

Cárry Heike Zander

## Gemeinwohlarbeit als Arbeitsfeld eines Counselors

Wie Methoden aus Counseling und Gestalt in der Arbeit  
mit Menschen in Arbeitsgelegenheiten genutzt werden  
können

IHP Manuskript 0810 G \* ISSN 0721 7870

**IHP Bücherdienst** \* Schubbenweg 4 \* 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 \* Fax 02403 20447 \* eMail [office@ihp.de](mailto:office@ihp.de)  
[www.buecherdienst.ihp.de](http://www.buecherdienst.ihp.de)



# Gemeinwohlarbeit als Arbeitsfeld eines Counselors

## Wie Methoden aus Counseling und Gestalt in der Arbeit mit Menschen in Arbeitsgelegenheiten genutzt werden können

### Gliederung

1. Einleitung
  2. Wie Gemeinwohlarbeit funktioniert
  - 2.1. Methodisches - Wie und mit wem ich arbeite
  3. Entwicklungsprozesse anhand der Cycles of Power
  - 3.1 Der Entwicklungsprozess von Xavier Müller
  - 3.2 Der Entwicklungsprozess von Lisa Meier
  - 3.3 Entwicklungsblockaden
  4. Selbst-Counseling: Wie ich die Counselor Ausbildung für meine „Psychohygiene“ nutze
  5. Zusammenfassung
  6. Anhänge
  - 6.1 Cycles of Power (nach Pamela Levin)
  - 6.2 Cycles-Elfchen (C. H. Zander)
  - 6.3 Kerngebote Gestalttherapeutischer Lebensphilosophie
- Literatur

## 1. Einleitung

Diese Arbeit beschäftigt sich mit den Möglichkeiten, wie Beratungsmethoden der Fachrichtung Gestalt-Therapie & Pädagogik in der Arbeit mit Langzeitarbeitslosen, die in Arbeitsgelegenheiten beschäftigt sind, genutzt werden können. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der Counselor-Haltung und der ethischen Grundeinstellung, den Menschen anzunehmen so wie er ist und ihm Zuversicht auf Entwicklung zu vermitteln. Mit Hilfe der „Cycles of Power“ stelle ich zwei exemplarische Entwicklungen dar. Da die Liebe zum geschriebenen Wort und zur Poesie zentrale Elemente meines Lebens sind, verbinde ich in dieser Arbeit die pragmatische Darstellung meines Tätigkeitsfeldes mit poetischen Betrachtungen.

## 2. Wie Gemeinwohlarbeit funktioniert

Seit Oktober 2006 betreue ich Menschen, die in sogenannten „Arbeitsgelegenheiten mit Mehraufwandsentschädigung“ gemäß §16 Abs. 3 SGB II tätig sind<sup>1</sup>. Der Wohlfahrtsverband, bei dem ich beschäftigt bin, bietet diese Stellen im Rahmen der „Gemeinwohlarbeit“ (GWA) an. Gemeinwohlarbeit betont dabei die Gemeinnützigkeit und bietet „Wert schöpfende Tätigkeiten“, die „zur Stabilisierung und Erhöhung des Selbstwertgefühls der Teilnehmenden“ beitragen sollen<sup>2</sup>. Der im SGB II genannte „Grundsatz des Forderns“ wird in der Gemeinwohlarbeit mit dem des Förderns verbunden: Die Arbeit soll die Teilnehmenden

---

<sup>1</sup> auch als „1-Euro-Jobs“ bekannt

<sup>2</sup> [www.gemeinwohlarbeit.org](http://www.gemeinwohlarbeit.org)

in ihrer beruflichen Entwicklung weiterbringen bzw. ihnen die Integration in den Arbeitsmarkt erleichtern. Außerdem soll der Aspekt betont werden, dass Menschen, die das Gemeinwohl unterstützen, dafür Anerkennung verdienen.

Eine GWA läuft üblicherweise über sechs bis zwölf Monate. Teilnehmende, die über 50 Jahre alt sind, haben die Möglichkeit bis zu drei Jahre in der Gemeinwohlarbeit tätig zu sein.

Die Menschen, mit denen ich arbeite, werden überwiegend in der Seniorenbetreuung, in der Hauswirtschaft, Haustechnik, Park-/ Tierpflege, Hausaufgabenbetreuung und im Bürobereich eingesetzt.

