

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Inhalt:

- [Neue ACC-Homepage](#) (S. 1)
- [Regionalgruppe 1 \(BE/JU/NE/VD/FR/VS/TI\)](#) (S. 2)
- [Regionalgruppe 2 \(BS/BL/AG/SO/ZG/LU/UR/NW/OW\)](#) (S. 3)
- [Regionalgruppe 3 \(ZH/SH/ZG/TG/SZ/GL\)](#) (S. 3)
- [Regionalgruppe 4 \(SG/AI/AR/GR\)](#) (S. 4)
- [Bilder für Beratung und Workshops](#) (S. 4)
- [Von der Vision zur Realität – Interview mit Renate Vögeli](#) (S. 5)
- [Aus Erfahrungen gewachsen – Interview mit Christoph Hickert anlässlich der Erscheinung seines Buches](#) (S. 9)

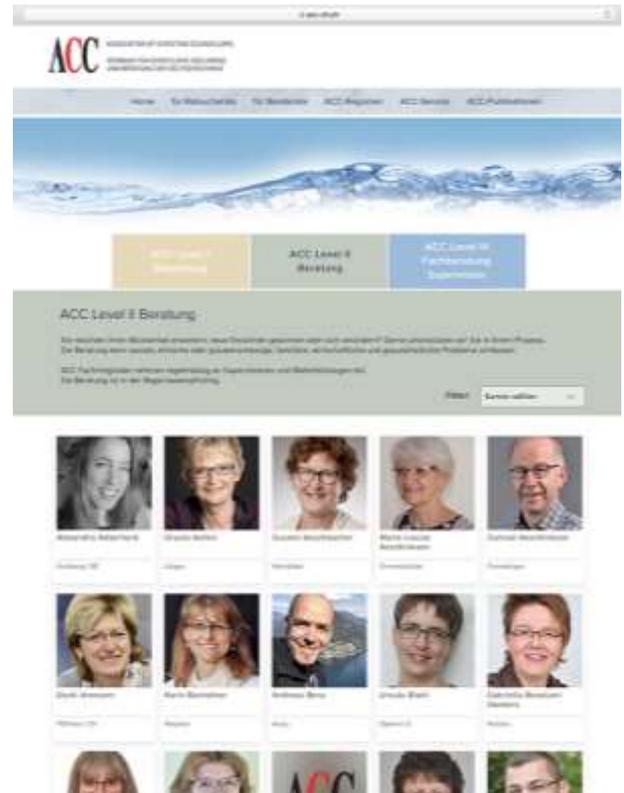
Liebe ACC-Mitglieder,

Geschätzte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in kirchlichen Organisationen

ACC-Fachmitglieder wollen Mitmenschen auf christlicher Basis dienen in vielfältigen Lebensfragen. Wieder gewähren uns zwei Mitglieder, Renate Vögeli und Christoph Hickert, einen wertvollen Einblick in ihren Werdegang und aktuellen Alltag. Vielleicht wird ja auch das eben erschienene Buch von Christoph Hickert Ihren Alltag in Seelsorge und Beratung oder ihr sonstiges kirchliches Engagement bereichern.

David Gysel,
Newsletter-Redaktor

Neue ACC-Homepage



Vor wenigen Tagen konnte ein wichtiges Element in der Präsentation des ACC seinen Betrieb aufnehmen – die neue Homepage www.acc-ch.ch. Die Homepage ist nicht nur neu strukturiert, sondern auch inhaltlich neu bearbeitet. Wir haben auch die Gelegenheit genutzt, um die ACC-Formulare zu optimieren. Unvorhersehbare Umstände führten jedoch dazu, dass noch nicht ganz alle Bereiche (z.B. Suchfunktion und gewisse Formulare) fertig bearbeitet sind, wie wir es ursprünglich erhofft hatten.

Mit dem Wechsel des Providers für die ACC-Mailadressen sollte nun auch mit den ACC-Mails alles wieder reibungslos klappen.

Ich bin sehr dankbar für die konstruktive Zusammenarbeit mit allen Beteiligten – einige Vorstands-

September 2018

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

mitglieder hatten in den letzten Monaten viel zu bewältigen und viele Fragen von mir zu bearbeiten.

