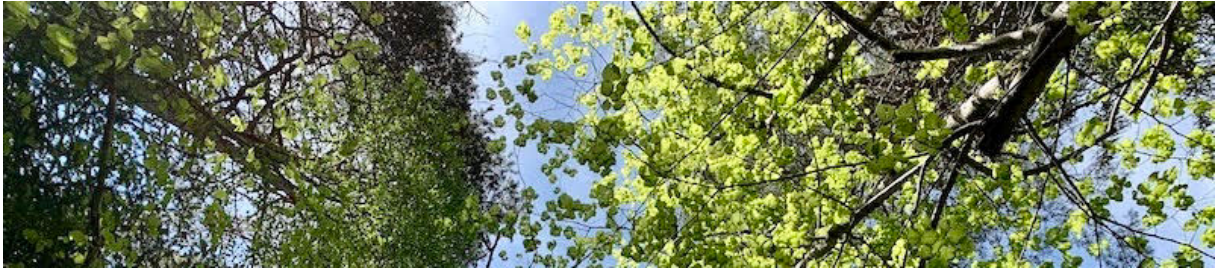


Beratungskonzept Coaching

Claudia Müller

www.coachingmitpfote.ch

Inhaltsverzeichnis:	Seite
1. Hundegestütztes Coaching in der Natur als systemische lösungs- und ressourcenorientierte Prozessbegleitung	2
2. Qualitätskriterien	3
3. Meine Geschichte: Menschen – Natur – Hunde	4
4. Meine Haltung	4
5. Meine Arbeitsweise – Ablauf einer Intervention	6
6. Was der Hund bewirkt	9
7. Mein Wirkmodell	12
8. Literatur	13



1. Hundegestütztes Coaching in der Natur

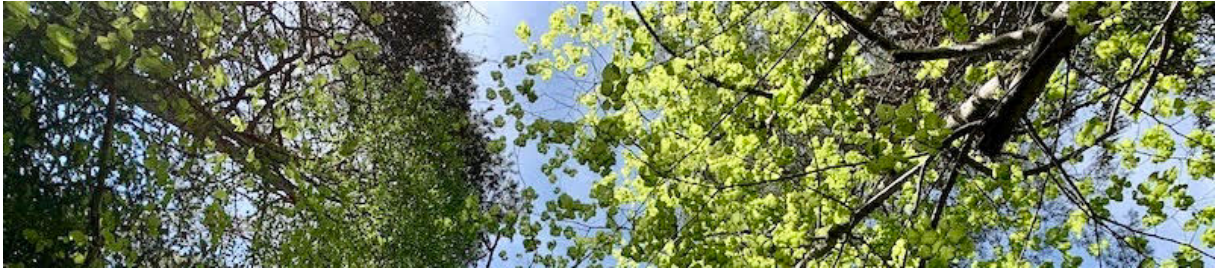
als systemische lösungs- und ressourcenorientierte Prozessbegleitung

Jeder Mensch hat den Drang nach Ausdehnung, Erkennen und Reife und möchte sich selbst weiterentwickeln. Jedes Lebewesen hat die Neigung zur Verwirklichung, d.h. es strebt danach aus seiner Existenz das Beste herauszuholen. Das Entwicklungspotential und die damit verbundene Stärke und Lebensfreude, die in jedem Menschen innewohnen, möchte ich fördern. Es liegt in unserer Natur, das Beste zu tun was wir können und lebenslang dazuzulernen.

Dabei sehe ich den Menschen als kompetent seinen einzigartigen Weg zu meistern. Meine Rolle ist es Impulse dafür zu geben, um verborgene Fähigkeiten und zusätzliche Perspektiven aufzudecken, um mehr Klarheit für weitere Schritte zu erlangen. Zusammen erarbeiten wir neue Sichtweisen, bewegen uns im Lösungsraum und gehen auf die Suche nach neuen Handlungsmöglichkeiten. Es handelt sich in diesem Sinne um eine Form der Unterstützung um zu mehr Selbsterkenntnis zu gelangen. Die Klient*innen bleiben jedoch stets eigenverantwortlich für ihr Denken und Handeln.

