Nummer 25
Sommerausgabe 2023

COUNSELING JOURNAL

für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie
Verbandszeitschrift des BVPPT

Schuhe sind Rudeltiere

Was ist Dein Genug?

... digital in die Welt!

Editorial – Ein paar Gedanken zum Titelthema

counselingjournal.de
Alle Ausgaben unseres Journals finden Sie auf unserer Website *bvppt.org*

Liebe Counselor!

die Verantwortung der Beratenden liegt darin, eine professionelle Beziehung zum Klientel aufzubauen und bei der Lösung von Problemen zu helfen. Dies bedeutet, dass Beratende ethische Grundsätze einhalten und ihre Arbeit im Interesse der Klient_innen ausführen.

Autonomie hingegen bezieht sich auf die Fähigkeit des Klienten, eigenständig Entscheidungen zu treffen und seine eigenen Ziele zu verfolgen. Der Berater sollte daher darauf achten, dass der Klient nicht abhängig von ihm wird und ihn unterstützen, um selbstständig und eigenverantwortlich Entscheidungen treffen zu können. Beratende sollen den Klient_innen dabei helfen, eigene Stärken und Schwächen zu erkennen und zu nutzen, um Ziele zu erreichen.

Es ist wichtig zu betonen, dass Verantwortung und Autonomie eng miteinander verbunden sind. Wenn der Berater seine Verantwortung ernst nimmt, kann der Klient seine Autonomie ausüben und umgekehrt. Eine gut funktionierende Beratungsbeziehung erfordert also eine gewisse Balance zwischen Verantwortung und Autonomie.

Verantwortung und Autonomie 2023: Den ersten Teil dieses Editorials hat uns ChatGPT verfasst. Hat es bis zum Absatz irgendjemand bemerkt, dass das Redaktionsteam sich diesmal ein derart komplexes Thema ausgesucht hat, dass angesichts der drohenden Deadline der Bot bemüht worden ist? Ich freue mich dazu auf Rückmeldungen!

Ein Schwenk: Wo wird bei uns im Verband konkret Verantwortung übernommen? Im Vorstand denken wir da im Moment besonders an die „Servicestellen". Mitglieder übernehmen in der Schlichtungsstelle und im Aufnahmeausschuss Jahr für Jahr ehrenamtlich Arbeitspakete, die im Krisenfall abgerufen werden oder im Fall von Neumitgliedern sehr aufwendige Rechercheaufgaben bedeuten. Unser Dank geht an Tanja Nepute und Lars Traphan in der Schlichtungsstelle! Im Aufnahmeausschuss steht nun ein Wechsel an und wir möchten uns an dieser Stelle ganz herzlich bedanken bei Maria Amon und Bernd Dießelmann, die über so viele Jahre diesen Ausschuss mit viel Einsatz kompetent und überaus verlässlich betreut haben. Bernd und Maria, vielen herzlichen Dank! Die beiden werden das neue Team noch begleiten, herzlich willkommen an dieser Stelle: Astrid Mai, Gerlinde Stropek und Diana Sayaf-Rodrigues und alles Gute für den gemeinsamen Start!

Was Chat GPT nicht weiß: Uta Stinshoff hat als langjähriges Mitglied des Redaktionsteams so manche Ausgabe des Counseling Journals intensiv begleitet, und dafür möchten wir uns an dieser Stelle herzlich bedanken. Mit einem lachenden Auge, denn als aktive BVPPT Counselor werden wir noch vieles zusammen erleben und mit mindestens zwei weinenden Augen: Der Kontakt zu Uta in dieser Position war immer ein Genuss!

(Nach dem ersten Absatz ist alles selbstgeschrieben. Ganz sicher …)

Herzlichst

Christina Pollmann, BVPPT Vorstand

Inhalt

2 **Ein paar Gedanken zum Titelthema**

Berufspolitisches

4 **Neues aus unserem Dachverband**
Deutsche Gesellschaft für Beratung (DGfB) e. V.

5 **Neues aus dem Verbandsleben**

7 **Jahresaktion 2023**
coachingspace für BVPPT-Counselor

8 **BVPPT Ländervertretung Österreich**
Psychosoziale Beratung in Österreich

9 **BVPPT Ländervertretung Luxemburg**
Affaire à suivre ...

10 **Zu Besuch bei ...**
BVPPT-Tagung November 2022
Analog in Bonn, digital in der Welt!

Tools

12 **Die Kraft der Musik in der Beratung**
Melanie Lumma

14 **Schuhe sind Rudeltiere**
Susanne Neubert

Schwerpunkt: Authentizität, Autonomie und Verantwortung

16 **Beginn einer Reise – Aufbruch ins eigene Praxisfeld**
Gabi Steude

20 **Wahrnehmung und Intuition**
Rolf Schanko

24 **Da es alles gibt, was es gibt!***
Christel Klapper

28 **Carl R. Rogers**
Dr. Klaus Lumma

32 **Die Sehnsucht nach Echtheit**
Sandra Korsten

35 **Schöpferisches Lernen heißt dialogisches Lernen und Verändern**
Petra Sohnius und Maike Augstein

40 **Authentisch sein als Berater*in!**
Tanja Rienößl

44 **Was ist dein Genug?**
Alina Esch

47 **Graduierungen**

48 **Buchbesprechungen**

55 **Impressum**

56 **Kooperationspartner**

Neues aus unserem Dachverband

Deutsche Gesellschaft für Beratung (DGfB) e. V.
www.dachverband-beratung.de

Auf der Mitgliederversammlung der DGfB im November 2022, an der 3 Vorstandsmitglieder des BVPPT aktiv beteiligt waren, ist der gesamte Vorstand erneut für drei Jahre bestätigt worden.

Dadurch ist die Kontinuität der Arbeit gesichert. Die DGfB vertritt als Dachverband 23 Fach- und Berufsverbände aus der Beratungslandschaft. Sie setzt sich für die Qualität von reflexiver Beratung in der Praxis ein.

Aktivitäten der DGfB

Mit folgenden interessanten und wesentlichen Themen wird sich die DGfB weiterhin beschäftigen:

- weitere Best Practice Veranstaltungen: online-Fachimpulse und -diskurse (der BVPPT-Vorstand leitet die Einladungen an seine Mitglieder entsprechend weiter)
- Weiterführung des Forschungsprojektes „Qualifikationsrahmen Beratung“ – die Befragung ist beendet und es folgt ein letzter Workshop, an dem Dagmar Lumma für den BVPPT teilnimmt. Danach werden die Ergebnisse ausgewertet.
- Weitere Vernetzung und Kontaktaufnahme zu politisch Verantwortlichen
- Sichtbarkeit der DGfB durch Öffentlichkeitsarbeit
- Standards für eine Beratung im digitalen Setting
- „Projekt: Coaching DGfB“
- Sicherung der Finanzen des Verbandes

BVPPT aktiv in folgenden AGs der DGfB:

AG Beratungspolitik und Interessenvertretung – Angela Keil

Diese AG arbeitet an der Zielsetzung, dass die DGfB als Dachverband für Beratung als verlässliche und kompetente Partnerin im fachpolitischen Dialog auf Bundesebene an Bekanntheit gewinnt.

AG Digitalisierung und Beratung – Christina Pollmann

Ziel dieser AG ist, die aktuellen Entwicklungen zu Digitalisierung und Beratung zu beobachten, zu begleiten und auf eine Förderung von professioneller Beratung im digitalen Setting hinzuwirken.

Forschungsprojekt „Qualifikationsrahmen Beratung“ – Dagmar Lumma

Gutachten zur Weiterreichung an die Bund-Länder Koordinierungsstelle „Deutscher Qualifikationsrahmen“ (DQR), um die Kompetenzen von Beratung zu verankern und europaweite Gültigkeit zu erlangen.

https://dachverband-beratung.de/qualifikationsrahmen-beratung/entwicklung-projekt-qr-beratung/projekt-deutscher-qualifikationsrahmen-beratung/

Wer weiterhin informiert werden möchte, kann hier den DGfB-Newsletter abonnieren:
https://dachverband-beratung.de/newsletter-anmeldung/
oder sich auf der Internetseite der DGfB umsehen:
https://dachverband-beratung.de

Weitere Informationen zur DGfB geben:
Dagmar Lumma *d.lumma@bvppt.org*
Angela Keil *a.keil@bvppt.org*

Neues aus dem Verbandsleben

BVPPT

Berufsverband für Beratung,
Pädagogik & Psychotherapie e. V.
Schubbendenweg 4
52249 Eschweiler

TEL +49 2403 83 90 59
MAIL kontakt@bvppt.org
WEB www.bvppt.org

Interne Öffentlichkeitsarbeit

Uns als Vorstand ist wichtig, sowohl unsere Mitglieder regelmäßig zu informieren als auch Kontakt mit unseren Mitgliedern zu pflegen. Schon seit Ende 2019 verschicken wir regelmäßig BVPPT-Newsletter über E-Mail, die wichtige und interessante Informationen enthalten.

Ebenso aktualisieren wir unsere Homepage ständig, gerade in der heutigen herausfordernden Zeit. Es lohnt sich, vorbei zu schauen und zu lesen.

Und selbstverständlich stehen wir für unsere Mitglieder per E-Mail oder Telefon gerne zur Verfügung.

Der BVPPT-Vorstand

Counseling Journal Counseling Impulse

Aktuelle und vorherige Ausgaben auf *bvppt.org*

Visitenkarten für BVPPT-Mitglieder

über *bvppt.org*
schnell und komfortabel zu bestellen

• Infos •
Neuigkeiten, Fotos, weitere Termine und Texte unter *bvppt.org*

Vorankündigung:

Tagungshotel
Gustav-Stresemann-Institut
Langer Grabenweg 68
53175 Bonn

ANMELDUNG
online auf unserer Webseite
WWW.BVPPT.ORG

Berufsverband für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie e. V.
Schubbendenweg 4
52249 Eschweiler

TEL +49 2403 83 90 59
MAIL kontakt@bvppt.org
WEB WWW.BVPPT.ORG

BVPPT

36. JAHRESTAGUNG

2. bis 4. 11. 2023

Sprachmagie

Schreiben, Literatur und Poesie in Veränderungsprozessen

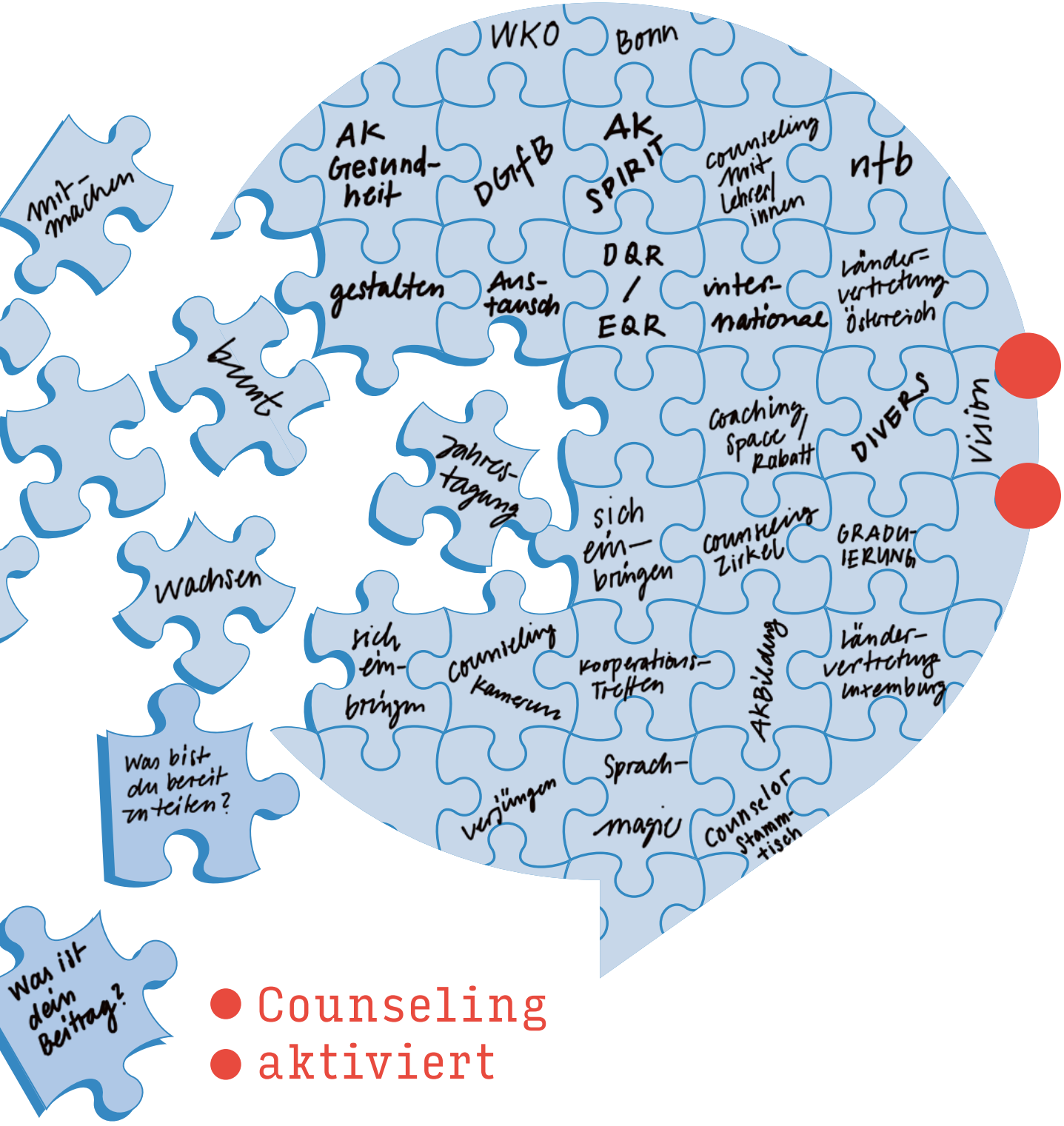
Referenten: Kerstin Hof & Dan Thy Ngyuen

Sprach-magie

Counseling
connects

Neues aus dem Verbandsleben

Melde dich bei uns und werde aktives Puzzleteil im BVPPT!



Jahresaktion 2023

coachingspace für BVPPT Counselor
zu Sonderkonditionen

In Workshops zum Thema Blended Counseling geht es nach kurzer Zeit oft um ähnliche Fragestellungen:

- Welche Tools kann ich im digitalen Raum sicher nutzen?
- Wie finde ich einfach zu bedienende und ansprechende Lösungen für meine Beratungen?

Auf diese Fragen lassen sich natürlich unendlich viele Antworten googeln. Mit dieser ersten Suche beginnt meist ein sehr aufwendiger Auswahl-Prozess (Sicherheitsstandards? Anwendbarkeit aus Berater_innen und aus Klient_innen-Perspektive? Kosten?). Wie luxuriös wäre es, eine Lösung zu haben, die für den logischen Schritt in die digitale Beratung einfach den digitalen Raum öffnet? Eine Lösung, die bekannte Methoden digital nutzen lässt und dabei intuitiv zu erfassen ist und damit das Hauptaugenmerk nicht auf kompliziertes KnowHow, sondern – so wie es sein soll – auf die Ratsuchenden lenkt?

In diesem Jahr freuen wir uns sehr über ein besonderes Angebot von der Firma coachingspace für BVPPT-Counselor, das gute und praxiserprobte Lösungen für die digitalen Anteile von Counseling anbietet. Dazu Benjamin Lambeck, Geschäftsführer und unser direkter Ansprechpartner:

„Ziel des Coachingspace ist es, Online-Beratung ein Zuhause zu geben. Verbunden werden dafür ein sicheres Videokonferenzsystem mit einem virtuellen und individuell konfigurierbaren Beratungszimmer, das ausgestattet ist mit allen Methoden, die Coachingspace aus der (systemischen) Beratung lieben gelernt hat. Jede Methode wurde mit ihren Urhebern bzw. besonderen Experten entwickelt: Das Innere-Team mit dem Schulz von Thun Institut, das Systembrett mit Ulrich Wilken und Kurt Ludewig (Erfinder des Familienbretts) die Positionierungskarten mit Antonia Klein-Nikolaidis (Geschäftsführung und Künstlerin von coachingcard) und die digitale Metaplanwand mit dem Team von qualifire.online (experten für digitale Didaktik).“

coachingspace

Auf die Aufzeichnung des Einführungs-Workshops mit Benjamin Lambeck können alle Counselor jederzeit im Mitgliederbereich der Webseite zugreifen.

Die besondere Rabattaktion für die BVPPT – Mitglieder beinhaltet das Premium Paket von coaching space im Jahresabo mit einem Rabatt von 40 %.

Den Zugriffscode für diese Angebot gibt es direkt in der BVPPT Geschäftsstelle, exklusiv für Counselor. *kontakt@bvppt.org*

Ländervertretung Österreich

NEU
Psychosoziale Beratung in Österreich

Die neue LSB-Ausbildungsverordnung ist ein bedeutender Schritt der Aufwertung und löst eine Neubewertung der gegenseitigen Anerkennung der Ausbildungen aus.

Die psychosoziale Beratung als Beruf und Tätigkeit wird durch diese neue Ausbildungsverordnung eine nachhaltige weitere Profilierung und Aufwertung erfahren. Sie wird auch begrifflich und als berufliche Qualitätsmarke noch klarer profiliert und positioniert sein. Denn die bislang etwas ambivalente, beinahe synonyme Verwendung von psychologischer und psychosozialer Beratung soll der Vergangenheit angehören. Wir verstehen uns als psychosoziale Beraterinnen und Berater.

Die neue Ausbildung für psychosoziale Beratung zielt auf das NQR 6 Level ab und stellt staatlich geprüfte psychosoziale Berater:innen auf das selbe Niveau wie Bachelor-Absolvent:innen, Ingenieur:innen und Meister: innen.

Eine Weiterentwicklung und Vergleichbarkeit der Ausbildung werten den Beruf als solchen auf.
Für weitere Detailinformationen lesen sie bitte die neue Lebens- und Sozialberatungs-Verordnung & Zertifizierung von LSB Lehrgängen.

Hier der Weblink
www.lebensberater.at/e-book-zugangsverordnung

Da diese neue Verordnung in Teilen nicht mehr mit der ursprünglichen Vereinbarung zwischen der WKO Österreich und BVPPT übereinstimmt, wird nach einer Übergangs Frist eine neue Vereinbarung folgen. Diesbezüglich werden Informationen folgen.

Wir freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit und die nächsten gemeinsamen Schritte!

Unser Outdoor BVPPT Austria Treffen am 2. Juni 2023 in Gmunden, Grünberg hat mit vollem Erfolg und gutem Austausch stattgefunden.

Internationale Vernetzung und Kooperation unter Berufskolleg:innen ist ein wertvoller Bestandteil für unseren Beruf als Counselor. Danke für das „Dabeisein“!

Gerne laden wir ein, einen Beitrag für das Counselor Journal zu schreiben.

Für November 2023 planen wir eine gemeinsame Anfahrt zur Jahrestagung in Bonn.

Viktor Koch

BVPPT Ländervertretung Austria
office@viktor-koch.at

Quelle

Teilweise Auszug aus *www.lebensberater.at*

Ländervertretung Luxemburg

Affaire à suivre ...

... Bezieht sich auf die im September vergangenen Jahres gestartete postalische Umfrage bei den Counselorn in Luxemburg und der Groß-Region bezüglich ihres Vernetzungsinteresses.

Es gab einen Rücklauf von annähernd 30 % und ein grundsätzliches Interesse, den Austausch aufrechtzuerhalten. Als Häufigkeit der (präferierten) Präsenztreffen kristallisiert sich einmal im Quartal heraus und angesichts einer gleichmäßigen Verteilung auf das angebotene Themenspektrum, passt dieses Ergebnis sehr gut zu dem neuen Format „Counselor-Stammtisch“.

Als Dankeschön an die Teilnehmenden der Umfrage habe ich daher den ersten Terminvorschlag für einen Counselor-Stammtisch „de Lux“ mit den betreffenden Kolleg*innen abgestimmt, das Datum wurde an alle Counselor weitergeleitet, und wir haben uns am 23. Februar in Luxemburg, Burscheid zum ersten Mal getroffen.

Es war ein sehr munteres, erfreuliches Zusammenkommen, mit offenem Austausch und sich Vorstellen – jede*r so viel sie/er mitteilen wollte – was reihum durch kollegiales, freundschaftliches Interesse füreinander getragen war. Es hat sich ein weites Spektrum von Alter, Aktionsrahmen und Engagement gezeigt; in der wertschätzenden Atmosphäre konnten sehr persönliche (Lebens-) Erfahrungen, Erkenntnisse und maßgebliche (professionelle) Haltungen geteilt werden und offen über Projekte und eingeschlagene (berufliche) Wege gesprochen werden. Beim Auseinandergehen haben wir uns auf ein nächstes Mal verabredet, das ich sehr gerne und sorgsam vorbereiten werde. Bis dahin hoffe ich auf einen kleinen Schneeball-Effekt, um noch weitere Counselor in der Umgebung begrüßen zu dürfen.

Für mich war es wie ein „Schaumbad für die Seele“, mit gleichgesinnten, wohlwollenden und offenen Menschen zusammen zu sein und zu entdecken, welche „Perlen“ es im großen „Counselor-Schatz“ gibt.

Ein anderes Highlight, initiiert durch die Ländervertretung Luxemburg, war im Januar ein „ZRM-Refresher“- ein Online-Thementag mit Silke Weinig aus Zürich:

Wir waren 20 Teilnehmende, aus Deutschland, Österreich und Luxemburg zugeschaltet. Vier Stunden „Arbeit“ sind wie im Flug vergangen und Silke ist es (wieder einmal) gelungen, sowohl die Neuen im Thema (die Mehrzahl) wie auch die „Auffrischenden“ intensiv, kollegial, praxisnah und einfühlsam zu einem persönlichen Motto-Ziel zu führen. Es war ein leichtes Miteinander und eine gute Stimmung - obwohl „nur“ online! Alle Teilnehmenden hatten Kursunterlagen vorab bekommen, die ausgewählten Bilder wurden im Anschluss an die Veranstaltung zugesandt und noch Tipps und Ideen für eigene Bildkarteien von Silke Weinig. Ein großzügiges Geschenk vom BVPPT an uns, herzlichen Dank.