Die Bearbeitung betrifft sowohl die ACC-Präsentation als auch den Kontakt mit den einzelnen Mitgliedern. In den Mitgliederprofilen versuchten wir, auf eine übersichtliche Länge abzielen und die Informationen auf das für die Beratung Wesentliche zu konzentrieren. Im Laufe der Arbeit an den zahlreichen Profilen der Fachmitglieder entwickelten sich auch unsere Vorstellungen noch etwas. Manche von Mitgliedern geäusserten Wünsche konnten wir mit einbeziehen.

Es freut mich ausserdem, wenn wir gemeinsam auch die weitere Entwicklung der Homepage meistern können, so dass allfällige Fehler korrigiert und Inhalte sowohl des Verbands als auch der Mitgliederprofile immer aktuell gehalten werden können. Gemeinsam können wir die Kommunikation und damit die christliche Beraterszene in der Deutschschweiz stärken und glaubwürdig gestalten.

Bei Fragen zur Homepage dürfen Sie sich jederzeit melden.

David Gysel,
david.gysel@acc-ch.ch
071 420 92 64

News aus der Regionalgruppe 1 (BE/JU/NE/VD/FR/VS/TI)



Das nächste **Regiotreffen** der Regionalgruppe 1 findet am **Samstag 20. Oktober**, 9.30 bis 14 Uhr an der **Sandstrasse 25 in Moosseedorf** statt. Anmeldung bitte an harry.frischknecht@cbbn.ch

System. Strukturaufstellungen, Familienstellen

Systemische Strukturaufstellungen (Familienstellen), durchgeführt von akkreditierten ACC-Beraterinnen und -Beratern an der Sandstrasse 25 in Moosseedorf am

- Montag 26. November, 17.30 – 20.30 Uhr

Alle ACC-Mitglieder dürfen als Stellvertreterinnen und Stellvertreter oder Gäste, mit oder ohne Klienten, teilnehmen.

Die Lektionen (1 LE à 45 Min.) sind als Weiterbildung für die Re-Akkreditierung bei ACC anerkannt.

Anmeldung bitte an harry.frischknecht@cbbn.ch

Zukunft Regionalleitung

Die Suche nach einer neuen Leiterin oder einem Leiter für die Region 1 ist noch nicht abgeschlossen. Wir freuen uns, wenn sich interessierte Fachmitglieder für diese spannende Aufgabe melden. Wir erklären gerne, was diese Aufgabe beinhaltet.

Harry Frischknecht,
Leiter Region 1, Vorstandsmitglied
harry@helpministries.ch

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

News aus der Regionalgruppe 2 (BS/BL/AG/SO/ZG/LU/UR/NW/OW)



Am **23. Oktober** um 19 Uhr wird das nächste Regio-Treffen in **Olten** (Haus Flörli, Florastrasse 21) stattfinden. Ohne Picknick. Ab 18 Uhr beginnt das Einrichten – wer helfen möchte ist herzlich eingeladen

Thema wird sein: *Menschenbild – wie begründe ich damit mein seelsorgerliches und beratendes Handeln.*

Bitte reservieren und Gäste mitbringen. Christliche Seelsorger und Beraterinnen sollen sich vernetzen und gegenseitig unterstützen und dem ACC immer mehr Gewicht geben.

Peter A. Weber
Leiter Region 2, ACC-Vorstandsmitglied
peter.a.weber@sunrise.ch

News aus der Regionalgruppe 3 (ZH/SH/ZG/TG/SZ/GL)



Am Mittwoch, 24. Oktober verabschieden wir Ursula Schilling beim nächsten Treffen unserer Regionalgruppe: **Mittwoch, 24. Oktober 2018**, 19-21 Uhr, **Schleife Winterthur** (ab 18 Uhr Picknick).

Thema: Kennenlernen, Netzwerk erweitern, Austausch, Verabschiedung von Ursula Schilling.

Supervisionsgruppe

Unsere regionale Supervisionsgruppe nimmt auf Anfrage gerne noch weitere Mitglieder auf! Diese Gruppe wird von Ursula Schilling und Christoph Stebler gemeinsam geleitet. ACC-Level 1-Mitglieder werden zusätzlich gesponsert (50% Rabatt auf eine jährliche Sitzung), damit sie das sehr hilfreiche Gefäss der Supervision kennenlernen können.

Zu den Terminen und den (günstigen) Konditionen gibt Ursula Schilling gerne Auskunft.

Zukunft Regionalleitung

Die Suche nach einer neuen Co-Leiterin oder einem Co-Leiter für die Region 3 ist noch nicht abgeschlossen. Wir freuen uns, wenn sich interessierte Fachmitglieder für diese spannende Aufgabe melden. Wir erklären gerne, was diese Aufgabe beinhaltet.

