

# Ersatz für Großmütter

Wann dem Mädchen die Pille zu geben oder dem Zehnjährigen der Fernseher abzuschalten ist, wie man im Leistungsstress durchhält – Problemen dieser Art stehen

Staat, Kirchen und Familie ratlos gegenüber. Eine neue Literatur-Gattung versucht, die Orientierungsbedürfnisse der modernen Industriegesellschaft zu befriedigen.

Sie sind weder von Lenz noch Lorenz, nicht von Simmel und Bamm, auch nicht von Fest oder Forsyth. Sie sind eine andere Art von Erfolgsbüchern, manchmal die heimlichen Bestseller des Buchmarktes\*. Einsamen Alten und stressgeplagten Managern, Kinderlosen und Kinderreichen, Schüchternen und Schlaflosen geben sie Hilfe in allen Lebenslagen: die Ratge-

plaren sind keine Seltenheit: so etwa Charlotte Bühlers „Psychologie im Leben unserer Zeit“ 250 000 oder „Knaurs Buch der modernen Mathematik“ 243 000 Exemplare.

Noch vor wenigen Jahren waren Lebenshilfe-Bücher Kuriositäten am Rande des Büchermarktes. Kaum mehr als ein paar Dutzend gab es von ihnen. Heute gehen die Titel in die Hunderte.

nur lesen, sondern auch anwenden will“, weil sie „etwas Spezielles bieten“ und helfen, „ein besonderes Problem“ zu lösen, begründet Dr. Heinz Bundschuh vom Genfer Ramón-F.-Keller-Verlag — einem Zwei-Mann-Betrieb — die respektablen Auflagen seiner Lebenshelfer.

Angebot und Erfolg decken sich mit einer „spezifischen Entwicklungsphase



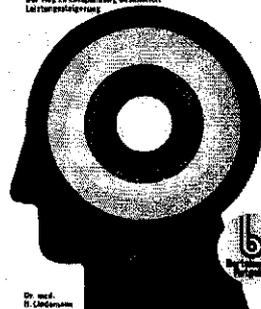
Autogenes Training — das ist der Weg zu Entspannung, Körpererholung und besserer Gelbzeit, zu Widerstandskraft, Gesundheit und gesteigerter Leistungsfähigkeit.  
Dr. med. Hans-Joachim Lindemann ermöglicht Ihnen mit diesem Buch, das Autogene Training zu erlernen.



Überleben im Stress Autogenes Training

Überleben im Stress Autogenes Training

Dr. med. H. Lindemann



Lebenshilfe-Bücher: Verborgene Unsicherheit ...



... schafft einen neuen Markt



ber in Leinen oder kartoniert, in Großoktav oder Taschenbuch-Format, mit und ohne Illustration.

Schon ihre Titel sind ein Kompendium der Leiden und Sehnsüchte des Menschen der Industriegesellschaft. Die gedruckten Lebenshelfer weisen den „Weg zum glücklichen Alter“ und versprechen ein „Überleben im Stress“. Sie verheißen „Erfolg kommt nicht von ungefähr“ und „Jeder ist seines Glückes Schmied“. Sie mahnen „denk an dein Herz“ und „begreif doch, was Dein Kind begreift“. Sie sagen, wie man „besser schlafen“ kann, ein „intensiver Mensch“ wird, „nur keine Angst vor fünfzig“ haben muß und eine „moderne Ehe“ führt.

Ihr immenser, ständig wachsender Erfolg ist das Indiz für ein Bedürfnis. Auflagen von mehr als 200 000 Exem-

\* Die SPIEGEL-Bestsellerliste registriert keine Lehr-, Fach- und Handbücher im strengen Sinne, keine Nachschlage- und Tabellenwerke.

plaren sind sie in jedem Fall — wenn nicht für die Leser, so doch für die Verlage.

Mit diesen Büchern „erreicht man Randschichten, die normalerweise keine Bücher kaufen“, so versucht Dr. Jutta Kroath vom Hoffmann-und-Campe-Verlag den geschäftlichen Erfolg der Lebenshilfe-Bücher zu erklären.

Diese Bücher bringen „Mehrumsatz“ und „Neukunden“, weil „man sie nicht



der modernen Gesellschaft“, glaubt Gesine von Leers von der Deutschen Verlags-Anstalt in Stuttgart: „Die Probleme des täglichen Lebens in Beruf und Familie werden komplizierter.“ Problemlösungen hoffen viele Menschen in Büchern zu finden.

