheitern, sondern können auch eine Einladung zum Wachsen sein. Im Buch „*Krisen bewältigen*“ betonen Schechner & Zürner (2020), dass familiäre Krisen nicht nur als Bedrohung, sondern auch als Chancen zur Weiterentwicklung verstanden werden können. Eltern sind heute besonders gefordert, sich flexibel auf Veränderungen einzustellen, Orientierung zu geben und ihre Rolle in einem dynamischen Umfeld neu zu definieren.

Resilienz – also die Fähigkeit, mit Belastungen konstruktiv umzugehen – wird damit zu einer wesentlichen Kompetenz, um als Eltern stabil und handlungsfähig zu bleiben.

Gleichzeitig kann gerade eine schwierige Zeit dazu beitragen, das Wesentliche wieder deutlicher zu sehen - was im Zusammenleben wirklich zählt, was Halt gibt und was verbindet. Krisen können Eltern und Kinder näherbringen, wenn sie als gemeinsame Aufgabe verstanden werden. Sie laden dazu ein, Prioritäten neu zu setzen, Vertrauen zu vertiefen und Beziehungen bewusster zu gestalten. Im Sinn der Logotherapie nach Viktor Frankl kann auch das Herausfordernde Sinn enthalten – nicht, weil es leicht ist, sondern weil wir daran wachsen und menschlich reifen können. So wird elterliches Handeln mehr als bloße Bewältigung: Es wird zu einer Haltung, in der Verantwortung, Liebe und Sinn erlebbar werden.

Neufeld & Maté (2022) bringen die gesellschaftliche Veränderung auf den Punkt:

*„Eltern haben sich nicht verändert – diese sind nicht weniger kompetent oder weniger hingebungsvoll als früher. Die grundlegende Natur von Kindern hat sich ebenso wenig verändert – sie sind nicht weniger abhängig oder widerstandsfähiger geworden. Was sich verändert hat, ist die Kultur, in der wir unsere Kinder großziehen. Die Bindung der Kinder zu den Eltern wird nicht mehr, wie es erforderlich wäre, von der Kultur und der Gesellschaft unterstützt.“ (S. 6)*

### **2.3 Die Gleichaltrigenorientierung als Kernphänomen elterlicher Bindung**

Neufeld und Maté (2022) beschreiben die Gleichaltrigenorientierung als ein zentrales Phänomen moderner Kindheit: Kinder und Jugendliche richten ihre emotionale und soziale Orientierung zunehmend an Gleichaltrigen aus, während die Bindung zu den Eltern an Einfluss verliert. Dieser Wandel betrifft vor allem den sogenannten Bindungskontext – also den Rahmen aus emotionaler Nähe, Verlässlichkeit und Sinnvermittlung, der Kindern Sicherheit und Identität gibt.

Fehlt dieser Rahmen, wird Erziehung schwieriger, da elterliche Autorität ohne eine tragfähige Beziehung an Wirkung verliert. Kinder suchen dann Anerkennung und Zugehörigkeit außerhalb der Familie und machen ihr Selbstwertgefühl stärker von Peergruppen abhängig.

Gleichzeitig betonen Neufeld und Maté, dass Peerbeziehungen nicht grundsätzlich problematisch sind. Entscheidend ist, welchen Stellenwert sie im Vergleich zur elterlichen Bindung einnehmen. Eine sichere emotionale Beziehung zu den Eltern schützt Kinder davor, Gruppendruck oder äußeren Einflüssen unreflektiert zu folgen.

Auch Hadinger (2003) hebt hervor, dass Kinder soziale Erfahrungen mit Gleichaltrigen nur dann als bereichernd erleben, wenn sie in der Familie emotionale Geborgenheit und Wertschätzung erfahren. Eine stabile Eltern-Kind-Beziehung wird so zur Basis für Selbstvertrauen, soziale Kompetenz und die Entwicklung von Eigenständigkeit.

Damit wird deutlich: Nicht die Peerorientierung an sich stellt das Problem dar, sondern das Fehlen einer verlässlichen elterlichen Beziehung, die dem Kind Halt, Orientierung und emotionale Sicherheit gibt.

## **2.4 Folgen für Bindung und Kommunikation in Familien**

Die zunehmende Orientierung an Gleichaltrigen schwächt nicht nur den elterlichen Einfluss, sondern verändert auch die Kommunikationsmuster innerhalb der Familie. Eltern erleben häufiger Rückzugstendenzen ihrer Kinder, Missverständnisse oder Loyalitätskonflikte. Rituale und gemeinsame Aktivitäten müssen heute bewusster gepflegt oder neu geschaffen werden, um Verbindung und Austausch lebendig zu halten.

Virginia Satir (2021) betont, dass eine klare und kongruente Kommunikation die Grundlage für Vertrauen und emotionale Sicherheit bildet. Eltern, die ihre Gefühle, Werte und Überzeugungen ehrlich ausdrücken, schaffen einen Raum, in dem Kinder sich verstanden und angenommen fühlen. Diese Form des Austauschs vermittelt nicht nur Zugehörigkeit, sondern auch innere Orientierung – nicht durch Kontrolle, sondern durch gelebte Authentizität und Wertschätzung.

Familiäre Spannungen oder Konflikte sind dabei nicht zwangsläufig ein Zeichen von Scheitern. Sie können vielmehr Anlässe sein, einander besser zu verstehen, Beziehung zu vertiefen und gegenseitiges Verständnis zu fördern. Wenn Eltern offenbleiben und ihre Haltung reflektieren, wird Kommunikation zu einem Ort der Begegnung, an dem Vertrauen wachsen kann.

In diesem Zusammenhang unterstreicht Satir (2021), dass Eltern durch ihre innere Klarheit und durch wertschätzende Kommunikation Orientierung geben. Entscheidend

ist weniger die perfekte Formulierung, sondern die Haltung dahinter: Kinder spüren, ob Eltern echt, zugewandt und innerlich stimmig sind. Diese Stimmigkeit schafft einen Rahmen, in dem Kinder Selbstvertrauen aufbauen und sich sicher entfalten können.