Mögliche Themen sind zum Beispiel: Veränderungen die erreicht werden wollen, Entscheidungen treffen, Grenzen setzen, neue Impulse erhalten, Klarheit schaffen, etwas Neues wagen, unerfüllte Wünsche umsetzen, Stress reduzieren, und viele weitere Thematiken. Das Konzept meiner Beratungstechnik hat ihren Ursprung in verschiedenen Grundsätzen. Dazu gehören konstruktivistische Ansätze (Watzlawick, P., Beavin, J.H., Jackson, D.D., 2011), systemische Beratung (vgl. Barthelmess, M., 2016) oder die Persönlichkeits-System-Interaktions-Theorie (vgl. Schreiber, M., 2020), sowie mein eigenes humanistisches Weltbild.

Ich betrachte jedes Wesen als einzigartig, im Kern seines Wesens heil und mit einem Recht auf Selbstbestimmtheit und grösstmöglicher Freiheit.



Der gegenseitige respektvolle Umgang ist die unverzichtbare Basis meines Coachings. Die Gestaltung eines freundlichen und offenen Settings ist mir sehr wichtig.

Ich arbeite mit dem positiven Einfluss von Hunden und der Natur als Kraftquelle. In der Natur tritt man leichter in Kontakt mit sich selbst, kann besser entspannen und zur Ruhe kommen. Die Sinne, Intuition und Gefühlswelt werden angeregt und durch die räumliche Distanz zu verschiedenen Problemen gelangt man leichter zu neuen Sichtweisen (vgl. Coachingraum Natur, Peter, K. 2020).

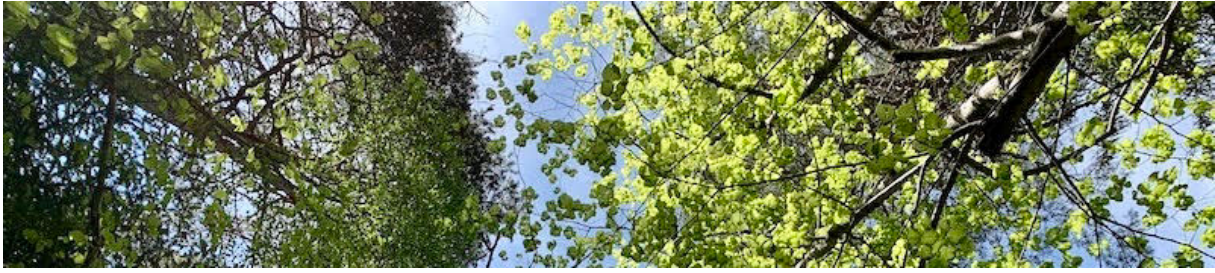
Dieses Angebot richtet sich an Jugendliche und Erwachsene, welche sich persönlich neu ausrichten, sich weiterentwickeln und Antworten finden wollen. Dies ist keine therapeutische Intervention.

2. Qualitätskriterien

Um eine bestmögliche Qualität der Interventionen zu gewährleisten sind sowohl meine Haltung, meine Methoden und meine Ausbildung transparent. Das Feedback der Klient*innen gibt mir Aufschluss über die Wirkung der Interventionen. Ich bin stets um die Weiterentwicklung meines Wissens, Könnens und meiner Persönlichkeit bemüht. Um dies zu gewährleisten nehmen ich an Fachkongressen, Weiterbildungen und Intervisionsgruppen teil.

Die Durchführung erfolgt nach tierethischen Grundsätzen und ist abhängig von der Interaktionsbereitschaft des Hundes. Der Hund wird mit seinen eigenen Bedürfnissen erkannt und integriert.

Der vertrauliche Umgang mit den Informationen ist mir eine Selbstverständlichkeit.



3. Meine Geschichte: Menschen – Natur – Hunde

Seit 1991 begleite ich Menschen auf den unterschiedlichsten Wegen. Während und nach dem Studium in Geographie und Geologie als Leiterin von Naturerlebnisreisen in vielen Ländern dieser Erde. Später als Erlebnispädagogin in den verschiedensten Settings und Sportarten im Outdoorbereich. Also diplomierte Rangerin sensibilisiere ich die Menschen für die Natur.

