

Nummer 22
Winterausgabe 2021/22

COUNSELING JOURNAL

für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie
Verbandszeitschrift des BVPPT

KrisenFest

Was kann Counseling?



Anleitung zum
Hasenfang

Counselor gesucht

O-Ball in Aktion

Editorial – Ein paar Gedanken zum Titelthema

counselingjournal.de

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

Liebe Counselor!

Im Vorstand haben wir auch Spaß. Jawohl! Auch in diesen Zeiten, auch in stressigen Situationen, auch angesichts vieler Fragezeichen über den Köpfen und angesichts von Entscheidungen, vor denen man sich doch lieber wegducken möchte: Eine Jahrestagung in Präsenz? Ist das überhaupt machbar? Kann das gutgehen?? (Ja – das geht und ging gut!) Sollten Digitalarchäologen in 1000 Jahren unsere BVPPT-Vorstands-E-Mailwechsel auswerten (wir gehen da von großem Interesse aus), dann werden sie neben viel Tagesgeschäft und eher sachlichem Text auch auf viel Unsinn, Geplänkel und Gelächter in Wortform stoßen. Nicht so allerdings beim Eintrag kurz vor Drucklegung dieses Counseling Journals: „Liebe Christina, bitte ein Vorwort zum Ober-Titel: KrisenFest – was kann Counseling? Ich glaube, das kann neugierig machen!“ „Liebe Dagmar, warum müssen wir immer was können müssen?! Ich will das gar nicht.“

Spontaner und anhaltender Impuls: Ich will nicht immer können müssen! Können wollen, können dürfen oder können wir das auch mal sein lassen ...?! Das Wort KrisenFest ist am Ende des Jahres 2021 auf einmal der attraktivste Teil des Titels: Die Tastatur fallen lassen und auf den Bits und Bytes tanzen. Sich selbst zum Feste sein (frei nach Rilke): Schluss mit diesem ewigen Können, egal ob online oder offline! Egal, wie gut wir bis zu diesem Punkt durch diese Krise gekommen sind, die Jahreszeit verführt dazu, Counseling zwar zu wissen und zu denken als solide Basis, als verlässlichen Bezugspunkt, aber das Können einmal ruhen zu lassen. Ganz im Sinne unseres Tagungsthemas: Achtsamkeit im Hier und Jetzt kann auch bedeuten, hier und jetzt ausnahmsweise nicht können zu wollen, sondern einfach nur da-sein zu dürfen.

Liebe Counselor, ein sehr persönliches letztes Vorwort 2021 – vielleicht vom einzigen Counselor auf der Welt, der für eine kurze Phase mal nicht können müssen will? Ich höre den übrigen Vorstand und das Redaktionsteam schmunzeln und sende allen Counselorn beste und gern auch frohe Grüße. 2022 werden wir wieder gemeinsam lachen, das ist sicher. Und ganz klar, das kann Counseling: Diese Sicherheit!

Christina Pollmann, BVPPT Vorstand



2 Ein paar Gedanken zum Thema

Berufspolitisches

- 4 **Neues aus unserem Dachverband**
Deutsche Gesellschaft für Beratung (DGfB) e. V.
- 6 **BVPPT Ländervertretung Österreich**
Natur – Aufmerksamkeit – Neues
- 7 **BVPPT Ländervertretung Luxemburg**
Online(-)Ressourcen entdecken – geht auch!
- 8 **Qualitätsstandards für Supervision**
Ein aktueller Diskurs über BVPPT und DGSv
- 10 **Arbeitskreis des BVPPT**
Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention
- 11 **Jahrestagung 2021 in 3-G!**

Zu Besuch bei ...

- 12 **... ZOOM, Teams, Webex, Edudip und all den anderen!**
BVPPT goes online – ein Rückblick von März 2020 bis Herbst 2021

15 Neues aus dem Verbandsleben

Tools

- 16 **Die Vielseitigkeit eines O-Balls**
- 17 **Online-Tools**
Kreativ, kollaborativ, datenschutzkonform

Schwerpunkt: KrisenFest

- 18 **Die Göttinnen in uns wollen Tanzen**
Selbstfürsorge üben und Neues auf den Weg bringen in Zeiten der Pandemie
- 22 **Pfarrerin und Counselor**
Ein gutes Team
- 24 **Wer viele Hasen jagt, fängt letztlich keinen**
Anleitung zum Hasenfang
- 28 **Beweglich bleiben in Körper und Geist**
Oder auch: Das, was schon da ist, neu interpretieren.
- 30 **Counselor in Verantwortung**
Was wir in der Klimakrise tun können
- 34 **Werben für Counseling?
Werben für Counselling?**
- 38 **Interview Nicole Nagel**
- 42 **Hoffnung(slos)**
- 46 **KrisenFest**

- 48 **Graduierungen**
- 49 **Buchbesprechungen**
- 55 **Impressum**
- 56 **Kooperationspartner**

Neues aus unserem Dachverband

Deutsche Gesellschaft für Beratung (DGfB) e.V.
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 berichten regelmäßig im Counseling Journal*).

Das für September angekündigte Verbändetreffen kam zu folgendem Ergebnis: Das zu entwickelnde Kompetenzmodell soll die DGfB und ihre Mitgliedsverbände befähigen, Verfahren zu entwickeln, wie Kompetenzen in den Aus- und Weiterbildungen der mit den Mitgliedsverbänden kooperierenden Institute erworben und ggf. zertifiziert werden können. Das Ergebnis des Forschungsprojektes soll dann seitens der DGfB e.V. bei den entsprechenden politischen Stellen eingereicht werden. Der Verlauf des Projektes wird begleitet durch ein Steering Board. Die Mitgliedsverbände werden im Rahmen von Verbändetreffen regelmäßig über den Stand des Projektes informiert.

AG „Beratungspolitik und Interessenvertretung“

Nach wie vor wirkt der BVPPT durch sein Vorstandsmitglied Angela Keil in der AG „Beratungspolitik“ der DGfB mit.

In Zusammenarbeit mit der AG führte der geschäftsführende Vorstand der DGfB ein Interview mit dem Pflegebeauftragten der Bundesregierung Herrn Andreas Westerfellhaus und dem Leiter der Geschäftsstelle des Pflegebevollmächtigten Herrn Bernd Kronauer. Eine Zusammenfassung des Gesprächs findet sich hier:
<https://dachverband-beratung.de/interview-mit-dem-pflegebeauftragten-der-bundesregierung-dr-andreas-westerfellhaus/>

Die AG setzt das Thema: „Mehr gute Beratung im Gesundheitswesen“ weiter fort. Es finden regelmäßige Expert*innenforen statt, in denen sich von den Mitgliedsverbänden benannte Expert*innen zur aktuellen Situation austauschen und weitere Aktionen planen.



Die geplante digitale Podiumsdiskussion mit bekannten Politiker*innen unterschiedlicher Parteien mit dem Titel: „Gesellschaft in der Krise – Was kann Beratung?“ konnte leider aufgrund des Zeitmangels der Politiker*innen nicht stattfinden. Auf einen Fragenkatalog der DGfB zu den Themen: „Der Bedarf von Beratung in Pandemiezeiten“; die Unabhängige Patient*innenberatung (UPD); Gesetzliche Neuregelung zur Sterbehilfe (begleiteter Suizid)“, der an die angefragten Politiker*innen und gesundheitspolitischen Sprecher*innen der Fraktionen versendet wurde, hat nur die FDP geantwortet. Alle anderen Parteien verwiesen auf die formalen Wahlprüfsteine. Auf der Homepage finden sich die Antworten der FDP und Verlinkungen zu Wahlprüfsteinen der Mitgliedsverbände der DGfB: <https://dachverband-beratung.de/pdf-bundestagswahl-2021/>

Best-Practice-Veranstaltungen

Um im Lockdown den Kontakt zu den Mitgliedsverbänden weiter zu pflegen, entstand die Idee, der „Best-Practice-Veranstaltungen“, die auch 2021 weitergeführt wurden. Im Oktober stand sie unter dem Titel: „Beratungsanforderungen in Krisenzeiten – am Beispiel der Flutkatastrophe.“ Auch wurde eine virtuelle Impulsveranstaltung zur Videoberatung und zum Videokommunikationstool ELVI durchgeführt. Diese Angebote sollen in Zukunft verstetigt werden.

Weitere Informationen zur DGfB geben:

Dagmar Lumma d.lumma@bvppt.de

Angela Keil a.keil@bvppt.org

Ländervertretung Österreich



Natur – Aufmerksamkeit – Neues

Viele Beraterinnen und Berater in Österreich sind gerne in der Natur unterwegs. Gemeinsam mit Klientinnen und Klienten aber auch mit Familie und Freunden. Sie genießen das Zusammenkommen.

Denn genau in diesen kleinen, netten Gesprächen wird unsere tiefe Sehnsucht nach Anerkennung ausgedrückt. Wir geben unserem Gegenüber das Gefühl, an seinen Lebensgeschichten interessiert zu sein, an seinen Höhen und Tiefen sowie an seinen kleinen oder großen Erfolgen. Das funktioniert jedoch nur, wenn wir im Gespräch mit unserer Aufmerksamkeit ungeteilt bei unserem Gesprächspartner sind. Sätze wie „Gut hast Du das gelöst ...“ oder – „Da kann man was von Dir lernen ...“ sind Balsam für die Seele, lösen ein angenehmes Gefühl aus.

Das Thema „Aufmerksamkeit“ hat einen sehr hohen Stellenwert in Gesprächen. Vielleicht werden wir in Zukunft mit unseren Partnern auf „Aufmerksamkeits-Tage“ fahren. Genauso wie wir jetzt „Wellness-Tage“ einlegen.

Neues wird es auch im Bereich der Lebens- und Sozialberatung in naher Zukunft geben. Unser Kooperationspartner die WKO, im Speziellen die Fachgruppen der Personenberatung und Personenbetreuung arbeiten, kurzum gesagt, an der Steigerung der Qualität in der Beratung.

Vieles ist in Bearbeitung von der neuen Ausbildungsverordnung bis hin zum Erreichen des Nationalen Qualifikationsrahmen Niveau 6, welches eines Bachelorstudium gleichkommt.

Dem Fachverband in der WKO ist es gelungen, den Wert und die Wichtigkeit der Psychosozialen Beratung gerade im Hinblick auf Prävention gegenüber den Ministerien und Stakeholdern so zu positionieren, dass diese nun endlich auch anerkannt wird.

Wir als BVPPT-Ländervertretung Austria begleiten diesen Erneuerungsprozess und sehen darüber hinaus auch die europaweite Positionierung der „Counselor“.

Aufmerksam zuhören und vernetzt zu sein, ist immer ein Vorteil, der vor allem unseren Klientinnen und Klienten den gewünschten Nutzen bringt.

Viktor Andreas Koch

BVPPT Ländervertretung Austria

Ländervertretung Luxemburg



Online(-)Ressourcen entdecken – geht auch!

Allen Kolleg*innen sei gedankt für ihr Interesse am Luxemburger Thementag, am 12. Juni 2021. Mit dem Titel „Wünschen – Wollen – Handeln“ hat uns Silke Weinig, unsere Referentin aus Zürich, kompetent und kurzweilig einen theoretischen und praktischen Eindruck vom Züricher Ressourcen Modell („ZRM“) vermittelt.

Die Teilnehmenden konnten alle mit einem spontan gewählten Bild einen ersten Schritt in Richtung ihres persönlichen Motto-Ziels machen, unterlegt mit den theoretischen, fundierten Ausführungen aus der Motivationspsychologie.

Für die Kenner*innen dieses starken Selbstmanagement-Tools war es eine gelungene Auffrischung des Prozesses; für die Erst-Entdecker*innen des Instrumentes könnte es ein Anstoß sein, sich dieses schlüssige Konzept zu eigen zu machen.

Es war ein Geschenk und eine willkommene Erfahrung für solche (noch immer nicht überall beendeten) distanzdominierten Zeiten, dass wir uns im virtuellen Raum begegnen, austauschen und kennenlernen durften.

Wie gut, dass wir dank der BVPPT- Initiativen – eigentlich seit der Mitgliederversammlung 2020 – unseren Umgang mit den virtuellen Zusammenkünften bedenken, erfahren und erproben können.

Ich bin ja so begeistert, wenn ich Kolleg*innen ungeachtet ihrer Wohn-/Arbeitsorte in meinem Arbeitszimmer treffen darf; zu sehen, dass Reisezeiten oder sonstige „Unverträglichkeiten“ bzw. Nachteile wegfallen und nur das Interesse am Begegnen, Austauschen und/oder Lernen im Mittelpunkt steht.

Bei aller – Europa umspannender – Herkunft der Teilnehmer*innen, freue ich mich angesichts meines „Amtes“ immer besonders über die Counselor aus Luxemburg bzw. der Groß-Region.

Beste Grüße de Lux,
Christel Klapper

BVPPT Ländervertretung Luxemburg

Qualitätsstandards für Supervision

Ein aktueller Diskurs über BVPPT und DGSv

Der Nutzen externer Supervision in sozialen Einrichtungen ist heutzutage kaum umstritten. Im Gegenteil: Einrichtungen verankern in ihren Konzepten zur Sicherung der Professionalität und Qualität der Arbeit regelmäßige Supervision für Teams. Doch wie finden Einrichtungen qualifizierte Supervisor*innen, da einerseits bis heute der Titel nicht geschützt ist und andererseits das beanspruchte Monopol der DGSv (Deutsche Gesellschaft für Supervision & Coaching e.V.) die Auswahl ineffizient einschränkt.

Genau diesem Anspruch auf Qualität im Sinne des Verbraucherschutzes kommt die DGfB (Deutsche Gesellschaft für Beratung) nach, deren Mitglied neben 21 anderen einschlägigen Verbänden sowohl der BVPPT (Berufsverband für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie e.V. / Professional Association for Counseling, Education & Psychotherapy e.V. (BVPPT e.V.), gegründet 1986) als auch die DGSv (Deutsche Gesellschaft für Supervision & Coaching e.V.) sind, beides Gründungsmitglieder der DGfB. Sie entwickelte Standards für Beratung, die Kund*innen unterstützen, qualifizierte Berater*innen, also u.a. auch Supervisor*innen, mit den erforderlichen Kompetenzen und Qualifikationen zu finden.

Diese DGfB-Synopse: Auf dem Weg zu professioneller Beratung: Ein Überblick über die Weiterbildungsangebote der Mitgliedsverbände der DGfB findet sich hier: https://dachverband-beratung.de/dokumente/DGfB_Synopse_2017.pdf

So war vielleicht vor zehn Jahren noch nachvollziehbar, dass ausschließlich Supervisor*innen, die nachweislich Mitglied der DGSv waren, die geforderte Qualität versprachen. Doch Zeiten verändern sich, und im Jahre 2021 bieten sowohl der BVPPT als auch die DGSv wie auch weitere einschlägige Mitgliedsverbände der DGfB die geforderten Kom-

petenzen bzgl. professioneller Supervision. Diese Tatsache ermöglicht, dass jede*r zukünftige Supervisor*in eine professionelle Ausbildung zur Supervisor*in wählen kann, die zur eigenen fachlichen und persönlichen Ausrichtung passt.

Der BVPPT-Vorstand unterstützt gerne Counselor Supervision grad. BVPPT mit einem entsprechenden Schreiben, sollte ein Kunde auf die Mitgliedschaft der DGSv verweisen (bitte diesbezüglich Kontakt unter kontakt@bvppt.org aufnehmen).

UND nicht zuletzt ist es doch allseits bekannt, dass neben den fachlichen Kompetenzen auch die „menschliche Chemie“ stimmen sollte.

Insofern gönnen wir doch unseren Kund*innen auch möglichst viele Möglichkeiten, um die passende Supervisor*in zu finden, egal welchem Mitgliedsverband der DGfB diese*r angehört.

Angela Keil

Counselor Supervision grad. BVPPT
Coach ISO/IEC 17024
www.aude-counseling.de

Funktionen

- Selbständige Counselor Supervision, Coach, Moderatorin und Trainerin in der Erwachsenenbildung
- Gründerin von Aude! Counseling und Wirtschaftsmediation
- Vorstandsmitglied des BVPPT e.V.
- Staatl. anerkannte Diplom Sozialpädagogin

Originäre und kreative Supervision

Inhalte und Standards der Weiterbildung zum Counselor Supervision grad. BVPPT.

Die Ausbildung zur Supervisor*in grad. BVPPT kennzeichnen neben allgemeingültigen Qualitätsstandards insbesondere eine dialogische Haltung (Beratung und Supervision als Begegnungsereignis; Menschenbild der Humanistischen Psychologie) und auf diesem Hintergrund – kommunikative Kompetenz. Unser „Methoden integrativer“-Ansatz unterstützt die Entwicklung unverwechselbarer originärer Supervisions- und Coachingansätze und -stile.

Die Haltung des Counselor Supervision grad. BVPPT

basiert auf dem positiven Menschenbild der Humanistischen Psychologie. Jeder Mensch wird als entscheidungsfähige und ihre Umwelt gestaltende und handelnde Personen wertgeschätzt und als solche ernst genommen.

Wesentliche Kennzeichen dieser Haltung sind:

- Wertschätzung und Respekt
- Anerkennung und Stärkung der Ressourcen und der Ressourcenvielfalt
- Neutralität und Allparteilichkeit gegenüber Personen und Ideen
- Flexibilität (Anpassung des methodischen Handelns an den Auftrag der Kund*innen),
- Lernen und Lehren in allen Rollen (Kund*innen und Counselor lernen voneinander)
- Partnerschaftliche Verantwortungsbereitschaft (Arbeiten auf Augenhöhe)
- Verbindlichkeit und Vertraulichkeit
- Authentizität

Persönlichkeitsbildung

Nur wer sich selber und die eigenen Themen gut kennt, kann auch andere Menschen als Counselor qualifiziert begleiten und unterstützen. Die Persönlichkeitsbildung und somit die Identitätsentwicklung und -schärfung als Counselor Supervision sind Schwerpunkte in der vierjährigen Ausbildung zum Counselor Supervision grad. BVPPT.

Entwicklung besonderer Angebote an die Kund*innen:

- 1 Förderung von
 - innovativem Denken und Handeln
 - konstruktiver Kommunikation
 - kreativen Potentialen
 - individueller, sozialer und beruflicher Kompetenz
- 2 Zur Verfügungstellung eines breiten methodischen Repertoires und erlebniszentrierter und kreativitätsfördernder Verfahren
- 3 Verbindung von Bildung und Beratung und Selbstklärung

Supervision grad. BVPPT ist keine wertfreie Arbeit. Sie will etwas bewirken; sie ist ihrem Wesen nach eine spezielle Ausprägung politischer Arbeit. Da sie Bewusstheit trainiert und Verstehen fördert, schafft sie Voraussetzungen zu mehr Handlungsmöglichkeiten, zur Klärung von Strukturen, zur Emanzipation in Arbeitsbeziehungen, zum Dialog und zur Veränderung in Organisationen und Gesellschaft.

Angela Keil

in Zusammenarbeit
mit dem SVC-Team IHP*Institut
für Humanistische Psychologie e.V.

Neues aus dem Arbeitskreis des BVPPT

„Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention“

Es ist schon zur Routine geworden, dass die Mitglieder des Arbeitskreises regelmäßig ganz selbstverständlich virtuell tagen, um ihre gesetzten Ziele für 2021 zu erreichen (*wir berichteten im Counseling Journal Winterausgabe 2020*). Da hat die Pandemie uns ein gutes Übungsfeld für virtuelles Arbeiten ermöglicht. Nach wie vor versuchen wir, Counseling als Präventionsmaßnahme zu etablieren und in den relevanten Kreisen bekannt zu machen und entsprechende Akzeptanz zu erhalten.

Dabei verfolgen wir drei Handlungsstränge, um Counseling weiter sichtbar zu machen:

- 1 Wir schreiben Leserbriefe und Artikel zu verschiedenen Counseling-Themen und versuchen sie in Zeitungen zu platzieren, was in Eschweiler auch schon mehrfach gelungen ist.
 - 2 Weiterhin versuchen AK-Mitglieder, Counseling-Konzepte bei der „Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP)“ zertifizieren zu lassen.
 - 3 Wir knüpfen weiter persönliche Kontakte zu Politiker*innen auf kommunaler und höheren Ebenen.
-

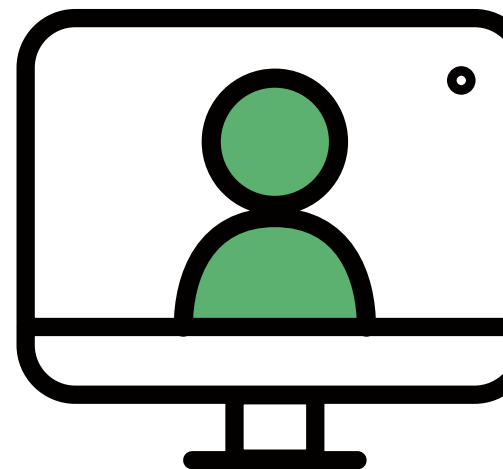
Machen auch Sie und Ihr als Mitglieder des BVPPT mit. Jede*r von uns kann Counseling weiter verbreiten, indem persönliche Kontakte zu relevanten Akteur*innen genutzt werden.

Weitere Informationen finden alle Mitglieder auf unserer Homepage im Mitgliederbereich unter BVPPT Arbeitskreis.

Ansprechpartnerinnen für den Arbeitskreis sind

Angela Keil
a.keil@bvppt.org

Christina Pollmann
c.pollmann@bvppt.org



Jahrestagung 2021 in 3-G!