In der Stadt, in der ich arbeite, gibt es drei Träger, die für die ARGE<sup>3</sup> diese Arbeitsgelegenheiten zur Verfügung stellen. Die verschiedenen Wohlfahrtsverbände arbeiten zusammen, was dazu führt, dass ein GWA-Teilnehmender, bevor er seine Tätigkeit aufnimmt, bereits einen längeren Weg hinter sich gebracht hat. Diesen Weg stelle ich im Folgenden am Beispiel von Xavier Müller<sup>4</sup> (der in Kap. 3.2 noch näher beschrieben wird) dar:

1. Herr Müller geht zur ARGE, unterschreibt eine sogenannte Eingliederungsvereinbarung (gemäß § 15 SGB II), in der er sich unter anderem dazu verpflichtet, eine Arbeitsgelegenheit anzunehmen. Sein Arbeitsvermittler hat ihm vorgeschlagen, die Altenbetreuung auszuprobieren und gibt ihm einen entsprechenden Stellenvorschlag mit. Damit geht Herr Müller zum Job-Center des koordinierenden Wohlfahrtsverbandes.

2. Im Job-Center wird geprüft, für welche Einrichtung bei welchem Träger die Person geeignet erscheint. Herr Müller ist als Seniorenbetreuer vorgeschlagen und wird deshalb vom Mitarbeitenden des Job-Centers auf eine wohnortnahe Einsatzstelle in einem Altenheim gebucht. Der Träger dieses Altenheims ist der Wohlfahrtsverband, bei dem ich tätig bin. Der Job-Center-Mitarbeitende vereinbart mit mir nun telefonisch einen Termin für Herrn Müller.

3. Herr Müller kommt zu mir zum Gespräch. Ich prüfe nun erneut, ob er für die ihm zugewiesene Stelle wirklich geeignet ist. Ist er es, stelle ich den Kontakt zur Einrichtung her. Ist er es nicht, vereinbare ich entweder einen erneuten Termin im Job-Center oder informiere direkt die ARGE, je nach Grund der Nichteignung.

4. Herr Müller stellt sich im nächsten Schritt im Seniorenzentrum vor. Verläuft das Gespräch positiv, wird er daraufhin die Tätigkeit aufnehmen.

Meine Aufgabe ist es nun, den Beginn wiederum der ARGE mitzuteilen und in der Folgezeit den Einsatz des GWA-Teilnehmenden zu begleiten.

## **2.1 Methodisches - Wie und mit wem ich arbeite**

Das tatsächliche  
ganz lebendige Leben  
das in keinen Zwang gepresst wird  
ist GESTALT.

Wir alle tragen alte Wunden und Verletzungen mit uns herum. Unsere Geschichten, die uns prägen. Als Counselor mit therapeutischem Wissen und entsprechender Aufarbeitung meiner eigenen Geschichte und meiner Muster kann ich auch mit stark verletzten Menschen umgehen. Die Menschen, mit denen ich arbeite, haben manchmal Erfahrungen mit Psychotherapie, Psychiatrie oder Suchttherapie gemacht. Erfahrungen, die sie gegenüber therapeutischen Interventionen eher kritisch als aufgeschlossen sein lassen. Hinzu kommt, dass sie fast immer einen langen Leidensweg in beruflicher (und privater) Hinsicht hinter sich haben. Dazu tragen oft fehlende Ausbildung und mangelnde Berufspraxis bei. Manche

---

<sup>3</sup> ARGE bedeutet „Arbeitsgemeinschaft für die Grundsicherung für Arbeitsuchende“ und ist zuständig für ALG-II-Empfänger. Personen, die im ALG-I-Bezug sind, werden von der Agentur für Arbeit betreut.

<sup>4</sup> alle in dieser Arbeit genannten Namen und Lebensumstände sind zum Schutz der Personen geändert

absolvieren Trainingsmaßnahme nach Trainingsmaßnahme. Bei anderen folgen immer wieder lange Zeiten von Arbeitslosigkeit auf Aushilfsjobs. So vielfältig ihre Geschichten sind, so haben sie doch fast alle<sup>5</sup> eins gemeinsam: eine lange Phase der Arbeitslosigkeit. Eine Phase, die sie oft mehr als alles andere im Leben geprägt hat. Denn diese Zeit ist verbunden mit Ausgrenzung, Stigmatisierung, Existenzängsten, Reglementierung durch Ämter, zahllose erfolglose Bewerbungen und Absagen ohne Hinweis auf Optimierungsmöglichkeiten. Durch diese Erfahrungen mangelt es ihnen oft an Selbstvertrauen. Viele von ihnen sind daran gewöhnt, manipuliert zu werden, sich rechtfertigen zu müssen, be- und verurteilt zu werden, sich in einem Teufelskreis aus Ablehnung und aufkeimender Hoffnung und erneuter Ablehnung zu bewegen.

Daher ist mein wichtigster Ansatz, den Menschen mit Wohlwollen zu begegnen, sie im Hier und Jetzt anzunehmen, so wie sie sind.