## **2.5 Folgen für Elternschaft und familiäres Miteinander**

Wie bereits dargestellt, führen gesellschaftliche Veränderungen – insbesondere die Digitalisierung und der Rückzug traditioneller Leitbilder dazu, dass Eltern heute stärker gefordert sind, Orientierung, Halt und Werte eigenständig zu vermitteln. Dies erfordert ein hohes Maß an Reflexionsfähigkeit, Selbstkenntnis und Kommunikationskompetenz. (vgl. Satir, 25. Auflage, 2021)

Zentrale Veränderungen zeigen sich in folgenden Punkten:

- Die Zeit gemeinsamer Aktivitäten in Familien nimmt ab, während digitale und gleichaltrigen bezogene Interaktionen zunehmen.
- Rituale und familiäre Routinen verlieren an Selbstverständlichkeit und müssen bewusst gepflegt oder neu etabliert werden.
- Eltern erleben häufiger Rollenkonflikte, da sie gleichzeitig Bindung, Wertevermittlung und Förderung von Selbstständigkeit leisten müssen.
- Unsicherheit entsteht, weil traditionelle Orientierungsmuster fehlen und Entscheidungen zunehmend individuell getroffen werden müssen.
- Überforderung resultiert aus der Vielzahl gleichzeitiger Anforderungen sowie der Konkurrenz durch Peergruppen und digitale Medien.

\*Kongruent = Übereinstimmung, es gibt eine Deckungsgleichheit zwischen dem, was eine Person tatsächlich denkt und fühlt, und dem, was sie verbal und nonverbal ausdrückt.

## 2.6 Die Rolle der Familie - Definition und Bedeutung der intakten Familie

*„Die intakte Familie ist der Ort höchstmöglicher irdischer Geborgenheit.“*

*(Lukas, 2024, S. 15)*

Elisabeth Lukas beschreibt die Familie als einen Lebensraum, in dem Menschen bedingungslos angenommen, wertgeschätzt und geliebt werden – unabhängig von Leistung oder Status. In der Familie erfährt der Mensch emotionale und existenzielle Verankerung und erlebt sein Leben als sinnvoll und getragen. (vgl. S.13)

Lukas (2024) betont, dass die Familie der wichtigste Ort seelischer Sicherheit ist. Sie vermittelt Zugehörigkeit, Wertschätzung und Geborgenheit – Erfahrungen, die dem Menschen das Gefühl geben, *„Du bist wertvoll – ohne Wenn und Aber.“* Eine solche Beziehung schenkt Vertrauen und stärkt die innere Stabilität. Geborgenheit in der Liebe ist damit ein zentrales menschliches Grundbedürfnis. Eine intakte Familie ermöglicht, dass Sinn, Liebe und Vertrauen zu einer lebendigen Einheit werden. (vgl. S.13-15)

Diese Sichtweise steht im Einklang mit Frankl, der Liebe als Weg zum anderen Menschen und als Quelle menschlicher Sinnfindung beschreibt. In der natürlichen Ordnung familiärer Beziehungen, im Zusammenleben und im Weitergeben von Leben, erfährt der Mensch Orientierung und Halt. Eine liebevolle Familie bietet Raum, um Freiheit und Annahme auch in Unvollkommenheit zu erleben. Diese Erfahrung ist Grundlage für Resilienz, Selbstvertrauen und psychische Gesundheit.

Aus logotherapeutischer Sicht ist die Familie ein Ort lebendiger Begegnung. Hier kann der Mensch spüren, dass er einzigartig und wichtig ist. In familiärer Liebe zeigt sich, was Frankl den *„Wille zum Sinn“* nennt: Der Mensch findet Erfüllung, wenn er sich dem anderen zuwendet, für ihn da ist und ebenso Annahme erfährt. So wird Familie zu einem Raum, in dem Sinn nicht nur gedacht, sondern im täglichen Miteinander erlebt wird.

### 3. Logotherapie und Existenzanalyse nach Viktor Frankl

Das Menschenbild Viktor Frankls bildet die Grundlage der sogenannten Dritten Wiener Schule der Psychotherapie. Während Sigmund Freud das Lustprinzip (Willen zur Lust) und Alfred Adler das Machtstreben (Willen zur Macht) als zentrale Motivationskräfte des Menschen betrachteten, sah Frankl das eigentliche Grundmotiv in etwas anderem: im Willen zum Sinn. Der Mensch ist in seinem Innersten darauf ausgerichtet, seinem Leben Bedeutung zu geben und auch in widrigen Umständen Sinnmöglichkeiten zu entdecken.

Frankl entwickelte die Logotherapie und Existenzanalyse als Antwort auf die existenzielle Sinnkrise des modernen Menschen. Sein Menschenbild ist dreidimensional gedacht: Körper (somatische Dimension), Psyche (psychische Dimension) und Geist (noetische Dimension). Die geistige Dimension macht den Menschen einzigartig, weil er darin zur Freiheit und Verantwortung fähig ist. Selbst wenn Körper und Psyche eingeschränkt sind, bleibt die Fähigkeit, innerlich Stellung zu beziehen, bestehen.

Frankl betont, dass der Mensch seelisch erkranken kann, wenn sein Wille zum Sinn frustriert wird – wenn er keine Aufgabe oder Bedeutung mehr im Leben erkennt. In solchen Situationen drohen innere Leere, Depression oder Ersatzbefriedigung. Umgekehrt kann der Mensch selbst in Leid und Begrenzung heil und widerstandsfähig bleiben, wenn er einen Sinn entdeckt, für den es sich zu leben lohnt.

Ein zentraler Gedanke Frankls ist die **Selbsttranszendenz**: Der Mensch erfüllt sich nicht, indem er sich ausschließlich auf sich selbst konzentriert, sondern indem er über sich hinausgeht – auf eine Aufgabe, einen Mitmenschen, einen Wert oder etwas Größeres hin (vgl. 13. Auflage, 2024, S. 213-215). Diese Haltung unterscheidet die Logotherapie von anderen psychologischen Ansätzen, weil sie den Menschen nicht auf Selbstverwirklichung reduziert, sondern ihn in seiner Beziehungs- und Verantwortungsfähigkeit ernst nimmt.

Elisabeth Lukas (vgl. 5. Auflage, 2023, S. 16-17) betont, dass diese innere Freiheit des Menschen aus seiner geistigen Dimension stammt. Sie verleiht ihm die Fähigkeit, sich nicht vollständig von Trieben, Stimmungen oder äußeren Bedingungen bestimmen zu lassen. Auch wenn vieles im Leben nicht veränderbar ist, bleibt der Mensch in seinem innersten Kern frei, eine Haltung zu wählen. Er kann bewusst entscheiden, wie er einer Situation begegnet und welches Verhalten er daraus ableitet.



## Die drei Grundpfeiler der Logotherapie

Das Gedankengebäude der Logotherapie ruht auf drei zentralen Säulen (vgl. Lukas 5. Auflage, 2023. S. 17-20):

1. **Freiheit des Willens** – der Mensch ist nicht restlos determiniert, sondern kann entscheiden und Verantwortung übernehmen.
2. **Wille zum Sinn** – das Streben nach Sinn ist die grundlegende Motivation menschlichen Daseins.
3. **Sinn des Lebens** – Jede Situation birgt eine einzigartige Sinnmöglichkeit, die es zu erkennen und zu verwirklichen gilt.