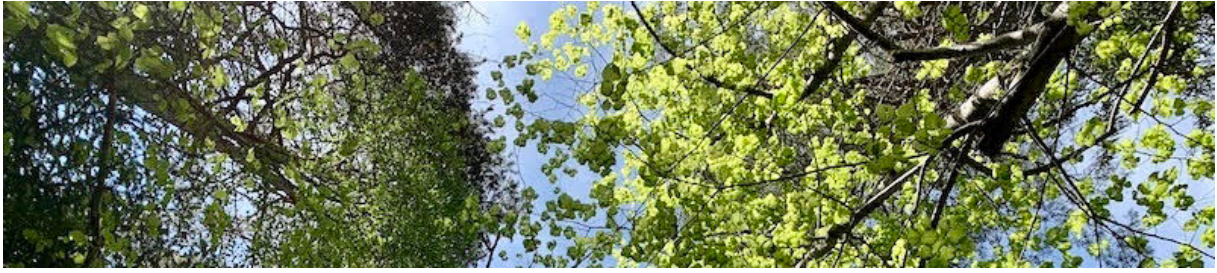
Das Studium der anthroposophischen Heilpädagogik und die Ausbildung in Beratung & Coaching verhalfen mir zu einem tieferen Verständnis menschlicher Entwicklungsmöglichkeiten. Daneben kamen Ausbildungen rund um den Hund und der Abschluss zur Fachfrau für Tiergestützte Interventionen hinzu. In diesem Bereich bin ich seit vielen Jahren tätig. Ich habe bisher über 1000 hundegestützte Interventionen durchgeführt. Als Vorstandsmitglied der Schweizer Gesellschaft für Tiergestützte Therapie und Aktivitäten bewege ich mich am Puls der Entwicklung in diesem Bereich.

Gemäss einem Auszug der internationalen Definition sozialer Arbeit ist es mein Herzenswunsch zur „empowerment and liberation of people“ beizutragen.

Gerne möchte ich Sie auf Ihrem persönlichen Weg mit Hund in der Natur begleiten.

4. Meine Haltung

Eine gute Beziehung, d.h. Vertrauen und Verständnis halte ich für unerlässlich für eine gute Kommunikation. Aus diesem Grund ist es mir wichtig „auf Augenhöhe“ zu kommunizieren. Mein Umgang mit den Klient*innen ist geprägt von Wertschätzung und einer positiven Sichtweise auf sie. Ich nehme keine Bewertung der geschilderten Sachlage oder der Person vor.



Es ist mir bewusst, dass meine Reaktionen und Fragen einen Einfluss auf die Klient*innen haben und ich damit Teil ihres Systems bin.

Ich steuere beratend was reflektiert wird. Die Klient*innen steuern eigenverantwortlich wie sie darauf reagieren. Auf Besserwissen wird verzichtet.

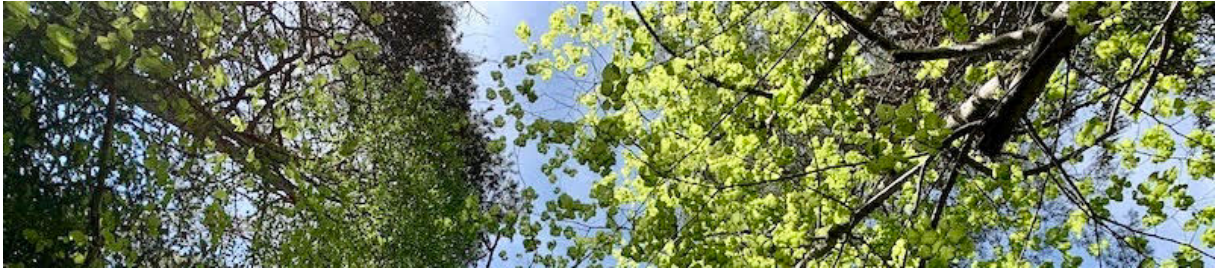
Mir ist Bewusst, dass ich mein Gegenüber niemals vollständig verstehen kann, da jeder Mensch seine Umwelt und seine Mitmenschen verschieden wahrnimmt. Durch meine Unwissenheit und Nachfragen wird die Selbststeuerung der Klient*innen aktiviert (vgl. Barthelmess, M., 2016). Die Klient*innen sollen so durch Exploration zu mehr Selbstverstehen kommen. Jeder ist in der Lage seine Fähigkeiten bestmöglich zu entwickeln und einzusetzen sofern er diese kennt und nicht behindert wird.

Die Basisvariablen Rogers dienen mir zur Orientierung:

Kongruenz: Aufrichtigkeit und Ehrlichkeit den Klient*innen gegenüber. Gemeinsames vertrauensvolles Suchen nach dem Weg.

