

Selbstständig – mit Herz und Verstand

Volker Fleißing

Eine Aufstellung zum Thema Selbstständigkeit von Beratern und Therapeuten

Als Therapeut oder Berater besteht häufig der Wunsch, sich in einer eigenen Praxis verwirklichen zu können, selbstständig zu sein. Der Status verspricht ein hohes Maß an Selbstverwirklichung.

Die Praxis sieht häufig anders aus, und bei vielen KollegInnen bleibt die Frage zunächst unbeantwortet: *Was muss ich tun, um erfolgreich selbstständig zu sein?*

Es gibt offensichtlich keinen Ort, wo wir „selbstständig werden“ erlernen können. In der Regel ist dies auch kein Bestandteil in der einschlägigen Ausbildung! „Selbstständig“ impliziert, so die weitläufige Meinung, alles selbst zu können und umsetzen zu müssen. Auf diesem Hintergrund bleiben Fragen und Zweifel.

Die Anforderungen für eine nachhaltige Existenz sind hoch und sehr komplex. Die Begriffe Akquise, Buchhaltung, Steuern seien hier nur stichwortartig aufgeführt. Die Komplexität der eigenen Geschichte, der eigenen Erfahrungen und Muster wird bisher gar nicht oder sehr unzureichend in diesem konkreten Zusammenhang berücksichtigt. In der Realität treffen genau diese Aspekte – bewusst oder unbewusst – aufeinander.

Biografie trifft Wirtschaft!

Wenn wir uns bei dem Blick auf die Selbstständigkeit die Verknüpfung der eigenen Biografie und der wirtschaftlichen Aspekte anschauen und bearbeiten, werden die Themen klar und bieten im Nachgang weitere Handlungsmöglichkeiten.

Wir ermöglichen mit dieser Sichtweise eine Verbindung von Herz und Verstand.

Ein Beispiel aus der Praxis

Frau Gudrun Peters hat in meinem Aufstellungsseminar folgendes Anliegen:

Was blockiert meine Selbstständigkeit?

Wie werde ich erfolgreich?

Frau Peters ist 43 Jahre alt, hat nach ihrer kaufmännischen Ausbildung zwei Jahre in der Verwaltung gearbeitet. Nach der Kinderpause (neun Jahre) hat Sie sich als Heilpraktikerin – ein Wunschtraum von ihr – ausgebildet. Frau Peters hat unterschiedlichste

Seminare besucht und schließlich die Heilpraktikerprüfung vor vier Jahren bestanden. Vor drei Jahren hat sie sich als Heilpraktikerin (Psychotherapie) selbstständig gemacht.

Frau Peters berichtet, dass sie mit Herzblut bei der Arbeit ist. Der Kontakt zu ihren KlientInnen gibt ihr das Gefühl der Erfüllung. Sie erhält positive Rückmeldungen und wird gerne weiterempfohlen.

Und ... es reicht nicht!

Die Einnahmen decken gerade die Kosten der Praxisräume und ihre Beiträge zur Krankenkasse. Frau Peters wird von Ihrem Mann gerne unterstützt, sonst hätte Sie schon längst aufgeben müssen. „Irgendwie geht es nicht weiter, und ich fühle mich ratlos!“

Ich empfehle Frau Peters ein Aufstellungsformat mit folgenden inneren Anteilen:

1. Mein Platz
2. Meine Kommunikation
3. Meine Ressourcen
4. Mein Antrieb

Hintergrund dieses Formates ist, dass möglicherweise noch familiäre Themen wirken und die Klientin im Jetzt noch hindern, sich zu entfalten.

Die vier inneren Aspekte des Formates spiegeln für das Thema Selbstständigkeit entscheidende Grundpfeiler der Persönlichkeit auch und gerade für die Ausübung ihrer Berufung. Dazu später mehr.

Frau Peters stellt für jeden inneren Aspekt eine Person in Beziehung zueinander. Dann stellt sie noch eine Vertreterin für sich in Beziehung zu dem vorhandenen Feld. Für die Kommunikation steht ein Mann, alle übrigen Aspekte werden durch Frauen vertreten.

Schon mit Beginn der ersten Befragung der Stellvertreter der inneren Aspekte wird es unruhig. Außer der Klientin möchte jeder einen anderen Platz einnehmen und fühlt sich am gestellten Ort unwohl. Die Klientin kann diesen Bewegungsdrang nicht nachvollziehen.

Ich gebe das Feld bezüglich ihrer möglichen Bewegungsimpulse frei, und jeder Vertreter sucht sich einen neuen Platz. Die Klientin bleibt wie angewurzelt stehen und versucht zu begreifen, was geschieht, wie sie später sagt.

Drei Aspekte haben sich in großen Abständen voneinander im Raum verteilt, der Vertreter der Kommunikation hat sich von der Klientin abgewandt, die Vertreter für den Platz und den Antrieb bleiben zugewandt und distanziert. Allein die Vertreterin der Ressourcen bleibt in der Nähe der Klientin und ihr zugewandt.