Das heißt konkret bei allen Interventionen:

- Einbringen meiner Counselor-Haltung.
- Herstellen einer vertrauensvollen Basis (guten Boden bereiten): Dabei achte ich auf eine angenehme Atmosphäre, die auch in den äußeren Gegebenheiten (z. B. gemütliche Sitzecke statt Schreibtisch-Atmosphäre, Pflanzen, Bilder an den Wänden) sichtbar wird. Nach vielen negativen Erfahrungen, über die die GWA-Teilnehmenden verfügen, sollen Schwellenängste durch eine wohlwollende Aufnahme überwunden werden.
- Anwendung meines pädagogisch-therapeutischen Wissens als Grund meiner jeweiligen Situationsfigur (Figur/Grund): Was steht im Vordergrund? Was steht im Hintergrund?
- Meine eigene Geschicklichkeit und die meiner GWA-Teilnehmenden nutzen.
- Ausstieg aus dem Drama-Dreieck: Ich kann und will nicht dein Retter, Verfolger oder Opfer sein. Deins ist deins und meins ist meins.
- Anwendung systemischer Fragen, z. B. im Erstgespräch: „Was könnte ein Grund dafür sein, die GWA-Maßnahme abubrechen?“
- Arbeit mit Erlaubnissen: „Du darfst ...“ und Ermutigungen „Ich ermutige Dich, weiterzumachen.“ Eine solche Ermutigung kann besonders in Krisen wichtig werden.
- Entwicklung ördern konfrontieren: z. B. Grenzen setzen.
- Gemäß Counseling Konzept helfe ich beim Betrachten der jeweiligen Lebens-/Berufs-Situation, helfe die eigenen Ressourcen neu oder wieder zu entdecken, und biete Hilfestellung bei der Suche nach weiteren sinnvollen Ergänzungen der Maßnahme
- Berücksichtigung der Kerngebote gestalttherapeutischer Lebensphilosophie (siehe Anhang 6.3)

Gelegentlich arbeite ich mit Menschen, die ich darin unterstützen kann, an einen Punkt zu kommen, an dem sie bereit sind, zusätzlich weitergehende therapeutische Hilfe in Anspruch zu nehmen (oft Menschen mit Alkoholproblemen oder Depressionen). Bei Menschen wie Lisa (die ich in Kapitel 3.2 vorstelle) mit ihrer langjährigen Therapieerfahrung erkenne ich sehr deutlich meine Grenzen. Als Pädagogin und Counselor bin ich kompetent für pädagogische Prozesse und kann zugleich als Counselor erkennen, wo meine pädagogischen und beraterischen Grenzen liegen. Therapeutische Prozesse jedoch muss ich weitestgehend

---

<sup>5</sup> Zur Erklärung: In eine Arbeitsgelegenheit können auch Frauen zugewiesen werden, die ohne Beruf sind und Jahre lang Kinder und Haushalt versorgt haben und die durch ihren Ehemann von Hartz IV betroffen sind. Die Familie bildet eine sogenannte „Bedarfsgemeinschaft“. Und eine AGH soll der Integration jeder „erwerbsfähigen Person“ einer Bedarfsgemeinschaft in den Arbeitsmarkt dienen.

vermeiden, allein schon deshalb, weil dies nicht mein pädagogischer Auftrag ist. Dabei orientiere ich mich auch an der Gestaltethik, dass ich nur das aufdecken darf,

- wozu ich den Auftrag habe,
- was wir gemeinsam bearbeiten können,
- was ich schließen kann.

Ich habe freudig die Erfahrung gemacht, dass die Menschen, mit denen ich arbeite, meine Beratung gern in Anspruch nehmen, meine Unterstützung schätzen und oft sehr schnell auch tieferes Vertrauen zu mir fassen.

Was ich in meiner Arbeit häufig beobachten kann, ist eine Entwicklung vom „Aschenputtel zur Prinzessin“: Oft werden Frauen zugewiesen, die 20 Jahre Haushalt und Familie hinter sich haben, keinen Beruf erlernt und keine oder kaum Erfahrungen im „offiziellen“ Berufsleben haben. Frau Schüler z. B. ist Anfang 50, ohne jegliche externe Berufserfahrung außerhalb ihres Haushaltes. Durch die lange Arbeitslosigkeit ihres Mannes, der immer klassischer Familienernährer war, ist sie als erwerbsfähige Person einer Bedarfsgemeinschaft der GWA zugewiesen worden. Frau Schüler ist anfangs verschüchtert und sehr ängstlich. Im Laufe der GWA-Maßnahme entwickelt sie Selbstbewusstsein und hat Freude an der Arbeit. Sie ist überglücklich, als kurz vor Ende der GWA-Maßnahme aufgrund Ihres Alters die Verlängerung um ein weiteres Jahr bewilligt wird.

