

Was uns bei der Vermittlung des Personzentrierten Ansatzes besonders wichtig ist

Es war die große "Entdeckung" von Carl Rogers (dem geistigen Vater der personzentrierten Methode) dass 3 Bedingungen ausreichen, wenn man einem anderen helfen will, in einer schwierigen Situation weiterzukommen.

Der Berater muss

1. sich in den inneren Bezugsrahmen des Hilfesuchenden versetzen, sich in sein "inneres Erleben" einfühlen, die Welt durch seine Brille sehen - und
2. ihn bedingungslos wertschätzen, ihn akzeptieren und ihm mit Wärme und ungeteilter Aufmerksamkeit begegnen - und
3. dabei "echt" sein, d.h. ihm als „ehrlicher, einfacher“ Mensch und nicht mit einer expertenhaften Fassade begegnen.

Das klingt einerseits faszinierend einfach - wenn man es als Modell oder Konzept betrachtet - und andererseits sehr schwierig - wenn man an die Realisierung der Bedingungen denkt.

Wenn es um die Realisierung dieser Bedingungen geht, fangen wir alle nicht bei Null an: jede und jeder bringt seine Fähigkeit "zu verstehen", "zu akzeptieren" und "echt zu sein" natürlich mit. In der Ausbildung wird es darum gehen, diese Fähigkeiten zu erhöhen.

Dies wird nicht nur die berufliche Kompetenz der TeilnehmerInnen - hilfreich mit anderen Menschen umzugehen - erweitern, sondern auch ein persönlicher Gewinn sein.

Wir sind als Ausbilder bestrebt, ein akzeptierendes Lernklima zu fördern, da dies unserer Ansicht nach eine Grundvoraussetzung für eine konstruktive Persönlichkeitsentwicklung ist - bei uns und bei unseren Klienten.

Gerade das persönliche Wachstum des Einzelnen innerhalb und außerhalb der Gruppe liegt uns am Herzen. Wir gehen dabei von der Vorstellung und unserer eigenen Erfahrung aus, dass die Grenzen unseres therapeutischen und beraterischen Tuns in erster Linie unsere persönlichen Grenzen sind. Insofern wird es überall dort, wo wir Schwierigkeiten haben, andere zu akzeptieren, darum gehen, uns selbst mehr anzunehmen; dort wo wir andere nicht verstehen, wird es darum gehen, die eigenen blinden Flecken zu entdecken; dort wo der andere sich hinter einer "Rolle" schützen muss, wird es zunächst darum gehen, die eigenen "nicht gelebten Seiten" kennen zu lernen, und die Angst zu verlieren, diese zu leben.

Aufgrund unserer Erfahrungen sind wir zu dem Schluss gekommen, dass wir mit harter Hand - auch uns selbst gegenüber - nicht viel erreichen, und dass der Widerstand gegen Veränderung Respekt verdient - und zu würdigen ist, als ein Überbleibsel aus einer Zeit, wo wir den Feind vor unserer Tür halten mussten. Gleichzeitig versuchen wir, in einer akzeptierenden Atmosphäre unsere eigenen Grenzen zu entdecken und zu verlegen und nachzuspüren, ob dieser begrenzende Schutz sich nicht mittlerweile gegen uns selbst gerichtet hat und uns jetzt daran hindert, nach außen zu treten. Dann wird es Zeit, diesen begrenzenden Schutz - mit Dankbarkeit für erwiesene Dienste - einzutauschen gegen Türen, die wir öffnen können, wenn wir sie öffnen wollen.