Ich befrage nun die jeweiligen Vertreter der Aspekte, was geschehen ist.

Die „Kommunikation“ kann der Klientin nicht in die Augen schauen und muss sich daher abwenden und ist nicht im Kontakt. Der Stellvertreter fühlt sich leer.

Der „Platz“ ist immer noch unruhig und mit Blicken auf der Suche und kommt nicht wirklich zur Ruhe.

Der „Antrieb“ steht teilnahmslos in einer Ecke und wartet auf seinen Einsatz. Die Klientin fühlt sich nicht gebraucht.

Die „Ressourcen“ fühlen sich mit der Klientin verbunden und sind im Kontakt mit ihr. Ein enges und positives Verhältnis.

Die Stellvertreterin der Klientin fühlt sich einsam und sucht den Kontakt zu den Ressourcen. Es gibt für sie keine Verbindung zu den anderen Aspekten. Es fällt ihr schwer zu begreifen, was eigentlich los ist. Ihr fehlen die Worte, dies auszudrücken.

Ich befrage die beobachtende Auftraggeberin, welche inneren Bilder ihr zu dieser Aufstellung kommen und ob sie eine Verbindung zu Eltern oder Großeltern knüpfen kann. Nach einer Weile tauchen Bilder auf, und es wird deutlich, dass der Vater väterlicherseits (also Ihr Opa) mit seiner Firma in Konkurs gegangen ist und die Familie noch jahrelang die Schulden zurückzahlen musste. Bis zum Tode des Großvaters gab es nur wenig Kontakt mit ihm. Über das Thema durfte in der Familie nicht gesprochen werden. Die Eltern waren beide berufstätig und sehr streng. Ein eigenes Zimmer bekam Frau Peters nach einem Umzug, mit 13 Jahren.

Nach dieser Information fühlen sich die Aspekte irgendwie sehr erleichtert. Ich gebe das Feld für Bewegungen erneut frei. Die „Kommunikation“ dreht sich nun zur Klientin um und macht einen Schritt auf sie zu, ebenso der „Platz“. Der „Antrieb“ bleibt stehen und kokettiert mit den „Ressourcen“.

In einem weiteren Schritt füge ich einen Stellvertreter für den Vater und einen für den Großvater ein. Die Stellvertreter suchen sich ihren Platz hinter der Kommunikation. Im folgenden Prozess distanziert sich der Aspekt „Kommunikation“ von Vater und Großvater und geht weiter auf die Klientin zu. In einem vorläufigen Schlussbild stehen die „Ressourcen“ und die „Kommunikation“ in der Nähe der Klientin, die beiden anderen Aspekte bleiben entfernt stehen.

Die Stellvertreterin der Klientin fühlt sich durch die Hinzubewegungen der „Kommunikation“ wesentlich besser und kann nun auch Kontakt aufnehmen.

Die Aufstellung wird an dieser Stelle beendet. Die Klientin konnte in einem ersten Schritt die Wirkmechanismen aus der Familie auf ihr eigenes Thema fühlen. Frau Peters entscheidet sich zu weiteren Terminen im Einzelsetting.

Hintergrund

Die hier behandelten vier Aspekte sind für eine selbstständige Beraterin oder Therapeutin eine wichtige Grundlage ihrer Existenz. Und dies auf unterschiedlichen Ebenen. Einige Beispiele für die aufgeführten Aspekte:

Der Platz steht für den Ort, den der Klient mit seiner Selbstständigkeit ausfüllt – wo ist die Praxis, wie gut erreichbar, wie ist das Ambiente, wie gestaltet die Klientin ihren Platz, kann die Klientin ihren Platz einnehmen und so weiter.

Biografisch: Welche Muster und Einstellungen habe ich zu meinem Platz in meiner Geschichte? Wurde dem Klienten ein Platz zugeteilt oder konnte er sich seinen Platz nehmen?

Im Fall von Frau Peters gab es in der Kindheit keinen eigenen Platz. Bis zum zwölften Lebensjahr schlief sie im Schlafzimmer der Eltern, spielte, wo es gerade nicht störte, hatte keinen Platz, der nur durch sie ausgefüllt werden konnte.

Die Kommunikation ist für die selbstständige Therapeutin Basis ihrer Arbeit. Ist sie offen für die Anliegen der PatientInnen? Kann sie auf die Menschen zugehen? Kann sie sich präsentieren, sich verkaufen? Welche Haltung hat sie zu ihren Patienten? Etc.

Biografisch: Wie hat die Klientin gelernt zu kommunizieren? Konnte sie für sich eintreten oder traute sie sich nicht, von sich zu erzählen? Durfte sie sich präsentieren und zeigen oder war den Eltern alles zu viel?