### **3. Entwicklungsprozesse dargestellt anhand der Cycles of Power**

Bei der Suche nach Grundsätzlichem für mein Konzept habe ich mich gefragt, inwieweit ich die Cycles of Power (siehe Anhang 6.1) für meine Arbeit als Counselor nutze. Dabei habe ich die faszinierende Entdeckung gemacht, dass ich den Entwicklungsprozess der GWA-Teilnehmenden anhand der Cycles of Power nachvollziehen kann. Dieses Konzept hilft mir zum einen, Entwicklungsprozesse der GWA-Teilnehmenden besser zu verstehen und zum anderen, meine jeweilige Aufgabe zu reflektieren. Im Folgenden sollen die Cycles dazu dienen, zwei Entwicklungsprozesse exemplarisch darzustellen.

#### **3.1 Der Entwicklungsprozess von Xavier Müller**

##### **Sein**

Der 35-jährige Xavier Müller stellt sich bei mir vor und soll in der Seniorenbetreuung seinen Einsatzbereich erhalten. In dieser ersten Phase geht es für ihn darum, eine erste Übersicht zu erhalten, sich zu orientieren, Ansprechpartner, Einrichtung, Gepflogenheiten kennen zu lernen.

##### **Tun**

Xavier probiert sich im für ihn neuen Tätigkeitsfeld aus. Er erfährt seine lange Zeit brach liegende Kraft zu handeln, sich auszuprobieren und sich bei Bedarf auch die Unterstützung zu holen, die er braucht.

##### **Denken**

Xavier ist jetzt zwei Monate im Seniorenzentrum. Er kommt gut zurecht und macht sich erste Gedanken über seine beruflichen Perspektiven.

##### **Identität**

Xavier geht in seiner Tätigkeit voll auf. Er ist gut ins Team integriert. Teamleitung und Kollegen schätzen seine Mitarbeit. Er beschließt, sich für die Seniorenbetreuung weiter zu qualifizieren. Dazu beschäftigt er sich mit Fachliteratur und erkundigt sich nach Möglichkeiten der praktischen Qualifizierung.

### **Geschicklichkeit**

Xavier probiert weitere Aufgaben in seinem Betätigungsfeld aus. Er kommt zu mir zum Bewerbungscoaching. Wir überarbeiten seine Unterlagen. Xavier schreibt Bewerbungen.

### **Erneuerung**

Sein Interesse und sein Einsatz haben sich gelohnt: In dem Seniorenzentrum, in dem Xavier nun viele Monate als GWA-Mitarbeiter tätig war, wird ihm eine Teilzeitstelle als Helfer in der Pflege angeboten. Xavier beendet damit seine GWA.

### **Recycling**

Xavier kann alle seine Ressourcen, Kenntnisse, Fähigkeiten, Erfahrungen und vor allem auch Kontakte aus der GWA-Zeit zukünftig nutzen.

*Die Gestalt dieser GWA konnte damit gut geschlossen werden.*

## **3.2 Der Entwicklungsprozess von Lisa Meier**

### **Sein**

Lisa, 30, ist zugewiesen für die Hausaufgabenbetreuung in einer Tagesgruppe. Sie hat ein geisteswissenschaftliches Studium abgebrochen, viel ehrenamtliches Engagement in die Kinder- und Jugendarbeit gesteckt, hat einige Therapieerfahrung und ist psychisch wenig belastbar. Die Sehnsucht und Notwendigkeit, das Sein zu stärken, kristallisiert sich in unseren Gesprächen deutlich heraus. An einem unserer Termine lasse ich Lisa zur Stärkung ihres Seins eine Ermutigung finden und schriftlich fixieren: „Ich darf einfach sein.“

### **Tun**

Lisa probiert sich in einer neuen Umgebung, aber in einem für sie relativ vertrauten Tätigkeitsfeld aus. Dabei gerät sie schnell an ihre Grenzen. Meine Ermutigungen „Du hast die Kraft zu handeln“ und „Du darfst Dir die Unterstützung holen, die Du brauchst“ sind in dieser Phase wichtig und hilfreich.

### **Denken**

Die Einrichtungsleiterin bittet mich schon bald zu einem „Krisengespräch“ mit Lisa. Es hat diverse Probleme mit ihr gegeben. Die Leiterin: „Lisa ist häufig unpünktlich. Sie lässt es mir gegenüber gelegentlich am nötigen Respekt fehlen.“ - Lisa: „Mir fehlt hier die Struktur. Ich brauche mehr Begleitung und Unterstützung.“ Wir vereinbaren daher zukünftig regelmäßige Beratungstermine bei mir, die dazu dienen sollen, Lisas Arbeit zu reflektieren und Hilfestellung zu leisten.