Empathie: Die Fähigkeit zu fühlen was die Klient*in fühlt und versuchen diese nachzuvollziehen. Fühlt sich die Klient*in verstanden kann sie sich noch mehr öffnen.

Respekt: Akzeptanz, unbedingte positive Einstellung den Klient*innen gegenüber, d.h. ihre Sichtweisen anzuerkennen und zu respektieren. Keinerlei Bewertung oder Beurteilung der Person vorzunehmen,



5. Meine Arbeitsweise – Ablauf einer Intervention

1. Kennenlernen und Synchronisation

Vor der ersten Sitzung werden der Ort, die Dauer und die Kosten der Intervention festgelegt.

Geben die Umstände vor die Intervention virtuell durchzuführen, ist dies selbstverständlich auch möglich.

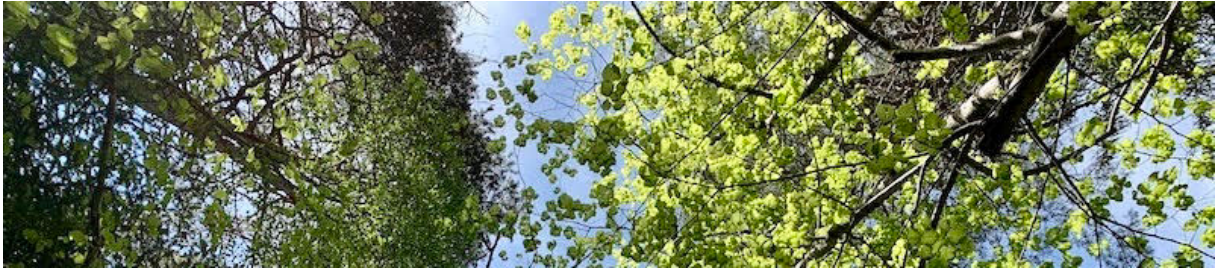
Beim Treffen erfolgt zunächst die Einstiegs- und Kontaktphase mit Kontextklärung, Rollenverteilung und ggf. Anschlussfragen zur letzten Sitzung und der Zeit dazwischen. Es werden der Auslöser für den Auftrag, die Motivation der Klient*in, der gegenwärtige Zustand, etc. besprochen. Möglichkeiten und Grenzen der Intervention werden beleuchtet. Es ist mir wichtig einen „Gleichklang“ mit der Klient*in herzustellen. Die Struktur der Beratung ist angelehnt an Bamberger, G. G. (2015).

2. Auftragsklärung

Als Nächstes erfolgt die Konkretisierung des Auftrags, d.h. die Vereinbarungs- und Kontraktphase mit dem Aufbau einer Arbeitsbeziehung.

Probleme werden erkundet um zu mehr Verständnis der Situation, dem Kontext, Werten und Mustern der Klient*in zu gelangen. Es werden Informationen gesammelt und Hypothesen gebildet um den IST-Zustand zu beleuchten. Gibt es evtl. Sinn und Bedeutung für das Problem oder sogar einen heimlichen Gewinn an der bisherigen Situation? Wann kam es dazu die Situation als Problem zu bewerten? Das Problem soll jedoch nicht zu tief und lange analysiert werden, da hierbei die Gefahr besteht ihm zu viel Raum zu geben und damit ggf. zu vergrößern. Die Absicht ist schnellstmöglich in den Lösungsraum zu wechseln.

Danach werden gemeinsam möglichst konkrete Ziele formuliert.



Die Zielformulierung erfolgt in Anlehnung an das SMART Modell

- S spezifisch
- M messbar
- A erreichbar
- R realistisch
- T zeitbezogen

3. Lösungen entwickeln

Ziel dieser Phase ist es, die Klient*in dahingehend zu unterstützen selbst auf Lösungen zu kommen, denn sie ist Expertin ihrer Welt und ihrer individuellen Wirklichkeit (vgl. Rogers, C. (1961).

Dabei beleuchten wir bisherige Lösungsversuche und erkennen diese bisherige Leistungen an.

