

# Counseling m/w/d

- Wenn du an die Farbe Weiß denkst
- Die Pandemie als psychologische Herausforderung
- Nicht nur meinen, sondern sagen: \*innen?!



[counselingjournal.de](http://counselingjournal.de)

Alle Ausgaben unseres  
Journals finden Sie auf  
unserer Website

## Das CounselingJournal im neuen Look

Kräftiges Durchlüften ist dieses Jahr und gerade momentan wieder DIE Maßnahme der Stunde und so haben wir, das Redaktionsteam, uns 2020 das gestalterische Durchlüften für das Counseling-Journal auf die Agenda geschrieben. Nach mehr als 10 Jahren und jetzt 20 Ausgaben hielten wir es für eine gute Idee, das Journal optisch neu zu gestalten. Wir konnten das Team um eine tolle Grafikerin ergänzen – sie unterstützt uns in unserem Bestreben tatkräftig, kreativ und ideenreich.

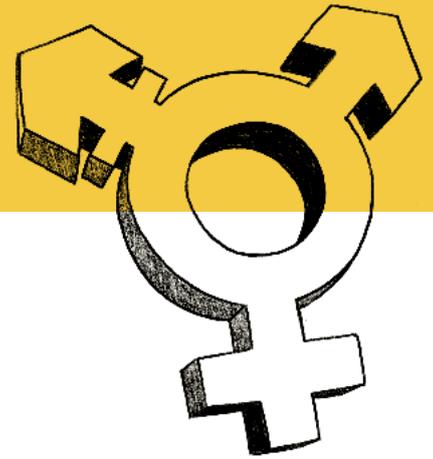
Das Ergebnis haltet Ihr nun in den Händen.

Wir hoffen, es gefällt Euch: die klare Optik, das neue natürliche Papier, das neue Gesamterscheinungsbild. Inhaltlich hat sich nichts geändert. Wir sind nach wie vor von dem Konzept überzeugt: *ein CounselingJournal von Counselorn für Counselor.*

Und freuen uns auf Eure Rückmeldungen – seid mit Kritik bitte nicht zurückhaltend, aber auch nicht mit euphorischen Äußerungen ;-)  
per Mail an [redaktion@counselingjournal.de](mailto:redaktion@counselingjournal.de)

Das Redaktionsteam  
Dagmar Lumma, Doreen Markworth  
und Uta Stinshoff

# Inhalt



- 4 Ein paar Gedanken zum Thema
- 5 Neues aus dem Verbandsleben

## Berufspolitisches

- 6 **Arbeitskreis des BVPPT**  
Counseling als Maßnahme  
der Gesundheitsprävention
- 6 **Neues aus unserem Dachverband**  
Deutsche Gesellschaft für Beratung  
(DGfB) e. V.
- 7 **BVPPT Ländervertretung Österreich**  
Mitgliedertagung 2020 in Wien  
am 2. Oktober 2020

## Zu Besuch bei ...

- 8 **Zu Gast bei: Uns!**  
Das BVPPT – Jahr 2020:  
Endlich digital

## Tools

- 10 **Der Kompetenz FarbKreis**  
Ein Tool für kompetenzorientierte  
Gesprächs- und Beratungssettings
- 14 **Inneren Anteilen auf der Spur**  
Innere Anteile und die Wirkung  
der elterlichen Botschaften

## Schwerpunkt: Counseling m/w/d

- 16 **Im FrauenTower**
  - 20 **Geschlechtstypische  
Krisenbewältigung**  
Im Counseling bewusst  
wahrnehmen und auffangen
  - 24 **Macht es einen Unterschied ... ?**  
Counsil unter Männern
  - 30 **Biographiearbeit zur  
Geschlechteridentität und  
Geschlechterrollen im Counseling**
  - 34 **Hilfetelefon Gewalt an Männern**  
Modellprojekt via-Wege aus der Gewalt –  
„Gewalt an Männern“
  - 38 **Counseling mit Männern ist anders,  
mit Frauen auch!**  
Ein Erfahrungsbericht
  - 42 **Männerpraxis Köln**  
Raum für Identitätsentwicklung und  
ganzheitliche Heilung für den Mann
  - 44 **Woran wirst Du erinnert,  
wenn Du an die Farbe Weiß denkst?**
- 
- 46 **Graduierungen**
  - 47 **Buchbesprechungen**
  - 54 **Impressum**
  - 56 **Kooperationspartner**

# Editorial – Ein paar Gedanken zum Titelthema



## **Liebe Kolleginnen und Kollegen, KollegInnen und Kolleg\*innen und Kolleg(inn)en, liebe Counselor!**

Meine Mutter, die immer größten Wert auf korrekte Aussprache, Grammatik und Syntax legt, würde angesichts dieser Anrede pikiert fragen: „Musst Du die deutsche Sprache dermaßen verhunzen? Ist das wirklich notwendig?“ Die Aneinanderreihung der verschiedenen Versionen ist zugegebenermaßen nicht notwendig! (Hat aber Spaß gemacht.) Nicht mehr nur das generische Maskulinum zu verwenden, ist meiner Meinung nach endlich und dringend Thema – wahrlich kein neues Thema und gerade im Moment lässt sich in den Medien in der gesprochenen Sprache ein leichter Drift beobachten in die richtige Richtung.

Zu hören ist das Binnen-I, gesprochen als stimmloser glottaler Plosivlaut. Eine phonetische Neuerung, die unser Sprechen bereichert! Dem Argument „zu lang in der Aussprache“ wird damit der Wind aus den dünnen Segeln genommen. Das Binnen-I wie in „KollegInnen“ oder geschrieben mit Gender-Gap oder – Sternchen „Kolleg\*innen“ klingt als plosiver Kehllaut dann so, wie im Anlaut (zum Beispiel in: Insel) und bezeichnet nicht eine reine Frauengruppe (wie in Beraterinnen), sondern bezieht sich auf Männer und Frauen. Soweit zur Technik.

Gendergerechtes Sprechen kann zaubern: Die Beraterin, die Kollegin oder die Klientin werden in der Gruppe der Berater\*innen (usw.) nicht mehr nur „mitgedacht“ wie unter dem früheren Sammelbegriff Berater, sondern tatsächlich sprachlich und sprecherisch sichtbar gemacht. Interessant wäre es, zu hinterfragen, wer die ästhetischen Hürden in den Köpfen aufgebaut hat, die uns immer noch einflüstern: Wenig elegant,

Verunglimpfung der Sprache, sperrig ...?! Ich kann mich in jedem Moment bewusst dafür entscheiden, gendergerechtes Sprechen in jeder Situation selbstverständlich zu performen. Wenn diese Entscheidung der eigenen Haltung entspricht, dann lässt auch ein \*innen den guten Sprechrhythmus nicht stocken.

Die Frage der Anrede, der phonetischen Umsetzung in der gesprochenen Sprache ist sicher nur ein Teilaspekt unseres Themas. Hier lässt sich allerdings leicht der Bogen schlagen beispielsweise zum Modelllernen im Counseling-Prozess, zur inneren Haltung und sogar zur aktuellen Situation. In diesem Jahr haben vor dem Hintergrund der Pandemie besondere Themen eine Chance, endlich sichtbar zu werden! Die Pandemie hat uns dazu gebracht, neue Perspektiven einzunehmen, sei es auf uns selbst, sei es auf unsere Umwelt, sei es auf in unserer Gesellschaft tief verankerte Gebrauchsgewohnheiten, die sich einfach überholt haben.

Viel Freude mit dieser Ausgabe  
des CounselingJournals!

Christina Pollmann

# Neues aus dem Verbandsleben

## Thementag in Luxemburg

Zum Zürcher Ressourcen Modell „ZRM“

Referentin: Silke Weinig

12. 06. 2021

Kulturzentrum ALTRIMENTI  
Stadt Luxemburg

## Visitenkarten für BVPPT- Mitglieder

über [bvppt.org](http://bvppt.org)  
schnell und komfortabel zu bestellen

### • Infos •

Neuigkeiten, Fotos,  
weitere Termine  
und Texte unter  
[bvppt.org](http://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.

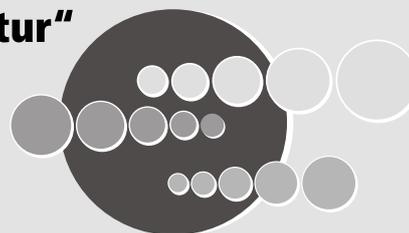
Und selbstverständlich stehen wir für unsere Mitglieder per E-Mail oder Telefon gerne zur Verfügung.

Der BVPPT-Vorstand

## „Präsenz und Neugierde - Qualitäten für eine innovative Kultur“

Achtsamkeit - die Schlüsselkompetenz für die innere Transformation

**Referentin: Liane Stephan**



**34. JAHRESTAGUNG**  
**04.11. bis 06.11.2021**  
Donnerstag bis Samstag

**INFO & ANMELDUNG:**  
[www.bvppt.org](http://www.bvppt.org)

**TAGUNGSORT:**  
Tagungshotel Eifelkern  
Monschauer Str. 5  
D - 53937 Schleiden

**KONTAKT:**  
BVPPT  
Schubbenweg 4  
D-52249 Eschweiler  
Tel.: 02403 839059  
Email: [kontakt@bvppt.org](mailto:kontakt@bvppt.org)  
[www.bvppt.org](http://www.bvppt.org)

## Neues aus dem Arbeitskreis des BVPPT



### „Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention“

Trotz Corona tagen die Mitglieder des Arbeitskreises weiterhin regelmäßig virtuell, um ihre gesetzten Ziele für 2020 zu erreichen (wir berichteten im CJ Juni 2020) und letztendlich zu versuchen, Counseling als Präventionsmaßnahme zu etablieren und in den relevanten Kreisen bekannt zu machen und entsprechende Akzeptanz zu erhalten.

Nachdem wir das offene AK-Treffen im März zum Thema: „Kompetenzen als Counselor im Bereich der Gesundheitsprävention“ verschieben mussten, hat der Arbeitskreis virtuell daran weitergearbeitet, um das

Profil des Counselor in diesem Bereich zu schärfen. Umfassende Informationen zum Thema „Prävention“ wurden zielorientiert zusammengestellt und Kompetenzen der Counselor diesbezüglich gesammelt.

Wir haben uns an einzelne Krankenkassen als potenzielle Interessenten an den Angeboten von Counseloren gewandt und zum Austausch und zur möglichen Planung des Einsatzes der Counselor in den beratungsintensiven Folgezeiten dieser Pandemie eingeladen. Einzelne Politiker\*innen versuchen wir als Partner\*innen für unser Thema zu gewinnen.

Dabei sind persönliche Kontakte zu relevanten Akteur\*innen sehr hilfreich. So regen wir alle Mitglieder an, entsprechende eigene Kontakte zu nutzen, um somit Counseling weiter

in unserer Gesellschaft zu verankern. Als Unterstützung für die Gespräche mit Politiker\*innen und anderen potenziellen Partner\*innen plant der Arbeitskreis für alle Mitglieder eine entsprechende Handlungsempfehlung zu erstellen.

Auch wenn wir uns mehr Resonanz auf unsere Anfragen gewünscht haben, werden wir nicht müde, Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention weiterzuerfolgen, denn nie zuvor war dieses Thema aktueller als in unserer heutigen Zeit.

Weitere Informationen finden alle Mitglieder auf unserer Homepage.

Ansprechpartnerinnen für den AK sind Angela Keil [a.keil@bvppt.org](mailto:a.keil@bvppt.org) oder Christina Pollmann [c.pollmann@bvppt.org](mailto:c.pollmann@bvppt.org)

## Neues aus unserem Dachverband

Deutsche Gesellschaft für Beratung (DGfB) e.V.  
[www.dachverband-beratung.de](http://www.dachverband-beratung.de)

### DQR/EQR: Entwicklung des Qualifikationsrahmens

Die Mitgliedsverbände der DGfB, somit auch der BVPPT e.V. fördern ein Forschungsprojekt zur Entwicklung von Kompetenzstandards für Beraterinnen und Berater und übernehmen somit Verantwortung für die Erstellung des Qualifikationsrahmens „Beratung“ innerhalb des Deutschen Qualifikationsrahmens (DQR) (wir berichteten im CJ Oktober 2019).

In den kommenden zwei Jahren wird wissenschaftlich fundiert beschrieben, an welchen überprüfbaren Kompetenzen man gute Berater\*innen erkennen kann. Das Ergebnis bildet die Grundlage für den „Deutschen Qualifikationsrahmen Beratung“ (DQR).

Berater\*innen, die entsprechende Kompetenzen nachgewiesen haben, können diese dann mit einem europaweit anerkannten Zertifikat belegen. Dadurch erhalten Ratsuchende und Auftraggeber\*innen auf einen Blick Auskunft über geprüfte Beratungskompetenz. Dies verkürzt und erleichtert den Weg zur kompetenten und verlässlichen Beratung entscheidend.

Die Deutsche Gesellschaft für Beratung, unser Dachverband, übernimmt die fachliche und organisatorische Koordination des Projekts. Für die Ausschreibung des Forschungsauftrags ist die

# Ländervertretung Österreich



## Mitgliedertagung 2020 in Wien am 2.10.2020

Gut gelaunt trafen um 9.30 Uhr 18 Mitglieder/Gäste von BVPPT-Austria im Institut Kutschera in der Eisvogelgasse ein. Dabei wurden die aktuellen Corona-Vorschriften eingehalten. Man lernte sich kennen und tauschte in gelöster Atmosphäre Informationen aus.

Viktor Koch begrüßte die Anwesenden und brachte interessante und aktuelle Themen rund um das Thema Lebens- und Sozialberatung und der BVPPT-Mitgliedschaft zur Sprache. Koch verwies auf den großen Nutzen einer Vernetzung der Counselor auf europäischer Ebene. Anregungen wurden aufgegriffen und Anfragen beantwortet.

Renata Dorner, die das Treffen vor Ort organisiert und mit vielen liebevollen

Details ausgestattet hatte, begrüßte die Dipl. Sozialberaterin Christa Jarisch, die einen Impulsvortrag über „Die erwartete Plötzlichkeit – Pensionierung und alles was sich dabei auftut ...“ hielt, dieses Thema fand großes Interesse und daraus entstand anschließend eine Diskussion, da dieses Thema jeden von uns betrifft und auch ein aktuelles Thema für unsere Klienten darstellt.

Im Anschluss daran entführte Karl Edy in die Welt der entspannenden Neuro-Soundeffekte ([karledy.at](http://karledy.at)). „Kommt der Geist zur Ruhe, beginnt die Seele zu fliegen!“ so Edy an die Teilnehmer. Wir wurden in „Feel good Momente“ mit neuester Kopfhörertechnologie getragen. Entspannt und erfrischt ging es in die Mittagspause. Zu Mittag gab es im Institut Kutschera unter allen Vorsichtsmaßnahmen ge-

rechte „Lunch (Sackerln) Tüten“ und auch an Vegetarier wurde dabei gedacht. Hierbei bot sich weitere Zeit für Austausch und Geselligkeit. Danach begann das Nachmittagsprogramm. Ein Spaziergang durch die City unter der speziellen Führung von Barbara Wolflingseder „Das geheimnisvolle Wien“, es handelte sich um Historisches von Da Vinci, über Adelfamilien, Freimaurer, Illuminaten, ...

Ein gemeinsames Abendessen in einem traditionellen Wiener Restaurant „Oswald und Kalb“ rundete das rundum gelungene Treffen ab.

Wir danken allen Anwesenden und Mitwirkenden für dieses erinnerungswürdige Event!

Ländervertretung Austria  
Viktor Andreas Koch, Renata Dorner  
& Renate Burgholzer

Gesellschaft für personenzentrierte Psychotherapie und e. V. (GwG) zuständig.

Weitere Informationen finden sich hier: [www.dachverband-beratung.de](http://www.dachverband-beratung.de)

### AG „Lobbyarbeit und Beratungspolitik“

Auch in der AG „Lobbyarbeit und Beratungspolitik“ der DGfB wirkt der BVPPT aktiv mit. Angela Keil (Beisitzerin des Vorstands BVPPT) hat seit Februar 2020 das „Sprecher\*innenmandat“ dieser AG inne (wir berichteten im CJ Juni 2020).

In Zusammenarbeit mit der AG hat der Vorstand der DGfB in einem offenen Brief an die relevanten Bundes- und Landesministerien die Regierungsverantwortlichen aufgefordert, Expert\*innen unterschiedlicher Professionen in die beratenden Gremien bzgl. der Coronavirus-Pandemie zu berufen. Auch die DGfB stellt sich mit der Expertise der Berater\*innen Ihrer Mitgliedsverbände entsprechend zur Verfügung.

[www.dachverband-beratung.de/pdfgeschuetzt/Offener\\_Brief\\_2020-04-23.pdf](http://www.dachverband-beratung.de/pdfgeschuetzt/Offener_Brief_2020-04-23.pdf)

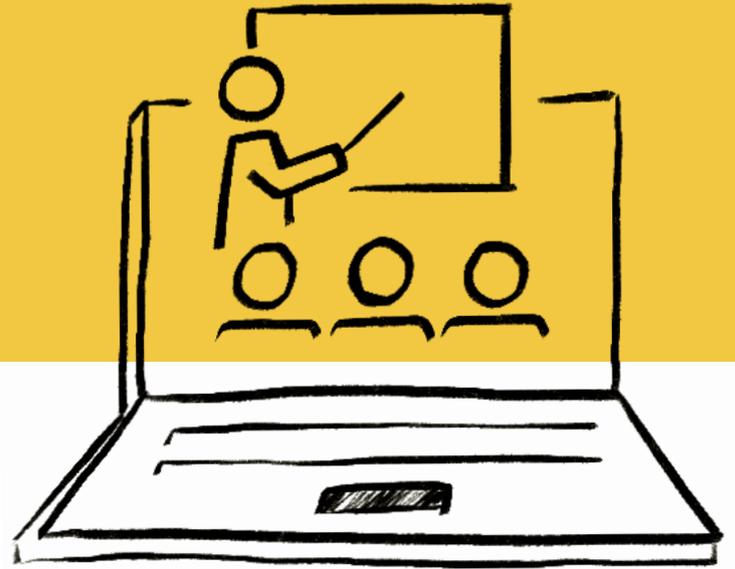
Die AG beschäftigt sich weiterhin intensiv mit dem Thema: „Gute Beratung im Gesundheitswesen“. Sie befragte alle Mitgliedsverbände,

um relevante Themen für die DGfB herauszukristallisieren. Das Thema „Beratung als bezahlte Gesundheitsdienstleistung zur Entlastung in Überlastungssituationen und als Präventionsleistung“ ist auch hier aktuell und kann somit die Arbeit des BVPPT-Arbeitskreises „Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention“ ergänzen und unterstützen.

Weitere Informationen zur DGfB geben:

Dagmar Lumma [d.lumma@bvppt.de](mailto:d.lumma@bvppt.de)  
Angela Keil [a.keil@bvppt.org](mailto:a.keil@bvppt.org)

# Zu Gast bei: Uns!



## Das BVPPT – Jahr 2020: Endlich digital

Hätten wir das Jahr 2020 im Vorfeld strategisch planen wollen, dann hätte sich an die Veranstaltung „Blended Counseling“ mit Prof. Martina Hörmann eine Online- Woche zum Ausprobieren und Mitmachen angeschlossen und dann zum Jahresende wäre eine erweiterte BVPPT-Online Veranstaltung mit Fachtag eine gute Idee gewesen.

Bekanntlich hat sich das Jahr 2020 nicht gut vorhersehen und planen lassen. Das Thema Digitalisierung stand bereits seit langem auf der Agenda und Frau Prof. Hörmann hat am Rande der Mitgliederversammlung 2020 einen kompakten Einstieg in das Thema Blended Counseling gegeben – das dies auch unser Einstieg in ein etwas anderes Veranstaltungsjahr einläuten würde, hat Ende Januar noch niemand gewusst.

Nachdem in der allerersten Phase der Pandemie Information wichtig war, Fakten zu Hygienestandards und Soforthilfen im Mittelpunkt standen, kamen wir sehr schnell wieder zum Thema Digitalisierung. Nun mit den konkreten Fragen nach Einsatzmöglichkeiten, Plattform-Lösungen und der grundsätzlichen Aufgabenstellung, gutes Wissen und gute Tools für die digitale Kommunikation im Counseling zu transferieren und oft: neu zu entwickeln.

Um dem „Ins Tun kommen!“ einen Schub zu geben, fand in der Zeit vom 25. bis 29. Mai 2020 die erste BVPPT Online Woche statt. Ganz bewusst ausgeschrieben als Übungsmöglichkeit „von Counseloren für Counselor“. Nach kurzer Vorbereitungsphase von nur wenigen Wochen konnten wir dank hochmotivierter Anbieter\*innen ein kompaktes Programm von 19 Events präsentieren. Etwa 170 Webinar-Teilnehmer\*innen aus insgesamt sechs Ländern besuchten im Laufe der Woche die halbstündigen bis einstündigen Videocalls und erlebten dabei sehr unterschiedliche Arten der Vermittlung zu unterschiedlichen Themen.

### Was war das Besondere?

Die Bandbreite war groß. Von ersten digitalen Versuchen bis hin zum professionellen Format war alles dabei. Thematisch reichte der Bogen von Settings, die sich mit der Handhabbarkeit von Zoom & Co. beschäftigten, über Meditationen und kreative Übungen bis hin zu speziellen Angeboten aus dem Feld des Counselings.

An dieser Stelle wollen wir keine Einzelbeispiele aufgreifen, sondern uns noch einmal bei allen Anbietern insgesamt für die Bereitschaft zum Beitragen und für das wunderbare Programm bedanken!

Im Rückblick bleibt zu sagen, dass sich viele Befürchtungen nicht bestätigt haben. Die Technik lief erstaunlich stabil und störungsarm. Was manche Anbieter\*innen unterschätzt hatten: Die Vorbereitung eines Online-Events bedeutet im Vergleich eine längere Planung als die Konzeption einer realen Veranstaltung. Das liegt häufig daran, dass jeder Schritt, der in der face-to-face-Kommunikation selbstverständlich – und häufig aufgrund der jahrelangen Erfahrung – gut funktioniert, für den digitalen Einsatz neu gedacht, überprüft und eventuell angepasst werden muss.

Eine besondere Freude war es den Teilnehmer\*innen, sich in diesen Tagen häufig länderübergreifend in den verschiedenen Workshops zu treffen und auch im Counselor-Zirkel konnten aktuelle Erfahrungen aus Österreich, Luxemburg, Südtirol und Deutschland erzählt und besprochen werden.