### **Identität**

Lisa macht die Arbeit mit den Kindern viel Freude. Sie betrachtet sich als Teil / Mitarbeitende der Einrichtung und nicht als „Euro-Jobber“. Dies ist eine wichtige Ressource, die der weiteren Entwicklung dient. Eine Identität als „Euro-Jobber“ lässt den Menschen „außen vor“. Ich stelle immer wieder fest, dass Teilnehmende, die sich als „Euro-Jobber“ empfinden, sehr viel unglücklicher mit ihrem „Job“ sind als diejenigen, die für die Zeit ihrer Mitarbeit auch ihre Identität als Mitarbeitende in der jeweiligen Einrichtung finden. Eine berufliche Identität z. B. als Hausaufgabenbetreuerin stärkt das Selbstwertgefühl, gibt Selbstvertrauen: Lisa gehört dazu. Dies entspricht auch dem in Kapitel 2 genannten Aspekt, dass GWA das Selbstwertgefühl der Teilnehmenden stärken soll.

### **Geschicklichkeit**

Lisa kommt seit dem Krisengespräch mit der Einrichtungsleiterin regelmäßig zum Beratungsgespräch zu mir. Ich unterstütze sie nun bei der Suche nach Möglichkeiten,

- a) wie sie ihre Arbeit und ihren Alltag besser strukturieren und
- b) berufliche Perspektiven entwickeln kann.

Dabei mache ich sie mit den Ermutigungen „Es ist in Ordnung, es auf Deine Art zu tun“ und „Du darfst Regeln und Grenzen akzeptieren“ vertraut.

### **Erneuerung**

Lisa hatte einen heftigen Rückfall in alte Verhaltensmuster. Sie beschließt, sich wieder in therapeutische Behandlung zu begeben. Zurzeit arbeitet sie vier Stunden am Tag in der Tagesgruppe. Diese Arbeit in einem geschützten Rahmen strengt sie schon so sehr an, dass sie glaubt, dem „realen“ Arbeitsmarkt noch nicht wirklich gewachsen zu sein. Dennoch spürt sie die Kraft, die aus der Arbeit in der Einrichtung und der Arbeit an sich selbst erwächst. Lisa hat erkannt, dass sie Verantwortung für sich, ihre Gefühle, Bedürfnisse und für ihr Verhalten übernehmen muss. Diese Erkenntnis wird auch in ihrem Entschluss deutlich, weitergehende therapeutische Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

### **Recycling**

Lisa hat in der GWA Regelmäßigkeit, Struktur, Arbeitsalltag und Teamarbeit kennen gelernt. Es hat ihr gut getan, 14-tägig zu mir zu kommen, um berufliche und private Fragestellungen anzusehen und Handlungen reflektieren zu können. Sie hat zwar noch immer keine berufliche Perspektive für sich entwickeln können. Zumindest aber hat sie sich durch die o. g. therapeutische Behandlung, in die sie sich erneut begeben hat, Unterstützung geholt und blickt nun zuversichtlicher in die Zukunft. Sie weiß, dass sie alles nutzen kann, was sie gelernt hat.

*Die Gestalt dieser GWA konnte damit gut geschlossen werden.*

### **3.3 Entwicklungsblockaden**

Wie bei Lisa bereits ersichtlich wird, folgen die Teilnehmenden natürlich nicht automatisch der Reihenfolge der Cycles. Sie haben ihre eigene, individuelle Geschwindigkeit und bringen ihre Muster mit. Einige von ihnen bleiben z. B. im Sein verhaftet, bzw. benötigen längere Unterstützung für eine Stärkung der Kraft des Seins. Eine Intervention ist dann oft schwierig, und die Situation führt manchmal zum vorzeitigen Abbruch der GWA: entweder von Seiten der Einrichtung oder aber viel häufiger vom Teilnehmenden selbst, der dann moniert, dass er sich ausgenutzt fühlt und nicht bekommt, was er braucht. Da ich einen Menschen nur in seiner Entwicklung unterstützen darf und kann, wenn er mir den Auftrag dazu gibt, muss ich oft einfach die Grenzen akzeptieren und mich mit dem Gesetz der Gestaltpsychologie „trösten“, dass alles seine eigene Zeit zum Wachsen und Reifen hat.

## **4. Selbst-Counseling: Wie ich die Counselor Ausbildung für meine „Psychohygiene“ nutze**

Sei  
jetzt hier  
in diesem Moment  
das Leben ist jetzt -  
Achtsamkeit.

Zum besseren Verständnis der Stressfaktoren, mit denen ich alltäglich konfrontiert bin, stelle ich im Folgenden kurz meine verschiedenen Rollen dar:

1. **Beraterin im Erstgespräch:** Die GWA-Teilnehmenden kommen zu einem ersten Gespräch zu mir (s. Kap. 2): Organisatorisches und Formalien werden besprochen, Wünsche und Erwartungen geklärt, der Kontakt zur Einrichtung hergestellt.
2. Nachdem die Tätigkeit in der Einrichtung aufgenommen wurde, agiere ich als **Ansprechpartnerin** für die Teilnehmenden selbst, für die Einrichtung und für die ARGE.
3. Ich diene als **Mediatorin** bei Konflikten zwischen GWA-Teilnehmenden und den Kollegen und Kolleginnen in den Einrichtungen.

