

Art of Counseling – die ganzheitlich-prozessorientierte „Methode“

Ganzheitlich-prozessorientierte Beratung ist strenggenommen keine „Methode“, sondern eine Vorgehensweise, die auf der Präsenz des Beraters/der Beraterin und seiner/ihrer Fähigkeit beruht, einen Raum (Container – Containment) zu öffnen, schaffen, halten, zuzulassen, in dem Veränderung stattfinden kann.

Dieser von Vertrauen, Akzeptanz, Empathie und Neugier auf „das Du“ geschaffene Beziehungsraum, in dem sein darf, „was ist“, ist sozusagen der Inkubator für persönliche Wandlungsprozesse. Er ermöglicht dem Klienten/der Klientin nicht nur eine vertrauensvolle Haltung dem Berater/der Beraterin gegenüber, sondern vor allem auch gegenüber den eigenen Fähigkeiten, den Wandel zu bewerkstelligen.

Beratung ist Wissenschaft und Kunst, Aktion und Beziehung. Im akademischen Bereich wird zwar noch immer der Schwerpunkt auf Wissenserwerb, Kenntnis und Anwendung von Interventionsmethoden gelegt. Das – wie viele Studien in der Zwischenzeit eindeutig gezeigt haben – wesentliche Erfolgskriterium für gelingende Beratung ist jedoch die Beziehung zwischen den beteiligten Personen (Grawe et al. 1995; Hackney/Cormier 1998; Nestmann 2004b; Sander 1999; Sanders 2004).

Die aus der personenzentrierten Beratung übernommenen „Beratervariablen“ Empathie, Kongruenz und Akzeptanz sind dabei weniger Techniken als eine Grundhaltung, die der Berater/die Beraterin einnimmt.

Diese ist also das eigentlich den Wandel oder auch „die Heilung“ Herbeiführende. Im besten Fall handelt es sich dabei nicht nur um die Beziehung zwischen Klient und Counselor, sondern darüber hinausgehend die Beziehung zum Dasein an sich, zur Natur, dem Kosmos und dem großen Geflecht des Lebens in all seinen sichtbaren und unsichtbaren Formen.

Genau hier setzt die ganzheitlich-prozessorientierte Methode an. Prozessarbeit ist ein interdisziplinärer Ansatz, der Psychologie, Spiritualität, Bewusstseinsprozesse, Körperwahrnehmung, Gruppendynamik, Konfliktarbeit und kreativen Ausdruck in einem neuen Paradigma vereint. Ihre Wurzeln liegen in der Psychologie C. G. Jungs, der Humanistischen Psychologie, in Systemtheorie, neuer Physik und spirituellen Disziplinen. Kernanliegen der Prozessarbeit ist die Wahrnehmung und Entfaltung des menschlichen Potenzials. Ganzheitlich-prozessorientierte Beratung arbeitet mit rationalen Intentionen ebenso wie mit Impulsen, die aus schwerer greifbaren und oft der Sprache nicht zugänglichen Impulsen aus veränderten Bewusstseinszuständen/Träumen sowie tiefen Erfahrungen im Hintergrund der umgebenden Atmosphäre, des Feldes oder Systems stammen.

Ganzheitlich-prozessorientierte Beratung ist ein ressourcenorientierter Ansatz, der in Beratung, Therapie, Coaching, Konfliktarbeit und Teamentwicklung angewandt wird und auf das Hier und Jetzt fokussiert. Es generiert erlebnisorientiertes Erfahrungslernen, das alle Sinnesmodalitäten miteinbezieht und immer auch in einem Kontext zum eigenen Leben, zum eigenen Sein steht und somit nachhaltiges Lernen und Wandel ermöglicht.

Diese Form der Beratung eignet sich nicht nur im individuellen Kontext, sondern kann auch im Unternehmensbereich, der „lernenden Organisation“ (nach Peter Senge) wirkungsvoll zum Einsatz kommen. Was lernende Organisationen von herkömmlichen Organisationen unterscheidet, ist demnach die Beherrschung von fünf Disziplinen: Personal Mastery, Denkmodelle, Gemeinsame Visionen, Teamlernen und Systemdenken. Peter Senge verbindet dabei analog zum ganzheitlich-prozessorientierten Beratungsansatz wissenschaftliche Erkenntnisse, spirituelle Weisheit, Psychologie, neueste Führungstheorien und praktische Erfahrungen von Spitzenunternehmen.

Im internationalen Umfeld haben sich auch unter dem Begriff Facilitation prozessorientierte Methoden von größeren Gruppen einen Namen gemacht. Facilitation basiert auf der Grundannahme, dass Menschen und Organisationen bereits ein inneres Bild davon haben, wie Zukunft aussehen kann. Diesen „Schatz“ zu heben, dh schon vorhandene Lösungen bzw die Wege dahin sichtbar zu machen, ist die Kernaufgabe des Facilitators, indem er durch zur Her- bzw zur Verfügungstellung von geeigneten Rahmenbedingungen diese Bewusstseinsbildung ermöglicht.