Ursula Schilling
Leiterin Region 3
ursulaschilling@bluewin.ch
und Christoph Stebler
Leiter Region 3, Vorstandsmitglied
christoph.stebler@gmail.com

September 2018

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

News aus der Regionalgruppe 4 (SG/AI/AR/GR)



Was für ein Sommer!!! Ich habe es gehalten wie im Buch Prediger zitiert: „Lass dein Herz gute Dinge sein!“ Ich hoffe, auch für dich gab es Momente, um die Seele ruhen zu lassen und guten Mutes zu sein!



Nun erfordert der Alltag wieder ein strukturierterer Ablauf, und damit steht die Planung für das nächste ACC-Treffen der Region Ostschweiz an.

Ich freue mich sehr, dass **Therese Lechner** von der Praxis im Zentrum sich bereit erklärt hat, das Buch „Halt mich fest“ von Susan M. Johnson vorzustellen. Die Autorin hat die Emotionsfokussierte Therapie (EFT) für Paare entwickelt. Therese Lechner wird das darin vorgestellte Thema der Bindung zwischen Paaren (oder in Beziehungen generell) vorstellen.

Ihre Aussage dazu: „Ich habe zum Thema Partnerschaft glaub noch nie ein Buch in die Finger bekommen, dass die Thematik so hilfreich und klar auf den Punkt bringt! Es zeigt auf, mit welchem Ziel viele der Streitereien zwischen Paaren häufig stattfinden und wie man einen anderen Weg einschlagen kann.“

Auch wenn du nicht mit Paaren arbeitest, ist das Thema einleuchtend, weil es auch auf anderen Beziehungen wie z.B. Eltern/Kinder anwendbar ist.

Der zweite Teil des Abends ist wiederum für den Austausch und das Kennenlernen reserviert.

Datum: **Mittwoch, 31. Oktober 2018**

Zeit: 19-21 Uhr

Ort: Praxis im Zentrum,
Signalstrasse 14 in Rorschach

Referentin: Therese Lechner

Ich bitte um eine Anmeldung bis zum 29. Oktober.

Du bist herzlich eingeladen, bring gerne jemand mit!
Herzliche Grüsse.

Gerti Saxer
Leiterin Region 4
beratung@gerti-saxer.ch, 079 215 29 11

Bilder für Beratung und Workshops

In Workshops und Beratung werden heutzutage oft Bilder verwendet, damit Emotionen und Gedanken leichter beschrieben werden können.

Bei einer Bildsuche in den grossen Suchmaschinen sind die meisten Suchresultate mit Urheberrechten belegt und dürfen nicht frei verwendet werden. Deshalb ist meist eine Suche in einer Fotodatenbank zielführender. Bei den Datenbanken sind die unterschiedlichen Lizenzen und die jeweiligen Anforderungen betreffs Copyright/Quellenangabe zu beachten. Auf Anfrage hin veröffentlichen wir hier einige der kostenlosen und oft hilfreichen Datenbanken:

- www.pixabay.com
- www.pexels.com
- www.gratisography.com
- www.unsplash.com
- <http://de.freepik.com>

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Von der Vision zur Realität – Interview mit Renate Vögeli

Renate Vögeli, ACC Fachmitglied Level II aus Niederweningen zwischen Baden und Dielsdorf, gibt uns einen Einblick in ihre Beratungsvision und was daraus geworden ist. Anderen über die Schulter schauen zu können, hilft öfters, die eigene Situation in einem grösseren Kontext zu sehen. In diesem Interview sehen wir mehr und Persönlicheres, als es auf Renate Vögelis Beratungshomepage Platz hatte: www.beratung-mit-herz.ch.

Red.: Was löste bei dir die Idee nach einer Seelsorgeausbildung und entsprechenden Tätigkeit aus?



Während meiner zehnjährigen Tätigkeit als Laborantin in einem Missionsspital in Angola vermisste ich jemanden, der seelsorgerlich gut ausgebildet ist und wenn möglich selber im Ausland gelebt hat. Als ich 1992 zurück in die Schweiz kam, absolvierte ich deshalb den Grundkurs bei bcb. Die

Ausbildung zur beratenden Seelsorgerin liess auf sich warten, bis die Kinder grösser waren.

Wie fällt dein Vergleich zwischen ursprünglicher „Dienstvision“ und heutiger Realität aus?

