

Beratungs- und Rahmenkonzept

In diesem Beratungs- und Rahmenkonzept werden die Grundlagen für die Beratungstätigkeit sowie die Rahmenbedingungen von «Beratung Walser» dargelegt. Es steht in gegenseitiger Ergänzung mit den Informationen auf der Webseite www.beratung-walser.ch. Für den Inhalt verantwortlich ist Patrick Walser.

Nachfolgend wird zuerst ausführlich auf das von mir vertretene Menschenbild und die daraus folgenden Grundhaltungen und Werte eingegangen, da sie die wichtigsten Grundpfeiler bilden, auf die sich meine Beratungsarbeit stützt und woraus sie sich entfaltet. Es dient primär der transparenten Information für Ratsuchende. Es ist jedoch keine Bedingung, dass dieses Menschenbild von Ratsuchenden geteilt wird, um Beratung in Anspruch zu nehmen.

Im weiteren werden Beratungsangebot, Theorie und Methodik, Beratungsablauf, Kosten sowie andere relevante Bereiche erläutert und definiert.

1 Menschenbild und beraterische Grundhaltung

Meine Beratungshaltung ist geprägt von der systemischen und ressourcenfokussierten Sicht- und Denkweise. Dabei orientiere ich mich an einem aufgeschlossenen und positiven christlichen Menschen- und Weltbild. Diese Grundorientierung in Verbindung mit aktuellsten Erkenntnissen und Ansätzen aus den Humanwissenschaften zeichnen meine professionelle Beratungshaltung aus.

Ein aufgeschlossenes und positives christliches Menschenbild impliziert für mich unter anderem:

- Bedingungslose Annahme und Wertschätzung jedes Menschen.
- Respekt vor und Akzeptanz von anderen Menschen- und Weltbildern. Heilsame Begegnung findet stets auf Augenhöhe statt.
- Glaube und Spiritualität entsprechen Bedürfnissen in uns Menschen, die auf unsere Geschöpflichkeit hinweisen. Sie sind daher eine relevante Ressource.
- Die Einbindung von Glaube und Spiritualität in der Beratung muss immer freiwillig sein und darf ausschliesslich als Angebot und auf Wunsch erfolgen. Jede Art von Manipulation und Druck ist nicht mit dem christlichen Menschenbild vereinbar.
- Bewusstsein, dass nicht selten Menschen durch negative und verzogene Gottesbilder (z.B. Gott als strafender oder kontrollierender Despot), prägende seelische/psychische Schäden erlitten haben, was einen sensiblen und reflektierten Umgang mit dem Thema voraussetzt.

Nachfolgend erläutere ich an einigen zentralen Beispielen, wie sich das christliche Menschenbild auf meine beraterische Grundhaltung auswirkt:

Gemäss dem christlichen Menschenbild ist jeder Mensch ein einzigartiges Geschöpf Gottes und trägt sein Abbild in sich. Daraus leitet sich seine besondere Würde und sein Wert ab. (vgl. 1. Mose 1.26-27).

Beraterische Grundhaltung: Jeder Mensch ist auf seine ganz eigene Art wertvoll. Die konsequente Begegnung auf Augenhöhe ist die einzige angemessene Haltung, und zwar unabhängig von Kultur, Überzeugungen, Lebensführung usw.
Die Unterscheidung zwischen der Person und ihrem Verhalten ist elementar.

Nach christlichem Verständnis ist der Mensch eine untrennbare Einheit aus Körper, Seele und Geist. So hat er neben seinen natürlichen Bedürfnissen auch geistliche Bedürfnisse. Beide haben ihre Berechtigung und wollen und sollen entsprechend berücksichtigt werden. Dass die Befriedigung der natürlichen Bedürfnisse sehr oft die Vernachlässigung der geistlichen Bedürfnisse mit sich bringt, kommt in der Geschichte der Prüfung von Jesus in der Wüste zum Ausdruck, wo er ausgehungert antwortet: «Der Mensch lebt nicht nur von Brot; er lebt von jedem Wort, das Gott spricht» (Matth. 4.4). Erfüllendes Leben schöpft der Mensch aus und in der Verbindung zu Gott.