Im Anschluss haben uns viele positive Rückmeldungen erreicht. Die Teilnehmer\*innen schätzten neben der großen Themen-Vielfalt besonders die Möglichkeit, einen Einblick in digitale Arbeitsformen zu gewinnen. Und bereits in diesen Rückmeldungen wurde die Frage laut, wann es eine Fortsetzung geben wird?

*Thematisch reichte der Bogen von Settings, die sich mit der Handhabbarkeit von Zoom & Co. beschäftigten, über Meditationen und kreative Übungen bis hin zu speziellen Angeboten aus dem Feld des Counselings.*

Im Vorstand haben wir uns auch selbstkritisch mit dieser Woche beschäftigt. Wie lässt sich das Thema „Qualität“ verbinden mit dem Angebot, auch Unfertiges und erste Testläufe der Community zu präsentieren? Ist es legitim, Counselor aufzurufen, Ihre Kompetenz kostenlos zur Verfügung zu stellen? Wie können Feedbackschleifen besser implementiert werden? Was brauchen Counselor, um sich weiterhin digital gut auszustellen?

Zurück zu den Konjunktiven vom Anfang dieses Artikels: Strategisch geplant war dieses besondere BVPPT-Jahr ganz bestimmt nicht. Aber es hat sich in dem Sinne gut gefügt. Was wir uns wünschen, ist natürlich die Freiheit, zwischen realer und virtueller Begegnung wählen zu können – die persönlichen Treffen haben in diesem Jahr gefehlt. Die Notwendigkeit, sich intensiv mit digitalem Counseling auseinandersetzen zu müssen, war seit langem bekannt, aber das Jahr 2020 hat uns ins Tun hineinkatapultiert. Innerhalb der BVPPT – Community ein guter Effekt: Von denjenigen lernen zu dürfen, die sich bereits länger mit Blended Counseling auseinandersetzen, ist dabei ein großer Gewinn. Die intensive Beschäftigung mit den digitalen Techniken und Möglichkeiten stand allerdings schon lange auf der to do Liste und gemeinsam ins kalte Wasser zu springen, ist immer noch kalt – macht aber mehr Spaß!

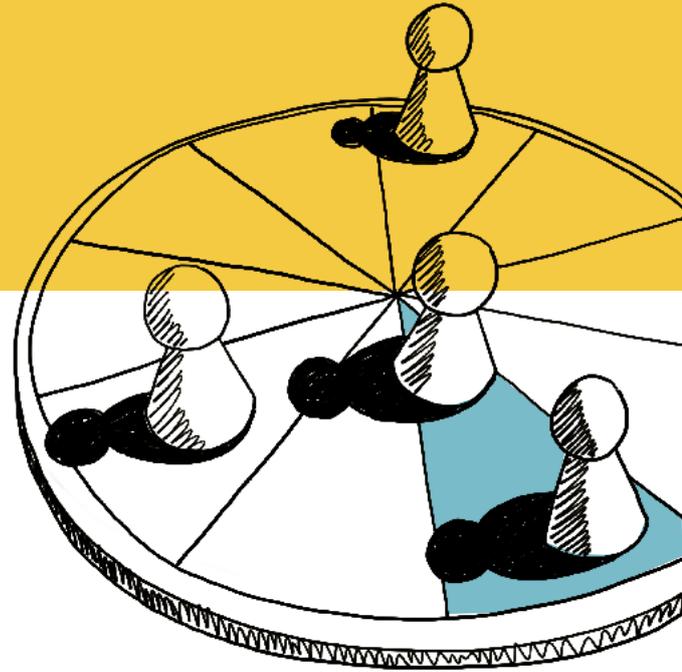
Christina Pollmann

BVPPT Vorstand

Diese und andere Überlegungen sind eingeflossen in die Planung der kommenden Veranstaltung „BVPPT – Online 1.1“, die vom 3. bis 7. November 2020 stattfindet.

# Der Kompetenz FarbKreis

Ein Tool für kompetenzorientierte  
Gesprächs- und Beratungssettings



Entwickelt wurde das Tool KFK um sowohl individuelle, soziale und berufliche Kompetenzen, als auch das persönliche Wachstum in den Blick zu nehmen und ressourcenorientiert fördern zu können.

So beinhaltet das Tool KFK eine Art Spielbrett, dass die zu Beratenden/ Mitarbeitenden einlädt, sich intuitiv und spielerisch auf einen kompetenzorientierten Gesprächsprozess einzulassen.

Das dem KFK beiliegende Gesprächsraster ist so entwickelt, dass es im Rahmen von Gesprächen der Mitarbeitendenführung eingesetzt werden kann. Das Gesprächsraster, angelehnt an die Grundidee der „Theorie U“ nach Otto C. Scharmer, gibt den Gesprächen im Rahmen der Mitarbeitendenführung die entsprechende Struktur.

*„In welcher Arbeitssituation fühlen Sie sich besonders belastet? Denken Sie an eine dieser Situationen. Welche dieser Farben ist für Sie stellvertretend für diese Situation?“*

**Mitarbeitenden wird in einem derart strukturierten Gespräch die Möglichkeit geboten:**

- sich ihrer vorhandenen Kompetenzen bewusst zu werden,
- sich in einen geschützten Raum für Denkprozesse begeben zu können,
- sich auf ressourcenorientierte Zukunftsfragen einlassen zu dürfen.

## Materialien

- Kompetenz Farbkreis mit 10 Farben
- 10 farbige Kompetenzkarten
- 10 farbige Eigenschaftskarten, passend zu der jeweiligen Kompetenzkarte
- 6 Holzfiguren
- 1 Muster Gesprächsraster für ein Jahresgespräch im Rahmen der Mitarbeitendenführung
- 1 Überblick über den KFK und die dazugehörigen Kompetenzen und Eigenschaften

## Vorbemerkung

Grundsätzlich sollten der Gesprächsanlass bzw. das Thema des Gespräches im Vorfeld einvernehmlich geklärt sein.

---

### **Standardablauf eines Beratungsgesprächs mit dem KFK**

Entsprechend eines beiliegenden Gesprächsrasters

- 1 Begrüßung
- 2 Klärung der Rahmenbedingungen (Zeitrahmen, Protokoll, Absichern eines geschützten Raumes)
- 3 Rückblick auf den vergangenen Zeitraum seit dem letzten Gespräch Überprüfung der dort getroffenen Absprachen
- 4 Arbeit mit dem Tool KFK
- 5 Treffen von Vereinbarungen/ Festlegung von Zielen
- 6 Feedback zu den Personen und dem Gesprächsverlauf
- 7 Verabschiedung

---

### **Die Methode**

#### **Der Kompetenz FarbKreis**

Die/der Mitarbeitende wird gebeten das Farbfeld auf sich wirken zu lassen und sich mit den Farben zu verbinden. Im weiteren Verlauf des Gespräches werden den Farben Kompetenzen und die entsprechende Kompetenzkarte zugeordnet. Ausgehend von dem Gesprächsanlass wird hiermit ein in der Konsequenz gegebener Arbeitsauftrag verbunden.

Hier ein paar Beispiele:

„Denken Sie an ihre aktuelle Arbeitssituation. Welche der Farben spricht sie bei diesen Gedanken an?“

„Stellen Sie sich ihre Arbeit in den nächsten zwölf Monaten vor. Mit welcher Farbe verbinden Sie diese Vorstellung?“

„Rufen Sie sich eine Situation ihres Konfliktes bei der Arbeit ins Gedächtnis. Mit welchen Farben bringen Sie diese Situation in Verbindung?“

„In welcher Arbeitssituation fühlen Sie sich besonders belastet? Denken Sie an eine dieser Situationen. Welche dieser Farben ist für Sie stellvertretend für diese Situation?“

#### **Die Holzfiguren**

Im Anschluss werden von der zu beratenden Person intuitiv drei der Holzfiguren auf die Farben gestellt, mit denen eine innere Verbundenheit in Bezug auf den Arbeitsauftrag besteht.

Die weiteren drei Holzfiguren stehen der beratenden Person zur Verfügung. Deren Einsatz ist vom Gesprächsverlauf abhängig. Je nach Gesprächssituation ist es zielführend, eine weitere Farbe/ Kompetenz in das Gespräch einzubringen. Hierbei wird seitens der/des Gesprächsführenden der Gesprächsanlass im Blick behalten.

Zudem können die Figuren für eine Skalierungsarbeit eingesetzt werden.

Die/der Mitarbeitende wird gebeten, die Figur innerhalb des Farbsegmentes bewusst zu platzieren. Die Mitte hat den Wert Null, der äußere Rand hat den Wert Zehn. Die Wertigkeit der vorhandenen Kompetenz in Zahlen zu benennen ist im Gespräch häufig hilfreich, um zu erkennen, wie die/der Mitarbeitende sich tatsächlich mit seinen Kompetenzen einordnet.



Der Kompetenzfarbkreis, Foto: A. Jagieniak

### Die Kompetenzkarten

Erst jetzt werden die Kompetenzkarten, entsprechend der ausgewählten Farben, dazu genommen. Das nun zu führende Gespräch orientiert sich an den beschreibenden Inhalten zu den Kompetenzen.

Diese können:

- einzeln besprochen und bearbeitet werden,
- in der Bedeutung für die zu beratende Person definiert werden,
- anhand des Spielbrettes und der Spielfiguren skaliert werden,
- mit den Eigenschaftskarten überprüft werden,
- anhand der Eigenschaftskarten Unterstützung erfahren.

Der Prozess, der nun entsteht, ist ergebnisoffen, wie alle Beratungsprozesse.

### Eigenschaftskarten

Der Einsatz der Eigenschaftskarten ist ebenfalls vom Gesprächsverlauf abhängig. Erscheint es förderlich, so besteht die Möglichkeit anhand der Eigenschaftskarten genau hinzuschauen, welche Eigenschaften notwendig sind, um die besprochene Kompetenz zu erreichen.

Der KFK kann innerhalb eines Beratungsprozesses durchaus mehrfach eingesetzt werden. Davon ausgehend, dass sich die Lebenswirklichkeit der zu beratenden Person in einem lebendigen Prozess befindet, kann sich die intuitive Zuordnung verändern oder festigen.

### Protokoll im Gesprächsraster

Je nach Verlauf des Gespräches werden wichtige Ergebnisse, Erkenntnisse und Fragen von der zu beratenden Person protokolliert.

### Das Wesen des Kompetenz FarbKreises

Das Tool des Kompetenz FarbKreises ermöglicht es mit der zu beratenden Person in einen lebendigen Prozess einzutreten. Das Beratungs- bzw. Gesprachsetting mit dem KFK ist ganz nah an der Lebens- und Arbeitsrealität des Mitarbeitenden, der zu beratenden Person. Kompetenzorientierte Gesprächsführung nimmt sowohl die individuellen, sozialen und beruflichen Themen, als auch das persönliche Wachstum in den Blick. Angeregt durch die Farben und die dazu gehörigen Kompetenzkarten eröffnet sich im Gespräch die Möglichkeit „... bewusst einen Raum für den anderen in uns zu schaffen.“, nach dem Dialogischen Prinzip zu handeln. „Die Einsammlung und Verschmelzung zum ganzen Wesen kann nie durch mich, kann nie ohne mich geschehen. Ich werde am Du; Ich werdend spreche ich Du.“<sup>1</sup> Die/der Gesprachsfuhrende und die zu beratende Person haben die Möglichkeit über das Tool KFK in einen intensiven Austausch zu kommen, ressourcen- und zukunftsorientiert zu denken und das persönliche Wachstum in den Blick zu nehmen.

Mit dem bewussten Einsatz eines intuitiven Elementes in das Beratungssetting wird die Gelegenheit gegeben, zu erfahren, dass wir uns in unserem Leben auf unsere Intuition verlassen dürfen.

Es wird so sein, dass die Auswahl der Farben der aktuellen Lebens- und Arbeitssituation der zu beratenden Person entspricht. Würde das Gespräch zu einem anderen Zeitpunkt stattfinden, so bestände durchaus die Wahrscheinlichkeit, dass andere Farben ausgewählt werden würden. Es darf die uneingeschränkte Zuversicht vorausgesetzt werden, dass das, was an Themen angesprochen werden muss, angesprochen werden wird.

Annette Jagieniak

Counselor grad. BVPPT

Personenzentrierte Systemische Beratung

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

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

Geschäftsstelle **Daniel Esser**  
Kundenberater **Malte Plum**  
Trierer Straße 814 · 52078 Aachen  
Telefon 0241 46370060  
Mobil 0151 12307443  
daniel.esser@gs.provinzial.com

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

Immer da. Immer nah.

**PROVINZIAL**

<sup>1</sup> M. Buber, Das dialogische Prinzip,  
14. Auflage, S. 17

# Inneren Anteilen auf der Spur

Mit diesem Tool wird auf spielerische und humorvolle Art das Thema der inneren Anteile und die Wirkung der elterlichen Botschaften herausgearbeitet und reflektiert.

Die Anforderungen an Teams werden immer agiler und selbstorganisiert Ziele zu erreichen-selbstverständlich schnell und effektiv- führen nicht selten zu Druck. Sind es vielleicht auch die eigenen Erwartungen, die vielfältigen Aufgaben beruflich und privat zu vereinbaren?

Work-Life-Balance ein Begriff, der die Vereinbarkeit zwischen Beruf und Privatleben umschreibt, bekommt in der heutigen Zeit eine immer größere Bedeutung.

So war ich auf der Suche nach einer spielerischen, kreativen Intervention, welche die Erkenntnisse von Schulz von Thun erlebbar machen.

*Work-Life-Balance ein Begriff, der die Vereinbarkeit zwischen Beruf und Privatleben umschreibt, bekommt in der heutigen Zeit eine immer größere Bedeutung.*

Die folgende kreative und inspirierende Intervention habe ich schon einige Male durchgeführt, und den Teilnehmenden gelang es, mit einer spielerischen Leichtigkeit in das Thema der inneren Antreiber einzusteigen.

Die Auseinandersetzung mit den individuellen

Antreibern führt zu der Erkenntnis für das individuelle typische Handeln in Situationen. Es ist ein Tool, welches im Nachgang tief geht, weil es unterschiedliche Ebenen berührt. Hier werden „Denken-Fühlen-Handeln“ auf eine spielerische Art und Weise verbunden, und der Blick durch den Spiegel ist humorvoll.

## **Anwendungsgebiete**

Für Teams und Gruppen, die mit dem Thema Stress, Stressauslöser und Zeitmanagement arbeiten möchten.

## **Zielsetzung**

- Auseinandersetzung mit den individuellen Verhaltensmustern
- Reflexion des typischen „Denken-Fühlen-Handeln“ unter Druck
- Stressauslöser erkennen
- Sichtbarmachen beider Seiten der individuellen Verhaltensmuster
- Erarbeitung konkreter Schritte

## **Hinweis zur Umsetzung**

Bevor dieses Tool eingesetzt wird, ist eine Einführung zum Thema „Innere Antreiber“ vorausgegangen. Die Teilnehmer haben die fünf Antreiber und deren stärkende und hemmende Anteile kennengelernt und sich bereits ihrem stärksten Anteil zugeordnet. Nicht selten geschieht es, dass Teilnehmer\*innen auch zwei bis drei Anteile als sehr dominant beschreiben. Hier obliegt es ihnen selbst, zu entscheiden, wo die stärkste Resonanz spürbar ist.



### Beschreibung und Vorgehensweise

- Bitten Sie die Teilnehmer\*innen Teilgruppen zu bilden (gleiche Antreiber in einer Teilgruppe)
- Geben Sie den Teilgruppen fünf Minuten Zeit, um ein Theaterstück in vier Akten zu entwickeln. Hier wird der Antreiber in persona (gerne sehr übertrieben) dargestellt. Über Rollen, Ort und Ereignis entscheiden die Teilnehmer\*innen.
- Geben Sie maximal zehn Minuten für die Vorbereitung des Theaterstückes.

Jede Teilgruppe bekommt ihre Bühne. Hier auch gerne, wie im Theater, die Theateraufführung mit dem dazugehörigen Titel, ankündigen.

Die anderen Teilnehmer\*innen sind während der Aufführung das Publikum der Szenen und achten auf förderliche und hemmende Verhaltensweisen oder Aussagen.

Nach jeder Aufführung wird eine kurze Reflexionsrunde eingebaut. Die Ergebnisse werden am Flipchart festgehalten.

Unterstützende Fragestellungen können sein:

- Mit welchen Gedanken und Gefühlen gehen Sie jetzt aus der Situation heraus?
- Was haben Sie in der Rolle als stärkend/hinderlich empfunden?
- Welche Erkenntnis, an welcher Stelle, war für Sie neu?

### Transfer

Hier ist die Gruppengröße entscheidend. Entweder in Einzelarbeit und anschließend in Kleingruppen oder direkt im Plenum arbeiten mit folgenden Fragen:

- Was heißt das jetzt für mich?  
Welche Ideen haben mich weitergebracht?
- Wie kann ich die Ideen für mich umsetzen?
- Was heißt das für uns im Team/in der Gruppe?

### Gabriele Baumann

Counselor grad. BVPPT  
Counselor Fachrichtung Supervision DGSv,  
Gestalt & Orientierungsanalyse,  
Systemische Therapie & Beratung

# Im FrauenTower

Weibliche Counselor arbeiten mit Frauen. Völlig normal und alltäglich. Alltäglich schon allein unter statistischen Gesichtspunkten. Und normal sicher auch. Aber ist es auch wirklich gut?

Um das genau zu betrachten, möchte ich mit euch einen ungewöhnlichen Aussichtsturm besteigen, den Frauentower. Für den guten Rundumblick. Ein Turm versinnbildlicht den höheren Standpunkt und die Verbindung von Himmel und Erde. Wir kennen ihn aus Dornröschen und Rapunzel. Vom Elfenbeinturm, Turmbau zu Babel oder aus „Herr der Ringe“ als Turm Barad-dûr mit dem furchterregenden Auge. Wir hingegen werden mit einem liebenden, aber durchaus kritischen Blick auf das Thema: „Frau als Counselor in der Arbeit mit Frauen“ schauen. Steigen wir also auf den Turm und schaffen wir uns einen ersten

## Überblick:

Eine Frau counselt eine Frau. Das macht Sinn. Eine Frau kann sich in die Belange einer Frau und in spezifisch weibliche Themen gut einfühlen und sie natürlich darin unterstützen. Natürlich? Sind wir Frauen wirklich „natürlich“ die besten Beraterinnen für Frauen? Besser als ein Mann? Kann sein ...aber nicht immer und schon gleich gar nicht „natürlich“. Frauen sind Menschen, soweit die logische und triviale Feststellung. Aber Frauen sind andere Menschen, das „andere Geschlecht“ wie es Simone de Beauvoir schon 1948 in ihrem gleichnamigen Buch feststellte. Das heißt, unsere Körperlichkeit, unsere Sozialisation, unsere Geschichte und unsere gesellschaftliche Stellung sind anders.



Leben wir Frauen also in einer „Anderswelt“? Und was wäre dann die „eigentliche“ Welt? „Natürlich“ die männliche. Es gibt demnach ein „Eigentliches“ und ein „Anderes“. Jedoch existieren diese beiden Welten nicht getrennt voneinander, sondern sind bis in unsere intimsten Bereiche miteinander verflochten. Natürlich, und das meine ich im eigentlichen Wortsinne, leben wir alle in einer Welt. In die „Anderswelt“ wurden wir Frauen im Laufe der letzten 3000 Jahre nur konsequent verbannt. Das „Anderssein“, ist gegeben durch unsere andere Leiblichkeit und deren Potential. Die damit verknüpften Erfahrungen und die daraus resultierenden unterschiedlichen Sichtweisen wurden und werden als weniger Wert oder gar minderwertig erachtet. Dazu kommt ein anerzogenes „Anderssein“. Folglich entstehen abstruse Verschränkungen der Botschaften in uns selbst. So werden wir eigentlich als starkes Geschlecht geboren: Wir sind widerstandsfähiger, weniger krank, können gebären, werden älter, etc. Aber wir werden dann als das vermeintlich „schwache Geschlecht“ erzogen und sozialisiert. Oft ist das in unserem inneren und äußeren Erleben nicht gut vereinbar und führt zu Kummer und Orientierungslosigkeit.

Dieses gemeinsame Erleben und Leben in der „Anderswelt“ macht uns Frauen füreinander zu grandiosen Expertinnen, aber eventuell auch grandios blind. Blind gegenüber vermeintlich „natürlichen“ Blickwinkeln. Treten wir doch mal an das Turmgeländer für einen kurzen

#### **Rückblick:**

Schon seit sehr langer Zeit wurden und werden wir Frauen mehr oder weniger als Mädchen geboren und erzogen. Auch wenn wir Papas liebste Töchterchen waren und zur Technik und Naturwissenschaft angehalten wurden, so war das auch nur als Antithese wirksam. Unterschiedliche Rollenbilder und geschlechtliche Heimat wirken, wie wir allzu gut wissen, von Anfang an. Mit samt ihren Fallstricken, Widersprüchen und Zuschreibungen.

*Aber Frauen sind andere Menschen, das „andere Geschlecht“ wie es Simone de Beauvoir schon 1948 in ihrem gleichnamigen Buch feststellte.*

Doch wie sind wir Frauen wirklich? Das ist eine der Schlüsselfragen unserer Zeit. Gerade jetzt, in Zeiten der Unsicherheit und Angst, wo einerseits viele alte Strukturen wegbrechen, aber sich andererseits auch verfestigen, sind wir oftmals verunsichert und fragen uns nach unserer Identität,

nach unserer Weiblichkeit, unserer Gestaltungskraft und Zukunft. Es zeigt sich mehr und mehr: die „Anderswelt“ ist nicht unsere Heimat. Es ist nicht das gelobte Land, darin können wir nicht wachsen und aufblühen. Und eine Emigration in die „eigentliche Welt“, die der Männer, bringt uns auch nicht weiter. Dort sind ja nicht einmal die Männer erfüllt und glücklich. Was haben wir dann dort zu finden? Es bleibt also nichts anderes übrig, wir müssen uns auf den Weg machen und Neuland betreten. Doch wie finden wir das und wie kann das gehen?

Dafür lehnen wir uns etwas über das Turmgeländer und wagen einen

#### **Tiefenblick:**

Die „Anderswelt“ ist und war kein Paradies. Es wimmelt vor Verletzungen, Vorurteilen und Verurteilungen. Scham, Ohnmacht, Schuld, Tabus bilden gerade in der weiblichen „Anderswelt“ tiefe Abgründe. Wir finden sie unterschwellig fast bei jeder Frau. Die unterschiedlichsten Lesarten für Töchter und Mütter sprechen hier eine klare Sprache: Glucken, Zicken, Karrierefrauen, Weibchen, Emanzen, Milfs, Zimmerliesen, Tussis, Kampflesben, Rabenmütter, Prinzesschen, Bitches etc.