Für Interessent*innen am Thema ZRM empfehle ich den Blog von Silke unter *weinig@silkeweinig.com* – ein Besuch lohnt sich immer.

Die Ländervertretung bleibt weiterhin am Ball, probiert aus und lässt Nichts unversucht, um bei seienden und werdenden Counselorn die Lust aufs Miteinander zu wecken.

In diesem Sinne, ein kollegialer herzlicher Gruß de Lux

Christel Klapper

BVPPT Ländervertretung Luxemburg
c.klapper@bvppt.org

Zu Besuch bei ...

BVPPT-Tagung November 2022

Analog in Bonn, digital in der Welt!

Beinah „wie früher“ haben sich Mitglieder und Interessierte leibhaftig zum zweiten Mal im Gustav-Stresemann-Institut in Bonn begegnen können. „Auf der Höhe der Zeit“ konnten auch (wieder) die Kolleg*innen in der weiten Welt (und/oder die für die Reise Verhinderten) per Videoschaltung dabei sein.

Der Tagungsreferent, Wolfgang Kühnen, ist mit einem (ge-)wichtigen Thema angetreten, nämlich: „Trauma und Identität, Beziehungsdimensionen in Beratung, Pädagogik und Therapie“.

*Es hat gutgetan, zu sehen, gesehen zu werden, viele bekannte Gesichter wiederzutreffen und viele neue Kolleg*innen kennenzulernen, sich auszutauschen und miteinander zu genießen.*

Mit einer sehr ansprechend ausgearbeiteten Präsentation hat Herr Kühnen unterschiedliche Anknüpfungspunkte zu den Themen Trauma und Persönlichkeitsentwicklung geboten. Durch seine persönliche Erfahrung mit der Problematik, die er freimütig angeführt hat, wie auch durch seine langjährige Praxis im Umgang mit betroffenen Kindern und Jugendlichen, die er mit uns geteilt hat, ist es ihm gelungen, die Verbindung zum Publikum herzustellen.

Dank seiner Flexibilität, vom Fachvortrag zu einem interaktiven Austausch mit den (analog und digital) Anwesenden überzugehen, hat Herr Kühnen die volle Aufmerksamkeit der persönlich Betroffenen wie auch den, in entsprechendem Umfeld aktiven, Counselorn gewonnen.

Das umfassende Skript, eine ausführliche Literaturliste und weitergehende Quellenangaben hat Herr Kühnen dem BVPPT zur Verfügung gestellt; es ist auf der Internetseite *www.bvppt.org* im Mitgliederbereich unter „Datei-Archiv“ einsehbar.

Als verlässlicher Bestandteil einer jeden Tagung, hat das kulturelle Programm am Freitagabend – allerdings nur für die leibhaftig Anwesenden – ein ideales Gegengewicht zum Tagungsthema geboten. Nach der „schweren intellektuellen Kost“ des Tages hat uns die Kabarettistin, Silvia Doberenz, herzerfrischend, dialektgefärbt mit Leichtigkeit auf den „Weg zur Erleuchtung für Anfänger*innen“ geleitet; mit „reinkarniertem Backofen“ oder Zugang zu höheren Sphären dank „Channel 5“ blieb kein Auge – lachenderweise – trocken.

Wie gewohnt war auch bestens für den „Wissensdurst“ mit dem von Matthias Ohler „wohlgedeckten“ Büchertisch vom Carl Auer Verlag gesorgt; in den kleinen und großen Pausen konnte gestöbert werden und sogar probeweise Lektüre über Nacht ausgeliehen werden.

Der Restaurant- und Catering-Service des Gustav-Stresemann-Instituts hat für den kleinen und großen Hunger mit durchweg leckeren Speisen gesorgt.

Die fünf Vorstandsfrauen haben dank ihrer sehr umsichtigen Vorbereitung und kompetenter Organisation eine rundum gelungene Tagung ermöglicht. Die Geschäftsführerinnen, Christina Pollmann und Angela Keil, sowie die beigeordneten Kolleginnen, Dagmar Lumma und Lea Gentemann haben die Mitglieder vor Ort begleitet und für den technischen wie auch allgemeinen praktischen Ablauf gesorgt; Kirsten Böttger, die fünfte im Bunde, hat aus Kamerun den virtuellen Teil auf Vorstandsebene repräsentiert. Und das kleine Geschenk, der Türaufhänger „Bitte Ruhe – Counselor bei der Arbeit“, wird ganz sicher die Freundschaft erhalten!

Es hat gutgetan, zu sehen, gesehen zu werden, viele bekannte Gesichter wiederzutreffen und viele neue Kolleg*innen kennenzulernen, sich auszutauschen und miteinander zu genießen.

Ich bin schon gespannt auf die nächste BVPPT Tagung in Bonn, vom 2. bis zum 4. November 2023 und freue mich, Dich zu treffen.

Herzlichen Dank und
beste Grüße de Lux,

Christel Klapper

BVPPT Ländervertretung
Luxemburg

Die Farben des Lebens bei Carl-Auer

BIRGIT HICKEY
WIE DIE FAMILIE UNSER LEBEN BESTIMMT – GENOGRAMM UND SYSTEMISCHE AUFSTELLUNGEN
Mit 78 z. T. farbigen Abbildungen
359 Seiten, Kt, 2022
D 49,00 € · ISBN: 978-3-8497-0443-8
„Ein stringentes, umfassendes und anregendes Buch. Die Kombination von Genogrammanalyse und Aufstellungsarbeit ist wirklich eine sinnvolle und wirksame Synthese und Vorgangsweise.“
Gunthard Weber

ARIANE BENTNER · JAN P. JUNG
RESILIENT DURCH KRISEN
Wie Führungskräfte und Teams schwierige Zeiten bewältigen
Mit einem Geleitwort von Stephan Köhnlein
Mit 35 Farbabbildungen
199 Seiten, Kt, 2022
D 34,95 € · ISBN: 978-3-8497-0445-2
Für die Bewältigung von Krisen ist es entscheidend, die eigene Resilienz zu entdecken, wahrzunehmen und nach Möglichkeit zu stärken. Das Resilienz-Konzept schafft in Zusammenführung mit systemischer Konflikttheorie und agilen Ansätzen neue Möglichkeiten für die Praxis.

Auf **carl-auer.de** bestellt –
deutschlandweit portofrei geliefert!

Carl-Auer Verlag

Die Kraft der Musik …

… in der Beratung

Wir kennen das alle, ein bestimmter Song, einige Melodien, erinnern uns sofort an eine bestimmte Szene. Zum Beispiel der erste Kuss, ein bestimmter Ort, ein Gefühl, an einen Menschen an eine bestimmte Situation gekoppelt mit den dazugehörigen Gefühlen ob positiv oder negativ.

Musik besitzt die Fähigkeit, uns mit unseren tiefsten Gefühlen zu verbinden.

Musik besitzt die Fähigkeit, uns mit unseren tiefsten Gefühlen zu verbinden. Deshalb ist Musik so wunderbar und eignet sich gut für die Kunsttherapie oder für Beratungen in einem anderen Feld. Dabei kommt es wie immer auf die Klient*innen an, die uns aufsuchen, ob Sie bereit sind, sich so tief und auf diese Art und Weise mit Ihren Themen in Verbindung zu setzten. Hier ein Beispiel, wie Musik in der Beratung eingesetzt werden kann. Dieser Prozess kann sich über mehrere Termine ausdehnen.

Musik, Reflexion und Komposition:

Die Klient*in wird eingeladen, zu einem ausgemachten Termin ein Lieblingslied / Musikstück ihrer Wahl mitzubringen. Ob ein Kinderlied, ein Popsong oder ein Instrumental-Stück ist völlig egal. Und die Bitte, dass Kopfhörer mitgebracht werden, sodass die Musik in Stille gehört werden kann. Die Musik und die Kopfhörer müssen bis zum Schluss der Methode jeweils mitgebracht werden, sowie ein entstandenes Bild.

Dazu jetzt mehr:

Zu Beginn der ersten Sitzung wird der Titel laut abgespielt, sodass der Counselor den Titel auch hören kann. Anschließend kann der/die Klient*in erzählen, was er/sie mit diesem Titel verbindet. Welche Erinnerungen löst das Lied aus, und welche Gefühle verbindet der/die Proband*in mit dem Song? Was sind seine/ihre tiefsten Gedanken zu dieser Musik? Was ist der Hintergrund? Was sagt ihr/ihm das? Körperlich, emotional und kognitiv?

Hier ein Beispiel eines mitgebrachten Songs:

Candle In The Wind

Goodbye, Norma Jeane
Though I never knew you at all
You had the grace to hold yourself
While those around you crawled
They crawled out of the woodwork
And they whispered into your brain
They set you on the treadmill
And they made you change your name

And it seems to me you lived your life
Like a candle in the wind
Never knowing who to cling to
When the rain set in
And I would've liked to know you
But I was just a kid
Your candle burned out long before
Your legend ever did

Loneliness was tough
The toughest role you ever played
Hollywood created a superstar
And pain was the price you paid
Even when you died
Oh, the press still hounded you
All the papers had to say
Was that Marilyn was found in the nude

Goodbye, Norma Jeane
From the young man in the twenty second row
Who sees you as something more than sexual
More than just our Marilyn Monroe

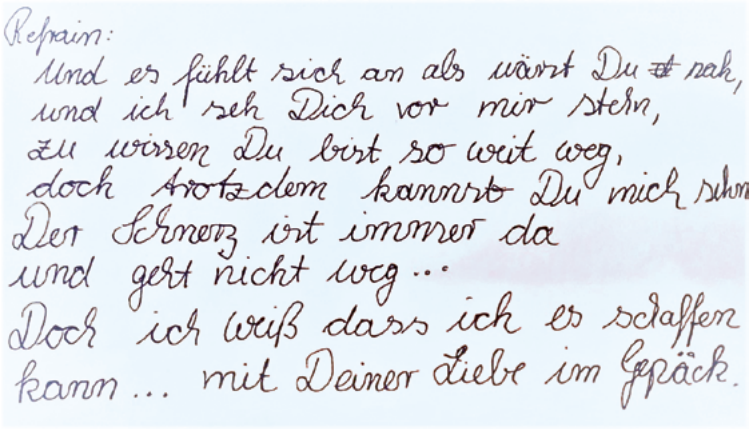
Um tiefer in eine Verbindung mit dem gewählten Lied zu gehen, bittet man den Teilnehmenden darum, das Stück mit Kopfhörern zu hören und dabei ein spontanes Bild zu malen ohne Vorgaben und mit freier Materialwahl ...

Anschließend wird das Musikstück nochmal laut gehört und der/die Klient*in wird gefragt, wie dieser Prozess des Malens und Hörens war. Es wird ein guter Abschluss für den Tag gefunden.

Der/die Klient*in wird mit dem Bild entlassen. Bei der nächsten Sitzung wird zunächst gefragt: „was war im Dazwischen, wie hat die Musik und das Bild nachgewirkt? Ist mir etwas deutlich geworden? Was sagt mir das?“

In der aktuellen Sitzung wird der/die Klient*in nun nochmal gebeten, sich mit der Melodie in Verbindung zu setzen und anschließend eingeladen, einen eigenen Text zu seiner/ihrer gewählten Musik, den entstandenen Emotionen, zur Situation, zu SEINEM/IHREM Thema zu schreiben. Einen Text, der reflektiert, was gedacht und gefühlt wird.

Mit liebevoller Genehmigung einer Klientin, Ausschnitt Text Refrain:



Refrain:
Und es fühlt sich an als wärst Du ~~at~~ nah,
und ich seh Dich vor mir stehn,
zu wissen Du bist so weit weg,
doch trotzdem kannst Du mich sehn
Der Schmerz ist immer da
und geht nicht weg ...
Doch ich weiß dass ich es schaffen
kann ... mit Deiner Liebe im Gepäck.

Nachdem sie das Lied komponiert haben, (dieser Prozess kann sich auch über mehrere Sitzungen ziehen) sollen die Klient*innen zur Musik, die leise im Hintergrund spielt, ihren Text vorstellen, ob gesungen oder gesprochen, spielt keine Rolle und anschließend ihren Prozess vorstellen. „Wie ging es mir bei dieser Arbeit? Was hat es ausgelöst, was ist mir deutlich geworden?“ Oftmals ist dieser Prozess und das, was zu Papier gebracht wird, hochemotional.

Für einen guten Abschluss kann ein Cover, ein Titelbild zum neu entstandenen Text/Lied gemalt werden. Und auf der Rückseite des Covers der Text angeheftet werden. Da sind der Gestaltung keine Grenzen gesetzt.

Bei diesem intensiven Prozess aus Musik, Wort und Bild entsteht ein tiefer Einblick in die Seele und kann bei der Lösung emotionaler Probleme helfen, die entweder aus dem Jetzt oder der Vergangenheit bearbeitet werden wollen. Er stärkt die Kreativität und fördert die Entwicklung. Ein Mix aus Erinnerungen und aktuellen Gefühlen ermöglicht eine intensive Beratungssituation. Darüber hinaus steigert Musik die Aufmerksamkeit und verbessert das Gedächtnis. Sie hilft Menschen, ihre Gefühle wahrzunehmen, ihre Sprache für Gefühle zu verbessern und zu strukturieren.

Melanie Lumma
* 1975
Counselor grad. BVPPT
Kunst- & Gestaltungstherapie

Schuhe sind Rudeltiere

Schuhe sind ständige Begleiter in unserem Leben. Es gibt sie in unterschiedlichen Größen, Formen und Farben. Die Auswahl scheint grenzenlos. Doch nicht jeder Schuh passt uns in der Größe und nicht jeder Schuh passt zu unseren Persönlichkeitsmerkmalen, denen wir Ausdruck verleihen möchten.

Wir alle haben im Laufe unseres Lebens unsere Erfahrungen mit Schuhen gemacht. Schuhe sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Gerade im Winter sind wir dankbar für schöne warme Schuhe mit einer guten Sohle, die uns schützt. Ob es nun die Gummistiefel im Regen, die Wanderschuhe auf unebenen Untergründen, die Flip Flops am heißen Strand oder die Highheels bei der Dinnerparty sind.

Manchmal kommt man abends nach Hause und die Ereignisse des Tages erlauben keine Erholung.

So habe ich begonnen, mit meinen KlientInnen über ihre Schuhe zu sprechen. Welche Schuhe verkörpern welche Rolle in ihrem Leben? Welches Gefühl steckt in welchem Schuh? So stehen vielleicht die Laufschuhe für die Selbstfürsorge, da sie sich beim Laufen frei fühlen und sich Zeit für sich und ihren Körper nehmen. Die Sandalen könnten für Sommer und Leichtigkeit stehen und die Pumps für den großen Auftritt am Abend.

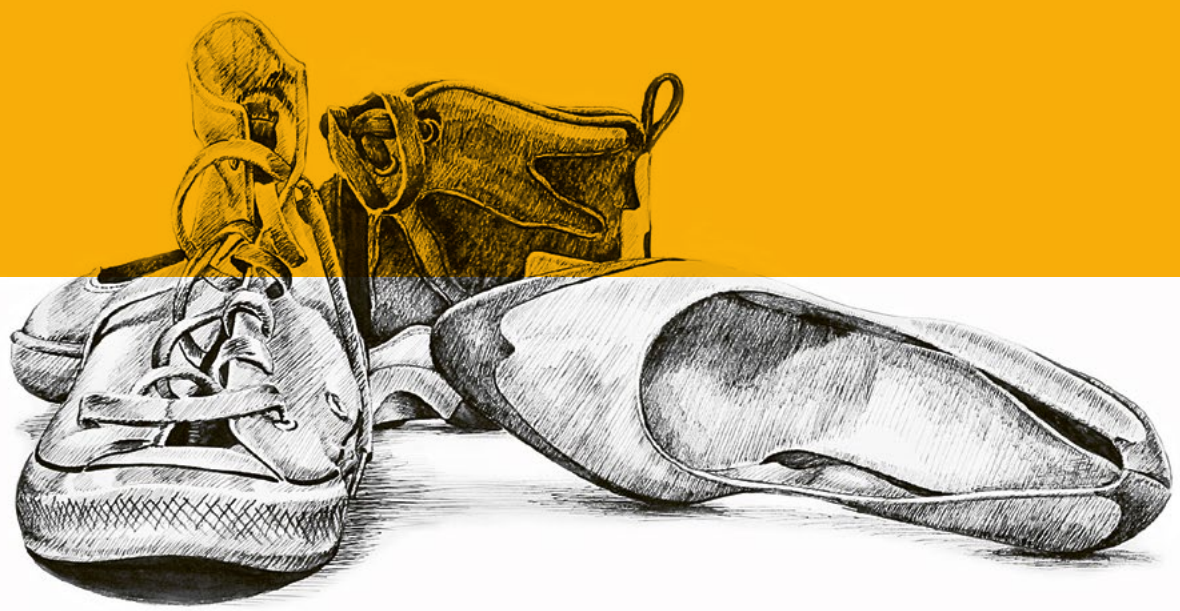
So können die zu Beratenden entweder aus einer mitgebrachten Sammlung Schuhe auswählen oder auch imaginieren, welche Schuhe welche Rolle oder Gestalt verkörpern sollen. Es kann hinterfragt werden, ob die Schuhe gut passen, ob sie zu klein oder zu groß sind, ob man sich eine Blase gelaufen hat, ob sie schon durchgelaufen sind oder vielleicht neue Schnürsenkel benötigen, um wieder ausreichend Halt zu geben. Vielleicht müssen sie auch neu besohlt werden.

Wenn Menschen feststellen, dass ihre Arbeit sie nicht mehr glücklich macht, dann drückt sie dort umgangssprachlich der Schuh. Eine Metapher, die mit dieser Methode aufgegriffen wird. Warum passt der Schuh nicht mehr richtig? Sind die Aufgaben, also die Schuhe, zu klein und nicht herausfordernd genug? Oder ist das Gegenteil der Fall? Werden Aufgaben übernommen, die an die eigene Grenze gehen, sind die Schuhe somit zu groß?

Bei Konflikten innerhalb eines Teams oder in der Partnerschaft kann geschaut werden, ob die eigenen Schuhe getragen werden oder die des Partners, des Kollegen oder der Vorgesetzten. Eventuell kann daran gearbeitet werden, den Besitzern ihre Schuhe zurückzugeben.

Manchmal kommt man abends nach Hause und die Ereignisse des Tages erlauben keine Erholung. Dann können die Arbeits- oder Krisenschuhe entweder geputzt werden, um die Gefühle und Geschehnisse abzuwaschen, oder sie können vor der Tür stehen gelassen werden. Wenn uns fremde, schmutzige Schuhe vor die Tür gestellt werden, können wir entscheiden, wie wir mit ihnen umgehen. Wir können sie nehmen und putzen oder sie draußen stehen lassen und Schuhputzmittel zur Verfügung stellen.

Wenn ich mit KlientInnen vor Vorstellungsgesprächen gearbeitet habe, so haben wir geschaut, in welchen Schuhen sie sich stark, mutig und sicher fühlen. Welche Schuhe verkörpern für sie Fachlichkeit und Souveränität? Diese Gefühle konnten dann über die Schuhe in die Gespräche transportiert werden.



Durch die Methode „Schuhe sind Rudeltiere“ wird deutlich, dass jeder Mensch unterschiedliche Schuhe zu unterschiedlichen Anlässen tragen, austauschen und aussortieren kann. Es bringt Bewegung und Humor mit in die Beratung. Auch Aufstellungsarbeiten sind mit Schuhen möglich.

Nicht zu verachten ist auch die Erlaubnis, die für uns als Counselor dieser Methode innewohnt: Schuhe sind Rudeltiere – die Vielfältigkeit der vorhandenen Auswahl erweitert die Methode.

Susanne Neubert

* 1980
Counselor i.A., Fachrichtung Supervision, Gestalt & Orientierungsanalyse
Sozialarbeiterin BA

Beginn einer Reise

Aufbruch ins eigene Praxisfeld

Da stand ich.

Mein Berufsleben als Lehrerin lag hinter mir.
Die Aufgabe, mir zunächst im Rahmen meiner Ausbildung am IHP (Schwerpunkt Gestalt & Orientierungsanalyse), ein neues Praxisfeld aufzubauen, lag vor mir.

Im Gepäck hatte ich die Fülle von Erfahrungen meines bisherigen Berufslebens, meine Neigungen und Interessen, meine langjährige künstlerische Tätigkeit, meine Lebenserfahrungen als Mutter und Großmutter, das Lernen im Umgang mit großer Freude und tiefer Trauer sowie meinen Ausbildungshintergrund.

Eins wusste ich: All diese Fülle wollte ich zusammenfügen, in eine neue, andere Form gießen und zu etwas Eigenem machen. Das, was mich ausmacht und was ich gerne in die Welt weitergeben wollte.

All diese Fülle wollte ich zusammenfügen, in eine neue, andere Form gießen und zu etwas Eigenem machen.

Da zunächst keine Klienten mit konkreten Anliegen erreichbar waren, wollte ich einen Erfahrungsraum anbieten, der Vertrauen herstellt und in dem man sich geborgen und wohlfühlen kann. Mein Ziel war es dabei zu unterstützen, einen liebevollen Blick auf sich zu werfen, wahrzunehmen und anzuerkennen, was gerade ist und welche (Lebens-)Themen anstehen und sich damit zu beschäftigen und gegebenenfalls zu versöhnen. Gerne wollte ich dabei begleiten, den Weg in die eigene Mitte zu finden, um die eigene Kraft und Freude zu stärken, sowie seine Ressourcen und Schätze zu würdigen.

Diese Prozesse sollten begleitet oder initiiert werden durch den Einsatz künstlerischer Mittel und lustvollem, kreativem Tun. Das war mir ganz wichtig.