Beraterische Grundhaltung: Jedem menschlichen Verhalten liegt ein Bedürfnis zu Grunde. Nicht gestillte Bedürfnisse tendieren dazu, kompensiert zu werden. Das Bedürfnis ist nie das Problem, das Verhalten kann es allerdings sein. Die Kritik am Verhalten bringt oft nicht weiter. Es gilt das Bedürfnis dahinter zu entdecken, um dann nach alternativen Verhaltensweisen und Antworten Ausschau zu halten. Im Bewusstsein um die Relevanz von geistlichen Bedürfnissen, können diese in der Beratung mitgedacht werden und wenn erwünscht auch einfließen.

Der Mensch ist ein Beziehungswesen, geschaffen zur Beziehung zu Gott und anderen Menschen. Daraus erwächst seine Verantwortung für Mitmensch und Umwelt. Das ist Berufung, Sinn und Auftrag zugleich (vgl. 1. Mose 2.18 ff / Lukas 10.27). Wenn im biblischen Sinn von Sünde die Rede ist, dann sind damit alle Denk- und Verhaltensweisen gemeint, die Beziehungen zerstören und damit Hass statt Liebe hervorbringen. Es ist klar: Die Menschen werden zwangsläufig aneinander schuldig. Vergebung annehmen und zusprechen ist das notwendige und wirksame Gegenmittel.

Beraterische Grundhaltung: Wie der Mensch Beziehungen lebt, wieder spiegelt seinen seelischen Zustand – und umgekehrt. Eine gesunde Beziehung zu sich selber und zu anderen erlernt der Mensch primär in seiner Herkunfts Familie. Deshalb sind gesunde und starke Familien zentral. Viele der menschlichen Probleme resultieren mehr oder weniger unmittelbar aus Beziehungsproblemen (man denke etwa an Bindungsstörungen,

emotionaler Missbrauch, Gewalterfahrungen, Verlusterfahrungen, Trennungen, Konflikte, usw.) Das Festhalten am eigenen Recht und an der Schuld des andern verhindert die Heilung von Beziehungen. Das biblische Prinzip der Vergebung kann hier, falls erwünscht, sehr fruchtbringend in den Beratungsprozess einfließen.

Nach christlichem Menschenbild ist der Mensch ein eigenständig denkendes Wesen mit freiem Willen. Gott hat keine Marionetten geschaffen. Das wird dem Menschen aber zum Verhängnis. Nach biblischer Überlieferung geht das menschliche Drama so: Der Mensch lässt sich einreden, dass er zu kurz kommt, dass ihm das Eigentliche vorenthalten wird. Das Misstrauen gegenüber seinem Schöpfer ist geboren. Von nun an strebt der Mensch danach, selber Gott zu sein. Er will im Zentrum stehen, um selbstbestimmt sich das Nehmen zu können, was ihm vermeintlich zusteht. Mit dieser Grundeinstellung zerstört er seine Beziehung zu Gott und damit auch zu den Mitmenschen. Er kommt seiner Verantwortung und seiner Bestimmung nicht nach. (vgl. 1. Mose 3)

Beraterische Grundhaltung: Die Entscheidungsfreiheit und der freie Wille des mündigen Menschen sind unantastbar. Sie gehören zur Menschenwürde. Ebenso dazu gehört aber die Verantwortungsübernahme für die Konsequenzen von Entscheidungen: Man kann sie nicht anderen in die Schuhe schieben. Nur wenn der Mensch in die Verantwortung kommt für seinen Anteil an der Misere, kann Veränderung und Gesundung geschehen.

Die Bibel zeichnet dem Menschen den Weg zurück in seine Bestimmung auf: Gott als Schöpfer spricht dem Menschen sein «Ja» zu und lädt ihn ein, wieder in die heilsame Beziehung zu ihm zu treten. Das sichtbare Zeichen dieser Einladung ist in der Person von Jesus Christus, der kurz vor seinem leidvollen Tod gesagt hat: «Es ist vollbracht». Der Mensch kann diesen Weg nun im Glauben und im Vertrauen gehen, weil alles schon vollbracht ist. Eine andere Bedingung als der des Glaubens und Vertrauens gibt es nicht. Aus diesem Vertrauen wächst Hoffnung und Zuversicht als Kontrastprogramm zur Angst vom Zu-kurz-kommen. Auf dieser Grundlage können Mensch, Gott und Mitmensch wieder ins richtige Verhältnis rücken.

Beraterische Grundhaltung: Als Berater trage ich Gottes uneingeschränktes «Ja» zum Gegenüber mit meiner ganzen Person mit. Menschen, die Beratung in Anspruch nehmen, haben oft viel zu tragen. Die Beratung ist dann gut, wenn sie entlastend und erbauend wirkt und Hoffnung und Zuversicht weckt.