Demzufolge ist diese „Anderswelt“ für uns nur bedingt identitätsstiftend. Sie hat ihr Bezugssystem in der männlichen, „eigentlichen“ Welt. Eine kürzlich weltweite Befragung der UN zeigt, dass neun von zehn Menschen denken, Frauen seien weniger wert als Männer. Auch bei uns in Deutschland liegt der Prozentsatz immerhin bei 65%. Auch bei uns haben die großen Religionen einen männlichen Hauptgott, wenig geeignet für Frauen sich zu identifizieren. Auch bei uns kommen Frauen kaum in „unserer“ Geschichte vor. In der Schule wird His-Story gelehrt und nicht Her-Story. Verbunden damit gibt es kaum weibliche Vorbilder. Unser „Framing“ ist ein Jahrtausende-altes kulturelles Denken über Frauen. Ja natürlich, es hat sich viel getan in den letzten Jahrzehnten. Aber versuchen nicht gerade viele Frauen in die „Eigentliche-Welt“ zu kommen, weg von der „Anders-Welt“ in die sogenannte Männerwelt? Wie oft ist das denn umgekehrt?



Treten wir also einen Schritt vom Geländer zurück und schauen in das Innere des Turmes, in unser Inneres. Für einen ehrlichen

### **Einblick:**

Stellen wir uns ein paar Fragen:

Was denken wir über Frauen? Über Frauen im Beruf? Was über Karriere? Über Führung? Was ist weibliche Führung? Und die Gretchenfrage: Was denken wir über Frauen und Macht? Darf Grete mächtig sein? So richtig machtvoll? Oder nur ein bisschen? Gerade so über ihre Ohn-Macht hinaus?

Und was denken wir Frauen über Mütter, über das Muttersein? Akzeptieren wir verschiedene Lebensmodelle und unterschiedliche Vorstellungen von Mutter sein? Wie denken wir über Kinderlosigkeit?

Über Erziehung? Was haben wir für Rollenmodelle gelebt? Waren wir zufrieden damit? Was haben wir als Tochter bei unserer Mutter erlebt? Sind wir da wirklich unbefangen?

Und in Bezug auf unseren Körper, unsere Körperlichkeit. Wie schauen wir auf die andere Frau? Und auf uns selbst? Vergleichen

wir? Was ist, wenn die Frau/Klientin schöner/schlanker/jünger ist als wir? Ein bisschen Neid? Oder ein wenig Häme, wenn sie es eben nicht ist? Oder wenigstens Erleichterung? Wie stehen wir zu unserer eigenen Körperlichkeit? Verurteilen wir sie/uns insgeheim? Wie leben wir unsere Sinnlichkeit, wenn Scham, Schuld und Tabus in der „Anderswelt“ alltägliche Begleiterinnen waren?

Und zu guter Letzt die Schlüsselfrage: Können wir es wirklich wollen, dass die Klientinnen wachsen und groß werden, wenn wir doch zum „kleinbleiben“ sozialisiert wurden? Haben wir da wirklich

### **Durchblick?**

Das sind, so empfinde ich es zumindest, unbequeme Fragen. Aber ich denke, es ist existentiell, sie zu stellen. Wir sollten sie selbstkritisch durchdringen und uns darüber ehrliche Klarheit verschaffen. Denn ja, es gibt diese Seite, diese sozialisierte Rivalität, das Minderwertigkeitsgefühl, den Neid.

Und was ist jetzt mit der oft beschworenen Solidarität unter Frauen? Ja, die gibt es auch zweifellos, mehr oder weniger hilfreich. Denn eine falsch verstandene Solidarität kann uns untereinander auch kritiklos machen. Wir könnten es uns gleichgesinnt im „Opferstatus“ einrichten, uns vermeintlich wehrlos gegen die Männer verschwören. #Metoo hatte durchaus solche Aspekte.

Auf der anderen Seite gibt es diese ganz wunderbare „Parteilichkeit“ und „Verschwesterung“ zwischen Frauen. Sie ist unglaublich kraftvoll und identitätsstiftend. Sie kann ein Ort der Wärme, Freude, Lust, Liebe und Weisheit sein. Eine vielschichtige, fruchtbare Heimat.

*Auf der anderen Seite gibt es diese ganz wunderbare „Parteilichkeit“ und „Verschwesterung“ zwischen Frauen. Sie ist unglaublich kraftvoll und identitätsstiftend.*

Das alles gibt es bei Männern natürlich auch. Aber bei Frauen eben „anders“. Dieses „Anderssein“ wird ja gerade von Frauen sowohl bereichernd, als auch beschränkend empfunden. Es ist wichtig, einen klaren Blick darauf zu werfen, zu analysieren und die richtigen Schlüsse daraus zu ziehen.

*Das alles gibt es bei Männern natürlich auch. Aber bei Frauen eben „anders“. Dieses „Anderssein“ wird ja gerade von Frauen sowohl bereichernd, als auch beschränkend empfunden.*

Und ja, natürlich sind wir die besten Beraterinnen für Frauen. Nur wir kennen unsere „Welten“. Wenn wir weiblichen Counselor uns auf den Weg machen, wenn wir erforschen was unsere wahrhaftige individuelle und kollektive Identität ist, jenseits von allen Fremdefinitionen und solidarisch sind mit unseren Klientinnen, dann sind wir das Beste für unsere Klientinnen. Wagen wir also einen

#### **Ausblick:**

Hoch auf dem Turm konnten wir uns eine Übersicht über die „Anderswelt“ verschaffen. Aufgrund unserer ureigenen, weiblichen, gemeinsamen Vergangenheit gibt es noch viel mehr geheimnisvolles Land zu entdecken. Dunkle Winkel und lichte, warme Hoffungslandschaften. Leider fehlt es uns Frauen mitunter an geeigneten Landkarten. Wir durchleuchten sehr wohl unsere eigene individuelle Geschichte (gerade wir weiblichen Counselor), aber die Einbettung in die große und großartige Geschichte und Welt der Frauen ist häufig noch begrenzt. Dabei gibt es dort Außerordentliches und Mutmachendes für uns zu entdecken und zu eigen zu machen und dadurch unser berufliches und individuelles Erleben lebendig zu erweitern.

Mit

#### **Weitblick:**

Jetzt stehe ich auf dem Turm und schließe die Augen. Ich träume. Ich träume von einem Ort, an dem Frauen ihre historische, spirituelle, gesellschaftliche, künstlerische und philosophische Heimat weiter erforschen und gemeinsam Erkenntnisse gewinnen. Auf kluge, mutige, zukunftsweisende, sinnliche und kreative Weise. Eine Art Universität oder besser eine Multi-Versität. Raus aus dem Frauentower, rein ins unentdeckte Land. Ein großartiger

#### **Lichtblick!**

#### Irene Treutlein

Counselor grad. BVPPT

Lehrtrainerin (IHP)

Art-Counseling, Kunst & Gestaltungstherapie

Gestalttherapie & Orientierungsanalyse

Schwerpunkte:

FrauenMUT, HerSTORY, Empowerment,

Weiblichkeit, Kreativität & Inspiration

[www.irene-treutlein.de](http://www.irene-treutlein.de)

# Geschlechtstypische Krisenbewältigung im Counseling bewusst wahrnehmen und auffangen

Unterscheidungen zwischen den Geschlechtern ist sowohl in gesellschaftlichen Debatten als auch im wissenschaftlichen Kontext ein stets präsent und brisantes Thema.

Auch im Counseling kann die Perspektive auf eine geschlechtliche Prägung der Klient\*innen eine türöffnende Wirkung haben. Hierbei können, mit Fokus auf Krisenereignisse, unterschiedliche Bewältigungsmuster betrachtet und darauf aufbauend geschlechtssensible Hilfestellungen entwickelt werden.

In diesem Artikel soll es darum gehen darzustellen, wie sich in Krisensituationen geschlechtstypische Muster aufzeigen können und inwiefern mit diesen im Counseling umgegangen werden kann.

*[...] wahrnehmbare Unterschiede zwischen den Geschlechtern, besonders im Verhalten und der Ausdrucksweise, vornehmlich durch soziale Strukturen erlernt, tradiert und gefestigt und nicht biologisch festgelegt.*

Wenn von ‚geschlechtstypisch‘ gesprochen wird, so ist damit Verhalten gemeint, welches mehrheitlich bei Zugehörigen eines Geschlechtes wahrgenommen werden kann. Inwiefern sich die Geschlechter unterscheiden und woher solche Unterscheidungen kommen können, ist ein breit diskutiertes und erforschtes Thema und würde den Rahmen dieses Beitrages sprengen. Dennoch ist eine Positionierung innerhalb dieses

Spektrums wichtig, um den Hintergrund für den Blick auf Geschlechtertypiken verständlich zu machen. Aus dieser Perspektive sind wahrnehmbare Unterschiede zwischen den Geschlechtern, besonders im Verhalten und der Ausdrucksweise, vornehmlich durch soziale Strukturen erlernt, tradiert und gefestigt und nicht biologisch festgelegt. Es wird ebenfalls angenommen, dass Zweigeschlechtlichkeit kulturell und nicht biologisch begründet ist. In einer sozialen Realität werden

Menschen weiblich oder männlich sozialisiert und geprägt. Von dieser konstruierten heteronormativen Kategorisierung wird hier ausgegangen. Innerhalb der Gesellschaft werden Menschen somit durch normative Strukturen wie Erwartungen, Leitbilder und Stereotype, in ihrem Handeln geschlechtstypisch beeinflusst. Vor diesem Hintergrund gelten in einer Gesellschaft oft bestimmte, rollengebundene Regeln, welche im Verlauf der Biografie auf unterschiedlichste Art und Weise integriert werden.

In einer krisenhaften Situation geraten Menschen aus dem Gleichgewicht, und bisher erfolgreiche Strategien der Bewältigung reichen oft nicht mehr aus. Nun ist es möglich, dass ursprünglich und unbewusst erlernte, geschlechtstypische Muster aufbrechen und hervortreten. Dies sind automatisierte Muster, welche in dieser Situation Sicherheit vermitteln und eine Form von Lösung darstellen, um die eigene Handlungsfähigkeit wiederzuerlangen.

Alle Menschen haben sich in ihrer Biografie durch erlerntes und verwehrt Verhalten Ressourcen angeeignet, welche sich im Verhalten in der Krisensituation zeigen. Damit wird deutlich, dass Menschen keinesfalls bestimmte Bewältigungsmuster besitzen oder grundsätzlich Krisen nur auf eine Art bewältigen können, sondern ihnen im Laufe des Entwicklungsprozesses alternative Möglichkeiten und Zugänge verwehrt wurden.



Durch Austausch mit dem nahen Umfeld, Sport oder anderen Ressourcen können Viele die entstandene Hilflosigkeit der Situation überwinden. Die hier vorgestellte Perspektive ist an jene Menschen adressiert, welche nicht die Möglichkeit erlernt haben, ihre Hilflosigkeit zu thematisieren. Dadurch sucht sich der Druck der Situation andere, automatisierte Wege, wieder in Handlungsfähigkeit zu kommen und die eigene Hilflosigkeit kann durch geschlechtstypisch geprägte Bewältigungsformen verschleiert zum Vorschein treten.

Werden die Unterscheidungen von männlich und weiblich sozialisierten Menschen betrachtet, so lassen sich tendenziell folgende Bewältigungsmuster als erlernte und unterbewusst wirkende Reaktion auf Krisensituationen beschreiben:

Männlich konnotierte Bewältigungsmechanismen können in der Literatur mit Attributen wie Externalisierung, Kontrolle oder Rationalität beschrieben werden. Die Biografien sind häufig durch die Verweigerung des Kontaktes zu den eigenen Gefühlen gekennzeichnet. Es entsteht ein Druck, Hilflosigkeit nach außen abzuspalten und nicht an sich heran zu lassen. Prägend ist hier die Orientierung nach außen. Entsprechend den gesellschaftlichen Erwartungen werden häufig dominante Verhaltensweisen erlebt. Auch mit dem Blick auf Extreme, z.B. Straftaten, überwiegen hier Delikte, welche mit Gewalt nach außen oder gegen andere verbunden sind.

Das weiblich konnotierte Bewältigungsschemata kann durch einen hohen Bezug zu anderen und damit verbundener Zurücknahme des Selbst und eigener Schuldzuweisung charakterisiert werden. Im biografischen Verlauf wurde die Fähigkeit des Verhaltens nach außen häufig abgesprochen. Daher ist der Weg des Ausdrucks nach außen durch Sanktionierung verschlossen. Demnach ist der Mechanismus hier durch Bewältigung nach innen gekennzeichnet. Der Umgang mit Aggression gilt in diesem Zusammenhang eher als selbstdestruktiv, indirekt gegen andere oder ist mit Ausbrüchen nach innen verbunden. Dementsprechend können Extreme dieses Bewältigungsmusters in autoaggressiven Verhaltensweisen wie Essstörungen oder Medikamentenmissbrauch überwiegend bei weiblich sozialisierten Menschen festgestellt werden.

Damit ist festzuhalten: Unterscheidungen zwischen den Geschlechtern liegen im Umgang mit einer Krisensituation, nicht etwa in dem Ausmaß der Betroffenheit. Sie bauen auf tief integrierten Glaubenssätzen auf und dienen als Schutzmechanismus, wenn keine andere Ressource mehr greift.

Wird nun auf das Counseling-Setting geschaut, so kann festgehalten werden, dass kritische Lebenssituationen oftmals Teil von Beratungsprozessen sind. Im Hinblick auf eine subjektiv verbesserte Lebenslage kann die Beratung als Ressource unterstützend wirken. Dies kann ebenfalls in Bezug auf geschlechtssensible Bewältigungsmechanismen wirken, indem das Handlungsrepertoire erweitert und Kompetenzen gestärkt werden. Im besten Fall so, dass diese für die künftigen Bewältigungssituationen Bestand haben. Dabei gilt, je verdeckter geschlechtstypische Merkmale wirken, „desto notwendiger wird es, das Wissen über diese tiefer liegenden Geschlechterdynamiken in ... Intervention eingehen zu lassen.“ (Böhnisch/Funk 2002, S. 113) Somit kann herausgearbeitet werden, dass Menschen zu geschlechtstypischem Verhalten sozialisiert wurden und damit Begrenzungen erleben können, welche sie daran hindert, ihr volles Potential zu leben. Durch sensibilisierte Fragen und reflektierende Methoden werden die Befindlichkeiten hinter womöglich geschlechtstypischen Ausdrucksweisen adressiert und die Bewältigungsherausforderung der Person anerkannt.

Neben ressourcenorientierter Grundhaltung und respektvollem Umgang, kann eine vertraute Umgebung Raum dafür bieten, das Verhalten zu reflektieren und dahinterliegende Bedürfnisse aufzuarbeiten. Neben Haltungen können auch Methoden, wie das Reframing oder funktionale Äquivalente, Chancen des Perspektivwechsels bieten. Kann in der Arbeit eine gewisse Distanz zu den eigenen rollengebundenen Erwartungshaltungen geschaffen werden, so wird die tatsächliche Gebundenheit an diese erst deutlich. Die Zwänge, welche hinter den gelernten Rollenerwartungen in Bewältigungsverhalten stecken, können durch reflexive Vorgänge erkannt und aktiv infrage gestellt werden.



Um stereotypen Zuschreibungen entgegenzuwirken, soll noch einmal verdeutlicht werden, wo der Fokus der geschlechtssensiblen Arbeit in Krisensituationen liegt. Es geht folglich nicht darum zu glauben, dass weiblich oder männlich sozialisierte Menschen jeweils ‚so sind‘ und nur diesen Weg der Bewältigung gehen können. Sondern darum, durch geschlechtssensible und reflektierte Perspektiven alternative Wege zu öffnen und Ressourcen, sowie Handlungs- und Bewältigungsoptionen im Umgang mit Krisensituationen zu erweitern. Hierfür ist es hilfreich, das gezeigte Verhalten vor dem Hintergrund biografisch erworbener Bewältigungsmechanismen zu verstehen. Auf diese Weise können durch das Verhalten verdeckte Befindlichkeiten gemeinsam erkannt und reflektiert werden. Dies eröffnet die Möglichkeit, einen neuen Zugang zum eigenen Verhalten zu entdecken und mit erlebten Dynamiken bewusst umzugehen.

**Literatur**

Becker-Schmidt, R.; Knapp, G.: Geschlechtertrennung – Geschlechterdifferenz. Suchbewegungen sozialen Lernens. Bonn: Verl. Neue Gesellschaft. 1987. S. 150.

Böhnisch, L.: Der Weg zum sozialpädagogischen und sozialisationstheoretischen Konzept Lebensbewältigung. In: Litau, J.; Walther, A.; Warth, A.; Wey, S. (Hrsg.): Theorie und Forschung zur Lebensbewältigung. Methodologische Vergewisserungen und empirische Befunde. Weinheim Basel: Beltz Juventa. 2016. S. 18–38.

Böhnisch, L.: Lebensbewältigung. Ein Konzept für die Soziale Arbeit. Weinheim Basel: Beltz Juventa. 2019. S. 38–47.

Böhnisch, L.; Funk, H.: Soziale Arbeit und Geschlecht. Theoretische und praktische Orientierungen. Weinheim und München: Juventa-Verl. 2002. S. 113–128.  
 Hagemann-White, C.: Wir werden nicht zweigeschlechtlich geboren ... In: Hagemann-White, C.; Rerrich, M. (Hrsg.): FrauenMännerBilder.

Männer und Männlichkeit in der feministischen Diskussion. Bielefeld: AJZ-Verl. 1988. S. 224–235.

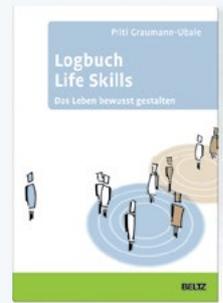
Voigt-Kehlenbeck, C.: Flankieren und Begleiten. Geschlechterreflexive Perspektiven in einer diversitätsbewussten Sozialarbeit. Wiesbaden: VS, Verl. für Sozialwiss. 2008. S. 138.

**Alina Esch**  
 \* 1997  
 Sozialarbeiterin (B.A.)  
 In Ausbildung zum Counselor grad. BVPPT,  
 Gestalt & Orientierungsanalyse

**Neue Impulse  
für Ihr Leben & Arbeiten**



Wrede / Zimmermann  
**Mini-Handbuch Coaching und Digitalisierung**  
 2020 | 203 Seiten  
 € 24,95 D  
 ISBN 978-3-407-36724-2  
 Auch als E-Book erhältlich

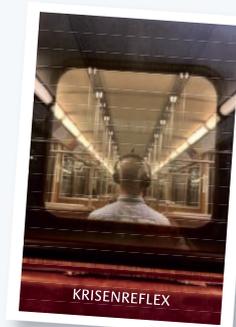


Priti Graumann-Ubale  
**Logbuch Life Skills**  
 2020 | 144 Seiten  
 € 24,95 D  
 ISBN 978-3-407-36737-2  
 Auch als E-Book erhältlich



Denise Ritter  
**75 Coachingkarten Den eigenen Lebensentwurf gestalten**  
 2020 | € 58,00 D  
 GTIN 4019172300210

Die Kombination der urbanen Fotomotive mit unüblichen, teilweise provokativen Wortkreationen wecken unmittelbar das Interesse und regen zur Auseinandersetzung mit den Impulsen auf der Rückseite an. So entsteht Raum für persönliche Einfälle, Assoziationen und Ideen.



Das komplette Beltz Coaching-Programm:



**BELTZ**  
 www.beltz.de/coaching

# Macht es einen Unterschied ...? Council mit Männern

Ja, macht das denn wirklich einen Unterschied? Eine Frage die ich so häufig gestellt bekommen habe von KollegInnen und von Männern.

„Ist es nicht egal ob eine ‚Männergruppe‘ von einer Frau/Therapeutin oder von einem Mann/Therapeuten geleitet wird? Es geht doch darum, dass ‚Männerthemen‘ Platz haben, ob nun eine Frau oder ein Mann die Leitung hat ..., wichtig ist doch nur, dass Sie/Er professionell ist ...“ So wurde in einer klinischen Männergruppe, die ich fast 20 Jahre wöchentlich als Therapeut leiten durfte, immer wieder die Frage von teilnehmenden Männern so

oder ähnlich gestellt:

„Wozu eine Männergruppe, wir sind doch alle Menschen ...“.

*Immer noch, nach über 40 Jahren „Männer-Arbeit“, haftet dem Begriff „Männergruppe“ etwas esoterisch-maniriertes an.*

Immer noch, nach über 40 Jahren „Männer-Arbeit“, haftet dem Begriff ‚Männergruppe‘ etwas esoterisch-maniriertes an. „Da geht es doch nur um männliche Selbstbespiegelung“, „da

spielen Männer Krieger, verhätscheln sich in ihrem Gefühl, unverstanden zu sein und erzählen sich, wie sensibel sie doch in Wahrheit sind“. „Da geh ich doch nicht hin, das hab ich nicht nötig ...“. Solche Klischees und Vorurteile, von Männern wie Frauen, sind immer noch weit verbreitet.