Drastisch und einfacher sagt es Dr. Ludwig Muth, Verlagsleiter bei Herder in Freiburg: „Früher fragte man die Großmutter, wie ein Baby gewickelt wird, heute geht man in den Laden und kauft sich ein Buch.“ Tradition wird durch Literatur ersetzt.

Die klassischen „Lebenshelfer“ Familienverband, Kirche, Staat sind in der Tat ausgefallen, haben „abgeschnallt“, wie es der Soziologe Arnold Gehlen ausdrückt. Im Sog der Autoritätskrise haben sie ihre Funktion der Orientierungshilfe verloren oder aufgegeben. Der Entscheidungsdruck auf den einzelnen ist größer geworden.

Am deutlichsten spürbar wird das bei der Kindererziehung. „Wir haben nicht mehr die bequeme Möglichkeit, den Zeigefinger mahnend oder strafend auf erhabene und allgemeinverpflichtende Ideale zu richten“, klagte die Hamburger Mutter und Journalistin Sybil Gräfin Schönfeldt in „Knaurs Buch vom Kind“.

Eltern müssen selber entscheiden, ob sie ihr Kind autoritär oder antiautoritär erziehen. Von Kindergarten oder Schule, die mit neuen Erziehungsformen experimentieren, können sie kaum Hilfe erwarten. Es bleibt der Griff zum Buch, wenngleich viele Eltern ebenso empfinden wie Gräfin Schönfeldt: „Unsere Eltern hätten es lächerlich gefunden, Kindererziehung aus Büchern zu lernen.“

Doch eigene Erfahrungen, traditionelle Vorstellungen oder die Großeltern können auch nicht helfen, wo Erziehungsprobleme erst durch einschneidende Veränderungen der Umwelt auftreten. Wie lange darf ein Kind vor dem Fernseher sitzen? Diese Frage wird eine Großmutter kaum zu beantworten wissen.

Das gewandelte Verhältnis zur Sexualität (Max Horkheimer: „Romeo und Julia sind tot“) fordert von Eltern Entscheidungen, für die es Präzedenzfälle aus der eigenen Erfahrung nicht gibt, nicht geben kann. Ob sie ihrer 16jährigen Tochter die Pille geben sollen oder nicht — kein Gesetz, keine Verordnung zwingt sie zu einem bestimmten Verhalten. Die Zehn Gebote sind sowenig hilfreich wie Karl Marxens „Kapital“.

Aber „Eltern wollen heute auch perfekte Eltern sein“, meint Dr. Muth, „und deshalb kaufen sie ein Buch. Wenn es dann trotzdem schiefgeht, fragt man sich, was man falsch gemacht hat, kriegt Schuldgefühle und kauft ein neues Buch.“

Und jedes neu erscheinende Erziehungsbuch verspricht denn auch, noch praxisnäher, noch anschaulicher zu sein und „zugleich auf dem neuesten Stand der Sozialwissenschaften“ zu stehen.

„Dieses Buch sagt alles, was Eltern wissen müssen“, verspricht der Klappentext von „Knaurs Buch vom Kind“ (Auflage: über 39 000 Exemplare). „Dieses Standardwerk hilft den Eltern, alle Voraussetzungen dafür zu schaffen, daß ihr Kind zu einer . . . selbständigen Persönlichkeit wird“, heißt es auf dem Umschlag des DVA-Elternbuches von Ulrich Diekmeyer.

Als „ein außerordentlich informatives Handbuch“ preist der Kindler-Verlag sein in zweiter Auflage erscheinendes Werk „Begrreif doch, was Dein Kind begreift“ an. „Es wird nachgewiesen . . . was zu geschehen hat, damit unsere Kinder zu freien, urteilsfähigen Menschen heranwachsen“, behauptet der Econ-Verlag von seinem im Juni dieses Jahres erschienenen Elternbuch „Kinder brauchen Freunde“.

Und wer von all den Erziehungsratschlägen nichts mehr wissen will, dem

drehen Sie

... drehen Sie ganz einfach an der goldenen Kapsel des Gold-Medaillen Straight Bourbon I. W. Harper . . .

... und Sie erleben BOURBON Whiskey der Spitzenklasse.

**I.W. HARPER**

Die weitest verbreitete Bourbon Whiskey-Marke der Welt. In 110 Ländern!

... it's always a pleasure

HENKELL WELTMARKEN - IMPORT . WIESBADEN-BIEBRICH

empfiehlt Hoffmann und Campe seinen Ratgeber „Familienkonferenz“. Denn „das Erstaunliche an diesem Buch ist, daß sich Erziehung als etwas Überflüssiges erweist“. Es sei alles höchst einfach: „Zwischenmenschliche Beziehungen müssen zur Zufriedenheit aller geregelt werden — das ist alles“ (Verlagswerbung).