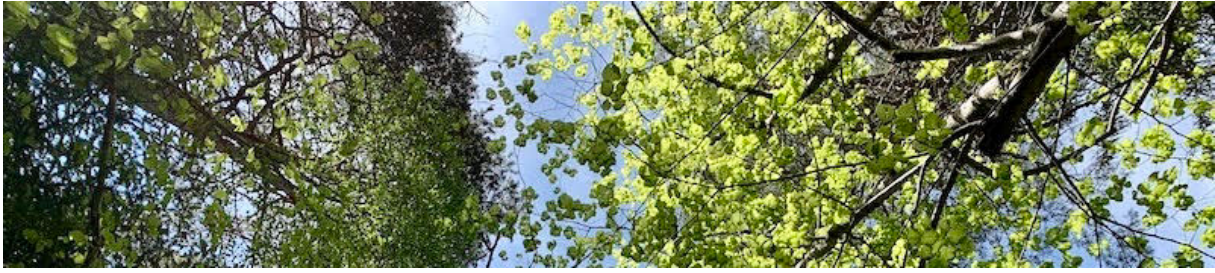
Wir fokussieren auf Ausnahmen, sammeln Lösungsideen und besprechen den optimalen Umgang mit der Situation.

Wir eruieren die Kompetenzen und Ressourcen der Klient*in und in deren System um die Selbstwirksamkeit und Handlungsfähigkeit zu fördern. Es geht nicht darum auf Defizite zu schauen, sondern Stärken zu stärken (Deubner-Böhme, M. und Deppe-Schmitz, U. (2018).

Zirkuläre Perspektiven können hier zu einer differenzierten Sichtweise helfen.

Ein weiterer Aspekt in dieser Phase ist die Lösungsgestaltung unter Einbezug möglicher weiterer Auswirkungen und ggf. Ambivalenz Coaching, ein Nichtveränderungsszenario oder auch Verschlimmerungsszenarien.

Das Gespräch wird unter Anwendung lösungsorientierter Fragetechniken geführt, wie zum Beispiel der Wunderfrage, Skalenfragen, etc. (vgl. Sachse, R., 2016).



In der Regel werden keine Lösungsempfehlungen gegeben, es sein denn der Auftrag wird im Sinne einer Komplementärberatung geführt oder ein Tipp scheint angemessen.

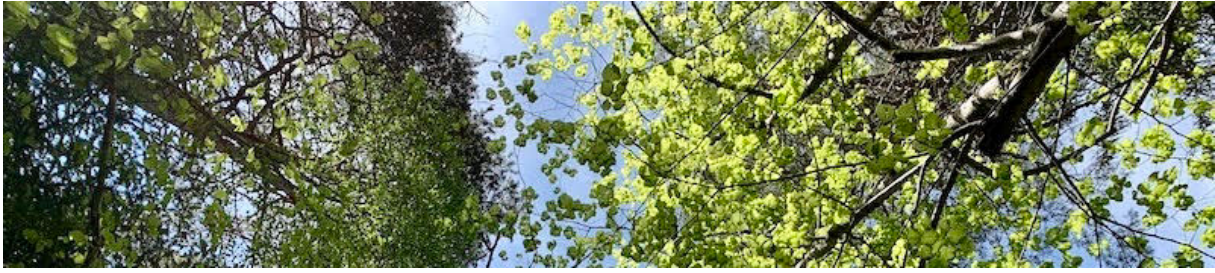
4. Transfer sichern

Wir besprechen konkret die nächsten Schritte, welche aus der eigenen Motivation der Klient*in entstehen sollen, da Ratschläge sich oft als weniger nachhaltig erweisen. Der Hauptwirkungsfaktor liegt somit in der Klient*in und in der Zeit zwischen den Sitzungen. Ich habe darüber hinaus keinen Einfluss auf die Umwelt der Klient*in und kann nur dazu anregen, dass die Klient*in anders mit der Umwelt umgeht bzw. die Dinge differenziert sieht und neue Strategien erkennt und ausprobiert.

Die Wirksamkeit entfaltet sich in der Begegnung mit den Situationen ausserhalb der Intervention.

5. Auswertung und Abschluss

Am Ende der Sitzung wird nochmals reflektiert, ob das Gespräch seine erhoffte Absicht erfüllen konnte. Es werden ggf. Arbeitshypothesen erstellt, Hausaufgaben besprochen und eine Zeitlinie markiert. Es wird danach gestrebt Zielvorstellung zu verankern und zu verstärken um zuversichtlich die nächsten Schritte zu gehen. Bei Bedarf wird ein weiterer Termin vereinbart.