Ja – es macht einen Unterschied. Eine Gruppe, in der nur Männer sind, ist eine Insel. Es ist wie ein inneres Aufatmen. Vielleicht unbemerkt, so wie es manchmal geschieht, ein tiefes Aufatmen, das gar nicht bis in unser Bewusstsein vordringt, weil etwas von uns genommen wird, oder wir etwas bekommen, was scheinbar unbedeutend ist, nebensächlich und in Wahrheit doch vieles verändert. Ich habe über Jahre in einer „Jungs“-Band gespielt, sechs Männer unter sich. Es war viel mehr

als die Musik. Es war der Stallgeruch im wahrsten Sinne des Wortes. Der Proberaum war ein Männerraum, ungelüftet, kalter Zigarettenrauch, leere Bierflaschen, wann war das letzte Mal gefegt oder gesaugt worden ...? Es war ein Raum, in dem wir unsere eigene Kultur lebten. Dumme Sprüche raushauen konnten ohne Angst, missverstanden zu werden. Selbst wenn jemand die Grenzen unserer ‚political correctness‘ verletzte, dann wurde er zurückgepiffen, – und damit war es gut. Er gehörte trotzdem dazu. Das änderte sich schlagartig als eine Frau, eine Sängerin hinzukam. Es lag nicht an ihr. Es lag an uns allen. An dem üblichen, normalen Tanz zwischen Männern und Frauen. Es lag an der Konkurrenz, die die Beziehungen unter uns Männern grundlegend veränderte. Die Leichtigkeit und Selbstverständlichkeit blieben auf der Strecke. Und so ändert sich schlagartig etwas, wenn eine Gruppe, in der Männer sind, von einer Frau geleitet wird, genauso wie in einer Gruppe, in der nur Frauen sind, sich fundamental etwas ändert, wenn ein Mann sie leitet. Eine Erfahrung, die ich in der Rolle als einziger Mann in einer Gruppe Frauen sowohl als Teilnehmer, wie in der Rolle des Leiters häufig gemacht habe. Auch das ist eine wertvolle Erfahrung, wenn es zur Sprache kommt, das etwas da ist, was geschieht, wenn ein Mann eine Gruppe leitet, in der nur Frauen sind. So kann es auch eine wertvolle Erfahrung für alle sein, wenn eine Frau eine Gruppe leitet, in der nur Männer sind, wenn es zur Sprache kommt, offenbar wird, was da alles ist, was geschieht, wenn eine Frau eine Gruppe mit Männern leitet. Aber dann ist es keine Männergruppe mehr, es ist etwas ganz Anderes.

Diese Erfahrung – und ich spreche jetzt nur über die Erfahrung als Mann, mir ist klar, dass Frauen ganz eigene und doch vielleicht auch ähnliche Erfahrungen machen – eines „Raumes der nur uns gehört“ ist eine elementare und heilsame Erfahrung für uns Männer. Und da beziehe ich mich selbst ein. Seit 30 Jahren arbeite ich mittlerweile mit Männern in Gruppen und in der Einzelbegleitung. Darüber möchte ich hier schreiben, über diese Erfahrungen in Männergruppen. Über dieses „Heilsame“, was so guttut und doch so schwer



*Eine ganz wichtige Erfahrung gleich zu Beginn meiner Arbeit mit Männern war: ich bin ein Teil der Gruppe.*

„leicht“ oder angenehm ist. Ja, manchmal ist es einfach leicht, ausgelassen wild und krachend laut. Und dann wieder ist es ganz still, sanft, einladend, schwer, zäh oder traurig. Und das ist wohl das Entscheidende, was geschieht: dieses Mit-fühlen (com/passion), das Nachempfinden, Ein-fühlen. Sich in anderen Männern gespiegelt zu erleben, ist eine entlastende und tiefe Erfahrung, die uns aus dem Gefühl des „Abgeschnitten-Seins“, unserem Einzelkämpfer-Dasein befreien kann.

Meine Erfahrungen sind die Erfahrungen eines heterosexuellen Mannes in Gruppen von heterosexuellen Männern. Hin und wieder kam es vor, dass ein homosexueller Mann an einer Gruppe teilnahm. Ich konnte auch die Erfahrung als Supervisor in einer Gruppe homosexueller Männer machen. Beides bringt für beide „Seiten“ eine neue Qualität hinzu. Ich habe es als Bereicherung erlebt. Für mich und auch die Teilnehmer, Heteros wie Homos. Ich habe auch erlebt wie heterosexuelle Männer durch die Anwesenheit eines homosexuellen Mannes verunsichert werden, mit ihren Vorurteilen und Ängsten konfrontiert sind. Und immer ist da ein Berührt-Sein, wenn wir auf das Gemeinsame treffen und das „Verschieden-Sein“ erleben, und wie beides nebeneinander stehen

„zu fassen“ ist. Es war in allen Gruppen, die ich mit Männern erleben durfte, präsent. In Supervisionsgruppen, therapeutischen Gruppen und in Retreats und Selbsterfahrungsgruppen. Das bedeutet nicht, dass es immer

kann. Es ist ein bisschen so wie in einen Spiegel zu schauen, der Verborgenes und Unvertrautes offenbart.

Als ich nach einer Überschrift für den Artikel gesucht habe, habe ich nachgedacht. Ein Themenvorschlag der Redaktion lautete „Counseling mit Männern“. Nein, habe ich gespürt, das geht gar nicht für mich. Für mich ist es „Counseling unter Männern“ – oder „Council“ mit Männern“, ja das trifft es.<sup>1</sup> Es verbirgt sich nach meiner Erfahrung viel hinter diesen scheinbar unbedeutenden Unterschieden in der Formulierung. Es geht um das Selbstverständnis des Gruppenleiters, des Counselors. Eine ganz wichtige Erfahrung gleich zu Beginn meiner Arbeit mit Männern war: ich bin ein Teil der Gruppe. Nur wenn ich das anerkenne und auch mit der Gruppe teile, dass es um eine existenzielle Gemeinsamkeit geht, die wir (und in dieses ‚Wir‘ schließe ich mich ein) in der Gruppe teilen, um die Erfahrung als Mann in der Welt zu sein, entsteht diese Basis des Vertrauens und diese fundamentale Erfahrung des „Wir“ – ohne ‚Ausschluss‘. Am tiefsten erlebe ich diese Erfah-

<sup>1</sup> Council, der Rat, das Kollegium. Die hier gemeinte Form rituellen Kreis Gesprächs, eigentlich „to meet in council“ – Rat halten, hat ihren Ursprung im Kontext der nord-amerikanisch indianischen Tradition, findet sich aber in allen indigenen Kulturen. Die hier angesprochene Form wurde von der Ojai Foundation für die Arbeit in Reservats-Schulen, Gefängnissen und anderen sozialen Brennpunkten entwickelt. Vgl. Jack Zimmermann & Virginia Coyle: Der große Rat. Arbor 2010



*Es wiegt das, was jemand sagt und wie er es sagt, nicht seine Rolle oder Funktion.*

rung in Council Gruppen von Männern. Council ist in der indigenen Kultur der gemeinsame Rat. Es ist nicht das Counseling, die Beratung. Es ist der Kreis der Ältesten (Frauen oder/und Männer), der zusammenkommt, um sich über lebenswichtige Dinge der Gemeinschaft zu beraten. In diesem Kreis sind alle gleich, jeder hat eine Stimme und jede Stimme hat soviel Gewicht wie die andere. Und wenn da jemand ist, der das Council leitet (den Raum hält), dann hat er diese besondere Funktion, den Raum zu halten und darauf zu achten, dass

der Raum (und das schließt jedes Mitglied des Kreises und darüber hinaus das Gemeinwesen/Polis, den Kosmos ein) nicht verletzt wird. Er ist Teil des Kreises, seine Stimme wiegt nicht mehr, weil er derjenige ist, der den

Raum hält. Es wiegt das, was jemand sagt und wie er es sagt, nicht seine Rolle oder Funktion. Das kann eine tiefe Erfahrung sein, für Frauen und Männer. Für uns Männer ist es eine heilsame und befreiende Erfahrung so vorbehaltlos dazuzugehören und anerkannt zu sein. Es gibt kaum Räume, wo dies in dieser Weise möglich ist, die Rüstung, den Panzer oder Schutzschild abzulegen. Diese Erfahrung einer tiefen Öffnung und Wahrheit in so einem Kreis von Männern berührt mich immer wieder ganz neu und frisch. Im Council weinen Männer, – aus tiefer Berührung, aus Freude, weil sie ihre Sehnsucht spüren, weil eine Verletzung oder Beschämung zum ersten Mal in ihrem Leben Anerkennung findet und Bestätigung: „ja wir sehen Deinen Schmerz“. Und vor allem die Erfahrung und Erkenntnis „ich bin nicht allein damit, so geht es anderen Männern auch, ich bin nicht falsch ...“. Der

Schmerz, die Beschämung, die Angst werden „gehalten“ vom Kreis der Männer. Für uns Männer ist es ein Wagnis, unser Berührt-Sein, oder gar unsere Tränen zu zeigen. Vor allem ist das gefährlich vor anderen Männern. Als Profi ist das dein Todesurteil, wir verlieren unser Gesicht, unsere Männlichkeit. Wir Männer „müssen Profis sein“, immer - das haben wir gelernt. Früher war es der Satz „ein Indianer weint nicht“. Heute gibt es andere, subtilere Botschaften. In der Schule, aus der Werbung, aus der Politik. Zum Glück bewegt sich etwas, bewegen wir uns. Bastian Schweinsteiger weinte vor Zigttausenden im Stadion und den Millionen TV Zuschauern, als er sich aus „Der Mannschaft“ verabschiedete. Eine Befreiung. Wenigstens ein Star, der oft genug bewiesen hat, dass er ein Kerl ist, mit Eiern, der darf weinen.

Ich liebe die „Arbeit“ mit Männern. Warum? Weil es mich heilt und geheilt hat. Weil es Spaß macht und geil ist. Es ist der pure „Wahnsinn“, wenn wir in einer Gruppe mit 12 Männern ekstatisch im Kreis tanzen zum Rhythmus von Trommeln und unsere Stimmen völlig frei der Freude und der Lust Ausdruck geben ..., wenn zwei Männer voller Erotik in diesem Kreis miteinander tanzen oder miteinander ringen, kämpfen, schwitzen ... bis zur allgemeinen Erschöpfung ...

Und danach, wenn wir zufrieden zusammen auf einem Knäuel auf dem Boden sitzen und aus dieser gemeinsamen Erfahrung ein tiefes und offenes Gespräch über Sexualität entsteht. Darüber, wie es den einzelnen geht damit, als Mann in einer jahrelangen Beziehung oder Ehe, als Single, oder als junger Mann, der sich nicht binden kann, als älterer Mann, der Angst hat, nicht mehr zu genügen ... Es ist heilsam, zu entdecken nicht allein zu sein.

Wir Männer sind vieles. Wir sind Abenteurer und Liebhaber, wenn wir jung sind. Zumindest wären wir das gern. Es ist hart, wenn ein junger Mann sich ausgebremst erlebt durch seine Ängste, seine Geschichte. Er glaubt in der Regel der einzige zu sein, dem es so geht. Manchmal entdeckt er dann in der Gruppe, dass der Draufgänger, der „Winner“ genau so viel Angst hat wie er selbst, dass es die Angst ist, die ihn antreibt.

Wir Männer sind spirituell. Wir tragen die Sehnsucht in uns „Eins“ zu sein. Verbunden mit uns selbst, dem Leben und den Menschen, mit denen wir leben. Nichts ist trennender als Scham. Nicht die Scham, die unsere Intimität und Integrität schützt. Es ist gibt eine falsche Scham, eine Selbstscham, die der Beschämung folgt. Es ist die Scham darüber, ein Mann zu sein ... Immer wieder taucht sie auf. Was ist das bloß, diese tiefe Scham in uns Männern darüber ein Mann zu sein? Es braucht viel Vertrauen, bis sie sich aus dem Schatten hervortraut und sich zeigt. Es scheint mir, als ob es um eine kollektive und transgenerationale Scham geht, gerade in unserem Land, mit unserer Geschichte. Die Scham darüber was Männer (Väter Großväter, ...) alles angerichtet haben und anrichten in dieser Welt, was sie nicht verhindert haben:

die Gewalt, Kriege, die „Herrschaft“, die Gewalt in Beziehungen und Familien... Es ist dies nicht die Scham aufgrund einer biografischen Beschämung oder Verletzung von außen (Eltern, Lehrer, Mitschüler). Es ist eine tief liegende existenzielle und transge-

nerationale Scham<sup>2</sup>, über das eigene Mann-Sein, die weitergereicht wird von Vätern an ihre Söhne. Die Söhne übernehmen sie, wenn die Väter sie und dem was ihr zu-Grunde liegt verleugnen und sich ihr nicht stellen. Vielleicht ist es dies, was der Mann aus Nazareth auf dem Weg zu seiner Hinrichtung anspricht: „Weint nicht über mich, weint über Euch und Eure Kinder“. Und vielleicht konnte er es nur den Frauen sagen, weil die Männer wieder ein-

mal nicht da waren. Sie waren lediglich in ihrer Rolle als Folterknechte anwesend. Oft genug sind Männer selbst Opfer. Und wir geben es weiter, wenn auch vielleicht nur subtil, ohne dass es uns bewusst ist. Durch Nicht-Anerkennung, durch rücksichtslose Konkurrenz, durch Schweigen oder nicht Handeln, als Ausführender von Anordnungen und Anwalt sogenannter „Sachzwänge“<sup>3</sup>... Die Scham sitzt tief verborgen. Sie ist vielleicht das größte Hindernis daran, in unsere männliche Kraft zu kommen, ganz „Da“ zu sein, „Eins“ zu sein mit uns selbst und dem Leben. Wenn sie zur Sprache kommt in einer Gruppe, oder in der Einzelbegleitung, löst sich etwas. Wenn diese Scham gesehen, anerkannt und angenommen wird, öffnet sich ein Weg zur Veränderung. Die Anerkennung und Annahme dieser Scham und des damit verbundenen Schmerzes befreien. Sie sind Nährboden für Wandlung/Transformation, für etwas Neues.

Wir Männer sind spirituell. Wir brauchen die Einsamkeit, das All-eins-Sein. Ein-sam-sein, eins-Sein mit mir und dem Leben. Ganz da sein. Eine tiefe initiatische Erfahrung. Eine rituelle Nacht, in der Wildnis, draußen an einem gewählten Platz, ohne Schlaf ... Ein-sam-sein, mit mir, mit der Nacht, dem Rauschen des Windes in den Bäumen, dem Sternenhimmel ... Das ist der „Höhepunkt“ des Retreats mit Männern in den Cevennen. Es ist gut vorbereitet in den Tagen davor. Immer wieder ein Council mit allen: „wie bin ich hier, was ist mein Anliegen ...“.

*Wir Männer sind vieles.  
Wir sind Abenteurer und  
Liebhaber wenn wir  
jung sind. Zumindest  
wären wir das gern.*

<sup>2</sup> Nicht selten gibt es eine Verbindung zwischen dieser Scham und transgenerationalen, familiären und individuellen biografischen Traumata.

<sup>3</sup> Vielleicht ist das die aktuelle und zeitgemäße Erscheinungsform des „Untertan“, wie ihn Heinrich Mann in seinem gleichnamigen Roman beschreibt.



Und dann der gemeinsame Abstieg in die Tiefe zu den Wassern des Canyons. Es ist ein ritueller Abstieg in die eigene Tiefe, zu den eigenen Wassern. Und wie schön, wie wunderschön ist es dort, in dem glasklaren und manchmal auch dunklem Wasser zu schwimmen, zu baden, nackt ... im Sand zu liegen, zu dösen ... – und dann das Council im Schatten einer Tamariske: „was ist jetzt hier“ ... – es gibt kaum Worte für das, was hier ist... Am nächsten Tag der rituelle Aufstieg auf den Berg, ein uralter heiliger Ort. Jeder geht schweigend und allein, bis wir uns oben treffen. Eine kleine archaische Kapelle und noch über der Kapelle eine Felsplattform und diese grenzenlose Weite ... Und dann geht jeder für sich All-ein für eine halbe Stunde in das fensterlose, steinerne, leere archaische Dunkel dieser alten Michaels Kapelle ... mit seiner Frage.

*Je mehr wir das sind,  
was wir wirklich sind,  
kommen wir auf den  
Grund unseres Seins.*

Nach einigen Stunden gehen wir schweigend wieder hinunter. Am anderen Morgen teilen wir unsere Erfahrung aus der Kapelle im Council. Und dann die Vorbereitung für die Nacht.

Die Nacht löst viel, bewegt viel ... Es ist eine tiefe Erfahrung der Selbstbegegnung und eine tiefe Erfahrung des eingebunden seins, des getragen seins in und durch die Natur. Aber der Weg zu dieser Erfahrung führt für die meisten durch die Konfrontation mit der eigenen Angst, Schwäche, Überheblichkeit. Da tauchen die inneren Dämonen auf, aus der Vergangenheit und der Gegenwart. Im Morgengrauen gehen wir zurück. Jeder hat Zeit für sich auszuruhen, zu schlafen, zu schreiben. Und am Nachmittag das Council mit Schmerz, Tränen, Glück ... Wir brauchen das Ein-sam-Sein und wir brauchen das Gemeinsam-Sein.

Wir Männer wollen „Mann“ sein. Darum geht es, ganz Mann zu sein (ob homo- oder heterosexuell). Jeder von uns bringt seine Farbe, seinen Duft, seinen Ton von Mann in die Welt. Diese ganze Vielfältigkeit und Unterschiedlichkeit. Und wenn wir das, was wir sind, ganz einbringen können, wenn wir das teilen und weitergeben, da wo wir leben, dann sind wir Mann. Egal, was es ist. Darin sind wir politisch (Polis – das Gemeinwesen). Nur wenn wir das, was wir mitbringen, teilen und weitergeben sind wir Mann. Das ist der Archetyp des Königs. Aber wir brauchen keine Könige. Es reicht, Mann zu sein.

Wir Männer sind Mensch. Je mehr wir das sind, was wir wirklich sind, kommen wir auf den Grund unseres Seins. Und auf dem Grund unseres Seins sind wir Mensch und noch vieles mehr ... Da treffen wir uns mit den Frauen den Queeren und, und ... Leider reicht das Wort Mensch in seiner „männlichen“ Konnotation kaum aus, um die Fülle dessen zum Ausdruck zu bringen, was wir sind – Frauen wie Männer. Es gibt einen Unterschied, es gibt Vielfalt, es gibt das Verschieden-Sein. Und darin sind wir eins, darin dass wir verschieden sind. In einem Retreat für Paare und in der Weiterbildung „biografisch spirituelle Begleitung“<sup>4</sup> gibt es einen Punkt im gemeinsamen Prozess, an dem wir mit der Gruppe in die Differenzierung gehen. Frauen und Männer teilen sich rituell für zwei Tage, in der Weiterbildung für einen halben Tag, in eine Frauengruppe und Männergruppe. Das hat eine

<sup>4</sup> Mit Maria Amon zusammen durfte ich über 10 Jahre ein Retreat für Paare in den Cevennen durchführen. Dort und in der zweieinhalbjährigen Weiterbildung biografisch spirituelle Prozessbegleitung achten wir darauf, dass der Frauen- Männer Anteil der Gruppe paritätisch ist. Es hat eine enorme Kraft und Dynamik, sich in einer gemischten paritätischen Gruppe bewusst als Frau oder Mann unter Frauen/Männern erleben zu können.

Öffnung, Tiefung und Weitung im Prozess für die gesamte Gruppe zur Folge, die immer wieder überraschend ist. Tief berührend ist das rituell gestaltete Zusammenkommen der Männer mit den Frauen nach zwei Tagen Trennung in der Paargruppe. Die ganze Kraft und Schönheit der Frauen und Männer in ihrer Unterschiedlichkeit entfaltet sich im Raum. Es ist als würde ein Schleier, der Schleier der Alltäglichkeit von uns genommen. In solchen Augenblicken offenbart sich die Schönheit des Frau-Seins und des Mann-Seins und die Weite und Tiefe unseres Mensch-Seins.

### Heinz Sondermann

\*1951

Counselor grad. BVPPT,  
Eigene Praxis in Herzogenrath,  
Studium der Erwachsenenbildung,  
Theologie und Philosophie,  
Dipl. Pädagoge und Dipl. Religionspädagoge,  
Gestalttherapie, Orientierungsanalyse und  
Supervision,  
Lehrtrainer beim IHP,  
Trance- Musik & Körpertherapie und  
intuitive Naturerfahrung.  
Entwicklung der „Biografisch Spirituellen  
Prozessbegleitung®“



**Psychosozial-Verlag**

Steven Taylor

## Die Pandemie als psychologische Herausforderung

Ansätze für ein psychosoziales  
Krisenmanagement



185 Seiten • Broschur  
€ 19,90  
ISBN 978-3-8379-3035-1

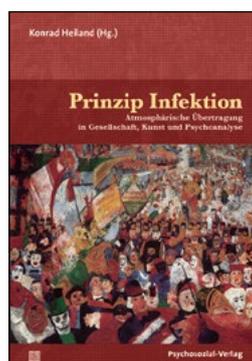
»Steven Taylor macht mit dem Band deutlich, dass die Pandemie nicht nur ein medizinisches Problem, sondern auch eine psychologische Herausforderung darstellt – und liefert fundierte Ratschläge, wie man die Krise als Gesellschaft besser bewältigen kann.«

*Corinna Hartmann, Spektrum der Wissenschaft*

Konrad Heiland (Hg.)

## Prinzip Infektion

Atmosphärische Übertragung  
in Gesellschaft, Kunst und Psychoanalyse



378 Seiten • Broschur  
€ 39,90  
ISBN 978-3-8379-2965-2

Von Freuds Idee der »Psychischen Infektion« und ihren neurobiologischen Grundmustern spannt sich ein Bogen bis hin zu verschiedenen Aspekten einer infizierten Gesellschaft – etwa in Bezug auf Rechtspopulismus, die #Me-Too-Debatte oder in der digitalen Welt.

Walltorstr. 10 • 35390 Gießen

Tel. 0641-969978-18 • Fax 0641-969978-19

bestellung@psychosozial-verlag.de

www.psychosozial-verlag.de

# Biographiearbeit zur Geschlechteridentität und Geschlechterrollen im Counseling

Im Counseling spielt, neben anderen Themen, die Auseinandersetzung mit dem Geschlecht eine wichtige Rolle. Und auch für mich als Counselor ist es fachlich geboten, die Achtsamkeit darauf zu lenken.

Die Anlässe für die Beschäftigung mit der eigenen Geschlechtsidentität und der Geschlechterrolle sind vielfältig: Unsicherheiten bei der Übernahme einer neuen Rolle oder Position im beruflichen oder privaten Bereich, zum Beispiel eine Führungsrolle oder der Beginn der Elternschaft, Erfahrungen von Benachteiligung, Beziehungsprobleme, eine Ausbildung, die Selbstreflexion und Selbsterfahrung erfordert oder schlichtweg Neugier. Wahrscheinlich kann jedes Thema oder Problem zu der Frage führen: wie bin ich zu der Frau, zu dem Mann geworden, die/der ich heute bin? Wer oder was hat mich beeinflusst? Wie wird mein Fühlen, Denken und Handeln heute dadurch geprägt, und in welche Richtung möchte ich mich weiterentwickeln? Dabei ist für mich im Counseling Biographiearbeit ein guter Ansatz. Wie die Systemische Therapie, die Gestalt- und Orientierungsanalyse ist Biographiearbeit ressourcenorientiert und wertschätzend. Wie die Narrative Therapie nutzt sie Erzählungen, um Entwicklungen besser zu verstehen, neu zu bewerten und weitere Perspektiven zu entdecken.