Gelungene Organisation

Den Vorstandsfrauen ist es gelungen, trotz erheblicher Hürden einen angenehmen räumlichen, technischen, kulinarischen und kulturellen Rahmen für diese Jahrestagung zu schaffen.

Neu war das Gustav-Stresemann-Institut in Bonn; neu war auch die Hybrid-Form der Teilnahme: Wir im Saal und einige Kolleg*innen draußen in der Welt, in Kamerun und Nord-Rhein-Westfalen! Dank der technisch bestens aufgestellten Referentin und ihren Assistent*innen an Kamera, Bildschirm und mit Mikro konnten die Zugeschalteten am Tagungsgeschehen (außer den Pausen/-Snacks!) teilhaben und sich einbringen.

Ein vertrautes und geschätztes Element der Tagungen war dabei: der Büchertisch, bestens ausgestattet, flexibel nutzbar dank Matthias Ohler vom Carl Auer Verlag!

Großartige Referentin und Thema

Liane Stephan hat das Tagungsthema „Präsenz und Neugierde – Qualitäten für eine innovative Kultur“, „Achtsamkeit – die Schlüsselkompetenz für die innere Transformation“ hochkompetent und kurzweilig vermittelt. In einem gut verständlichen Wechsel von wissenschaftlichen Ausführungen, alltagstauglichen Ansätzen für Privatleben und Counselor-Praxis sowie praktischen Übungen zur Selbstreflexion, in Klein- und Großgruppen hat sie uns aus der „VUKA-Welt“** charmant und eindrucklich zu unseren persönlichen Ressourcen und deren Nutzung im Alltag geführt. Es gab ausreichend Gelegenheit, uns mit unseren Counselor-Erfahrungen und unserem Wissen einzubringen sowie mit dem präsentierten Konzept von Liane Stephan zu verbinden.

*** Die Tagungsunterlagen und die Anleitungen zu den Erfahrungsübungen werden auf der BVPPT-Website im Mitgliederbereich zur Verfügung gestellt; die Dichte der Informationen und des Erlebens würde den Rahmen dieses Berichtes sprengen!*

Geschenke

Das größte Geschenk war selbstverständlich die Chance, leibhaftig unter Kolleg*innen sein zu können und den fachlichen – aber vor allem auch – informellen Austausch ausgiebig pflegen zu dürfen (natürlich unter Einhaltung der gebotenen Hygiene-Regeln).

Ein weiteres Geschenk war, sich im kulturellen Teil am Freitagabend, von der Terrence Ngassa Band zu ausgelassener Stimmung und – wer sich nicht zurückhalten konnte (!) – zum ausgiebigen Tanzbeinschwingen animieren zu lassen.

Darüber hinaus wurden die Anwesenden mit neugestalteten Tagungsmappen und einer hübschen BVPPT-Tasse überrascht. Die Entwicklung der neuen graphischen Selbstdarstellung des Berufsverbands konnten die online-verbundenen Kolleg*innen bereits vor einigen Wochen mitverfolgen.

Fazit

Es war eine rundum geglückte Veranstaltung, die die Versprechen der Einladung mehr als gehalten hat!

Diese – umständehalber erst – 34. Jahrestagung fiel auf den 35. Geburtstag des BVPPT: Diese starke gewachsene Gemeinschaft kann stolz auf ihre ausdauernde, nachhaltige Tragfähigkeit schauen und mit Zuversicht in die Zukunft blicken. Das Angebot, sich zu verbinden und verbunden zu bleiben – auch in schwierigen und wandelnden Zeiten –, wird konsequent in greifbarer und virtueller Form aufrecht gehalten.

Lest den Newsletter, schaut auf die Internetseite und erfreut Euch an diesem Counseling Journal!

Mit einem herzlichen Dankeschön

Christel Klapper

BVPPT Ländervertretung Luxemburg

Zu Besuch bei ...



... ZOOM, Teams, Webex, Edudip und all den anderen!

BVPPT goes online –
ein Rückblick von März 2020 bis Herbst 2021

Dieser Artikel soll nicht beginnen mit „im Zuge der Pandemie“ oder „Coronafolgen“! Ein alternativer Vorschlag: Unendliche Möglichkeiten. Wir schreiben das Jahr 2021 und dies sind die Abenteuer einer stetig wachsenden Community von Counseloren, die sich auf den Weg gemacht haben, um fremde Tools zu erforschen, attraktive Formate und neue Kommunikationskanäle.

Die Beschäftigung mit all dem, was bis zu diesem Zeitpunkt (Spätherbst 2021) immer noch unter dem Label „neu“ laufen darf, steht bereits seit vielen Jahren an. Nur als Beispiel aus jüngerer Zeit: 2017 ging es auf der Tagung des Nationalen Forums Beratung in Bildung, Beruf und Beschäftigung nfb, der BVPPT ist hier übrigens Mitgliedsverband, um „Digitale Beratung – Chancen, Risiken, Anforderungen“. Im Mittelpunkt standen Themen wie digitale Bildungsberatung oder auch sehr speziell „KI-basierte Avatare als empathische Trainingsbegleiter im Selbstlernprozess“. (Dies ist immer noch Zukunftsmusik!) Ende Januar 2020 hatten wir im BVPPT Prof. Dr. Martina Hörmann im Rahmen der BVPPT Mitgliederversammlung zu Gast, die uns einen kompakten Einstieg ins Blended Counseling ermöglicht hat. Was uns zum damaligen Zeitpunkt noch nicht klar war: Der Beitrag von Frau Professorin Hörmann hat die Brücke geschlagen in eine sehr nahe Zukunft.

Wie ist vor März 2020 dem Themenbereich Digitalisierung begegnet worden in unserem Feld? Pauschal lässt sich das sicher nicht sagen, aber ich behaupte an dieser Stelle einmal gewagt: auf einer Skala von exotisch bis gebräuchlich und von nutze ich nie bis nutze ich alltäglich bewegten sich viele Counselor Anfang 2020 noch eher im Bereich:

exotisch/ nutze ich selten, höre ich mir gerne mal an, aber damit beschäftige ich mich intensiv, wenn mal Zeit ist (Also: später.). Sicherlich gibt es auch all diejenigen, die sich bereits seit vielen Jahren mit digitaler Beratung beschäftigen. In diesem Beitrag geht es eher um die große Gruppe der Beratenden, die sich Mitte März auf einmal in den digitalen Raum geschleudert fühlten.

Der Lauf der Geschichte hat für einen Boost gesorgt. Phasen können wir nur in Hinblick auf unsere Verbandsaktivitäten beschreiben und einbeziehen, was wir auch aus anderen Verbänden und Organisationen erfahren haben.

Im ersten Moment der allgemeinen Orientierung waren viele Menschen tatsächlich eher mit sich selbst beschäftigt. Es ging im März 2020 um Fragen der Existenzsicherung und allgemein um Information. Auf den Homepages der Verbände haben wir versucht, die relevanten Infos zur Verfügung zu stellen. Auf die Frage „was brauchen die Counselor JETZT?“ stand bereits das Thema DSGVO-Absicherung und Vermittlung von digitalem Knowhow im Raum, Priorität hatten aber knallhart Links zu Hilfe-Seiten, zu Hygienemaßnahmen und Länderbestimmungen.

Etwa ab April und Mai 2020 wurde die Community der Counselor zunehmend neugierig: Was ist möglich im digitalen Raum? Und wenn wir uns Möglichkeiten vorstellen: Wie kann das umgesetzt werden? In dieser Phase des Aufbruchs, um dies einmal so zu nennen, machten viele Counselor mutig erste Gehversuche und in der ersten BVPPT-Online-Woche „Counselor für Counselor“ Ende Mai 2020 war das gemeinsame Ausprobieren

großes Thema. Es sei noch einmal dokumentiert: In 20 Veranstaltungen auf Zoom, Edudip oder Teams schalteten sich knapp 170 Teilnehmende zu aus insgesamt sechs Ländern. Was da bereits Hoffnung machte: Es hat Spaß gemacht! Und nach den Rückmeldungen funktionierte nur zweimal eine Einwahl nicht. Die Stimmung war geprägt von Aufbruch, auch natürlich von leichter digitaler Verzweiflung, die aber oft mit der Unkenntnis der Funktionsweisen zusammenhing und gemeinsam gut bewältigt werden konnte. Das Internet ist nicht kaputt gegangen in dieser Woche! Eine große Hürde war in dieser Zeit die Unsicherheit gegenüber der Technik. Im Frühling 2020 erfolgten die Einwahlen zu einer digitalen Veranstaltung sehr früh, die Räume wurden oft bereits eine halbe Stunde vor dem eigentlichen Start geöffnet und die Moderator_innen hatten dann viel zu tun, bis alle Teilnehmenden mit Bild und Ton dabei sein konnten, was aber in der Regel gelang.

In 20 Veranstaltungen auf Zoom, Edudip oder Teams schalteten sich knapp 170 Teilnehmende zu aus insgesamt sechs Ländern.

Ab Herbst 2020 wurden die Fragen konkreter: Wie kann Counseling online gelingen? Mit Katrin Große und Leonie Höckbert begleiteten uns zwei Expertinnen für digitale Formate und stellten ein genau auf die Fragen der Counselor abgestimmtes

Programm zusammen, dass uns auf zwei Fachtagen im November 2020 und März 2021 abholte: „Beratung und Beziehung Digital: verstehen, entdecken, gestalten“ und „Nähe durch Distanz“ standen im Fokus. Diese Fachtage waren im BVPPT der Brückenschlag ausgehend von der reinen Technikfrage hin zur Fokussierung auf Counseling im digitalen Raum. Dieser rote Faden wurde in den Sommerveranstaltungen 2021 weitergesponnen: Die Ländervertretung Luxemburg war federführend beim Fachtag „Counseling trifft Züricher Ressourcen Modell“. Die Ländervertretung Österreich begleitete die Counselor im Rahmen einer Fachtagung der OÖ Lebens- und Sozialberater_innen, wo alle BVPPT Counselor im Sinne unserer Koope-

ration mit der Wirtschaftskammer WKO eingeladen waren. Das Thema „Humor und Provokation in der Beratung“ stand hier auf der Tagesordnung.

Fachtage über Ländergrenzen hinweg mit viel Input und Übung, Begegnung. Wie lässt sich die Stimmung beschreiben? Auch hier nur als Momentaufnahme: Im Sommer 2021 konnte man eine Einwahlsequenz von etwa einer Viertelstunde vor dem Start beobachten. Die teilnehmenden Counselor waren gelassener in Bezug auf die Technik. Das Interesse galt wieder mehr den Themenbereichen, allerdings immer mit der Begleitfrage versehen: „Wie lässt sich das abwechslungsreich und sinnvoll online machen?“ Die Stimmung war gut, neugierig, wach und begeistert!

Diese Highlights im digitalen BVPPT-Kalender wurden in der gesamten Zeit flankiert von viel Austausch im digitalen Counselor-Zirkel, in den Videocalls des Arbeitskreises „Counseling als Maßnahme der Gesundheitsprävention“ und natürlich in den Zoom-Meetings des BVPPT-Vorstands. Auch am Beispiel des Counselor Zirkels, der offenen Runde, zu der in den Newslettern eingeladen wird, ist ein Shift spürbar. Angekommen im digitalen Miteinander geht es nun um inhaltliche Schwerpunktsetzung. So zum Beispiel um das Thema Klimapsychologie, das die Kollegin Barbara Funk im Herbst 2021 initiativ eingebracht hat!

Neu hat im Mai 2021 ein Format begeistert, in dem Netzwerken und Input gleichermaßen angeboten werden „Counseling kompakt – Netzwerktreffen für graduierte Counselor (BVPPT) und Studierende im Masterstudiengang Beratung Mediation Coaching an der FH Münster“. Ein Format, dass nach der guten Resonanz 2022 fortgesetzt werden wird!



Die BVPPT Mitgliederversammlung 2021 schließlich, die nach Verschiebung und vielen Diskussionen als digitale MV im Mai 2021 stattgefunden hat, ist glücklich und hat im Vergleich eine deutlich größere Teilnehmerinnenzahl verzeichnet als die Mitgliederversammlungen der letzten Jahre in Präsenz. Dies nehmen wir im Moment im Vorstand als Votum für weitere Mitgliederversammlungen digital.

Die Zeit von März 2020 bis Winter 2021 war und ist geprägt von ganz gegensätzlichen Gefühlen: Neugier auf neue Formate und digitale Räume und Verzweiflung über die Technik. Lust auf online Kontakt über weite Distanzen, ohne lange Anfahrt und Aufwand und Sehnsucht nach dem persönlichen Kontakt. „Bin ich drin?“ trifft auf „bin ich wirklich dabei?“ und „Seht ihr mich?“ auf „Nehmt Ihr mich wahr??“

Was mich beschäftigt: Die Digitalisierung verläuft nicht so einfach und glatt, wie es klingen mag, wenn man von solch einer Vielfalt an gelingenden Veranstaltungen berichten kann. 2020 ging es in Videocalls überaus offen zu: „Ich weiß nicht, wie das geht!“ gaben viele Nutzer_innen gerne zu. Dieses Zeitfenster schließt sich langsam. In Meetings und Events erfolgt die Einwahl mittlerweile häufig als Punktlandung. Wir dürfen aber diejenigen, die sich jetzt auf den digitalen Weg machen, nicht vergessen! Die Offenheit des Jahres 2020 gilt es noch über eine lange Distanz zu erhalten, als Einladung an all jene, die sich jetzt zum ersten Mal einwählen und mitmachen. Die Betonung liegt hier nicht auf „zum ersten Mal“, sondern auf dem MITMACHEN! Denn im Moment entscheidet es sich, wer weiterhin mitmacht, oder sich durch Vermeidung und Ausschluss der digitalen Möglichkeiten ins Aus manövriert. Unser BVPPT-Impuls aus dem September – Newsletter, sich für „Online-Trainings-Tandems“ zu melden, ist kaum auf Resonanz gestoßen. Sind alle Counselor mittlerweile digital selbstverständlich unterwegs? Besteht kein Bedarf mehr am gemeinsamen Ausprobieren und Lernen? Chapeau. Wer allerdings noch Lust und Bedarf hat, der Kanal ist noch offen: kontakt@bvppt.org Betreff: TANDEM.

Meine Beobachtung: Wenn es um Beratung und Training im digitalen Raum geht, werden in Deutschland oft zwei Stimmen laut: „Geht nicht!“ und „DSGVO!“

Meine Meinung: Das eine stimmt nicht und das andere ist ein zu beachtendes und zu bearbeitendes Thema, nicht mehr und nicht weniger. Das Gelingen von Kooperation im Digitalen hängt sehr unattraktiv von der eigenen Haltung ab. Ein „Geht nicht!“ lässt sich wunderbar umsetzen, wenn ich dem Miteinander online von vornherein keine Chance gebe. Andererseits fördern Neugier und Mut zum Experiment und das JA! zu digitalen Werkzeugen den digitalen Brückenschlag. Der Spirit kann sich auch von Kachel zu Kachel übertragen.

Die Zeit und die Welt lassen sich nicht zurückdrehen. Digitale Angebote werden sich im Sinne des Blended Counseling in Kombination mit Präsenzangeboten etablieren und bleiben. Zielrichtung ist nicht eine Zeit, in der wir die Tastaturen wieder fallen lassen. Wir gehen in eine Zeit, in der diese leidige Diskussion um die Grenzen der Digitalität bestimmt ihren Platz hat, aber die Machbarkeit, die Chancen und das Entwicklungspotenzial muss im Mittelpunkt stehen.

Counseling ist eine besondere Form der Beratung mit besonderen Grundlagen, der Betonung von Nähe und Mitgefühl. Um es kurz zu machen: All das geht auch online. Der BVPPT ist hier gut aufgestellt. Unendliche Möglichkeiten – präsent und digital!

Christina Pollmann

Vorstand BVPPT

Neues aus dem Verbandsleben



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

TEL +49 2403 83 90 59

MAIL kontakt@bvppt.org

WEB www.bvppt.org

34. Jahrestagung

Arbeitspapiere
Liane Stephan

abrufbar im Mitgliederbereich
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

Mitglieder- versammlung mit Wahlen und Vorprogramm

online
am 28. Januar 2022

Einladung und Zugangslink
werden zugeschickt

Visitenkarten für BVPPT-Mitglieder

über bvppt.org
schnell und komfortabel
zu bestellen

• Infos •

Neuigkeiten, Fotos,
weitere Termine
und Texte unter
bvppt.org

Gesucht werden Counselor

als ExpertenInnen für ein Forschungsprojekt zum Thema:
Entscheidungsfindung im Setting der Beratung.

Obwohl Entscheidungsfindung (Judgment and Decision-Making) ein sehr großes, aktives Forschungsfeld ist, gibt es wenige aktuelle Erkenntnisse über den assistierten Entscheidungsprozess im Rahmen einer Beratung oder ähnlichen Settings. Dies ist hinderlich, da zum einen der gefühlte Leidensdruck der KlientInnen nicht gerecht gewürdigt und zum anderen die Professionalisierung des Counselings geschwächt wird. Ziel der Forschungsarbeit ist es daher, dass Erfahrungswissen der Counselor zusammenzutragen, neue Erkenntnisse zu gewinnen, die Forschungslücke zu füllen und auf diese Weise die

Beratungspraxis zu verbessern. Die Studie wird von Friederike Fliedner, wissenschaftliche Mitarbeiterin der FH-Münster und BVPPTlerin durchgeführt.

Gesucht werden:

Counselor zur Durchführung von Interviews mit ca. 45 Minuten Länge (ggf. digital).

Interessierte sollten entweder mindestens fünf Jahre Beratungspraxis haben oder in einem Tätigkeitsfeld mit besonderem Fokus auf Entscheidungskonflikten arbeiten.

Die Daten werden nach der Erhebung anonymisiert.

Von Counselor für Counselor für eine bessere Counselingwelt!

Und selbstverständlich stehen wir für unsere Mitglieder per E-Mail (friedner@posteo.de) oder Telefon gerne zur Verfügung.

Friederike Fliedner

Counselor grad. BVPPT
FH Münster

Die Vielseitigkeit eines O-Balls

Spielzeuge und Bastelsachen werden gerne vom Counselor in seiner Tätigkeit genutzt. Seien es Schleichtiere zur Systemaufstellung, Verkehrsschilder zum Themeneinstieg oder Figuren aus Gesellschaftsspielen zur Positionierung auf einem Zeitstrahl. Dass ich allerdings mal den heiß geliebten O-Ball meines Sohnes zweckentfremden würde, damit habe ich nicht gerechnet. Aber da saß ich nachmittags im Kinderzimmer, knetete an dem O-Ball herum und war fasziniert davon, wie das Material immer wieder in seine Form zurücksprang. „Ganz schön widerstandsfähig!“, dachte ich. Für alle, die sich nun gar nichts darunter vorstellen können: Ein O-Ball ist eine Kunststoffkugel mit Gitterstruktur, die flexibel ist und, egal, wie sehr er geknetet wird, immer wieder in seine ursprüngliche Form zurückspringt. Also ein perfektes Symbol, um Resilienz, die seelische Widerstandsfähigkeit, zu verdeutlichen.

Und schon war ich mitten im kreativen Prozess. Was kann man damit denn noch machen? Wo lässt sich ein O-Ball außerdem einsetzen? Ein Gedanke war, den Ball für Kooperationsspiele zu nutzen. Mit Schnüren versehen, kann der Ball in Teamarbeit über einen Flaschenhals gestülpt werden. Mit in den Ball gesteckten Gegenständen lässt sich der Schwierigkeitsgrad erhöhen. Je nach Größe des Balls können Murmeln, Steine oder auch Deckel von Babygläschen o.ä. benutzt werden. Fallen die Gegenstände heraus, muss von vorne begonnen werden. Der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Eine weitere Möglichkeit ist, in den Ball dünne, aneinandergedrehte Tücher zu stecken und ihn als Reflexions- oder Themeneinstiegsmethode zu nutzen. Hierfür, wie oben beschrieben, Tücher oder ein dickeres Seil im Ball verstauen. Der Ball wird an ein Team-/Gruppenmitglied weitergegeben mit einer Fragestellung, die das Mitglied beantwortet. Nach Beantwortung der Frage wird der Ball an das nächste Gruppenmitglied weitergegeben, aber das Ende des Tuches oder des Seils festgehalten. Damit ein schönes Netz entsteht, macht es Sinn, dass der Ball nicht im Kreis weitergegeben wird, sondern kreuz und quer.

Die Raffinesse des Balls liegt in seinem leichten Gewicht und der Tatsache, dass er auch in die kleinste Ecke der Materialtasche geknautscht werden kann, ohne kaputt zu gehen. Dies macht ihn zu einem genügsamen Begleiter in der mobilen Arbeit. Durch die unkomplizierten Transportmöglichkeiten kann er auch gut mal auf Verdacht mitgenommen werden, ohne viel Platz in Anspruch zu nehmen. Neben dem O-Ball meines Sohnes habe ich nun meinen Eigenen, den ich zu Teamtrainings und Jugendveranstaltungen mitnehmen kann. Und wer weiß, vielleicht fällt jemand anderem ja noch eine weitere Nutzungsmöglichkeit ein?