Im Fall von Frau Peters gab es offensichtlich Themen, die nicht zur Sprache kamen. Themen, die tabu waren und gerade deshalb ihre Wirkung entfalten. Im weiteren Prozess der Klientin wurde deutlich, dass auch die Eltern Streitgespräche nicht führen konnten, viele Themen unbearbeitet blieben.

Die Ressourcen sind die Grundlage der Leistung, des Know-how. Die Klientin ist sich ihrer Arbeit, ihrer Leistung sicher und ist in der Lage, ihr Wissen, ihre Intuition und Empathie zu den PatientInnen angemessen und zielgerichtet einzusetzen.

Biografisch: Konnte die Klientin in ihrer Geschichte eigene Wege gehen, Experimente durchführen? Wurde sie persönlich und schulisch gefördert in ihrer Entwicklung? Hat die Klientin ihre Themen finden können?

Im Fall von Frau Peters gesellten sich die Ressourcen als einziger Aspekt direkt zu der Klientin. Hier gab es offensichtlich kein problematisches Verhältnis, wie sich auch später in der Einzelarbeit herausstellte.

Der Antrieb oder die Motivation für die Tätigkeit des Klienten ist das Feuer, die Leidenschaft, in die Berufung und in die Kraft zu kommen. Durch das Feuer werden die Ressourcen und die Art der Kommunikation erst zu einer lebendigen und unverwechselbaren Einheit.

Biografisch: Konnte die Klientin als Kind ihr Feuer, ihre Lust und Leidenschaft ausleben, rumtoben, gestalten, konnte sie „Unsinn“ machen und verrückt sein?

Frau Peters wurde in ihrer kindlichen Kreativität nicht besonders gefördert, konnte bei Ihren Eltern mit Ihren Ideen nicht ankommen und zog sich mehr und mehr in eigene Welten zurück. Sie war und blieb schüchtern und zurückhaltend.

Zusammenfassung

Berufung und Selbstständigkeit gehen mit komplexen Aspekten, Erwartungen und Haltungen einher. Die Gestaltung der Selbstständigkeit heute wird durch die Erfahrungen und Muster der eigenen Biografie geprägt.

Die aufgeführten vier Aspekte bilden dabei nur die Grundlage einer umfassenden Betrachtung zu diesem Themengebiet.

Durch Fragestellungen wie: Was verbindet die Klientin mit *Erfolg*? Wie bewertet sie ihre eigene *Leistung*? Welche *Haltung* besteht gegenüber Patienten und Kunden? etc, ergibt sich weiterer Klärungsbedarf.

Durch die Systemaufstellungen werden verdeckt wirkende Muster und Haltungen beim Klienten bewusst. Eine innere Überarbeitung der Haltung wird möglich.

Im Beispiel von Frau Peters wird deutlich, dass die Beratung nur in einem Prozess erfolgen kann. Die unter Umständen komplexe Themenvielfalt benötigt Zeit und kann nicht mit *einer* Aufstellung gelöst werden!

Es geht um eine *schrittweise Veränderung* alter Wirkmechanismen und die Entwicklung einer möglicherweise veränderten Haltung zum eigenen Vorhaben bzw. zu einzelnen Aspekten.

Im Fall von Frau Peters konnten durch die Bearbeitung ihrer Themen einige Hürden beseitigt oder zu Ressourcen umgewandelt werden. Ein halbes Jahr nach dieser gemeinsamen Arbeit fühlt sich Frau Peters in ihrer Kraft und geht Themen offensiv an. Die Zahl ihrer KlientInnen ist schon leicht gestiegen. Die Finanzen haben sich schon etwas verbessert. Ihre Frage zu Beginn: Was blockiert meine Selbstständigkeit? gibt es nicht mehr!

Frau Peters resümiert: „Es ist für mich ein sehr intensiver, sehr bewegender und befreiender Prozess gewesen und ist es auch noch. Und ... meine Praxis entwickelt sich jetzt gut und ich habe eine Perspektive.“

Aus meiner Erfahrung als *Existenzgründungsberater* weiß ich um die wirtschaftlichen Aspekte und um die persönlichen Voraussetzungen, eine nachhaltige Selbstständigkeit begründen und halten zu können.

Aus meinen Beobachtungen als *systemischer Berater und Systemaufsteller* kenne ich die Wirkmechanismen aus der Biografie auf das Leben im Hier und Jetzt.

In der Verbindung dieser vermeintlich sehr unterschiedlichen Aspekte entsteht für den Klienten eine innere Ausgewogenheit, wo es vorher möglicherweise nur eine einseitige Sichtweise gab. Die integrierende Arbeit dieser Aspekte wirkt für die Klientin befreiend und gibt ihr Kraft für das eigene Vorhaben.

Die Verknüpfung der biografischen und der wirtschaftlichen Aspekte ist vergleichbar mit einer 3-D-Brille im Kino, es entsteht ein tiefes, umfassendes Raumgefühl, *kurz:* *Es entstehen Synergien aus Herz und Verstand.*



Volker Fleiß
schritt-weise.com