Ebenso wie die Arbeit mit Früherinnerungen spielt sich Biographiearbeit in allen drei Zeitdimensionen ab: sie erinnert die Vergangenheit, um die Gegenwart zu verstehen und die Zukunft zu entwerfen. Was gestern geschah und was wir davon erinnern, liefert Botschaften, Erkenntnisse und Entwicklungsanregungen für Heute.

Außerdem hält Biographiearbeit immer den gesellschaftlichen und historischen Zusammenhang im Auge, denn keine Biographie ist nur individuell zu verstehen, sondern immer nur unter Einbeziehung des gesellschaftlichen Umfelds.

Das Wort Biographie kommt aus dem griechischen und setzt sich zusammen aus Bios=Leben und graphie=ritzen, malen, schreiben, d. h. eine Lebensbeschreibung aus Geschichten, Erlebnissen, Episoden. Hubert Klingenberg bezeichnet Biographie als das „Fleisch auf dem Gerippe des Lebenslaufs“.

## **Mannsein – Frausein**

Geschlechtsidentität und Geschlechterrollen haben einen wesentlichen Einfluss auf unser Leben, denn unsere Gesellschaft ist tiefgreifend nach Geschlecht strukturiert und polarisiert. Obwohl das Wissen über Transgender-Menschen gewachsen ist, existieren in den meisten Gesellschaften Menschen vornehmlich als Männer oder Frauen, und beide Geschlechter sind deutlich voneinander unterscheidbar.

Diese Polarisierung bewirkt, dass wir unterschiedlich fühlen, denken und handeln, je nachdem ob wir einem Mann oder einer Frau begegnen. Worin die Unterschiede gesehen werden, hängt von der historischen Zeit und der Gesellschaft ab, in der wir aufgewachsen sind, von den vorherrschenden Vorstellungen, Erwartungen und Rollenklischees. Durch die Zuordnung zu einem Geschlecht werden auch die Entwicklungsmöglichkeiten und Spielräume festgelegt, die uns in der Gesellschaft als Mann oder Frau zur Verfügung stehen.



### Ein Ausflug in die eigene Biographie

Die geschichtliche Einordnung: Ich wurde kurz nach dem 2. Weltkrieg, im Februar 1954 geboren. Die Bundesrepublik Deutschland wurde von einem patriarchalen Ehe- und Familienverständnis bestimmt, obwohl Artikel 3, Abs. 2 des Grundgesetzes aussagte: „Männer und Frauen sind gleichberechtigt“. Der Mann galt als Oberhaupt der Familie und bis 1972 benötigte eine Ehefrau seine Zustimmung, wenn sie berufstätig sein wollte.

Die persönlichen Erfahrungen: Obwohl in der beschriebenen Zeit aufgewachsen, lebten meine Eltern keine patriarchale Ehe, auch wenn mein Vater berufstätig war und meine Mutter als Hausfrau arbeitete. Sie war ehrenamtlich aktiv und engagierte sich in Führungspositionen in einem katholischen

Frauenverband, dem Katholischen Deutschen Frauenbund. Der Verein setzt sich für die Gleichberechtigung von Frauen und Männern in Kirche und Gesellschaft ein.

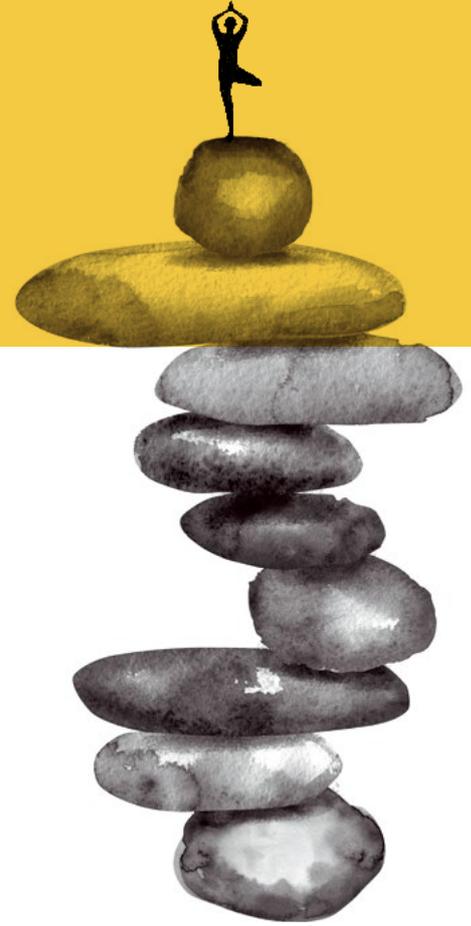
*Ich erinnere mich sehr gut an das Gefühl der Wut, die diese Ungerechtigkeit bei mir ausgelöst hat. Es war ein Anstoß, mich später in der Frauenbewegung zu engagieren [...]*

Ich erinnere mich an meine Spiele: Ich spielte mit Puppen, aber nicht als Puppenmutter, sondern ich war Leiterin der Kinderstation in einem Krankenhaus. Sicher motiviert durch die Tätigkeit meines Vaters als Arzt und die ehrenamtliche Führungsposition meiner Mutter. Und ich war Indianer, Winnetou war mein großes Vorbild, sein Mut, seine Geschicklichkeit, seine Menschlichkeit, sein Einsatz für die Gerechtigkeit und den Frieden ließen mich viele Abenteuer im Wald und den umliegenden Gärten erleben.

Ich las alle Pucki Bücher und fast alles von Karl May. Ich konnte als Mädchen sowohl zärtlich und fürsorgend, als auch abenteuerlustig, erfinderisch und wild sein.

Als Kind wollte ich gerne Messdienerin in der katholischen Kirche werden, was auf Grund meines Geschlechts damals nicht möglich war. Ich erinnere mich sehr gut an das Gefühl der Wut, die diese Ungerechtigkeit bei mir ausgelöst hat. Es war ein Anstoß, mich später in der Frauenbewegung zu engagieren und mich intensiv mit der Feministischen Theologie zu beschäftigen.

Mein Elternhaus hat mich geprägt im Hinblick auf mein Frausein und meine Weiblichkeit. Es entstand kein festgefügtes Rollenbild, sondern es war mir möglich, sowohl weibliche wie männliche Verhaltensweisen zu entwickeln. Diese Entwicklung ist allerdings bis heute noch nicht abgeschlossen.



### **Achtsamkeit für Geschlechteridentität und Geschlechterrollen als Counselor.**

Leider ist der Begriff „Counselor“ im deutschen männlich konnotiert, es gibt keinen weiblichen Begriff. Wenn ich also von Counselor spreche, werden sich die meisten eine männliche Person vorstellen. Ich bezeichne mich deshalb manchmal als weiblicher Counselor.

*Leider ist der Begriff „Counselor“ im deutschen männlich konnotiert, es gibt keinen weiblichen Begriff. Wenn ich also von Counselor spreche, werden sich die meisten eine männliche Person vorstellen.*

Wenn ich als Counselor arbeite, bin ich mir bewusst, dass ich eine Frau bin. Ich habe bestimmte Vorstellungen davon, was es bedeutet, eine Frau zu sein, und diese sind durch meine eigene Biographie geprägt.

Im Counseling begegnen wir uns als Frau und Mann oder als Frau und Frau und wir beginnen mit dem „Doing Gender“, das heißt Geschlechterdifferenzen werden permanent sozial

und kulturell hergestellt und konstruiert. Häufig geschieht dies unterhalb der Bewusstseinsgrenze, und es kann hilfreich sein, dies in den Fokus der Aufmerksamkeit zu stellen: Was bedeutet es für dich und für mich? Jede/r von uns hat Bilder davon im Kopf, was ein Mann ist, was eine Frau ist, wie wir Männlichkeit und Weiblichkeit definieren. Es

gibt Normen, Rollen, Zuschreibungen. Auch die Körperhaltungen können verschieden sein. Als Frau sitzt du mir vielleicht gegenüber, sehr gerade, die Beine geschlossen und die Füße nebeneinandergestellt. Als Mann sitzt du mir vielleicht gegenüber, zurückgelehnt, breitbeinig, die Arme auf die Armlehnen gelegt. Wie fühlt sich das an? Was willst du damit ausdrücken? Was hat es mit deiner Identität als Frau oder Mann zu tun? Von wem hast du es gelernt? Was bewirkt eine Veränderung der Sitzhaltung?

### **Das biographische Interview – Anregende Fragen**

Neben vielen anderen Methoden ist das biographische Interview eine Möglichkeit, sich mit der Geschichte der Geschlechteridentität und der Konstruktion der eigenen Geschlechtsrolle auseinanderzusetzen. Durch die Fragen wird das Erzählen von Geschichten, Erlebnissen, Erinnerungen angeregt. Die Essenz wird auf Karten festgehalten, und diese werden auf dem Boden ausgelegt, um einen Über-Blick zu erhalten.

Die Leserin und der Leser sind herzlich eingeladen, die Fragen für sich zu beantworten und zu schauen, was es zu entdecken gibt.

- Wann bist du geboren und wie waren zu der Zeit die gesellschaftlichen Bedingungen für Männer und Frauen?

---

- Wann ist dir klargeworden, dass du ein Junge/ ein Mädchen bist? Erinnerst du dich an eine Situation? Wie hast du dich gefühlt, was hast du gedacht? Würst du manchmal lieber ein Junge/ ein Mädchen gewesen?

---

- Beschreibe deine Mutter und deinen Vater. Welche Aussagen von ihnen erinnerst du über dein Mädchen- oder Jungensein?

---

- Welche Männer und Frauen aus deinem familiären Umfeld haben dich geprägt? Und wie?

---

- Hattest du eine beste Freundin, einen besten Freund und welche Bedeutung hatten sie für dich?

---

- Wer waren die Idole in deiner Jugend?

---

- Erinnerst du dich an deine Lehrer/innen und welchen Einfluss hatten sie auf dich?

---

- Wie hast du die Entwicklung deiner Sexualität erlebt? Welche Erinnerungen kommen dir in diesem Zusammenhang?

---

- Welche Glaubenssätze über Männer und Frauen kannst du erinnern?

---

- Wie war dein eigenes Bild von einer „richtigen Frau“, einem „richtigen“ Mann?

---

- Welche Bücher hast du gelesen? Welche Filme hast du dir angesehen?

---

- Welche Spiele hast du gespielt?

Wenn du auf dieses Puzzle blickst, was wird dir dabei deutlich in Bezug auf die Entwicklung deiner Geschlechtsidentität? Im Hinblick auf die Übernahme deiner Geschlechterrolle und auf die Frage, mit der du verbunden bist? Welche Ressourcen kannst du entdecken?

Für die meisten ergibt sich dadurch ein größeres Verstehen, es werden sinnvolle Erklärungen für Verhaltensweisen gefunden und Veränderungsmöglichkeiten werden entdeckt.

#### **Zum Weiterlesen**

- Hubert Klingenberg  
Lebensmutig. Vergangenes erinnern, Gegenwärtiges entdecken, Künftiges entwerfen
- Hans Georg  
Ruhe; Praxishandbuch Biographiearbeit

#### Gabriele Pechel

\* 1954

Counselor grad. BVPPT

Gestalt- und Orientierungsanalyse

Trauerbegleiterin

Supervisorin

# Hilfetelefon Gewalt an Männern



## Und Modellprojekt via-Wege aus der Gewalt – „Gewalt an Männern“

Zehntausende Männer erleiden jedes Jahr häusliche und/oder sexualisierte Gewalt. Die meisten schweigen. Was macht Gewalt mit Männern? Wie können sie der Gewalt entkommen?

Seit Anfang des Jahres 2020 gibt es das Gemeinschaftsprojekt der beiden Bundesländer Bayern (Bayrisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales) und Nordrhein-Westfalen (Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung) zum Thema häusliche und sexualisierte Gewalt an Männern, das Hilfetelefon Gewalt an Männern.

*Das Männerhilfetelefon ist ein niedrigschwelliges Angebot einer Hotline, welche zurzeit von den zwei Beratungsstellen Augsburg und Bielefeld bundesweit abgedeckt wird.*

Das Männerhilfetelefon ist ein niedrigschwelliges Angebot einer Hotline, welche zurzeit von den zwei Beratungsstellen Augsburg und Bielefeld bundesweit abgedeckt wird. Die Hotline ist unter einer kostenlosen Nummer erreichbar und ist jeweils von Montag bis Donnerstag in den Zeiten von 9 Uhr bis 13 Uhr und

von 16 Uhr bis 20 Uhr und Freitag von 9 bis 15 Uhr geschaltet. Auch eine E-Mail-Beratung ist möglich. Nähere Informationen sind unter [www.maennerhilfetelefon.de](http://www.maennerhilfetelefon.de) zu finden. Eine Onlineberatung (Chatberatung) ist in Planung.

Zudem gibt es das regionale Modellprojekt via-Wege aus der Gewalt – „Gewalt an Männern“, finanziert aus den Mitteln des Bayrischen Staatsministeriums für Familie, Arbeit und Soziales. In der Anlaufstelle für von häuslicher und/oder sexualisierter Gewalt betroffene Männer finden telefonische und/oder Face to Face Beratungen in der

Beratungsstelle statt. Zu den Aufgaben des Counselors gehört neben der Beratung das Clearing, eine Art Erstberatung, wobei sich im Verlauf auch mehrere Beratungstermine ergeben können. Häufig ergibt sich eine Weitervermittlung an entsprechende Fachstellen (beispielsweise Psychotherapie, Rechtsberatung, medizinische Unterstützung, andere Beratungsstellen und Polizei). Eine gute Vernetzung mit Kooperationspartnern und Fachstellen ist notwendig und wird ständig erweitert.

Beide Projekte werden wissenschaftlich begleitet. Da es sich zumindest beim Männerhilfetelefon um eine anonymisierte Beratung handelt, ist es sicherlich oft schwierig, notwendige Daten für eine erste wissenschaftliche Auswertung der Arbeit zu bekommen. Es zeigt sich aber in der praktischen Arbeit, dass vieles „zwischen den Zeilen“ heraushörbar ist. Zudem spiegelt die bisherige Erfahrung, dass die Anrufer durchaus bereit sind, bestimmte Informationen zu geben, wenn ihnen der Zweck dieser Datensammlung erklärt wird. Die Reaktionen der Anrufer und Besucher zeigt zudem, dass sie sehr froh sind, dass es diese Angebote gibt. Sie verstehen, dass der Ausbau der Angebote auch von den erhobenen Daten abhängt, die den Bedarf und die Notwendigkeit der Ausweitung der Beratungsarbeit deutlich werden lässt.

Ich arbeite seit einigen Monaten in beiden Projekten als Counselor in der Männerberatung und habe so die ersten Eindrücke und Erfahrungen an der Hotline, der E-Mail-Beratung und in der Liveberatung sammeln können. Wir arbeiten in einem Zweier-Team in der Männerberatung, beide Geschlechter sind vertreten, was ich persönlich als sehr positiv und hilfreich sehe. In Fachkreisen wird aktuell wieder die Diskussion geführt, inwieweit es sinnvoll sei, dass die Beratung von Männern nur vom gleichen Geschlecht geführt werden sollte. Unsere Erfahrung ist, dass beides möglich und sinnvoll ist. Unter anderem wird in einer Statistik erfasst, ob Klient\*innen lieber von einem Mann oder einer Frau beraten werden wollen. Es gab tatsächlich nur in wenigen Einzelfällen den explizit geäußerten Wunsch nach einem gleichgeschlechtlichen Berater. Diesen Wunsch konnten wir in der Regel auch erfüllen. Die gleiche Debatte gibt es entsprechend auch in der Beratung von gewaltbetroffenen Frauen. Auch hier wird der gesellschaftliche Dialog sehr kontrovers geführt. Wünschenswert wäre es, auch an dieser Stelle, das Angebot flexibler zu gestalten.

*In Fachkreisen wird aktuell wieder die Diskussion geführt, inwieweit es sinnvoll sei, dass die Beratung von Männern nur vom gleichen Geschlecht geführt werden sollte. Unsere Erfahrung ist, dass beides möglich und sinnvoll ist.*

Bislang gilt in der Beratungsstelle eine strikte Abgrenzung der geschlechtsspezifischen Bereiche.

In den 70er-Jahren begann die Frauenbewegung. Das Thema Gewalt gegen Frauen ist im Laufe der Jahre von der Gesellschaft kollektiv als störend wahrgenommen worden und hat sich somit als soziales Problem etabliert (vgl. Kremkau 2007, S. 6). Dem entsprechend gibt es mittlerweile für Frauen, denen in heutiger Zeit Gewalt widerfährt, ein umfangreiches

staatliches und auch privates Hilfsangebot wie Frauenhäuser, Beratungsstellen für Frauen, und im Jahr 2002 trat das Gewaltschutzgesetz in Kraft, was physisch und psychisch misshandelten Frauen im häuslichen Umfeld zu Gute kommen kann.

Obwohl die Gesetze nicht nur gegen männliche Täter gerichtet sind, wird der Problematik männlicher Gewaltbetroffenheit im öffentlichen Diskurs noch sehr wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Der verletzte Mann ist kein Objekt, das im Fokus des sozialen und politischen Interesses steht (vgl. Hans-Joachim Lenz, 2006, S. 98)

Die Hotline, das Männerhilfetelefon, wird in wachsendem Umfang von Menschen der ganzen Bundesrepublik in Anspruch genommen, die Opfer von häuslicher Gewalt sind oder waren. Dabei rufen in erster Linie betroffene Männer an, ebenso gehören aber auch Partner\*innen, Angehörige, Freunde oder Nachbarn der von Gewalt betroffenen Männer zu den Anrufer\*innen, die sich informieren wollen oder selbst Unterstützung brauchen. Ebenfalls gehören Fachdienste wie Polizei, Opferschutzbeauftragte, Jugendämter, Gleichstellungsstellen, Ehe-, Lebensberatungs- und Erziehungsberatungsstellen, um nur einige zu nennen, zum Anruferkreis, wenn sie Betroffene weitervermitteln wollen, sich informieren wollen oder einen Vernetzungswunsch äußern.

Es gibt viele Formen von häuslicher Gewalt. Häusliche Gewalt geschieht zwischen Menschen, die in Familien, in Ehen oder Partnerschaften oder in Wohngemeinschaften zusammenleben. Sehr häufig geht die häusliche Gewalt von den Ehepartnern, den Lebenspartnern aus, das zeigen die Inhalte und Themen der Beratungen sehr deutlich.

Die hauptsächlichsten Gewaltformen, die sich aus dem Beratungskontext herauslesen lassen, könnte man in drei Kategorien einteilen:

- **körperliche (= physische) Gewalt**  
zum Beispiel einen anderen Menschen schlagen, einsperren oder ihm/ihr nichts zu essen geben.
- **seelische (= psychische) Gewalt**  
zum Beispiel einen anderen Menschen beleidigen, demütigen („Du machst nie etwas richtig! Du bist nichts wert! Du bist ein Versager!“) oder bedrohen.
- **sexualisierte Gewalt**  
zum Beispiel einen anderen Menschen mit sexuellen Anspielungen bedrängen, auf unerwünschte Art berühren oder sie/ihn zum Sex zwingen.

Dazu möchte ich noch weitere Unterkategorien benennen, die sich aus den Beratungskontexten ergeben haben.

- **Ökonomische Gewalt**  
Zum Beispiel die Androhung des Entzugs der materiellen Lebensgrundlage, Erpressung
- **Stalking/Cyberstalking**  
Zum Beispiel das regelmäßige Verfolgen und Beobachten von Menschen, Kontrollanrufe, Verleumdungen im Freundeskreis verbreiten
- **Mobbing**  
zum Beispiel am Arbeitsplatz

Das Thema öffentliche Gewalt (Beispiel Schlägereien) können aus konzeptionellen Gründen nur von der Hotline angenommen werden. Es handelt sich in beiden Projekten um eine reine Opferberatung. Dass auch die Beratung der Täter sehr wichtig und notwendig ist, zumal viele Täter auch Opfer waren, muss aus meiner Sicht hier erwähnt werden. Nicht selten rufen auch Männer an, die sich sofort als Täter outen. Damit haben sie schon einen sehr wichtigen Schritt für sich gemacht – hier sollte ein Angebot der Täterberatung anschließen.

In den Beratungen geht es sowohl um die aktuelle Gewaltsituation als auch um frühere Gewaltsituationen, zum Beispiel in der Kindheit, Jugend und im Erwachsenenalter.

So sind die Wünsche der Anrufer\*innen sehr unterschiedlich und lassen sich beispielhaft wie folgt einteilen (keine Vollständigkeit):

- Clearing und Beratung in der aktuellen und akuten Gewaltsituation.
- Psychosoziale Beratung, zum Beispiel, wenn es sich um die Aufarbeitung von früheren Gewaltsituationen handelt, wie zum Beispiel Missbrauchserfahrungen in der Kindheit. Dabei kommen die Bilder aus der Vergangenheit, die bislang verdrängt wurden, oft erst im Erwachsenenleben an die Oberfläche. Es sind oft auch Männer, die sich erst mal nur anonym in das niedrigschwellige Beratungsangebot trauen, weil ihnen bislang nicht wirklich zugehört wurde und weil sie als männliches Opfer ein hohes Schamgefühl entwickelt haben. Der Mann als Opfer von Gewalt ist in der Gesellschaft noch nicht angekommen.
- Rechtliche Beratung, sie ist nur begrenzt möglich. Es geht um das Aufzeigen von rechtlichen Möglichkeiten, die der Betroffene hat, um sich in der Gewaltsituation zur Wehr setzen zu können und um sich aus dieser befreien zu können. So kann die Beratung zu den Inhalten des Gewaltschutzgesetzes Möglichkeiten für die betroffenen Männer aufzeigen, wohin sie sich wenden können. Viele Polizeidienststellen haben mittlerweile sogenannte Opferschutzbeauftragte.
- Vermittlungswunsch, zum Beispiel an Männerberatungsstellen oder Männerschutzwohnungen.
- Besorgte Angehörige und Freunde, die um Möglichkeiten bitten, wie sie den Betroffenen unterstützen können.