Alina Bieger

Counselor grad. BVPPT
 Personenzentrierte-Systemische Beraterin
 Sozialarbeiterin BA
 Selbstständiger Counselor

Online-Tools



Kreativ, kollaborativ, datenschutzkonform

Wer im Präsenzsetting auf unterschiedliche (z. B. kunsttherapeutische & systemische) Methoden und Medien zurückgreift, der möchte dies sicherlich auch im Online-Setting nicht missen. Nachfolgend werden daher einige exemplarische Tools vorgestellt, mit deren Hilfe Counseling-Prozesse synchron wie asynchron, im Einzel- wie Gruppen-setting, in Distanz oder digital angereicherter Präsenz unterstützt werden können. Hierbei orientiere ich mich an einigen typischen Phasen eines Counseling-Prozesses.

Kontakt & Kontrakt

Wenn es darum geht, sich kennen zu lernen & kundig zu machen, Anlass & Auftrag zu klären und die Arbeits- & Vorgehensweise zu besprechen, empfehle ich den Fokus auf das Gespräch zu richten, damit die Technik keinen (unnötigen) Nebenschauplatz aufmacht und sich Counselor und Klient:in aufeinander einlassen können. Hierbei sollten wir immer wieder direkt in die Kamera blicken, damit sich unser Gegenüber auch wirklich gesehen fühlt. Die Kamera sollte so positioniert sein, dass wir einander auf Augenhöhe begegnen und nicht von unten oder oben schauen. Der Abstand zur Kamera sollte 80 bis 100 cm betragen, damit nicht nur unser Kopf zu sehen ist, sondern wir auch in einem sichtbaren Bildausschnitt gestikulieren können. All dies schafft Nähe und Vertrauen und überbrückt die räumliche und soziale Distanz zu unseren Klient:innen.

Mehr Methoden & Tools

Sawatzki, Mundelsee,
Hoffmann, Lambeck (2021):
50 Coachingkarten Online-Coaching.
Das Methodenset für digital gestützte
Beratung. Weinheim: Beltz.

Check-In & Warm-Up: digitaler-stuhlkreis.de

Zum Einstieg in eine Session kann der digitale Stuhlkreis verwendet werden, um fragengeleitet eine lockere Gesprächsatmosphäre aufzubauen und kommunikative Hemmschwellen zu minimieren. Auch für andere Phasen im Counseling kann der digitale Stuhlkreis mit seinen verschiedenen Fragensets eingesetzt werden.

Themen & Anliegen: metroretro.io

Wenn es darum geht, mögliche Besprechungspunkte zu sammeln, zu kategorisieren und auszuwählen, kann der Counselor dies mithilfe der virtuellen Post-its auf Metroretro tun. Für andere Phasen und Zwecke hält das Tool zahlreiche Vorlagen bereit.

Problem & Lösung: coachingspace.net

Für den eigentlichen Counseling-Prozess bieten sich u. a. das Systembrett von Kurt Ludewig und Ulrich Wilken, die Landkarten der Befindlichkeiten von Antonia Klein-Nikolaidis oder das Innere Team von Friedemann Schulz von Thun an, welche allesamt als digitales Pendant im Coachingspace existieren.

Handlungsplanung & Vorsatzbildung: mailnudge.de

Zum Abschluss einer Sitzung oder eines längeren Prozesses kann der/die Klient:in dazu angeregt werden, sich selbst eine E-Mail in die Zukunft zu schreiben. Dabei definiert man selbst, wann die E-Mail zugestellt werden soll, und verfasst dann einen Brief an sein zukünftiges Ich.

Dennis Sawatzki

* 1983

Counselor grad. BVPPT | Supervisor (DGSv)
Greentrainer für Kooperatives Lehren, Lernen
und Leiten, wissenschaftlicher Mitarbeiter
an der Uni Kassel (Institut für Psychologie)

Die Göttinnen in uns wollen Tanzen

Selbstfürsorge üben und Neues auf den Weg bringen in Zeiten der Pandemie

Resilienz ist die Fähigkeit, gestärkt aus einer Krise hervor zu gehen. Dies ist besonders im Rahmen der Corona-Pandemie eine große Aufgabe für uns persönlich und in unserer Counselor-Tätigkeit. Fanita English ist der Überzeugung, dass wir, indem wir die Ausdrucksfähigkeit eines Menschen fördern, auch seine Resilienz stärken können.

Fanita English ist der Überzeugung, dass wir, indem wir die Ausdrucksfähigkeit eines Menschen fördern, auch seine Resilienz stärken können.

In einem Aufsatz mit dem Titel: „What Motivates Resilience After Trauma?“ schreibt Fanita English über ihr Modell der drei Triebe. In Abgrenzung zu Sigmund Freud heißen sie bei ihr: Überlebenstrieb – Ruhetrieb – Ausdruckstrieb.

Deren Funktion beschreibt sie folgendermaßen:

- Der Überlebenstrieb dient meinem eigenen Überleben.
 - Der Ruhetrieb dient meiner Regeneration durch Rückzug von den Anforderungen des Lebens.
 - Der Ausdruckstrieb dient dem Überleben meiner Spezies.
-

Fanita English stellt uns in ihrem Aufsatz ein wunderbares Bild zur Verfügung, das direkt mein Vorstellungsvermögen und meinen Gestaltungswillen angeregt hat. Die drei Triebe oder drei Motivatoren können wir uns vorstellen, sagt sie, wie drei antike Göttinnen, z. B. Artemis, Demeter und Hekate. Diese Göttinnen hatten im antiken Griechenland jede ihren klar definierten Aufgabenbereich. Also wussten die Menschen, zu wem sie beten, wem sie huldigen mussten, wenn sie ein konkretes Anliegen hatten. Diese drei Motivatoren / Göttinnen, so stellen wir uns weiter vor, sind in allen Menschen lebendig. Und sie sind in Bewegung, sie tanzen. Sie drehen sich um die eigene Achse und sie drehen sich miteinander im Kreis.

Das tun sie ganz wunderbar, solange wir alle Drei Göttinnen mit ausreichend positiver Energie versorgen, solange wir Ihnen allen gleichermaßen huldigen. Vernachlässigen wir eine, oder boykottieren wir sie gar, dann wird sie, über kurz oder lang, zu tanzen aufhören. Dadurch geraten wir aus dem Gleichgewicht.



Fanita English gibt den Göttinnen Namen und ordnet ihnen konkrete Eigenschaften, Zustände, Tätigkeiten und Gefühle zu. Die Namen der Göttinnen sind: **SURVIA – TRANSCIA – PASSIA**

SURVIA

Das eigene Überleben sichern

Empfindungen und Körperphänomene: Hunger und Durst, Schwitzen, Frieren, Unruhe, Schmerz, Rotwerden, Zittern, Stuhl- und Harndrang

Neid, Gier, Konkurrenz, Eifersucht, Arroganz, Stolz, Angst, Scham, Schuld, Trauer, Ekel, Sehnsucht,

Zuwendung, Sicherheit, Nahrung, Wünsche und Bedürfnisse, Kommunikation (insb. um etwas bitten)

Kontrolle ausüben, Macht ausüben, totstellen – kämpfen – flüchten

TRANSCIA

Regeneration durch Rückzug von den Anforderungen des Lebens

Loslassen, Ausruhen, Passivität, Schlaf, Zuflucht vor dem Alltag

Spirituelle Bedürfnisse, Meditation, Kontemplation, Entspannung, Übernatürliches, Überweltliches

Kunstsin, Eins sein mit der Natur, philosophieren, Frieden, Stille, Gelassenheit, Harmonie, Erholung

Morbidität

PASSIA

Das Überleben meiner Spezies sichern, indem ich Neues auf den Weg bringe

Selbstbestimmung, Entschlossenheit, Freiheit, Unabhängigkeit

Freude, Vergnügen und Aufregung, Humor, Spaß

Idealismus, Mut, Risikobereitschaft, Neugier und Optimismus

Ausdruck, Schaffensdrang, Kreative Leidenschaft, die Herausforderung suchen

Aufgeschlossenheit gegenüber neuen Denkmodellen und das Gefühl der Sinnhaftigkeit

Spielfreude, Abenteuerlust, Experimentierfreude, Forschergeist, Phantasie

Konventionen und Zuwendung hintanstellen, um ans Ziel zu gelangen



Nach Lektüre des Aufsatzes und meiner gestalterischen Umsetzung der drei Göttinnen habe ich mich daran gemacht, die Relevanz dieses Modells für meine Arbeit zu überprüfen:

Wie kann ich in meiner Arbeit mit Gruppen, einerseits im Ausbildungskontext und andererseits im klinischen Setting, die Kraft der drei Göttinnen für meine Kursteilnehmer*innen und Patient*innen spürbar, erlebbar und nutzbar machen? Wie kann ich sie darin unterstützen, ihre drei Motivatoren wieder in Bewegung zu versetzen, ihnen neue positive Energie zuzuführen?

Vielleicht mache ich das schon und wenn ja, wie mache ich das?

**Bewusstheit für das, was da ist:
Counselor Haltung und -Handeln**

Fanita English ist der Überzeugung, dass wir, indem wir die Ausdrucksfähigkeit eines Menschen fördern, auch seine Resilienz stärken können. Als Basis dafür versorgen wir natürlich nicht nur PASSIA mit positiver Energie, sondern auch SURVIA und TRANSCIA.

Wir schaffen einen sicheren Rahmen, fördern salutogene Kommunikation, schenken Zuwendung durch Wohlwollen und Wertschätzung und setzen nährnde und stabilisierende Impulse. Wünsche und Bedürfnisse werden als Ressourcen in den Blick genommen. Damit huldigen wir der Göttin SURVIA.

Das Überleben unserer Spezies zu sichern, indem wir jetzt gemeinsam Neues auf den Weg bringen, ist unsere Aufgabe.

Wir fördern das Loslassen und sorgen dafür, dass Menschen in friedvoller Stille ein erholsames Miteinander erleben können. Sie dürfen lernen, auch in der Gemeinschaft, zeitweise ganz bei sich zu sein. Die Arbeit an einer Gestaltung bietet z. B. die Möglichkeit zu Rückzug, Entspannung und Kontemplation. Auch Imaginationsübungen, Meditationen und Atemübungen etc. sind eine Möglichkeit, der Göttin TRANSCIA zu huldigen.

Als Counselor steht uns die Göttin PASSIA besonders nahe. Wir können sie mit positiver Energie befeuern und ihre Kraft zur Entfaltung bringen, indem wir die Ausdrucksfähigkeit eines Menschen stärken. Wir tun das, indem wir geeignete Themen setzen, passende Methoden und Materialien zur Verfügung stellen und damit ein Probe-Handeln ermöglichen. Wir geben die Erlaubnis, Spaß daran zu haben, sich auf die eigene Art und Weise auszudrücken und wir schenken viel Zeit, zu experimentieren.

Ermutigen, Bereiche zu erkennen, die beeinflussbar sind!

Meine Disziplin ist die Kunst- und Gestaltungs-therapie. Spielfreude und Phantasie kann ich fördern, indem ich den Prozess in den Fokus nehme und weniger das Ergebnis. Im Gestaltungsprozess kann selbstbestimmt und entschlossen Neues ausprobiert werden. Damit wird die Voraussetzung geschaffen, auch im Alltag mutiger, neugieriger, experimentierfreudiger zu werden. Im Counseling können wir das Kohärenzgefühl (Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Sinnhaftigkeit), das Selbstwirksamkeitserleben und eben auch die Resilienz unserer Klienten stärken.

Selbstfürsorge täglich neu einzuüben, ist in Zeiten der Pandemie notwendig. Wir können Fanitas Modell aktiv nutzen und gemeinsam mit unseren Klient*innen erforschen, wie es um die Kraft der drei Göttinnen in ihnen steht. Wir schaffen Bewusstheit für das, was trotz allem da ist und wir ermutigen, Bereiche zu erkennen, die beeinflussbar sind. Mit meinen Peers, im Seminar und dann auch mit den Patient*innen habe ich in den vergangenen Monaten erforscht, wie wir Einfluss nehmen können, indem wir lernen, gut für uns zu sorgen und indem wir unsere Ausdruckskraft stärken.

Das Überleben unserer Spezies zu sichern, indem wir jetzt gemeinsam Neues auf den Weg bringen, ist unsere Aufgabe. Fanita English hat den Holocaust überlebt. Sie ist Fachfrau in Sachen Resilienz. Fanita zu erleben, z. B. in einem Youtube-Video, schenkt mir Kraft und Zuversicht. Für mich persönlich ist sie, gemeinsam mit Pamela Levin der Leitstern unter den Transaktions-Analytiker*innen. Ihre TA-Modelle mit praktischen Übungen umzusetzen und erlebbar zu machen, ist mir eine Freude.

Quellen

www.fanita-english.com

„What motivates resilience after trauma?“

[https://www.iskopress.de/katalog/](https://www.iskopress.de/katalog/Fanita_English.html)

[Fanita_English.html](https://www.iskopress.de/katalog/Fanita_English.html)

Sigrid Röhl:

Fanita English – Ein Leben mit der Transaktionsanalyse

www.youtube.com

Present! –

The Three Drives that Motivate us with Fanita English

Ulrike Winter

* 1964

Counselor grad. BVPPT

Ergotherapeutin

Klinische Kunsttherapeutin

Lehrtrainerin und

Lehrcounselor am IHP

und der Akademie Faber-Castell

uw@beratung-und-kunsttherapie.de

„**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

Pfarrerin und Counselor

Ein gutes Team

Als Krankenhauseelsorgerin und Counselor prägt mich seit einem Jahrzehnt die spannende Herausforderung, Menschen in ihrer existentiellen Krise der Krankheit zu begleiten. Dabei ergänzen sich meine christliche Haltung mit der wertschätzenden Haltung im supervisorischen Kontext und ihren bereichernden kommunikativen Tools wunderbar. Allerdings fiel es mir nie leicht, nachhaltig die medizinischen und pflegerischen Mitarbeitenden für diese ressourcenorientierte Haltung zu begeistern. Ihr Ansatz im kurativen Krankenhaus ist naturgemäß sehr handlungsorientiert und oberste Maxime ist Effizienz.

Ich erlebe bei manchen Mitarbeitenden ein Innehalten, ein bewusstes Durchatmen bis hin zu einer bewussten Öffnung dahingehend, ab und an das eigene Tun wohlwollend zu reflektieren, sich im Team zu öffnen bis hin zu einer wertschätzenden Bewusstheit der eigenen Lebensleistung.

Leben zurückschauen, uns an schöne Momente im Kreise seiner Familie erinnerten, zog sich ein Bibelwort, das gerahmt über seinem Bett hing wie ein roter Faden durch die Trauerfeier. Wir vergewisserten uns seines Glaubens, dass Gott als guter Hirte immer an unserer Seite ist, er führt uns zu erfrischenden Quellen, ebenso stärkt er uns in den

Dann brach die Pandemie über uns herein ...

Im März 2020 erreichte mich die Nachricht, dass das Ergebnis des Coronatestes von einem verletzten Skifahrer, der in der chirurgischen Ambulanz aufgenommen worden war, sich zum allerersten Mal für unser Haus positiv herausstellte. Diese Information erhielt ich unmittelbar bevor ich die Trauerfeier für einen langjährigen Arzt in unserer Krankenhauskapelle in Anwesenheit seiner Familie, Freunde und Kollegen eröffnete. Während wir auf sein erfülltes

tiefsten Tälern unseres Lebens mit hoffnungsvoller Neuorientierung bzw. tröstet uns auf unterschiedlichste Weise aber immer hautnah. Während dieser Trauerfeier schoben sich mir die Bilder von Bergamo vor mein inneres Auge und ich erahnte, was zeitgleich auf der benachbarten Chirurgischen Abteilung passierte: Der freie Zugang ins Krankenhaus wurde sofort gestoppt, die direkt mit dem Skifahrer in Kontakt gekommenen Ärzte, Schwestern und Sekretärinnen wurden sofort isoliert und gingen in Quarantäne. Ein quälend langes Zeitfenster der Angst und Unsicherheit öffnete sich vor uns Mitarbeitenden, die ständig neuen Verordnungen raubten uns den Schlaf, der Mangel an Schutzkleidung erschütterte uns und machte hilflos und wütend zugleich.

Jetzt halte ich nach 1,5 Jahren Rückschau, ...

Neben den unbeschreiblich schlimmen Erfahrungen des absoluten Besuchsverbotes während des Lockdowns, bzw. den kaum wiedergutzumachenden Situationen des Getrenntseins im Sterben stehen mir bei näherer Betrachtung auch schöne Momente des Atemholens, des Auftankens vor Augen, sowohl was die Patienten betrifft, als auch die Mitarbeitenden im absolut routinierten medizinischen Alltag: Ich erlebe bei manchen Mitarbeitenden ein Innehalten, ein bewusstes Durchatmen bis hin zu einer bewussten Öffnung dahingehend, ab und an das eigene Tun wohlwollend zu reflektieren, sich im Team zu öffnen bis hin zu einer wertschätzenden Bewusstheit der eigenen Lebensleistung.

Was ist passiert ...

Im Gegensatz zu vielen anderen MitarbeiterInnen in Krankenhäusern wurden wir Seelsorgende als systemrelevant eingestuft und waren in der glücklichen Lage, die Prozesse im angespannten Innenraum eines Krankenhauses mit zu begleiten und auch mit zu gestalten.



Die Musik schafft einen direkten Zugang zu den Gefühlen, eine Zeit des sich Besinnens auf das eigene Leben, seine Ressourcen aber auch seine Verletzungen trifft auf den hektischen Krankenhausalltag.

Die oben genannte Trauerfeier war der letzte Gottesdienst mit Beteiligung der Öffentlichkeit. Aber aus der Not machten wir eine Tugend und seit nunmehr 1,5 Jahren gehen die Kirchenmusikerin und ich mehrmals die Woche am Abend auf die unterschiedlichen Stationen und bieten das Format „ZwischenStation“ an. Eine Stunde für Musik und Seelsorge auf unseren Stationen. Diese beenden

wir immer mit dem Lied „Der Mond ist aufgegangen“. Mitarbeitende fragen mittlerweile nach, wann wir wieder auf ihre Station kommen und freuen sich auf „ihr“ Lied, Ärzte berichten, dass sie Beruhigungsmittel an solchen Abenden reduzieren können. Der Hauch einer veränderten Stimmung schafft sich Gehör. Die Musik schafft einen direkten Zugang zu den Gefühlen, eine Zeit des sich Besinnens auf das eigene Leben, seine Ressourcen aber auch seine Verletzungen trifft auf den hektischen Krankenhausalltag.

Außerdem bieten wir auf der Grundlage des Bohm'schen Dialogs einen Erfahrungsaustausch für die Mitarbeitenden unter der Überschrift „Leben und Arbeiten unter Corona“ an, was von der Geschäftsführung voll unterstützt wird: Mitarbeitende begegnen sich wertschätzend jenseits von Richtig und Falsch. In einem geschützten und klar umrissenen zeitlichen Rahmen entstehen neue Räume der Offenheit.

Der Samen geht auf, ganz klein, ganz behutsam!

In unserem christlichen Kontext singen wir in der Erntezeit gerne das Lied: „Wir pflügen und wir streuen den Samen auf das Land, doch Wachstum und Gedeihen steht in des Himmels Hand: Der tut mit leisem Wehen sich mild und heimlich auf und träuft, wenn wir heimgehen, Wuchs und Gedeihen drauf“ (aus der ersten Strophe des gleichnamigen Liedes nach Matthias Claudius)

Auch hier geben sich die Seelsorgerin und Counselor die Hand: ist es nicht so, dass wir unseren Samen der Wertschätzung säen, wo immer wir es vermögen, aber dann braucht es auch eine Phase des Ruhens, wir haben nicht alles in unserer Hand, sondern vertrauen auf die gute Ernte.

In unserem Krankenhaus sind kleine Sprösslinge auszumachen: manche Mitarbeitende haben sich anstecken lassen und wirken hin auf eine andere Kultur und Haltung im Kontext ihrer Arbeit, besonders auch im ethischen Bereich. Mein Vertrauen, meine Hoffnung, dass wir diese Kultur implementieren ist gerade sehr gestärkt. Hat es diese Entwicklung nun trotz Corona oder vielleicht durch diese Erfahrung der Pandemie gegeben?

Ich erlaube mir kein abschließendes Urteil, denn alles ist im Fluss.

Und neben der Pandemie hat es noch weitere erschütternde Katastrophen speziell in unserer Hemisphäre gegeben. Menschen sind aufgerüttelt, teilweise traumatisiert und gezwungen worden, ihr Leben neu zu gestalten. Aber wir können auch überall erkennen, wie Menschen verstärkt Verantwortung für andere tragen. Eines ist sicher: in allen Katastrophen gibt es auch viele kleine und große Hoffnungsgeschichten zu entdecken. Auf dass wir diesen die Chance geben zu keimen und sie dabei gut nähren und unterstützen mit unseren Angeboten der Begleitung, die sehr unterschiedliche Ausrichtungen haben, aber alle getragen sind von der Haltung des Respektes und der Wertschätzung.

Astrid Klumb

* 1966

Evangelische Pfarrerin
und Krankenhauseelsorgerin
Counselor/Supervision

Wer viele Hasen jagt, fängt letztlich keinen

Anleitung zum Hasenfang

Ein Virus, das die gesamte Welt lahmlegt? Eine Flutkatastrophe in Deutschland? Menschen trotz langer Vorwarnung nicht aus einem Taliban-besetzten Land retten können? Undenkbar!