Da ich keinen geeigneten Ort für die Umsetzung meiner Ideen fand, nahm ich mein altes, gemütliches Fachwerkhaus, welches viel Platz bietet, als Ort der Sicherheit und des Wohlfühlens.
So wurden meine Tagesseminare geboren.

Titel: „Oasentage. Finde deine innere Oase voller Achtsamkeit, Kreativität und Freude.“
Ort: Counselor-Praxis „Im Fachwerk“
Es wurde ganz meins!

Ich kreierte meinen ersten Oasentag und erzählte in meinem Bekanntenkreis von meinem Vorhaben. Meine ersten Flyer verteilte ich persönlich. In erster Linie waren es Frauen, die sehr interessiert reagierten und Lust hatten, sich auf etwas neues einzulassen. Es bildete sich rasch eine erste Gruppe von fünf Frauen, die sich alle mehr Zeit für sich nehmen und wieder zur Ruhe und in die eigene Kraft kommen wollten.

So wollte ich in meinem ersten Tagesseminar die Teilnehmerinnen dabei unterstützen, behutsam in die Präsenz zu kommen, die eigene Kraft zu spüren, ihren inneren Ort der Geborgenheit zu finden und das Vertrauen in den eigenen Prozess zu stärken, um von dort auf Entdeckungsreise zu auftauchenden, persönlichen Themen zu gehen.

Mir war es ganz wichtig, bereits beim Ankommen eine entspannte und vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, die zum Wohlfühlen einlud und die Offenheit für anstehende Prozesse und Übungen erhöhte. Es bestätigte sich: dieser äußere Rahmen unterstützte die inneren Abläufe.

Die Vorstellung des Rahmens und der Tagesstruktur, sowie der Kommunikationsregeln diente der Orientierung.

So zeigte es sich, dass die Teilnehmerinnen gleich bei der Kennlernübung recht offen über ihre momentane, persönliche Situation sprachen und ein reger Austausch in der Gruppe entstand.
Diese vertrauensvolle Atmosphäre unterstützte die weiteren Prozesse und ermöglichte Tiefe.

Eine sich anschließende Malübung intensivierte einerseits den Kontakt der Gruppe untereinander, unterstützte andererseits das Loslassen der Kontrolle und das Einlassen auf ein intuitives Spiel mit Farben und das Öffnen, Unbewusstes ins Bewusstsein zu holen.

Durch Qigong-Übungen wurde ein verstärktes Eintauchen in die Präsenz ergänzt.

Diese vertrauensvolle Atmosphäre unterstützte die weiteren Prozesse und ermöglichte Tiefe.

Diese Angebote wählte ich als Vorbereitung zu einer mir wichtigen, zentralen Übung, dem Eintauchen in einen inneren sicheren Ort der Geborgenheit, der Ruhe, Kraft und Sicherheit gibt. Ziel war es, die Empfindungen, die an diesem Ort während einer Imagination aufstiegen, mit allen Sinnen zu erfahren, sich ganz mit diesen zu verbinden und sie durch den Körper fluten zu lassen. So fand bei diesem tiefen Resonanzgeschehen zum inneren Raum eine völlige Annahme der Gegenwart statt.

Die Teilnehmerinnen waren von dieser Erfahrung sehr berührt, und es entstand das Bedürfnis, im Laufe des Seminars immer mal wieder Augenblicke der Stille zu schaffen. So ließen wir von Zeit zu Zeit ein Glöckchen als Zeichen bimmeln, um für einen Moment die Augen zu schließen, zu schweigen, innezuhalten und nachzuspüren. Wie wohltuend!

Als Anker wurde ein Stein mit einem Symbol bemalt und mit der empfundenen Energie des inneren sicheren Ortes aufgeladen, um sie bei Bedarf abrufen zu können. Dies geschah in Stille. Es herrschte eine friedvolle, entspannte Atmosphäre und eine große Bereitschaft, sich auf die Zufallstechnik der Decalcomanie einzulassen, die viel Lust und Freude am kreativen Tun aufkommen ließ.

Nach diesem experimentellen Malprozess gingen die Teilnehmerinnen in Resonanz zu ihren Bildern und entdeckten Gebilde und Figuren, die sie herausarbeiteten. Das Unterbewusste hatte hier Raum, sich zu artikulieren. Es konnte unerwartet etwas zum Ausdruck kommen, wofür zunächst noch keine oder wenig Sprache zur Verfügung stand. Persönlichkeitsanteile wurden mit der Zeit sichtbar. Nach anfänglichem Zögern stellte sich bei einigen Teilnehmerinnen ein blitzartiges Erkennen von Figuren ein, ein Staunen und eine Begeisterung darüber, dass unerwartet auch ganze Geschichten entstanden, die einen starken persönlichen Bezug bekamen und berührten.

Wenn es uns gelingt, mehr Frieden in uns zu finden, haben wir die Möglichkeit, ihn auch in die Welt zu tragen.

Es war ein ganz kleinschrittiges „in Resonanz gehen“, ein Prozess von Nähe und Distanz: Wahrnehmen, - einen Schritt zurücktreten – erneutes Identifizieren und in den Kontakt gehen.

Unbewusstes wurde in die Gegenwart geholt und auch im Körper spürbar, allein durch die Handbewegungen beim Herausarbeiten und Verstärken der Formen.

Wieder durfte ich erleben, wie eine wertschätzende, achtsame, Haltung diesen „Raum dazwischen“ trägt und die Basis im Counseling-Prozess darstellt. Raum geben und Raum sein.

Dieser Resonanzprozess bei meinem ersten Oasentag wurde verstärkt durch den inneren Dialog mit den auf den Bildern gefundenen Gestalten.

Durch das Personalisieren der in den Bildern entdeckten Figuren wurde der spielerische und kreative Prozess unterstützt und die Fantasie beflügelt. Fragen wie „Wer bist du denn? Woran erinnerst du mich? Willst du mir was sagen? Hast du eine Botschaft? Brauchst du etwas von mir?“ ließ Wörter und Sätze als mögliche Botschaften aus dem Unbewusstsein auftauchen und miteinander in Verbindung treten.

Die Bilder wurden auf ein Leporello geklebt und die gefundenen Wörter, Sätze, Botschaften darundergeschrieben. Die Darstellung der Bilder in einem Leporello war eine sehr eindrucksvolle Form der Würdigung des gesamten Prozesses. Die Bilder und zugeordneten Worte bekamen durch diese Form im abschließenden Sharing eine noch stärkere Wertigkeit und Aussagekraft, die die Teilnehmerinnen erstaunte aber auch erfüllte.

So ist das Würdigen allgemein im Counseling für mich ein ganz zentraler Aspekt geworden. Denn Veränderung geschieht nur durch Anerkennung und würdigen, von dem, was ist. Doch zuerst muss ich ganz in den Augenblick eintauchen, ihn überhaupt wahrnehmen und mit all meinen Sinnen und Körperempfindungen durchleben, im Feuer stehen.

Dies durfte ich in meiner Ausbildung immer wieder erleben.

Und nun erfuhr ich diese Wirkung hautnah in meiner Rolle als Counselor in meinem ersten von mir entworfenen Setting und war berührt und dankbar.

Wohin geht meine Reise?

Mir wird immer bewusster, wie wichtig es ist, ganz im Hier und Jetzt anzukommen und sich rückzubinden an seine inneren Räume, in welchem bereits alles da ist, Klarheit, Weisheit und Stille. Hier sind wir authentisch. Je mehr Kontakt wir zu uns selbst und zu unseren Gefühlen und Bedürfnissen haben, uns ohne Wenn und Aber annehmen und anerkennen, desto mehr (Selbst-) Liebe können wir entwickeln. Wir übernehmen so Verantwortung für unser Leben und haben die Kraft, uns zu entfalten und eine Verbundenheit zu allen Lebewesen zu empfinden. Es entsteht eine würdevolle Haltung zu uns selbst und zu anderen voller Mitgefühl.

Diese dem Leben zugewandte Haltung ist friedvoll und gesellschaftlich hoch wirksam und daher sehr politisch, besonders wenn ich bedenke, dass jeder Gedanke, jede Handlung von uns eine Auswirkung auf uns selbst und auf unser Umfeld hat.

Sie bildet für mich die Basis unserer Gesellschaft. Da es scheint, als ob gerade diese Haltung in der aktuellen Zeit besonders auf den geopolitischen Bühnen in Vergessenheit gerät, ist es mir ein Anliegen, mitzuwirken, diese in unserer Mitte zu verankern.

Wenn es uns gelingt, mehr Frieden in uns zu finden, haben wir die Möglichkeit, ihn auch in die Welt zu tragen.

Hierzu im Privaten sowie in der Arbeit meines neuen Praxisfeldes einen kleinen Anstoß leisten zu können, macht mich dankbar und beflügelt mich sehr, in dem, was ich bin und was mich ausmacht. Und ein Glück ist es, wenn wir es gemeinsam tun. Jede und jeder auf ihre und auf seine Weise.

Gabi Steude

* 1951
Counselor i. A.,
Gestalt & Orientierungsanalyse
Dipl. Päd.Lehrerin i. R.
Theaterpädagogin
Reiki-Meisterin
Künstlerin

Wahrnehmung und Intuition

Oder wie Intuition Wahrnehmung befreien kann

Beginnen wir mit einem Blick auf den Erfolg und die Fruchtbarkeit intuitiver Entscheidungen. Tatsächlich sind wir es gewohnt, uns an das Regelwerk der formalen Logik zu halten, der Wissenschaft vom Schließen zu vertrauen, wenn es darum geht, in größtmöglicher Freiheit eine Entscheidung zu fällen, eine Wahl zu treffen.

Informelle Schlüsse dagegen, die eher auf einer Ebene von Einfällen daher-kommen, finden Anwendung, ohne dass wir ihre Gründe bewusst benennen könnten; die Parametrik der Wahrnehmungsregeln und ihre Dynamik scheint weiter, offener gefasst. Wie eine Membran scheint sie zu einem Außen hin offen zu sein, als würden wir in der „Zugluft“ von Informationen stehen, ohne das „offene Fenster“ schließen zu können, um die Hermetik der logischen Statik wieder herzustellen.

Die Wahrnehmung meint nicht zuletzt ein sich aktiv Orientieren, eher ein Blicken, ein Hinsehen, Hinhören, Hinfassen.

Intuition bedeutet dagegen auch, die Dinge aus ihrem Innern heraus zu verstehen ...

Der Einfall zeigt uns, dass das Gestalthaben ein Außen hat, aus dem heraus uns etwas zukommt, zu dem wir, wenn gar unbewusst, Vertrauen entwickeln können.

Die Intuition schließlich, indem sie Logik und Intelligenz mit dem Einfall und dem Instinkt verbindet, führt die Wahrnehmung auf eine umfassendere Ebene.

Intuition und Instinkt bereichern den Verstand, indem sie ihm die Tür zum Unbewussten aufschließen, ohne welches er in Ermangelung des Geistes veröden würde; Intuition und Instinkt sind demnach also alles andere als ein herabgesetzter Verstand.

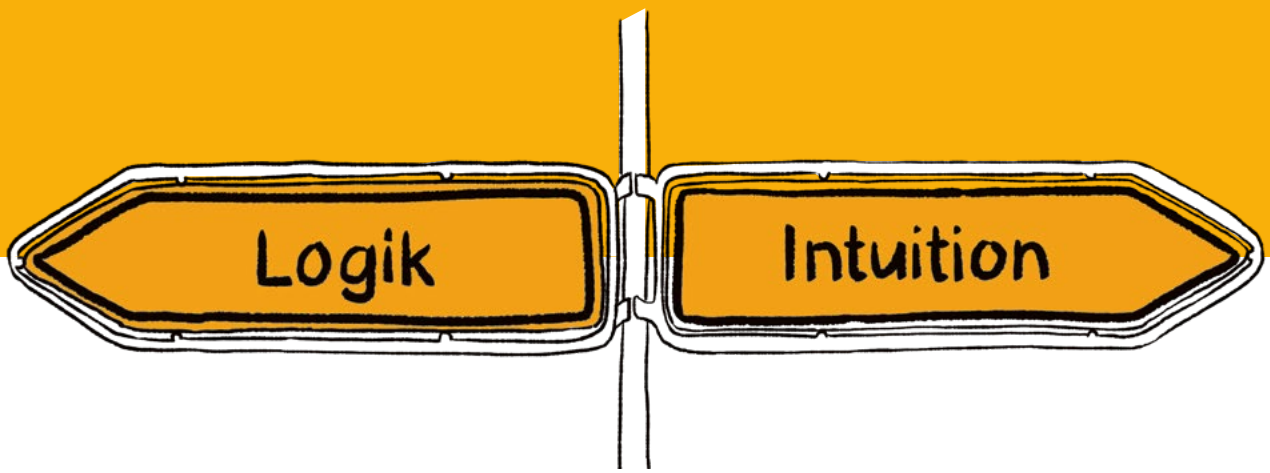
Der französische Philosoph Henri Bergson , der momentan im deutsch- sprachigen Raum eine Renaissance zu feiern scheint, schreibt in einem seiner Hauptwerke:

„Es gibt Dinge, die einzig die Intelligenz zu suchen vermag, die sie aber, auf sich allein gestellt, niemals finden wird. Die Dinge finden, könnte einzig der Instinkt, doch würde er sie niemals suchen. Allein die Intuition, suchend und findend, führt die Wahrnehmung in die Unmittelbarkeit.“

Henri Bergson
Schöpferische Entwicklung. Seite 175

Schauen wir uns markante Beispiele von Entscheidungen aus der Intuition heraus an:

Ein erfahrener Schachspieler, eine erfahrene Schachspielerin sind, und das ist durchaus statistisch belegt, in der Lage, während der augenblicklichen Betrachtung eines fortgeschrittenen Matches mit einiger Treffsicherheit vorher zu sagen, wer dieses gewinnt, Weiß oder Schwarz. Die Prognose basiert dennoch nicht auf der Ebene eines analytischen Kalküls, also eines logischen Schließens.



Ein anderes Beispiel, diesmal aus der Welt des kalten Profits:
in vielen Geflügelfabriken Japans gibt es den Job des „Kükensexens"; männliche Küken werden aussortiert, weil nur die weiblichen später Eier legen. Das Geschlecht ist anatomisch nur schwer zu erkennen, und ein genaues Inspizieren würde zu viel Zeit in Anspruch nehmen. Nun gibt es aber diese erfahrenen Großmeister der Geschlechtsbestimmung, die mit einer Erfolgsquote von 98 % über 1.000 Küken pro Stunde identifizieren. Zwar schauen sie sehr kurz auf die Stelle des Geschlechtsteils, gehen also mit einem Augenschein vor, entscheiden dann aber intuitiv – buchstäblich auf Leben und Tod.

... nennen wir sie einfach Aha-Erwägungen – und das ist nicht dumm, denn es wäre ein Irrtum zu glauben, dass Intelligenz unbedingt bewusst sein muss.

Ihrer Tätigkeitsausführung beigegeben ist immer auch ein „Schüler", der zu Beginn seiner „Ausbildung" lediglich rät, um welches Geschlecht es sich handelt; nach und nach wird sein Status des Nur-Ratens allerdings immer deutlicher in eine Sphäre der Intuition überführt, die Intuition wird gewissermaßen in ihm geweckt – mit Erfolg.

Diese und viele ähnliche Prozesse fußen eben nicht auf logisch-rationalen, sondern auf heuristischen Erwägungen, nennen wir sie einfach „Aha-Erwägungen – und das ist nicht dumm, denn es wäre ein Irrtum zu glauben, dass Intelligenz unbedingt bewusst sein muss. Nachweislich hat diese Heuristik der Menschheit bei ihrer Evolution und bei deren erfolgreichen Anpassungs-strategien wertvolle Hilfe geleistet.

Hier schließt sich zunächst ein Kreis: Intelligenz der Wahrnehmung fließt in die Unbewusstheit der Intuition ein; proportionales Erleben, bestehend aus Wissen, Sprache, Logik fließt in ein phänomenales Erleben, bestehend aus Intuition, Instinkt, Einfall – aber besonders aus Bildern – ein.

Mehr noch: Intuition bedeutet unter Umständen sogar ein nützliches Maß an Nichtwissen, wo hingegen das Wissen die Kraft und Vitalität der Intuition behindern würde.

Innerhalb der Gesamtdynamik könnte bloßes Wissen den Weg der Intuition blockieren.

Es ist nicht so ganz ernst gemeint, wenn ich an dieser Stelle Wahrnehmung mit Arbeitnehmer und „Wahrgebung" mit Arbeitgeber vergleiche; vielleicht ist es der Klassenkämpfergeist, der hier in mir erwacht und, vergleichbar mit einem Hormon, etwas versprüht.

Allerdings: tatsächlich ist die Intuition freier innerhalb ihrer Funktion von „Wahrgebung" als die Wahrnehmung.

Wahrnehmung kann über ihre Logik sogar terrorisieren und zu einem Terrain der Täuschung und Manipulation mutieren. In der „Wahrgebung" steckt mehr Kreativität und sie macht aus dem Menschen den Einzelnen, politisch, moralisch und wahrheitsbezogen. Jeder, der versucht, die Wahrnehmung zu objektivieren und zu verabsolutieren, täuscht sich und schneidet sich wertvolle Möglichkeiten ab, und so landen wir wieder bei alten Dualismen von Determiniertheit mit ein wenig Geist, den man sich leistet. Dieses epiphänomenale Bewusstsein hat sich in der Tat nicht bewährt.

Intuition bedeutet dagegen auch, die Dinge aus ihrem Innern heraus zu verstehen, in ihnen zu sein, mit ihnen im Interesse zu sein. Genau das übersteigt bloße Wahrnehmung.

Ein vortreffliches Beispiel liefert hier die Musik, denn sie lässt sich nicht im je eigenen hermetischen Innen vernehmen, nicht lediglich im Körper oder im Kopf, sondern: der Mitschwingende ist in der Musik, seine Seele verlässt auf beglückende Weise den Körper und geht in eine starke Beziehung.

Intuition ist reines Erleben innerhalb gesteigerter Freiheit.

Nicht im Tode verlässt die Seele den Körper, sondern im wirklichen, allerdings gesteigerten Leben. Gehen wir nun dazu über, unsere Überlegungen durch die Brille der Kunst und auch der Kunsttherapie zu betrachten: diese Kunst ist das Terrain der „wahrgebenden“ Behauptung, ihre Aufgabe besteht darin, diese ihre Behauptung so deutlich wie möglich, so schön, so wahr, so mutig wie möglich zu kolportieren.

Wir schauen durch die Brille der Kunst und kommen somit noch ein weiteres Mal auf die Intuition zurück.

Intuition ist nicht vage Eingebung, sondern viel eher spontanes Wissen über etwas, von etwas, dessen tiefere Gründe wir nicht kennen. Diese Gründe sind stark genug, nach ihnen zu handeln.

Es entstehen Heuristiken für Zusammenhänge, die rein logisch nicht hergeleitet werden können, weil ihr Möglichkeitsrahmen zu komplex ist.

In meiner großen Zeichnung „Beziehung“ von 2023, Kreide und Ölfarbe auf Papier, 180 x 133 cm gehe ich von einem kurzen Blick auf ein Foto aus den 1960-ger Jahre aus. Das Foto zeigt eine Art Messestand aus der Modebranche mit drei Neuestestragenden Schaufensterpuppen, zwei Frauen und einem Mann.

Das nur augenblickliche Schauen auf das Foto hat den Status eines nur auf den Bruchteil einer Sekunde dauernden Ereignisses einer Wahrnehmung.

Das grauwertige Lichtmuster aus Kontrasten wird wie ein Scan „abgeklopft“, aufgenommen in einen kurzfristigen „Wahrnehmungs-Nachhall“, den die angloamerikanische Neurologie auch „sensoric buffer“ nennt, ein kurzes Echo in der Taktung des Wahrnehmungskontinuums – ein Echo des gerade eben Gewesenen.

Das Idiom: „to give a gist“ meint die Bitte um die grobe, äußerst rudimentäre Information über eine Gestalt, die sich dann wie ein Rohling im Bewusstsein des Empfängers modifiziert, differenziert und, als dessen Gestalt, ihr neues Leben beginnt.

Aus dieser blitzartigen Information eine große Zeichnung entstehen zu lassen, verlangt zwar einerseits eine Menge Übung, andererseits allerdings gar keine Art von Konzentration, denn eben diese Konzentration würde in Form eines Kalküls

die intuitive Kraft stören, nichts wirklich Neues entstehen lassen, welches aus dem Pool des Unbewussten ohne lange Werdensdauer hervorschnellt.

So muss in meiner Methodik die Zeichnung auf dem Boden entstehen, ohne eine kontrollierende Distanz zum Malgrund, ohne ästhetisierende Mittelbarkeit auf irgendeiner Leistungsebene.

Schauen wir auf das Ergebnis: zwei der drei Schaufensterpuppen, die linke stehende Frau und der starr stehende Mann sind transformiert, bilden ein Paar, welches sich augenscheinlich in einer Wahrnehmungsbeziehung, in Aufmerksamkeit für einander befindet.

Die Puppen haben sich eingefleischt, haben den Puppenstatus, also Modelle des Menschen zu sein, abgestreift, haben intuitiv aber explizit Farbe bekommen.

Alle anderen Elemente des Fotos finden im Prozess keine Berücksichtigung.

Roland Barthes unterscheidet in seinem bahnbrechenden Buch über das Wesen der Fotografie – mit dem Titel „Die helle Kammer“ – Studium und Punktum einer Aufnahme. Das Studium meint die sorgfältige Betrachtung alles dessen, was es zu sehen gibt, ein bis zum Urteilsabschluss Schauen, eine intellektuelle Leistung auf den Wahrnehmungsbahnen logischer, rationaler Vorgehensweisen.