Innerhalb dieses Rahmens beschreibt Frankl drei **Wertdimensionen**, die dem Menschen Orientierung geben:

- **Schöpferische Werte** – Verwirklichung durch Tun und Gestalten (Arbeit, Leistung, Verantwortung)
- **Erlebniswerte** - Verwirklichung durch Liebe, Begegnung, Natur, Kunst
- **Einstellungswerte** – Verwirklichung durch die Haltung zu Leid, Grenzen und unabänderlichen Situationen.

Diese Dreiteilung zeigt, dass Sinn nicht nur in Erfolg und Glück, sondern ebenso in Beziehung, Hingabe und Leid erfahrbar ist.

## Wertevermittlung als Quelle psychischer Gesundheit

Ein wesentlicher Aspekt der Logotherapie ist die Wertevermittlung als Quelle innerer Stabilität und seelischer Gesundheit. Menschen – besonders Kinder – entwickeln Orientierung und Selbstwert, wenn sie erleben, dass Werte nicht nur benannt, sondern im täglichen Miteinander gelebt werden.

Elisabeth Lukas (2023) betont, dass Werte wie Verantwortung, Mitgefühl und Dankbarkeit die seelische Widerstandskraft stärken, weil sie den Menschen mit etwas verbinden, das größer ist als er selbst.

Wertevermittlung schafft damit eine Brücke zwischen Sinnorientierung und psychischer Gesundheit: Sie verleiht dem Leben Richtung, Halt und Bedeutung – selbst in schwierigen Lebenssituationen. Wo Werte bewusst vermittelt und vorgelebt

werden, entsteht ein Klima von Sinn und Vertrauen – eine Grundlage, die sowohl individuelle Reifung als auch familiäre Stabilität fördert.

Schechner und Zürner (2020) knüpfen an diese Struktur an und übertragen sie in einen pädagogischen und beraterischen Kontext. In ihrem Modell der „**drei logopädagogischen Säulen**“ konkretisieren sie Frankls Werte für die Arbeit mit Familien:

- **Leistungsfähigkeit** (zu Frankls schöpferischen Werten): Kinder und Erwachsene erleben sich als wirksam, übernehmen Verantwortung und gestalten ihr Leben aktiv.
- **Liebesfähigkeit** (zu Frankls Erlebniswerten): Zuwendung, Empathie und Beziehungsfähigkeit werden gestärkt, um Bindung und Mitmenschlichkeit zu fördern.
- **Leidensfähigkeit** (zu Frankls Einstellungswerten): Kinder und Erwachsene lernen mit Belastungen, Grenzen und Frustrationen konstruktiv umzugehen und Sinn auch im Schwierigen zu entdecken.

Damit führen Schechner & Zürner (2020) Frankls Grundgedanken praxisnah fort. Sie schaffen keinen Bruch, sondern eine lebendige Weiterentwicklung seines Konzepts. Die drei Wertedimensionen – Leistungsfähigkeit, Liebesfähigkeit und Leidensfähigkeit bilden auch in dieser Arbeit den Rahmen, um Eltern und Fachkräfte zu unterstützen, die elterliche Rolle zu reflektieren, Bindung zu stärken und Kinder darin zu fördern, eigene Werte und Lebensgestaltung zu entwickeln.

Viktor Frankls Biografie und die geschichtliche Entwicklung der Logotherapie sind im Institut Viktor Frankl [VFI – Viktor Frankl - Biographie](#) umfassend dokumentiert und bieten vertiefende Einblicke in sein Leben und Werk.

### **3.1. Logotherapeutische Prinzipien in der Familienpraxis**

Auf Grundlage der theoretischen Konzepte Viktor Frankls und deren pädagogische Weiterentwicklung durch Schechner & Zürner lässt sich der logotherapeutische Ansatz konkret in die Arbeit mit Familien übertragen. Hadinger (2003, S.10-12) schlägt hier eine Brücke zwischen Theorie und Alltag: Sie zeigt, wie Eltern im Familienleben Sinnorientierung, Bindung und Wertevermittlung im familiären Zusammenleben

verwirklichen können. Ihre fünf sogenannten „Stützpfeiler“ bilden einen praxisnahen Leitfaden, der Eltern unterstützt, die Entwicklungsbedürfnisse ihrer Kinder, besonders im Kontext zunehmender Peerorientierung – sensibel und stärkend zu begleiten.

Die fünf Quellen – **Positive Beziehung, Kompetenz, Orientierung, Ein guter Mensch sein, Lebensfreude** lassen sich als Bausteine verstehen, mit denen Eltern einen stabilen und vertrauensvollen Beziehungsrahmen schaffen.

Ein solcher Rahmen ermöglicht Jugendlichen, Einflüsse von Gleichaltrigen konstruktiv zu integrieren, anstatt in Abhängigkeit oder Orientierungslosigkeit zu geraten.

Zur Verdeutlichung werden im Folgenden zu jedem Stützpfeiler kurze Praxisbeispiele dargestellt. Sie zeigen typische Herausforderungen im Familienalltag mit Jugendlichen und geben Anregungen, wie Eltern in einer wert- und bindungsorientierten Haltung reagieren können. So wird sichtbar, dass logotherapeutische Prinzipien keine abstrakten Ideale bleiben, sondern konkrete Wege eröffnen, den Familienalltag liebevoll, wertorientiert und sinnerfüllend zu gestalten.

## 1. Positive Beziehung

Kinder brauchen ein stabiles Beziehungsgefüge, indem sie in ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen, verstanden und wertgeschätzt werden. Gemeinsame Aktivitäten stärken den Zusammenhalt, während offene Kommunikation und gegenseitige Rücksichtnahme emotionale Sicherheit fördern. Ein verständnisvoller Umgang mit Fehlern anderer weckt Empathie und unterstützt die Entwicklung von Mitgefühl.

### *Praxisbeispiel:*

*Eine Mutter berichtet in der Familienberatung, dass ihr 14-jähriger Sohn fast jede freie Minute online mit seinen Freunden verbringt. In der Beratung werden gemeinsam feste wöchentliche Rituale eingeführt - etwa gemeinsames Kochen am Wochenende. Nach wenigen Wochen berichtet sie von mehr spontanen Gesprächen und einer spürbaren Entspannung der Beziehung.*

## 2. Kompetenz

Kinder sollen erfahren, dass sie etwas bewirken können, indem sie Aufgaben bewältigen und Verantwortung übernehmen. Dabei ist wichtig, dass der „Arbeitscharakter“ von Tätigkeiten erkennbar bleibt, sodass Kinder spüren, dass ihre Anstrengung Sinn hat. So lernen sie, lösungsorientiert zu denken und Herausforderungen als Wachstumschancen statt als Hindernisse zu sehen.

