

DISTANCE LEARNING

» Reich an Rat

Selbstgesteuertes Lernen mit Ratgeberliteratur?



Dr. Gertrud Wolf

Leiterin der Evangelischen Arbeitsstelle
Fernstudium im Comenius-Institut
Frankfurt/Main

wolf@comenius.de

www.fernstudium-ekd.de



Sonja Boehm

im Hauptberuf Polizeibeamtin;
interessiert sich nach Abschluss des
„Grundkurs Erwachsenenbildung“ für die
erwachsenenpädagogische Arbeit

Ratgeberliteratur, das klingt nach einem Armutszeugnis. Nach etwas, das viel verspricht und wenig hilft. Das klingt nach Diät: Zitronendiät, Eierdiät, Basenfasten. Ratschläge sind Schläge, sagt der Volksmund, was soll dann Ratgeberliteratur mehr sein, als eine Bankrotterklärung des Ratsuchenden? Auch Erwachsenenpädagogen stehen der Ratgeberliteratur fast grundsätzlich skeptisch gegenüber: zu unwissenschaftlich, zu konkret. Schon Tietgens warf dem Genre einen zu geringen Abstraktionsgrad – mit anderen Worten Unwissenschaftlichkeit – vor (vgl. Tietgens 1992, S. 98)¹. Aus heutiger Sicht könnte aber gerade Ratgeberliteratur ein gutes Beispiel für selbstgesteuertes Lernen sein. Jemand hat ein Problem und macht sich auf die Suche nach einer Lösung. Ist es denn verwerflich, einen Rat zu suchen? Einen Rat anzunehmen?

Aber Ratgebern wird gerne unterstellt, dass sie wirkungslos seien, nur ein Geschäft mit Krise, Hoffnung, Kontrollbedürfnis. Die ZEIT warnte 2015 vor einer Flut an Ratgebern, die für jedes Problem eine Lösung und zu jeder Lösung eine Meinung bereithielten. Das klingt unseriös und unprofessionell und unterstellt Scharlatanerie. In bestimmten Kreisen ist es deshalb doppelt peinlich, wenn man Ratgeberliteratur liest. Erstens weil man damit zugibt, irgendwo ein Problem zu haben und zweitens, weil man auch noch zugibt, Ratgeber zu lesen. Dabei lesen immer mehr Menschen Ratgeber: Der Börsenverein des Deutschen Buchhandels vermeldet, dass im Mai 2017 der Umsatz mit Ratgebern 7,6 % über dem Umsatz vom Mai 2016 lag.

„Die ignorierten Bestseller“ titelte bereits 2001 die Neue Zürcher Zeitung und stellte klar, wie die unterschiedlichen Rankings der Bestsellerlisten von FOCUS und SPIEGEL zustande kamen. Der Spiegel ignorierte die Ratgeberliteratur einfach. War es den Redakteuren vielleicht peinlich, dass die Buchleser eher zu Iris Berbens Schönheitstipps griffen als

zu Hans Magnus Enzensberger oder Martin Walser? Wer Ratgeber einfach belächelt, verkennt unserer Meinung nach ein wichtiges und interessantes Gesellschaftsphänomen. Wer als Pädagoge Ratgeber belächelt, verschenkt zudem die Möglichkeit, aus diesem Gesellschaftsphänomen Bildungsimpulse abzuleiten.

Als ersten Schritt haben wir deshalb selbst Ratgeberliteratur gelesen und stellen Ihnen hier einige Titel vor, die wir für empfehlenswert erachten. Ein wichtiges Kriterium dabei war es für uns, ob die Ratgeber einen oder mehrere Kernsätze beinhalteten, von denen wir uns für unser Leben einen langfristigen und nachhaltigen Lerneffekt erwarten. Also einen Rat, den man sich einfach zu eigen machen kann. Als Qualitätsmerkmale dienten uns weiterhin Aspekte wie Nachvollziehbarkeit und Objektivität. Ratgeber sollten sich durchaus an einer wissenschaftlichen Logik orientieren, sie sollten nicht banal und nicht suggestiv sein. Wir haben einige Ratgeber ausgesucht zu ganz unterschiedlichen Themen wie Ehe, Beziehung, Liebeskummer, Aufräumen, Persönlichkeitsentwicklung und Hundeerziehung:

John M. Gottmann: Die sieben Geheimnisse der glücklichen Ehe (Ullstein Verlag)

Beziehungs- und Eheratgeber stehen ganz oben auf der Bestsellerliste, neben Gesundheit, Ernährung und Körper. Offenbar gibt es durchaus die Ansicht, dass man Beziehungskompetenzen erlernen kann, ansonsten würden Partner wohl kaum Ratgeber zur Hand nehmen. Wenn Gottmann hier von Geheimnissen spricht, dann ist ihm auch daran gelegen, daraus Wissen zu machen, das sich aneignen lässt. Für einen Ratgeber ist das Buch mit über 300 Seiten zwar schon ganz schön dick, aber das liegt daran, dass es zugleich ein Theorie- und Arbeitsbuch

¹ Tietgens, H. (1992): Reflexionen zur Erwachsenenbildung. Bad Heilbrunn.

ist. Gottmann hat eine Theorie darüber, was einer Beziehung gefährlich wird und woran sie scheitert, aber auch, was eine gute Beziehung ausmacht. Ihm zufolge ist es besonders das Gelingen von Rettungsversuchen, was wesentlich zur Deeskalation von Konflikten und zur Bewältigung von Beziehungskrisen beiträgt. Ein Rettungsversuch ist eine Art Friedensangebot: „Lass uns mal eine Nacht drüber schlafen ...“. Rettungsversuche helfen, emotionale Überflutungen abzuwehren, mit anderen Worten, die Stimmung runterzukochen. Wenn man diesen Vorgang einmal verstanden hat, kann man das auf alle Beziehungen anwenden. Seitdem ich Gottmann gelesen habe, schlage ich Rettungsversuche und Friedensangebote meiner Tochter nicht mehr aus, sondern nehme als soziale Kompetenz wahr, was ich früher für einen Teenagertrick gehalten habe. Alleine dafür hat sich das Lesen dieses Ratgebers schon gelohnt!

Marie Kondo: Magic Cleaning (Rowohlt Verlag)

Haushaltsratgeber haben gewiss eine lange Tradition. Ich erinnere mich noch gut an das blaue Bändchen in unserem Küchenschrank: Der gute Haushalt: Waschen, bügeln, putzen. In den letzten zehn, zwanzig Jahren hat es aber geradezu eine Renaissance dieses Themas gegeben. Vielleicht ist das Wissen um die Herstellung und Erhaltung von Ordnungsstrukturen in den Zeiten der Studentenbewegung verloren gegangen, vielleicht hat die Abschaffung des Schulfachs Hauswirtschaftslehre eine Lücke hinterlassen, in jedem Fall gibt es ein Bedürfnis nach Ordnungsratschlägen. Die Japanerin Marie Kondo verspricht sogar, dass richtiges Aufräumen unser Leben verändert, weil wir dadurch mehr Zeit haben und andere Prämissen setzen. Kondos Buch ist ein guter Beweis dafür, dass Ratgeber durchaus zu Innovationen in der Lage sind. Allen Aufräumeratgebern gemein ist, dass sie zugleich Wegwerf- ratgeber sind. Kondos Methode unterscheidet sich von allen anderen dadurch, dass man mit ihrer Hilfe nicht herausfindet, was man wegwerfen kann, sondern was man behalten möchte. Das Kriterium fürs Behalten ist dabei stets die Frage: Macht mich dieser Gegenstand glücklich? Deshalb geht sie auch nicht nach Zimmern und Räumen vor, sondern sortiert nach Gegenstandsgruppen. Wir haben mal mit unseren Windlichtern angefangen und festgestellt, dass es in unserem Haus sage und schreibe 14 verschiedene Windlichter gab, davon drei selbstgebastelte aus alten Einweckgläsern, zwei kaputte, vier ungebrauchte Geschenke und nur vier von vierzehn, die uns wirklich glücklich machen. Bei jedem Neukauf – außer bei Lebensmitteln und Drogerieartikeln – frage ich mich jetzt, ob mich dieser Kauf wirklich glücklich machen wird ... Ein toller Ratgeber, der einem allerdings einige Mühen abfordert.