Das christliche Menschenbild sieht den Menschen ganzheitlich und realistisch, mit seinem Potential, seiner Einzigartigkeit und seiner Freiheit aber auch mit seinen Mängeln, Verstrickungen und Begrenzungen. Es bleibt aber nicht da stehen und überlässt den Menschen sich selbst, nein, es zeichnet einen hoffnungsvollen Weg auf, wie Leben gelingen kann.

Der Fokus auf die Bedürfnisse des Mitmenschen und somit auf die Beziehungen gehört zum Kern des christlichen Menschenbildes. Das kommt z.B. in der «goldenen Regel» (Matth. 7.12) zum Ausdruck: «Alles nun, was ihr wollt, dass euch die Leute tun sollen, das tut ihnen auch!» oder in

der Aufforderung, den anderen höher zu achten als sich selbst (Philipper 2.3). Darin liegt das Lebensglück und die Kraft, die diese Welt und das Leben der Menschen lebenswert macht.

2 Beratungsangebot

Mein Beratungsangebot beinhaltet drei Kerngebiete in denen ich entsprechend ausgebildet bin und über Berufserfahrung verfüge:

2.1 Lebensberatung und Coaching

Die ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen in seiner körperlichen, seelischen und geistlichen Dimension zeichnen meine Beratungen aus. Wo in der Lebensberatung und Seelsorge die Arbeit an und mit der eigenen Geschichte und der inneren Lebenswelt oft wesentliche Elemente sind, so liegt beim Coaching der Fokus eher auf konkreten Zielen in der Zukunft. Bei beiden Beratungsformen sind die persönlichen Ressourcen, ein Schlüssel für erfolgreiche und nachhaltige Veränderung.

Ich begleite, berate oder coache unter anderem zu folgenden Themen:

- Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte
- Erwünschte Veränderung in bestimmten Lebensbereichen oder Beziehungen
- Umgang und Verarbeitung von belastenden Lebensereignissen
- Veränderung von festgefahrenen Denk- und Verhaltensmustern.
- Klarheit für Entscheidungen erhalten
- Reflektieren und Bearbeiten von Konflikten im privaten oder beruflichen Umfeld

2.2 Paar-, Eltern- und Familienberatung

Eine erfüllende, liebevolle Paarbeziehung - wer wünscht sich das nicht? Was einmal war, scheint plötzlich in weiter Ferne zu sein. Wenn Schweigen, Rückzug oder kräfteraubende Diskussionen und Streit die Beziehung dominieren, dann ist es höchste Zeit für eine Paarberatung. Ich biete beraterische Unterstützung auf dem Weg zu einer tragfähigen Beziehung.

Der Familie kommt zu recht eine sehr zentrale gesellschaftliche Rolle zu. Gleichzeitig verlangt das Familienleben eine ständige Anpassung und Neudefinition von Beziehungen und Rollen. Die heutzutage vielfältigen Formen von Familie und Lebensentwürfen machen die Sache nicht einfacher. Jedem Mensch und jeder Familie wird zugemutet, den eigenen Weg zu suchen und zu finden. Diese Freiheit wird nicht selten zu einer Last, in der Beziehungen auf eine harte Probe gestellt werden. Ich biete Unterstützung, damit dieser Prozess gelingt.

Zu folgenden Themen berate ich:

- Paarbeziehung
- Elternschaft

- Familienleben
- Kindererziehung und Ablösungsprozess
- Elterliche und familiäre Beziehungsgestaltung

2.3 Mediation

Mediation ist ein etabliertes Konfliktbearbeitungsverfahren, bei dem die Konfliktparteien mittels haltgebender und transparenter Struktur unterstützt werden, ihre Konfliktthemen zu benennen, zu bearbeiten und tragfähige Lösungen auszuhandeln. Dazu braucht es ein gewisses Mass an Bereitschaft von den Konfliktparteien, sich auf den Mediationsprozess einzulassen. Wenn diese Bereitschaft nur einseitig vorhanden ist, kann ein Einzel-Konfliktcoaching wichtige Erkenntnisse und Anstösse zur Veränderung bringen.

Konflikte sind in erster Linie menschlich. Sie deuten darauf hin, dass wir lebendig und in Beziehung sind. Konflikte sagen uns, dass etwas nicht stimmig ist. Sie tragen also das Potential in sich, Neues und Kreatives hervor zu bringen.