Ich stellte mir vor, dass ich mehr Ratsuchende haben werde. Inzwischen wird viel mehr Wert gelegt auf „Membercare“ in den Organisationen und es stehen mehr Fachkräfte zur Verfügung als früher.

Was betrachtest du als das Ziel deiner Seelsorge?

Menschen ermutigen, kleine Veränderungen bei sich in Angriff zu nehmen. Es wagen, den Blick auch einmal in eine andere Richtung zu werfen. Manchmal geht auf der einen Seite schon die Sonne auf, obwohl es auf der anderen Seite noch Dunkel erscheint.



Berätst du auch Gruppen oder Paare?

Ich habe bei einem Gruppen-Debriefing mitgeholfen, nach einer Evakuierung. Doch meistens mache ich Einzelgespräche. Das hat sich so ergeben, weil ich vor allem solche Anfragen habe. Zudem liebe ich diese Form von Beratung, da ich mich gut auf den Einzelnen einlassen kann, ohne dass ich etwas verpasse, was gerade in der Gruppe geschieht.

Welche Tools oder Lektüren haben dich besonders geprägt?

(Renate schmunzelt) Das ist wohl die Methoden-VIELFALT, die ich in meiner Ausbildung bei bcb kennen gelernt habe. Es fällt mir schwer mich auf einzelne festzulegen. Was in meiner Beratung am meisten durchdringt, ist klientenzentriert, verhaltenstherapeutisch und lösungs- und ressourcenorientiert zu arbeiten. Diese Richtung(en) gefallen mir besonders, weil ich gerne nach vorne schaue und mit dem arbeite, was ich jetzt zur Verfügung habe (und mich nicht entmutigen lasse von dem, was mir fehlt). Ich bin begeistert, wie viel Positives manchmal eine kleine Veränderung ausmachen kann. Natürlich ist es auch nötig zurückzuschauen, damit man vorwärts gehen kann.

Und wie erlebst du den Beistand Gottes in der Arbeit?

Ich bin einfach froh, dass ich mit Gottes Hilfe in der Beratung rechnen darf. Ich kann mich darauf verlassen, dass Gott mir die richtigen Worte gibt, wenn

**Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz**

ich nicht mehr weiter komme. Ich weiss, dass die Ratsuchenden in Gottes Händen sind. Deshalb darf ich sie nach der Beratung Gott ruhig überlassen, und meine Gedanken werden frei, um sich anderen Themen zuzuwenden.



Wie sieht denn dein Alltag in der Begleitung von Mitmenschen aus?

Die beratende Seelsorge ist im Moment nur ein sehr kleiner Teil meines Alltags. Ungefähr ein Gespräch in der Woche. Deshalb erarbeite ich auch Vorträge z.B. zum Thema „Rendez-vous mit Jesus“. In diesem Vortrag geht es darum die alte Gebetsform des imaginativen Gebetes neu zu entdecken. Diese Gebetsart habe ich im Rahmen der Weiterbildung von bcb über Schematherapie und Glaube (von Luca Hersberger und Team) kennen gelernt. Es hat mich fasziniert, weil es ein zweckfreies Zusammensein mit Jesus ist. Dabei komme ich innerlich zur Ruhe und werde von Jesus ermutigt. Ich muss nichts tun, darf einfach seine Gegenwart geniessen. Zu all den Gebetsarten und -formen, die ich kenne, ist es eine sehr gute Ergänzung.

Und wie fühlst du dich nach einem Gespräch?

Meistens fühle ich mich wie ein Fisch im Wasser. Es freut mich jeweils sehr, wenn ich miterleben darf, wenn Ratsuchende ein Aha-Erlebnis haben. Ab und zu kommt es vor, dass ich auch bedrückt bin, wenn

ich den Eindruck habe, das Gespräch habe den Ratsuchenden nicht weiter gebracht. Dann hinterfrage ich mich, was ich anders machen könnte. Dabei ist mir die Einzelsupervision, Gruppensupervision und die Intervisionsgruppe eine grosse Hilfe, denn dort kann ich mit den andern austauschen über mögliche Lösungswege und erhalte wertvolle Gedankenimpulse.

Welche grundlegenden Änderungen hast du im Laufe deiner Beratungstätigkeit an deiner Beratung in Stil, Inhalt oder Ziel vorgenommen?