*Praxisimpuls:*

*Ein Vater bezieht seine 15-jährige Tochter in die Planung einer kleinen Familienfeier ein und übergibt ihr eigenverantwortlich einen Teil der Organisation. Die Tochter erlebt, dass sie einen wichtigen Beitrag leisten kann. Durch konstruktives Feedback gewinnt sie Sicherheit und Selbstwirksamkeit.*

### **3. Orientierung - Ziele und Werte**

Kinder brauchen klare Werte und glaubwürdige Vorbilder. Rituale und Regeln geben Struktur und Sicherheit, doch sinnorientierte Erziehung geht über bloße Regelbefolgung hinaus: Sie vermittelt den tieferen Sinn hinter Regeln und hilft Kindern, diese innerlich zu verstehen und zu verankern.

*Praxisimpuls:*

*Eine Familie führt ein wöchentliches „Werte-Gespräch“ beim Abendessen ein. Jedes Familienmitglied erzählt, wo es in der vergangenen Woche eine Situation erlebt hat, in der ein Familienwert (z. B. Ehrlichkeit, Hilfsbereitschaft, Respekt) eine Rolle spielte. Diese kurzen Reflexionsrunden dauern nur wenige Minuten, machen Werte aber lebendig und alltagsnah. Der 14-jährige Sohn berichtet nach einigen Wochen, dass er sich in der Schule leichter an diese Werte erinnert, weil sie in der Familie regelmäßig besprochen werden.*

### **4. Ein guter Mensch sein**

Kinder entwickeln moralische Stärke, wenn sie erkennen, dass sie zum Wohl anderer beitragen können. Sie sollen ermutigt werden, Gutes zu tun, Verantwortung zu übernehmen und Zivilcourage zu zeigen. Dies stärkt Identität und Integrität und schützt vor bloßer Anpassung an kurzfristige Peeraanforderungen. Lügen oder Fehlverhalten sollten nicht vorschnell als Boshaftigkeit gewertet werden, sondern als Lernchancen verstanden werden.

*Praxisimpuls:*

*Ein 16-jähriges Mädchen erlebt in der Schule Gruppendruck, eine Mitschülerin auszuschließen. In der Beratung wird mit den Eltern besprochen, wie sie ihre Tochter unterstützen können, Haltung zu zeigen – etwa durch das gemeinsame Erarbeiten von Möglichkeiten, Solidarität und Respekt zu wahren, ohne selbst ausgegrenzt zu werden. Die Eltern betonen die Werte und stehen hinter ihrer Tochter.*

## **5. Lebensfreude und Lebenslust**

Kinder wollen Lebendigkeit spüren und Freude am Dasein erleben. Erlebnisse, Staunen, Neugier und Begeisterung wecken, fördern Resilienz und die Fähigkeit, auch in schwierigen Zeiten Sinn zu finden. Eltern können durch gemeinsame Unternehmungen Gelegenheiten schaffen, in denen Leichtigkeit und Freude bewusste erfahrbar werden.

*Praxisimpuls:*

*Eine Familie stellt fest, dass ihr 13-jähriger Sohn sich fast nur noch in Online-Spielen aufhält. Gemeinsam vereinbaren sie, einmal im Monat einen Ausflug ohne Smartphone zu unternehmen. Anfangs reagiert der Sohn mit Widerstand, berichtet aber nach einigen Monaten, dass diese Tage zu seinen schönsten Erlebnissen gehören.*

## **3.2 Anwendung logotherapeutischen Prinzipien in der Eltern- und Familienberatung**

In der Beratungspraxis bedeutet dies, dass Eltern unterstützt werden sollten, ihre Rolle bewusst zu reflektieren und durch **Dereflexion** eine von Viktor Frankl entwickelte Methode, die den übermäßigen Fokus auf Probleme oder Symptome löst, um den einseitigen Blick auf Defizite zu überwinden. Statt immer wieder auf das Schwierige oder Fehlverhalten zu schauen, wird die Aufmerksamkeit bewusst auf das gelenkt, was trägt: auf vorhandene Potentiale, Ressourcen und gelingende Momente im Familienalltag. Dereflexion bedeutet dabei nicht, Probleme zu ignorieren, sondern ihnen weniger Raum zur Selbstverstärkung zu geben. Indem Eltern den Blick wieder weiten,

können sie ihre Kinder in ihrer Ganzheit wahrnehmen- mit all ihren Stärken, Fähigkeiten und Entwicklungsmöglichkeiten.

Aus einer solchen Haltung entsteht ein stabiler und verlässlicher Beziehungsrahmen, der sich als entscheidender Schutzfaktor gegenüber belastenden Einflüssen aus Peergruppen und sozialen Medien erweist. Kinder, die sich emotional geborgen und angenommen fühlen, können Erfahrungen mit Gleichaltrigen nicht nur als Risiko, sondern auch als Wachstumschance sehen.

Vor diesem Hintergrund werden Peerinteraktionen zu Lernfeldern für Selbstwirksamkeit, Abgrenzung und soziale Verantwortung. Voraussetzung dafür ist tragfähige familiäre Bindung, die Orientierung und Halt gibt. Wenn dieser Rahmen steht, verlieren äußere Einflüsse ihre bedrohliche Wirkung und können konstruktiv verarbeitet werden.

Damit zeigt sich, dass logotherapeutische und existenzanalytische Prinzipien keine abstrakten Konzepte bleiben, sondern konkrete Orientierung für Elternarbeit und familientherapeutische Praxis bieten. Sie helfen, Erziehungsprozesse als Sinnbeziehung zu verstehen: als gemeinsame Entwicklung, in der Eltern und Kinder lernen, miteinander zu wachsen, anstatt einander zu bewerten.

### **3.3 Wege zur Stärkung der Elternrolle**

#### **3.3.1 Kommunikation und Kongruenz**

Virginia Satir (2021) betonte in ihrer familientherapeutischen Arbeit, dass Kommunikation das Herzstück gelingender Beziehungen ist.

In Familien, in denen Eltern kongruent kommunizieren – also im Einklang mit ihren Gefühlen, Gedanken und Handlungen – entsteht Vertrauen und psychische Sicherheit. Kongruenz bedeutet, dass Eltern nicht nur Regeln und Werte vorgeben, sondern diese auch durch ihr Verhalten authentisch verkörpern. Dadurch werden sie für Kinder glaubwürdig und verlässlich.