**Zusammenfassend** möchte ich sagen, dass ich es sehr begrüße, dass es mittlerweile Bewegung in der Männerberatung gibt, das gewaltbetroffene Männer eine erste Ansprechmöglichkeit bekommen haben, die sie wirklich auch im Rahmen der bestehenden technischen und personellen Möglichkeiten in den Projekten in vollem Umfang in Anspruch nehmen. Es zeigt sich schon jetzt, dass die bestehenden Kapazitäten nicht ausreichen, um allen von häuslicher Gewalt betroffenen Menschen

Gehör zu verschaffen. Viele Äußerungen von Männern lassen sich zusammenfassen wie „ich habe zum ersten Mal das Gefühl, dass ich ernst genommen werde“ oder „(...) mir zugehört wird“ oder „(...) dass ich einfach darüber sprechen kann, ohne ausgelacht zu werden“.

*Nach wie vor sind Männer in hohem Maße gewalttätig gegen Frauen – es geht hier nicht um ein ODER, sondern um ein UND. Die vermuteten zehn Prozent der von häuslicher Gewalt betroffenen Männer brauchen eine eigene Lobby.*

Eine Männerschutzwohnung ist noch nicht so gesellschaftlich etabliert und hat noch nicht annähernd die Anerkennung und Unterstützung, wie sie heute die Frauenhäuser haben. An dieser Stelle ist es mir sehr wichtig klarzustellen, dass es zum Thema „Gewalt an Männern“ nicht um einen Gegenentwurf zur Frauenbewegung geht – Nach wie vor sind Männer in hohem Maße gewalttätig gegen Frauen – es geht hier nicht um ein ODER, sondern um ein UND. Die vermuteten zehn Prozent der von häuslicher Gewalt betroffenen Männer brauchen eine eigene Lobby. Gewalt an Männern, besonders sexuelle Gewalt, ist stark tabuisiert. Auch, wenn von unterschiedlichen Gewaltqualitäten im Geschlechtervergleich ausgegangen werden kann – Gewalt ist Gewalt und mit nichts zu rechtfertigen!

### Thomas Dietzel

\*1956

Counselor grad. BVPPT

Erziehungswissenschaftler M.A.

Gestalttherapie, Orientierungsanalyse

Heilpraktiker für Psychotherapie (HPG)

Onlineberatung

Counselor in einer Beratungsstelle

### **Literatur**

Vgl. Häusliche Gewalt gegen Männer – Ein soziales Problem?

1. Auflage 2007, Grin Verlag, Norderstedt

Vgl. Hans-Joachim Lenz, Gewalt gegen Männer als neues Thema in Forschung und Gesellschaft aus: Wilhelm Heitmeyer, Monika Schröttle (Hrsg.): Gewalt. Beschreibungen-Analysen-Prävention. Bonn 2006 (Bundeszentrale für politische Bildung).

# Counseling mit Männern ist anders, mit Frauen auch!



Ein Erfahrungsbericht zur Begleitung von Frauen und Männern auf Arbeitssuche über einen Zeitraum von rund 10 Jahren im Rahmen meiner Teilzeit-Festanstellungen.

Es freut mich sehr, dass das CounselingJournal dem Gender-Aspekt Raum gibt und ich hier die Gelegenheit bekomme, meine Beobachtungen aus dem oben genannten Zeitraum zu sortieren und mit Euch zu teilen.

Meine ganz persönliche „Vergleichsstudie“ habe ich mir selbst „aufgelegt“ nach sechseinhalb Jahren Training und Begleitung von Frauengruppen bei einem Bildungsträger, der ausdrücklich Frauenförderung auf der Fahne stehen hat. Ich habe damals den Arbeitgeber gewechselt und mein Counseling-Wissen und -Können dem Schulungszentrum einer weitverzweigten Beschäftigungsinitiative zur Verfügung gestellt, mit dem Ziel herauszufinden, ob Männer auf Arbeitssuche anders „unterwegs“ sind als Frauen; es war mir vor dem Bewerbungsgespräch bekannt, dass die Nutznießer der Einrichtung überwiegend Männer sind.

Nach rund drei Jahren bei „den Männern“ hatte ich genug erfahren, um oben genannte Aussage guten Gewissens treffen zu können!

Seit 2012 bin ich nur noch selbständig als Counselor unterwegs, habe neben Individualkundschaft, gemischten Gruppen in anderen Kontexten und Missionen weiterhin mit den oben genannten Zielgruppen zu tun; allerdings mit Aufträgen, die mir nicht mehr den umfassenden Einblick gewähren, um meine Such- bzw. Vergleichskriterien weiterzuführen. Meine im Folgenden geteilten Erfahrungen haben aber weiterhin weitgehend Bestand, sogar unter Hinzunahme des Phänomens der Vertragsklärung mit weiblichen und männlichen „Mächtigen“ (siehe Dreiecks-Vertrag!).

In dem hier beschriebenen, zugrundeliegenden Kontext möchte ich folgende Gemeinsamkeiten und Voraussetzungen für die Frauen- und Männergruppen voranstellen:

---

### **Ich schaue nur auf die Gruppenveranstaltungen mit jeweils 12 bis 14 Frauen oder Männern.**

Alle Personen waren verpflichtet an den Veranstaltungen teilzunehmen; bei Abwesenheit drohten Sanktionen (wenigstens) hinsichtlich des Arbeitslosengeldes.

---

Die meisten Personen waren schon längere Zeit (> = 1 Jahr) auf Arbeitssuche.

---

Viele Frauen und Männer waren in komplexen schwierigen Lebenssituationen (d.h. Arbeitslosigkeit war nur ein Problem).

---

Meine Themen- und Begleitangebote waren überall an der Mission der Träger orientiert, nämlich ein erfolgreiches Bewerbungsgespräch und eine stimmige, positive Selbstdarstellung vorzubereiten; meine Interventionen und Herangehensweisen orientierten sich an meinem Counselor-Selbstverständnis und waren grundsätzlich ressourcen-, ziel- und lösungsorientiert.




---

### **Die Unterschiede werde ich nun in einem „klassischen“ Kursverlauf schildern.**

Erste Begegnung in Kurs – mit mir:

Meine erste Aufgabe, in der Regel ein Namensschild schreiben und am liebsten ein Symbol oder Lieblingstier dazu malen, war bei den Frauen sehr beliebt (ist es immer noch!) und macht(e) die Kontaktphase oft leicht und locker.

---

Bei den Männern stolperte ich zu Anfang gleich bei dieser Übung, weil erst geschrieben (!) wurde – von Malen konnte keine Rede sein – nachdem ich den Sinn und Vorteil von Namensschildern überzeugend (!) erörtert hatte (nebenbei: die Männer mussten zu Kursbeginn eine Teilnehmerliste unterschreiben); später habe ich mich vor dem Verteilen von Karten und Markern erklärt und ausdrücklich um das Einverständnis, sich schriftlich zu „präsentieren“ – mir und einer persönlichen Anrede zuliebe – gebeten.

---

Meine zweite Kennenlern-Etappe, nämlich ihre Vorerfahrung mit solchen Begleitmaßnahmen, bereits unternommene Schritte bei der Arbeitssuche und den letzten Arbeitsplatz zu benennen, ging bei den Männern recht schnell vonstatten. Sie gaben kurz und knapp die Fakten preis, nur gelegentlich war Widerstand zu spüren.

---

Dass ich die Aspekte so kurz und klar abgefragt habe, kam aus der Erfahrung mit den Frauen, die auf eine nur minimal offenere Herangehensweise gerne – und beinahe nicht zu bremsen – mit ihrem kompletten Lebenslauf reagiert haben; ungeachtet der (eigentlich) noch fremden Menschen um sie herum. Sogar bei dieser knappgehaltenen

Eingangsrunde „hörten“ einige Frauen nur die Einladung, etwas von sich zu erzählen.

---

Der streng gelenkte Einstieg, bei den Frauen zu deren Schutz gedacht, wollte bei den Männern sehr vorsichtig angeboten werden, da einige schnell eine Falle (der Kritik?!) zu wittern glaubten.

### **Der Umgang der Teilnehmenden – abgesehen von offenem Austausch – miteinander.**

Bei den Frauen durfte ich beobachten, dass sich relativ rasch nach dem Einstieg schon kleine Bündnisse – über die direkten Stuhlnachbarinnen hinaus – bildeten, was Arbeitsmethoden, Tandems oder Kleingruppen, recht früh möglich machte.

---

Bei den Männern habe ich geradezu das Gegenteil erlebt. Sogar (spielerisch) von mir gebildete Kleingruppen „konnten nicht miteinander“. Entweder hat ein selbsternannter Wortführer die Angelegenheit an sich gerissen und „präsentiert“, was er wollte, oder es wurde ein Kollege, der sich nicht wehren konnte, „ausgewählt“. Ich habe dann nach einigen (mich) irritierenden Situationen von solchen Kleingruppenübungen ganz abgesehen und mir andere „neutrale“ und schützende Vorgehensweisen überlegt.

---

An dieser Stelle möchte ich schon einmal zusammenfassend sagen: Frauen können ohne Bedenken bezüglich ihres Umfeldes über sich und (vor allem) ihre Sorgen und Probleme sprechen. Männer dagegen bleiben konsequent in einem Selbstschutz-Verhalten und halten sich „bedeckt“. Vor allem in diesem beschriebenen Umfeld, in dem sich alle Teilnehmenden befunden haben, weil sie Probleme hatten.



### **Die Erwartungsabfrage – und das Drama-Dreieck (Steven Karpman)**

In den Anfängen meiner Trainerin-Tätigkeit habe ich die Erwartungsabfrage so selbstverständlich an den Anfang eines Kurses gestellt, wie ich in meinen Einzelsitzungen oder anderen Aufträgen eine Auftragsklärung durchführe.

Die wiederholt irritierende Erfahrung bei den Männergruppen zu diesem Punkt hat mich veranlasst, mein Unbehagen mit meinem Lieblingsmodell, dem Drama-Dreieck, zu hinterfragen. Und siehe da, mir wurde bewusst, welche „Gefahr“ in dieser so gut gemeinten Übung steckt:

Ich fragte nach Erwartungen, unbewusst sendete ich (vermutlich): wie kann ich Euch retten?

Die Frauen nannten ohne Zögern kärtchenweise ihre Erwartungen und steckten sie an die Pinnwand, z. T. mit dem ausdrücklichen Kommentar: wie gut, dass ich hier sein darf, ohne Euch wüsste ich nicht mehr weiter im Leben ... (für mich trafen sich „Opfer“ und „Retter“!)

Die Männer dagegen zeigten recht häufig offenen Widerstand, zitierten die Umstände ihres Hierseins, äußerten ihre Zweifel, ob ich oder die Maßnahme überhaupt etwas verändern könnten ... (ich fühlte mich verfolgt und angegriffen, spätestens dann, wenn ich mich bei Rechtfertigungen ertappte!)

Bestens mit den Phänomenen des Drama-Dreiecks vertraut, habe ich zu meinem eigenen Schutz, meine Rolle besonders bewusst und deutlich ge- und erklärt sowie die Wortmeldungen dem Kontext gemäß ausgewertet.

Bei den Frauen habe ich weiterhin Erwartungsabfragen durchgeführt, allerdings die „Opfer“- Äußerungen oder -Beobachtungen an meine sozialpädagogischen Kolleginnen, die Einzelbegleiterinnen, weitergegeben.

Bei den Männern habe ich mich auf die Beschreibung des Angebots und Wortmeldungen, was davon anspricht oder was in der Aufzählung fehlt, beschränkt.

### **Meine Wortwahl**

Da es in allen Fortbildungen darum ging, die Menschen auf ihrem Wiedereinstieg ins Berufsleben zu unterstützen und bei meinem Ansatz das Hervorbringen, Erkennen und Umsetzen der eigenen Stärken und Handlungsmöglichkeiten im Vordergrund stand, waren viele Worte mit dem Teil „Selbst“ für mich ganz normale Wendungen: Selbstverantwortung, Selbstbewusstsein, Selbsterfahrung, Selbstschutz, Selbstmanagement u. v. m. Bei den Frauen war es meistens einfach, sie mit sich selbst in Kontakt zu bringen, an den Worten hat sich nie jemand gestört.

Bei den Männern gab es schnell Irritationen meinerseits und Schweigen andererseits; meine Erkenntnis: „Selbst“ löste Widerstand aus und ließ mich die Schutzbedürftigkeit der Teilnehmer vermuten. Ich habe dann meine Wortwahl angepasst und meine inhaltliche Vorgehensweise häufig in eine eher technisch-martialische Sprache ein-

gepackt: Strategie, Plan ABC, Sparring Partner, Verbündeter, Gegenspieler u. v. m.

### Der Einsatz kreativer Mittel

Dazu nur ganz kurz: Frauen sind begeistert dabei, sich lenken und orientieren zu lassen durch Farben, atypische Formen oder sonstige kreative Materialien; ein Bild sagt mehr als 1000 Worte – nehmen sie gerne an! Wie schon bezüglich des Namensschildes angedeutet, waren die Männer

äußerst verhalten im Umgang (nur) mit Buntstiften. Was mit Buntstiften ohne weiteres klappte, war das Ausmalen-lassen des Wortes „Motivation“; und die ZRM-Bildkartei (Zürcher Ressourcen Modell) durfte ich auch noch einsetzen. Alles Weitere wurde schnell als Kinderkram und ihrer unwürdig abgelehnt – aber offen und klar, so dass ich mich danach richten konnte.

*Frauen sind begeistert dabei, sich lenken und orientieren zu lassen durch Farben, atypische Formen oder sonstige kreative Materialien; ein Bild sagt mehr als 1000 Worte – nehmen sie gerne an!*

### Rückblick und Schlussfolgerung

So wie ich in allen möglichen Counseling-Settings bestenfalls allparteiisch sein kann, will ich mir der kleinen und großen, bekannten oder überraschenden gender- und geschlechterspezifischen Unterschiede bewusst sein.

So wie bei meiner oftmals „speziellen“ Klientel kulturelle, soziale, gesundheitliche oder wirtschaftliche Kriterien ihre Reaktion auf Unterstützungsangebote bestimmt, werde ich weiterhin meine Haltung auf Augenhöhe, mit Aufmerksam-

keit und Wertschätzung anbieten. Bislang habe ich in meinem Counselor-Erfahrungsschatz immer Lösungen und Ideen gefunden, wenn es mal nicht so laufen wollte wie gewohnt.

Nach meiner Beobachtung in Luxemburg, ist die „Gender-Thematik“ von „Diversity“ und „Inklusion“ überholt worden.

Und die aktuellen Maßnahmen, ausländische, auf der Flucht befindliche Mitmenschen würdig, effizient und schnellstens in unsere Gesellschaft zu integrieren, bringen weitere weitreichende Aufgaben mit sich.

### 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

# Männerpraxis Köln



Raum für Identitätsentwicklung und ganzheitliche Heilung für den Mann – Ein Beitrag zum geschlechtsspezifischen Ansatz in Therapie und Coaching.

Seit beinahe zehn Jahren beschäftige ich mich mit der Zielgruppe der Männer und biete Männern professionelle Hilfestellungen in Lebenskrisen an. Ihre Anliegen sind meist psychosomatische Beschwerden, geringes Selbstwertgefühl, depressive Verstimmungen, anhaltende körperliche und emotionale Erschöpfung bis hin zu Symptomen des Burnout-Syndroms sowie damit einhergehendem Leistungsabfall und Problemstellungen aus dem psychosozialen Bereich, Einsamkeit und

Unzufriedenheit im Beruf oder in der Partnerschaft. Dies drücken sie in ihrer Sprache aus und leiden darunter, weil sie oft nur schwer Worte dafür finden.

Für einen Einblick in die Inspirations- und Motivationsquellen meiner Arbeit, möchte ich im Folgenden auf die Erfahrungen eingehen, die ich zuvor selbst als Mann im

*In meinem vierzigsten Lebensjahr geriet ich in eine Lebenskrise, verspürte Orientierungslosigkeit, die mich dazu veranlasst hat, Mitglied einer Männergruppe (Selbsthilfegruppe) zu werden.*

Laufe meines zurückliegenden Lebens gemacht habe. In meinem vierzigsten Lebensjahr geriet ich in eine Lebenskrise, verspürte Orientierungslosigkeit, die mich dazu veranlasst hat, Mitglied einer Männergruppe (Selbsthilfegruppe) zu werden. Bei dieser Art von Begegnung unter Männern kommt ein Austausch von Gefühlswelten im gleichgeschlechtlichen Kontext zustande, der meist sehr schambesetzt ist und Tabuthemen benennt. Das war mir neu und die Vorstellung, mit Gleichgeschlechtlichen mein Seelenleben zu teilen, fremd. Mit jedem Treffen merkte ich deutlicher, wie gut mir diese Form des Austauschs tat und wie viel

Kraft ich daraus schöpfte, mich einerseits von anderen Männern gehört und verstanden zu fühlen und andererseits selbst emotionalen Beistand leisten zu können. Es kamen Empfindungen und Themen zur Sprache, die mitzuteilen ich zuvor nie in Betracht gezogen hatte. Sie fanden einen Raum im solidarischen und emphatischen Miteinander. Das half mir, Schamgrenzen und Ängste zu überwinden, Zugang zu den eigenen unterdrückten Gefühlen zu erhalten und deren Mitteilung zu üben.

So habe ich meinen Weg aus der Krise gefunden und entdeckt, dass Mannsein vielfältig ist, und meine männliche Identität nicht mit dem gesellschaftlich vermittelten Rollenbild übereinstimmen muss. Die gesellschaftlichen Erwartungen an Männlichkeit hatten mich zuvor oft eingeengt und unter Druck gesetzt. Dem „starken“ Mann werden Emotionalität und Sensibilität nicht zugestanden, und Männer wagen es nicht über ihre wahren Empfindungen zu reden bzw. verschließen sich, sie überhaupt wahrzunehmen und zuzulassen. Zu groß ist die Angst, als „Weichei“, „Softie“ oder als „unmännlich“ abgestempelt zu werden. Dieser Druck wird sowohl von anderen Männern als auch von Frauen erzeugt. Besonders gegenüber weiblichen Gesprächspartnerinnen ist die Hemmschwelle des Mannes, sich zu zeigen, oft groß. Hinzukommt, dass sich das männliche und weibliche Bedürfnis im Gespräch über die eigenen Gefühle zu reden häufig unterscheidet, weil sie in dieser Hinsicht sozusagen unterschiedliche Sprachen sprechen. Sich mit dem eigenen Geschlecht emotional auszutauschen, ist für die meisten Frauen normal, während Männer dies in der Regel im gleichgeschlechtlichen Austausch weniger erfahren. Die Teilnahme an der Männergruppe hat

mir ermöglicht, mich zum ersten Mal mit meinem „Mannsein“ zu beschäftigen und mich kritisch zu hinterfragen: Wie will ich mein Mannsein leben? (Identität) Wo will ich hin? (Ziel und Vision). Die Erfahrung in der Männergruppe inspirierte mich zu der Idee einer Männerpraxis. Ich entschied mich, Räume zu öffnen, um den Austausch „von Mann zu Mann“ zu unterstützen und zu fördern. Meine Absicht ist es, Gefühle, Themen und Konflikte von Männern zur Sprache und zum Ausdruck zu bringen. Das ist der Beginn der Veränderung, erhält die Gesundheit und schafft mehr Lebensfreude.

Männer, die den Schritt wagen, sich professionelle Unterstützung zu suchen, stoßen meist auf weibliche Therapeutinnen, weil weibliche Beraterinnen und Therapeutinnen ein Überangebot darstellen. Doch auch den wenigen männlichen Therapeuten und Coachees fehlt es oft an Hintergrund, sich den komplexen Themen der Männer anzunehmen. Mit der „Männerpraxis Köln“ habe ich ein Projekt mit ganzheitlichem Ansatz ins Leben gerufen, das männeridentitätsstiftende Angebote im Rahmen von Therapie und Coaching anbietet.

Zuletzt fiel mir ein deutliches Statement von Frau Prof. Dr. Luise Reddemann zu. Daraus möchte ich eine Stelle zitieren, die mich sehr berührt und in besonderer Weise in meinem jahrelangen Wirken im Einsatz für einen männerspezifischen Arbeitsansatz im Counseling, Coaching und Therapie bestätigt hat:

„Als Psychotherapeutin weise ich seit über 20 Jahren darauf hin, wie wichtig es ist, dass Patienten die Möglichkeit bekommen, von männlichen Therapeuten behandelt zu werden, da inzwischen die Mehrzahl der in der Psychotherapie Tätigen Frauen sind. Tatsächlich ziehen es nicht wenige meiner männlichen Kollegen vor, mit Frauen zu arbeiten. Frauen sind angenehmere „Patienten“, sie sind meist offener und schauen oft eher nach innen als Männer.“ (L. Reddemann/S. Wetzel, Der Weg entsteht unter deinen Füßen - Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, S. 184).

Ich bin davon überzeugt, dass ein geschlechtsspezifischer Ansatz bei Therapie und Coaching auch das kommunikative Miteinander von Mann und Frau fördert. Daher lade ich auch explizit Leserinnen ein, sich mit meinen Ausführungen zu der „besonderen Art der Männerbegegnung in der Männerpraxis Köln“ auseinander zu setzen.

### Wolfgang Schmitz

58 Jahre  
 Counselor grad. BVPPT  
 Supervision & Coaching  
 Gestaltberater grad. (Kontakte e.V.)  
 Soziotherapeut grad.  
 (Integrative Therapie/Gestalt)  
 Diplom-Religionspädagoge  
 Diplom-Sozialarbeiter  
 Suchtberater und Soziotherapeut  
 beim SKM – Sozialdienst Katholischer  
 Männer e.V.  
 Mitarbeiter der Fachambulanz Sucht  
 in Teilzeit  
 Heilpraktiker (Psychotherapie)  
 Coach und Supervision DGSv

[www.maennerpraxis-koeln.de](http://www.maennerpraxis-koeln.de)  
[www.wolfgang-schmitz-coaching.de](http://www.wolfgang-schmitz-coaching.de)

---

### Literatur

John Gray: Männer sind anders. Frauen auch. Männer sind vom Mars. Frauen von der Venus. Goldmann Verlag

Steve Biddulph: Männer auf der Suche Sieben Schritte zur Befreiung Heyne

Wolfgang Neumann/Björn Süfke: Den Mann zur Sprache bringen Psychotherapie mit Männern dgvt Verlag

Björn Süfke: Männerseelen Ein psychologischer Reiseführer Goldmann Verlag

# Woran wirst Du erinnert, wenn Du an die Farbe Weiß denkst?



*„Die Erfahrung lehrt uns, dass die einzelnen Farben besondere Gemütsstimmungen geben.“*

Johann Wolfgang von Goethe

Aus meiner eigenen Erfahrung und aus meiner kunsttherapeutischen Arbeit möchte ich über die Farbe Weiß und ihrer Wirkung ein paar Gedanken teilen und Euch, liebe Leserinnen und Leser fragen:

*Woran wirst Du erinnert, wenn Du an die Farbe Weiß denkst? An ein Blatt Papier vielleicht? Papier für Malen? Aquarellpapier, Zeichenpapier, Druckpapier, Schreibpapier? Oder an was ganz Anderes?*

*Woran wirst Du erinnert, wenn Du an die Farbe Weiß denkst? An eine Leinwand, die auf Acryl oder Ölfarben wartet, um bunt zu werden? Oder an was ganz anderes?*

*Woran wirst Du erinnert, wenn Du an die Farbe Weiß denkst? Vielleicht an eine bestimmte Situation, die damit verbundene Gefühle und Gedanken hervorruft?*

*„Farben folgen mit ihren Eigenschaften den Veränderungen der Emotionen.“*

Pablo Picasso

Wenn ich an die Farbe Weiß denke, erinnere ich mich an das Papier und an eine Leinwand und an alle anderen Dinge, womit ich die Farbe Weiß verbinden kann. Im Moment lässt mich die Farbe Weiß ganz besonders intensiv an Belarus, an meine Heimat denken. An Proteste gegen Polizeigewalt und Diktatur und für Demokratie. Meine Gedanken sind an der Seite hunderttausender Menschen auf belarussischen Straßen, weiß gekleidet, mit weißen Bändern um das Handgelenk, mit weißen Blumen in den Händen.