Da hat sich noch nicht so viel bewegt, höchstens bin ich vielleicht ein bisschen ruhiger und gelassener geworden und bin mir stärker bewusst geworden, dass, was bei dem einen hilft, nicht unbedingt auch hilfreich für den andern ist. Es ist mir sehr wichtig, dass ich auf jede einzelne Ratsuchende ganz individuell eingehen kann und die Beratung so gestalte, dass sie für die Klientin hilfreich ist. – Und dass ich nicht alles im Griff haben muss, sondern dass Gott mit seinem Heiligen Geist mir beisteht.

Wie merken und bestimmen du und die Ratsuchenden, wenn es Zeit ist, mit der Beratung zu einem Abschluss zu kommen?

Meistens führen wir zwischen fünf und zehn Gespräche im Abstand von zwei Wochen. Ein Hauptmerkmal zum Abschluss ist, wenn die Ratsuchenden entweder das Ziel, das wir am Anfang der Beratung herausgearbeitet haben, erreicht haben, oder sie genug „Werkzeuge“ haben, um ohne meine Hilfe weiter ihr Leben zu gestalten. Interessanterweise habe ich mehrmals erlebt, dass ich beim Vorbereiten dachte, das nächste Gespräch könnte das letzte sein. Es war tatsächlich auch von der Ratsuchenden her der richtige Zeitpunkt aufzuhören. Ich erinnere mich an eine besonders schöne Begebenheit. Eine Ratsuchende kam zum zweiten Gespräch ganz fröhlich und erleichtert. Ihre Situation hatte sich in dem Sinne nicht verändert, aber sie hatte einen anderen Blickwinkel finden können und neue Gedanken dazu, wie sie damit umgehen kann. Und

**Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz**

somit war das zweite Gespräch schon das Abschlussgespräch – mit der Option, dass sie jederzeit wieder kommen kann.



Und wie bestimmt ihr die Länge eines einzelnen Termins?

Die Gesprächsdauer ist eine Stunde, ausser jemand hat einen weiteren Anfahrtsweg, dann sind es 90 Minuten. Es hat sich bewährt, das im Voraus festzulegen. Lieber einen neuen Termin abmachen, als längere Gespräche führen. Zu lange Sitzungen sind ermüdend für die Seelsorgerin und die Ratsuchende.

Aus welchen religiösen Milieus kommen die Ratsuchenden?

Viele kommen aus verschiedenen Kirchen. Ein Grund dafür ist, dass ich dort am meisten Kontakte habe. Ich habe wenig kirchenferne Ratsuchende. Das hängt auch damit zusammen, dass ich ursprünglich die Ausbildung gemacht habe, um für interkulturelle Mitarbeitende (Missionare) seelsorgerliche Unterstützung geben zu können. Inzwischen macht diese Gruppe etwa 50% meiner Ratsuchenden aus.

Hast du ein Weiterbildungsziel?

Ich achte darauf, dass ich verschiedene Tagesseminare besuchen kann mit Themen, die mir in der Beratung nützlich sein können. Als ich frisch diplomiert wurde, fragte ich mich, wo ich Weiterbildungen finden könnte. Von ACC erhielt ich einige Ad-

ressen und von meiner Supervisorin. Ich unterscheide zwischen Weiterbildungen, die mich selbst stärken und solchen, wo ich fachliche Kompetenzen erwerben kann. Manchmal überschneidet es sich. Weiterbildungen habe ich auch gerne, weil ich mich dort nebenbei auch mit anderen vernetzen kann. Ich achte darauf, dass sich nicht nur mein Kopf füllt, sondern, dass ich sie in die Praxis umsetzen kann. Das ist im Moment eine Herausforderung, weil ich nur wenig Ratsuchende habe.

Weiterbildungen habe ich bei bcb gefunden. Auch im TDS in Aarau gibt es gute Kurse. Zum Beispiel habe ich dort den Kurs: „Spiritualität to go“ von Thomas Härry besucht. Zudem sind die Fachtagungen von gbu, bcb und vbg und die Riehener Seminare Möglichkeiten zur Vernetzung.

Oft sind diese Seminare eine Bereicherung für mich. Das heisst nicht, dass ich alles verstehen, oder alles umsetzen kann, doch es ermutigt mich, wenn es manchmal ganz wertvolle Begegnungen gibt, oder ich etwas herausplücken kann, das wie ein Edelstein ist (z.B. das imaginative Gebet), ohne dass ich mir eine ganz neue Methode aneigne.

Nimmst du an einer Supervisionsgruppe teil? Oder welches andere Beziehungsnetz suchst du?