Elisabeth Lukas (2023) greift diesen Gedanken in *Familienglück* auf und erweitert ihn um die logotherapeutische Dimension: Eltern sollen Kindern nicht nur Orientierung vermitteln, sondern auch Sinn erfahrbar machen. Wertschätzende und klare Kommunikation wird so zum Schlüssel einer sinnzentrierten Beziehungsgestaltung. Sie ermöglicht

es Kindern, sich in ihrer Einzigartigkeit gesehen fühlen und gleichzeitig zu lernen, wie respektvoller und verantwortungsvoller Austausch gelingt.

**Praxisimpuls:**

*Ein 15-jähriger Junge erlebt, dass seine Eltern ihm immer wieder „das Handy wegnehmen“. In der Beratung wird gemeinsam erarbeitet, wie die Eltern statt Verbote kongruent kommunizieren können – sie teilen ihre Sorgen offen mit („Wir haben Angst, dass du dich zurückziehst“) und suchen nach gemeinsamen Lösungen. Diese Haltung schafft Vertrauen und führt zu einer neuen Gesprächsebene, in der Widerstand abnimmt und gegenseitiges Verständnis wächst.*

### **3.3.2 Selbstwertstärkung der Eltern**

Satir (2021) ging davon aus, dass Eltern nur dann emotional verfügbar sind, wenn sie selbst über ein stabiles Selbstwertgefühl verfügen. Eltern mit einem gesunden Selbstwert können Grenzen setzen, ohne Angst vor Ablehnung zu haben, und Nähe zulassen, ohne sich zu verlieren.

Elisabeth Lukas betont in Familienglück, dass Eltern ihre eigene Sinnorientierung und ihr Wertefundament reflektieren müssen, bevor sie es an ihre Kinder weitergeben können. Wer innerlich klar und zentriert ist, kann authentisch und liebevoll führen. Lukas beschreibt, dass Selbstwertstärkung kein isolierter Prozess ist, sondern sich aus drei miteinander verbundenen Faktoren speist:

- (1) liebevolle Selbstannahme,
- (2) gelebte Werte und
- (3) Sinn in alltäglichen Aufgaben.

**Praxisimpuls:**

*Eine Mutter berichtet, dass sie sich von der ständigen Mediennutzung ihrer 13-jährigen Tochter überfordert fühlt. In der Beratung lernt sie zunächst, ihre eigene Erschöpfung wahrzunehmen und anzunehmen (Selbstannahme), bevor sie mit ihrer Tochter neue Handyregeln bespricht. Diese ehrliche Selbstreflexion stärkt nicht nur ihre Selbstvertrauen, sondern auch das Vertrauen ihrer Tochter – ein Beispiel dafür, wie innere Klarheit nach außen Beziehungsqualität schafft.*

### 3.3.3 Bindung statt Abhängigkeit

Neufeld & Maté (2022) betont, dass Jugendliche in erster Linie eine sichere emotionale Bindung an ihre Eltern benötigen, um Peerbeziehungen gesund gestalten zu können. Fehlt dieser Bindungskontext, orientieren sie sich zunehmend an Gleichaltrigen und geraten leichter in eine Abhängigkeit von deren Anerkennung.

„Bindung statt Abhängigkeit“ bedeutet, dass Eltern eine stabile emotionale Beziehung aufbauen, die ihren Kindern erlaubt, sich auszuprobieren, zu wachsen und dennoch emotional „nach Hause kommen“ zu können. Eine verlässliche elterliche Bindung wirkt somit wie ein inneres Sicherheitsnetz, das Autonomie ermöglicht, ohne den Kontakt zu gefährden.

Schechner & Zürner (2020) ergänzen, dass ein solcher Bindungsrahmen Eltern hilft, familiäre Konflikte nicht als Scheitern, sondern als Entwicklungschancen zu begreifen.

Eltern, die ihre eigene Haltung reflektieren und Wertschätzung pflegen, können Peerinteraktionen ihrer Kinder als Chance für soziale Reifung und Selbständigkeit begleiten.

#### *Praxisimpuls:*

*Eine 14-Jährige verbringt ihre Freizeit fast ausschließlich mit einer Peergruppe, deren Werte nicht mit denen der Familie übereinstimmen.*

*In der Beratung wird mit den Eltern erarbeitet, wie sie durch gemeinsame Rituale etwa regelmäßige Familienessen oder kurze Abendgespräche - die Bindung zu ihrer Tochter wieder stärken können. Nach einigen Wochen berichten sie, dass Gespräche wieder häufiger und offener werden. Ein gewünschter emotionaler Gegenpol zur Peergruppe entsteht.*

### 3.3.4 Sinnorientierung: Elternschaft als existenzielle Aufgabe

Aus logotherapeutischer Sicht ist Elternschaft nicht nur Fürsorge, sondern eine existenzielle Aufgabe: Eltern sind Mitgestalter der Sinnorientierung ihrer Kinder. Sie vermitteln Werte, geben Richtung und eröffnen Räume, in denen Kinder Verantwortung, Beziehung und Selbsttranszendenz erleben können.

Elisabeth Lukas (2023) beschreibt in Familienglück, dass Sinnorientierung im Familienleben konkret wird, wenn Eltern gemeinsam mit ihren Kindern Werte reflektieren, Rituale pflegen und schwierige Situationen als Lernchancen begreifen. Ziel ist nicht



Perfektion, sondern Vorbildwirkung. Eltern, die selbst Sinn erleben, inspirieren ihre Kinder, nach eigenem Sinn zu suchen.

Schechner und Zürner (2020) führen diesen Gedanken fort, indem sie zeigen, dass Sinnvermittlung immer im Kontext von Beziehung, Verantwortung und Freiheit geschieht. Eltern können Kinder jedoch nicht „sinnvoll erziehen“, sondern nur Sinn erlebbar machen, indem sie ihn im eigenen Handeln verkörpern: durch Achtsamkeit, Verlässlichkeit und die Bereitschaft, mit ihren Kindern an Herausforderungen zu wachsen. So wird Elternschaft zum wechselseitigen Prozess der Entwicklung – Eltern und Kinder lernen, Verantwortung zu übernehmen, Grenzen anzunehmen und in Beziehung Sinn zu finden.

Viktor Frankl betont, dass der Mensch selbst in schwierigen Situationen frei bleibt, zu wählen, welche Haltung er einnimmt. Diese geistige Freiheit ist das Herz logotherapeutischer Erziehung: Eltern können äußere Umstände – gesellschaftlichen Druck, digitale Medien oder Konflikte nicht immer ändern, wohl aber entscheiden, wie sie ihnen begegnen. Diese Freiheit in der Haltung verwandelt Ohnmacht in Verantwortung und ermöglicht, dass Eltern trotz Unsicherheit Sinn und Richtung bewahren.