In Belarus protestieren die Frauen gegen die Diktatur. In weißer Kleidung und mit Blumen demonstrieren sie friedlich auf den belarussischen Stra-

ßen. Die Farbe Weiß soll die Friedfertigkeit der Demonstranten darstellen. In Kombination mit Rot entsteht dabei aber auch ein Symbol von besonderer Kraft. Die Farbkombination der Nationalflagge, die von Lukaschenko nach seiner Machtübernahme abgeschafft wurde. Und wenn ich in weißer Kleidung mit selbstgemachtem politischen Plakat samt weißem Band um das Handgelenk und mit einer Rose in der Hand mit anderen Protestierenden zusammen neben dem Kölner Dom stehe, dann weiß ich, dass wir eine Gemeinschaft sind, die sich unter der Farbe Weiß verbunden fühlt.

Wenn ich an die Farbe Weiß denke, denke ich an die Situation in Belarus, die zurzeit in den Medien weltweit intensiv thematisiert wird. Es wird nach Lösungen gesucht, um die tragische Situation in dem Land zu verändern.

Bei Betrachtung der Farbe Weiß können bestimmte Situationen, Erinnerungen und Gefühle wieder wach werden. Dabei entstehen innere Bilder, die in der Kunst- und Gestaltungstherapie auf das Papier gebracht werden können, aus Ton gestaltet werden können, aus Gegenständen und Naturmaterialien zusammengestellt werden können, was ich auch in meiner Arbeit mit PatientInnen und KlientInnen nutze. Auch im Gespräch können der Farbe Weiß zugeordnete Situationen besprochen werden. Es kann besonders dann spannend werden, wenn diese Situationen mit anderen Situationen in Verbindung kommen. Eine bestimmte Farbe kann auch mit mehreren Lebenssituationen in Betracht gezogen werden, wobei darüber hinaus auch andere Farben entstehen, die assoziiert werden können.

Die Farbe kann ein Zeichen für ein Ziel sein. Die Farbe kann eine bestimmte Haltung ausdrücken. In der Geschichte und auch aktuell gibt es zahlreiche positive und negative Beispiele dafür.

Die Farben können also mit etwas, was aktuell ist, verbunden werden. Eine bestimmte Situation oder ein bestimmtes Gefühl kann einer bestimmten Farbe zugeordnet werden. Das gilt für alle Farben, aber ich bleibe hier bei der Farbe Weiß.

Im Gegensatz zu Schwarz, der völligen Abwesenheit von Farbe, ist Weiß die Summe aller Farben, des Lichts. Es verkörpert also physikalisch gesehen nicht das Nichts, sondern Alles. Weiß symbolisiert: Licht, Glaube, das Ideale, das Gute, den Anfang, das Neue, Sauberkeit, Unschuld, Bescheidenheit, Wahrheit, die Neutralität, die Klugheit, die Wissenschaft, die Genauigkeit.

Es gibt interessante Informationen über Eskimos, die ca. 200 verschiedene Namen für die Farbe Weiß, je nach Farbton und Beschaffenheit ihres weißen Umfeldes verwenden. Die deutsche Sprache kennt auch so unterschiedliche Bezeichnungen wie: brillantweiß, käseweiß, kreidebleich, schlohweiß, titanweiß, albino und viele mehr. Hinzu kommt, dass ein und derselbe Farbton immer wieder anders wirkt, je nach Umfeld.

*„Farbe ist eine Kraft, die die Seele direkt beeinflusst.“*

Wassily Kandinsky

durch die Farbe Weiß, als ich im Dominikaner Kloster in Santa Sabina in Rom eine weiße Tür sah. Weiße Ordenskleidung, die ich jahrelang getragen habe und mich und meine Mitschwestern als Dominikanerinnen von Bethanien präsentierte und als Gemeinschaft Zeugnis der Berufung ablegte. Dieses weiße Gewand, das ich an einem Tag auszog und auf mein Bett gelegt habe mit dem Gedanken, dass ich es möglicherweise nicht mehr anziehen werde. Diese inneren Bilder bleiben in meiner Erinnerung und werden auch wieder wach, wenn ich an die Farbe Weiß denke.

Zum Schluss möchte ich ein Sinnesgedicht vorstellen, das ich im Internet gefunden habe und sehr spannend finde. Ich habe es ausprobiert, nach angegebenen Fragen zu schreiben. Und ich kann sagen, dass das sehr effektiv für die Bearbeitung von konkreten Themen ist. Liebe Leserin, lieber Leser, Ihr könnt es gerne ausprobieren, um dies festzustellen.

Bei der Betrachtung der Farbe Weiß entstehen die inneren Bilder bei mir, die mit meinem Lebeskapitel als Ordensfrau zu tun haben. Meine Berufung zum Ordensleben kam bei mir

Und ich werde es auch in meiner Arbeit als Therapeutin und Counselor anwenden.

### Sinnesgedicht (Beispiel)

*Ein Wort zu einem Thema wird durch folgende Fragen beschrieben:*

- Wie leuchtet es?  
Der Schnee im Winter glitzert weiß. (Farbe)
- Wie schmeckt es?  
Der heiße Tee schmeckt nach Vanille.
- Wie sieht es aus? (Form)  
Ein Schneemann steht vor der Tür.
- Wie riecht es?  
Es riecht nach frischen Mandeln
- Wie klingt es?  
und die Glocken ertönen hell.
- Wie ist es? (Gefühl/Erlebnis)  
Nun fühle ich mich geborgen.

### Mein Sinnesgedicht

*Das Leinenkleid sieht in der Sonne strahlendweiß.  
Das Eis schmeckt nach Erfrischung und Malaga.  
Die Gemeinschaft der Demonstrierenden steht am  
Kölner Dom.*

*Es riecht nach Kaffee von einem Cafe nebenan.  
Die Menschen rufen laut und singen.  
Und ich fühle mich frei und ich fühle Heimat.*

### Žanna Adamoviča

\* 1971

Counselor grad. BVPPT

Klinische Kunst- und Gestaltungs-  
therapeutin (DGKT)

Heilpraktikerin (Psychotherapie)

Dipl. Lehrerin für Kunst, Werken und  
technisches Zeichnen

Kunst- und Gestaltungstherapeutin in  
der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie  
(Düsseldorf /Kaiserswerth) und  
in Bethanien Kinderdorf in Schwalmtal  
Malerin

# Graduierungen

## November 2019 – Juni 2020



Die Graduationsarbeiten sind veröffentlicht und zu beziehen über: [www.bvppt.org](http://www.bvppt.org) und [www.ihp](http://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.

### **IHP Eschweiler**

Begleitet von Dr. Klaus Lumma, Dagmar Lumma und Angela Keil

#### **Alina Bieger**

Personenzentrierte-Systemische-Beratung

#### **Michaela Häger-Regnery**

Optimistisch, stark und widerstandsfähig

#### **Annette Jagieniak**

Der Kompetenz FarbKreis

#### **Claudia Kersken**

Was sein darf ... wandelt sich

#### **Susanne Kessenich**

Chicken Soup for the Soul und andere Wohlfühlrezepte für das Unbewusste

#### **Daniela Kröning**

Mein roter Faden im Counseling

#### **Thomas Peickert**

Vertragen statt Schlagen

#### **Monika Isabel Janku**

Schnuppernd zum Counselor

### **FH Münster**

Begleitet von Prof. Horst Blatt und Christina Pollmann

#### **Banu Arslan**

Chancen und Risiken Kollegialer Fallberatung in der Betreuung von Ehrenamtlichen in der Flüchtlingsarbeit.

#### **Carmen Torchalla**

Stabilisierung des Familiensystems durch den Einsatz mediativer Methoden und Kommunikationsmodellen in Familiengesprächen.

Evaluation eines innovativen Projekts in der ambulanten Kinder- und Jugendpsychiatrie.

#### **Ann Christin Winkelmann**

Auswirkungen von Coaching auf die Resilienzfähigkeit von Mitarbeiterinnen einer Zahnarztpraxis – Evaluation eines Theorie- und Praxisprojektes.

#### **Lea Gentemann**

Wirkungsanalyse eines GFK-Workshops mit integrierten Coaching-Elementen zur Stärkung des Umgangs mit Vorwürfen und Konflikten. Wie Coaching zur Vermittlung der GFK-Grundhaltung beitragen kann.

### **Integralis Hamburg**

Begleitet von Christian Reichel und Christina Pollmann

#### **Sophia Bockholdt**

Präsenz in der Paarbeziehung.

#### **Clara Ute Laves**

Die Sprache der Tränen. Ein Workshopkonzept für Begleiter, um Klienten beim Weinen entspannter zu begleiten.

#### **Sandra Walters**

Die Kraft des Kreises. Entwicklung einer neuen „Wir – Kultur“ in Unternehmen.

#### **Martin Kowalewski**

Männer in der Kraft ihrer Schatten.

#### **Audrey Rodtgardt**

ProfilFux. Profilerstellung mit potenzialorientierten Aufstellungen. Überwinde den Saboteur in dir und sei authentisch. Der Weg zur erfolgreichen Selbständigkeit.

*Wir gratulieren herzlich!*

# Buchbesprechungen



## **Bettina Hitzer** **Krebs fühlen**

Eine Emotionsgeschichte des 20. Jahrhunderts

540 Seiten  
Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2020  
ISBN-13: 978-3608964592  
28 Euro

In der Begleitung von Langzeitkranken und speziell von Krebspatient\*innen bedarf es immer wieder neuer Impulse, um sowohl die Beratung als auch den angestoßenen eigenen Umgang mit den Themen zu bereichern. Dieses umfangreiche Buch der Historikerin Bettina Hitzer nähert sich der Krankheit Krebs aus verschiedenen Perspektiven: Ihre Emotionsgeschichte nimmt den Leser und die Leserin mit auf die Spuren durch das 20. Jahrhundert und zeichnet nach, wie man den Krebs erforscht, wie man ihn erkennt, wie man über ihn spricht und wie man ihn erlebt. Im Fokus steht dabei immer die Korrelation zwischen Krankheit und Gefühl. Dabei geht es weniger um die Beschreibung der Gefühle einzelner, etwa um die Erfahrung von Angst oder Hoffnung, sondern um die gesellschaftliche Einordnung von Gefühlen im Wandel der Zeiten. So hat sich beispielsweise die Haltung zum Thema Angst durch den ersten Weltkrieg grundlegend geändert: Angst wurde nicht mehr nur als starkes, aber durch ordentliche Erziehung beherrschbares Gefühl verstanden, sondern in der Dimension einer nachhaltig traumatisierenden Emotion. Gerade in der Arbeit mit älteren Patient\*innen ist es sehr hilfreich, anhand dieser Beschreibungen einordnen zu können, wie sich die Gefühle historisch geändert haben. So dominierte noch bis in die 50er-Jahre ein verschämtes Verschweigen und psychosomatische Komponenten wurden erst in späteren Jahrzehnten nach und nach berücksichtigt. Hitzers Buch gipfelt nicht in einer Hoffnungs-Tirade, sondern beschreibt ausgewogen die Bedeutung von empathischer Begleitung. Ein kluges und gut lesbares Buch, eine klare Empfehlung.

Christina Pollmann



## **Anette Jenne** **Das vergessene Land**

Eine Geschichte über Ratio und Intuition

28 Seiten  
tredition GmbH, Hamburg 2020  
ISBN 978-3-347-04297-1  
18,99 Euro

Wie gut sind Sie mit Ihrer Intuition verbunden? In vielen Lebenslagen kann unser „Bauchgefühl“, ob in der Arbeit mit Klienten oder im eigenen Leben, uns wichtige Impulse geben, wenn wir einen Weg oder eine Brücke zu unserer Intuition gebaut und integriert haben.

Die Geschichte „Das vergessene Land“ von Anette Jenne richtet sich an Menschen, die sich auf die Suche nach ihrer Intuition machen.

Die Autorin führt uns zuerst in das Land „Ratio“, in dem eine weise Königin herrscht. Wir begleiten sie durch die psychologischen, meist eher kognitiven Schulen, die mehr auf Verhalten und Gedanken ausgerichtet sind. Nachdem die Königin krank geworden ist, suchen ihre Kundschafter nach Wegen zur Heilung. Erst die Reise ins Land „Intuition“ bringt das alte Wissen zurück und erweitert dem Leser die Perspektive. Hier finden die Kundschafter der Königin Hoffnung und Heilung.

Beide Aspekte, Ratio und Intuition, haben ihre Berechtigung. Erst durch die Verbindung beider entsteht ein größeres Ganzes.

Mich hat „Das vergessene Land“ nachhaltig berührt und inspiriert, mich wieder mehr auf die Spur meiner Intuition zu begeben, so dass ich sie häufiger und schneller zu Rate ziehen kann.

Das Buch möchte Berater\*innen und Therapeut\*innen dabei helfen, das Thema Intuition wieder neu zu entdecken. Diesen Weg unterstützen auch die wunderschönen Illustrationen von Nikola Krug.

Clara Ute Laves



### **Karin Kiesele & Andrea Schlösser** **Herausfordernde Situationen im Coaching**

Toolbox Best Practice

185 Seiten  
Junfermann Verlag, Paderborn 2020  
ISBN 978-3-95571-953-1  
28 Euro

Dies ist das erste Fachbuch, das ich spontan als „Page-Turner“ bezeichnet habe. Den Autorinnen Karin Kiesele und Andrea Schlösser ist es gelungen, ein komplexes Tun (= Coaching) mit all seinen Facetten komplett, klar und kompakt zu behandeln. Obwohl der Buchtitel eher Schweres erwarten lässt, vermittelt die Lektüre Leichtigkeit – dank Ressourcen-, Lösungs- und Verständnisorientierung. Mit einer übersichtlicher Gliederung, kurzen Definitionen, im rechten Moment eingefügten Lernmodellen und freigiebig zur Verfügung gestellten Handlungstipps, hält man eine wohldosierte Mischung aus Theorie und Praxis in Händen.

Bei den Ausführungen wird auf eine klare Abgrenzung zwischen Coaching, Beratung und Therapie geachtet und dank einer ausführlichen Beleuchtung von professionellem Selbstverständnis fällt es mir leicht – auch ohne Erwähnung unserer Berufsbezeichnung – mich als Counselor einbezogen und angesprochen zu fühlen. Es lohnt sich dieses Buch zu lesen, ganz egal auf welcher Praxis-Erfahrungsebene man sich befindet.

Bei mir ist nach dem Lesen folgendes Bild entstanden: Mein wohlvertrauter Lieblingswanderweg ist zum Naturlehrpfad deklariert und entsprechend ausgestattet worden; ich gehe den Weg, lese fasziniert die Erklärungstafeln, staune und sehe Vertrautes mit „anderen Augen“!

Christel Klapper



### **Wolfgang Kindler** **Mobbing – Fehler vermeiden, gute Lösungen finden**

177 Seiten  
BELTZ Verlag, 2020 Weinheim  
ISBN 9783407631831  
24,95 Euro

Antimobbingarbeit ist eine nie abgeschlossene Aufgabe, beginnt Wolfgang Kindler seine einführende Darstellung der Gewaltform Mobbing. In seiner neuen Publikation zeigt er grundlegende Fehler im Umgang mit Mobbing auf, die ihm im Laufe seiner 25-jährigen Arbeit als Mobbingberater immer wieder begegnet sind. Seinen Fokus legt er dabei auf den Bereich Schule.

Kindler grenzt zunächst Mobbing von anderen Konflikten und Gewaltformen ab, denn im Nichterkennen von Mobbing und seiner schädigenden Wirkung sieht er einen der wichtigsten Aspekte in seiner Fehleranalyse. Das Ignorieren von Übergriffen, inkonsequentes Handeln und fehlende präventive Maßnahmen sind für ihn weitere Gründe für misslungene Antimobbingarbeit. Seine weitreichenden theoretischen Kenntnisse verbindet Kindler mit praxisbezogenen Erfahrungen.

Der Text ist leicht zugänglich, auch für diejenigen, die sich bisher nicht ausführlich mit dem Thema beschäftigt haben. Er bietet eine gute Übersicht der Interventionsmöglichkeiten mit praxisbewährten Handlungsvorschlägen, die anhand von bildhaften Fallbeispielen veranschaulicht werden. Konkrete Anleitungen zur Gesprächsführung, Vorschläge für systematische Schrittfolgen in Mobbingprozessen und Downloadmaterialien sowie ein Fragebogen zum Erkennen von Mobbing ergänzen die praktische Unterstützung in der Umsetzung.

Die klare Definition des Phänomens und seines Erkennens sowie das Aufzeigen von konkreten Handlungsweisen machen das Buch zu einem wertvollen Leitfaden bei der Klärung und Auflösung von Mobbingprozessen sowie der präventiven Arbeit im schulischen Kontext.

Ulrike Thiele



### **Dennis Sawatzki** **Veränderungsprozesse**

anregen – begleiten – reflektieren

75 Bilderkarten + 32-seitiges Booklet  
BELTZ Verlag, Weinheim 2020  
ISBN 4019172300142  
49,95 Euro

Veränderungen sind ein ständiger Begleiter in unserem Leben. Gerade aktuell sind wir gezwungen, mit veränderten Situationen umzugehen. Veränderungen als Chance zu nutzen und sich ihnen zu stellen, ist ein wichtiger Schritt.

Der Autor liefert mit seinen Bildkarten einen hilfreichen Einstieg in die Arbeit mit Menschen, die diesen Weg gehen wollen. Der Prozess der Veränderung ist von persönlichen Emotionen geprägt. Diese Gefühle veranlassen uns, individuell und unterschiedlich Dinge zu bewerten. Die Bildkarten bilden eine Brücke. Gefühle werden visualisiert und können in der Folge verbalisiert werden.

Dennis Sawatzki hat sein Kartenset in drei Kategorien unterteilt: Werte (eigene Haltung), Perspektiven (Perspektivenwechsel) und Veränderung (Impulse). Zu jeder Kategorie gibt es hochwertige und sehr ansprechende DIN A5-Bildkarten.

Die Bilder sowie die dazugehörigen Texte eröffnen der Klient\*in einen eigenen Interpretationsraum. Sie regen zum Sprechen an und erleichtern den Einstieg in das Thema. Speziell für den Einsatz mit Gruppen bietet das Set ein gutes Kommunikationstool.

Das Begleitheft beschreibt die verschiedenen Einsatzmöglichkeiten und bietet didaktisches sowie psychologisches Hintergrundwissen.

Mein Fazit: Ein sehr schönes, ansprechend gestaltetes Bilderset, das sich für viele Beratungssituationen flexibel einsetzen lässt. Verpackung und Inhalt stimmen überein.

Monika Grosch



### **Julianna Heiland** **Die Liebesbeziehungskiste:** **54 Karten für eine gute Partnerschaft**

54 Karten  
Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2019  
ISBN-13: 978-3-608-96437-0  
25 Euro

Mit wohlthuender Nüchternheit und geradezu bestechender Klarheit schreitet Julianna Heiland den Parcours der Partnerschaft systematisch ab. Dieser wird immer wieder aufgelockert durch die prägnanten und pfiffigen Cartoons von Daniel Jennewein. Die Darstellungen auf den 54 Karten sind ebenso tiefenpsychologisch fundiert wie gesättigt durch Julianna Heilands jahrzehntelange Erfahrung als Paartherapeutin in ihrer Praxis.

Dieser Hintergrund befähigt die Autorin, problematische Muster präzise zu erkennen. So werden die Wurzeln quälender Beziehungskonflikte aufgedeckt, die in penetranten Wiederholungsschleifen eine Paardynamik besonders belasten oder gar lähmen können. Zudem werden hilfreiche Strategien aufgezeigt und leicht nachvollziehbare, einleuchtende Lösungswege eröffnet. Dabei verbindet die gewählte Form der Karten, erhellende und pointierte Verdichtung sowie Konzentration auf das Wesentliche mit einem spielerischen Aspekt: Gezielte Fragen fordern uns zur aktiven Auseinandersetzung und Reflexion auf.

Wie essentiell, wie bedeutsam erscheint doch eine gelungene Partnerschaft für ein gelingendes Leben! Das macht nicht zuletzt die unbestreitbare Relevanz dieser ebenso für Laien wie auch für Therapeutinnen und Therapeuten wertvollen Publikation aus.

Alexander Granditz



**Steven Taylor**  
**Die Pandemie als psychologische Herausforderung**

Ansätze für ein psychosoziales Krisenmanagement

185 Seiten  
 Psychosozial-Verlag, Gießen 2020  
 ISBN 978-3-8379-3035-1  
 19,90 Euro

Das Buch „Die Pandemie als psychologische Herausforderung“ erschien im Herbst 2019 in der englischen Originalausgabe, zu einer Zeit, in der wir noch nicht ahnen konnten, was das Jahr 2020 an Veränderungen in unseren Alltag und unser Selbstverständnis bringen würde. Obwohl Steven Taylor davon ausgeht, dass die nächste große Pandemie eine Influenza-Pandemie sein wird, sind bereits Kenntnisse zum SARS-Virus eingeflossen. Die ersten beiden Kapitel sind einer Einführung in das Thema Pandemie und modernen Methoden zum Umgang mit Pandemien gewidmet. In den folgenden Kapiteln werden psychologische Folgen und derer Einordnung beschrieben. Den Schluss bilden Behandlungsmethoden für emotionale Notlagen während einer Pandemie.