Damit Eltern aber nicht alles auf einmal lernen, damit sie zu braven Dauerkunden werden, wird Erziehungshilfe vielfach nur in Happen gereicht. Am einfachsten ist: für jedes Lebensjahr ein eigenes Buch. So etwa macht es die Deutsche Verlags-Anstalt in Stuttgart mit ihrer Reihe „Das Elternbuch“. Vom ersten bis zum sechsten Kindergeburtstag — jeden Jubeltag ein neues Buch für die Eltern, Preis pro Band 24 Mark.

Großzügiger ist da der Münchner Droemer-Knaur-Verlag. Er hilft mit nur zwei Büchern das Kind sogar bis zum zwölften Lebensjahr erziehen — für nur 36,50 Mark. Der Düsseldorfer Econ-Verlag teilt seine Ratgeber nach dem auf, was Kinder brauchen. Bislang: „Gute Eltern“, „Gute Schulen“ und „Freunde“.

Kinder brauchen aber auch kluge Eltern. Denn „wenn die Kinder in der Schule versagen“, meint US-Professor Thomas Gordon, „behaupten Lehrer und Schulverwaltungen, daß die Eltern schuld daran haben. Wer aber hilft den Eltern?“ Etwa bei der Mengenlehre?

Zum Beispiel: Wenn das Kind danach fragt, „wie das kartesische Produkt (die Produktmenge) der Menge  $N = \text{bimm, bamm, bumm}$ “ lautet. Welche Eltern wissen schon, daß sie nur sechsmal bimm, sechsmal bamm und sechsmal bumm — freilich in der richtigen Reihenfolge — hinschreiben müssen?

Das Geschäft mit der Mengenlehre hatte der Droemer-Knaur-Verlag als erster entdeckt, und er war damit auch zu offiziellen Bestseller-Ehren gekommen. „Eltern entdecken die neue Mathematik“ von Walter Robert Fuchs — Preis: 25 Mark — erreichte bislang eine Gesamtauflage von 210 000 Exemplaren. Eine Taschenbuchausgabe erscheint im nächsten Frühjahr.

„Der Leistungsdruck der modernen Industriegesellschaft“, glaubt Uwe von Wehrenalp, Juniorchef des Econ-Verlages, hat auch andere Arten von Lebenshilfe-Büchern auf die Liste der — nicht nur — heimlichen Bestseller katapultiert.

Es sind einmal Bücher über autogenes Training — von denen es derzeit gleich drei Titel gibt —, zwei standen im November sogar an vierter und fünfter Stelle der SPIEGEL-Bestsellerliste. Zum anderen sind es Bücher mit Titeln wie „Die Macht Ihres Unterbewußtseins“, „Entspannt durch Bewußtseinstraining“ oder „Sich selbst programmieren“.

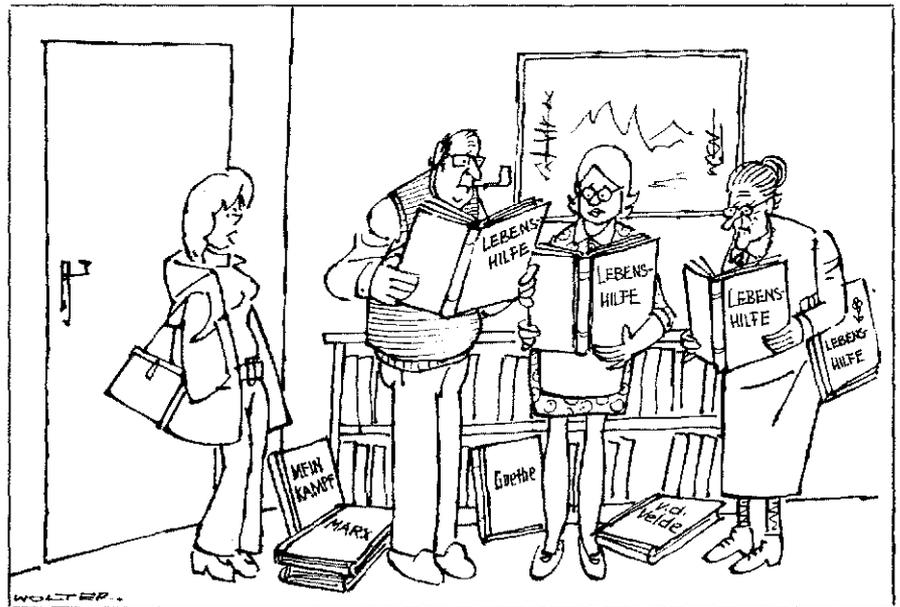
Auch diese Bücher garantieren ein gutes Geschäft. Von dem Econ-Buch