Was auf globaler Ebene in Rekordzeit von Unvorstellbarkeit zu entsetzlicher Realität geworden ist, begegnet uns im Counseling genauso in lokalen und sehr persönlichen Dimensionen: In dem als gesichert betrachteten Arbeitsumfeld startet der Kollege eine Mobbing-Kampagne und zieht damit der gemobbten Person den Boden unter den Füßen weg. Der Ehepartner teilt aus dem gefühlten Nichts heraus den Umzug in eine neue Partnerschaft und das Ende der Ehe mit. Aber auch eine überbordende, ständig steigende Arbeitslast und die damit verbundene Überforderung und Verzweiflung, der Lage nicht mehr Herr zu werden, gehören dazu.

Die globale und die lokale Dimension haben eins gemeinsam: sie lösen in den Betroffenen ein Gefühl absoluter Hilflosigkeit aus.

liger Wut führt häufig zu erheblichen Zweifeln an der Welt, sich selbst und im Ergebnis zu Verzweiflung und Handlungsunfähigkeit.

Die globale und die lokale Dimension haben eins gemeinsam: sie lösen in den Betroffenen ein Gefühl absoluter Hilflosigkeit aus. Die gefühlte Erkenntnis des völligen Ausgeliefertseins ohne jegliche Einflussmöglichkeit gepaart mit Ohnmacht und unterschwel-

Im Counseling kann es in einer solchen emotionalen Lage hilfreich sein, dem gefühlten Chaos des Klienten mit dem Angebot des Ordners zu begegnen. Ordnen bedeutet Struktur geben. Struktur wiederum erfüllt das Bedürfnis nach Sicherheit des Klienten. Das eigene strukturierte Vorgehen des Counselors vermittelt dem Gegenüber bereits ein Gefühl von Sicherheit. Der Beratungsprozess ist gut im Griff und ermöglicht so auch den Vertrauensaufbau bzw. die Vertrauensstabilisierung zwischen Counselor und Klient.

Fühlt sich der Klient von den auf ihm lastenden Aufgaben erdrückt und findet er – wie häufig – keinen geeigneten Ansatzpunkt mehr den Aufgabenberg zu bewältigen, kann man sich als Counselor eine klassische Methode aus dem Bereich des Zeitmanagements zu Nutze machen: Das Eisenhower-Prinzip, benannt nach dem gleichnamigen, ehemaligen US-Präsidenten. Hier werden Aufgaben nach Wichtigkeit und Dringlichkeit unterteilt.



Aus der Einordnung in eine Vierfeld-Matrix bestehend aus:

A-Aufgaben:

wichtig + dringend

B-Aufgaben:

wichtig, nicht so dringend

C-Aufgaben:

dringend + nicht so wichtig

D-Aufgaben:

weder dringend noch wichtig

ergeben sich die Handlungsanweisungen:

A-Aufgaben:

sofort und selbst erledigen

B-Aufgaben:

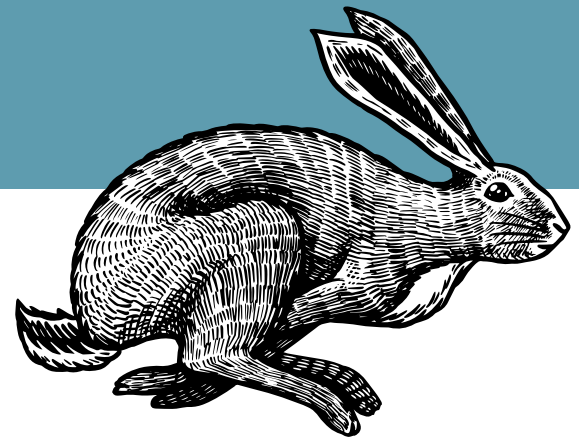
einen Termin geben

C-Aufgaben:

delegieren (Alternativ: Effizienz erhöhen)

D-Aufgaben:

ab in den Papierkorb



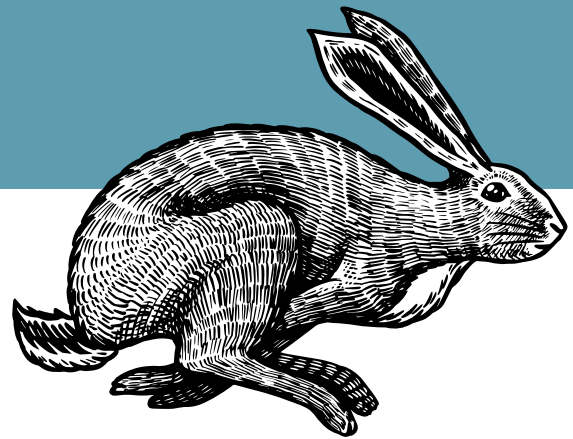
Die Wirkweise sei an folgendem praktischen Beispiel erläutert:

Ingrid (Name geändert) ist Unternehmerin. Sie leitet seit vielen Jahren erfolgreich ihr eigenes Unternehmen im Einzelhandel und sprüht vor Energie und Kreativität. Doch der Spagat zwischen dem Wunsch nach der zeitintensiven persönlichen Nähe zu den Kund:innen und der Notwendigkeit digitalisierter Angebote, um im harten Konkurrenzkampf mit den Onlineanbietern zu bestehen, lässt Ingrid verzweifeln. Sie beschreibt einen ständig wachsenden Berg, der zunehmend unüberwindbarer zu sein scheint. Sie versucht das eine, dann das andere, gerne auch alles gleichzeitig. Die Hasen rennen in großer Zahl vor ihr her – fangen kann sie keinen. Sie wird antriebslos, frustriert, ihren Mitarbeiter:innen gegenüber ungeduldig und zunehmend deprimiert. Sie kommt mit der Bitte ihr zu helfen, dass sie sich besser fühlt, ihre Arbeit bewältigen kann und wieder Licht am Ende des Tunnels sieht.

Wir beginnen damit, den gefühlt großen Berg in viele kleinere Hügel zu zerlegen. Dies gelingt mit Hilfe eines geordneten Brainstormings: Ingrid notiert auf einzelne Zettel jede Aufgabe, die sie zu bewältigen

hat. Ingrid ist selbst überrascht, wie viele Aufgaben ihr tatsächlich auf den Schultern lasten.

Die Last, hervorgerufen durch den eigenen Druck alles sofort, mit gleicher Qualität und gleicher zeitlichen Intensivität erledigen zu müssen, fällt von ihr ab.



Der Blick für das Wesentliche war für die Klientin wieder frei und die damit verbundene Erleichterung war als Befreiung spürbar.

auf eine Zeitleiste über das Jahr verteilt auf. Welches Kundenevent steht wann im Jahr an? Von dort aus rechnen wir rückwärts: Wann muss konkret mit den jeweiligen Vorbereitungen begonnen werden? So ergibt sich ein sehr übersichtliches Bild, das eine beruhigende Wirkung auf die Klientin hat. Es zeigen sich auch klar die wenigen Wochen im Jahr, in denen geringere Aktivitäten notwendig sind. Sie erkennt so die ideale Urlaubs- und Erholungszeit für sich. Ihre Atmung wird deutlich ruhiger, ihr Blick entspannt. Die Last, hervorgerufen durch den eigenen Druck alles sofort, mit gleicher Qualität und gleicher zeitlicher Intensivität erledigen zu müssen, fällt von ihr ab.

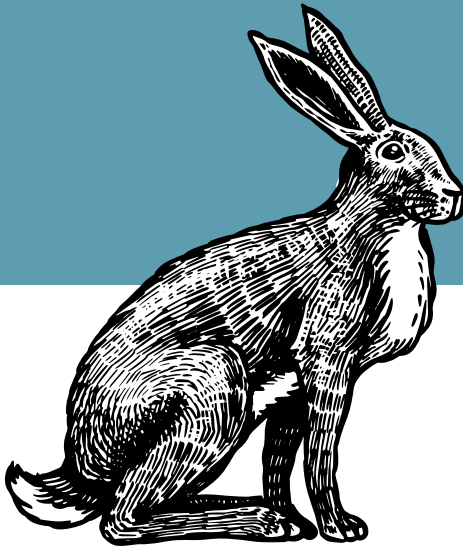
Die Zettel ordnet sie einzelnen Themenbereichen zu. Innerhalb der einzelnen Themenbereiche sortiert sie von dringend und wichtig (Kategorie A) bis weder dringend noch wichtig (Kategorie D). Wir fokussieren auf Kategorie A und tragen die Aufgaben anschließend

Anschließend arbeiten wir an einer Prozessbeschreibung für jede Aufgabe. Der jeweilige Prozessablauf unterstützt dabei, Arbeitsabläufe abzubilden, Arbeitsprozesse neu zu strukturieren, Verantwortlichkeiten festzulegen, Schnittstellen zu erkennen und bietet damit die Möglichkeit zur Fehlervermeidung. Auf diese Art wird effektives Arbeiten gefördert und neuen Projekten bereits von Anfang an ein organisatorischer Rahmen gegeben.

Der Blick für das Wesentliche war für die Klientin wieder frei und die damit verbundene Erleichterung war als Befreiung spürbar. Der erste Schritt – in der Regel schon die Hälfte des Weges – war getan und damit der erste Hase liebevoll gefangen.

Ergänzender Hinweis: Bewegt man sich eher in einem agil arbeitenden Umfeld, bietet sich statt des Eisenhower-Prinzips eine Methode aus dem Arbeitsmanagement an: das Kanban-Board, beispielsweise mit den Spalten „zu tun“, „jetzt“, „als nächstes“ und „erledigt“ an.¹ Und selbstverständlich können auch andere Methoden aus der Vielfalt des Counselingrepertoires hilfreich sein.

¹ Vgl. Mike Burrows, Kanban verstehen, einführen, anwenden, dpunkt-Verlag, 1. Auflage 2015



Welche Methode auch immer man als Counselor für sich als passend empfindet: Am Ende geht es um das Mitschwingen mit dem Klienten, um das Gefühl der Sicherheit und damit um die Ermöglichung des Zugangs zu den eigenen Klienten-Ressourcen. Die Lösungsorientierung des Counselors und das den Klienten-auf-seinem-Weg-zur Lösung begleiten, schlägt das Gefühl des Ausgeliefertseins und der Hilflosigkeit.

Counseling kann daher in hohem Maße einen Beitrag zur Stabilisierung leisten, wenn sich das Gefühl Bahn bricht, den Einfluss zu verlieren und hilflos zu sein.

Alexandra Genten, LL.M.

* 1969

Rechtsanwältin; Counselor grad. BVPPT, Gestalt- und Orientierungsanalyse, Supervision und Coaching DGSv, Systemische Beratung; nebenberuflich selbständige Supervisorin und Coach mit dem Schwerpunkt weibliche Führungskräfte



Jan-Rüdiger Vogler
Die Humorschatzkiste
54 Karten für mehr
Lebensfreude

Mit Illustrationen von
Daniel Jennewein
54 Therapiekarten und
Booklet in Box
€ 25,- (D). ISBN 978-3-608-98452-1

Mit Humor die Widrigkeiten des Lebens meistern. Humor können Sie lernen!



Udo Baer, Claus Koch
Corona in der Seele
Was Kindern und Jugend-
lichen wirklich hilft

168 Seiten, Broschiert
€ 18,- (D). ISBN 978-3-608-98086-8

Gegen Einsamkeit und Angst hilft kein
Nachhilfeunterricht



Karl Heinz Brisch (Hrsg.)
**Bindung und
psychische Störungen**
Ursachen, Behandlung und
Prävention

336 Seiten, gebunden mit
Schutzumschlag
€ 40,- (D). ISBN 978-3-608-98435-4

Neueste Erkenntnisse aus der Bindungs-
forschung bei psychischen Störungen

Beweglich bleiben in Körper und Geist

Oder auch: Das, was schon da ist, neu interpretieren.

Auf einmal habe ich viel Zeit bekommen durch 90 bis 100% Kurzarbeit. Es findet kein Yogakurs mehr statt, das Tanzen fällt weg, mit den Freundinnen verabreden ist auch nicht möglich und nun? Um mir eine Struktur für den Tagesbeginn zu geben, tanze ich eine Herzsutra, über die ich mich innerlich mit all meinen Lieben verbinden möchte. Anschließend noch ein paar Yogaübungen, die mir zum Glück durch eine mehrjährige Teilnahme vertraut sind. Diese Rituale geben mir in dieser so ganz anderen Zeit mit vordergründig vielen Einschränkungen einen gewissen Halt. Unternehmungen außerhalb des eigenen Zuhauses sind schwierig, aber ich spiele

Mit allen diesen Erfahrungen und Gedankengängen bin ich für mich selbst, nach der langen Zeit mit so vielen Entbehrungen sehr überrascht, wie bunt mir das Leben auch oder gerade jetzt erscheint.

doch Saxophon. Also lade ich all unsere Nachbarn aus der Straße ein, jeden Abend zur gleichen Zeit vor die Tür zu kommen oder die Fenster zu öffnen und etwa 20 Minuten meinem Saxophonspiel zu lauschen. Es war ganz berührend, wie pünktlich und voller Erwartung sie jeden Abend da waren und auf die ersten Töne warteten. Mit Staunen stellte ich eine neue Art der Gemeinschaftsbildung fest – wie wunderbar! Meine Freundin, von Beruf Klinik Clownin, entwickelt in diesem Zeitraum ein selbst geschriebenes Eine-Frau Wohnzimmertheaterstück „Das Leben eben“, um anderen Menschen ein Stück Kultur „pandemiegerecht“ nach Hause in ihr Wohnzimmer zu bringen.

doch Saxophon. Also lade ich all unsere Nachbarn aus der Straße ein, jeden Abend zur gleichen Zeit vor die Tür zu kommen oder die Fenster zu öffnen und etwa 20 Minuten meinem Saxophonspiel zu lauschen. Es war ganz berührend, wie pünktlich und voller Erwartung sie jeden Abend da waren und auf die ersten Töne warteten. Mit Staunen stellte ich eine neue Art der Gemeinschaftsbildung fest –

Diese Perspektivwechsel entdecke ich im letzten Jahr an einigen Stellen mit Fragestellungen wie:

Wieviel Geld brauche ich wirklich? Kann ich zufrieden leben mit weniger Konsum? Ist es mir nach 30 Jahren Arbeit im gleichen Feld und langer Pendlerfahrzeit möglich, ein paar Stunden zu reduzieren? Wenn ich dann mehr Zeit habe, kann ich doch die 20 km mit dem Fahrrad zum Einkaufen fahren und nicht mehr mit dem Auto und damit endlich einen noch größeren Beitrag zum Klimaschutz leisten. Außerdem das Projekt E-Carsharing im Dorf voranbringen – das bringt uns als Dorfgemeinschaft neu zusammen. Oder auch das Experiment wagen, eine ganz neue Arbeit anzunehmen, weil gerade im Hofladen in der Nähe Mitarbeitende in der Haupterbeer- und Spargelzeit gesucht werden. Aus der normalen Rolle der Kundin in die Rolle der Verkäuferin zu schlüpfen, hat meinen Blickwinkel auf diese wichtige und anstrengende Arbeit für einen geringen Lohn erweitert und mich sehr bereichert.

Alleine bin ich mit dem Thema „Perspektivwechsel“ keinesfalls. Mitarbeitende der Weltläden in Gummersbach und Derschlag im Bergischen Land laden zum Thema „Die Welt braucht einen Tapetenwechsel – gestalte ihn mit“ ein. Es geht um Klimawandel, soziale Gerechtigkeit, Fairness in der Produktion, Konsumverhalten und Vieles mehr. Professor Dr. Karl Schneider, Inhaber des Lehrstuhls für Hydrogeographie und Klimatologie am geographischen Institut der Universität zu Köln, ruft zu einem „grundsätzlichen Wertewandel“ auf. Das bedeutet für ihn, Gewohnheiten zu überdenken und auf das zu konzentrieren, was wir wirklich brauchen. Für ihn heißt das auch, weg von höher, größer, schneller, mehr hin zu langsam, entspannt, genug und gründlich. „Traditionen und Kulturen müssen überdacht



werden“ so Schneider. Tradition und Kultur sind für ihn wichtig, „es sind unsere Wurzeln“, doch auch Wandel sei wichtig, „alles ist immer in Bewegung“. In dem Wort Bewegung befindet sich „WEG“, also lassen wir uns doch immer wieder locken, uns mutig und aufmerksam auf den Weg zu machen – auch und gerade besonders neugierig hin zum anderen Menschen, denn wir Menschen sind soziale Wesen und brauchen einander (Buch: „Humankind“ des Historikers Rutger Bregmann).

Diese Erfahrung des Einander Brauchens beschreibt Thomas Pütz, der nach der Flutkatastrophe im Ahr-tal den Helfershuttle ins Leben gerufen hat, als ihn tief berührende Erfahrung: er verortet in dieser Situation und mit seinen Erfahrungen die fundamentalen Säulen unserer Gesellschaft im starken Zusammenhalt, unermüdlicher andauernder Hilfsbereitschaft und in Empathie und Menschlichkeit.

Mit allen diesen Erfahrungen und Gedankengängen bin ich für mich selbst, nach der langen Zeit mit so vielen Entbehrungen sehr überrascht, wie bunt mir das Leben auch oder gerade jetzt erscheint. Vielleicht schaue ich ja das Leben wieder mit dem Herzen an: das Geschenke, das Herausfordernde und das, was verwandelt werden will – für das LEBEN! Und das lohnt sich und ist ein zutreffender Ansatz im Kontext Counseling.

In dem Buch mit dem Titel: Menschlichkeit Jetzt von Helge Burggrabe und Pierre Stutz aus dem Patmos Verlag 2021, 1. Auflage findet sich ein besonderer Text dazu, der ermutigen möchte:

Lebe bewusster

Blühe auf dank einem einfachen Lebensstil der sich farbenbunt und kreativ im Widerstand für Klimagerechtigkeit mit anderen entfalten kann

Lass dir deine Zukunft nicht klauen
sie ist verknüpft mit dem Klimaschutz
sie ist verwoben mit der Würde für alle
sie ist verwurzelt im göttlichen Grund

Lerne, deine Bedürfnisse auszusprechen
im verantwortungsvollen Bewusstsein
Teil unserer wunderbaren Erde zu sein
deren Ressourcen unseren Schutz brauchen

Lebe bewusster im Einklang mit der Natur
damit du kraftvoll-verwundbar sein darfst:
deine Schwächen werden zu Stärken
deine Zweifel zu Hoffungstaten

Carola Runge

* 1960

Counselor grad. BVPPT

Orientierungsanalyse

Physiotherapeutin

Counselor in Verantwortung

Was wir in der Klimakrise tun können

Wie ich dazu kam, mich für ein besseres Klima zu engagieren

Schon lange mache ich mir Sorgen um den Zustand unserer Erde, um die Endlichkeit der Ressourcen, bin höchst besorgt über die Zerstörung der Natur durch Menschen, das Aussterben vieler Arten. Mich beunruhigte lange die Nachrangigkeit, mit der dieses Thema in den Medien behandelt wurde. Als es endlich in den Vordergrund rückte, kam die Pandemie und von Klimaschutz war kaum mehr die Rede. Doch die Pandemie ist eine Kleinigkeit gegen das, was uns, unsere Kinder und Enkel erwartet, wenn wir nicht schnell und radikal handeln. In einem Webinar „Psychotherapeutische Aspekte der Klimakrise“ lernte ich die „Psychologists for Future“ kennen, eine überinstitutionelle und überparteiliche Gruppierung von Psycholog*innen und Psycho-

Doch die Pandemie ist eine Kleinigkeit gegen das, was uns, unsere Kinder und Enkel erwartet, wenn wir nicht schnell und radikal handeln.

therapeut*innen, die ihr psychologisches und therapeutisches Fachwissen in den Umgang mit der Klimakrise und zur Förderung einer nachhaltigen Zukunft einbringen. Seitdem arbeite ich mich in das Thema ein, engagiere mich in regionalen und überregionalen Gruppen, spreche und schreibe darüber.

Klimaerwärmung, Extremwetterlagen, Brände, Hochwasserkatastrophen

Die Lage ist offensichtlich. Die Auswirkungen der Erderhitzung sind schon deutlich zu spüren. Allein in diesem Jahr gab es durch ungewöhnliche Hitze in Kanada, in der Türkei, in Griechenland und in Italien verheerende Brände. Die Flutkatastrophen im Ahrtal, in der Eifel und in Nordrhein-Westfalen sind ebenfalls Auswirkungen des Klimawandels.

Ursache für die Klimakrise sind vor allem die Treibhausgase, allen voran das CO². Sie sind Hauptursache für die Erderwärmung. CO² wird durch Nutzung fossiler Brennstoffe für unseren enormen Energieverbrauch, für Mobilität, Elektrizität und Herstellung von Luxusgütern sowie durch die Abholzung von Wäldern freigesetzt. Rinder, die für den hohen Fleischkonsum der reichen nördlichen Staaten gehalten werden, produzieren zusätzlich das Treibhausgas Methan. Vorangetrieben wird die Erderhitzung auch durch zunehmende Flächenversiegelung. Flora und Fauna erleiden dabei einen bedrohlichen Artenschwund mit weiteren Folgen für das Öko-System. Über 90 Prozent der Wissenschaftler*innen weltweit sind sich darüber einig, dass der Klimawandel menschengemacht ist.

Was erwartet uns in der Zukunft? Eine Erhitzung der Erde führt zu noch mehr Extremwetterereignissen, brennenden Wäldern, Flutkatastrophen, zum Ansteigen des Meeresspiegels, zu Wassermangel und dadurch bedingt zu Klimaflüchtlingsströmen. Kippunkte werden überschritten, der Klimawandel entwickelt sich exponentiell. Unser schönes, komfortables Leben ist dann vorbei, die Menschheit kämpft ums Überleben. Dennoch scheinen wir den Ernst der Lage noch nicht verstanden zu haben. Wir behandeln das Problem als eines auf der Bühne der Weltpolitik, doch es geht um nichts weniger als die Bühne selbst.