4. Ich bin **Beraterin und Coach** bei persönlichen Problemen und bei der Berufswegeplanung und bin bei Stellensuche und Bewerbung behilflich.

5. Ich leiste Krisenintervention und klassische **Sozialarbeit**, indem ich den GWA-Teilnehmenden bei der (Re-)Integration in die Gesellschaft zur Seite stehe, ihnen bei der Suche nach Unterstützungsmöglichkeiten (z. B. Schuldnerberatung) behilflich bin, sie zu Beratungsstellen (z. B. Frauenberatungsstelle) begleite oder auch z. B. eine suchttherapeutische Intervention anrege und unterstütze.

Menschen fordern mich tagtäglich, kommen mit ihren Fragen und Problemen, Wünschen und Erwartungen zu mir. Manchmal werde ich auch mit Menschen konfrontiert, die mich durch ihren Widerstand oder durch ausgeprägte Persönlichkeitsstörungen stark einfordern. Dies können z. B. Menschen sein, die all ihre Energie dafür verwenden, einen Grund zu finden, um die GWA nicht antreten zu müssen oder sie sehr schnell wieder beenden zu können. Das Konfliktpotential kann aber auch verdrehte Wahrheiten, eindeutige Lügen oder üble, teilweise möglicherweise sogar rufschädigende Nachreden oder verbale Angriffe beinhalten.

Wo bleibe ich in dieser Arbeit? Wie eingangs poetisch dargestellt, ist Achtsamkeit mit mir selbst die Grundvoraussetzung, um achtsam mit anderen sein zu können. Mich auf diesen Moment, auf das Hier und Jetzt zu besinnen, ist immer dann, wenn es besonders hektisch ist, sehr hilfreich. Einfach mal tief durchatmen, wenn die Vielfalt von Arbeit, Gedanken, Ängsten, Freuden etc. hektisch durcheinander wirbeln und mich dann auf das Wesentliche besinnen: auf das Jetzt, auf genau diesen Moment. Und dann erst kommt der nächste ...

Hilfreich sind zum einen die regelmäßige, fachlich begleitete und die kollegiale Supervision. Zum anderen sind es die Gestaltgesetze, die mir als Basis meines beruflichen und auch privaten Prozesses dienen (siehe Anhang 6.3). Und insbesondere ist die Natur mein Lebenselixier. Viel Kraft tanke ich hier. Auch die Poesie, meine Liebe zum geschriebenen Wort, gibt mir die Möglichkeit, Belastendes loszulassen, in Worte zu fassen, zu verwandeln und wenn nötig auch in einen neuen Bezugsrahmen zu setzen (reframing)<sup>6</sup>. Zudem weiß ich mein unterstützendes Arbeitsumfeld sehr zu schätzen: ein angenehmes Ambiente und ein kleines, wohlwollendes Team. Meine Arbeit macht mir sehr viel Freude, und das ist sicherlich meine größte Kraftquelle.

## 5. Zusammenfassung

Das Wissen, die Methoden und nicht zuletzt auch der ethische Hintergrund zu Counseling, Gestalt-Therapie & Pädagogik helfen in meiner alltäglichen Arbeit, dem Teilnehmenden authentisch und empathisch zu begegnen und mich gleichzeitig gut abgrenzen zu können. Die Cycles of Power unterstützen mich bei der Reflexion verschiedener Prozesse, die sowohl die GWA-Teilnehmenden als auch ich selbst immer wieder neu durchlaufen. Und was eignet sich besser zur Unterstützung der beruflichen Integration von langzeitarbeitslosen Menschen als die gestalttherapeutische Haltung: Nicht analysieren zu wollen, sondern zu integrieren?

Stimmt das,  
was du TUST  
mit dem,  
was du WILLST  
überein?  
Was FÜHLST du dabei

---

<sup>6</sup> etwas umwandeln oder aus einer anderen Perspektive sehen

## 6. Anhänge

### 6.1 Die Cycles of Power (nach Pamela Levin)

Nach dem Konzept der amerikanischen Transaktionsanalytikerin Pamela Levin findet die Entwicklung eines Menschen in einem sich wiederholenden Zyklus von sechs Phasen statt. Diese verschiedenen Phasen dienen der Persönlichkeitsentwicklung des Menschen. Erstmals durchläuft der Mensch diese Stufen von der Geburt bis zum 19. Lebensjahr. Erlaubnisse und unterstützende Botschaften helfen bei der Entwicklung der Kräfte und Fähigkeiten in den einzelnen Phasen. Da sich die Phasen wiederholen, können „Defizite“ (Kräfte, die nicht oder nicht ausreichend entwickelt wurden) in den einzelnen Phasen auch im späteren Leben noch ausgeglichen werden. Das heißt, Phase sieben (Recycling) besteht aus dem situativen Abrufen der vorangehenden sechs Entwicklungsphasen.