#### **4. Bedeutung für Beratung und Therapie**

Die zuvor dargestellten theoretischen und praktischen Grundlagen zeigen, dass logotherapeutische und existenzanalytische Prinzipien in der Arbeit mit Familien weit über die reine Problemlösung hinausgehen. Sie eröffnen einen existenziellen Blick auf Elternschaft: Eltern sind nicht bloß Erziehende, sondern Menschen in Beziehung mit eigenen Werten, Haltungen, Ängsten und Sinnfragen. Gerade in der heutigen Zeit, in Unsicherheit und Beschleunigung geprägten Lebenswelten brauchen Eltern Unterstützung, um diese Haltung bewusst zu gestalten.

In der Beratungspraxis bedeutet dies, dass Begleitung nicht primär auf Verhaltensänderung, sondern auf Bewusstwerdung und Beziehungsgestaltung abzielt.

In der logotherapeutischen Praxis wird häufig vom sogenannten „**Klimt-Blick**“ gesprochen – eine von Elisabeth Lukas eingeführte methodische Metapher, die den Menschen in seiner Ganzheit wahrnehmen lehrt, ähnlich wie man ein Gemälde nicht in Ausschnitten, sondern als Gesamtkunstwerk betrachtet. In der Beratung bedeutet

dieser Blick, Eltern wie Kinder nicht auf Fehler oder Konflikte zu reduzieren, sondern sie in ihrer Würde, Entwicklung und inneren Schönheit zu erkennen. Eine solche Haltung fördert Vertrauen, Selbstwert und das Gefühl, wirklich gesehen und verstanden zu werden.

Viktor Frankl betont, dass der Mensch selbst in leidvollen oder herausfordernden Umständen frei bleibt, zu wählen, welche Haltung er einnimmt. Diese „Freiheit zur Stellungnahme“ ist Ausdruck jener geistigen Dimension, die dem Menschen auch dann Würde und Verantwortung ermöglicht, wenn äußere Bedingungen unveränderbar erscheinen. Nicht immer kann eine Situation verbessert werden, doch Frankl weist darauf hin, dass es dem Menschen stets möglich ist, sich nicht zu verschlechtern, indem er seine innere Haltung bewahrt.

Goethe bringt diesen Gedanken in einem vielzitierten Satz zum Ausdruck:

*„Wenn wir den Menschen so nehmen, wie er ist, dann machen wir ihn schlechter; wenn wir ihn aber so nehmen, wie er sein soll, dann machen wir ihn zu dem, der er werden kann.“*

Dieses Verständnis prägt die logotherapeutische Beratungshaltung: Sie traut dem Menschen Wachstum zu, selbst dort, wo Veränderung schwer oder scheinbar unmöglich ist. Eltern, die lernen, ihre Haltung bewusst zu wählen, gewinnen innere Freiheit – sie reagieren nicht mehr nur auf das Verhalten ihrer Kinder, sondern begegnen ihnen aus einer selbstverantwortlichen, wertorientierten und liebevollen Haltung heraus.

Eine wichtige Methode in der logotherapeutischen Gesprächsführung ist der **sokratische Dialog**. Dabei geht es nicht darum, Eltern etwas zu lehren oder Lösungen vorzugeben, sondern sich durch behutsames, gezieltes Fragen zum eigenen Nachdenken anzuregen. So entdecken sie selbst wie Schritt für Schritt ihre eigenen Werte, Überzeugungen und Möglichkeiten, ihrem Alltag Richtung und Bedeutung geben.

Diese fragende, offene Haltung – statt Anweisungen zu geben, spiegelt Frankls Verständnis von Freiheit und Verantwortung wider. In der Familienberatung hilft sie Eltern, mehr Klarheit zu gewinnen und Vertrauen in die eigene innere Stimme zu entwickeln. So werden sie selbst zu denjenigen, die ihre Antworten finden und ihren Weg gestalten.

Logotherapeutische Elternarbeit möchte helfen,

- den eigenen Standort zu erkennen,
- Sinn in alltäglichen Herausforderungen zu finden,
- und aus dieser inneren Klarheit heraus Verantwortung zu übernehmen.

Durch Reflexion, Dereflexion und Sinnorientierung können Eltern lernen, Konflikte nicht als Bedrohung, sondern als Einladung zum Wachstum zu sehen.

Die Aufgabe der Beraterin oder des Beraters besteht dabei nicht darin, Lösungen vorzugeben, sondern Räume zu eröffnen, in denen Eltern Sinnmöglichkeiten entdecken – etwa mit Verständnis ihrer Kinder, in der Annahme eigener Grenzen oder in der Erfahrung gemeinsamer Entwicklung.

Ein logotherapeutisch orientierter Beratungsprozess stärkt somit nicht nur Erziehungskompetenzen, sondern auch die Beziehungsfähigkeit und Resilienz der gesamten Familie. Er führt Eltern dahin, ihren Erziehungsauftrag nicht als Pflicht, sondern als Lebensaufgabe von Sinn und Liebe zu verstehen – eine Aufgabe, die beständig weiterwächst.

## **5. Praxisnahes Konzept**

### **5.1 Eltern begleiten – ein sinnorientiertes Entwicklungsmodell**

Die bisherigen theoretischen Grundlagen und praktischen Überlegungen verdeutlichen, dass Elternschaft weit mehr ist als Erziehung im herkömmlichen Sinn. Sie ist ein Weg innerer Reifung, Beziehung und gemeinsamer Entwicklung. In einer Zeit, in der gesellschaftliche Ideale, mediale Vergleiche und Perfektionsansprüche den Blick auf das Wesentliche leicht verstellen, geraten viele Eltern unter Druck, allem gerecht werden zu müssen. Dieser äußere Anspruch führt oft dazu, dass die natürliche Freude am Elternsein verloren geht und Intuition durch Selbstzweifel ersetzt wird.

Das sinnorientierte Entwicklungsmodell zur Begleitung von Eltern setzt hier an: Es möchte Eltern dabei unterstützen, diesen Druck loszulassen und den Blick wieder auf das zu richten, was trägt – Beziehung, Vertrauen und Sinn. Indem Eltern lernen, gesellschaftliche Erwartungen weniger ernst zu nehmen und stattdessen auf ihre innere

Stimme zu hören, entsteht Raum für Lebendigkeit, Humor und authentische Begegnung. So wird Familie wieder zu dem, was sie im Kern ist: ein Ort, an dem Menschen miteinander wachsen dürfen, wo Liebe Orientierung gibt und Sinn erfahrbar wird.