„Überall geht ein früheres Ahnen dem späteren Wissen voraus.“

(v. Humboldt)

Kreative Prozesse sprechen alle Bewusstseinsmodalitäten des Menschen – wahrnehmen, denken, fühlen und intuieren (C.G. Jung) – an und beziehen alles in den Veränderungsprozess mit ein. Somit ist die Person des Beraters/der Beraterin das wichtigste „Werkzeug“ für Beratung, was die Arbeit an den eigenen Denk-, Fühl-, Wahrnehmungs- und Intuitionsmustern – sowie die Entwicklung einer eigenen professionellen Beraterpersönlichkeit – zum zentralen Anliegen macht. Wie dieser „ganze Mensch“ im Weiteren mit seinem Umfeld/seiner „Überlebenseinheit“ – Gemeinschaft, Natur, soziales Umfeld – zum System verwoben sich entwickelt, macht den roten Faden der Ausbildung aus.

Die ganzheitlich-prozessorientierte Sichtweise und die Erfahrung, dass Kunst und Natur heilsam auf Menschen wirken, ist uralte – und gehört gewissermaßen zum Weisheitserbe der Menschheit. In allen indigenen Kulturen haben Menschen mit künstlerischen Elementen, Farben, Formen, Symbolen, Musik, Gesang, Tanz und Ritualen sowie mit den Kräften der Natur, den Elementen, Pflanzen und Tieren für Heilzwecke gearbeitet. Viele ihrer Erfahrungen und Erkenntnisse werden heute durch moderne wissenschaftliche Erkenntnisse aus den Bereichen der Evolutionsforschung (Bateson), der Gehirnforschung (Hüther, Spitzer, Bauer u. a. m), der Physik (Capra), der Kybernetik (v. Foerster), der Psychoimmunologie (Varela) einerseits und neuer Fachrichtungen wie Systemtheorie (Luhmann), Gruppendynamik (Heintel/Krainz), Sozialkapital (Bourdieu et al.), Grundgefühlforschung (Machleidt/Weule), Kommunikationsforschung (Watzlawick) und prozessorientierter Therapie (Mintell) bekräftigt und weiterentwickelt.

Mit diesem Ergebnis der aktuellen Forschung schließt sich der Kreis zu den Weisheitslehren der „First Nations“, der indigenen Kulturen weltweit. Diese vertraten von jeher ein systemisch-zirkuläres Weltbild und wussten und beschrieben, dass wir in einem relationalen Universum leben und der Mensch in erster Linie ein Beziehungswesen ist.

Folgende Zitate spannen eine Brücke zwischen den Zeiten und Sichtweisen, wie auch wir dies in unserer Beratungspraxis verstehen:

*„Der erste Friede, der wichtigste, ist der,
welcher in die Seelen der Menschen einzieht,
wenn sie ihre Verwandtschaft, ihr Einsein mit dem Universum begreifen
und inne werden, dass im Mittelpunkt der Welt das große Geheimnis wohnt,
und dass diese Mitte tatsächlich überall ist. Sie ist in jedem von uns.
Dies ist der wirkliche Friede, alle anderen sind lediglich Spiegelungen davon.
Der zweite Friede ist der, welcher zwischen Einzelnen geschlossen wird.
Und der dritte ist der zwischen Völkern.
Doch vor allem sollt ihr verstehen,
dass es nie Frieden geben kann, solange nicht der erste Friede vorhanden ist,
welcher wie ich schon so oft sagte, innerhalb der Menschenseelen wohnt!“*

(Black Elk, Hehaká Sapa, Oglala-Sioux)

*„Die beiden maßgeblich unentscheidbaren Fragen heißen:
Bin ich vom Universum getrennt? D.h. wenn immer ich handle, schaue ich wie durch ein Schlüssel-
loch auf das sich entfaltende Weltall. Oder: Bin ich Teil des Universums? D.h. immer wenn ich hand-
le, verändere ich mich und das Universum mit mir.
Es besteht keine äußere Notwendigkeit, die uns zwingt, derartige Fragen irgendwie zu beantworten.
Wir sind frei!...Mit dieser Freiheit der Wahl haben wir die Verantwortung für jede unserer Entschei-
dungen übernommen.“*

(v. Foerster 1990)