Wenn vorhandene Konflikte jedoch nicht angesprochen oder adäquat bearbeitet werden, können sie ein sehr kräfteraubendes und zermürbendes Potential entfalten. Darunter leiden dann meist nicht nur die Konfliktparteien, sondern zunehmend auch die Menschen im Umfeld oder die Qualität der Arbeit.

Als Mediator biete ich Unterstützung, um aus der Negativdynamik von Konflikten in ...

- Ehe und Partnerschaft
- Familie
- Nachbarschaft oder bei der Arbeit

... rauszukommen und neue Perspektiven und Lösungen zu entwickeln.

3 Theoretische Grundlagen / Methodik

Aufgrund meines beruflichen Werdeganges mit unterschiedlichen Aus- und Weiterbildungen verfüge ich über breites Fachwissen aus den Bereichen Sozialpädagogik, Psychologie, Seelsorge und Konfliktmanagement. In meinen Beratungen verwende und kombiniere ich je nach Setting und Thematik Ansätze aus der systemischen und ressourcenorientierten Beratung, der personenzentrierten Gesprächsführung und der Rational-Emotiven-Verhaltenstherapie.

Ich gehe davon aus, dass jeder Mensch ganz spezifische Ressourcen in sich trägt, um passende Antworten auf Lebensfragen und Herausforderungen zu finden. Durch meine Präsenz, meine Haltung und Gesprächsführung, mein Interesse und meine Fragestellungen, sowie mittels ausgewählter Methoden nehme ich als Berater eine unterstützende Funktion ein. Ich unterstütze die ratsuchende Person, Bedürfnisse, Beweggründe, Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge, Motivation und Ziele usw., zu erkennen und daraus hilfreiche Schritte abzuleiten, um wünschenswerte Veränderung zu ermöglichen oder zu einer Akzeptanz von nicht Veränderbarem zu finden.

Methodisch arbeite ich gerne mit Visualisierungs- und Imaginationstechniken wie z.B.: Genogrammarbeit, Familienaufstellung, Inneres Team, räumliches Arbeiten mit Bodenankern, Stuhlwechsel, Lebenslinie, usw. Diese Techniken helfen, Erkenntnisse, Bewusstseinsprozesse und Aha-Erlebnisse zu ermöglichen, die über die Sprache begrenzt möglich sind.

Wenn die ratsuchende Person ihre geistliche Heimat im christlichen Glauben hat, beziehe ich auf Wunsch diese wertvolle Ressource in die Beratung mit ein. Das kann z.B. in Form von freiem, liturgischem oder hörendem Gebet oder durch Lesen und Meditieren eines biblischen Textes mit Bezug zur aktuellen Thematik sein.

4 Beratungsablauf und -setting

Die Kontaktaufnahme der ratsuchenden Person erfolgt entweder telefonisch, per Email oder über das Kontaktformular auf der Webseite www.beratung-walser.ch.

Bei einem telefonischen Erstgespräch werden die wesentliche Anliegen und Eckdaten erfasst und die grundsätzliche Passung von Bedürfnis und Angebot geklärt. Ein Erstermin wird festgelegt.

Der erste Beratungstermin dient dem Kennenlernen. Dabei werden Situation und Anliegen detailliert erfasst (Anamnese), um dann die passende Beratungsform, evtl. involvierte Personen, das weitere Vorgehen und die Ziele gemeinsam zu benennen.

Die Folgegespräche orientieren sich an den Bedürfnissen und den Ressourcen der ratsuchenden Person. Sie finden idealerweise im Abstand von etwa 2 Wochen statt. In der Regel gibt es «Hausaufgaben», die bis zum Folgegespräch bearbeitet werden sollen. Das können z.B. Verhaltensweisen sein, die eingeübt werden oder das Führen eines Tagesbuches oder das Ansprechen eines Konfliktes, usw.

Nach spätestens 6 Beratungsterminen wird der Verlauf gemeinsam reflektiert und entweder der Abschluss eingeleitet oder die Weiterführung für maximal 6 weitere Beratungen beschlossen. Damit wird gewährleistet, dass Beratungen nur so lange weitergeführt werden, wie sie zielführend und hilfreich sind.

Ein Beratungstermin dauert zwischen 60-90 Minuten. Inhalt und Themen der einzelnen Beratungen werden in einem Kurzprotokoll schriftlich festgehalten.

Einzelberatungen führe ich nur mit Männern durch.