6. Was der Hund bewirkt

„Tiere mobilisieren unsere körperlichen, seelisch-geistigen und sozialen Kräfte“ (Greiffenhagen S., Buck-Werner O.N., 2012).

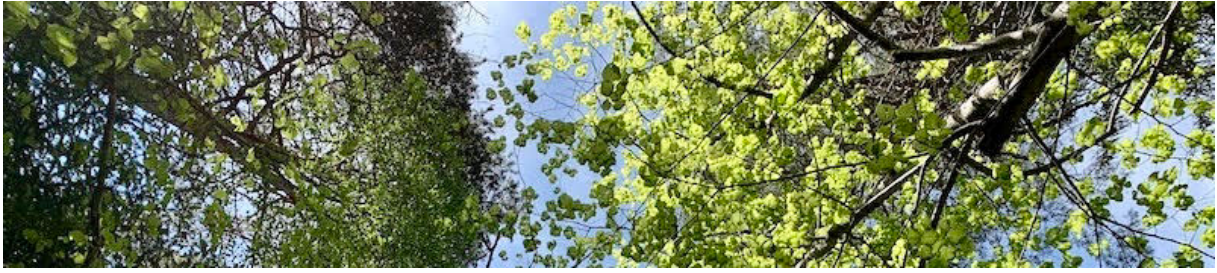
Gemäss dieser Annahme, möchte ich Entwicklungsprozesse bei den Klient*innen mit Unterstützung eines Hundes anstossen.

Durch die Anwesenheit eines menschenbezogenen ruhigen Hundes wird das Arbeitsklima angenehmer und damit der Beziehungsaufbau erleichtert. Der Hund fungiert als Eisbrecher und als Brückenbauer. Hunde sind Teil der Natur und geben Ruhe und Kraft. Sie reagieren wertfrei und ehrlich. Es wird zunächst die freie Begegnung vom Hund initiiert.

Individuell können bei Übungen zusammen mit dem Hund weitere Bereiche angesprochen und geübt werden wie zum Beispiel die Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit oder intuitives Verhalten. Der Hund kann die Wahrnehmung für uns und andere schärfen. Wir werden uns unserer Emotionen und deren Auswirkungen bewusster. Der Hund spiegelt sofort mangelnde Klarheit oder Unaufmerksamkeit. Durch die Herausforderungen und Anspannung bei diesen Übungen und die daraus resultierenden Reflexionen und Erfolgserlebnisse werden Glücksmomente ausgelöst, welche wiederum das Lernen erleichtern und das Spektrum der eigenen Handlungskompetenz sichtbar machen und erweitern.

Der Hund fungiert in diesem Sinne als Unterstützung im Coaching Prozess.

Folgende Erklärungsansätze stützen meine Hypothese vom positiven Einfluss des Hundes. Voraussetzung ist es, keine Ängste mit dem Hund zu verbinden. Auch andere Ausschlussfaktoren wie Allergien, kulturelle erworbene Ablehnung o.ä. können ein Grund sein, ein Coaching ohne Hund durchzuführen.



Biophilie – Hypothese

Wilson (1984) postuliert in seinem Buch "Biophilia: The Human Bond with other Species" eine biologisch begründete, angeborene Affinität zur Vielfalt von Leben - zu Lebewesen und zu ökologischen Settings, die Leben ermöglichen. Der Mensch komme aus der Natur und brauche die Verbundenheit mit ihr, um "ganz" zu sein. Der Hund wird als Teil der Natur erlebt und wir fühlen uns in der Regel intuitiv mit ihm verbunden.

Anthropomorphismus

bedeutet in diesem Zusammenhang die Übertragung menschlicher Emotionen und Eigenschaften auf Tiere, d.h. das Zuschreiben bzw. Erkennen von Gefühlen, Absichten und Erfahrungen. Tiere werden als dem Menschen ähnlich empfunden.