Klimapsychologie

Dieses Wissen kann **Klimagefühle** wie Entsetzen, Trauer, Wut, Angst und andere Gefühle auslösen, vor allem aber Angst. Warum aber tun wir, warum tut „die Politik“ trotzdem so wenig, um die Erderwärmung einzudämmen, um die vom Weltklimarat gesteckte 1,5 Grad-Grenze einzuhalten?



Warum aber tun wir, warum tut „die Politik“ trotzdem so wenig, um die Erderwärmung einzudämmen, um die vom Weltklimarat gesteckte 1,5 Grad-Grenze einzuhalten?

Abwehrmechanismen der klinischen Psychologie können beim Klimathema wirksam sein. Einige davon sind:

Kognitive Dissonanz (nach Festinger) entsteht, wenn unser Verhalten im Widerspruch mit unseren Werten und Zielen steht. Sie wird als ein unangenehmer Zustand empfunden. Diesen Zustand können wir reduzieren, indem wir versuchen, unser Verhalten unseren Werten anzupassen („Ich fliege nicht mehr“). Kognitive Dissonanz wird als sehr effektives Mittel eingeschätzt, um Umweltverhalten zu verstärken.¹ Wenn wir jedoch keine Möglichkeit sehen, unser Verhalten unseren Werten anzupassen, werden wir unser Verhalten wahrscheinlich nicht ändern, sondern stattdessen unsere Werte anpassen („Umweltschutz ist mir nicht so wichtig“).

Das **PAIN-Agronym** (nach Gilbert): Gefahrenwahrnehmung erfolgt **P**ersonal (persönlich), **A**brupt (plötzlich), **I**mmoral (unmoralisch), **N**ow (jetzt). Nachrichten, die uns nicht hier und heute und mit geringer Wahrscheinlichkeit beeinflussen, werden häufig ignoriert. Viel wichtiger erscheinen uns alltägliche Dinge wie die Abzahlung unserer Schulden oder die Entwicklung unserer Kinder.

Die **Psychologie der Klimakrise** ist Gegenstand von Wissenschaftler*innen, Psycholog*innen und Psychotherapeut*innen, die sich mit diesen Fragen beschäftigen und sich für eine lebenswerte Zukunft einsetzen. Von ihnen können wir lernen.

Psychische Abwehrmechanismen sind gesund und normal. Sämtliche Ab-

Bystander Effekt – Verantwortungsdiffusion: Dieser Effekt beschreibt das Verhalten von Menschen, die zufällig in der Nähe („bystander“) einer Situation sind, in der jemand Hilfe benötigt. Je mehr Menschen zugegen sind, desto geringer ist die Wahrscheinlichkeit, dass jemand von sich aus aktiv wird und eingreift. Dies wird erklärt durch die Verantwortungsdiffusion. Die Anwesenheit mehrerer Menschen in einer Notsituation führt dazu, dass die Verantwortung für eine Hilfeleistung „geteilt“ wird und damit die Größe der Eigenverantwortung abnimmt. Beim CO²-Ausstoß ist unklar, wer genau wie viel Verantwortung trägt – weltweit! In der Klimakrise zeigt sich ein globaler Bystander-Effekt.

Auf den Umwelt- und Klimaschutz übertragen, könnte dies heißen, Menschen thematisch konkret anzusprechen, mit ihnen Handlungsmöglichkeiten zu überlegen, die auch die Selbstwirksamkeit stärken und somit die Wahrscheinlichkeit erhöhen, dass das nützliche oder als positiv erlebte Verhalten wieder gezeigt wird.

Die sieben Drachen der Untätigkeit (nach Gifford) heißen begrenztes Denkvermögen, Ideologien, Vergleiche mit anderen Menschen, unumkehrbare Kosten, Missbilligung, wahrgenommene Risiken und begrenztes Handeln.

Ausführlichere Informationen dazu geben Lea Dohm, Felix Peter, Katharina van Bronswijk (Hg.) in „Climate Action – Psychologie der Klimakrise. Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten“ (Buchbesprechung in diesem Heft).



Was wir tun können

Klimaresilienz fördern. Sie ist „die psychische Fähigkeit und Ressource, Belastungen durch die Klimakrise gesund kognitiv, emotional, zwischenmenschlich und handlungsorientiert zu verarbeiten und so als Anlass für Entwicklung zu nutzen“. ² Wir fördern sie durch Gefühlsakzeptanz, Gefühlsverarbeitung, Engagement und Freundschaften, indem wir Krisen als Chance betrachten, Sinn und Werte entwickeln und Dankbarkeit empfinden für das, was wir jetzt haben; indem wir auf Selbstfürsorge,

Wie die Transformationsforscherin Maja Göpel habe ich nicht Verzicht oder Verbote im Fokus, sondern all die Dinge, die wieder wachsen können, wenn wir aufhören, unseren Planeten zu zerstören.

Selbstakzeptanz und gesunde Abgrenzungsfähigkeit achten. Gesunde Bescheidenheit (Realitätsakzeptanz), Achtsamkeit und Hoffnung unterstützen uns darin ebenfalls.

Vorbild sein – Lebensstil ändern. Verhalten sich andere Menschen umweltschützend, erhöht dies die Wahrscheinlichkeit, dass wir das ebenfalls tun. ³ Wenn wir selbst einen nachhaltigen Lebensstil vorleben oder auch nur darüber sprechen, fördert dies

Umweltschutzverhalten bei anderen. ⁴ Dies sollte keinesfalls einen missionarischen Charakter haben, sonst kann es beim Gegenüber zu Trotzreaktionen (Reaktanz) kommen. Wichtigste Hebel zur Einsparung von CO² sind die Reduzierung von Flugreisen, Autofahrten und Fleischkonsum, sowie eine moderne Heizung und Wärmedämmung.

Klima ist Kommunikation. Klima thematisieren überall in unseren Beziehungen ist ein wirksames Mittel. Dabei können wir unsere Counselorkompetenz anwenden, nicht im Counseling selbst, denn hier gilt ein persönliches Enthaltensamkeitsgebot, aber in unserem persönlichen Umfeld. Dabei hilft auch der „Spickzettel für Aktive“: <https://www.psychologistsforfuture.org>.

Politisch wirksam werden können wir beispielsweise indem wir uns einer Klimagruppe anschließen, eigene Ideen in Klimagruppen umsetzen, wirtschaftliche Boykottaktionen unterstützen, an Klimastreiks und Demonstrationen teilnehmen, einer Partei beitreten, Petitionen starten oder unterstützen, Leser*innenbriefe schreiben und dabei eigene Kreativität und Kompetenzen zum Klimaschutz einsetzen.

Vision für ein gutes Leben in der Zukunft

Wir Counselor wissen, dass Veränderungen leichter gelingen, wenn wir lösungsorientiert denken, als wenn wir in der Problemrance verharren.

Ich stelle mir vor, ich gehe durch unsere Stadt. Der zentrumsnahe Großparkplatz ist jetzt ein grüner Park. Fußgänger, Radfahrer und wenige Elektroautos aus dem Car-Sharing teilen sich die Straße. An einer der vielen Haltestellen steige ich in einen E-Bus, der mich kostenlos zu meinem Ziel bringt. Es ist leiser geworden, die Luft ist rein, die Menschen sind entspannt, ruhig und freundlich. Da sie deutlich weniger Konsumgüter benötigen, müssen

sie auch weniger arbeiten. Das Bedürfnis nach einer Auszeit auf Mallorca ist einer nachhaltigen, langsamen Form des Reisens gewichen, einem echten Erkunden fremder Regionen und Erholung in der Natur. Wie die Transformationsforscherin Maja Göpel habe ich nicht Verzicht oder Verbote im Fokus, sondern all die Dinge, die wieder wachsen können, wenn wir aufhören, unseren Planeten zu zerstören.

- 1 Osbaldiston & Schott, 2012
- 2 Dohm & Klar, 2020
- 3 Clayton & Myers, 2009
- 4 Steg & Vlek, 2009

Barbara Funk

* 1954

Counselor grad. BVPPT

Diplom-Pädagogin

Klinische Kunsttherapeutin

Systemische Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin (LPK-RLP)

**Zusatzqualifizierung
Online-Supervision/Coaching**
zertifiziert und evaluiert durch die DGSv



Lehrteam

Dennis Sawatzki (Counselor grad. BVPPT, Supervisor & Coach DGSv) sowie Benjamin Lambeck, Mirjam Strunk, Sabine Bremer und Lukas Mundelsee - allesamt erfahrene Supervisor:innen und systemische Berater:innen

Infos & Anmeldung



www.super.vision

Bei Rückfragen finden Sie einige der am häufigsten gestellten Fragen in unserem **FAQ-Bereich** auf unserer Webseite oder wenden Sie sich gerne jederzeit an mail@super.vision

Ihnen sind während der Pandemie Klient:innen weggebrochen und Sie wollen wissen, wie man sich als Supervisor:in/-Coach:in auf dem Online-Marktplatz aufstellt?

Sie bieten Ihre Supervisions- und Coaching-Angebote bereits seit einiger Zeit online an, möchten sich darin jedoch supervidiert professionalisieren?

Sie suchen nach Ideen und Anregungen, wie Sie all Ihre bewährten Supervisions- und Coaching-Methoden auch im Online-Setting anwenden können?

Dann ist unsere Zusatzqualifizierungsreihe genau das Richtige für Sie!

In 6 Modulen (ges. 30 LE à 50 Min.) behandeln wir Online-Supervision und -Coaching in Theorie und Praxis.

1 Online laufen lernen
Digitale Basics für Online-Coaching und -Supervision
Samstag, 09.04.2022
10:00-17:00 Uhr

2 e-Motion
Gruppendynamik und Beziehungsgestaltung im Online-Setting
Samstag, 14.05.2022
10:00-17:00 Uhr

3 Technik, die begeistert
Wir erweitern unseren digitalen Methodenkoffer
Samstag, 25.06.2022
10:00-17:00 Uhr

4 Blended Counseling
Auf der Suche nach dem optimalen Setting-Mix
Samstag, 16.07.2022
10:00-17:00 Uhr

5 Wenn es mal knifflig wird
Prävention von und Umgang mit herausfordernden digitalen Situationen
Samstag, 20.08.2022
10:00-17:00 Uhr

6 Meine Online-Identität
Wie positioniere ich mich auf dem virtuellen Marktplatz?
Samstag, 17.09.2022
10:00-17:00 Uhr

Ergänzt werden die Module durch Einzel- und Gruppenlernsupervision sowie Peergruppentreffen (ges. 30 LE à 50 Min.).

Werben für Counseling? Werben für Counselling?



COUNSELING ist eine Kunst, und Kunst ist beliebt in Form von Skizzen, Zeichnungen, Malerei, Skulptur, Musik, Literatur oder ähnlich Vielschichtigem. Bei allen Künsten sind die Produkte selbst die beste Werbung, doch bekommt man sie nur zu sehen, zu fühlen, zu hören, anzufassen oder zu lesen, wenn sie dort präsentiert oder einbezogen werden, wo sie – wie nebenbei – große Popularität bekommen. Das ist zum Beispiel bei Fernsehserien oder großen Kinofilmen der Fall. Berufsgruppen wie Psychiater und Rechtsanwälte sind bereits seit langem in Fernsehserien und Kinofilmen vertreten.

Von daher lautet mein Plädoyer: Lasst uns Filmemacher und Rollenbuch-Schreiber dazu motivieren, ihre Protagonist*innen öfter mal professionelle COUNSELOR aufsuchen zu lassen, die gemeinsam mit ihnen Beratungs-Themen lösungs- und ressourcen-orientiert ansprechen.

Ich meine COUNSELOR mit klarer Identität im Beratungs-Wesen, die diesen Titel ausdrücklich auf ihrem Schild führen, also eindeutig erkennbar und nicht vieldeutig verkennbar.

Ich kann mir vorstellen, dass die deutlich ausgewiesene, professionelle Zugehörigkeit zu einem Berufsverband, z. B. BVPPT, dem Berufsverband für Beratung, Pädagogik und Psychotherapie (*1986) genügend Auskunft gibt über die Färbungen und Feinheiten des Beratungsansatzes. COUNSELOR, das ist eindeutig und bezieht sich inzwischen weltweit auf die Ethik Richtlinien, den Ehrenkodex der größten, international angelegten Berufsverbände, der ACA, die American Counseling Association (*1952), der ICA International Association for Counselling (*1966) und der EAC, die European Association for Counselling.

Solcher „Code of Ethics“ gibt Richtlinien für

- die Art des Beziehungsgeflechtes beim Counseling zwischen Klient und Counselor
- Vertraulichkeit und Wahren der Privat-Sphäre
- Professionalität & Verantwortlichkeit
- Netzwerk-Gestaltung untereinander
- Evaluation, Assessment, Interpretation
- Training, Supervision & Theorie
- Nutzen von Medien wie eMail, Zoom Meetings o. ä.
- Regelmäßige Zertifizierung

Gemäß solchem Codex gehört Werbung im klassischen Sinne als ganz kleines Unterkapitel zum Passus „Professionalität & Verantwortlichkeit“. Stellen wir uns eine Film-Reihe so vor, dass die Protagonisten zum Beispiel bei jedem zweiten Serien-Element das Büro eines COUNSELORs aufsuchen, um sich dort lösungs- und ressourcen-orientiert mit ihm oder ihr professionell zu beraten, so wäre das eine Werbung nach meinem Geschmack – und gar nicht aufdringlich.



Das Türschild in solcher Serie würde wie folgt aussehen:



*Von daher lautet mein Plädoyer:
Lasst uns Filmemacher und
Rollenbuch-Schreiber dazu
motivieren, ihre Protagonist*innen öfter mal professionelle COUNSELOR aufsuchen zu lassen, die gemeinsam mit ihnen Beratungs-Themen lösungs- und ressourcenorientiert ansprechen.*

Von „meinem“ lokalen Berufsverband BVPPT hatte ich jüngst den Auftrag bekommen, den Begriff COUNSELING – statt Psychosoziale Beratung – bekannter zu machen als er zur Zeit noch ist. Ich habe dazu mehrere Leserbriefe und Artikel geschrieben, doch ist mir dabei klar geworden, dass dieses Unterfangen in Deutschland sehr schwierig ist, weil eben schon so lange Zeit das Ganze unter Psychosoziale Beratung firmiert und die deutschen Counselor offenbar lieber auch einen deutschen Namen für ihre professionelle Tätigkeit benutzen als den US-amerikanischen, internationalen Counselor Begriff.

Hinzu kommt, dass von Canada aus (IAC International Association for Counselling) über die European Association for Counselling EAC jüngst noch der Begriff COUNSELLING mit zwei „LL“ in den Vordergrund gerückt wurde, unter anderem auch durch Aktivitäten des Kölner Hochschul-Wissenschaftlers Dirk Rohr. Vor allen Dingen auch durch sein neues Buch Veröffentlichung zum Thema „Counselling in Europe“. Hier ist interessant anzumerken, dass Dirk Rohr für den schon von Frank Parsons gebrauchten Begriff „the guiding profession“ erneut nutzt: „There is a significant lack of research on the guiding profession’s global status.“ Es gibt also, was den globalen Status der „guiding professions“ angeht, eine signifikante Forschungs-Lücke. Dieser Begriff ist leider holprig zu übersetzen. Das Wörterbuch sagt zu „guiding“ = führend, lenkend im Sinne von Pfadfinderei.

Die Begriffe Counseling und Counselling – gleich verwendet

Ich kann jetzt (neuerdings) gar nicht mehr unterscheiden, welche Literatur nun zum Counseling gehört und welche zum Counselling, weil das binnen der neuen „Counselling in Europe“ Literatur ganz gleich zu sein scheint. Das erkenne ich an meiner eigenen, bei „Counselling in Europe“ zitierten Literatur. Da habe ich mir bislang so viel Mühe gegeben, Counseling und Counselling (historisch und inhaltlich) auseinander zu halten. Und jetzt erlebe ich, dass bei meinen eigenen Literaturangaben das „L“ ganz einfach in „LL“ verwandelt wurde, so als wenn es dasselbe wäre. Und ich hatte doch Beides inzwischen klar in meinem opf strukturiert.

COUNSELING, das ist eben jene Beratungsform, die sich ausdrücklich von der Psychotherapie abgrenzt und seit Gründung der ACA auf Francis Parsons „Vocational Guidance – Begleitung zur Berufung“ zurückgeführt werden kann.

COUNSELING, das ist eben jene Beratungsform, die sich ausdrücklich von der Psychotherapie abgrenzt und seit Gründung der ACA auf Francis Parsons „Vocational Guidance – Begleitung zur Berufung“ zurückgeführt werden kann.

COUNSELLING, das ist jene Beratungsform, die von Wien aus u. a. mit Sigmund Freud als „Kleine Psychotherapie“ ausgewiesen wurde – und sich nunmehr (vorläufig) in der „European Counselling Association“ ausbreitet.

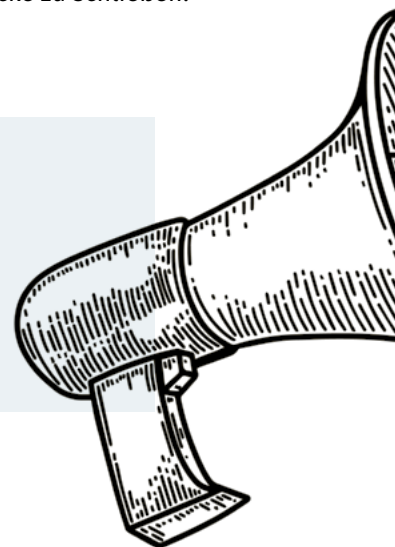
Erst bei genauem Hinsehen erkenne ich, dass Dirk Rohr für den inhaltlichen Kontext von Counselling Ähnliches schreibt wie das, was mein Interesse war beim Erörtern des Counseling Begriffes gegenüber der Psychosozialen Beratung.

Im Counseling Today Magazine lese ich, dass alle Counselor dazu eingeladen sind, mit gewählten und angestellten Regierungsbeamten regelmäßig über die Belange des Counselor-Berufes zu sprechen: „Solche Gespräche können Änderungen der gesetzlichen Grundlagen bewirken oder auch Gesetzes-Änderungen entgegenwirken, die sich negativ auf unsere Berufsgruppe auswirken könnten.“ (Siehe *Counseling Today* May 14, Vol 56/Nr 11, *Counselor advocacy*, Seite 10)

Gespräche mit Politikern werden in Counseling Today als notwendige Werbung auf höchster Ebene dargestellt, denn immer noch wissen viele der offiziellen Vertreter der Bevölkerung nicht, was Counselor bedeutet und welches ihre Aufgaben sind. „Jeder von uns sollte sich dazu berufen fühlen, diese Aufklärungslücke zu schließen.“ (ebda.)

Dr. Klaus Lumma

* 1944
M.A., MFCC
Counselor grad. BVPPT
www.ihp.de
www.counseling.org
www.bvppt.de

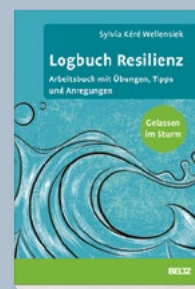


Für eine bewusste Sprach- und Umgangskultur

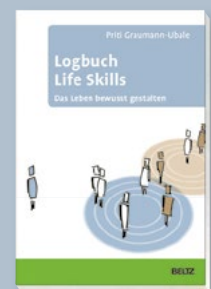


Sandra Mantz
Bewusst sprechen
2021 | € 39,95 D
GTIN 4019172300180

Das Kartenset sensibilisiert für vorherrschende Denk- und Sprachmuster und zeigt vielfältige Wege auf, eigene Kommunikationsmuster zu reflektieren und sich Schritt für Schritt ein professionelles Gesprächsprofil anzueignen. Eine bewusste Sprach- und Umgangskultur aktiviert nicht allein Kreativität, Selbstverantwortung und Teamgeist. Sie baut darüber hinaus Stress ab, wirkt emotional stärkend, beruhigt, gleicht aus und sorgt für ein vertrauensvolles Miteinander sowie eine gelingende Geschäftsbeziehung.



Sylvia Kéré Wellensiek
Logbuch Resilienz
Arbeitsbuch mit Übungen, Tipps und Anregungen.
2020 | 208 Seiten | € 24,95 D
ISBN 978-3-407-36698-6
Auch als E-Book erhältlich



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

Das komplette Beltz Coaching-Programm:



BELTZ
beltz.de/coaching



Interview Nicole Nagel

Nicole Nagel ist Performerin, Stimmentwicklerin, Körpercoach und Regisseurin. Sie praktiziert Rolfin®[®], Somatic Experiencing®[®] und Integral Somatic Psychology. Sie leitet das von ihr gegründete transkulturelle Labor 3rd Space in Europa und Westafrika mit zahlreichen Zielgruppen.

Maria *Liebe Nicole! Du, Claire und ich stehen schon seit geraumer Zeit in fachlichem Austausch. Wir denken, dass Deine fachliche Kompetenz auch für unseren Berufsverband von Interesse ist. In welchen Etappen hat Dein Behandlungs- und Beratungskonzept sich entwickelt?*

Nicole Der erste Schritt war mein Studium an der Folkwang Hochschule der Künste. Da wusste ich über das Fühlen und das Ausdrücken noch nicht so gut Bescheid. Aber ich bin so eine „Herzhochschwingerin“.