Die Beratungen finden vor Ort an der Hermannstrasse 4a in Weinfelden statt. In Ausnahmefällen können Beratungen auch online durchgeführt werden.

Die Vereinbarung über die zustande kommende Beratung, sowie das Setting und die Kosten erfolgt i.d.R. mündlich. Bei Mediationen wird ein schriftlicher Vertrag erstellt.

Von Seiten Klient kann die Zusammenarbeit jederzeit ohne Angabe von Gründen mündlich oder schriftlich beendet werden. Als Berater kann ich die Zusammenarbeit jederzeit mit Angabe einer Begründung mündlich oder schriftlich beenden.

Sollte sich während einer Beratung zeigen, dass ich nicht die richtige Fachperson bin, bin ich bemüht, die Suche nach einer passenden Alternative zu unterstützen.

5 Kosten und Rechnungsstellung

- Ein telefonisches Erstgespräch ist kostenlos.
- Einzel-Beratungen in Weinfelden: Fr. 110.- pro Stunde (inkl. Vor- und Nachbereitung).
- Paar- / Familienberatung und Mediationen in Weinfelden: Fr. 130.- pro Stunde (inkl. Vor- und Nachbereitung)

(Preisänderungen vorbehalten)

Abklärungen, Telefonate und Emails mit Fach- oder Drittpersonen ausserhalb des Beratungssettings (im Einverständnis und Auftrag des Klienten → siehe Punkt «Schweigepflicht und Datenschutz»), werden nach Aufwand zum Stundentarif von Fr. 110.- verrechnet.

Sozialtarife können in begründeten Fällen nach Absprache gewährt werden. Die Kosten für die Beratungen können nicht über die Krankenkasse abgerechnet werden.

Nach jeder Beratung wird die Anfangs- und Schlusszeit schriftlich festgehalten und vom Klienten visiert. Die Zeiten werden auf 5min gerundet. Als Anfangszeit gilt grundsätzlich die vereinbarte Zeit. Das bildet die Grundlage für die Verrechnung.

Terminverschiebungen und Absagen müssen spätestens am Tag vor dem Termin erfolgen. Bei kurzfristigen Absagen werden Fr. 50.- als Umtriebsentschädigung verrechnet.

Idealerweise erfolgt die Bezahlung direkt nach jedem Beratungstermin per Twint. Auch Barzahlung (gegen Quittung) oder Überweisung per QR-Rechnung sind möglich.

Bei Bezahlung per QR-Rechnung gilt folgendes: Nach jedem Beratungstermin wird direkt ein Einzahlungsschein mitgegeben. Der entsprechende Betrag muss bis zum nächsten Termin eingegangen sein (i.d.R. 14 Tage). Individuelle Regelungen vorbehalten.

Nichtbezahlen von Leistungen kann zur Beendung der Zusammenarbeit führen.

6 Weiterbildung / Supervision / Intervision

Durch regelmässige Teilnahme an beratungsrelevanten Weiterbildungen wird das fachliche Knowhow erweitert und eine hohe Qualität der Beratungen gewährleistet.

Die Intervision (Austausch mit Fachkollegen und -kolleginnen) und die Fallsupervision (vertiefte Reflexion mit Hilfe von externen Fachpersonen) sind wichtige Instrumente, um die eigene Beratungshaltung, die Interaktion zwischen Klient und Berater sowie allfällige Übertragungen und Gegenübertragungen zu reflektieren und bewusst zu machen. Die Erkenntnisse daraus fliessen wieder in die Beratungsgestaltung ein und erhöhen dadurch ebenfalls die Qualität und Effektivität. Die besprochenen Situationen und Fälle werden anonym eingebracht, so dass kein Rückschluss auf Personen möglich ist.

Es wird angestrebt, pro Jahr insgesamt mindestens 5 Tage für Weiterbildung, Supervision und Intervision zu investieren.

7 Schweigepflicht und Datenschutz

Ich unterstehe der beruflichen Schweigepflicht. Sämtliche Informationen aus den Beratungsgegenden und zu persönlichen Angaben von Klienten werden vertraulich behandelt. Sollte ein Austausch mit anderen involvierten Fach- oder Drittpersonen relevant sein, wird dies mit dem Klient besprochen und das Einverständnis mittels Schweigepflichtentbindung eingeholt.

Klientendaten, Dokumente und Protokolle werden entsprechend den geltenden Datenschutzrichtlinien behandelt. Weitere Informationen zum Datenschutz finden sich unter: www.beratung-walser.ch/impressum-und-datenschutz