„Entspannt durch Bewußtseinstraining“ des promovierten Chemikers Heinz Ryborz etwa verkaufte der Verlag in knapp sechs Wochen rund 24 000 Exemplare. Und das im gleichen Verlag erschienene Werk „Gesund durch Autogenes Training“ von Giseler Eberlein erreichte bislang eine Auflage von 120 000 Exemplaren.

Autogenes Training kann der vom Stress geplagte Manager auch von Dr. med. Hannes Lindemann erlernen, dessen Buch im Bertelsmann-Ratgeberverlag erschienen ist, Auflage bisher: 110 000. Und wer dann noch nicht weiß, was autogenes Training eigentlich ist, dem hilft der Kindler-Verlag mit sei-

prüche. Sie sollen dem Interessenten das Buch nicht nur schmackhaft machen, sondern den Leser in eine günstige Stimmung versetzen. „Schon ein Katalog über Lebenshilfe-Bücher dient als Lebenshelfer“, glaubt E. Send vom Otto-W.-Barth-Verlag, „weil er Stimmungen erzeugt.“

Ist der Leser erst einmal „eingestimmt“, werden selbst die banalsten Plattheiten für ihn zur Offenbarung. Etwa: „Voraussetzung zu gesunder Sexualität und aktiver Liebe ... ist immer die kontinuierliche Entwicklung und Reifung zur Gesamtpersönlichkeit.“ Oder: „Sorgen brauchen das Leben nicht zu bestimmen, wenn man recht-



„Habt ihr nun endlich in euren Büchern gefunden, ob ich die Pille nehmen darf?“

nem Taschenbuch „Das ist Autogenes Training“ — letzte Auflagenmeldung: 60 000 Exemplare.

Die psychologischen Trimm-dich-Bücher übertreffen noch die Erziehungsbücher in dem, was sie versprechen. Sie helfen, „die Angst vor dem Studium und vor Prüfungen zu überwinden, soziales Ansehen zu gewinnen, eine zerrüttete Ehe wiederherzustellen ... mehr zu leisten, ja sich in praktisch jeder nur denkbaren Situation zu bewähren“ (Dr. med. Maxwell Maltz: „Erfolg kommt nicht von ungefähr“). „Dieses Buch kann Ihnen in jeder Situation Ihres Lebens weiterhelfen — es sei denn, Sie leben auf einer einsamen Insel“, versprechen die Diplompsychologen Werner Kirst und Ulrich Diekmeyer. Und im Stil der Ausrufer auf Volksfesten preist der Ramón-F.-Keller-Verlag sein Werk „Besser leben ohne Neid und Eifersucht“ an: „Dieses Buch enthüllt die wahren Ursachen unzähliger Leiden, Fehler, Mißerfolge, ja sogar Krankheiten, die dem Glück eines Menschen entgegenstehen.“

Dabei spekulieren die Verleger auf einen doppelten Effekt ihrer Werbe-

zeitig den richtigen Weg zu gehen weiß.“

Das gläubige Annehmen solcher Kalendersprüche verrät einmal mehr die „verborgene Unsicherheit“ (Muth) des modernen Menschen, insbesondere der Frauen. Fast übereinstimmend erklären die Lebenshilfe-Verleger, daß Frauen ihre besten Kunden seien, besonders Frauen aus Großstädten und deren Randsiedlungen. Eine Umfrage in den Herder-Buchhandlungen ergab, daß Ratgeber- beziehungsweise Lebenshilfe-Bücher von doppelt soviel Frauen wie Männern gekauft werden und diese Bücher sogar an der Spitze der Buchkäufe von Frauen stehen.

Diese Tatsache und deren Analyse offenbaren laut Muth einen „Grundkonflikt unserer Gesellschaft“. Neben Staat und Kirche ist auch der Pater familias als Autorität in der technisierten Welt unglaubwürdig geworden.

Und auch wenn die Technik ausfällt, springt der gedruckte Lebenshelfer ein. Schon nach drei Fahrverbot-Sonntagen hilft Bertelsmann aus der Not. Neuester Titel des Ratgeberverlages: „Der Sonntag ist auch ohne Auto schön“.