In dieser Zeit hatte ich die Gelegenheit, alles Mögliche zu erproben und darzustellen, also Gesang, Tanz und Schauspiel. Das hat mich sehr viel Willenskraft gekostet. Als ich dann anfang, an großen Häusern, mit Hauptrollen richtig Karriere zu machen, gekreuzt mit einer persönlichen Trennung, da ging eine richtige Lebenskrise los.

Ich schöpfe meine Kraft aus dem Innehalten und nach innen hören. Da bin ich heute viel feiner ausgesteuert und weniger egozentriert.

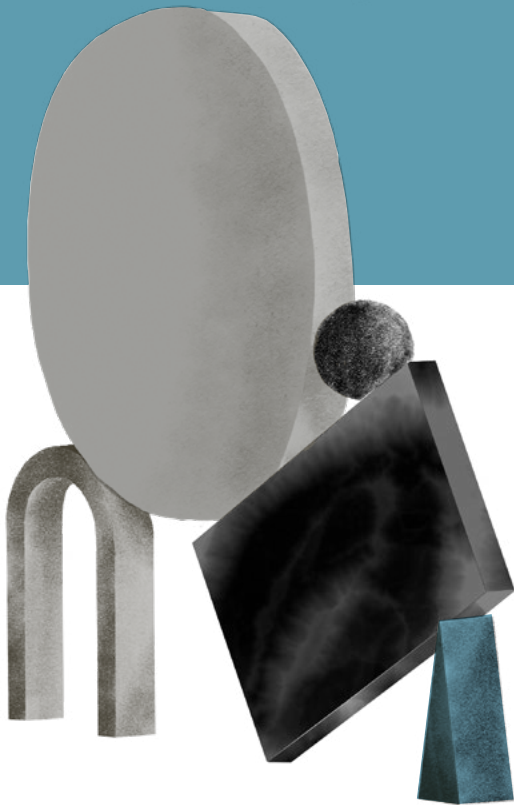
Maria *Das war ja auch ein großer Schritt und ein mutiger und ungewöhnlicher Weg ausgehend von der Darstellung und dem Präsentieren mehr zu dem „Aufnehmenden“, „Hörenden“ und „Interaktionellen“ zu kommen.*

Nicole Heute sehe ich das gar nicht mehr als ungewöhnlich an. Ich schöpfe meine Kraft aus dem Innehalten und nach innen hören. Da bin ich heute viel feiner ausgesteuert und weniger egozentriert. Ich wollte nie eine Diva werden.

Claire *Dann hast Du eine Brücke geschlagen zwischen zurückhaltender Kindheit und Stille einerseits und einer ausgeprägten Form künstlerischer Expressivität. Wofür war das notwendig?*

Nicole Um mich aus meiner Zurückhaltung raus zu arbeiten. Also ins laute Schreien, Trampeln, Wüten, Jammern. Die Erfahrung dieser sehr tiefen, meistens sehr extremen menschlichen Zustände, die dargestellt werden. Alles war besser, als keine Bewegung in sich zu tragen, richtungsweisender und überlebbarer. Das Leben war für mich damals sehr anstrengend. Ich wollte mich nicht umbringen, dachte aber, es sei auch nicht schlimm, wenn mein Leben nicht mehr so lange dauert. Ich war zu viel angestrengt im Außen. Hinzu kamen große Rollen. Meine Stimme und ich haben funktioniert, aber ich wurde so erschöpft und müde und war in Trauer, da bin ich wirklich in eine Krise geraten.

Ich war einfach durch. Morgens habe ich irgendwelche Wachmacher genommen, abends Schlaftabletten, und zwischendurch Alkohol. Ich kam nicht vorwärts und nicht rückwärts. Und dann bin ich in den Sommerferien zu der Romnia Ida Kellarová gefahren und habe 14 Tage lang ohne Pause durchgeweint, getrunken und gesungen. Ich habe, glaube ich, gefühlt gar nicht geschlafen. Diese alte Sprache der Roma. Und diese hohe Kunst des Singens, die ich Jahre trainiert hatte, einfach weg-



genommen zu bekommen. Da steht Ida Kelarová vor Dir und sagt: „Nicolettka! Sing! You have great voice material, but a boring use!“ Ich war erst mal so geplättet, aber sie hat es wirklich geschafft, mich neu zu orientieren, aber auch zusammen mit dieser Community. Unsere Aufgabe bestand darin, sich mit dem tiefsten Wesen, dessen was wir in uns finden können, wirklich zu connecten.

Aber diese innere Stimme, die es da immer gab, die wusste: geh' einfach immer weiter.

Maria *Wie bist Du dann auf die Idee gekommen, Dich mit dem Körper so stark zu beschäftigen, dass Du damit auch Heilungsarbeit machen kannst?*

Nicole Ich hatte Rolfing genommen für mich. Und meine Rolferin sagte: „Hör auf, Dich dauernd selbst zu bemitleiden! Verändere lieber etwas! Und Du wärst übrigens eine super Rolferin.“ Und so bin ich dann zwei, drei Jahre später tatsächlich in der Rolfingausbildung gelandet.

Maria *Welche Methoden und Bezugssysteme benutzt Du noch? Und mit welchen Auswirkungen?*

Nicole Das Rolfing® ist eine Körperaufrichtungs- und Wahrnehmungsarbeit. Die hat mich geführt zum Somatic Experiencing®. Das ist eine Körper-

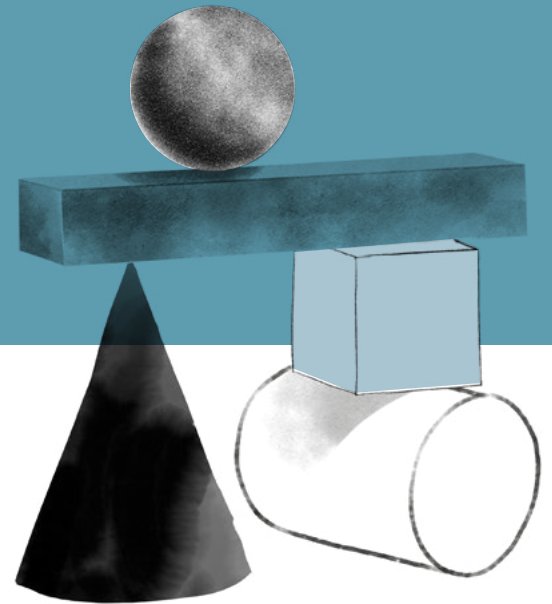
Trauma-Arbeit. Das hat mich geführt zu Integral Somatic Psychology, eine Verkörperung von Emotionen und Gegensätzen. Stimm- und Atemarbeiten liefen seit meiner Ausbildung wie nebenher. Ich habe früh Stimme unterrichtet und Atembegleitung gemacht. Und dann kam die Körperarbeit dazu. Die Trauma-Körperarbeit und die Verkörperungsarbeit der Emotionen. Und auf der Stimmebene bin ich im Lichtenberger Institut für angewandte Stimmphysiologie gelandet. Alle diese Arbeiten basieren auf dem Prinzip der Selbstregulierung. Das wurde dann auch der rote Faden aller dieser Arbeiten. Auf meiner Fahne steht am ehesten, den Menschen, die zu mir kommen, zu helfen, mehr zu leben, mehr zu sein, wer sie im tiefsten Wesenskern wirklich sind.

Claire *Was hat es für Dich bedeutet aus dem Ruhm und Glanz der großen Rollen hervorzutreten?*

Nicole Meine neue Ausrichtung war für die Menschen um mich herum ein Schock, als ich gesagt habe: Ich mache mitten in meiner Karriere Stopp. Etwas in mir wusste aber, dass das notwendig ist. Das waren harte Jahre. Aber diese innere Stimme, die es da immer gab, die wusste: geh' einfach immer weiter. Bei den Rolfing, war es so, dass ich endlich einfach mal meinen Körper „sein“ lassen konnte. Aufhören mit dem künstlichen Aufrechterhalten. Meine Ausbilder haben mir gesagt: „Das brauchst Du nicht. Das geht auch anders“. Dieses erste Loslassen in meinen Körper hat mir signalisiert: Mutter Erde trägt mich und richtet mich sogar auf. Und so fand ich zur inneren Einkehr. Im SE® und ISP lernt man diese Gefühle zu fassen, durch sie hindurch zu gehen, sich regulieren zu lassen und vor allem sich selbst zu regulieren.

Maria *Ist das nicht insgesamt sehr erschöpfend und energiezehrend?*

Nicole Nein im Vergleich zu dem Leben davor, ist es gar nicht anstrengend. Weil es nicht aus meiner Willensstruktur kommt. Es kommt aus meiner Wesensstruktur.



Claire *Und was ist das, was dir Kraft gibt, diese Arbeit zu tun?*

Nicole Die Stille. Und dieses tiefe, tiefe Tauchen in etwas, was wir im Alltag meistens kaum berühren. Man könnte es im weitesten Sinne spirituell nennen. Für mich ist es ein tiefes, fast unendliches Meer. Wo es ruhig ist und wo es für alles auch Platz gibt, für das Schrecklichste und das Schönste. Ich habe vorhin gesagt, diese innere Stimme. In allen Arbeiten geht es um Fluss und Balance, Anspannung, Entspannung, Aufregung, Entregung, hoch, runter, raus, rein. Und jetzt kann ich das begleiten. Und ich kann auch diese ganzen Bewegungen viel mehr fassen. Das ist eine hohe Autonomie, die mich sehr trägt. Bei aller Schwierigkeit, die sie manchmal auch mit sich bringt, aber dieses ganz tiefe, innere eigene Wissen, es ist total okay. Auch, wenn ich nirgendwo hingehöre. Es ist in Ordnung.

Und dann irgendwann ist darunter, dieser unendlich große friedliche und atmende Raum. Das zu erfahren, hat mir ein Urvertrauen zurückgegeben, was ich vorher nicht dachte, haben zu können.

Meine innere Stimme führte mich damals nach Burkina Faso. Die Antwort auf diese Reise war die Gründung meines 3rd Space-Labors, in dem ich Menschen dazu einlade, sich auf tieferen Ebenen zu begegnen. Das erste Labor war 2015. Ich war mitten in diesem Labor und dachte: „Hier bin ich zuhause. Hier bin ich Hüterin des Raumes. Und ich fördere den Kontakt zwischen den Menschen, aber auch natürlich den Kontakt zu mir.“ Ich habe davor keine Angst und kann die Menschen einladen, sich auf allen Sinneskanälen wahrzunehmen und darüber zu kommunizieren. Das ist sehr beglückend und gemeinschaftlich. Eine Frau hat einmal gesagt: „Das ist wie eine Weltenfamilie“. Das hat mich sehr berührt.

Maria *Worauf sollten denn Deiner Einschätzung nach angehende Counselor in der Arbeit mit KlientInnen besonders achten?*

Nicole Zu üben, anwesend in sich selbst zu sein, während ich das Andere höre, sehe, rieche und fühle. Reflexiv mich mit meiner eigenen Angst, Wut, Verzweiflung, Ohnmacht, Resignation, mit dem Schrecklichsten und dem Schönsten auseinanderzusetzen. Wenn ich das Schreckliche und das Dunkle abwehren muss, verpasse ich ganz viel Kostbares. Der Körper hält ja das Trauma und der Körper hält den Schreck. Diese Vorstellung, dass ich mich weder in die Emotion hineinstürzen muss und Drama und Opfer erleben muss, noch dass ich sie kultivieren muss. Ich darf sie verteilen. Das passiert in der Integral Somatic Psychology-Arbeit mit Händen, Hören, Berühren, Atemvisualisierung und Sound. Wenn ich für Gefühle und Empfindungen dynamisches Gefäß werde, dann verändern sie sich. Das kann dann in eine Ohnmacht oder eine große Traurigkeit führen. Und dann irgendwann ist darunter, dieser unendlich große friedliche und atmende Raum. Das zu erfahren, hat mir ein Urvertrauen zurückgegeben, was ich vorher nicht dachte, haben zu können. Ich habe das Glück, unglaublich viele Lehrer zu haben. Ich sage immer, wenn ich arbeite: „Die sitzen alle hinter mir“. Die erste Reibung waren Männer. Dann habe ich mir ganz wunderbare Frauen als Vorbilder gesucht. Eine weitere Reibung war, dass dieses naive Nicolinchen, das in diese Ausbildung gegangen war, aus diesem Paradies herausfallen musste, was sagte: „Aber hier muss sie doch jetzt schön sein die Welt. Wir müssen es doch jetzt richtig gut machen. Jetzt bin ich doch irgendwie zu Hause und habe meine heile Community,“ und dann zu merken: das war gar nicht so, und ist auch gar nicht so“. Das war vielleicht die schwierigste Reibung für mich.

Ida Kellarova sagte einmal zu mir: „Du musst demütiger werden“. Ich habe das lange Zeit gar nicht verstanden, weil ich dachte, ich bin doch eigentlich schon demütig. Ich habe lange gebraucht, um zu verstehen, wie sie das meint. Nämlich alles, was ich mitbringe, in größter Demut anzunehmen und der Welt zur Verfügung zu stellen.

Claire Wir möchten alle diejenigen ermutigen, die ganz unterschiedliche Wege in ihrem Leben gegangen sind, um zu dem zu kommen, was sie heute in ihrer Essenz ausmacht. Das ist die Ausbildung, das ist die Methodik, aber es ist eben auch das Ganze, was dahintersteht: die Brüche, das Straucheln, die Stellen, an denen wir hängen bleiben, wo wir einen Mut entwickeln und gar nicht wissen, wo es eigentlich langgeht. Alles das macht uns aus. Das ist Counselor-Identität.

Nicole Es gibt keine Stelle in unserem Tun, in der man für sich sagen könnte, jetzt ist alles perfekt. Das Straucheln, Stolpern und Innehalten und das einen neuen Weg suchen müssen und das nicht wissen, wo es entlang geht, gehört dazu. Das ist Teil unseres inneren Reichtums. Das zu begreifen, ist lebensverändernd. Ich sehe es als großes Privileg an, mit sehr starken anderen Kulturen in Verbindung zu sein. Ich war sieben Jahre lang mit einem Tuareg in Algerien verheiratet. Jetzt lebe ich mit einem Mann aus dem Senegal. Es ist herausfordernd, und zugleich ein ständiges Berühren zwischen Alltag und Berufung. Dass ich jetzt mit meinem Mann so sein kann, wie ich es bin, hat damit zu tun, welchen Weg ich gegangen bin. Mein verstorbener Tantchen sagte immer: „Was du nicht hast, warte nicht darauf. Kreiere es am besten selbst.“

Maria Amon

* 1951

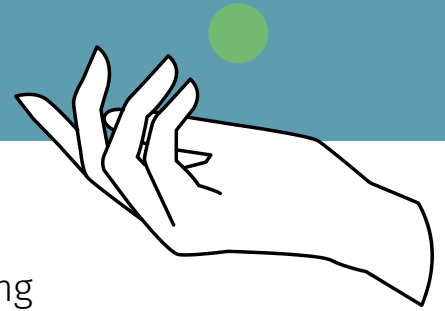
Diplom Pädagogin, Counselor grad. BVPPT
 Psychotherapie (HPG)
 Supervision DGSv
 Zehnjährige Projektarbeit mit Sinte
 Seit 1990 in freier Praxis
 in Bergisch Gladbach
 Lehrtrainerin im IHP für Gestalt
 und Supervision

Claire Merkord

* 1965

Gestalttherapeutin, Psychotherapie (HPG),
 Counselor grad. BVPPT
 Diplom-Übersetzerin (FH) (ATICOM)
 Counseling Deutsch, Englisch und Französisch
 Schwerpunkt interkulturelle Arbeit
 Langjährige fachliche Tätigkeit für einen
 jüdischen Gedenkort und Rechercheprojekt
 zu „Jüdischen Kindertransporten“.
 Verantwortlich für Zeitzeugenkommunikation,
 Übersetzung und Dolmetschen
 Übersetzungen Englisch / Französisch /
 Deutsch: Recht, Wirtschaft, Kultur
 Leitung einer Vertragsabteilung: Deutsch,
 Englisch, Französisch und Spanisch

Hoffnung(slos)



Mein Leben war bisher recht hoffnungslos. Nicht aufgrund existenzieller Krisen oder Sorgen, so dass ich jede Hoffnung aufgegeben hätte. Im Gegenteil. In einem Großteil meines Lebens hatte ich dankenswerterweise nur selten Anlass auf etwas (Besseres) zu hoffen. Hoffnungslosigkeit könnte man in meinem Fall also auch ein Stück weit als Privileg deuten.

Zu der Zeit als COVID sich zur weltweiten Pandemie entwickelte, verbrachten meine Familie und ich unsere Elternzeit in Südafrika, wo wir von jetzt auf gleich aufgrund des eingestellten internationalen Flugverkehrs für mehrere Wochen festsaßen. Corona war zu diesem Zeitpunkt eine nicht einschätzbare Bedrohung und nach kurzer Zeit machte sich eine Stimmung der Unsicherheit in mir breit. Mit der Krise kam die Hoffnung.

Seit dieser Erfahrung ist nicht nur meine Aufmerksamkeit für die Hoffnung, sondern auch mein Krisenbewusstsein gestiegen. Weltweite Epidemien, die Klimakrise, Artensterben, Hunger, Kriege, Gewalt, Terror – tagtäglich werden wir regelrecht überschwemmt mit negativen Nachrichten. An man-

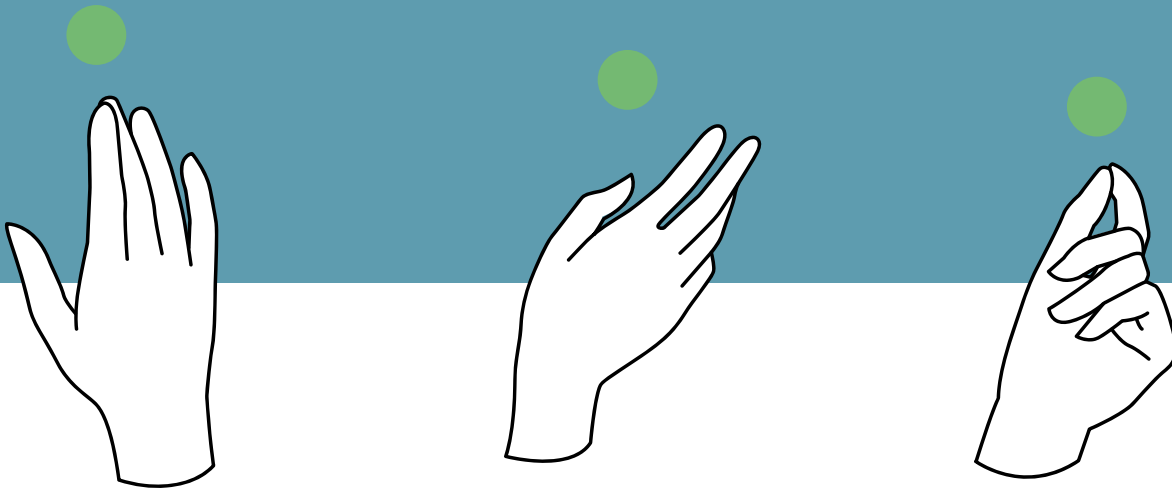
chen Tagen kommt es mir so vor, als würden K.I.Z. und Henning May in meinem Kopf ein Exklusivkonzert geben und bei voller Lautstärke „Hurra, diese Welt geht unter“ endlos wiederholen. Begleitet von Bildern des Natoabzugs aus Afghanistan, von überfüllten Intensivstationen, von Überschwemmungen, Bränden, Armut, und Verzweiflung.

Willkürlich und ohne Ankündigung können wir alle jederzeit zu Opfern werden. Viele Menschen leben mit diesem Gefühl der Unsicherheit und des Kontrollverlustes. Insbesondere viele junge Menschen leiden zunehmend unter Angst und Hoffnungslosigkeit. Studien verweisen darauf, dass es der jungen Generation von allen lebenden Generationen mental am schlechtesten geht.¹

Aber steht es wirklich so schlecht um die Welt? „Hurra diese Welt geht unter“ vermittelt noch etwas anderes: Hoffnung. Auf ein Leben nach dem großen Zusammenbruch der Welt.

Das Thema Hoffnung erscheint mir irgendwie verzwickelt. Gefühlt nehmen Hoffnungslosigkeit und Krisen zu. Andererseits gibt es, so erläutert Mark Manson in seinem Buch „Everything is fucked“, das Fortschrittsparadoxon, das besagt, dass es der Menschheit objektiv betrachtet aufgrund des nie anhaltenden Fortschritts besser ginge als je zuvor. So gäbe es beispielsweise insgesamt mehr Wohlstand, Bildung und Rechte sowie bessere Gesundheitsversorgung auf der einen, weniger Armut, Kriege, Rassismus, Sexismus, Diskriminierung und Gewalt gegen Frauen auf der anderen Seite.² Das könnte hoffnungsvoll stimmen, wenn Manson nicht zeitgleich ausführen würde, dass Symptome von Angstzuständen und Depressionen, Gefühle von Einsamkeit und sozialer Isolation in den USA ebenso

Willkürlich und ohne Ankündigung können wir alle jederzeit zu Opfern werden. Viele Menschen leben mit diesem Gefühl der Unsicherheit und des Kontrollverlustes.



Je besser die Lage, desto mehr scheinen wir zu verzweifeln. Das ist das Forschungsparadoxon. [...]