Kräfte und Ermutigungen	Lebensphasen
<b>1. Die Kraft zu SEIN</b> <i>Ich habe das Recht, hier zu sein.</i> Wo ist mein guter Platz? <b>Ich darf einfach sein.</b>	Geburt bis 6 Monate oder z. B. in Phasen von Neubeginn / Neuorientierung
<b>2. Die Kraft zu TUN</b> <i>Ich habe die Kraft zu handeln.</i> <b>Ich darf alle Sinne nutzen und ausprobieren.</b>	6 – 18 Monate oder z. B. immer dann, wenn Handeln nötig wird
<b>3. Die Kraft zu DENKEN</b> <i>Ich kann und darf selbständig denken.</i> <b>Ich darf Grenzen ausprobieren, den eigenen Willen entdecken, mich von anderen unterscheiden, eigene Positionen entwickeln.</b>	18 Mon. – 3 Jahre oder z. B. in Phasen von Selbständigkeit, Abgrenzung, Rebellion, Widerstand
<b>4. Die Kraft der IDENTITÄT</b> <i>Ich kann und darf meine eigene Identität entwickeln.</i> Wer bin ich? Wohin gehöre ich? <b>Ich darf wissen, wer ich bin.</b>	3 – 6 Jahre oder z. B. in Phasen, wenn wir uns selbst infrage stellen und neu (er-)finden
<b>5. Die Kraft der GESCHICKLICHKEIT</b> <i>Ich darf die Fähigkeiten entwickeln, die ich brauche.</i> Analytisch Denken, experimentieren, ausprobieren, was machbar ist und was nicht. Fehler machen. <b>Ich darf die Dinge auf meine Art und Weise tun.</b>	6 – 12 Jahre oder z. B. in Phasen des Experimentierens oder Veränderns
<b>6. Die Kraft zur ERNEUERUNG</b> <i>Ich darf in Liebe gehen.</i> Körperliche Veränderungen, Platz suchen in der Welt der Erwachsenen <b>Ich darf in Liebe gehen und auch zurückkehren.</b>	12 – 19 Jahre oder z. B. in Phasen des Loslassens
<b>7. Die Kraft des RECYCLINGS</b> (Wiederaufbereitung) <i>Ich darf und kann mein Leben mit den erworbenen Kraftreserven lebens- und liebenswert gestalten.</i> Alles nutzen, was ich gelernt und erfahren habe. <b>Jetzt ist meine Zeit!</b>	ab dem 19. Lebensjahr oder in der Phase des „alles nutzen“ Könnens

## 6.2 Cycles-Elfchen (Cárry Heike Zander)

### 1. Sein

Freude  
jetzt empfinden  
in diesem Augenblick  
in den Moment lauschen.  
SEIN.

### 2. Tun

Welt  
neu entdecken  
jeden Tag Faszination  
große Kinderaugen erblicken Schönheit  
Ausprobieren.

### 3. Denken

Gedanken  
formen Realitäten  
Welt anders erfahren  
das Leben kennen lernen  
Verstehen.

### 4. Identität

Mich  
selbst erkennen  
mit mir vertraut  
treu zu mir stehen.  
ICH.

### 5. Geschicklichkeit

Ausprobieren  
immer wieder  
Neues und Altes  
entdecken, verwerfen, finden, verlieren,  
können.

### 6. Erneuerung

Jetzt  
ist Zeit  
meinen Weg finden  
fröhlich pfeifend gehend erkennen.  
Wegveränderung.

### 7. Recycling

Alles  
niemals wissen  
integrieren was gelernt  
ständig Neues dazu gesellen  
Recyclen.