## **5.2 Ziel und Zielgruppe des Modells**

Das sinnorientiertes Entwicklungsmodell richtet sich an Eltern, die ihre Rolle jenseits von gesellschaftlichen Erwartungen und Erziehungsidealen neu entdecken möchten. Es lädt dazu ein, das Elternsein nicht als ständige Bewährungsprobe, sondern als lebendigen Entwicklungsprozess zu verstehen – als Aufgabe, die mit Freude, Vertrauen und innerer Klarheit erfüllt werden darf. Im Mittelpunkt steht die Rückkehr zum Wesentlichen: Beziehung vor Methode, Intuition vor Perfektion, Menschlichkeit vor Idealbildern.

Das Modell unterstützt Eltern dabei, die Bindung zu ihren Kindern zu vertiefen, ihre eigenen Werte zu reflektieren und inmitten äußerer Anforderungen wieder Zugang zu innerer Ruhe und Zuversicht zu finden. Zugleich richtet es sich an Fachkräfte in Beratung und Therapie, die Familien in diesem Prozess begleiten – mit einer Haltung, die nicht belehrt, sondern bestärkt. So entsteht ein Ansatz, der Eltern und Kinder gleichermaßen darin fördert, Vertrauen in das eigene Leben zu entwickeln und das Gelingende im Miteinander bewusst wahrzunehmen.

## **5.3 Theoretische Grundlage**

Das Modell gründet auf den zentralen Gedanken der Logotherapie und Existenzanalyse Viktor Frankls, die den Menschen auch in herausfordernden Umständen als frei und verantwortlich versteht. Frankl betont die Fähigkeit des Menschen, selbst dort, wo keine äußere Veränderung möglich ist, innerlich Stellung zu beziehen und Sinn zu entdecken.

Elisabeth Lukas (2023) überträgt diesen Gedanken auf das familiäre Zusammenleben: Eltern erfahren Sinn, wenn sie Verantwortung übernehmen, liebevoll handeln und an Beziehung wachsen. Virginia Satir (2021) betont, dass gelingende Beziehungen auf Kongruenz beruhen – auf der Übereinstimmung von Denken, Fühlen und Handeln. Neufeld & Maté (2022) ergänzen, dass sichere Bindung die Grundlage bildet, auf der

Kinder ihr Potenzial entfalten können. Hadinger (2003) zeigt, wie Sinnorientierung, Freude und Wertevermittlung im Familienalltag praktisch erlebbar werden können.

So entsteht ein Menschenbild, das Eltern als selbstwirksam, intuitiv und beziehungs-fähig begreift – als Begleiter ihrer Kinder auf dem Weg zu einem gelingenden und sinnerfüllten Leben.

#### **5.4 Leitprinzipien des Modells**

1. **Sinnorientierung** – Eltern verstehen ihr Handeln als Beitrag zu etwas Größerem: Erziehung wird zu Beziehung, Beziehung wird zu Sinn.
2. **Bindung und Beziehung** – Liebevolle Verbundenheit bildet das Fundament, auf dem Vertrauen, Sicherheit und Autonomie wachsen.
3. **Vertrauen und Intuition** – Eltern dürfen ihrer inneren Stimme trauen; sie wissen oft intuitiv, was ihre Kinder brauchen.
4. **Wertschätzung und Potenzialblick** – Der Blick auf das Gelingende stärkt Selbstwert und Beziehungsqualität. Jeder Mensch trägt Entwicklungsmöglichkeiten in sich.
5. **Freude am Elternsein** – Elternschaft darf leicht, lebendig und sinnerfüllend sein. Freude verbindet Generationen und macht Familie lebendig.
6. **Freiheit und Verantwortung** – Eltern und Kinder bleiben frei, ihre Haltung zu wählen – im Sinne Frankls „Freiheit zur Stellungnahme“.

Diese Leitprinzipien bilden den inneren Kompass des Modells und spiegeln die Haltung wider, die in Beratung, Begleitung und Familienleben gelebt werden soll.

#### **5.5 Ablaufstruktur – Die vier Phasen des Entwicklungsmodells**

##### **Phase 1: Beziehung und Wertklärung**

Im ersten Schritt steht die bewusste Hinwendung zur Beziehung im Mittelpunkt. Eltern erinnern sich an Momente, in denen Nähe, Freude und Vertrauen spürbar waren. Gemeinsam werden zentrale Familienwerte benannt, die als innerer Kompass dienen.

*Praxisimpuls:*

*Eltern formulieren drei Werte, die sie in ihrer Familie stärken möchten – etwa Vertrauen, Respekt, Lebensfreude – und überlegen, wie diese im Alltag sichtbar werden können.*

## **Phase 2: Sinn- und Haltungsreflexion (Sokratischer Dialog)**

Durch achtsames, fragendes Begleiten werden Eltern angeregt, eigene Überzeugungen und Haltungen zu reflektieren. Der sokratische Dialog – ein dialogisches Fragen statt Belehren – fördert Selbstklärung und Einsicht: *Was bedeutet mir Familie? Wann fühle ich mich lebendig und verbunden?* So entdecken Eltern ihre Verantwortung und gewinnen innere Freiheit, anstatt sich äußeren Erwartungen zu unterwerfen.

## **Phase 3: Integration im Alltag**

Diese Phase dient der praktischen Umsetzung. Eltern gestalten Familienrituale, üben kongruente Kommunikation und entwickeln den sogenannten „Klimt-Blick“ – eine methodische Metapher für den wertschätzenden, ganzheitlichen Blick auf den Menschen.

*Praxisimpuls:*

*Familien führen z.B. ein „Freude-Journal“: Jeden Abend notiert jedes Mitglied einen Moment, der gelungen ist. So wird das Positive im Alltag bewusst wahrgenommen und gestärkt.*

## **Phase 4: Selbstverantwortung und Zukunftsperspektive**

Am Ende steht die Ermutigung, Vertrauen in die eigene Intuition zu entwickeln. Eltern erkennen, dass sie ihre Kinder nicht formen, sondern begleiten – mit Geduld, Humor und Menschlichkeit. Hier knüpft Frankls Gedanke an die „Freiheit zur Stellungnahme“ an: Auch wenn äußere Umstände nicht verändert werden können, bleibt die innere Freiheit bestehen, eine bewusste und hilfreiche Haltung einzunehmen. Das bedeutet: sich nicht von Angst, Druck oder Perfektionsansprüchen leiten zu lassen, sondern

immer wieder neu zu entscheiden, wie man seinen Kindern begegnen möchte – ruhig, zugewandt und wertschätzend.