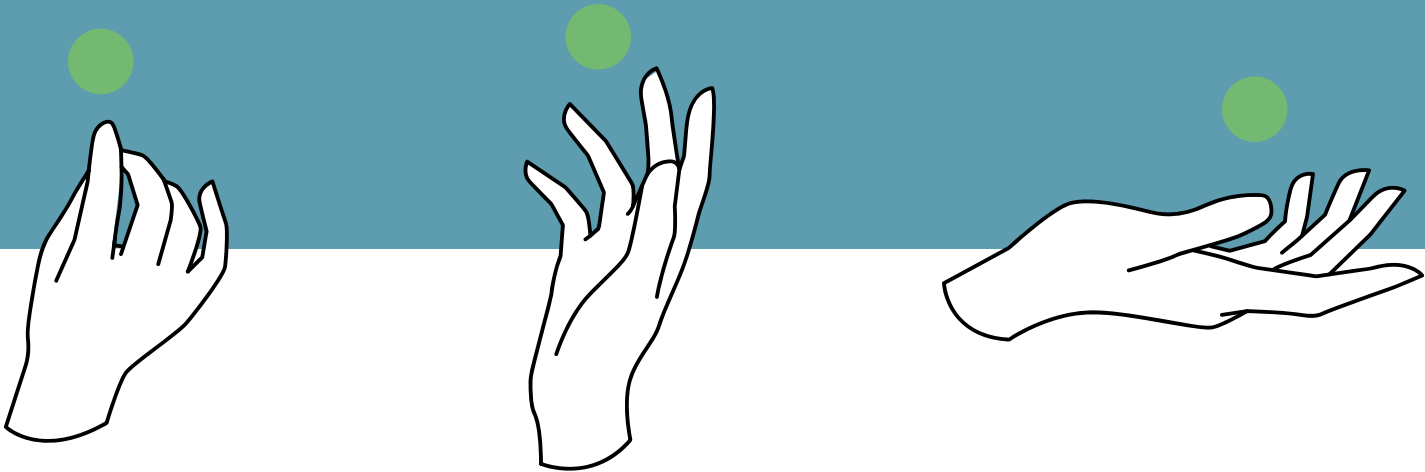
MANSON, 2019

land beobachten. „Je besser die Lage, desto mehr scheinen wir zu verzweifeln. Das ist das Forschungsparadoxon. (...) Je wohlhabender und sicherer das Land ist, in dem wir leben, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass wir Selbstmord begehen.“³

Und trotzdem „Die Hoffnung stirbt zuletzt“ weiß schon der Volksmund. Ich frage Google, was Hoffnung bedeutet und Wikipedia antwortet: „Hoffnung ist eine zuversichtliche innerliche Ausrichtung, gepaart mit einer positiven Erwartungshaltung, dass etwas Wünschenswertes eintreten wird, ohne dass wirkliche Gewissheit darüber besteht.“⁴

zunehmen wie Drogentote und unterschiedliche Formen des Extremismus (Linke, Rechte, Religionsfanatiker, Verschwörungstheoretiker usw.). Ähnliches lässt sich auch in Deutsch-

Der Hoffnungsforscher Dr. Andreas Krafft von der Hochschule St. Gallen schreibt dazu: „Weil die Hoffnung zusammen mit ihren Widersachern Angst und Sorge dermaßen bedeutsame Phänomene sind, werden diese in der Philosophie, der Theologie und der Psychologie kontrovers diskutiert. Hoffnung wird u. a. als Erwartung, als Gefühl, als Glaube, als Vertrauen, als Tugend, als Charakterstärke und als Wille charakterisiert.“⁵ Dabei betonen einige Ansätze insbesondere die kognitive, wohingegen andere die emotionale oder die spirituelle Komponente von Hoffnung fokussieren. In der Krise entsteht Hoffnung, weil sie am meisten gebraucht wird. Kürzlich habe ich einen Podcast zum Thema Hoffnung gehört, in dem die Philosophin und Literaturkritikerin Thea Dorn ihre Gedanken zum Thema Hoffnung ausführte und formulierte, dass die der Hoffnung gegenüberstehende Angst letztlich immer die Angst vor dem Tod und entsprechend Hoffnung final die Hoffnung auf die Überwindung des Todes bzw. auf (ewiges) Leben ist. Während sich die Idee von ewigem Leben, jenseits, Paradies oder der Wiedergeburt mit vielen religiösen Vorstellungen deckt, finden sich diese Vorstellungen vermutlich immer seltener in den Köpfen der Menschen wieder. Doch wenn nicht auf ewiges Leben, worauf sollen wir dann hoffen? Ist die Wissenschaft an die Stelle der Religion getreten?⁶



In einem Interview zum Thema Hoffnung erklärt der Mediziner, Philosoph und Bioethiker Giovanni Maio dazu: „Wir leben in einer Zeit, in der wir vor lauter Rechnen das Hoffen verlernt haben. Wenn dann die Unabsehbarkeit der Zukunft deutlich vor Augen tritt, verzweifeln wir, weil wir verlernt haben, Vertrauen in eine ungedeckte Zukunft zu haben. Hoffnung ist eine Loslösung vom Anspruch auf eine Erfolgsgarantie und die Gewissheit, dass es Sinn macht, an das Morgen zu glauben.“⁷

Ich stelle mir die Frage, ob denn die Hoffnung als Überwindung des Todes auf das eigene Überleben gerichtet sein muss? Wäre es zu abstrakt darauf zu hoffen, dass die Menschheit als solches überlebt? Oder zumindest die eigenen Nachkommen? Reicht das nicht aus, um ein Bild von der Zukunft zu entwickeln, auf die es zu hoffen lohnt und die zur Handlung motiviert?

Das mit dem Handeln ist beim Hoffen allerdings eh so eine Sache. Hoffen kann auch einen passiven Beigeschmack haben. So nach dem Motto, abwarten und hoffen, dass Gott oder eine höhere Macht es richten werden. Neben der positiven Kraft der Hoffnung gibt es auch diese negativen Effekte. Ich glaube, dass Counseling einen ganz entscheidenden Beitrag zur Hoffnung leisten kann. Hoffnung ist eine wesentliche Grundhaltung im Counseling. Wenn ich es als Counselor nicht grundsätzlich für möglich halten würde, dass sich etwas zum Besseren hin entwickeln kann – ohne Gewissheit oder Garantie – dann könnte ich gleich aufgeben und sollte vermutlich besser niemanden professionell beraten. Counseling so wie ich es verstehe ist ein

Raum für Hoffnung. Ein Raum, in dem die Hoffnung (wieder)entdeckt werden, stabilisieren und zu Handlung motivieren kann. Counseling kann beim Sortieren, Begreifen und Erspüren helfen. Was macht Angst? Auf was lässt sich hoffen? Woran lässt sich anknüpfen? Was für Handlungsoptionen, welche Ressourcen gibt es? Counseling ist auch ein Ort, an dem die passive Hoffnung durch Reflexion einem Realitätscheck unterzogen wird, um zu überprüfen, wohin einen die Hoffnung führt. Ein Raum, in dem neue Perspektiven aufgezeigt werden und durch Reframing neue Bedeutungen konstruiert werden können. Manson sagt, dass charakteristisch für die Hoffnung ist, dass sie sich nicht um die Probleme kümmert, die gelöst worden sind, sondern nur auf diejenigen Probleme fokussiert, die noch gelöst werden müssen.⁸ Counseling kann dabei den Blick auf die Vergangenheit richten, um aus den bereits überwundenen Krisen Kraft und Selbstvertrauen zu schöpfen. Counseling ist ein Raum, in dem die Zukunft erträumt werden kann, ohne dass die Gegenwart oder die Vergangenheit in Vergessenheit geraten. Im Counseling wird eben nicht nur auf eine erwünschte äußere Zukunft gesetzt, sondern es geht auch um die Stärkung des (Selbst-)vertrauens und somit den Glauben daran, dass man selbst mit der unbekanntem Zukunft gut zurecht kommen wird.



Was ich an der Hoffnung mag:

Hoffnung ist nicht naiv, sie ist ambivalent. Sie erkennt an, dass es einen Wunsch nach Veränderung, eine Sehnsucht danach gibt, da sie der unzufriedenstellenden Ausgangslage in's Auge blickt. Sie verharmlost nicht. Dabei wälzt sie die Lösung des Problems nicht allein auf das Individuum ab, denn sie weiß, läge es allein in seiner Macht, würde es handeln und nicht hoffen. Es muss etwas darüber hinaus geben, auch wenn es der Verstand nicht greifen kann. Dennoch motiviert sie zur Handlung, wissend, um die Möglichkeit, ja vielleicht sogar die Wahrscheinlichkeit des Scheiterns. Um es mit den Worten des Philosophen Ernst Bloch zu sagen: „Hoffnung ist kritisch. Hoffnung ist Enttäuschung. Hoffnung aber nagelt doch immer eine Fahne an den Mast.“⁹

Jana Dau

* 1986

Master of Arts Erwachsenenbildung
Head of HR Development/
Organizational Development
Counselor, Coaching und Supervision

-
- ¹ Vgl. Psychologische Hochschule Berlin, 2014, Prävalenz psychischer Störungen, gesundheitsbezogener Lebensqualität und Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen im Altersgang
 - ² Vgl. Manson, 2019, Kindle Position 295 ff.
 - ³ Manson, 2019, Kindle Position 337–347
 - ⁴ <https://de.wikipedia.org/wiki/Hoffnung>
Stand: 15.10.2021
 - ⁵ Krafft, 2019, S. 14
 - ⁶ <https://www1.wdr.de/mediathek/audio/wdr5/wdr5-das-philosophische-radio/audio-wie-finden-wir-hoffnung-100.html>
Stand: 15.10.2021
 - ⁷ ZEIT Wissen, Nr. 6, Okt/Nov 2016, S. 26
 - ⁸ Vgl. Manson, 2009, Position 347
 - ⁹ Ernst Bloch
https://www.deutschlandfunkkultur.de/ernst-bloch-und-das-noch-nicht.954.de.html?dram:article_id=145429
Stand: 15.10.2021

KrisenFest



Ein innerer Weg

Einsamkeit ganz zeitgemäß

Durchdringend

Bis ins Herzgefäß

Selbstzweifel wachsen

Empor

Hinter Masken

Maria singt im Dornwald

Für mich

COVID 19 anno 2020

Auf den Leib geschneidert

Wandel und Erkenntnis

Die Angst verkleinert

SANDRA KORSTEN

Wir sind in den vergangenen Monaten zu Expertinnen und Experten der Distanz geworden – beim Abstand halten zu anderen an der Supermarktkasse oder beim Begrüßen guter Freunde per Ellbogen-Touch. Gerade in Ausnahmesituationen rücken Menschen zusammen. Das ist ein natürlicher Impuls, weil die Nähe unsere Angst beruhigt und uns das Gefühl nimmt, die Krise ganz allein durchstehen zu müssen.

Doch jetzt, in Zeiten des Corona-Virus ist das plötzlich anders, denn hier gilt das Gebot des „Sozial-Distanzing“. Wir sind aufgefordert, Solidarität zu zeigen, indem wir Abstand halten. Diese Ambivalenz begleitet uns nun schon seit Monaten. Sie steht für einen massiven Bruch in unseren Alltagserfahrungen, der vor allem damit zu tun hat, dass wir soziale Wesen sind. Als Counselor interessiere ich mich für diese Alltagserfahrungen. Man kann mit ihnen mehr oder weniger achtsam umgehen, indem man sie bewusst wahrnimmt, sie für sich sprechen lässt oder geflissentlich überhört, vielleicht sogar zum Schweigen bringt. Man kann also auch zu den eigenen Erfahrungen eine Nähe aufbauen oder sich in sicherer Distanz halten. Ich greife eine Alltagserfahrung heraus, die insbesondere aus der Perspektive unserer Leibhaftigkeit wertvolle Erkenntnisse über die Ambivalenz von Nähe und Distanz zutage fördern.

Ein kleines Stück Stoff

Als Resonanzkörper reagieren wir auf andere und schwingen uns in die Spannung von Nähe und Distanz ein. Das erklärt vielleicht das seltsame Unbehagen, das die Gesichtsmaske auslöst, die sich unübersehbar zwischen mich und meine Mitwelt schiebt: Ein kleines Stück Stoff verstellt mir einen zentralen Zugang zum andern. Man ist zurückgeworfen auf sich selbst. Es ist irritierend und befremdlich, wenn wir jetzt in anderen Gesichtern vor allem die Maske sehen und unser Wunsch, den

Zum Aufbruch in ein neues Terrain gehört auch Trennungskompetenz. Wer sich weiter entwickeln will, der muss alte Lebensphasen abschließen können.

sind der eigenen Kreativität keine Grenzen gesetzt. Sinn entsteht nicht am Ziel, sondern während man darauf zugeht.

Damit man Veränderungen kommen sieht und meistern kann, ist eine gewisse Fähigkeit der Selbstreflexion wichtig.

Häufig sind es äußere Faktoren, die Menschen zur Weiterentwicklung animieren – oder zwingen. Ob es der digitale Wandel der Arbeitswelt ist oder der Eintritt in eine bestimmte Lebensphase, wie das Rentenalter – oder eine Pandemie – manchen Neuerungen müssen wir uns schlicht stellen. Je mehr Kompetenz zur Veränderung man im Laufe des Lebens ansammelt, desto einfacher wird es, sich immer wieder an äußerer Veränderung oder an Anforderungen bestimmter Lebensphasen anzupassen. Veränderungsprozesse zu starten – und durchzuhalten ist also nicht immer ganz so einfach. Doch es gibt Strategien, die eine Weiterentwicklung erleichtern.

Angst überwinden

Angst ruft nach Lösungen. Wir finden es ungemütlich, das Alte aufzugeben. Der Prozess der Veränderung ist immer auch anstrengend, mit Aufwand verbunden – und macht Angst. Warum ist gerade das Neue so erschreckend? Die Furcht vor dem Unbekannten ist eine Art Ur-Angst – die wie ein Kern in allen anderen Ängsten enthalten ist. Ob Trennung, Umzug, Jobwechsel – immer schwingt die Angst vor dem Unbekannten mit. Diese Angst bewusst wahrzunehmen, anzuerkennen und zu würdigen, hilft bereits, Blockaden zu überwinden.

anderen zu verstehen und dabei selbst Sicherheit zu erlangen, über diese Hürde muss. Die Erfahrung von etwas, das fremd ist, eröffnet uns aber auch neue Wege zum anderen – hier

Abschied nehmen

Zum Aufbruch in ein neues Terrain gehört auch Trennungskompetenz. Wer sich weiter entwickeln will, der muss alte Lebensphasen abschließen können. In unserem Bewusstsein tragen wir immer noch die alten Geschichten von uns – die alten Geschichten, die wir beigebracht bekommen haben, wie wir uns nach Außen andienen müssen, wie wir zu sein haben. Das Leben möchte sich weiterentwickeln. Gibt es etwas in mir – in jedem Einzelnen oder in der Gesellschaft, das sich verändern möchte – oder schon längst überfällig ist? Ein neuer Weg des Miteinanders – von Mensch zu Mensch – und im Miteinander mit der Natur ...

Offenheit für Neues

Wachheit für anstehende Veränderungen helfen dabei, sich zu orientieren und Neuerungen zu meistern. Und wie könnte die Lösung aussehen? Ist überhaupt eine andere Lösung für das Dilemma denkbar, dass uns jede Krise beschert: bei uns selbst anzufangen. Uns selbst und die Haltung erkennen, mit denen wir andere Menschen darin unterstützen und begleiten, wohin sie wollen, obwohl wir doch alle im gleichen Boot sitzen, transpersonal verbunden und spirituell unterwegs- als Suchende. Letztlich geht es darum, eine andere Haltung zum Thema Veränderungen anzunehmen- selbstbestimmter und verantwortungsvoller mit äußerem Wandel umzugehen – und zu sehen, was er auch Gutes für einen bringt, Entfaltung durch Vertrauen auf Veränderung und Wachstum.

Sandra Korsten

* 1973

Counselor grad. BVPPT

Gestalt und Orientierungsanalyse

Systemische Therapie und Beratung

Eigene Praxis in Aachen

www.sandrakorsten.de

Graduierungen

Juni – November 2021



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

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

IHP Eschweiler

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

Matthias Roth

„Erfolg malen?“
Elemente der Kunst- & Gestaltungs-
therapie in der Businesswelt

Ramona Stuber

„Mit farbenfrohen Flügeln
die Welt entdecken“
Haltungen und Verhaltensmuster
sicht- und veränderbar werden
lassen

Nadine Wehrli

„Für so etwas habe ich keine Zeit!“
Mit Worten gestalten –
kreative Textarbeit
Ein Wechselspiel zwischen Wort und
Gestaltung im kunst- & gestaltungs-
therapeutischen Counseling

Alexandra Buysch

„Wovon wir träumen und
worauf wir hoffen –
das bestimmt unsere Zukunft“
Mein Ansatz des Counselings anhand
eines Wochenendes für Allein-
erziehende

Angelika Rüpke

„Träumen ist gesund“
Mit den Vier Schilden durch die Krise

FH Münster

Begleitet von Prof. Horst Blatt
und Christina Pollmann

Sabrina Schmidt

„Selbstwirksamkeitserwartung
von Fachkräften in der
Stationären Jugendhilfe“
Erfahrungen, die es reduzieren
und erhöhen

Nadine Dersen

„Kinder mit sozialen Schwierigkeiten“
Ressourcenförderung in der Schule

Ellen Peters-Gonska

„Wirksamkeitsüberprüfung
des Seminars Bogenschießen
und Entspannung“
Evaluation des Theorie-
und Praxisprojektes

Jörg Reinsch

„Coaching in der Ausbildung
von Pflegeberufen“

Tatjana Bremer

„Coaching zur Perspektiventwicklung
für Jugendliche in der stationären
Jugendhilfe“
Evaluation eines Theorie-
und Praxisprojektes

Wir gratulieren herzlich!

Buchbesprechungen



Silvia Vater | Roman Hoch **Kartenset Systemische Teamorganisationsprozesse**

Beltz Verlag, Weinheim 2021
ISBN 978-3-407-36781-5 | 39,95 Euro

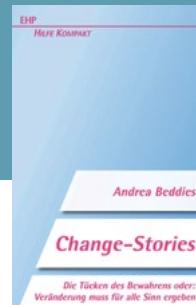
Das Set aus 100 Karten und einem 50 seitigen Booklet wird durch 23 Seiten Online-Material komplettiert. Das Booklet stellt zunächst mit dem BDCI-Modell die Struktur vor, nach der die Autor*innen arbeiten. BDCI steht für Brücke – Diagnostik – Choreografie – Struktur.

Die Karten beschreiben zu jeder dieser vier Phasen exemplarische Auftragssituationen. Hierzu werden (Arbeits-)Hypothesen gebildet, die die Grundlage für die Wahl der Interventionen und das weitere Vorgehen bilden.

Die Autor*innen empfehlen ausdrücklich, bei jedem Auftrag in erster Linie dem eigenen Gefühl und den eigenen Ideen zum Prozess zu folgen. Die Methoden sollten sich dann an den selbst ermittelten Herausforderungen orientieren. Das Kartenset ist in diesem Prozess lediglich als Unterstützung für die eigene Arbeit zu verstehen. Es greift mögliche Situationen in einem Prozess exemplarisch auf und kann niemals alle Möglichkeiten vollständig abdecken. Am ehesten als vollständig können die Karten zur Auftragsklärung und (Selbst-) Reflexion innerhalb der einzelnen Phasen gesehen werden.

Eine eindeutige Verknüpfung zwischen den Beschreibungen im Booklet und den Karten wäre eine Erleichterung bei der Nutzung, auf die die Autor*innen leider verzichtet haben. Doch auch ohne diese Hilfe lässt sich das Kartenmaterial als Unterstützung und Ergänzung des Eigenen gut nutzen.

Jochen Krampe



Andrea Beddies **Change-Stories**

Die Tücken des Bewahrens oder:
Veränderung muss für alle Sinn ergeben

128 Seiten | EHP-Verlag Andreas Kohlhage, Grevelsberg 2021
ISBN 978-3-89797-139-4 | 19,99 Euro

Unsere Arbeitswelt befindet sich in einem ständigen Wandel, manchmal gewollt, manchmal ungewollt. Andrea Beddies fasst in ihrem Buch die wichtigsten Grundlagen für erfolgreiche Change-Prozesse zusammen. Wissenschaftliche Grundlagen sind komprimiert zusammengefasst und mit Geschichten aus der Praxis ergänzt. Es wird beschrieben, wann Veränderungsprozesse Sinn ergeben und wann man besser die Finger davon lassen sollte. Darauf folgen die zum Gelingen beitragenden Mechanismen.

„Change-Stories“ richtet sich an eine große Bandbreite an Zielgruppen. Hier sind Führungskräfte ebenso angesprochen, wie Organisationsentwickler*innen oder Studierende.

Wie von der Autorin im Vorwort angekündigt, ist das Buch leicht zu lesen. Die Sprache ist klar, verständlich und humorvoll und durch die vielen Praxisbeispiele sehr anschaulich und kurzweilig. Es lädt ein, die eigene Veränderungs-Motivation zu reflektieren und macht Mut, bislang vor sich hergeschobene Projekte anzugehen. Die Leser finden Bekanntes, erfahren Neues und erhalten viele Anregungen und Inspiration für die eigene Praxis.

„Change-Stories“ ist ein Buch von einer Praktikerin für Praktiker*innen, unabhängig davon, ob man selbst einen Change-Prozess initiiert oder als Berater*in begleitet.