Julia Kathan: Alles für ein bisschen Liebe? Schluss mit Warten & Schmachten. Liebessucht erkennen und heilen (Silberschnur Verlag)

Ein großes Thema bei vielen Ratgeberbüchern ist Autonomie. In diesem Buch arbeitet Julia Kathan den Unterschied zwischen wahrer Liebe und süchtiger Liebe – d.h. emotionaler Abhängigkeit – anhand von eigenen Erfahrungen heraus. Es gibt etliche Ratgeberbücher, die auf der Basis eigener Erfahrungen beruhen, manche davon sind unglaublich, manche peinlich, manche zu privat, aber manche werden durch den Bezug auf eine eigene reflektierte Biografie erst authentisch und nachvollziehbar. So wie dieses.

Kathan erläutert anhand ihrer eigenen Lebens-, Liebes- und Leidensgeschichte, welche alten Muster in uns dazu führen können, dass wir Situationen, die wir eigentlich vermeiden wollen, immer wieder selber heraufbeschwören. Wir wollen zum Beispiel jemanden, der uns so liebt wie wir sind, und sind dafür bereit, alles zu tun ... Wenn wir uns für diese Liebe aber verbiegen müssen, sind wir schon gleich auf dem Holzweg und kommen nie dort an, wo wir hinwollen. Obwohl in vielen Liebesratgebern das Thema Selbstliebe eine große Rolle spielt, gelingt Kathan hier eine eigene Herangehensweise, weil sie den Weg zur Selbstliebe nicht vereinfacht. Vielmehr beschreibt sie, dass es durchaus schmerzvoll ist, alte Muster aufzugeben und dass Veränderung Arbeit bedeutet. Wer kein Opfer mehr sein will, muss die Opferrolle opfern, diese schlichte Wahrheit vermittelt das Buch. Es ist vor allem für jene Menschen geeignet, die glauben, dass sie immer wieder bei dem Falschen landen.

Ewald Kugler: Wecke, was in dir steckt – Chili-Impulse zur Persönlichkeitsentwicklung (Beltz Verlag)

Persönlichkeitsentwicklung erscheint zunächst als ein sehr hochtrabender Begriff. Aber im Prinzip geht es doch bei allen Bildungsprozessen auch darum, die Persönlichkeit auszubilden. Fragt sich bloß, was Persönlichkeit zu einem bestimmten Zeitpunkt und an einem bestimmten Ort gerade meint. Kugler hat deshalb einige Aspekte, die ihm zufolge bei der Persönlichkeitsentwicklung wichtig sind, herausgegriffen und erklärt, warum es sich lohnt, diese zu entwickeln. Dabei kommt er auf fünf wichtige Aspekte: Flexibilität, Mut, Loslassen, Lösungsorientierung und Konsequenz. Insgesamt geht es darum, vom passiven Befehlsempfänger zum aktiven Gestalter seines Lebens zu werden. Dafür müssen jedoch sichere gewohnte Pfade verlassen werden, um eingefahrene Muster aufzugeben und Neues zu entwickeln. Insgesamt hat das Buch nur 160 Seiten, ist also eher ein Kurzratgeber.

Am Ende von jedem Kapitel gibt es eine Zusammenfassung und konkrete Übungen für die alltäg-

liche Praxis. Mir hat dabei besonders gefallen, dass das Buch nicht am Stück gelesen werden muss, man kann sich die Kapitel bzw. Kompetenzen herauspicken, die einem persönlich wichtig sind und dann daran arbeiten. Statt grauer langatmiger Theorie wartet Kugler mit vielen motivierenden praktischen Übungen auf, mit deren Hilfe man konkret und sofort anfangen kann, um das eigene Potential auf verschiedenen Ebenen zu entfalten. Es macht Spaß, sich auf diesen spielerischen Weg einzulassen, wie z.B. 21-Tage-Kuren, um eine der oben genannten Kompetenzen weiterzuentwickeln. Auf mich hat das Buch einen Effekt wie ein Urlaub, man macht ein paar neue Erfahrungen und gewinnt neue Sichtweisen, es muss ja nicht gleich ein kompletter Persönlichkeitswandel sein.