Ja, ich schätze die Gruppen- und Einzelsupervision sehr. Zu dem treffe ich mich auch regelmässig in einer Intervisionsgruppe. Der Austausch mit Kolleginnen ist mir sehr wichtig. Im Austausch bekomme ich wertvolle Gedankenanstösse und ich kann meine Fragen mit anderen diskutieren und gemeinsam Lösungen suchen. Es tut gut mit gleichgesinnten zu fachsimpeln. Man kann voneinander lernen und einander ermutigen.

Welchen Einfluss haben deine Afrika-Jahre auf deine Beratungstätigkeit?

Gerade in der Beratung von interkulturellen Mitarbeitenden ist es ein grosser Vorteil, weil ich die Ratsuchenden besser verstehen kann, als wenn ich „nur“ in der Schweiz gearbeitet hätte. Geprägt hat

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

mich in Afrika, dass das Leben in einem fremden Land als Ausländer ganz anders ist als in der Schweiz oder als Tourist im Ausland.



So wenig wie es DEN Schweizer gibt, so wenig gibt es DEN Ausländer. Jeder Mensch, jede Lebenssituation ist wieder einzigartig. Vielleicht ähnlich, aber nie gleich. Das hilft mir die Menschen nicht zu schubladisieren, sondern als einzigartiges, geliebtes Geschöpf Gottes zu sehen.

Worauf ist gemäss deiner Erfahrung nach einem mehrjährigen Auslandsaufenthalt besonders zu achten, um in der Schweiz als ganze Person wieder gut Fuss zu fassen?

Das ist eine sehr komplexe Frage, da jede Situation und jede Person wieder anders ist. Wichtig ist die Gewissheit, dass es genauso eine Berufung sein kann wieder in der Schweiz zu arbeiten wie vorher im Ausland. Ausserdem dem Schweizer ein Schweizer zu sein, wie man sich im Ausland angepasst hat. Weiter die Gewissheit, dass Gott derselbe ist und mir in der Schweiz genauso zur Seite steht wie im Ausland – all dies hilft die Herausforderungen des neuen Alltags zu bewältigen. Und nicht zuletzt gibt es Seelsorgerinnen, die einem dabei gerne helfen.

Besten Dank, Renate Vögeli, für deine Offenheit und möge dir Gott offene Türen schenken, damit du von seinem Segen durch deine Beratung weitergeben kannst.



Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

Aus Erfahrungen gewachsen – Interview mit Christoph Hickert anlässlich der Erscheinung seines Buches

„Nur wer sich ändert, bleibt lebendig – Echte Erneuerung durch die vier Zimmer der Veränderung“. Unter diesem Titel erschien vor kurzem bei SCM Hänssler ein Buch des ACC-Fachmitglieds Level III Christoph Hickert. In einem Interview zeichnet der Coach und Supervisor den persönlichen Weg nach, der ihn zur Beratungstätigkeit und schliesslich zum Verfassen dieses Buches führte. Das Buch kann direkt beim Autor bestellt werden unter www.beratung-coaching.ch.

Red.: Was löste bei dir den Wunsch nach einer Beraterausbildung und entsprechenden Tätigkeit aus?



Aufgrund einer persönlichen Lebenskrise habe ich vor etlichen Jahren Seelsorge und Beratung zuerst von der anderen Seite – als Betroffener – kennengelernt. Das fand ich sehr hilfreich, bereichernd und hatte mich danach motiviert,

mich vertieft mit psychologischen Themen auseinander zu setzen. Ich war wie ein trockener Schwamm und sog neugierig alles auf, was ich in der Individualpsychologie aber auch im systemischen Ansatz kennenlernte. Dies bereicherte mein Leben und half mir dabei, mich und meine Antreiber besser erkennen und reflektieren zu lernen. Im Laufe der Zeit kamen immer mehr Leute auf mich zu und baten mich, sie in ihren persönlichen Veränderungsprozessen zu unterstützen. So wuchs in mir der Wunsch, mich verstärkt der Beratertätigkeit zuzuwenden.

Du hast zahlreiche Aus- und Weiterbildungen absolviert. Was unternimmst du, damit daraus ein Reichtum resultiert und nicht ein Methoden-Wirrwarr entsteht?