Es ist sehr empfehlenswert für alle, die sich noch einmal kurz mit den Grundlagen von Change-Management beschäftigen wollen, ebenso wie für Menschen, die sich erstmals mit dem Thema Veränderung in ihrer Arbeitswelt befassen.

Doreen Markworth



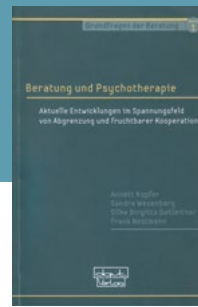
Iris Schwarz | Manfred Schwarz **Führungskräfteentwicklung**

Digitales Konzept mit Trainer-Einzellizenz
als USB-Stick oder CD-Rom
managerSeminare Verlags GmbH, Bonn, 2021
698 Euro

Das Trainingskonzept von Schwarz und Schwarz kommt ganz unpräntiös wahlweise per Direktdownload oder Datenstick auf den Computer. Es ist ein rein digitales Trainingsprodukt. Nach dem Öffnen kann die User*in auf drei Führungskonzepte zugreifen: „Führungskräfteentwicklung“ (11 Tage), ein 3-tägiges Basistraining „Grundlagen Führung und systemisches Denken“ und ein 6-tägiges Intensivtraining „Führungswissen kompakt“. Wenn diese Grundstruktur durchdrungen ist, findet die Leser*in extrem gut aufgebaute, in Einzelschritten und mit Zeitangaben vorgestellte Trainingsmodule. Nachdem ich mich durch die Lektüre des Trainerleitfadens mit dem Gesamtkonzept vertraut gemacht habe, begegne ich in sechs digitalen Ordnern den Inhalten Flipcharts (184 Stück!), Handouts, Power-Point-Charts (300 Stück!), Trainingsablauf, Werkzeuge und weitere methodische Inputs, welche die praxiserprobten und bestens strukturierten Seminarbausteine komplettieren.

Der systemische Hintergrund des Trainerpaares zieht sich durch die Bausteine. Alles ist ready-to-use oder kann auch individuell zusammengestellt und somit an die jeweilige Teilnehmendengruppe angepasst werden. Allgemeine Führungskompetenzen, soziale, personelle sowie agile Kompetenzen finden ihre Beachtung ebenso wie Fähigkeiten in Veränderungsprozessen. Alles ist für Präsenzarbeit als auch in hybriden Formaten einsetzbar. Die hohen Anschaffungskosten relativieren sich mit dem Blick auf die extrem hohe Komplexität dieses Konzeptes und die Tatsache, dass der Erwerb der Trainer-Einzellizenz (welche ich als Rezensentin nicht habe) die unbegrenzte Nutzung, Vervielfältigung sowie Anpassung an den eigenen Namen und das persönliche Corporate Design gewährt. Dennoch ein stolzer Preis.

Uta Stinshoff



Annett Kupfer, Sandra Wesenberg, Silke Birgitta Gahleitner, Frank Nestmann **Beratung und Psychotherapie.**

Aktuelle Entwicklungen im Spannungsfeld
von Abgrenzung und fruchtbarer Kooperation

106 Seiten | DGVT Verlag, Tübingen 2021
ISBN 978-3-87159-751-0 | 12,80 Euro

Dieses aufschlussreiche Werk ist der Start für eine „Kleine Reihe“ zu Grundfragen der Beratung. Die Autor*innen sprechen zwar hier immer noch von psychosozialer Beratung statt von Counseling, doch was sie davon in Unterscheidung zur Psychotherapie schreiben, das hat begeistert und überzeugt.

Der entscheidende Unterschied: „Während Psychotherapie sich auf den klinisch-psychologischen und medizinischen Gesundheitssektor bezieht, ist Beratung interdisziplinär und multiprofessionell verortet.“ Mit dem am 1.9.2020 in Kraft getretenen Gesetz zur Reform der Psychotherapeuten-Ausbildung wird eine deutliche Grenzziehung zwischen Psychotherapie und anderen Formen psychosozialer Hilfen gezogen.

Vor diesem Hintergrund ist Beratung ohne Interdisziplinarität und Interprofessionalität nicht denkbar. Psychotherapie bewegt sich seitdem im geschlossenen dyadischen Setting und impliziert formalisierte, spezialisierte Prozesse, während Beratung als offener und niederschwelliger beschrieben wird. Psychotherapie hat die Wiederherstellung von Gesundheit und Funktionstüchtigkeit im Fokus, während Prävention, Förderung von Entwicklung und Hilfe zur Beseitigung von Problemen die „Identitätspfeiler“ von Beratung sind. Dabei geht es um das Anerkennen einer sorgfältig gelernten Kompetenz von „strukturierter Intuition“ (S. 52), die sich vor dem trainierten Wissenshintergrund systematisch und reflektiert entfaltet. So wird psychosoziale Beratung zu Counseling und darf so genannt werden.

Dr. Klaus Lumma



Ulrike Fricke, Christina Pollmann
Gemeinsam Online

Digitale Workshops aktivierend gestalten

230 Seiten | Beltz Verlag, Weinheim 2021
 ISBN 978-3-407-36785-3 | 34,95 Euro

„Vom Sinn des Schlotterns: eine Anatomie des Lampenfiebers“ – „Action! Gemeinsam arbeiten auf verschiedenen Kanälen.“ – „Worst Case – muss das jetzt sein?“ Diese Überschriften im Inhaltsverzeichnis haben schon direkt meine Neugierde und Lust auf mehr geweckt. Und es hat sich sehr gelohnt. Christina Pollmann und Ulrike Fricke greifen das durch die Pandemie zwangsläufig aktuell gewordene Thema „Zusammenarbeiten online“ charmant und sprachgewandt auf. Im Vordergrund dieses praktischen Begleiters steht die Ermutigung, digitale Settings als Erlebnisraum zu erobern und mit Freuden auszuprobieren, zu gestalten, Grenzen zu akzeptieren und zu erleben, dass gemeinsam online anders als offline ist, weder besser noch schlechter, eben anders. Theoretische wie praktische Impulse unterstützen die Leser*innen, die eigene Performance digital zu überprüfen und zu verbessern. Die präsente, authentische und souveräne Ausstrahlung wird ebenso behandelt wie Struktur und Rahmgebung eines Workshops, aktivierende Methoden, Gruppenleitung online, Feedbackkultur bis hin zu Umgang mit Lampenfieber und Worst Case Szenarien. Die stete Ermutigung zieht sich wie ein roter Faden durch das gesamte Werk.

Hier kann jede*r Trainer*in Anregungen für die nächsten digitalen Seminare erhalten. Je nach Bedürfnis und Bedarf ist sowohl linear vorzugehen als auch einzelne Kapitel zu einer bestimmten Frage auszuwählen oder sich von den Übungen inspirieren zu lassen. So ist erfolgreiches miteinander online möglich.

Angela Keil



Dennis Sawatzki, Andreas Hoffmann,
Benjamin Lambeck, Lukas Mundelsee
50 Coachingkarten Online-Coaching

Das Methodenset für digital gestützte Beratung

Bildkarten inkl. 16-seitigem Booklet, inkl. digitaler Version
 Beltz Verlag Weinheim Basel, 2021
 GTIN 4019172300265 Print | 49,95 Euro
 ISBN 978-3-407-36778-5 E-Book (PDF) | 44,99 Euro

Ach, hätte es doch das vor mir liegende Kartenset bereits im April 2020 gegeben ...

Angefangen bei dem 16-seitigen Booklet, dass es schafft, den/die Berater*in in die Welt der digital gestützten Beratung einzuführen und die Systematik der vorliegenden Karten zu erläutern, holen die vorgestellten Methoden Beratende in der Präsenzberatung ab und führen sie gezielt in die digital gestützte Beratung hinein. Methodische Ansätze, wie z.B. die Wunderfrage, das Innere Team, Skalierungsfragen, das Systemische Konsensieren oder die Tetralemma Methode, werden kreativ für die digital gestützte Beratung umgesetzt. Die Welt außerhalb des Bildschirms wird in die Beratung integriert. Angefangen bei dem Raum, in dem der Bildschirm steht, über die Möglichkeit, Klient*innen auf einem realen Spaziergang mit dem Handy zu begleiten, bis hin zu Reisen über die gesamte Erde, mithilfe von Google Earth.

Ideen für mögliche Hausaufgaben werden unter dem Punkt Hinweise ergänzend angeboten. Die Beispiele auf der Rückseite der Karten öffnen den Blick für Einsatzmöglichkeiten der Methodik. Was Beratenden nach wie vor nicht erspart bleibt, ist die aktive und intensive Auseinandersetzung mit den digitalen Tools selbst. Die Arbeit mit digitalen Whiteboards, einem Etherpad oder Narrativs (Erklärvideos) muss eingeübt werden, bevor es in der Beratung zum Einsatz kommt. Die Möglichkeiten, die das verwendete Videokonferenztool bietet, müssen bekannt und umsetzbar sein.

Annette Jagieniak



Birgit Knatz und Bernard Dodier
Mailen, chatten, zoomen:
Digitale Beratungsformen in der Praxis

293 Seiten | Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2021
 ISBN 978-3-608-89272-7 | 32 Euro

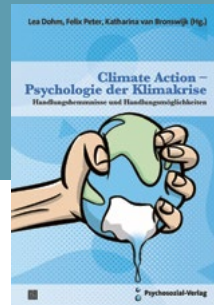
Dieses Buch ist keinerlei Gedankenakrobatik, sondern es ist anwendungsorientiert und gibt ganz konkrete Hinweise auf verschiedenste Beratungsthemen. Es bietet einen Erfahrungsbericht aus 18 Jahren Online-Beratung. Dieses Buch ist also volljährig.

Die Autoren danken den Mädchen und Jungen, Frauen und Männern für ihre Meldungen, Zustimmungen, Abgrenzungen und ihre Geschichten, die bei der Online-Beratungsstelle eingegangen sind. Davon lebt das Buch, und es ist ganz anders als alle anderen Beratungsbücher, weil es ausschließlich um Online-Beratungen geht.

Es gibt Empfehlungen für jede Situation, die der Counselor im Internet erlebt. Auch hier geht es um unsere Beratungshaltung, „die großen Sechs“: Empathie, Emotionale Stabilität, Aktives Zuhören, Respekt und wertschätzende Haltung für alle Partner, gesteuerte Gesprächsführung mit nützlichen Fragen und Ressourcen-Aktivierung. Es geht ums Hier und Jetzt, um Auftragsklärung – um Ehrlichkeit und genaue Wahrnehmung. Und es geht immer um das Finden von Lösungen für ein aktuelles Problem.

Genau Sprache wird wichtig: ist der Gesprächspartner ein Freund, mein Partner oder ein Klient? Knatz und Dodier geben darüberhinaus sehr genaue Empfehlungen für den Umgang mit schwierigen Themen, wie z. B. sexualisierte Gewalt, bei denen gerade im digitalen Kontext natürlich besondere Achtsamkeit geboten ist. Und es wird grundsätzlich die Bedeutung des Schreibens gegenüber dem „Sprechen in Gegenwart des Counselors“ verdeutlicht. Ein Buch, das gebraucht wird.

Dr. Klaus Lumma



Lea Dohm, Felix Peter, Katharina van Bronswijk (Hg.)
Climate Action – Psychologie der Klimakrise

Handlungshemmnisse und Handlungsmöglichkeiten

413 Seiten | Psychosozial-Verlag, Gießen 2021
 ISBN 978-3-8379-3110-5 (Print)
 ISBN 978-3-8379-7801-8 (E-Book-PDF)
 39 Euro

Wir sehen die Bilder des Sommers 2021 noch vor uns. Die „Jahrhundertflut“ hat unfassbares Leid und Zerstörung hinterlassen, wir haben gespendet oder waren als Helfer selbst im Einsatz. Warum fällt es uns also so schwer, unser Leben nachhaltig zugunsten eines aktiven Klimaschutzes zu verändern? Dieser Frage gehen die Herausgeber des Buches im ersten Teil nach und beleuchten aus psychologischer Sicht, warum viele Menschen trotz ihres Wissen um Veränderungschancen, diese nicht zum aktiven Handeln nutzen.

Die beiden folgenden Teile beschäftigen sich mit Handlungsmöglichkeiten und Handlungspraxis. Ein Beitrag beschreibt beispielsweise die besondere Verantwortung von Psychologie, Psychotherapie sowie deren Berufsverbänden, mit dem deutlichen Aufruf: „Werdet politischer!“. Es finden sich viele Beispiele dafür, was getan werden kann und bereits von vielen Menschen getan wird, um die Klimakatastrophe noch abzuwenden. „Climate Action“ ist ein Buch das von Autor*innen unterschiedlichster Professionen geschrieben wurde. Hier kommen neben Psycholog*innen, Fridays for Future Aktivist*innen und Bürgerinitiativen wie Buirer für Buir auch ein Rechtsanwalt und der Manager eines Elektrizitätswerkes zu Wort. Besonders beeindruckend war für mich das Vorwort von Kaossara Sani, einer Soziologin, Klimagerechtigkeits- und Friedensaktivistin aus Togo.

Das Buch macht vor allem Hoffnung, weil schon so vieles möglich ist und von unzähligen Menschen bereits getan wird. Eine Empfehlung für jeden, der sich intensiver mit dem Thema Klimaschutz auseinandersetzen möchte.

Doreen Markworth



Katharina Armour
illustriert von Rosa Linke
Zita zähmt das Zwangsmonster

Therapiebegleitbuch

44 Seiten | BALANCE buch + medien verlag, Köln 2021
 ISBN: 978-3-86739-219-8 | 17 Euro

Seit sie vor der ganzen Klasse in den Matsch geflogen ist, sieht Zita überall Schmutz und Bakterien. Und obwohl sie gut aufpasst und sich ständig wäscht, wird ihre Schmutzangst und der Waschzwang jeden Tag größer. Als Zita ganz müde und verzweifelt nicht mehr aus der Wanne kommen will, fahren ihre Eltern mit ihr zu einer Therapeutin. Bei ihr lernt Zita spielend, das herrische Zwangsmonster in die Knie zu zwingen.

Das Buch beschreibt kindgerecht in Wort und Illustration, wie sich die Zwangserkrankung bei Zita entwickelt. Vom Auslöser, der Zuspitzung bis zur Behandlung. Die Ängste werden von Tag zu Tag stärker. Die Handlungen, die der Zwang auslöst, werden immer größer und aufwendiger. Ständiges Waschen bestimmt den Alltag von Zita und Ihrer Familie. Die soziale Isolation nimmt zu, weil das Zwangsmonster immer mehr Raum einnimmt. Die Eltern sind genervt und ratlos. Bis Zita und ihre Eltern am Ende ihrer Kräfte sind. Es geht nicht mehr. Die Eltern entschließen sich, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Zita lernt ihr Zwangsmonster zu kontrollieren und die Eltern, wie sie Zita unterstützen können.

Ich finde es sehr anschaulich erklärt, wie sich Sitzung um Sitzung die Angst bei Zita verringert und das Kind lernt, manche Situation auszuhalten. Das ermutigt Zita und gibt ihr Stärke. Das Buch gibt einfühlsam eine Idee, den Zwang zu verstehen und Hoffnung, einen Umgang mit Zwängen zu finden. Ich kann das Buch als Therapiebegleitbuch für betroffene Kinder, Familien und das soziale Umfeld empfehlen.

Melanie Lumma



Theodor Dierk Petzold
Drei entscheidende Fragen:
Salutogene Kommunikation zur gesunden Entwicklung

262 Seiten | Verlag Gesunde Entwicklung, Bad Gandersheim 2021
 ISBN-13: 978-3981392289 | 17 Euro

„Wie können Menschen in Therapie und Beratung heilsame Erfahrungen machen?“ Zu dieser Frage stellt Dierk Petzold viel Wissen, Material und Erfahrung aus seiner langjährigen Beschäftigung mit seinem Thema „Salutogenese“ zur Verfügung. Petzold bezieht komplexe Zusammenhänge ein, allerdings so griffig und nachvollziehbar aufbereitet, dass der Einstieg ins Kernthema gesunde Entwicklung auch Neulingen im Thema gut gelingt! Die im Titel angekündigten drei großen Fragen beschäftigen sich mit der Wahrnehmung oder der Frage nach der Bedeutsamkeit, mit dem Handeln oder der Frage nach der Handhabbarkeit sowie mit der Verstehbarkeit oder dem Reflektieren: Was ist mir bedeutsam? Was kann ich tun? Was kann ich aus Erfahrungen lernen? Für Counselor hilfreich sind die vielen Praxisbeispiele und Anregungen für Beratungsgespräche. Besonders gut gefällt mir, dass Grundlagen der Stimmigkeitsregulation nachvollziehbar erklärt werden und in besonders markierten Absätzen dann weiterführende Fragen für Beratungsgespräche ebenso wie für eigene Denkprozesse zur Verfügung stehen. Das Buch ist sehr gut zu lesen und mit ansprechenden und durchdachten Grafiken ausgestattet. Eine klare Empfehlung sowohl für diejenigen, die sich allgemein einmal mit Salutogenese beschäftigen möchten als auch für Counselor, die konkret die Selbstregulation von Klient_innen unterstützen möchten. Auf dem Weg hin zu mehr Eigenkompetenz, hin zu mehr Autonomie und einem Mehr an Mitgestaltung in allen Dimensionen des Lebens ein unverzichtbarer und aktueller Lesestoff!

Christina Pollmann



Daniela Landgraf und Verena Neuse **Praxisbuch tiergestütztes Training und Coaching**

272 Seiten | Beltz Verlag, Weinheim, Basel 2021

ISBN 978-3-407-36727-3 (Print)

ISBN 978-3-407-36734-1 (E-Book PDF)

39,95 Euro

Das Buch bietet ein sattmachendes Komplettpaket zum Thema tiergestütztes Arbeiten in Trainings und Beratungsprozessen, basierend auf wissenschaftlichen und praktischen Erkenntnissen. Beginnend mit einigen theoretischen Basics, wie mögliche Anlässe und Themen für den Einsatz von Tieren, Vertragsgestaltung und Aufbau, wird in einem Exkurs über die menschliche Neurobiologie und den Ablauf menschlicher Lernprozesse erläutert, an welchen Punkten sich die Wirkung tierischer Counselor von menschlichen unterscheidet: Durch die tiergestützte Arbeit schärfen wir die Wahrnehmung für uns selbst und andere, so dass „wir lernen zu verstehen, warum wir und andere so und nicht anders reagieren (können). Und wir können ausprobieren und üben, unsere Emotionen aktiv zu steuern und einzusetzen und werden uns ihrer Wirkung auf andere bewusst.“

Im zweiten Teil werden die Einsatzmöglichkeiten verschiedener Tierarten vorgestellt, in Verbindung mit ihrer jeweiligen evolutionären Entwicklung und tierspezifischen Wesensart. Dabei geben die Autorinnen viele konkrete Beispiele für die

Zuordnung von therapeutischen Themenfeldern und den dafür geeigneten Tieren. Neben Hund und Pferd wird der Einsatz von vielleicht eher unerwarteten Tieren wie Esel, Wolf und Greifvogel erläutert. Im dritten Teil des Buches lassen Landgraf und Neuse die Leser*in dann in ihre Schatzkiste von praktischen Übungen blicken.

Was ich als besondere Kür des Buches erlebt habe, ist zum einen die Beschreibung von Workshops auf Basis tiergestützter Arbeit sowie die Vorstellung tiergestützter Potentialanalyse im Kinder- und Jugendcoaching.

Uta Stinshoff

Impressum

Herausgeber

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

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

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

Redaktionsanschrift

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

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

Dagmar Lumma, Doreen Markworth,
Uta Stinshoff

Erscheinungsweise

Zweimal jährlich

Mediadaten & Anzeigenschaltung

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

Einsendung von Manuskripten

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

Gestaltung Magazin

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

Bildnachweise

Titel © Adobe iStock
Seite 3, 5, 10, 12, 14, 17, 23, 25, 26, 27,
34, 35, 42, 43, 44, 45, 48 © Adobe iStock
Seite 6, 7, 29, 31, 36, 46
© Adobe iStock/Patricia Jaeger
Seite 11, 32, 35, 37, 39, 40
© Patricia Jaeger/Semo
Seite 19, 20 © Ulrike Winter



Der BVPPT ist Gründungsmitglied der

DGfB

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

und Mitglied des

nfb

Nationales Forum Beratung in
Bildung, Beruf und Beschäftigung

Kooperationspartner des BVPPT

BVPPT
Die Vertretung
der Counselor
in Europa

IHP

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



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



Kölner Schule für Kunsttherapie e.V.
koelnerschule.de

IPL

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



**Institut für Pädagogisch-
therapeutische Beratung**
pol-verein.de



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



GUT MERTESHOF
Institut für Integrale Begegnung®

**Institut für Integrale Begegnung
Gut Merteshof**
begegnungstherapie.de

adler dreikurs INSTITUT
für soziale Gleichwertigkeit

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



FH MÜNSTER
University of Applied Sciences

Fachhochschule Münster
fh-muenster.de



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



Institut Kutschera
kutschera.org



**Fachverband
Wirtschaftskammer Österreich**
lebensberater.at



BVPPT
Ländervertretung Luxemburg
c.klapper@bvpppt.org



**Akademie für psychosoziale
Lebensberatung
Counseling professional**
apl-suedtirol.org

katho

Katholische Hochschule Nordrhein-Westfalen
Catholic University of Applied Sciences

**Katholische Hochschule
Nordrhein-Westfalen**
katho-nrw.de