### **6.3 Kerngebote gestalttherapeutischer Lebensphilosophie:**

- Lebe jetzt. Kümmere dich um die Gegenwart. Vergangenheit und Zukunft sind Phantasien.
- Lebe hier. Beschäftige dich mit dem Anwesenden statt mit dem Abwesenden. Es müssen viele unerledigte Geschäfte erledigt werden, unfertige Gestalten geschlossen werden, bis man im Hier und Jetzt leben kann. (Der Zeigarnik-Effekt besagt, dass nicht-abgeschlossene Figuren (Themen), verbunden mit unerwünschten Gefühlen, im Bewusstsein bleiben.)
- Höre auf, dir etwas vorzustellen. Erfahre die Realität.
- Höre auf, unnötig zu denken: Probier und schau. Experimentiere mit dir.
- Drücke dich lieber aus, anstatt zu manipulieren, zu erklären, zu rechtfertigen, zu urteilen.
- Lass dich auf Unerfreuliches und Schmerz genauso ein wie auf Freude. Vermeide nichts.
- Akzeptiere keine Sollte und Müsste, außer deinen eigenen. Bete keine Götzenbilder an.
- Übernimm die volle Verantwortung für deine Handlungen, Gefühle, Gedanken.
- Akzeptiere dich / die anderen / wie du jetzt bist / wie sie jetzt sind. Nur wenn wir die Unausweichlichkeit des jetzigen Zustands akzeptieren, können wir neue Bewusstheiten akzeptieren, entwickeln und ausprobieren.

#### **Diese Gebote basieren auf den Gesetzen der Gestaltpsychologie:**

- Die Form ist nicht beliebig: Man kann Lebendigem "auf die Dauer nichts gegen seine Natur aufzwingen", man "kann nur zur Entfaltung bringen, was schon in dem "Material" selbst an Möglichkeiten angelegt ist." (Metzger 1962).  
Es besteht eine Nutzlosigkeit der willentlichen Änderung (= Paradoxe Psychotherapie): Veränderung entsteht, wenn man aufgibt, anders werden zu wollen und stattdessen so ist, wie man ist.
- Dauerhaft halten sich nur Formen, die sich aus inneren Kräften bilden, von ihnen getragen und wieder hergestellt werden. Für den Formungsvorgang gibt es fruchtbare und unfruchtbare Zeiten.
- Die Geschwindigkeit ist nicht beliebig. Prozesse haben eine eigene Geschwindigkeit zum Wachsen, Reifen und Heilen.
- Umwege sind im Schöpfungsplan vorgesehen.

#### **Literatur**

- LEVIN, Pamela: The Seasons of Life. An interview. In: Soujourn, Volume 3, Issue 3, Summer 1999.
- LUMMA, Klaus (Hrsg.): Counseling. Halbjahrbuch Sonderausgabe 1/99
- LUMMA, Klaus (Hrsg.): Orientierungsanalyse. Halbjahrbuch Sonderausgabe 2/99
- NARANJO, Claudio: Gestalt: Präsenz – Gewahrsein – Verantwortung. Grundhaltung und Praxis einer lebendigen Therapie. Freiamt 1996
- RAHM, Dorothea: Gestaltberatung. Grundlagen und Praxis integrativer Beratungsarbeit. Paderborn 2004
- RICHTER, Kurt F.: Erzählweisen des Körpers. Kreative Gestaltarbeit in Theorie, Beratung, Supervision und Gruppenarbeit. 3. Auflage, Seelze-Velber 2003
- SOZIALGESETZBUCH (SGB) Zweites Buch (II) Grundsicherung für Arbeitsuchende.  
Stand: Zuletzt geändert durch Art. 2 G v. 8.4.2008 I 681  
„ZUSATZJOBS MIT ZUSATZNUTZEN – Ziele und Arbeitsweisen“ in:  
[http://www.gemeinwohlarbeit.org/content/e8/e10/index\\_ger.html](http://www.gemeinwohlarbeit.org/content/e8/e10/index_ger.html)

**ZANDER, Cárry Heike**

## **Gemeinwohlarbeit als Arbeitsfeld eines Counselors**

Wie Methoden aus Counseling und Gestalt in der Arbeit mit Menschen in Arbeitsgelegenheiten genutzt werden können  
IHP Manuskript 0810 G

### **Zusammenfassung**

#### Counselor-Elfchen

Counseling, *Ressourcen entdecken, sich selbst finden*, Vielfalt der Methoden nutzen, *begleiten*.

Um solche Aspekte geht es in der vorliegenden Arbeit von Cárry Zander. Als Pädagogin und Counselor begleitet sie langzeitarbeitslose Menschen in sogenannten „Arbeitsgelegenheiten“. Anliegen der Autorin ist es dabei, sie bei der Entdeckung ihrer Ressourcen und bei der Entwicklung ihres individuellen beruflichen Weges zu unterstützen. Primär dient ihr dazu der Hintergrund als ganzheitlich orientierte Pädagogin, Counselor und Poetin.

### **Biografische Notiz**

Cárry Heike Zander

Dipl.-Pädagogin

Counselor grad. BVPPT, Fachrichtung Gestalttherapie und –pädagogik

tätig als GWA-Koordinatorin (Koordination, Begleitung, Coaching von Menschen in Arbeitsgelegenheiten)

Biografie LehrCounseling bei: Sabine Schulte

Counseling FeldSupervision bei: Paul Timmermans