*„Bei den Stämmen der Provinz Natal in Südafrika lautet die gebräuchlichste Grußformel, das Äquiva-
lent unseres ‚Hallo‘: ‚Sawu bona‘ Das bedeutet wörtlich: ‚Ich sehe dich.‘ Wenn man Mitglied des
Stammes ist, antwortet man mit ‚Sikhona‘: ‚Ich bin da.‘ Die Reihenfolge ist bedeutsam: Solange mich
die andere Person nicht sieht, existiere ich nicht. Indem sie mich wahrnimmt, erweckt sie mich sozu-
sagen zum Leben. In dieser impliziten sprachlichen Bedeutung spiegelt sich der Geist dieser afrikani-
schen Urbevölkerung wider: ‚Erst durch die Wahrnehmung von einem anderen Menschen wird der
Mensch ein Mensch.‘ Es geht hier um ein ‚Gesehen werden‘, welches erst durch den anderen mög-
lich wird; also auch darum, dass die Menschen einander als Individuen anerkennen und respektie-
ren. Erst durch die Bereitschaft, das individuelle Wesen des anderen zu erkennen, erwecken wir un-
ser gegenseitiges Potenzial.“*

(Senge 1996)

Wir schöpfen sowohl aus den alten Traditionen, von denen wir gelernt haben - Moche / Shipibo-

kultur / Peru, Dagara / Burkina Faso, Earth Wisdom Teachings / Weisheitstraditionen der Native Americans, speziell der Maya/Tolteken/Mexihkas wie auch Lakota/Cheyenne), als auch aus den modernen wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Unser selbständiger Beitrag dabei ist, die Verbindung der drei Säulen, auf die wir uns stützen, – unsere klassischen Beraterausbildungen, alte Weisheitstraditionen und moderne Wissenschaft – weiterzuentwickeln, auch wissenschaftlich zu erforschen und die Erkenntnisse in unsere praktische Beratungs- und Weiterbildungsarbeit einfließen zu lassen.

Wir bauen an einer kommunikativen Brücke zwischen Alt und Neu und den verschiedenen Kulturen, die tragfähig genug ist, um den Informations- und Erfahrungsaustausch zu beiderseitigem Nutzen zu fördern.

Diese Brücke ermöglicht uns auch, eine ganzheitlich-prozessorientierte Beratungshaltung in der Lebens- und Sozialberatungsausbildung „Art of Counseling – Kunst der Beratung“ zu vermitteln und zu fördern.

Die ganzheitlich-prozessorientierte Beratung von „Art of Counseling“ hat einen vierfachen Fokus:

1. den Künstler/die Künstlerin: Die eigene Person ist wichtigstes „Werkzeug“ für Beratung. Das umfasst Arbeit am eigenen Leitbild und Lebenszyklen sowie an eigenen Denk-, Fühl-, Wahrnehmungs- und Intuitionsmustern und den Beziehungen zu Natur und Umwelt.

2. die Musen: Gestaltung eines Raums für Kreativität. Neues braucht Raum für Experimentieren und Üben, Lösen und Festigen. Dieser Container will in und um uns geschaffen sein. Freiräume, Nicht-Tun und Stille können wichtige Zutaten zu einem gelungenen Beratungsprozess sein.

3. die Techne/das Wissen um die Künste/Methodenvermittlung: Ein vielfältiges Methodenspektrum aus Gestalt, Natur, Ritual, Kunst, Kommunikation, Kreativität und systemischer Beratung sowie Modelle von Bewusstsein, Persönlichkeit und Gruppendynamik und kreativen Entwicklungsprozessen interagieren zu einem integrativen Ganzen.

4. das Werk/Oeuvre: Die individuelle Art und Weise, einen eigenen Beratungsstil zu entwickeln, drückt sich nicht nur im Erlernen der Künste, sondern auch – vor allem – im tätigen „In-Beziehung-Sein“ aus: Berater/-in – Klient/-in, Mensch – andere Menschen, Mensch – Natur, Mensch – Kultur. Das macht diesen Weg zu einem einzigartigen und lebendigen.

„Ein Weg, der kein Herz hat, ist niemals schön. Für mich gibt es nur das Gehen auf Wegen, die Herz haben ... Dort gehe ich und die einzige lohnende Herausforderung ist, seine ganze Länge zu gehen. Und dort gehe ich und sehe und sehe atemlos ...“

(Castaneda 1973)

Literatur

- Castaneda, C. (1973): Die Lehren des Don Juan, Ein Yaqui-Weg des Wissens. 36. Aufl. Fischer, Frankfurt.
- v. Foerster, Heinz, (1990): Ethik und Kybernetik zweiter Ordnung in Foerster, Heinz von, KybernEthik, Berlin: Merve Verlag 1993, S.60-83
- Grawe, K. (2004): Neuropsychotherapie. Hogrefe-Verlag.
- v. Humboldt, A., Kosmos, <http://de.wikiquote.org/wiki/Wissen>
- Nußbeck, S., (2006), Einführung in die Beratungspsychologie, Reinhardt
- Senge, P. (1996): Das Fieldbook zur Fünften Disziplin. Klett-Cotta.
- Senge, P. (2008): Die fünfte Disziplin: Kunst und Praxis der lernenden Organisation. 10. Aufl. Schäffer-Poeschel.