Über eine gewisse Methodenvielfalt zu verfügen, ist sicher kein Nachteil, denn nicht alle Menschen sprechen auf dieselbe Beratungsart oder -methode an. Aus der Wirkungsforschung wissen wir jedoch heute, dass für den Beratungserfolg vor allem die Beziehung zwischen Berater und Klient massgeblich darüber entscheidet, ob Beratung gelingt. Die Beziehungsebene ist viel wichtiger, als die „richtige“ Methode. Unlängst hat dies der Hirnforscher und Neurowissenschaftler Prof. Dr. Roth in einem Vortrag in Zürich herausgestrichen. Empathie und eine ermutigende, zugewandte Beziehungsgestaltung sind für einen nachhaltigen Veränderungsprozess entscheidend. So kann der Klient oder die Klientin sich in einem sicheren Rahmen öffnen und auch eine neue positive Bindungserfahrung machen. In solch einem sicheren und akzeptierenden Umfeld wird eine Person eher bereit sein, sich mit ihren Schattenseiten und herausfordernden Themen und Persönlichkeitsanteilen auseinander zu setzen. Trotzdem: Ich finde es dennoch wichtig, dass Beratungs-Profis über einen gewissen Methodenkoffer verfügen. Wir würden ja auch nicht zu einem Handwerker gehen, der lediglich über einen Hammer und einen Schraubenzieher verfügt. Je mehr Fachwissen, Erfahrung aber eben auch Werkzeuge ihm zur Verfügung stehen, desto gezielter und präziser kann er bei einer Problemstellung intervenieren.

Wie ergänzt sich bei dir die feste Anstellung als Kommunikationsleiter eines Hilfswerkes mit der Beratung in einer eigenständigen Praxis?

Für mich war dies lange Zeit eine ideale und spannende Kombination. Auf der einen Seite liebe ich es, mich in meinem Teilzeit-Engagement als Kommunikationsleiter für Menschen in Not und Entwicklungsprojekte einzusetzen. Auf zahlreichen Reisen nach Afrika, Asien und Südamerika konnte ich in den vergangenen Jahren viele fremde Kulturen, Menschen aber auch deren Nöte und Herausforderungen kennenlernen. Mitzuhelfen, dass Mangel und Not gestillt werden, hat mich begeistert.

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz



Auf der anderen Seite habe ich daneben in den persönlichen Begegnungen im Beratungssetting miterlebt, wie Menschen aufblühen und sich ihren Herausforderungen und Ängsten stellen und neue Freiheit gewinnen. Beides finde ich sinnstiftend und entspricht mir. Gleichzeitig machte ich je länger je mehr zwischen diesen zwei Bereichen auch einen Spagat. Auch das zeitliche Engagement wurde zunehmend für beide Bereiche knapp und brachte mich auch an meine Grenzen. Darüber schreibe ich auch in meinem Buch. Daher habe ich mich entschieden, mich ab nächstem Jahr stärker auf die Beratungstätigkeit zu fokussieren.

Was gab den Anstoss ein Buch zu schreiben?

Verschiedene Kunden haben mich in den letzten Jahren darauf angesprochen, dass es für sie hilfreich wäre, einige Aspekte nachlesen zu können, die wir im Laufe der Beratungssitzungen besprochen und thematisiert haben. Aber ich war nicht so überzeugt davon, solch ein riesiges Projekt in Angriff zu nehmen. Zudem gibt es schon genügend Ratgeber in diesem Bereich. Daher war ich lange zurückhaltend. Als ich dann mit einem guten Freund von mir, Thomas Härry – der selber Autor ist und schon etliche Bücher verfasst hat – vor drei Jahren in Madeira in den Ferien war, motivierte er mich am Strand, es doch mal zu wagen. Aus den ersten, zaghaften Tipp-Versuchen auf meinem Laptop ist nun ein Buch mit 240 Seiten entstanden.

Das Buch kam im August auf den Markt. Um was geht es darin genau?

