

Selbstreflexion

Was fasziniert mich an systemischer Beratung und der Begleitung von Kund*innen?

Systemische Beratung bedeutet für mich, meine Kund*innen in ihren individuellen Prozessen zu begleiten. Dabei sehe ich sie als Expert*innen für ihr Leben an. Ich gestalte den Rahmen, schaffe so einen Raum, aber stets entscheidet meine Kund*in. Hat sich eine Kund*in für einen Beratungsprozess entschieden, ist dies für sie eine Chance, sich neue oder veränderte Perspektiven auf die individuelle Situation zu erarbeiten, einen Zugang zu eigenen Gefühlen, Bedürfnissen und Ressourcen zu schaffen. Hierdurch ergibt sich, auch in oft festgefahrenen Situationen, in kleinen Schritten eine neue Handlungsfähigkeit. Ich empfinde es als eine absolute Bereicherung, Kund*innen in diesem Prozess zu begleiten und unmittelbar erleben zu dürfen, welcher ein erster Unterschied sich bereits in 60 Minuten Beratung ergeben kann.

Was waren wesentliche Erkenntnisse?

Auch wenn Kund*innen nach einer Beratungssitzung verändert aus dem Gespräch gehen, Veränderungen brauchen Zeit. In meinen Beratungen (und auch bei mir selbst) ist es mir oft begegnet, dass es Geduld und kleine Schritte braucht, um jahrelang eingeübte Muster umzuwandeln. Oft habe ich erlebt, dass Kund*innen ihre Probleme „weghaben“ wollen. Anknüpfend an das Anliegen der Kund*in, kann es unterstützend sein, zu überlegen, was zum Beispiel ein Schritt in Richtung Akzeptanz und Integration für einen Unterschied mit sich bringen könnte (bzw. Was ist der Mehrwert, wenn etwas „verschwindet“?). Hier lässt sich auch die Frage nach einem „Sehnsuchtsziel“ stellen, mit einer anschließenden Suche nach einem aktuell realisierbaren Ziel.

Es ist absolut bereichernd mit Kund*innen zu arbeiten, die sich auf ihre Themen einlassen und eine Veränderung bewirken wollen. Rückschläge und „Auf und Abs“ gehören in diesen Prozessen dazu. Häufig ist es hier wesentlich, jede Art von Erfolgen zu spiegeln und gemeinsam auf eine Ressourcensuche zu gehen.

Bei wiederkehrenden Themen kann sich der Wechsel auf die Metaebene lohnen. Hilfreich ist es, hierbei Vertrauen in meine Kund*in zu haben, dass er/sie, die für sich richtige Entscheidung treffen wird. Hinzu kommt ein zunehmendes Vertrauen in mich selbst, dass ich nicht für die Problemlösung verantwortlich bin und dass sich in der Beratung der Prozess passend mit der Kund*in entwickeln wird.

Wenn ich heute Menschen begegne, so habe ich inzwischen ein anderes Gehör für Sprache. Welche Wörter verwendet mein Gegenüber? Welche Bedeutungen und Konstruktionen stehen dort hinter? Es ist immer wieder ein Erkenntnisgewinn, an Begriffe anzuknüpfen und interessiert nachzufragen. Denn: Ich kann nicht alles wissen oder verstehen. Zudem wird jedes Verhalten einen Grund bzw. einen Sinn und eine Funktion haben. In Beratungen gelingt es mir, Verständnis zu haben, interessiert nachzufragen und dadurch nicht zu schnell verstehen zu wollen.