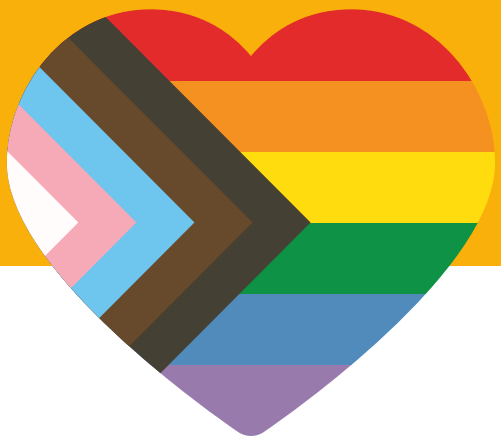
Das Punktum hingegen ist ein augenblickliches Aufleuchten eines Phänomens, welches direkt in die Nervenbahnen des Betrachters fährt, also ins sofortige Mitschwingen geht, mehr oder weniger erschüttert, meint „besticht“ – eben Punktum.

Der gesamte Prozess ist nicht der einer Wahrnehmung, sondern der einer reinen Intuition, er ist nur schwer manipulierbar und unterliegt nicht so leicht etwaigen Täuschungen. Intuition ist reines Erleben innerhalb gesteigerter Freiheit.

Rolf Schanko

* 1951
Counselor grad. BVPPT
Studium an der Kunstakademie Düsseldorf; Meisterschüler 1978
Lehrauftrag an der Kölner Schule für Kunsttherapie
Dozent an der Sigmund Freud Privat-Universität Wien/Berlin
Lehrtherapeut der DGKT

Da es alles gibt, was es gibt! *



LGBTQIA+ für Counselor

Dank des sehr interessanten und – vor allem – informativen Vortrags von Karoline Piller, Moderatorin der Arbeitsgruppe „Geschlechtersensible Bildung“ der Bezirksregierung Düsseldorf, zu LGBTQIA+ im Vorprogramm der BVPPT-Mitgliederversammlung (MV 2023), möchte ich hiermit einen weiteren Beitrag im Interesse der LGBTQIA+-Community nachtragen.

Hinsichtlich der Definition der einzelnen Buchstaben gebe ich am Ende Links, mit denen wir während der MV gearbeitet haben, sowie Literaturhinweise zum Vertiefen der Thematik - für die Interessierten.

Derzeit kann man den Eindruck gewinnen, LGBTQIA+ sei in aller Munde!

Derzeit kann man den Eindruck gewinnen, LGBTQIA+ sei in aller Munde! Seit einigen Sonntagabenden begegnet mir das Thema im Fernsehen, ein Film im Kino, entsprechende Literaturauslagen im Buchladen, die Begriffe „trans“ und „queer“ kommen immer häufiger im Alltag vor und eben auch die Counselor befassen sich damit – und „das ist auch gut so“! *frei nach Klaus Wowereit, 2001*

Eine kurze historische Verortung des Themas (in Anlehnung an „PRIDE!“ siehe unten)

Die Abkürzung ist schon seit den 1990er-Jahren eingebürgert und soll das breite Spektrum von Menschen in aller Welt einbeziehen, die sich selbst nicht als Heterosexuelle oder Cis-Gender definieren, und es schließt auch diejenigen Bewegungen ein, die für die Rechte dieser Menschen kämpfen.

Gender und Sexualität haben jedoch in den verschiedensten Zeiten der Menschheitsgeschichte Spuren ihrer Diversität hinterlassen; Ergebnisse historischer Forschung legen nahe, dass erst unter christlichen und islamischen Vorzeichen im ersten Jahrtausend unserer Zeitrechnung queere Menschen mit jenen Vorurteilen konfrontiert wurden, gegen die LGBTQIA+-Communities noch heute ankämpfen müssen.

Erst 1968/69 wurde in Deutschland Homosexualität entkriminalisiert, in Luxemburg 1974; 1991 nimmt die WHO Homosexualität aus der Liste (ICD-10) der mentalen Krankheiten, Transsexualität wird erst 2019 mit ICD-11 gestrichen; 2011 streicht Deutschland die Pflicht zur Operation von Trans-Personen, um rechtlich anerkannt zu werden; 2017 erweitert Deutschland den „Nationalen Aktionsplan gegen Rassismus“ und ächtet auch Homosexuellen- und Transfeindlichkeit; ebenfalls seit 2017 gibt es hier die gleichgeschlechtliche Ehe.

Nun zu meinem Nachtrag-Impuls

Seit rund 36 Jahren bin ich als Lesbe geoutet, seit 34 Jahren lebe ich mit meiner Frau zusammen, wir sind seit 2015 (in Luxemburg) verheiratet und – welch unsägliches Glück – wir beide sind unbehelligt von Homophobie, Ausgrenzung, Diskriminierung oder diesbezüglicher Respektlosigkeit durch unser Leben gekommen.

Erst im Oktober 2022 anlässlich des „Tages des älteren Menschen“, der in Luxemburg im Zeichen von LGBT begangen wurde („Pour que vieillir soi gai“), und ich als „L“-Vertreterin zu Interviews und Erfahrungsaustausch eingeladen war, ist mir das Ausmaß von Diskriminierung, Kampf, Stigmatisation, Ausgrenzung und – schlicht – Leid unzähliger Betroffener (in meinem Alter, 64 und Ältere) bewusst geworden.

LGBTQIA+ ist nicht nur eine zungenbrecherische und schwer zu behaltende Buchstabenfolge, hinter den Buchstaben stecken echte Menschen!

Recherchen zeigen, dass viele betroffene Menschen, die in den 30er-40er Jahren geboren sind, ihre homosexuelle Orientierung oder Trans-Identität entweder überhaupt nicht gelebt haben oder exklusiv (auch nach Änderung der diversen Gesetze) versteckt vor der Öffentlichkeit. Abgesehen von durchlebter Isolation, Ängsten, (medizinischer) Traumata und Lebenslügen auf ihrem Weg, sind diese Menschen jetzt im Alter auf medizinische und pflegerische Unterstützung angewiesen und werden „ungeschützt" und i. d. R. unvorbereitet mit der heteronormativen Realität konfrontiert.

Dank der jahrzehntelangen Bemühungen der LGBTQI+-Community scheint das Leben Homosexueller „leichter" geworden zu sein; einerseits hat Entstigmatisierung in juristischer, medizinisch, religiöser und sozialer Hinsicht stattgefunden, und es gibt andererseits seit etlichen Jahren viele gute Beispiele von Politiker*innen, Medienvertreter*innen, Repräsentant*innen in der Filmbranche sowie der Kunstszene, die ihre sexuelle Orientierung und Beziehungspräferenzen in der Öffentlichkeit zeigen und leben. Dieser Umstand stimmt mich für – vor allem – Heranwachsende „auf der Suche" und Verwirklichung ihrer Orientierung sehr optimistisch.

Anders sieht es – meines Erachtens – für Trans-Personen aus; damit meine ich alle Nicht-Cis-Gender Menschen. Geht es bei Homo-/Bi-/A-Sexualität „nur" um sexuelle/romantische Präferenzen und im weiteren Sinne um Beziehungsgestaltung (im besten Falle kämpft man immerhin zu zweit), wobei die Auseinandersetzung mit dem sozialen Umfeld ab der Pubertät beginnt, betrifft das Thema „Trans" die Identität in den Facetten: sexuelle Orientierung (hetero/bi/homo), Genderausdruck (weiblich/androgyn/männlich), Gender-Identität (Frau/nonbinär/Mann) sowie das biologische Geschlecht (Chromosomen, Keimdrüsen, Körperform) bei der Geburt (Frau/Intersex/Mann) sowie alle möglichen Kombinationen derselben.

Wichtig scheint mir hierbei, zu verstehen, dass die betroffenen Menschen schon vor der Pubertät ihre Besonderheit bemerken, allerdings zunächst ganz alleine damit zurechtkommen müssen; ein offenes, aufgeklärtes Elternhaus und tolerante Bezugspersonen scheinen mir auch in heutiger Zeit noch etwas ganz Besonderes zu sein. (Übrigens, mit *#actout* gibt es eine Liste von 185 (Stand 2021) Schauspieler*innen/Künstler*innen die sich zu LGBTQIA+ geoutet haben – aber wer weiß das schon!?)

LGBTQIA+

Mein Anliegen hier

LGBTQIA+ ist nicht nur eine zungenbrecherische und schwer zu behaltende Buchstabenfolge, hinter den Buchstaben stecken echte Menschen!

Wir können ermutigen, stärken und mit gutem Beispiel vorangehen.

Es ist wichtig, dass sich auch Nichtbetroffene in unserer Gesellschaft mit den Lebensrealitäten dieser marginalisierten Gruppen auseinandersetzen. Wir müssen nicht alles verstehen, wir müssen auch nicht von jeder Kleinigkeit Ahnung haben, aber wir sollten uns klar machen, wie verletzend es ist, wenn wir jemanden mit dem falschen Pronomen ansprechen oder eine Person (absichtlich!?) in eine falsche „Schublade“ packen; was für viele wahllos aneinandergereihte Buchstaben sind, bildet für andere Menschen eine Community, die manchmal mehr als Familie bedeutet. *(siehe auch „Queer gestreift“, Appell einer 18-Jährigen).*

Wir alle – Betroffene und Nichtbetroffene – können dazu beitragen, Hürden abzubauen, Lust auf Wissen zu machen und den Blick zu öffnen für all die Diversität, die uns Menschen ausmacht. In allen Rollen und Lebenslagen!

Als Counselor sind uns Akzeptanz, (Selbst-)Bewusstheit, Integration, Offenheit, Respekt, Toleranz und Wertschätzung vertraute Begriffe und Werte, die wir für uns selbst leben und vor allem im Umgang mit unserer Klientel einbringen. Wir reduzieren Menschen auch nicht ausschließlich – wenn überhaupt im Fokus – auf ihre sexuellen Präferenzen.

Wenn Themen wie Ausgrenzung, Kränkung, Selbstfindung, Trauma von (direkt) Betroffenen als Anliegen an uns herangetragen werden, finden wir dank unserer Haltung und unserem Erfahrungsschatz voraussichtlich den richtigen Weg.

Darüber hinaus können wir durch Sensibilisierung, Aufklärung und aufmerksame Kommunikation einen integrativen Beitrag leisten; wir können darauf achten, Beobachter*innen, verunsicherten Bezugspersonen, (pflegenden) Begleitpersonen, indirekt Betroffene aus ihrer Irritation oder gar Hilflosigkeit herauszuhelfen.

Wir können ermutigen, stärken und mit gutem Beispiel vorangehen.

Im Grunde geht es um integratives und bewusstes Sein und Tun im Umgang mit allen Menschen in all ihrer Diversität.

Inzwischen sind wir sehr weitgekommen in gegenderter Sprache, wir feiern die Erfolge der Chancengleichheitsbewegung für Frauen und dennoch braucht es Aktivist*innen, die um das Ausmerzen von Ungleichheiten bemüht sind. Hierbei geht es um rund 50 % der Menschheit!

Die LGBTQIA+-Community macht „nur“ circa 10 % der Menschheit aus und kann jede Art der Anerkennung und Unterstützung gebrauchen, hin zu einem selbstbestimmten, glücklichen Leben.

Ich will meinen Beitrag leisten, „denn ich will, dass es alles gibt, was es gibt“! *

Ein erster sichtbarer Schritt: ich will Karolines „Signatur“ ihrer E-Mails für Erstkontakte übernehmen:

„Pronomen: sie/ihr
Wie darf ich Sie in Zukunft korrekt ansprechen? Ich bemühe mich, alle Personen mit der von ihnen bevorzugten Anrede anzusprechen. Im ersten E-Mail-Kontakt benutze ich daher zunächst eine inklusive Anrede, z. B. mit Vornamen und Nachname. Teilen Sie mir gerne mit, wie ich Sie ansprechen soll.“

Mit kollegialen Grüßen
de Lux
Christel Klapper

Die LGBTQIA+-Community macht „nur“ circa 10 % der Menschheit aus und kann jede Art der Anerkennung und Unterstützung gebrauchen, hin zu einem selbstbestimmten, glücklichen Leben.

Christel Klapper
* 1959
Counselor grad. BVPPT
Orientierungsanalyse
Seit 2003 selbständige Begleiterin, Supervisorin und Trainerin
für Gruppen, Teams und Einzelpersonen
In sozialen Einrichtungen sowie
in der privaten Wirtschaft

Verweis & weitere Informationen

* frei nach André Hellers Lied: „Denn ich will …“

Definitionen LSBTIQAP
https://learningapps.org / watch?v=po567zgb222;
https://www.samkillermann.com/work/genderbread-person/

„POUR QUE VIEILLIR SOIT GAI“
www.fondation-emergences.fr

Meine Lektüren für diesen Artikel:
„PRIDE!“, eine kurze Geschichte der LGBTIQ+ Bewegung; Prestel Verlag 2022
„Queer Gestreift“, alles über LGBTIQA+; Kathrin Köller, Irmela Schautz, HanserVerlag 2022
Und immer mal wieder im Internet mit LGBT-Suchbegriff

Carl R. Rogers

Konzept der Begegnung

Dass Prof. Dr. Carl Rogers, der Erfinder des nicht-direktiven Counselings und der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie zu den Mitbegründern der Humanistischen Psychologie gehört, das ist inzwischen fast schon eine Binsen-Wahrheit.

Sein Konzept der „Begegnung“ (encounter) fand in einer Welle von Begeisterung und Hoffnung schnelle Verbreitung, wozu Prof. Dr. Fred Massarik als Initiator des IHP einen großen Beitrag leistete. Seine Bemühungen auf internationaler Ebene führten 1969 zu dem Buch Lebenslauf und Lebensziele und 1970 gemeinsam mit Charlotte Bühler zur Gründung der internationalen Zeitschrift Interpersonal Development.

Carl Rogers legte den positiven Akzent auf die heilende Kraft der Gruppe, ...

Raymond Corsini, Herausgeber des Standardwerkes „Handbuch der Psychotherapie“, war an der Universität von Chicago direkter Schüler von Carl Rogers und unter dessen Leitung wurde er vertraut mit Jakob Moreno (Gründer des Psychodrama), Victor Frankl (Gründer der Logotherapie), Fritz Perls (Gründer der Gestalttherapie) und Rudolf Dreikurs (Individualpsychologie im Familien-Kontext).

Carl Rogers legte den positiven Akzent auf die heilende Kraft der Gruppe, die Anfänge einer Veränderung und auf den offenen Ausdruck von Gefühlen. Er verfasste u.a. zwei Hauptwerke, das „Client-Centered Counseling“ (1951 zu Deutsch „Die nicht-direktive Beratung“ und die „Client-Centered Therapy“ (1951, zu Deutsch „Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie“). Sie gelten zugleich als Grundlage eines neuen Forschungs-Ansatzes, weil in ihnen erstmals komplette Therapie-Sitzungs-Protokolle (genannt Prozess-Kontinuum) veröffentlicht wurden. In allen Protokollen kommt das Bedürfnis des Klienten zum Ausdruck, sich selbst besser zu verstehen und ein angemessenes Selbst aufzubauen, das zu seinen Mitmenschen in eine befriedigende und echte Beziehung treten kann. Rogers hielt dieses Bedürfnis für so umfassend und gegenwärtig, dass er diesen therapeutischen Prozess auch sogenannten „normalen“ Menschen als hilfreiche pädagogische Maßnahme empfahl. Seine Methode mündete im „Aktiven Zuhören“, bzw. im „Senden von Ich-Botschaften“, und er beschrieb den therapeutischen Prozess in sieben markanten Phasen.

In allen Protokollen kommt das Bedürfnis des Klienten zum Ausdruck, sich selbst besser zu verstehen und ein angemessenes Selbst aufzubauen …

Erste Phase: Der/die TeilnehmerIn hat noch große Scheu, Einblick in seine/ihre Persönlichkeitsstruktur, seine/ihre Gefühlswelt und Interaktionsmuster zu geben. Er/Sie ist nicht bereit, seine/ihre persönlichen Konstrukte, die jahrelang praktizierte Betrachtungsweise der Welt in Frage stellen zu lassen. Konflikte werden nicht wahrgenommen. (G. A. Kelly: The pychology of personal constructs, Band 1, New York 1955. Der Terminus Konstrukt meint einen persönlichen Erklärungsversuch von erlebten Phänomenen, wobei davon auszugehen ist, dass starr fixierte Konstrukte die Flexibilität des Handelns stark behindern. Prof. Dr. Kelly war verbandspolitisch aktiv und wurde in den Jahren 1956 und 1957 als Präsident der Abteilung für Klinische Psychologie der American Psychological Association Nachfolger von Car Rogers.)

Zweite Phase: Konflikte werden zwar wahrgenommen, jedoch unter den Teppich gekehrt: der/die TeilnehmerIn fühlt keinerlei Verantwortung dafür.

Dritte Phase: Konfliktbegleitende Gefühle werden ansatzweise gezeigt, allerdings nicht wirklich akzeptiert.

Der/die TeilnehmerIn deutet sie als „schlechte Gefühle“.

Vierte Phase: Gefühle werden als tatsächlich vorhanden akzeptiert, und persönliche Konstrukte sind nicht immer ganz starr, Gefühle werden als Objekte der Gegenwart beschrieben.

Fünfte Phase: Gefühle brechen einfach durch. Der/die TeilnehmerIn steht seinen/ihren Widersprüchen und Ungereimtheiten zunehmend offener gegenüber. Die persönlichen Bedeutungen und Gefühle, denen bislang Eintritt ins Bewusstsein verweigert wurde, werden in fast vollem Umfang erfahren – manchmal mit Angst, Misstrauen und Verwunderung.

Sechste Phase: Persönliche Konstrukte werden aufgelöst und Gefühle werden in vollemMaße als zum normalen Menschen gehörend akzeptiert. Der/die TeilnehmerIn ist bereit, aus Erfahrungen zu lernen und seinen/ihren Lebensstil zu ändern. Es besteht eine hohe Bereitschaft, Konflikte zu akzeptieren und konstruktiv zu lösen.

Siebente Phase: Die Selbst-Akzeptanz ist sehr hoch. Der/die TeilnehmerIn erlaubt sich auch, neue, bisher nicht gekannte Gefühle zu haben. Es besteht die Bereitschaft, persönliche Konstrukte mit Humor umzudeuten. Konflikte lassen nicht mehr den Atem anhalten. Sie werden sachlich gelöst, und der/die TeilnehmerIn erkennt, dass er/sie tatsächlich die Möglichkeit hat, auf neue Weise zu leben. (Carl R. Rogers: Entwicklung der Persönlichkeit, 1985.)

Für einen/eine LeiterIn der nicht-direktiven Gesprächsführung (counseling) besteht seine/ihre berufliche Qualifikation in der Hauptsache darin, dass er/sie in der Lage sein muss, die Wahrnehmungen der KlientIn so nachzuvollziehen, als ob er sie selbst erlebe, ohne dabei in der Beziehung zu seinen Klienten die eigene Identität und die Fähigkeit zur Informationsverarbeitung und Distanzierung aufzugeben oder zu verlieren.

... dass jeder/jede TeilnehmerIn Zeit braucht, um Vertrauen in sich selbst, den Leiter/die Leiterin und andere TeilnehmerInnen aufzubauen.

Übereinstimmende Meinung in diesem Zusammenhang ist, dass Veränderung innerhalb eines Persönlichkeits-Kontinuums nicht unbedingt schnell vor sich geht, dass jeder/jede TeilnehmerIn Zeit braucht, um Vertrauen in sich selbst, den Leiter/die Leiterin und andere TeilnehmerInnen aufzubauen. Solches Vertrauen öffnet die Tür zum persönlichen Entwicklungsprozess.

Aus eben dieser Einsicht heraus haben Rogers und seine Schülerinnen und Schüler einige Variablen formuliert, die als Richtlinien aller methodischen Ansätze der Humanistischen Psychologie gelten können.

Richtlinien einer nicht-direktiven und klient-zentrierten Gesprächsführung

1. Förderung der Selbstexploration der KlientInnen im Sinne der Findung und Verbalisierung von Ich-Botschaften, von emotionalen Erlebnisinhalten.

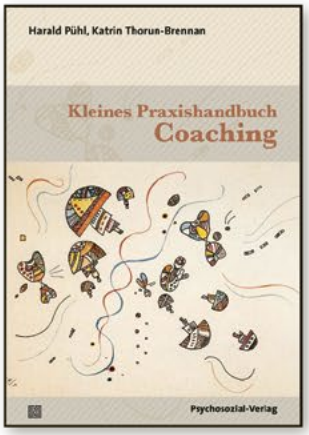
2. Praktizieren von präzisem, einfühlsamem Verstehen, von Empathie für die Mitteilungen und Handlungen der KlientInnen mit dem Ziel der Hinführung zu den innerhalb der Sozialisation tabuisierten Gefühlen, Gedanken und Empfindungen.

3. Emotionales Engagieren und nicht an Bedingungen gebundenes Akzeptieren, um den KlientInnen die Freiheit einzuräumen, er/sie selbst sein zu dürfen, auch wenn er/sie unerwünschtes Verhalten zeigt oder sich emotional distanziert. In diese Handlungsvariable gehört auch das Mitteilen von Gegensätzen in der Sichtweise und Wertung , die der/die KlientIn als konfrontativ erfahren kann.

4. Vermitteln von Echtheit, Kongruenz und Transparenz, um den Prozess der Gesprächsführung allmählich zu einer wechselseitigen, partnerschaftlichen Interaktion werden zu lassen. In diese Handlungsvariable gehört das spontane Selbst-Einbringen des Counselors oder Therapeuten, das freie Einblick-Geben in sein eigenes Erleben. (nach W. M. Pfeiffer, 1977. Prof. Dr. Wolfgang M. Pfeiffer wurde 1919 in eine kosmopolitische Künstler-Familie hineingeboren, in der Begegnungen mit dem Ausländischen tägliches Brot bedeuteten. Hier wurde der Grundstein dafür gelegt, dass Pfeiffer sich Zeit seines Lebens in der Transkulturellen Psychiatrie engagierte.)