Das Thema „Veränderung von alten Mustern und Prägungen“ beschäftigt mich seit einigen Jahren. Warum sabotieren wir uns immer wieder selber, obwohl wir es eigentlich besser wüssten? Was läuft da genau in uns ab? Im Zusammenhang mit meiner Coaching- und Beratertätigkeit taucht diese Frage auch immer wieder auf: Wie können wir destruktive Muster und Prägungen auflösen und uns nachhaltig verändern? Darum geht es in meinem Buch. Oft sind es Erfahrungen und Defizite aus der frühen Kindheit, die unser Leben noch stärker bestimmen, als uns lieb ist. So haben wir aufgrund unserer frühkindlichen Prägungen unbewusst Schutzstile und Verhaltensnotlösungen entwickelt, mit denen wir uns noch heute durchs Leben navigieren. Ohne es zu merken sabotieren wir uns oft selbst oder engen uns ein. Wir laufen immer noch in einer alten Rüstung herum, die früher hilfreich und schützend war, aber heute längst nicht mehr nötig ist. Oft erst durch den Weckruf einer Krise, Krankheit oder einen Konflikt wachen wir auf: So nicht mehr! Dies steht oft am Anfang eines Veränderungsprozesses. Anhand vieler persönlicher Beispiele und Erfahrungen aus meiner Beratungspraxis nehme ich den Leser mit durch die vier Zimmer der Veränderung: Zufriedenheit, Verleugnung, Chaos/Verwirrung und Erneuerung. Das Buch ist sozusagen ein Reiseführer für persönliche Veränderungsprozesse.

Welche Leserschaft hast du beim Schreiben des Buches vor Augen?

Ich berichte im Buch „Nur wer sich ändert, bleibt lebendig“ unter anderem relativ persönlich von mir und meiner eigenen Erfahrung im Umgang mit Burnout und einer Erschöpfungsdepression. Im eigenen Veränderungsprozess erlebte ich, wie biblische Aussagen und psychologische Wahrheiten mir neue Sichtweisen und Perspektiven eröffnet haben.

Die Kerngedanken meiner Erfahrungen und Auseinandersetzung mit dem Thema Veränderung bilden

Association of Christian Counsellors
Verband für christliche Seelsorge und Beratung der Deutschschweiz

die Basis dieses Buches. Ich verweise immer mal wieder auf Psychologen und Hirnforscher und deren Erkenntnisse. Was hilft wirklich, damit nachhaltige Veränderung von negativen Verhaltensweisen, Mustern und Prägungen gelingen kann? Ich stelle Methoden aber auch selbst entwickelte Modelle vor



und flechte eigene Erfahrungen und Fallbeispiele aus der Beratungspraxis ein. Somit ist das Buch für all diejenigen geeignet, die sich selber besser verstehen und sich auf die Schliche kommen wollen, warum sie sich manchmal selbst sabotieren und wie sie doch

noch einen Schritt weiterkommen können als bisher.

Aber auch für Beraterinnen und Berater ist es interessant: Denn in der Beratung lediglich an den Willen zu appellieren, wird nicht reichen. Das Unbewusste und unsere Emotionen müssen mit in den Prozess einbezogen werden. Sonst kommt ein nachhaltiger Veränderungsprozess nicht zustande. Somit ist es für Beratende aber auch für Ratsuchende eine hilfreiche Lektüre. Mit zahlreichen Übungen kann die Leserschaft die Themen vertiefen und direkt umsetzen.

Was hat der Prozess des Schreibens bei dir selber ausgelöst?

Für mich war es spannend, meinen Beratungsansatz nochmals etwas systematischer zu reflektieren. Was ist mir wichtig? Worauf kommt es an? Was

wirkt in einer Beratung? Was hat die moderne Neurowissenschaft zum Thema „Veränderung von alten Mustern“ zu sagen? Dies hat mich selber nochmals herausgefordert, aber auch begeistert.

Welchen Wunsch hegst du bezüglich der Zukunft der christlichen Beratungsszene in der Schweiz?

Ich wünsche mir, dass christliche Lebensberater, Coaches und Supervisoren noch viel mutiger und selbstbewusster auftreten und ihre Angebote publik machen. Wir müssen uns nicht verstecken, sondern haben etwas zu bieten! Die Kombination aus einer hohen Beratungskompetenz gepaart mit einem christlichen Glauben, der von einem Gott spricht, der uns bedingungslos liebt, vorbehaltlos meint und uns eine Zugehörigkeit schenkt, die an keine Leistung – auch keine fromme – geknüpft ist, finde ich genial und befreiend!

Besten Dank, Christoph Hickert, für diese Einblicke in deine Entwicklung und deine Gedankengänge. Wir wünschen dir, deinen Ratsuchenden und deinen Lesern immer wieder die aufbauende und wohl-tuende Erneuerung auf dem Lebensweg.

Impressum:

ACC-Sekretariat,
Dachslernstrasse 67, 8048 Zürich
www.acc-ch.ch, redaktion@acc-ch.ch

© ACC Deutschschweiz / Autorinnen und Autoren / pixabay