Du-Evidenz

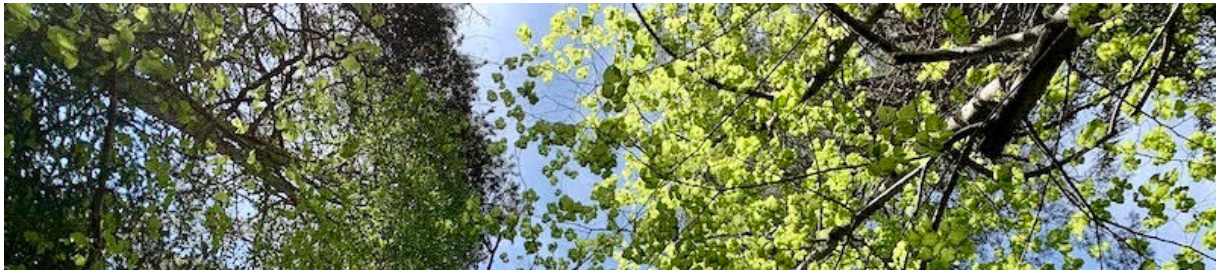
Wenn das Gegenüber, hier also der Hund, seine Anonymität verliert und von einem ES zu einem individuellen DU wird, spricht man von Du-Evidenz. Kennzeichnend für eine solche Personalisierung sind bspw. die Namensgebung oder das zusprechen individueller Eigenschaften. Der Hund wird zum Adressaten von Kommunikation mit eigenen Bedürfnissen und Rechten.

Wertfrei

Tiere geben ihren Menschen unabhängig von gesellschaftlichen Normen wie zum Beispiel Status, Kleidung, Hautfarbe, Alter, Zuneigung und Akzeptanz und sind in ihrem Verhalten kongruent und zuverlässig und vermitteln ein Gefühl der Sicherheit. Sie könnten emotional unterstützende, Trost und Wärme spendende Partner sein.

Sozialer Katalysator

Olbrich (2003) behauptet, Tiere ermöglichen oder erleichtern den sozialen Austausch mit anderen Menschen und erhöhen sogar die soziale Attraktivität ihrer Menschen. Tiere strahlen



ihm zufolge auf die ganze Situation aus, verringern allein durch ihre Anwesenheit Aggressionen und machen Menschen kooperativer und freundlicher.

Kommunikation von Mensch & Tier

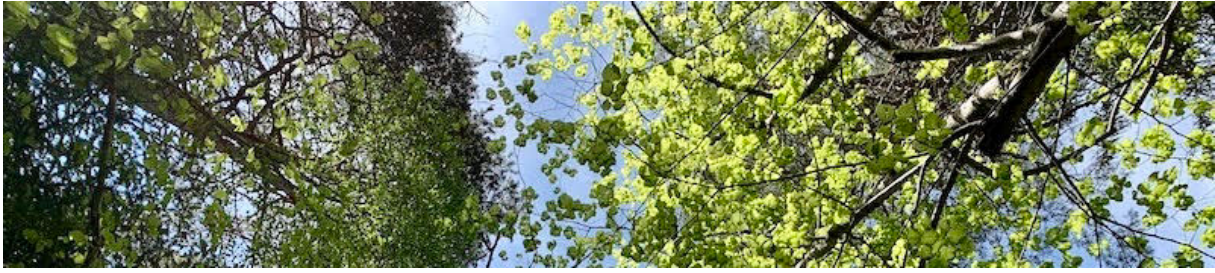
Tiere kommunizieren fast ausschließlich analog (von speziellen gelernten Befehlen abgesehen), daher kann in der Interaktion mit Tieren die analoge Kommunikation trainiert werden. Die Kommunikation mit dem Hund fördert also emotionale, intuitive und empathische Anteile in uns. Auch Olbrich (2003) behauptet, dass eine Mensch-Tier-Interaktion Authentizität im Sinne Rogers vermittele: *"eine bessere Abstimmung zwischen Erleben, Bewusstsein und Kommunikation"*.

Das Bindungshormon Oxytocin

Das Hormon Oxytocin wird von der modernen Neurowissenschaft oft vereinfacht als das Bindungshormon bezeichnet. Odendaal stellte 2000 in einer Studie fest, dass der Oxytocingehalt im Blut sowohl bei Menschen als auch bei Hunden signifikant anstieg, nachdem die Hunde für fünf bis 20 Minuten von Studienteilnehmer*innenn gestreichelt wurden. Andere Studien zeigen sogar, dass es nicht einmal unbedingt den Körperkontakt zur Ausschüttung von Oxytocin benötigt, sondern die reine Interaktion mit einem Hund (vgl. Beetz, 2012). Oxytocin schwächt demnach Reaktionen auf sozialen Stress ab und schafft erhöhtes Vertrauen in sozialen Interaktionen.