Dahinter steht die Erfahrung, dass jeder Mensch die Fähigkeit in sich hat, seine Persönlichkeit mit ihrem Verhalten und Erleben selbständig auf Reifung und Selbstverwirklichung hin zu entwickeln. Der Leiter/die Leiterin sollte lediglich die Beratungssituation so gestalten, dass dieser Reifungs- und Selbstverwirklichungs-Prozess ohne Bedrohung möglich wird, dass der/die TeilnehmerIn ausreichend Gelegenheit zum Nachspüren über sich selbst, zu einer tieferen Einsicht seines/ihres Verhaltens und Erlebens erhält. Dazu ist es notwendig, dass es zwischen TeilnehmerIn und LeiterIn zu einer möglichst echten zwischenmenschlichen Beziehung kommt.

Dr. Klaus Lumma
* 1944
Counselor grad. BVPPT
M.A., MFCC



Harald Pühl, Katrin Thorun-Brennan

Kleines Praxishandbuch Coaching

Juli 2023

ca. 150 Seiten
Broschur • € 22,90
ISBN 978-3-8379-3285-0

Harald Pühl und Katrin Thorun-Brennan sorgen für Orientierung im Coaching-Dschungel! Mit dem Handbuch geben Sie Einsteiger*innen und Profis Werkzeuge in die Hand, um neue Wege für das beraterische Denken und Handeln zu finden.

Durch die klare Gliederung und die in sich geschlossenen Kapitel entsteht eine übersichtliche und fundierte Handlungsanleitung für Beratende. Dabei verfolgen Harald Pühl und Katrin Thorun-Brennan einen Ansatz, der Ratsuchende in ihrer Ganzheit zwischen Beruflichem und Privatem betrachtet und die Kontaktqualität zwischen Coach und Coachee in den Mittelpunkt stellt. Durch die persönliche Darstellung wird der Coachingprozess mit seinen vielen Facetten nachvollziehbar und es eröffnen sich ermutigende Perspektiven für die Beratungspraxis.

Robert Montau

Nachbarschaft im Streit

Sozialpsychologische Erkenntnisse für die Konfliktberatung

121 Seiten
Broschur • € 19,90
ISBN 978-3-8379-3293-5

Streitfälle zwischen Nachbar*innen zeigen ein breites Spektrum von Verwicklung, Übelwollen und Bitterkeit. Risse im nahen Umfeld sind jedoch auch Miniaturen tieferer Störungen: Wie überlagert Trennendes das Verbindende zwischen Menschen, die nahe beieinander leben? Was steht auf dem Spiel, wenn Nachbar*innen streiten? Montau identifiziert Mechanismen der Abscheu und Demütigung, des Aussperrens von Anderen und der projektiven Modellierung von Mitmenschen zu Widersacher*innen. Der Sozialpsychologe und Mediator beschreibt in 16 Vignetten, was den Streit zwischen Nachbar*innen prägt, und bietet Einblicke in typische Verläufe solcher Konflikte.

30 Jahre Psychosozial-Verlag
Portofrei bestellen auf
www.psychosozial-verlag.de

Die Sehnsucht nach Echtheit

Nur wenn man den Dingen,
so wie sie sind,
ins Auge zu schauen
vermag, ohne jeden Selbstbetrug
und Illusion, entwickelt sich
aus den Ereignissen ein Licht,
das den Weg zum
Gelingen erkennen läßt.

aus Buch der Wandlungen

Authentizität ist eine der am meisten geschätzten Eigenschaften unserer Gesellschaft.

Schon im Kindesalter werden wir belehrt, wir sollten einfach „wir selbst sein“, und als Erwachsener wird uns erklärt, wie wichtig es ist, mit seinem „wahren Selbst“ in Verbindung zu sein.

Alles, was ich sage, soll wahrhaftig sein, aber nicht alles, was innerlich wahr ist, soll gesagt werden.

Erwartet wird die Stimmigkeit zwischen dem sichtbaren Verhalten und der inneren Einstellung.

Zu sich selbst, seinen Fähigkeiten und Wünschen zu stehen, braucht schon eine Portion Mut und eine gute Selbstwahrnehmung.

Wir haben früh gelernt, dass kontextangepasstes Verhalten Vorteile bietet.

Das heißt, Kinder lernen schnell in ihrer normalen Entwicklung zu differenzieren zwischen Dingen, die gut tun und solchen, die schlechte Gefühle hervorrufen.

So entwickelt sich ein Verhaltensrepertoire für den adaptiven, also angepassten Umgang mit ihrer Umwelt (Eltern, Geschwister, Lehrern, Freunde, Sportkameraden usw ...)

Im Laufe des Lebens kommen so in verschiedenen Situationen und gesellschaftlichen Kontexten diverse Facetten des Ichs zum Vorschein. Alle unsere Persönlichkeitsanteile entstehen mit dem Ziel, uns bei der Anpassung an körperliche, seelische und soziale Bedürfnisse zu helfen und zu unterstützen.

Was bedeutet „authentisch sein“ eigentlich?

Bin ich am authentischsten, wenn ich mich in Übereinstimmung mit meinen physiologischen Zuständen, Emotionen und Überzeugungen verhalte, wie auch immer diese aussehen mögen? Oder bin ich eher authentisch, wenn ich entsprechend meiner bewusst gewählten Überzeugungen, Einstellungen und Werte handle?

Wann bin ich mir wirklich selbst treu.: Wenn wir dem Kellner die Meinung geigen, weil wir uns über die schlechte Qualität unseres Essens ärgern, oder wenn wir sie gerade für uns behalten, weil wir Freundlichkeit und Höflichkeit als zentrale Werte erachten und dadurch hochhalten?

Neigen die meisten von uns nicht dazu, jene Aspekte ihrer Persönlichkeit als ihr wahres Selbst zu bezeichnen, mit denen sie sich am wohlsten fühlen? Betrachten wir unser positives Verhalten als authentischer als unsere „schlechten Taten und Eigenschaften“, auch wenn beides mit unserer Persönlichkeit und unseren Wünschen in Einklang steht?

Gesellschaftlich wird Authentizität auch als kommunikative Leitkultur angesehen. Doch diese Tugend braucht „Bedachtsamkeit“ im Sinne von Sensibilität und Diplomatie für die Situation und eigene Person. Mit sich selbst, den eigenen Vorstellungen und Werten im guten Kontakt zu sein, und dabei das Umfeld mit seinen Maßstäben „verstehen“ zu lernen, ermöglicht eine zielführende Interaktion. Ein Leitgedanke könnte sein „den Menschen im System und das System im Menschen“ zu beachten, um Stimmigkeit zu schaffen. Dabei können manchmal sogar kleine Unehrlichkeiten als sozialer Kitt dienen, denn nicht jede Situation lädt zur Selbstoffenbarung ein.

Schon Ruth Cohn schränkte ein und unterschied zwischen „maximaler“ und „optimaler“ Authentizität: „Maximal sich selbst gegenüber und optimalerweise „selektiv“ gegenüber anderen“.

Faustregel:
Alles, was ich sage, soll wahrhaftig sein, aber nicht alles, was innerlich wahr ist, soll gesagt werden.

Für die Weiterentwicklung lohnt es sich, mutig die eigene Komfortzone zu verlassen und „sozialverträglich“ nicht konform zu sein.

Das Authentizitätparadox:
Authentizität entsteht nicht im stillen Kämmerlein. Menschen empfinden sich als besonders authentisch, wenn sie auch sozialen Zuspruch erhalten. Authentizität „funktioniert“ offenbar nur in der Wechselwirkung mit einem Umfeld, das diese auch anerkennt.

Authentizität ist nicht von selbst echt, sondern braucht den Betrachtenden, ein Gegenüber.

Authentizität und innere Pluralitäten:
„Viele Seelen, ach, wohnen in meiner Brust, und ach, sie melden sich zu weilen gleichzeitig und sind sich uneins“... zitierte schon Goethe.

Teilpersönlichkeiten können entweder gut miteinander über ein entwickeltes Selbst verbunden sein oder unverbunden oder abgespalten vom Selbst. Je verbundener und bewusster die Teilpersönlichkeiten miteinander agieren, desto authentischer agiert der Mensch. Oft spiegeln sich die Schattenkräfte in „verzauberter“ Form in unserer Faszination oder Ablehnung gegenüber anderen Menschen. Solche Projektionen sind Umwege, über die sich der Schatten bemerkbar macht. Erlösen oder gewinnen wir das Potenzial dieser verborgenen Kräfte in uns, erfahren wir häufig eine tiefe Qualität von Sinn und Identität.

Alle Aspekte unserer Psyche sind ein Teil von uns. Es ist praktisch unmöglich, sich irgendeine Form von Verhalten vorzustellen, die keinen echten Teil unseres Selbst widerspiegelt – seien es unsere Temperamente, unsere Einstellungen, unsere Werte oder Ziele.

Angesichts der Komplexität der Persönlichkeit eines Menschen können auch zwei scheinbar miteinander unvereinbare Handlungen jeweils äußerst selbstkongruent sein.

Zugleich geht es um die Stimmigkeit der Situation und den Menschen in ihr im Blick zu behalten. Denn je nach Situation, werden bei uns und dem Gegenüber unterschiedliche Erinnerungen und Erfahrungen wachgerufen, die unser Verhalten beeinflussen. Mit uns selbst im Einklang zu sein, gelingt spannungsloser, wenn wir uns selbst und Anderen mit allen wahrgenommenen Unterschieden wertschätzend begegnen.

So stellt sich letztlich die Frage: Was kann ich mit mir – meinen Werten, Glaubenssätzen, Bedürfnissen und meinem Gewissen – und den Erwartungen meines Umfeldes – gesellschaftlichen Normen, Regeln und Anforderungen – vereinbaren? Wozu fordert mich die Situation heraus? Wofür möchte ich künftig meine Kompetenzen einsetzen? Das kann und muss jeder für sich werte- und sinnorientiert immer wieder neu beantworten, um kongruent zu sein.

Sandra Korsten

* 1973
Counselor grad.BVPPT
Mitarbeiterin IHP Fachrichtungsteam
Gestalt&Orientierungsanalyse
Systemische Therapie und Beratung
Biographisch-Spirituelle Prozeßbegleiterin

Schwerpunkt
Arbeit mit Frauen

Literatur

Murray Stein
C.G. Jungs
Landkarte der Seele
Patmos 2019

Jochen Peichl
Jedes Ich ist viele Teile
Die inneren Selbstanteile als Ressource nutzen
Kösel 2013

Friedemann Schulz von Thun/ Wibke Stegemann (Hg)
Das Innere Team in Aktion
Praktische Arbeit mit dem Modell
Rowohlt Taschenbuch Verlag

Debbie Ford
Schattenarbeit
Wachstum durch die Integration unserer dunklen Seite
Goldmann 2011

Schöpferisches Lernen heißt dialogisches Lernen und Verändern

„Ohne den Austausch mit anderen Menschen wäre kein Kind überlebensfähig und hätte nichts von all dem gelernt, was er oder sie heute kann und weiß. Aus dieser Erkenntnis lässt sich nur eines ableiten: Intelligenz erweist sich bei genauerer Betrachtung gar nicht als eine individuelle Fähigkeit, sondern ist immer das Ergebnis des Austausches von Wissen und Erfahrungen mit anderen Menschen. Wir sind also auf diesen Austausch angewiesen. Wenn er nicht funktioniert, verblöden wir kollektiv. Und er funktioniert eben nicht, er kann nicht funktionieren, solang sich einer für klüger und intelligenter hält als alle anderen und den anderen vorzuschreiben versucht, wie sie was zu denken, was sie, auch in Gedanken zu tun und zu lassen haben.“ [1]

Gerald Hüther

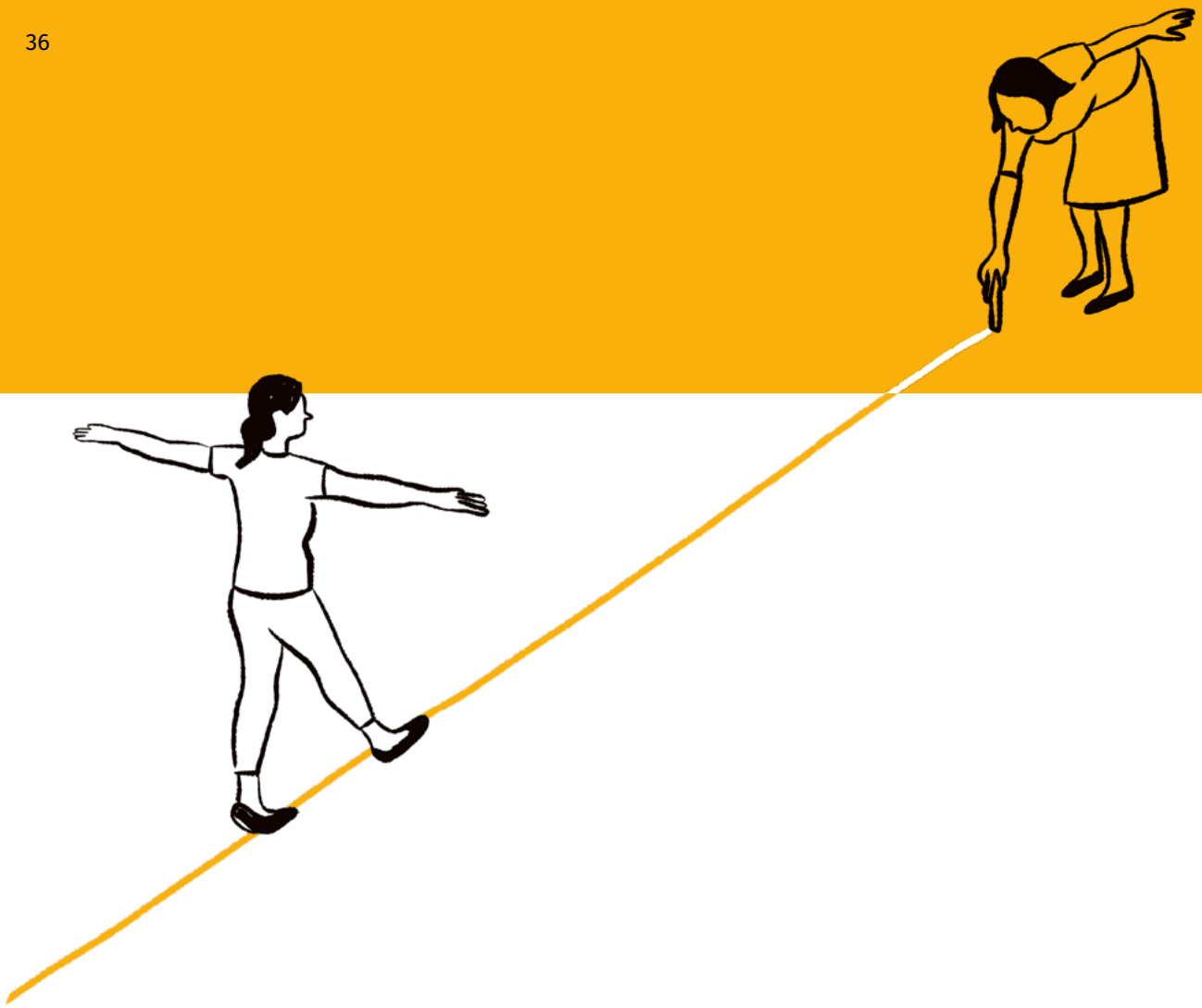
- **Herausforderungen des Lernens in der Praxis**

Das ist doch nichts Neues. Interessant, aber was heißt das jetzt für meine Praxis? Hand aufs Herz – so denken wir als Lernende manchmal über ein Seminar- bzw. Trainingsangebot. Entsprechend denken wir als Trainierende über unsere Seminare in der Arbeitswelt - *Die vermittelten Lerninhalte sind so wichtig, ich habe mir solche Mühe gegeben, auch die Teilnehmenden fanden das Lernangebot super … aber wird das in der Praxis genutzt?*

In beruflichen Weiterbildungskontexten haben Teilnehmende oft die Herausforderung, auf sich allein gestellt zu sein, mit höheren Prioritäten aus dem Arbeitsalltag jonglieren zu müssen und schieben so die Lernthemen leicht zur Seite. Gerade auf der Ebene von Verhaltens- bzw. Kommunikationsmustern wird dem Druck zum Anwenden eher ausgewichen, Neues wird erst angewendet, wenn aus dem chronischen ein akutes Problem wird. Zugleich haben veränderte Rahmenbedingungen im Zuge der Corona-Pandemie vieles von der früheren Planungssicherheit für Organisierende wie auch Teilnehmende verloren gehen lassen. Das klassische Trainingsangebot wirkt teils nicht mehr zeitgemäß.

Die an meinem Problem Beteiligten sitzen hier mit im Seminar, daher kann ich nicht offen sprechen.

Wir, die beiden Co-Autorinnen, Maike Augstein und Petra Sohnius, verstehen uns als kollegiale Netzwerkerinnen, die viel über solche Themen reflektieren. Bereits in der CJ-Ausgabe Nr. 21 (Sommerausgabe 2021) haben wir unsere co-kreativen Aktivitäten vorgestellt. Wir haben z. B. einen Impulsabend bei der Gesellschaft für Projektmanagement gestaltet und bereichernde Austauschmöglichkeiten für die Teilnehmenden rund um die



Spannungsfelder Stabilität/Sicherheit, Veränderung/Risikobereitschaft, Empathie/Dialog und Diskussion/Debatte in Anlehnung an das Polaritäten-Modell (Riemann-Thomann-Kreuz) geschaffen.

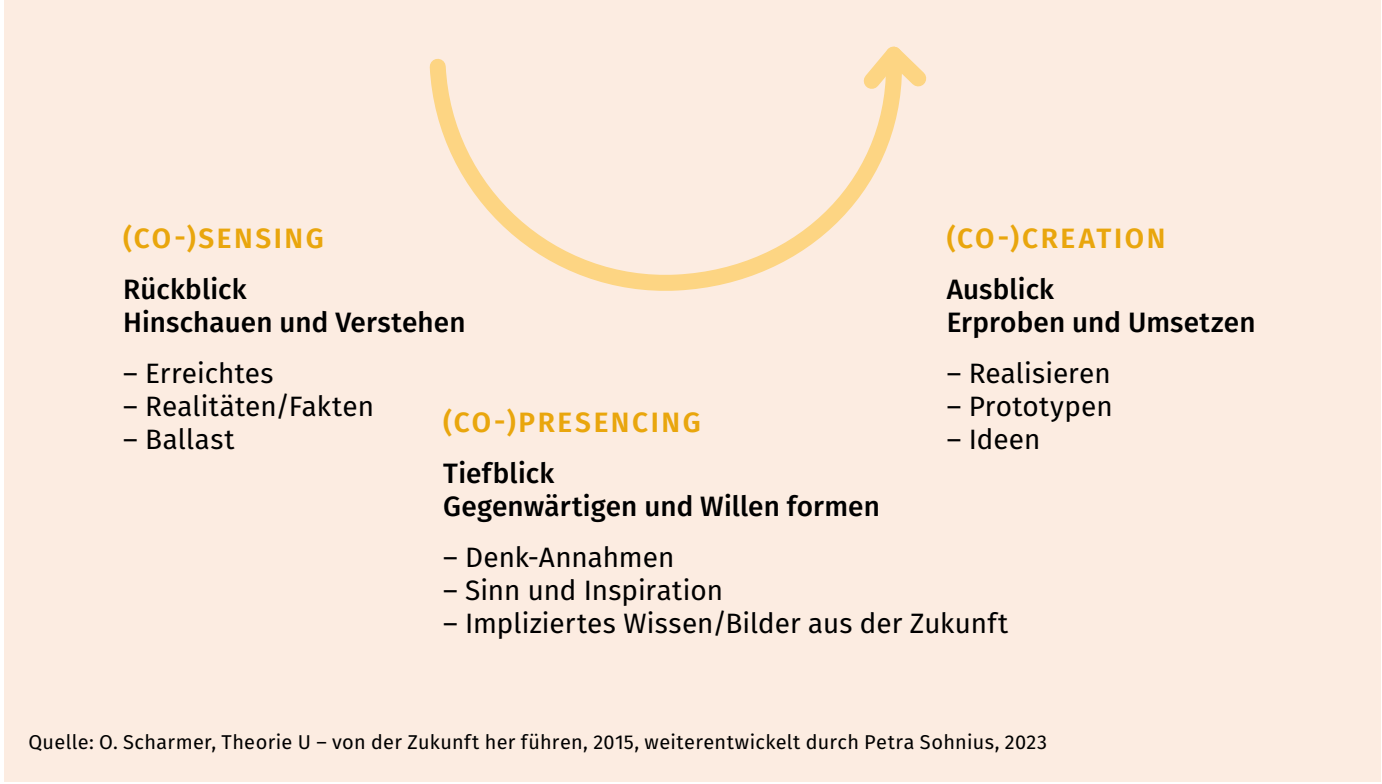
Insbesondere an das Thema Dialog als essenzielles Kommunikationsmittel für Lernen und Verändern wollen wir gerne hier anknüpfen.

- **Umdenken in der VUCA-Welt – mehr generative Lernformate gestalten**

Herkömmliches Lernen bedeutet Lernen von bereits erprobten Inhalten. Dies wird als Single-Loop-Learning bezeichnet. Unter veränderten Rahmenbedingungen, oft als VUCA-Welt (Volatility/Veränderlich, Uncertainty/Unsicher, Complexity/Komplex, Ambiguity/Mehrdeutig) bezeichnet, reicht dieses Lernen nicht mehr aus. Lernangebote sind vor allem mit Intuition und Wahrnehmung passgenau zu einem Doppel-Loop-Learning weiterzuentwickeln. Dieses kann unter dem Begriff Lebendiges Lernen eingeordnet werden.

Essenziell erscheint uns, dass sich Lerngruppen in thematischen Dialogen austauschen. Dia-logos als Fließen von Worten bietet nach David Bohm die „faszinierende Hoffnung: sich durch das Erkennen und Bewusstmachen von Strukturen und festgefahrenen Handlungsmustern neue Handlungsmöglichkeiten zu erschließen, mehr Freiheit zur Gestaltung von Kommunikationsprozessen zu erwerben und durch größere Bewusstheit der eigenen, stets subjektiven Wahrnehmung weniger in Bewertungs-Automatismen gefangen zu bleiben.“ [2]

Für die Gestaltung eines nachhaltigen Lern- und Veränderungsprozesses eignet sich sehr gut das von Dr. Otto Scharmer und Kolleg:innen am MIT und dem Presencing Institute entwickelte Rahmenwerk Theorie U [3], und hier vor allem der U-Prozess als Meta-Modell. In der Abbildung sind die drei Phasen des U-Prozesses dargestellt.