Kaum jemand hätte sich 2019 vorstellen können, was es bedeutet 2020 vor leeren Supermarktregalen zu stehen. Nur wenige Kolleg\*innen haben sich mit „Krankheitsleugnern“ beschäftigt, die sich plötzlich aus allen sozialen Schichten, politischen Richtungen und weltanschaulichen Überzeugungen zusammenfinden. Steven Taylor nimmt diese und weitere Phänomene auf und beschreibt sie detailreich.

„Die Pandemie als psychologische Herausforderung“ ist ein Buch, das in seinen genauen Vorwegnahmen überrascht, in gut lesbarer Sprache geschrieben ist und durch seine vielen Fallbeispiele und historischen Dokumentationen nie langweilig zu werden droht.

Es ist eine klare Kaufempfehlung für jeden, der Erlebtes und Gefühltes aus dem Jahr 2020 psychologisch einordnen und gewonnene Kenntnisse in Beratung und Behandlung nutzen möchte.

Doreen Markworth



**Gill Hasson**  
**Warum Glück keine Glückssache ist**

117 Seiten  
 Junfermann Verlag, Paderborn 2020  
 ISBN 978-3-95571-901-2  
 16 Euro

Das Cover des Buches zielt eine sogenannte „Winkekatze“. Sie ist ein beliebter japanischer Glücksbringer, der dem Betrachter Glück bringen soll. Dem widerspricht der Buchtitel, der besagt, dass das Glück eben nicht von alleine oder einem Glücksbringer kommt. Die gute Botschaft lautet: wirklich jeder kann für sein Glück etwas tun! Zu allererst räumt Gill Hasson mit der hohen Erwartung an das Glück auf, welche häufig durch die Medien vermittelt wird. Die Autorin empfiehlt als alltägliche Haltung, die persönliche Zufriedenheit im Blick zu haben. Dieses gelingt, wenn wir uns der eigenen Werte sowie dem Sinn unseres Lebens bewusst werden und an deren Umsetzung arbeiten. Übungen sind dabei behilflich. Veränderungen zu durchdenken und sich aus der Komfortzone heraus zu begeben, bedeutet Handlungskompetenz zu erwerben.

Bei Schwierigkeiten und Rückschlägen bietet die Autorin einen Umsetzungsplan an. Durch eine Fülle von Fragen ermöglicht dieser zu klären, wo genau das individuelle Problem liegt und hilft, den Blick auf Veränderungsmöglichkeiten zu lenken.

Zusätzlich bietet das Buch viele konkrete Ideen, um „ins Tun“ zu kommen. Dort findet der Leser auch Glücksgewohnheiten, die z.B. lauten: „Seien Sie mutig“, „Würdigen Sie drei gute Dinge pro Tag“ oder „Denken Sie positiv“.

Fazit: Dem Glück auf die Spur zu kommen, bedeutet, Verantwortung für sich zu übernehmen. Nicht Hilflosigkeit, sondern Machbarkeit ist hier angesagt.

Monica Elbert



**Britt A. Wrede &  
Bernhard A. Zimmermann**  
**mini-handbuch Coaching und Digitalisierung**

195 Seiten  
BELTZ Verlag, Weinheim 2020  
ISBN 978-3-407-36724-2  
24,95 Euro

Die Betriebswirtin in mir schätzt die exzellente ausführliche Marktanalyse und die schlüssige Argumentation, über das Digitalisierungspotenzial (hier im Coaching-Kontext) nachzudenken.

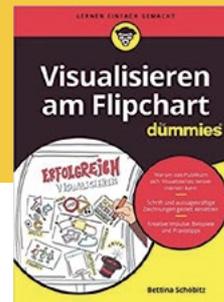
Praktisch sind die 21 Kästchen mit „Hilfreichen Fragen für die eigene Coachingpraxis“ für diejenigen, die aufgrund der Gegebenheiten durch die Corona-Pandemie mutig ins „kalte digitale Wasser“ gesprungen sind, um die betriebswirtschaftlichen, technischen und zukunftsorientierten Fakten zu hinterfragen.

Die Counselor in mir hätte das Buch nicht zu Ende gelesen, weil die sehr technokratische, rationale Sprache – konsequent ohne Personalpronomen in den Ausführungen – mich nicht „eingeladen“ hat; diesbezüglich versöhnlich sind die oben genannten Fragen-Einschübe nach jedem Kapitel. Dort fühle ich mich durch das höfliche „Sie“ immerhin angesprochen.

Vielleicht ergibt sich mein Widerstand auch aus der Tatsache, dass Counseling nicht (nur) Coaching ist – so wie es hier bezüglich des Zwecks abgrenzend definiert wird, nämlich „Zweck ist die Selbstermächtigung von innen heraus für den erfolgreichen Umgang mit den erfolgsrelevanten Umständen des Vorhabens“.

Dass ich das Buch doch fertiggelesen habe, gibt mir immerhin die Möglichkeit, dem Satz im Vorwort: „... das alles, was digitalisierbar ist, in Zukunft digitalisiert werden wird.“ hinzuzufügen: „... und was noch nicht digitalisierbar ist, wird digitalisierbar erklärt!“

Christel Klapper



**Bettina Schöbitz**  
**Visualisieren am Flipchart für Dummies**

265 Seiten  
Wiley Verlag, Weinheim 2020  
ISBN 978-3-527-71699-9  
22 Euro

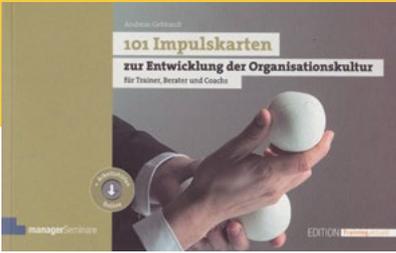
Bettina Schöbitz coacht Menschen zum Thema Auftreten und Präsentieren in Beruf und Öffentlichkeit. Dazu stellt sie ihre Arbeit am Flipchart vor. Ein bisschen altmodisch, ist mein erster Gedanke. Dann öffne ich das Buch. Direkt hinter dem Buchdeckel sind zwei Seiten, darauf finde ich die 10 Schritte des Prozesses, kurz, knapp, wie ein Merkzettel. Das macht mich neugierig und ich vertiefe mich in die dazugehörigen Kapitel. Mein aktuelles Arbeitsthema entsteht neu vor meinen Augen. Das spricht an.

Beim Weiterlesen erkenne ich den Vorteil dabei: Die Entschleunigung und die schrittweise Entwicklung des Themas über Bild und Symbol, macht den Einstieg für den Redner leicht und bringt den Zuhörer schrittweise zum besseren Verstehen.

In ihrem Buch beschreibt Bettina Schöbitz in kleinen Schritten den Aufbau ihrer Flipcharts. Sie zeigt, wie sie wirksam gestaltet und am besten eingesetzt werden können. Bildhafte Elemente spielen eine große Rolle. Das erklärt mir als Kunsttherapeutin die besondere Wirksamkeit.

Viele Beispiele und Tipps aus der Praxis illustrieren dieses vierfarbige Buch. Schritt-für-Schritt-Anleitungen helfen, Themen durch Visualisierung noch eindrucksvoller zu gestalten und den eigenen Stil zu entwickeln. Dieses Buch gibt auch neue Anregungen für andere Präsentationsformen. Damit kann der Zuhörer leichter ins Thema hineingeführt werden.

Brigitte Michels



**Andreas Gebhardt**  
**101 Impulskarten zur Entwicklung der Organisationskultur**

für Trainer, Berater und Coachs

240 Seiten + Download-Ressourcen  
 managerSeminare Verlags GmbH, Bonn 2020  
 ISBN 978-3-95891-071-3  
 49,90 Euro

Die Impulskarten stellen eine umfangreiche Sammlung von spannenden Diskussionsthemen dar, um diese in Teams oder Mitarbeiter\*innengruppen zu erörtern. Über den kollektiven Austausch können über die gemeinsamen Reflexion Konsens oder Dissens sichtbar gemacht und darüber hinaus im besten Fall eine gemeinsame (Organisations-)Kultur entwickelt werden.

Die Sammlung besitzt ein übersichtlich strukturiertes Inhaltsverzeichnis mit klaren Themenfeldern, beispielsweise „Vertrauen/Respekt“, „Fehler“ oder „Führung/Macht“, in denen die Berater\*in zu ihrem Wunschthema konkrete Fragen bzw. Impulsen findet. Zu jeder Frage hat Andreas Gebhardt zwei bis drei Unterfragen formuliert – mit unter anderem spielerischem oder provokantem Unterton – und bietet verschiedene Versionen zu deren Bearbeitung an. Methodisch nutzt er gerne Skalierungen, Perspektivwechsel und das Punkten, es finden sich aber auch ungewöhnlichere Tools, wie „Kill your Company“ oder „Schwarzmaler“. Rollenhinweise für die Moderator\*in stellt er ebenfalls zur Verfügung.

Bedauerlich finde ich zunächst, dass die Impulskarten gar keine Karten im eigentlichen Sinn sind, also keine Sammlung von losen Blättern, sondern ein gebundenes Buch in einem besonderen DIN lang-Format. Schade, so wird die Visualisierung im Gruppenkontext schwieriger, denke ich. Dann entdeckte ich allerdings den inklusiv angebotenen PDF-Download. Darüber kann jede Frage ausgedruckt und anschließend an die Teilnehmer\*innen verteilt werden. Und die Impulssammlung bleibt beisammen und vom Zerfleddern verschont.

Uta Stinshoff



**Carmen Thomas**  
**Reaktanz**

Blindwiderstand erkennen und umnutzen  
 7 Schlüssel für ein besseres Miteinander

224 Seiten  
 adeo Verlag, Aslar 2020  
 ISBN-13: 978-3863342494  
 22 Euro

Reaktanz – was für ein Begriff. Alltagstauglich erschien er mir nicht, als ich das Buch in die Hände bekam. Doch weiß ich um das wundersame Formulieren der Carmen Thomas. Deshalb begann ich zu lesen. Um gleich in ihrem ersten Kapitel darüber aufgeklärt zu werden, dass sie dieselben Zweifel hegte wie ich. Auch sie fand den Begriff nicht gerade „sexy“. Und das Wort „Blindwiderstand“ ist auch nicht viel besser! Damit war auch meine „Reaktanz“ gesenkt. Reaktanz: bekannt aus Elektrotechnik und Psychologie. Schmunzelnd folgte ich der Beraterin durch ihre journalistische Karriere. Viele Geschichten kannte ich, war ich doch treue Hörerin des Ü-Wagens und Kollegin. Anhand ihrer Erlebnisse ließ sie mich die Wirkweisen von Settings, Widerständen, Empfehlungen, Ideen und Patzern nachvollziehen. Bot mir Identifikationsgelegenheiten. Mal ab davon, dass sie die erste war, die HörerInnen am Programm beteiligte, das zum Stilmittel erhob und damit Mutter aller Talkshows ist: Sie ermutigt und ermächtigt. Sie findet neue Worte für alte Phänomene. Sie nutzt, was da ist. Reflektiert, was gescheitert scheint. Kopiert, um zu kopieren. Empfiehlt die Freiheit der Fehlerfreundlichkeit. Plädiert „umzunutzen“ statt runterzuputzen, macht aus allem das Beste. Habe lange nicht mehr so viel in einem Buch markiert. Entweder, weil ich mich bestätigt fühlte in der Wahl meiner Mittel und meiner Haltung oder – in einer anderen Farbe – Ideen, um sie nachzuahmen. Wer mich kennt, weiß: DAS ist ein Kompliment!

Ulla Keienburg



### **Kübra Gümüſay** **Sprache und Sein**

206 Seiten  
Hanser Berlin im Carl Hanser Verlag, München 2020  
ISBN 978-3-446-26595-0  
18 Euro

Wir sprechen, um zu sein.

Kübra Gümüſay ist Journalistin, Bloggerin und Autorin. In ihrem Buch „Sprache und Sein“ untersucht sie in der Auseinandersetzung mit den gesellschaftlichen Herausforderungen der Gegenwart die Wechselbeziehung zwischen Sprache und politischer Unmenschlichkeit.

Wie prägt unsere Sprache unsere Wahrnehmung und unser Denken? Denken wir die Sprache als ein großes Museum, gibt es dort zwei Kategorien von Menschen: die Benannten und die Unbenannten. Die Unbenannten sind Menschen, deren Existenz nicht hinterfragt wird. Sie sind auch die Benennenden. Die Benannten weichen von der Norm ab, sie erzeugen Irritation und sind nicht selbstverständlich. Sie leben sorgfältig katalogisiert in ihren Glaskästen, beschriftet mit ihren Kollektivnamen. „Freies Sprechen bedeutet die Emanzipation von einer Sprache, die uns nicht vorsieht, – indem wir sie verändern, anstatt uns zu erklären, indem wir sie anders nutzen, um in ihr zu sein“ (S. 159).

Das Buch ist ein leidenschaftliches Plädoyer für die Suche nach einer neuen Architektur unserer Sprache, die Brücken zwischen uns baut; in der wir uns gemeinschaftlich kritisch hinterfragen, mehrperspektivisch denken und sehen, und in der wir nach gleichberechtigten Strukturen suchen, um an einer Gesellschaft mitzubauen, in der wir wirklich leben wollen. Auf beeindruckende und berührende Weise beschreibt und untersucht Kübra Gümüſay, wie unsere Sprache Lebenswirklichkeit schafft und entwirft. Poetisch und politisch zugleich trifft die Lebendigkeit und Klarheit ihrer Sprache den und die Leser\*in.

Maike Ustorf



### **JJ Bola** **Sei kein Mann. Warum Männlichkeit ein Albtraum für Jungs ist.**

158 Seiten  
Hanserblau im Carl Hanser Verlag, München 2020  
ISBN 978-3-446-26798-5  
16 Euro

„Sei kein Mann!“ – ein provozierender Titel eines Buches, das Neugierde weckt? „Warum Männlichkeit ein Albtraum für Jungs ist“ – ein Untertitel, der irritiert?

Und sind nicht Neugierde und Irritationen einer der Nährstoffe für neues Denken, Auseinandersetzung mit wichtigen Themen unserer heutigen Gesellschaft und Einleitung von Veränderungsprozessen?

Genau dieses ermöglicht JJ Bola in seinem Buch. Er setzt sich mit dem Thema Patriarchat und seinen Folgen unter Einbeziehung aktueller Studien und Erkenntnisse auseinander. Dabei zeigt Bola nachvollziehbar, wie die starren Vorstellungen, was und wie ein Mann zu sein hat, negative Auswirkungen auf unser aller Zusammenleben hat.

Bola legt historisch-soziokulturelle Narrative um den Begriff „Männlichkeit“ frei und widerlegt populäre Mythen. Er betrachtet Einflüsse aus nichtwestlichen Traditionen, aus der Popkultur, der LGBTQ+-Community und bezieht sowohl Men of Colour als auch männliche Geflüchtete in seine Ausführungen ein.

Dabei beleuchtet er die Lebensbereiche Liebe und Sex, Sport, Rap- und Gangkultur, politische Bühne, Social Media und psychische Gesundheit. Er sucht nach Auswegen und bietet Lösungsmöglichkeiten an, ganz konkret in seiner „Liste mit 10 Handlungsanweisungen“ am Ende seines Buches.

„Sei kein Mann“ ist ein Appell an die jetzige und die nächste Generation, Männlichkeit von alten Stereotypen zu befreien und Vielfältigkeit zu leben. Ein sehr lesenswertes Buch, sowohl für junge Menschen als auch für ältere Generationen.

Angela Keil



## Thomas Scheskat Aggression als Ressource

Eine verkannte Kraft neu erleben

216 Seiten  
Psychosozial-Verlag, Gießen 2020  
ISBN 13978-3-8379-2969-0  
26,90 Euro

„Eine verkannte Kraft neu erleben“. Dieser Untertitel eröffnet einen Blick auf die Körpermethodik, auf die Kraft, die im Counseling genutzt werden will. Und auf die Destruktivität, die verantwortet werden muss. Und genau deshalb hat mich dieses Buch brennend interessiert.

Für Scheskats Impuls, das Thema Aggression in der beschriebenen, pädagogischen Weise anzufassen, hat seine frühe Prägung eine Rolle gespielt. Als Kind trainierte er Judo, um sich besser bei körperlicher Auseinandersetzung zur Wehr setzen zu können. Bei einem Schulfest erlebt er den Überfall einer Rockerbande, bei dem ein Mitschüler zu Schaden kommt. Als die Polizei eintrifft, zeigt er ihr den Täter. Das bringt ihm über lange Zeit kontinuierlich destruktive Aggressivität der Rockerbande ein. Bei der polizeilichen Zeugenvernehmung steht ihm nicht nur der Täter, sondern die ganze Rockerbande gegenüber,

Zum Schlüsselerlebnis wird ein Boxkampf im Rahmen seiner Therapieausbildung. „Wir wollten ausprobieren, was in einer Begegnung mit Boxhandschuhen passieren könnte.“ Ein harter Schlag trifft den Solar Plexus, raubt den Atem und gibt ihm das Gefühl des Stillstandes, der ihn zusammensacken lässt. Doch dann kommt das Erlebnis des Neuen. Sein Kontrahent nimmt ihn sitzend auf den Schoß und hält ihn in seinen Armen.

Dieses Erlebnis wirkt als Initiation für seine Arbeit an den beschriebenen Methoden. Was ich mir für die nächste Auflage wünsche? Ein Stichwortverzeichnis.

Pädagogik ist auferstanden, besonders mit diesem hervorragenden Buch.

Dr. Klaus Lumma

### 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:  
Dagmar Lumma, Christina Pollmann,  
Kirsten Böttger, Angela Keil, Judith Möllmann  
Web: [www.bvppt.de](http://www.bvppt.de)  
E-Mail: [kontakt@bvppt.org](mailto:kontakt@bvppt.org)

### Redaktionsanschrift

CounselingJournal  
c/o BVPPT Geschäftsstelle  
Schubbendenweg 4  
D-52249 Eschweiler  
Telefon: 0 24 03 / 83 90 59  
Web: [www.bvppt.de](http://www.bvppt.de)  
E-Mail: [redaktion@counselingjournal.de](mailto:redaktion@counselingjournal.de)

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

Dagmar Lumma, Doreen Markworth, Uta Stinshoff

### Erscheinungsweise

Zweimal jährlich

### Mediadaten & Anzeigenschaltung

[redaktion@counselingjournal.de](mailto: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](http://www.semo-gestaltung.de)

### Bildnachweise

Illustrationen Titel, Seite 4, 6, 15, 21, 22, 31, 32, 34, 38/39, 40, 44  
© Adobe iStock  
Illustrationen Seite 3, 7, 8, 10, 17, 18, 25, 26, 28, 32, 34, 37, 42, 44, 46  
© Semo. Wir gestalten / Patricia Jaeger  
Foto Farbkreis Seite 12 © A. Jagieniak

# PRAXIS KOMMUNIKATION

## jetzt probelesen!

Das Magazin für Profis. Und solche, die es werden wollen.

PRAXIS KOMMUNIKATION ist das Magazin für angewandte Psychologie in Training, Coaching und Beratung.

Wir berichten aus der Praxis der Veränderungsarbeit. Coaches und Trainer lassen sich bei ihrer Arbeit über die Schulter schauen und schreiben über ihre eigenen Erfahrungen mit Methoden, Tools, Klienten und Beratungssituationen.

Theoretische Ansätze und neue Forschungserkenntnisse kommen bei uns nicht zu kurz – wir bereiten sie verständlich auf und laden zum Weiterdenken ein.

Wir geben Orientierung über Trends, neue Konzepte und Entwicklungen in der Trainings- und Beratungsbranche – das alles geprägt von einem humanistischen Menschenbild.



Das E-Journal bieten wir ab sofort zum dauerhaft vergünstigten Preis von € 48 an!

PRAXIS KOMMUNIKATION gibt es im Abo und im gut sortierten Zeitschriftenhandel. Die Zeitschrift kann auch als digitales E-Journal abonniert werden.

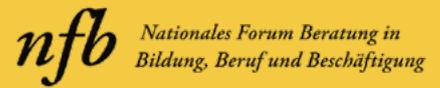
Testen Sie uns – bestellen Sie unter [www.junfermann.de](http://www.junfermann.de) das günstige Probe-Abo (3 Hefte für € 20,00 inkl. Versandkosten).

[www.pkmagazin.de](http://www.pkmagazin.de)

Der BVPPT ist Gründungsmitglied der



und Mitglied des



# Kooperationspartner des BVPPT



**IHP – Institut für  
Humanistische Psychologie e.V.**  
[ihp.de](http://ihp.de)



**DITAT – Deutsches Institut für  
tiefenpsychologische Tanztherapie  
und Ausdruckstherapie e.V.**  
[ditat.de](http://ditat.de)



**Kölner Schule für Kunsttherapie e.V.**  
[koelnerschule.de](http://koelnerschule.de)



**IPL – Institut für Psychosynthese  
und Logotherapie**  
[ipl-heiland.de](http://ipl-heiland.de)



**Institut für Pädagogisch-  
therapeutische Beratung**  
[pol-verein.de](http://pol-verein.de)



**ISIS – Institut für systemische  
Lösungen in der Schule**  
[isis-institut-koeln.de](http://isis-institut-koeln.de)



**GUT MERTESHOF**  
Institut für Integrale Begegnung®

**Institut für Integrale Begegnung  
Gut Mertenshof**  
[begegnungstherapie.de](http://begegnungstherapie.de)



**Adler-Dreikurs-Institut Hagenhoff UG**  
[adler-dreikurs.de](http://adler-dreikurs.de)



**FH MÜNSTER**  
University of Applied Sciences

**Fachhochschule Münster**  
[fh-muenster.de](http://fh-muenster.de)



**Aus- und Weiterbildungsinstitut  
Körperorientiert-systemisch-  
transpersonal**  
[integralis-akademie.de](http://integralis-akademie.de)



**Institut Kutschera**  
[kutschera.org](http://kutschera.org)



**Fachverband  
Wirtschaftskammer Österreich**  
[lebensberater.at](http://lebensberater.at)



**BVPPT**  
**Ländervertretung Luxemburg**  
[c.klapper@bvpppt.org](mailto:c.klapper@bvpppt.org)



**Akademie für psychosoziale  
Lebensberatung  
Counseling professional**  
[apl-suedtirol.org](http://apl-suedtirol.org)

**BVPPT**  
Die Vertretung  
der Counselor  
in Europa