Michael Grewe, Inez Meyer: **Hoffnung auf Freundschaft. Das erste Jahr des Hundes** (Kosmos Verlag)

Zugegebenermaßen gab es in meinem Leben einen Punkt, an dem ich ohne Ratgeber völlig gescheitert wäre. Das war der Tag, an dem ein kleiner Welpe in unser Haus einzog. Unser erster Hund, der heute sicherlich nicht so gut erzogen wäre, wenn wir nicht diverse Hundeerzehungsratgeber gelesen hätten. Eines davon gehört auch heute noch zu meinen Lieblingsbüchern: *Hoffnung auf Freundschaft*. Anhand von zwei Welpengeschwistern, die in zwei verschiedene Familien kommen, erläutern die Autoren, wie sehr unterschiedliche Umwelten das Verhalten eines Hundes prägen. Sie treiben einem dabei manche Flausen aus, wie zum Beispiel das Bällchenwerfen, damit man den Jagdtrieb nicht fördert und zeigen, dass auch in der Hundeeziehung manchmal weniger mehr ist. Bei diesem Ratgeber ist es nun gerade interessant, dass die Autoren viele theoretische Hintergründe liefern, die man auf den ersten Blick nicht mit Hundeeziehung in Zusammenhang gebracht hätte, wie z.B. die Bindungstheorie oder die Suchttheorie. In dem Buch von Grewe und Meyer verstecken sich daher viele kleine Lebensweisheiten, wie die, dass man um Konflikte nicht herumkommt, dass es jeden Tag neue Herausforderungen gibt und dass man sich nur richtig verhalten kann, wenn man vor lauter Liebe Sehnsucht nicht zum Bittsteller wird.

Fazit

„Erziehung“, so lesen wir im Erziehungsratgeber für Hunde, „findet zwischen den Zeilen statt, dort, wo Fragen gestellt und Grenzen ausgelotet werden.“ Dieser Satz gilt natürlich auch für die Selbsterziehung. Jenseits aller Vorwürfe, dass Ratgeberliteratur nur die Selbstoptimierung befördere, ist uns vor allem aufgefallen, dass sie ein Anlass zur Selbstentwicklung sein kann.

Steht immer noch die Kritik im Raum, dass Ratgeberliteratur unwissenschaftlich sei. Woraus speist



sich eigentlich dieser Anspruch? Mit Beginn der industriellen Revolution gilt methodisch erzeugtes und abgesichertes – also wissenschaftliches – Wissen als entscheidende Ressource zur Erzeugung von Theorie, die wiederum die Basis für professionelles Handeln bildet. Der Übergang von der Industriegesellschaft zur Wissensgesellschaft zeigt sich aber unter anderem daran, dass professionelles Wissen nicht mehr als Monopol der Wissenschaft angesehen wird, sondern dass die Entstehungsorte von Wissen zurück in die Gesellschaft verlagert werden. Nico Stehr beschreibt Wissen sogar ganz banal als die Fähigkeit zu sozialem Handeln (vgl. Stehr 1994)². Wer Ratgeber kauft, analysiert auch die *Neue Zürcher Zeitung*, verlangt nach einem Expertenwissen, welches seinen hermetischen Charakter abgestreift hat und kommunizierbar geworden ist: „Mit Ratgebern revanchiert sich die Lebenswelt für ihre Kolonialisierung durch die Expertenkultur.“

Wer also wissen will, wie Expertenwissen in der Lebenswelt kommuniziert wird, kommt nicht umhin, Ratgeber zu studieren. Trotzdem haben unsere Recherchen danach, ob Ratgeber in erziehungswissenschaftlichen Kontexten einen Forschungsgegenstand darstellen, zu keinem befriedigenden Ergebnis geführt. Hier werden Ratgeber vorwiegend dann erforscht, wenn es sich um pädagogische Ratgeber handelt, das sind im weitesten Sinne Erziehungsratgeber. Gerade für die Erwachsenenbildung wäre die Ratgeberliteratur aber sowohl in historischer als auch in aktueller Perspektive interessant, weil sie darüber Auskunft geben kann, wie und was erwachsene Menschen lernen möchten. Leider gibt es auch keine Untersuchungen zur Qualität guter Ratgeberliteratur. Denn dafür müsste erst einmal gewürdigt werden, dass es gute Ratgeberliteratur überhaupt geben kann. Dieser Artikel versteht sich deshalb auch als ein Aufruf, Ratgeberliteratur ernst zu nehmen, denn erst dann lassen sich Qualitätsmerkmale untersuchen, beschreiben und einfordern.

² Stehr, N. (1994): *Arbeit, Eigentum und Wissen: Zur Theorie von Wissensgesellschaften*. Frankfurt a. M.