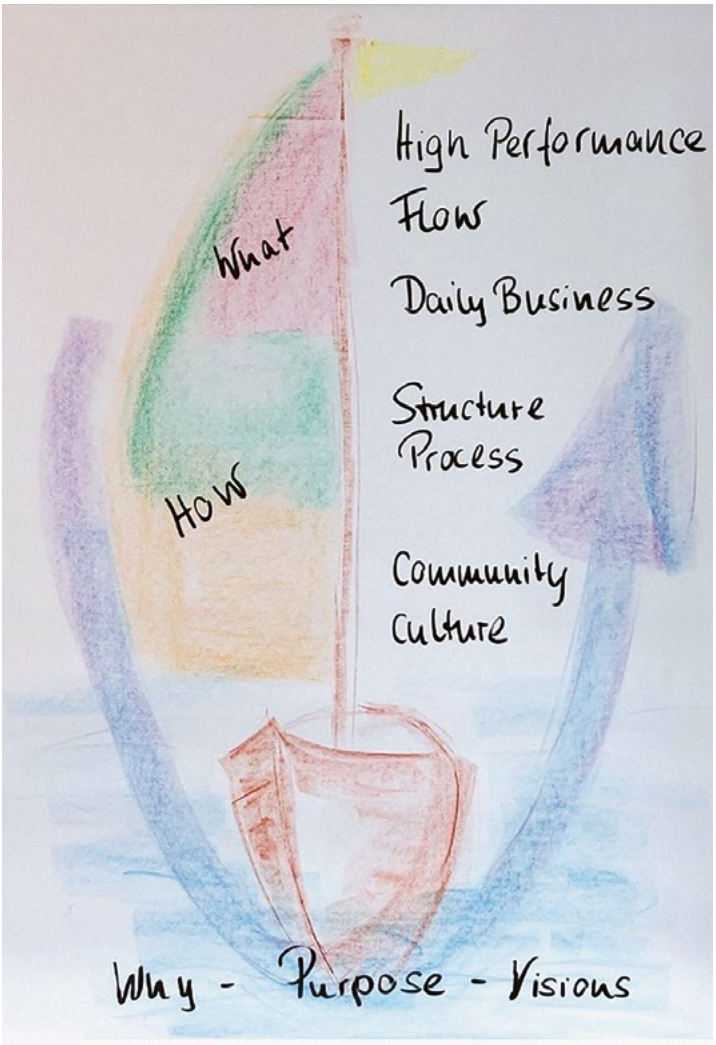
Quelle: O. Scharmer, Theorie U – von der Zukunft her führen, 2015, weiterentwickelt durch Petra Sohnius, 2023

In einer am U-Prozess angelehnten Veränderungs- und Lerndidaktik werden mit ermöglichenden Interventionen drei Intelligenzen angestoßen – intellektuelles Wissen (IQ), emotionales und Beziehungswissen (EQ) sowie Selbsterkenntnis (SQ). Gleichzeitig mit dem individuellen Öffnen der drei Intelligenzen öffnet sich der gruppendynamische Prozess, so dass implizites Wissen einer (Lern)-Gruppe kommunikativ in Form von Dialog in den Raum gebracht und angereichert werden kann. „Deep Dives (tiefes Eintauchen) in transformative Lernerfahrungen und Übungen des schöpferischen Zuhörens (Generative Listening) erlauben den Lernenden, in die Realität und die Orte einzutauchen, wo neues Potenzial sichtbar wird, und erste Erfahrungen mit Veränderungsprozessen erfolgreich umzusetzen.“[4]

Erfahrungsgemäß treten in einem Business-Training Widerstände gegen selbstreflektierende Denk- und Handlungsansätze auf.

Konkret geht es uns darum, im Rahmen einer Fortbildung die kollegiale Fallberatung als wertvolles Instrument für komplexe Situationen in der Projektarbeit zu etablieren. Das könnten verschiedene Formate, wie zum Beispiel das Reflecting Team oder auch die Case Clinic aus der Theorie U sein.

Erfahrungsgemäß treten in einem Business-Training Widerstände gegen selbstreflektierende Denk- und Handlungsansätze auf. Rückmeldungen zur Case Clinic sind bspw. im internen Kontext „Die an meinem Problem Beteiligten sitzen hier mit im Seminar, daher kann ich nicht offen sprechen.“ oder im offenen Seminar „Ich möchte hier keine internen Informationen herausgeben.“ Es braucht also einen ausreichenden Aufbau eines sicheren Raumes im Training sowie Übung, Reflexion und Transfer für die Methode. Damit ist aber noch nicht sichergestellt, dass sie in der Praxis angenommen wird.



• **Agiles Arbeiten und Lernen**
Die Erwachsenenbildung setzt inzwischen neben dem klassischen Training auch auf neue Formate, wie New Learning, Lernen 4.0 und Agiles Lernen. Wir wollen uns hier dem Ansatz des agilen Lernens nähern, da Agilität in Unternehmenskontexten als Antwort auf die VUCA-Welt zu hören ist. Das lateinische agilis bedeutet beweglich, regsam und wendig sein. Agilität geht auf das von führenden Softwareentwicklern im Silikon Valley geschriebene Agile Manifest zurück. Es besagt, dass Individuen und deren Interaktionen wichtiger erachtet werden als prozessuale Abläufe und Methoden, funktionierende Software-Programme wichtiger als ausführliche Dokumentationen, die Zusammenarbeit mit Kunden wichtiger als Vertragsverhandlungen und schließlich, dass Mut und Offenheit für Änderungen wichtiger sind als festgelegte Pläne.[5] Auf diesen Werten bauen bestimmte agile Prinzipien auf. In der Praxis wurden ergänzende Rahmenwerke und Methoden geschaffen.

Agilität ist über die Softwareentwicklung hinaus in vielen anderen Bereichen angekommen. Im agilen Lernen werden die Grundsätze des agilen Manifests als Denkmodelle übersetzt: Z. B. „Individuelle Lernbedarfe und Interaktionen sind wichtiger als Prozesse und Werkzeuge!“ Auf agilen Werten bauen auch hier agile Prinzipien auf, nach denen sich Lernprozesse gestalten.

Das lateinische agilis bedeutet beweglich, regsam und wendig sein.

Schauen wir noch einmal auf unser Beispiel der kollegialen Fallberatung, die als wertvolles Instrument in Sozial-, Bildungs- und Beratungsbereichen anerkannt ist. Die Case Clinic bietet strukturierte Möglichkeiten, in einen thematischen bis hin zu einem generativen bzw. schöpferischen Dialog zu gelangen. Wir überlegen, wie sie von Führungskräften/Beratenden im Business ausprobiert und angewendet werden könnte, die sich mit einer zunehmenden Komplexität der zu erfüllenden Aufgaben, vielen Abstimmungen, schnellen Entscheidungsbedarfen und steigender Unsicherheit auseinandersetzen müssen. Die kollegiale Fallberatung

findet eher wenig Anwendung, vielleicht trifft sie hier zu sehr auf andere Historien und Denkannahmen.

Prototypen – eine gemeinsame Intention bilden und ins Tun kommen

Unsere Idee ist, ein prototypisches Lernprojekt zu erproben: Eine cross-funktionale Gruppe aus drei bis fünf motivierten Lernenden übt die kollegiale Fallberatung kontinuierlich in festen Zyklen (im Agilen als Sprints bezeichnet). In die Treffen der Gruppe können weitere methodische Lernaufgaben integriert werden. Freiwilligkeit ist oberste Priorität, die Gruppe agiert selbstorganisiert. Sie plant ihr Lernprogramm und aktuelle Lernanforderungen z. B. mit einem flexiblen Kanban-Board (ToDos, Doing und Done), probiert Lerninhalte methodisch aus und reflektiert am Ende des Sprints ihre Erfahrungen in einer sogenannten Retrospektive.

Freiwilligkeit ist oberste Priorität, die Gruppe agiert selbstorganisiert.

Status Quo und Ausblick

Unsere Auseinandersetzung mit den Herausforderungen der VUCA-Welt und dem agilen Arbeiten als zeitgemäßer Antwort darauf, hat uns wieder einmal zum Dia-logos zurückgebracht. Ganz in diesem Sinne reift die Idee des Prototypings weiter. Wir sind im Prozess …

Petra Sohnius

* 1971
Counselor grad. BVPPT,
Systemische Beratung
Generative Facilitatorin GFI (i.A.),
Train-the-trainer Landesverband VHS/
Uni Münster, Scrum-Master I *Scrum.org*,
Betriebswirtin VWA

Maike Augstein

* 1971
Diplom-Ökonomin
Senior-Projektmanagerin
in der Dienstleistungsbranche

Verweis

[1] Hüther, Gerald, S. 10f. in Hartkemeyer, a. a. O

[2] Hartkemeyer, Martina, Johannes F., Tobias, Dialogische Intelligenz – Vom Käfig des Gedachten in den Kosmos gemeinsamen Denkens, Info3-Verlagsgesellschaft Brüll & Heisterkamp, Frankfurt/M., 3. Aufl. 2018, S. 57

[3] C. O. Scharmer, Theorie U – Von der Zukunft her führen, Carl Auer, Heidelberg, 4. Auflage 2015

[4] evolve 01/2014, Interview mit Otto Scharmer zum Thema "Jede Krise beginnt im Kopf – wie wir die ökologische, soziale und spirituelle Trennung überwinden können"

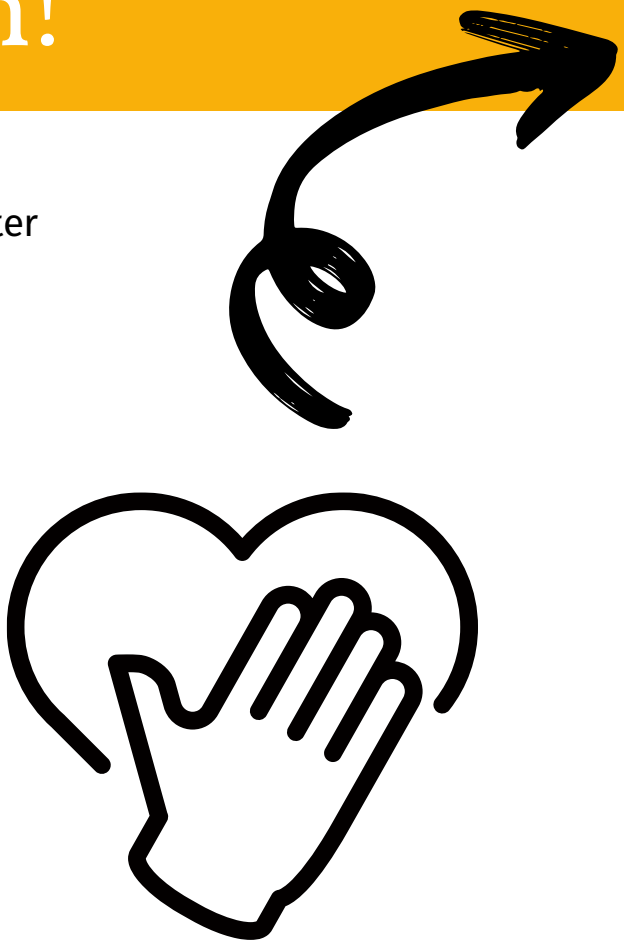
[5] Vgl. Beck, Kent et al. 2001, Manifest für Agile Softwareentwicklung, *https://agilemanifesto.org/iso/de/manifesto.html*, abgerufen am 4. April 2023

Authentisch sein als Berater*in!

Die neue Erfolgs-Währung im Zeitalter des schnellen Wandels

„Authentizität erfordert die Fähigkeit, im Einklang mit unseren inneren Erfahrungen und Werten zu leben und zu handeln.“

Dr. Brené Brown



In einer Welt, die sich so schnell verändert wie unsere, werden Beratungsdienste immer wichtiger. Mit dem Aufkommen neuer Technologien und der zunehmenden Komplexität von Herausforderungen, müssen auch wir uns immer wieder anpassen und neue Wege finden, um erfolgreich & nachhaltig im Sinne unserer Profession und Ethik zu handeln.

Gleichzeitig erleben wir einen krassen Generationenwechsel, der einen Werte- und Verhaltenswandel einläutet. Alles verschiebt sich gerade, und wir befinden uns auf neuem, ungewohnten Terrain.

Die neue Wirtschaft steckt inmitten dieser Umbruchphase, und steht vor großen Herausforderungen, weil sich der Mensch selbst in seinem Sein und Ruf nach Verwirklichung als auch in seinen Ansprüchen an das Leben & Business verändert. In der Führungsriege gewinnen Kompetenzen der Empathie, Authentizität und Intuition immer mehr an Bedeutung – und die Suche nach authentischen Mitarbeiter:innen nimmt als Auswahlkriterium zu. Als Berater:Innen können wir aufgrund unserer Expertise in diesem Kontext, Menschen, Unternehmen und Organisationen bei der Transformation unterstützen.

Doch wie können wir uns als Stütze in diesem Zeitalter des Wandels hervorheben? Dabei geht es nicht nur um profunde Aus- & Weiterbildungen, Know-How, Fertigkeiten, Supervision & Co. – das ist die Basis. Vielmehr geht es darum, wie gelebte Authentizität zur neuen Währung für Berater:Innen werden kann. Was das bedeuten kann und wo wir selbst regelmäßig hinschauen dürfen.

Denn in einer Welt, die von Technologie, Daten, Schnelllebigkeit und Veränderung beherrscht wird, sehnen sich viele nach menschlicher Nähe, Empathie und vor allem Echtheit – auch in der Beratung.

Echtheit, authentisch sein – ist die wahre Währung des Vertrauens, und nicht das Beherrschen des Handwerkszeugs.

Was heißt es, authentisch zu sein?

In unserer Berufung als Berater:innen kann es eine Herausforderung sein, authentisch zu sein und uns selbst authentisch zu zeigen. Wir begegnen Menschen, die uns ihr Innerstes anvertrauen und Halt suchen, indem sie uns oft ihr Seelenleben vollständig offenbaren. Unsere Aufgabe besteht darin, sie bei ihren individuellen Herausforderungen zu unterstützen und zu begleiten.

Diese verantwortungsvolle Aufgabe erfordert eine gnadenlose Ehrlichkeit mit uns selbst, da auch wir Menschen mit einem eigenen Belief- und Wertesystem sind. Es kann vorkommen, dass wir uns unbewusst in eine Vorbildrolle hineinmanövrieren. Im Coaching habe ich oft erlebt, wie Berater:innen sich selbst unter Druck setzen, indem sie hohe Ansprüche an sich selbst stellen und befürchten, dem Klienten nicht gerecht zu werden, nicht perfekt zu sein oder nicht alles zu wissen.

Wir müssen nicht alles wissen, wir dürfen Vertrauen – auch in uns selbst

Authentisch sein erfordert keine Perfektion, sondern das Halten der Energie für uns selbst als Berater:innen und für den vertrauensvollen Rahmen der Begleitung.

Wir dürfen uns immer wieder ins Bewusstsein rufen, dass wir den Raum und Rahmen mit unserer Energie halten, mit unserem Da-Sein und unserem aufrichtigen Interesse am Menschen und seinen Problemen – und nicht mit der Perfektion der Tools und Techniken. Die authentische Energie und Präsenz, das ist es, was Klient:innen spüren und was ihnen Vertrauen gibt.

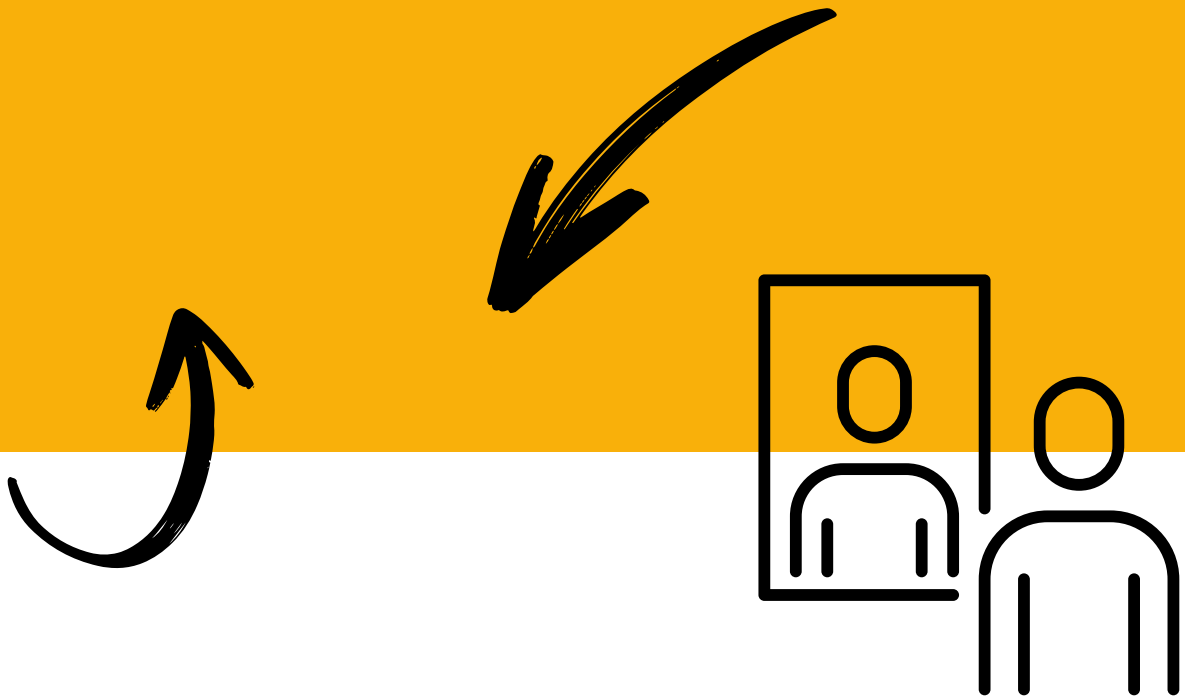
Durch unsere Präsenz des Seins sind wir auch mit unserer inneren Führung und Weisheit verbunden – mit unserer Intuition. Wir müssen nicht alles wissen, wir dürfen Vertrauen – auch in uns selbst.

Authentisch sein heißt auch seine Erfahrungen & Emotionen zu teilen

Doch wie viel darf es sein? Auch bei diesem Punkt geht es um gnadenlose Ehrlichkeit mit sich selbst und das eigene, regelmäßige „inner Work“.

Als Berater:innen haben wir oft das Gefühl, dass wir unsere eigene Persönlichkeit zurückhalten müssen, um eine professionelle Fassade aufrechtzuerhalten. Doch in Wirklichkeit kann das Teilen unserer eigenen Erfahrungen und Emotionen dazu beitragen, eine tiefere Verbindung zu unseren Klient:innen aufzubauen und ein Gefühl der Gleichheit zu schaffen.

Schließlich sind wir alle emotionale Wesen und unsere eigenen Erfahrungen und Gefühle können uns helfen, besser zu verstehen, was unsere Klient:innen durchmachen. Es geht nicht darum, unsere eigene Therapie vor unseren Klient:innen auszubreiten, sondern darum, unsere Erfahrungen und Emotionen sinnvoll und gezielt in den Beratungsprozess einzubringen. Mit allem, was uns ausmacht, in allen Facetten, was nur allzu menschlich ist.



Wir dürfen es wagen und uns erlauben, diese Seiten zu zeigen, die wir vermeintlich als Schwäche interpretieren. Heißt, wir dürfen dafür sorgen im Reinen mit uns selbst und im Frieden zu sein. Denn dann können wir auch eine verletzliche Seite aus einer inneren, klaren und aufrechten Haltung heraus zeigen. Das schafft noch tiefere Verbindungen und erzeugt Hoffnung auf Augenhöhe.

Authentisch sein bedeutet, seine Einzigartigkeit zu betonen und dadurch eine starke Verbindung und Vertrauen aufzubauen.

Ein ganz großes Vorbild für mich persönlich ist Mel Robbins. Sie ist ein absolutes Beispiel für „she walks the talk“ Sie schafft es auf wunderbare Art und Weise eine authentische Nähe zum Menschen herzustellen, durch die Verbindung ihrer Expertise als auch das Teilen ihrer eigenen Erlebnisse und Herausforderungen, die sie an ihre Grenzen bringen. Einfach Herz-öffnend!

Authentisch sein erlaubt dir, dich in deiner menschlichen Emotionalität zu zeigen. Aus einer inneren, klaren & aufrechten Haltung. Damit kann es niemals Schwäche sein, sondern tiefe Verbindung.

Authentisch zu sein braucht Klarheit – für das eigene Sein und die Bedürfnisse

Ich darf mir selbst treu sein! Auch hierfür braucht es gnadenlose Ehrlichkeit mit sich selbst.

Wir können nur dann wirklich unterstützend zur Seite stehen, wenn wir selbst voller Energie, Kraft & Klarheit sind. Klarheit wofür wir in der Beratung stehen, was wir bieten und zu welchen Bedingungen – oder anders formuliert, treu nach unserem eigenen Werte-System. Deshalb gelten Regeln der Achtsamkeit, Selbstfürsorge, Empathie und ein Feinadjustieren dessen, was wir bewirken und erleben wollen in der Welt, auch für uns selbst.

Das bedeutet, dass man sich regelmäßig Klarheit verschaffen sollte darüber, wer man ist, was man will und wohin der eigene Weg führt. In einer schnelllebigen und sich ständig wandelnden Welt kann es leicht passieren, dass man sich zu sehr auf das Wohl der Klient:innen, Firmen und Co. konzentriert und dabei die eigenen Werte und Pfeiler aus den Augen verliert. Bevor man es überhaupt merkt, gerät man unabsichtlich in eine Situation des Verbiegens - verbiegen für das Business, die Kunden oder das Beratungsspektrum, obwohl man vielleicht längst aus diesem herausgewachsen ist.