## 5.6 Methodische Umsetzung

Das Entwicklungsmodell integriert logotherapeutische und familientherapeutische Elemente in praxisnaher Form:

- **Sokratischer Dialog** – fördert Selbstreflexion und Sinnentdeckung
- **Dereflexion** – lenkt den Blick weg vom Problem hin zum Gelingenden
- **Klimt-Blick** – methodische Metapher für den ganzheitlichen, wertschätzenden Blick
- **Kommunikation** – kongruent, authentisch, liebevoll
- **Familienrituale und Alltagsanker** – fördern Sicherheit und Zusammenhalt
- **Freude- und Dankbarkeitsübungen** – stärken Achtsamkeit und Leichtigkeit
- **Wertearbeit** – schafft Orientierung und Sinn im Alltag

Diese Methoden sind keine Techniken, sondern Ausdruck einer inneren Haltung: Eltern führen durch Beziehung und nicht durch Kontrolle.

## 5.7 Praxisbeispiel

*Eine Mutter berichtet, dass ihr 13-jähriger Sohn sich zunehmend zurückzieht und kaum noch Gespräche zulässt. In der Beratung erkennt sie, dass sie versucht hat, Nähe durch Kontrolle zu erzwingen. Im Gespräch reflektiert sie ihre Haltung und beginnt, Vertrauen statt Druck aufzubauen – durch kleine Gesten, gemeinsame Zeit und ehrliche Kommunikation. Nach einigen Wochen beschreibt sie: „Ich habe aufgehört, an ihm zu ziehen – und angefangen, ihn zu sehen.“*

Dieses Beispiel verdeutlicht, wie Sinnorientierung, Beziehung und Vertrauen familiäre Dynamiken verändern können.

## **5.8 Evaluation und Reflexion**

Die Wirksamkeit des Modells zeigt sich in der gelebten Veränderung: mehr Vertrauen, mehr Gelassenheit, mehr Freude. Eltern berichten von einer neuen Leichtigkeit und einem veränderten Blick auf das Gelingende.

### **Reflexionsfragen:**

- Wo habe ich Vertrauen gewonnen – in mich, in mein Kind, in unsere Beziehung?
- Wo gelingt es mir, Freude bewusster zu leben?
- Welche Werte tragen uns durch schwierige Zeiten?

Ein gelingendes Familienleben ist kein Ziel, das erreicht werden muss, sondern ein Weg, der täglich neu beschritten wird – mit Mut, Liebe und der Freiheit, das Wesentliche zu wählen.

## **6. Fazit und Ausblick**

Diese Arbeit hat gezeigt: Elternsein bedeutet heute weit mehr, als Erziehung zu organisieren oder Alltagsprobleme zu lösen. In einer Zeit, die von hohen Ansprüchen, ständigen Vergleichen und gesellschaftlichem Leistungsdruck geprägt ist, brauchen Eltern vor allem eines – Vertrauen in sich selbst, in ihre Beziehung zu ihren Kindern und in die Bedeutung ihrer Aufgabe.

Die Logotherapie nach Viktor Frankl bietet dafür eine tragfähige Grundlage. Sie erinnert daran, dass der Mensch auch in schwierigen Situationen frei bleibt, seine Haltung zu wählen – und dass diese Freiheit in ihrer tiefsten Form Ausdruck von Liebe ist. Frankl beschreibt Liebe als den Blick, der das Wesentliche im anderen erkennt. Wenn Eltern ihre Kinder aus dieser Haltung heraus sehen, nicht durch die Brille von Leistung oder Anpassung, sondern durch echte Zuwendung – entsteht jene Verbindung, in der Orientierung im Leben, Wachstum und seelische Gesundheit möglich werden.

Das vorgestellte sinnorientierte Entwicklungsmodell lädt Eltern dazu ein, den Blick wieder auf das zu richten, was wirklich trägt: Beziehung, Liebe, Freude und Vertrauen. Wenn Eltern lernen, ihre Kinder nicht zu „managen“, sondern zu begleiten, entsteht



Nähe – nicht durch Kontrolle, sondern durch liebevolle Präsenz. So kann Familie wieder zu einem Ort werden, an dem familiäre Bedeutung und Geborgenheit wieder neu erfahrbar werden.

Für die Praxis bedeutet das: Beratung sollte weniger „reparieren“, sondern mehr bestärken. Eltern brauchen keine Rezepte, sondern Räume, in denen sie sich und ihre Kinder mit liebevollem Blick wahrnehmen können. Sinnorientierte Elternarbeit stärkt Bewusstheit, Eigenverantwortung und Mut, den eigenen Weg zu gehen, auch wenn dieser nicht perfekt ist.

In Zukunft könnte das Modell weiterentwickelt werden, etwa in Workshops oder Vorträgen, die zeigen, wie innere Orientierung, Liebe und Vertrauen das familiäre Miteinander langfristig verändern können.

Denn am Ende geht es nicht darum, perfekte Eltern zu sein, sondern liebende: Menschen, die fühlen, vergeben, wachsen und ihren Kindern das Geschenk machen, gesehen zu werden. Oder, wie Viktor Frankl sagt:

*„Das Leben fragt nicht, was wir erwarten – es fragt, was wir ihm geben.“*

## **Literaturverzeichnis**

Frankl E. Viktor (2015). Grundkonzepte der Logotherapie. Facultas Verlags- und Buchhandlungs AG.

Frankl E. Viktor (2024). Ärztliche Seelsorge, Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse. 13. Auflage, dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co KG, München.

Germerot Ruben (2024). Sokratischer Dialog im Alltag, Das Praxisbuch. Lunerion Verlag.

Hadinger Bodlarka (2003). Mut zum Leben machen, Selbstwertgefühl und Persönlichkeit von Kindern und Jugendlichen stärken. Institut für Logotherapie und Existenzanalyse GmbH Verlag Lebenskunst, Tübingen.

Lukas Elisabeth (2023). Lehrbuch der Logotherapie, Menschenbild und Methoden. 5. Auflage, Profil Verlag GmbH München Wien.

Lukas Elisabeth (2024). Familienglück, Verstehen-Annehmen-Lieben. Butzon & Bercker Verlag.

Neufeld Gordon, Maté Gabor (2023). Unsere Kinder brauchen uns! Wie Eltern sich ihre Rolle zurückerobern. 2. Auflage 2023, Unimedica im Narayana Verlag 2022.

Satir Virginia (2021). Selbstwert und Kommunikation, Familientherapie für Berater und zur Selbsthilfe. 25. Auflage, Klett Cotta Verlag.

Schechner Johanna, Zürner Heidemarie (2020). Krisen bewältigen, Viktor E. Frankls 10 Thesen in der Praxis. 5. Auflage, Braumüller GmbH Verlag.

## **Hilfsmittelverzeichnis**

ChatGPT (GPT-5.1), Open AI, [ChatGPT](#) – wurde ausschließlich für Textkorrekturen verwendet. Die Inhaltliche Verwendung liegt vollständig bei der Verfasserin.