Im Coaching begegne ich immer wieder Berater:innen, die an einem bestimmten Beratungskonstrukt festhalten, obwohl sie eigentlich andere Wege einschlagen möchten. Oftmals entsteht diese Situation aus Angst davor, Klient:innen/Kunden zu vergraulen oder die Sorge vor Ablehnung, wenn sie ein neues Beratungsmodell etablieren wollen.

Doch nur wenn man sich selbst treu bleibt und regelmäßig für Klarheit sorgt, kann man klare Botschaften und Signale setzen, die von anderen wahrgenommen und respektiert werden. Authentisch sein bedeutet also nicht nur, die Klient:innen in das ersehnte „Wohlergehen“ zu führen, sondern auch dafür zu sorgen, dass man selbst in der Beratung Sinn und Erfüllung findet.

Mag. Tanja Rienößl

* 1979
Counselor grad. BVPPT
Studium der Betriebs- & Sozialwissenschaften,
Dipl. Psychosoziale Beratung
Unternehmerin | Holistic Business Coach
Coaching für Leaderinnen, Selbständige
& Unternehmen im Mindful Leadership

Authentisch sein, sorgt für klare Botschaften & Signale ,die wahrgenommen und respektiert werden, sodass du dir auf deinem Weg treu bleiben kannst.

Es erfordert die Fähigkeit zur Selbstreflexion und die Offenheit gegenüber Neuem, aber es lohnt sich, diesen Weg zu gehen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass Authentizität im Beratungskontext unverzichtbar ist, um eine tiefere Verbindung zu den Klient:innen aufzubauen und langfristig Erfolg und Erfüllung in der Beratungsarbeit zu finden. Es erfordert die Fähigkeit zur Selbstreflexion und die Offenheit gegenüber Neuem, aber es lohnt sich, diesen Weg zu gehen. Authentisch sein bedeutet, seine Einzigartigkeit zu betonen und dadurch eine starke Verbindung und Vertrauen aufzubauen. Es ist ein fortwährendes Lernen und Entdecken, das nie aufhört und uns immer wieder spannende Erfahrungen und Erkenntnisse bietet.

„WÜNSCHE. PLÄNE. ZIELE. KEINE SORGEN UM MORGEN."

Sonderkonditionen für BVPPT Mitglieder sowie für Weiterbildungsteilnehmer/Innen der kooperierenden Institute: Privat -und Berufshaftpflichtversicherung.

Geschäftsstelle **Daniel Esser**
Trierer Straße 814 · 52078 Aachen
Telefon 0241 46370060
daniel.esser@gs.provinzial.com

Ansprechpartner für BVPPT-Berufsverbands-mitglieder und WeiterbildungsteilnehmerInnen der kooperierenden Institute

Immer da. Immer nah. PROVINZIAL

Was ist dein Genug?

Von Selbstoptimierungsdruck und einer Kultur, in welcher, das Beste aus dir rausholen zu wollen, zum neuen Standard wird. Ein provokanter Appell, Anspruch und Tempo mit einem kritischen Blick zu würdigen.

Wie bin ich genug?

Die Möglichkeiten der Welt sind breit und die Türen zahlreich. Manche sind verschlossen und andere angelehnt. Wieder andere habe ich geöffnet und hinter diesen Türen stehen Räume, bunt und breit mit Türen in allen Farben. Es ist ein Phänomen, dass die ganze Farbpalette und all ihre Zwischentöne und Möglichkeiten manchmal alles andere als die große Wahlmöglichkeit in Menschen auslösen. Oft lädt die breite Wahl und all die Versionen, die ich in ihnen sein könnte, zu einer Art Ohnmacht ein. Vielleicht kennst du das Gefühl auch, wenn Unbegrenztheit an Auswahl und Fülle sich in manchen Momenten zu Rückzug und Widerstand verwandeln. Sie wirken dann leider weniger anspornend, sondern vielmehr lähmend.

Die Erwartung, die beste Version meiner selbst zu sein, was auch immer das heißt, mündet allzu häufig in einem Gefühl von Stress, nicht genug zu sein und Enttäuschung.

Eine Kultur, die jederzeit vermeintlich unbegrenzte Zugänge von Wissen, Kontakt und Beschäftigung bereithält, scheint verlockend, doch kommt allzu oft mit einem Nachgeschmack. Besonders in sozialen Medien scheinen die Realitäten randvoll mit allem, was du suchst und von dem du noch nicht wusstest, dass du es willst. Sie malen Bilder, in denen du vieles sein kannst, stetig wachsen und dich verändern kannst … oder in denen du dich verändern sollst? Denn in diesen Bildern und Idealen baut sich zunehmend ein neuer Standard von Normalität auf: sich kontinuierlich verbessern zu wollen. In diesen Standards dämmert auch ein Druck, sich diesen zahlreichen Türen, wenn sie schon alle zur Verfügung stehen, auch zuwenden zu müssen. Ein Druck, der als wahrer Formwandler daherkommt und viele Gesichter zeigen kann: Selbstoptimierungs-, Zeitmanagement-, Leistungs-, Produktivitäts-, Erfolgs- oder Selbstverwirklichungs-Druck.

Dabei begegnen wir zwei Welten: Der um uns und der in uns. Nicht nur von außen, sondern auch von innen bewegt sich dieser Druck und tarnt sich in einer leistungsorientierten Gesellschaft z. B. als Perfektionismus. Alles, zu jeder Zeit aus sich, seinen Beziehungen und seinem Verhalten rauszuholen, löst dabei jedoch nicht die Maximierung an Effizienz aus. Sie kratzt vielmehr an den Oberflächen der Veränderungen und droht den einzelnen, ohne nachhaltige oder langfristige Begleitung im Regen stehen zu lassen. Die Erwartung, die beste Version meiner selbst zu sein, was auch immer das heißt, mündet allzu häufig in einem Gefühl von Stress, nicht genug zu sein und Enttäuschung. So sind wir eben nicht nur das Beliebte und Schöne unserer selbst, nur weil wir es sein wollen. Wir sind alles: Schatten und Licht, auch Bereiche, die uns an uns selbst nicht passen und auch Tage, an denen es nicht so läuft, wie wir es uns ausgemalt haben oder Tage, an denen wir keine Lust haben, das Beste aus

uns rauszuholen. Das Leben hat mehr als zwei Seiten und abseits der Illusion einer Linie nach oben finden wir uns durchaus auch in Wellen wieder, in denen auch unbeliebte Gefühle stattfinden. Diese Gefühle lassen sich zeitweise verdecken, aber keineswegs wegrationalisieren, nur weil wir uns entschieden haben, sie nicht mehr zu wollen oder weil der Standard danach fragt, glücklich, leistungsstark und fähig sein zu wollen.

Nicht zu verwechseln: aus Prinzip sein Potential 24/7 ausschöpfen zu wollen oder der Wille und die Entscheidung, etwas für sich zu verändern. Für mich stehen zwischen diesen beiden Verhaltensweisen wesentliche Scheuklappen. Sie schirmen mich von dem, der ich bin und all dem, was das für mich umfasst, ab. Mit den so positionierten Scheuklappen lässt es sich deutlich leichter rennen und rennen, ohne genau zu wissen, wie all der Tatendrang, einem Standard zu entsprechen, eigentlich mit mir zu tun hat. Es bedeutet, sich selbst anhand eines Optimums zu orientieren, welches nicht von meinen Besonderheiten inspiriert ist. Dieses Optimum scheint wie ein Fass ohne Boden, in das alles reinpassen soll, was ich von mir und du von mir und Menschen, die ich weder kenne noch mag, von mir verlangen. Das, am besten direkt und ohne solche Umwege, die ich nicht in dieses Selbstbild reinbekomme. Im Laufen und ständigem Wollen flüstert es dann vielleicht leise, dass das Geheimrezept: Selbstoptimierung rund um die Uhr = Erfolg, Zugehörigkeit und dem Gefühl von Freiheit gar Glück, auf diese Weise doch nicht so glatt aufgeht.

Also, wann bist du genug?

Moment … ich stelle die Frage noch einmal. Was bedeutet das für dich wirklich? Wann bist du für dich genug? Wann hast du das Gefühl, du bist genug? Und wie bist du dann?

An alle, die das hören wollen, hier eine kleine Dusche zum Durchatmen. Du musst nicht dein volles Potential ausschöpfen, überhaupt nicht. Du musst nicht alles in einer Person erfüllen und auch dein Gegenüber muss nicht alles in einem sein. Du musst dir nicht allem bewusst sein. Du darfst blinde Flecken haben und widersprüchlich handeln, selbst wenn du dir dessen bewusst bist. Du hast Zeit. Es muss nicht logisch sein, halte an. Lasse dich vom Wind treiben.

Eine Wisch- und Weg-Mentalität, in der hinter der nächsten Ecke vielleicht noch etwas Besseres lauern könnte, suggeriert, dass sich festzulegen eine Limitierung wäre. Ich lade dich und mich in einem Moment voller radikaler Ehrlichkeit dazu ein, neugierig zu schauen, wie diese Muster und Standards vielleicht eine Welt um uns gebaut haben. Inwiefern ist diese Welt voller Messlatten real für mich, und wer hat diese Messlatten überhaupt dort aufgehängt? Die Idee, alle kriegen es hin und nur ich liege hinterher, treibt an und isoliert zugleich. Vielleicht

noch einen Schritt weiter: Diese Bilder von Perfektionismus und ewigem Verbessern können mit leistungsabhängigem Selbstwert, selbstverletzendem Vergleichen, oberflächlichen Verbindungen und einem Rausch der Kurzfristigkeit inklusive kommen. Dazwischen kämpft der Augenblick genau in diesem Moment, in der Einfachheit und Ruhe, die er wirklich ist, um einen Platz. Was meinst du?

Ein Abschlussplädoyer für alle, denen die Möglichkeiten und Wettrennen von Zeit zu Zeit zu viel werden und die für sich überprüfen wollen, wer oder was den Standard und das Tempo vorgibt. Du bist auf deinem Weg, niemand kann dich überholen. Niemand kann wissen, wie weit du bist und wann die Zeit für Veränderung reif ist. Vielleicht hast du selbst den Eindruck, du wüsstest es nicht, auch das ist okay. Du bist in deiner Ordnung, egal wie diese aussieht.

Schaue um dich, vielleicht erfreust du dich an WegbegleiterInnen und ihr geht ein Stück des Weges gemeinsam und dann lasst ihr euch wieder ziehen, einfach so. Vielleicht gehst du lieber allein. In dem Vertrauen, dass es an der Zeit ist, ohne es genau zu wissen. Ich sehe, dass es mein Weg ist und, dass ich werde. Ich suche nicht, und ich finde nicht. Im Werden bin ich, und das ist genug.

Alina Esch

* 1997
Counselor
Gestalt und Orientierungsanalyse
Selbständige Beratungspraxis
in Monheim am Rhein
Sozialarbeiterin B.A.
Kinderbuchautorin

www.alinaesch.de

Graduierungen Herbst 2022 / Frühjahr 2023

Die Graduierungsarbeiten sind veröffentlicht und zu beziehen über: *www.bvppt.org* und *www.ihp*

Die graduierte Mitgliedschaft im BVPPT setzt die Erstellung einer praxisorientierten Abschlussarbeit voraus. In Zusammenarbeit mit den kooperierenden Instituten werden diese Arbeiten präsentiert und dokumentiert.

Institut für Humanistische Psychologie

Kai Lehmköster
Bilder als Kontaktaufnahme zu sich und anderen

Silke Scholven
Der gute Grund des Widerstandes

Kunsttherapie meets Traumapädagogik

FH Münster

Esther van der Wals
BEGLEITUNG AUF NEUEN WEGEN.

Evaluation eines Coachingprojekts für Berufseinsteiger*innen der Sozialen Arbeit

Richard Mittag
Mental Toughness und Coaching

– eine Studie im Tennissport –

Simone Rahms
Coaching als Instrument zur Stärkung des Selbstwirksamkeitserlebens und des Selbstmitgefühls Evaluation eines Theorie-Praxis-Projekts für Menschen mit hohem Gewicht

Sophie Sambale
Coaching als Instrument zur Stärkung des Selbstwirksamkeitserlebens und des Selbstmitgefühls Evaluation eines Theorie-Praxis-Projekts für Menschen mit hohem Gewicht

Laureen Zu Dohna
Professionalisierung in helfenden Berufen unterstützen:
Welche Effekte hat Coaching auf Professionalisierungsprozesse?
(s. CounselingImpulse Ausgabe 8)

Wir gratulieren herzlich!

Buchbesprechungen

Dr. Benajir Wolf
Körperpsychotherapie

75 Therapiekarten

mit 32-seitigem Booklet in hochwertiger Klappkassette
Julius Beltz Verlag Weinheim 2022/23
EAN 401-917210081-0: 4019172300357 | 54,00 Euro

Dr. Banajir Wolf
Sinnverstehende Psychomotoriktherapie mit Erwachsenen

Broschiertes Buch

142 Seiten | Ernst Reinhardt Verlag, München 2019
ISBN 978-3-497-02802-3 | 29,90 Euro

In allen Therapie- und Counseling Richtungen ist das Interesse daran gewachsen, den Körper mehr und mehr in klassische Konzepte einzubeziehen, vor allen Dingen dann, wenn der Verdacht der Beteiligung von traumatischen Ereignissen vorliegt. Die Box mit 75 körper-therapeutischen Interventionen ist ein Novum, anwenderfreundlich und Schulen übergreifend – auch für den Counselor. Es liegt ein Begleitheft bei, in dem die verschiedenen Körperkontaktarten und Berührungsweisen zur Sprache kommen. Ich empfehle darüber hinaus das Begleitbuch zur Sinnverstehenden Psychomotoriktherapie als Ergänzung.

Psychomotorik kenne ich noch aus den 60er Jahren, als im Rahmen der Humanistischen Psychologie eine Vielzahl von Körper-Therapie-Verfahren entstanden, die sich leicht dem Counseling zuordnen ließen. Jetzt stellt Benajir Wolf die Situation so dar, als wenn die Zuordnung schwieriger geworden sei. Doch die Therapiekarten wiederum lassen erkennen, dass Psychomotorik Übungen auch im Kontext des Counseling angewandt werden können.

Starten sollte man, so die Autorin, auf jeden Fall immer mit angeleiteter Eigenberührung. Körperkontakt zwischen Counselor und Klient*innen sollte ausschließlich mit expliziter Erlaubnis der Klienten stattfinden, nachdem genügend Erfahrungen mit sanften, explorierenden Eigenberührungen stattgefunden haben. Das Ganze dient dem Schutz der Klientel, denn eine noch so kleine Berührung kann plötzliche, unbewusste Körperreaktionen hervorrufen, weil jede Körper-Berührung an die pränatale Zeit anknüpft, also dem nicht-sprachlichen Bereich zuzuordnen ist.

Wenn körpertherapeutische Methoden angewandt werden, so sollte die Klientel sich ganz frei bewegen dürfen, und das geschieht am besten liegend auf einer fest gepolsterten Matte oder auch in unbewusst nicht kontrollierbaren Bewegungen. Die Anmerkungen aus der Begleitlektüre sind deshalb mindestens so wichtig wie die Karten selbst, denn hier wird z. B. ausdrücklich darauf hingewiesen, dass Körperübungen in Gruppen so oft wiederholt werden, bis jede/r Teilnehmer*in sie nachweislich miterlebt hat. Köpertherapie verlangt ein langsameres Vorgehen als sprachlich angelegte Beratungsformen.

Man muss bei Körpertherapie als Counselor mit allem rechnen, deshalb die ausdrücklichen Vorsorgemaßnahmen.

Fast alle körperlichen Interventionen lassen sich auf Wilhelm Reich und seine Tochter Eva Reich zurückführen. Weil Erinnerungen vor dem zweiten Lebensjahr sehr versteckt in der Muskulatur gespeichert sind, stehen vorsichtige Schutzmaßnahmen an, damit bei spontan aufkommenden Körperbewegungen keine Explosionen zu neuerlichen Verletzungen führen.

Die Autorin hat in großer Sorgfalt dieses Kartenpaket geschnürt und verweist vor der Anwendung ausdrücklich auf eine sorgfältige Auseinandersetzung mit den Charakterstrukturen, nicht um Körperstrukturen mechanisch zu verändern, sondern zum allmählichen Verstehen ihrer Funktion in der Verarbeitung von Lebensereignissen.

Das Karten-Set ist in 10 Module aufgeteilt, eine gute Vorlage für den Aufbau einer modular strukturierten Vorgehensweise wie sie die Counselor Ausbildung vorgibt.

Dr. Klaus Lumma

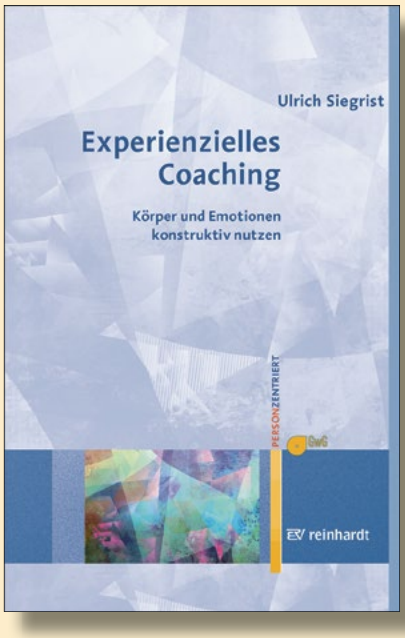
Psychomotorik mit Erwachsenen

2019. 142 Seiten.
5 Abb. 2 Tab.
(978-3-497-02802-3) kt
€ [D] 29,90 / € [A] 30,80

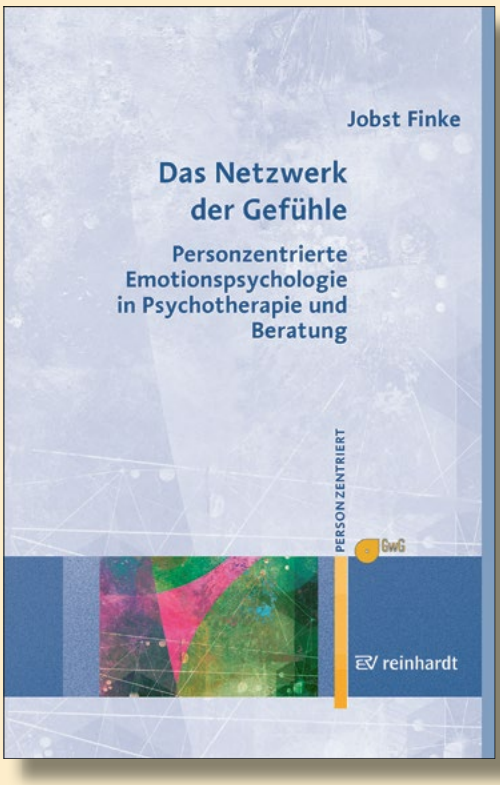
bestellen Sie hier!

Beratung in der Psychotherapie

2018. 183 Seiten.
2 Abb. 1 Tab.
(978-3-497-02788-0) kt
€ [D] 24,90 / € [A] 25,60

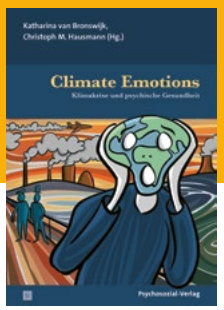


2022. 136 Seiten.
5 Abb. 2 Tab.
(978-3-497-03101-6) kt
€ [D] 26,- / € [A] 26,80



2023. 160 Seiten.
(978-3-497-03152-8) kt
ca. € [D] 29,90 / € [A] 30,80
erscheint ca. Oktober 2023

ER reinhardt
www.reinhardt-verlag.de



Katharina van Bronswijk, Christoph M. Hausmann (Hg.)
Climate Emotions

Klimakrise und psychische Gesundheit

418 Seiten | Psychosozial-Verlag, Gießen 2022
ISBN 978-3-8379-3168-6 | 44,90 Euro

In Psychotherapie und Beratung muss die Klimakrise spätestens jetzt mitgedacht werden. Dies ist Kernaussage und Programm dieses Fachbuchs, einer Aufsatzsammlung, die auch für Laien gut und sogar ausgesprochen spannend zu lesen ist.

Im ersten Teil geht es um Grundlagen der psychischen und physischen Gesundheit in der planetaren Krise. Inhalte sind ein bio-psycho-soziales Umwelt-Modell der psychischen Gesundheit, Belastungen in Folge von Naturkatastrophen, Klimaleugnung und Verschwörungserzählungen. Den Abschluss bilden Fallgeschichten aus der Unterstützungsarbeit für Aktivisti der Psychologists for Future.

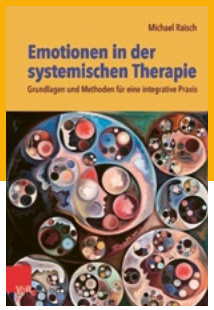
Im zweiten, titelgebenden Teil geht es um Klimagefühle: Klimakummer, Klimadepression, Klima-Angst, Schuld und Schuldgefühle sowie Ärger, aber auch positive Gefühle und den „Activist Burnout“.

Der dritte Teil befasst sich mit Therapie und Prävention. Er beinhaltet Beiträge zu Resilienz, Hoffnung in der Klimakrise, Naturerfahrungen und weitere spannende Konzepte wie z. B. die Akzeptanz- und Commitment-Therapie.

Im vierten Teil erfolgt ein politischer Appell an die Berufsgruppen des psycho-sozialen Bereichs, sich in den Berufsverbänden und Kammern der Klimakrise angemessen zu engagieren.

Alle Beiträge sind wissenschaftlich gut unterfüttert, praxisnah und spannend zu lesen. Das Buch ist bahnbrechend, weil es aktuelle, gut untersuchte Konzepte in den Kontext Klimakrise einbettet. Es stellt eine wichtige Lektüre für alle dar, die in ihren Counselings klimapolitisch und gesellschaftlich relevante Bedingungen berücksichtigen wollen. Das Buch eignet sich hervorragend als Grundlage für die praktische sowie für Öffentlichkeitsarbeit.

Barbara Funk



Michael Raisch
Emotionen in der systemischen Therapie

382 Seiten | Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen 2022
ISBN 978-3-525-40775-2 | 39 Euro

„Wie kann die systemische Therapie noch wirksamer und im Ergebnis nachhaltiger werden?“ fragte sich Michael Raisch und beantwortet diese Frage theoretisch fundiert und mit interessanten Praxisbeispielen und Checklisten unterlegt gleich selbst: Durch den Einbezug von Verfahren, die auf Emotionen basieren.

Raisch widmet sich zunächst ausführlich der Bedeutung von Emotionen und schwenkt dann gekonnt zur praxistauglichen Erläuterung der Emotionsbasierten Verfahren. Es wird zunächst die Grundidee und deren Vorläufer eingeführt, um dann die Grundlagen und Therapeutische Methoden der beiden Verfahren „Schematherapie“ und „Emotionsfokussierte Therapie“ vorzustellen und deren Systemischen Nutzen in den praktischen Kontext einzuordnen. Das Kapitel wird bereichert durch Erläuterungen zu Methoden und Anwendungsgebieten der „Inneren Kindarbeit“ und der „Compassion Focused Therapy“.

Abschließend werden systemische Therapie und emotionsbasierte Verfahren einem ausführlichen Vergleich unterzogen und schließlich im Grundriss einer systemisch-emotionalen Psychotherapie zusammengeführt.

Das Buch ist ein Grundlagenwerk mit einem reichhaltigen therapeutischen Werkzeugkasten. Raisch gelingt es durch die kluge Strukturierung des Inhalts einen Lese-Sog zu erzeugen und jeweils neugierig auf das nachfolgende Kapitel zu machen. Für alle, die bereits mit ihren Klienten systemisch arbeiten und noch tiefere und nachhaltigere Lösungen anstreben sowie ihre praktische Arbeit durch die Einbeziehung emotionsbasierter Verfahren bereichern möchten, ist das Werk ein angenehm zu lesendes Muss und in jeder Hinsicht empfehlenswert.

Alexandra Genten

Susanne Strobach / Claudia Pinkl
75 Coachingkarten Achtsamkeits- und Weisheitsgeschichten

Hinter jeder Tür eine Geschichte. Mit 40-seitigem Booklet. Zwölf Geschichten als Audiodateien und Thementabelle online

Beltz Verlag; Weinheim 14.09.2022
ISBN: 978-3-407-36923-9 | 58Euro

„Wenn sich Türen schließen, gib nicht auf. Geh zur nächsten und mach sie auf.“ Dieses und andere Sprichwörter sind alte Weisheiten, die Menschen seit jeher zum Nachdenken und -fühlen anregen. Dabei spielen Türen als Symbol nicht selten eine wesentliche Rolle.

Susanne Strobach und Claudia Pinkl verbinden in diesem Kartenset hervorragend 75 wunderschöne Fotos von Türen aus aller Welt mit besonderen Geschichten, ergänzt durch Reflexionsfragen im Booklet, die in unterschiedlichen Kontexten im Counseling eingesetzt werden können. Sie ermöglichen Assoziationen, Perspektivwechsel und ein tieferes Verständnis für Geschehen, Verhaltensweisen und Muster. Eingesetzt werden können die Bilder wie die Geschichten vor allem in Klärungsprozessen und Entscheidungsfindungen. So werden neue Räume mannigfaltig geöffnet.

Durch das klug zusammengesetzte Bild- und Geschichtenmaterial, teils gekoppelt mit praxisorientierten, theoriebasierten kurzen Impulsen auf den Karten, sticht es aus den auf dem Markt bereits vorhandenen Kartensets hervor. Zusätzlich stehen weitere Ressourcen zur Verfügung; im Begleitheft neben den Reflexionsfragen Ausführungen zur Wirkung von Bildern und Geschichten, online eine Thementabelle und Audiodateien, in denen die Autorinnen einige Geschichten erzählen, unterlegt mit der eigens für die Erzählungen komponierte Musik von Joe Pinkl.

Das Gesamtwerk ist sehr empfehlenswert.

Angela Keil

Dr. Susanne Lapp
Das große Handbuch für den systematischen NLP-Practitioner & Coach

517 Seiten | Werdewelt Verlags- und Medienhaus GmbH, 2022
ISBN 978-3-9824180-0-1 | 59 Euro

Mit dem guten Vorsatz des Jahres, etwas Neues zu lernen, habe ich mich an dieses Buch gesetzt. Auf den ersten Blick macht das Buch auf mich einen sterilen, wissenschaftlichen Eindruck und mit seinen 517 Seiten wirkt es von außen eher nach Arbeit. Beim Öffnen und „Daumenkino-durchlesen“ fallen sofort die zahlreichen, liebevoll gestalteten Sketchnotes in den Blick. Sie motivierten mich zum sofortigen Durcharbeiten.

Frau Dr. Lapp schreibt sehr verständlich und didaktisch gut aufbereitet zu Beginn über unterschiedliche Lernmethoden, die dem/der Leser*in das Durcharbeiten und Lernen der Inhalte erleichtern, und den Grundlagen zu Gefühlen und Bedürfnissen. Ab Kapitel fünf steigt Frau Dr. Lapp in die NLPGeschichte ein und erklärt anschaulich die NLP-Tools – Wahrnehmung – Rapport – Repräsentationssysteme – Arbeiten mit Ressourcen – Ankern – Meta-Modell der Sprache – Submodalitäten – Reframing und Glaubenssatzarbeit. Sie ergänzt die NLP-Tools mit systematischen und psychoanalytischen Tools wie – Teile-Arbeit – Trance und Trauma.

Die Kapitel sind sehr klar strukturiert, von Sketchnotes, die das Gelernte visualisieren und somit festigen und leichter erinnern lassen, begleitet und nach jedem Thema folgt eine passende Übung, um das Gelernte direkt in die Praxis umzusetzen. So kann er gut als Begleithandbuch im eigenen Lernprozess oder der NLP-Ausbildung genutzt werden. Bedauerlich sind die vermehrten Rechtschreib- bzw. Tipp-Fehler, die sich durch das Buch ziehen. Diese werden aktuell in einer 2. Auflage ausgemerzt und somit für NLP-Interessierte ein empfehlenswertes Buch.

Lea Gentemann

Silvia Schanze und Andrea Lawlor
mini-handbuch Entspannungscoaching

155 Seiten | Beltz Verlag, Weinheim 2022
ISBN 978-3-407-36841-6 | 24,95 Euro

Dieses Buch hat sich einen festen Platz in meiner Arbeitstasche ergattert!

Die Autorinnen schnüren in dieser Veröffentlichung ein umfassendes Paket voller Übungen, Anleitungen und den passenden Erklärungen. Besonders wertvoll für die unmittelbare Praxis macht dieses Buch die Kombination aus Hintergrundwissen und anwendbaren Übungen. Hierbei finde ich als Leserin genau so viel Hintergrundwissen wie nötig, um die Techniken fachlich einzubetten, ohne dabei von theoretischen Beschreibungen überschwemmt zu werden. Jede einzelne Übung ist mit direkt vorlesbaren Texten ausgestattet. Somit ist für mich als Anleiterin nichts weiter zu tun, als das Buch aufzuschlagen, die Übung mit dem passenden Nutzen, der entsprechenden Dauer und der Zielgruppe (AnfängerInnen oder Fortgeschrittene) auszuwählen und sofort umzusetzen. Entsprechend anschließende Reflexionsfragen, Tipps zur Begleitung und mögliche Impulse für die KlientInnen zu Hause, machen es zu einem reichhaltigen Gesamtprodukt.

Darüber hinaus sind die Texte mit zahlreichen Links zu Audiodateien ergänzt. Passend zur digitalen Komponente bieten die Autorinnen konkrete Tipps, wie ich als Anleiterin die Texte ebenfalls digital einsprechen kann. Dadurch können die Entspannungsimpulse abspielbar gemacht werden und durch die Individualität der eigenen Stimme bereichert werden.

Wer dieses Buch in seinem Repertoire hat, ist für alle Geschmäcker mit Entspannungstechniken in Coaching und Beratung für Gruppen und Einzelsettings ausgestattet. Klare Kaufempfehlung für alle, die mit der Ressource Entspannung arbeiten möchten.

Alina Esch

Sylvana Grabitzki-Hatch
mini-handbuch Impact-Techniken im Coaching

190 Seiten | Beltz Verlag, Weinheim 2023
ISBN 978-3-407-36816-4 | 24,95 Euro

Warum ich ab jetzt Wunderkerzen in meiner Praxis habe!

In diesem mini-handbuch finden BeraterInnen und Coaches eine Fülle an Inspirationen und handfesten Interventionen, Metaphern, Texten und Erklärungen rund um das Thema Impact-Techniken.

Der Aufbau ermöglicht den LeserInnen einen tiefen Einstieg in den Nutzen, die Wirkungszusammenhänge und die theoretischen Grundlagen zum Thema. Anhand von 7 Prinzipien, wird die Mehrdimensionalität und Wirkungskraft dieser perspektivverändernden Ansätze deutlich. Durch alltägliche oder unerwartete Metaphern und Gegenstände werden Themen und Reflexionsprozesse neu und kreativ gedacht und für den Menschen erfahrbar. Anhand zahlreicher dialogischer Fallbeispiele aus umfassender Erfahrung wird der professionelle Umgang und Einsatz in der Praxis deutlich.

Mit einem fachlichen und robusten Fundament dürfen sich alle LeserInnen auf eine große Bandbreite an Techniken freuen. Sie sind kreativ, überraschend und überzeugen in ihrer Einfachheit und Effektivität. Sie sind für die direkte Umsetzung praxisnah aufgebaut: Zu jeder Übung das Ziel, Material, Nutzen, Beschreibung und ein Fallbeispiel.

In einer Gesamtübersicht lässt sich nachschlagen welche Themen mit der entsprechenden Technik besonders angesprochen werden können: Loslassen, Emotion steuern, Gespräche führen, Entscheidungen priorisieren u. v. m. Darüber hinaus ermutigt die Autorin, den eigenen Stil als Coach und BeraterIn einzubringen und individuelle Feinschliffe und Weiterentwicklungen in die eigene Praxis einzuflechten. Auf diese Weise gestaltet sie eine Sammlung voller konkreter und erprobter Techniken.

Alina Esch

Alina Esch
Komm, wir gehen zusammen

36 Seiten | tredition GmbH, Ahrensburg 2023
ISBN 978-3-347-87883-9 | 25 Euro

Verlust und Trauer begegnen jedem Menschen früher oder später, und jeder Mensch hat seine eigene Art mit dem Kummer umzugehen. Wichtig ist es, in dem Prozess der Verarbeitung von Verlusten, Gefühle zuzulassen und seine Lebensfreude zurückzugewinnen.

In dem Buch „Komm, wir gehen zusammen“, erlaubt die Autorin einem jungen Mädchen, sich ihrer Trauer zu stellen und sie wieder spüren zu lassen. Sie spürt den Wind, die Sonne, aber auch den Schmerz, den die Trauer in ihr auslöst. Wir erfahren nicht, wen der junge Mensch verloren hat, was aber für die Botschaft keine Rolle spielt.

Das Mädchen fühlt, was sie verloren hat ebenso wie das, was ihr aus der gemeinsamen Zeit geblieben ist.

Die Illustrationen von Annika Görlitz sind wunderschön und geben in Bildern die Gefühlswelt der jungen Protagonistin wieder.

In der vorliegenden Form wirkt das Buch wie ein Kinderbuch. Kurze Texte wurden mit ausdrucksstarken Bildern untermalt. Trotzdem richtet sich das Buch nicht nur an Kinder, sondern an jeden Menschen, dessen inneres Kind gerade Trost und Hoffnung benötigt.

„Komm, wir gehen zusammen“ macht Mut. Das Buch zeigt, dass es in Ordnung ist, Gefühle in ihrer ganzen Bandbreite zuzulassen, seinen Weg weiterzugehen und die Welt um sich herum in ihrer ganzen Schönheit wahrzunehmen.

Dieses Buch eignet sich für jeden, der in schweren Zeiten Zuversicht benötigt, und es eignet sich für Menschen, die noch einmal einen Blick zurück wagen wollen. Die wichtigste Botschaft lautet: *Du bist nicht allein!* „Wenn du willst, gehen wir zusammen“

Doreen Markworth

Mele Brink
Gefühl auf Packpapier – Gezeichnete Befindlichkeiten

50 Karten für das eigene Wohlbefinden oder den pädagogischen/therapeutischen Einsatz

50 Karten | Edition Pastorplatz; 1. Edition (1. März 2023)
ASIN B0BVD5NPC7 | 34 Euro

„Vom Herz zur Hand und dann von der Hand zurück zum Herz“ so ähnlich beschrieb die Puppenmacherin Käthe Kruse ihr Handwerk.

Die 50 Gefühlskarten in dieser Box kommen von Herzen, und das sieht man jeder einzelnen Karte an, sie berühren das Herz.

Mit viel Liebe und sehr ansprechend gemalt, in erster Linie mit Öl- und Wachskreide zeigen die Motive bekannte Grundemotionen, aber auch Zwischentöne, Widersprüche und Uneindeutiges. Die Karten sind nicht beschriftet und so lassen sie Raum für die eigene Wahrnehmung und Interpretation.

Ansprechend und einladend ermutigt das Set, Ausdruck für die eigenen Emotionen und Stimmungen zu finden. Die Karten bieten einen Einstieg in die eigene Gefühlswelt und vielfältige Möglichkeiten damit weiter zu arbeiten.

Emotionen erscheinen manchmal verwirrend oder es fehlen die Worte um genau das zu beschreiben was man im Moment empfindet, das Zulassen und besonders auch das Offenlegen kann verunsichern.

Mit diesem Kartenset bekommen wir ein Medium geschenkt, welches den Zugang auf einer spielerischen und humorvollen Ebene möglich macht und zugleich herzlich einlädt, über die eigenen Empfindungen zu sprechen.

Die Verpackung der Box ist nicht sehr stabil, aber die Karten fühlen sich sehr wertig an, sie sind nicht laminiert und geben auch in der Hand ein gutes Gefühl. Die Box ist auf 1000 Exemplare limitiert und von der Künstlerin Mele Brink auch über ihren eigenen Verlag zu beziehen.

Simone Wald

Ariane Bentner, Jan P. Jung
Resilient durch Krisen

Wie Führungskräfte und Teams schwierige Zeiten bewältigen

199 Seiten | Carl-Auer Verlag GmbH, Heidelberg 2022
ISBN 978-3-8497-0445-2 | 34,95 Euro

Krisen begleiten uns seit vielen Jahren. Da waren die Immobilienkrise, die Finanzkrise, die Flüchtlingskrise, Coronakrise und aktuell durch den Krieg in der Ukraine eine Energiekrise. Diese Krisen haben wir gemeistert, in dem Wissen, dass die nächste Krise nicht lange auf sich warten lassen wird.

In dem vorliegenden Buch geht es vor allem um das Verständnis von Krisen und deren Bewältigung.

Ariane Bentner und Jan P. Jung blicken zunächst auf die „Chancen und Risiken von Krisen“ und betrachten „Krisen aus systemischer Sicht“, bevor sie sich dem Thema Resilienz zuwenden. „Agile und lösungsfokussierte Methoden“ runden das Buch ab.

Verschiedene theoretische Konzepte werden in dem Buch mit reichhaltigen Fallbespielen und farbenfrohen Illustrationen ergänzt, die in ihrer Prägnanz zu überzeugen wissen.

Als Ergänzung haben Ariane Bentner und Jan P. Jung einen Tischaufsteller herausgegeben, der die wichtigsten Grundlagen und Tools zusammenfasst.

„Resilient durch Krisen“ ist für Führungskräfte ebenso geeignet wie für Beratende. Das Hauptaugenmerk liegt darauf, zur Bewältigung von Krisen die eigene Resilienz zu entdecken und zu stärken. Damit wird dem Thema die notwendige Leichtigkeit verliehen, so dass Krisen tatsächlich auch als Chance gesehen werden können.

Eine klare Kaufempfehlung für jeden der Menschen in Krisen begleitet oder selbst mehr über die eigenen Resilienzfaktoren erfahren möchte.

Doreen Markworth

Birgit Hickey
Wie die Familie unser Leben bestimmt-Genogramm und systemische Aufstellungen

359 Seiten | Carl-Auer-Verlag, Heidelberg 2023
ISBN 978-3-8497-0443-8 | 49 Euro

Birgit Hickey, unter anderem Biologin, Ärztin und systemische Familientherapeutin, verbindet in ihrem Buch ihr Wissen zu einer stimmigen Darstellung darüber, wie (Un)Gelebtes auf die nachfolgenden Generationen wirken und die system-familienbiographische Arbeit bei einer Vielzahl von (bisher therapieresistenten) Symptomen und Belastungen lösungsorientiert unterstützen kann.

Drei familienbiographische Fragen (warum gerade jetzt … gerade so … gerade hier?) dienen als Kompass, um über den Blick auf die problembelastete Vergangenheit das Hier und Jetzt zu stärken und Zukunft (neu) gestalten zu können.

Über das Bewusstwerden, welche Stellverteteraufgaben übernommen wurden und welche Würdigung es für die Vorfahren braucht, um u.a. Themen dorthin zu geben, wo sie hin gehör(t)en, kann der (ur)eigene Platz im Familiensystem gefunden werden und ein Weg für Lösungen entstehen.

Birgit Hickey beschreibt strukturiert, methodisch präzise und mit vielen anschaulichen Beispielen aus ihrer langjährigen Praxis, wie Menschen auf diesem Weg begleitet werden können: über das Herstellen einer vertrauensvollen Arbeitsbeziehung, die Genogramm-Analyse und das Weiterbearbeiten der daraus entstandenen Hypothesen mit den Methoden der Aufstellung im Einzel- oder Gruppensetting.

Für Therapie, aber auch für Beratung, Coaching und Supervision stellt dieses Buch ein fundiertes Handbuch für Genogramm- und Aufstellungsarbeit dar.

Julia Hermsen

Impressum

Herausgeber

BVPPT e.V.
Berufsverband für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie
German Association for Counseling, Education & Psychotherapy
Die Vertretung der Counselor in Europa

Gründungsmitglied der DGfB – Deutsche Gesellschaft für Beratung
German Association for Counseling
Mitglied des nfb
Der Vorstand:
Christina Pollmann, Angela Keil, Dagmar Lumma, Kirsten Böttger, Lea Gentemann

Web: *www.bvppt.org*
E-Mail: *kontakt@bvppt.org*

Redaktionsanschrift

CounselingJournal
c/o BVPPT Geschäftsstelle
Schubbendenweg 4
D-52249 Eschweiler
Telefon: 0 24 03 / 83 90 59
Web: *www.bvppt.org*
E-Mail: *redaktion@counselingjournal.de*

Redaktion (V.i.S.d.P.)

Alina Esch, Dagmar Lumma, Doreen Markworth

Erscheinungsweise

Zweimal jährlich

Mediadaten & Anzeigenschaltung

redaktion@counselingjournal.de
Telefon: 0 24 03 / 83 90 59

Einsendung von Manuskripten

Das Copyright liegt – soweit nicht anders angegeben – bei den Autoren. Namentlich gekennzeichnete Beiträge verantworten die Autoren und geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Kürzungen und redaktionelle Änderungen durch die Redaktion sind möglich. Bei unaufgefordert eingesandten Beiträgen übernimmt die Redaktion keine Verantwortung für Manuskripte, Fotos etc. Die Redaktion bevorzugt die weiblich/männliche Schriftweise mit dem großen „I“. Ansonsten liegt die Wahl in der Differenzierung bei den Autoren.

Gestaltung Magazin

Semo. Wir gestalten / Patricia Jaeger
www.semo-gestaltung.de

Bildnachweise

Titel © Patricia Jaeger/Semo & AdobeStock
Seite 6, 33, 34 © Adobe iStock/Patricia Jaeger
Seite 8, 9, 13, 16, 17, 18, 21, 28, 36, 46, 47
© Patricia Jaeger/Semo
Seite 11, 15, 24, 30, 40, 41, 42, 43
© Adobe iStock
Seite 45 © Laura Königs/Semo
Seite 7 © coachingspace
Seite 17 © Gabi Streude
Seite 22, 23 © Rolf Schanko
Seite 38 © Petra Sohnius

Klimaneutral
Druckprodukt
ClimatePartner.com/10095-2211-1016

Der BVPPT ist Gründungsmitglied der

DGfB
Deutsche Gesellschaft für Beratung e.V.
German Association for Counseling

und Mitglied des

nfb Nationales Forum Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung

Kooperationspartner des BVPPT

BVPPT
Die Vertretung der Counselor in Europa

IHP – Institut für Humanistische Psychologie e.V.
ihp.de

DITAT – Deutsches Institut für tiefenpsychologische Tanztherapie und Ausdruckstherapie e.V.
ditat.de

Kölner Schule für Kunsttherapie e.V.
koelnerschule.de

IPL – Institut für Psychosynthese und Logotherapie
ipl-heiland.de

Institut für Pädagogisch-therapeutische Beratung
pol-verein.de

ISIS – Institut für systemische Lösungen in der Schule
isis-institut-koeln.de

Institut für Integrale Begegnung Gut Mertenshof
begegnungstherapie.de

Adler-Dreikurs-Institut Hagenhoff UG
adler-dreikurs.de

Fachhochschule Münster
fh-muenster.de

Aus- und Weiterbildungsinstitut Körperorientiert-systemisch-transpersonal
integralis-akademie.de

Institut Kutschera
kutschera.org

Fachverband Wirtschaftskammer Österreich
lebensberater.at

BVPPT Ländervertretung Luxemburg
c.klapper@bvppt.eu

Akademie für psychosoziale Lebensberatung Counseling professional
apl-suedtirol.org

Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
katho-nrw.de