Stimmungsübertragung

Die „Stimmungsübertragung“ bzw. „affektive Ansteckung“ auf Basis der Spiegelneuronen (Rizzolatti, G & Craighero, L, 2004) ist ein weiterer Faktor für die Entspannung des Klienten in der Coaching Situation bei Anwesenheit eines ruhigen und freundlichen Hundes.

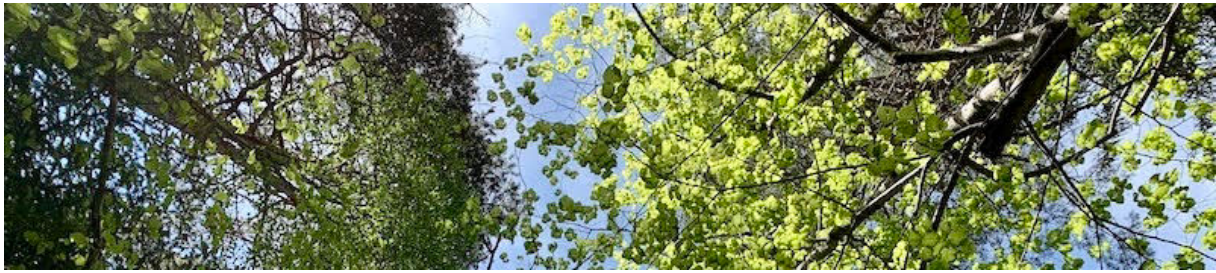


Vertrauen

Bemerkenswert ist auch, dass die Begleitung durch ein freundliches Tier das Vertrauen zur begleiteten Person verstärkt (Gueguen & Ciccotti, 2008). Der Coach wird also durch das Tier als vertrauenswürdiger von den Klienten wahrgenommen, was den Aufbau einer guten Beziehung erleichtert.

7. Mein Wirkmodell





8. Literatur

Bamberger, G. G. (2015): Lösungsorientierte Beratung, Beltz Verlag

Barthemess, M. (2016): Die systemische Haltung: Was systemisches Arbeiten im Kern ausmacht, Vandenhoeck & Ruprecht Verlag

Beetz, A.M. (2012): Stressreduktion durch den Hund und ihre Bedeutung für tiergestützte Interventionen

Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H. & Kotrschal, K. (2012): Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology / Psychology for Clinical Settings*, doi: 10.3389/fpsyg.2012.00234.

Deubner-Böhme, M. und Deppe-Schmitz, U. (2018): Coaching mit Ressourcen-aktivierung, Hogrefe Verlag

Gueguen, N., & Cicotti, S. (2008): Domestic dogs as facilitators in social interaction: an evaluation of helping and courtship behaviors. *Anthrozoös*, 21 (4)

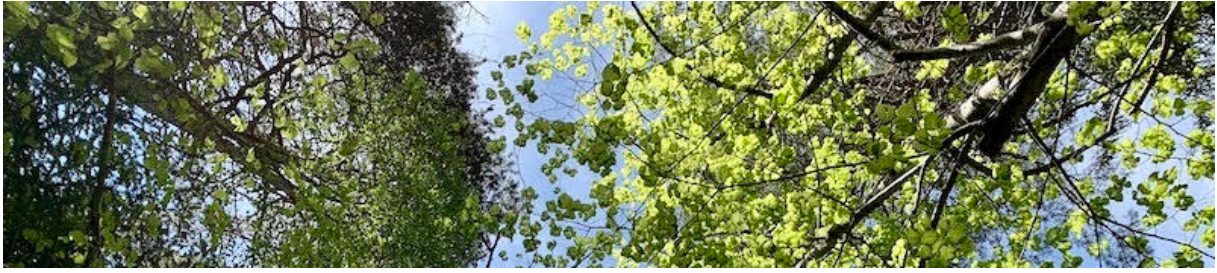
Greiffenhagen S., Buck-Werner O.N. (2012): Tiere als Therapie, Kynos Verlag

Hegedusch, E. und Hegedusch, L. (2007): Tiergestützte Therapie bei Demenz, Schlütersche Verlag

Olbrich, E. (2009): Antropomorphisieren und Du-Evidenz. In: „tiergestützte“ – Zeitschrift des Fördervereins für Tiergestützte Pädagogik, Therapie und Fördermaßnahmen

Odendaal, J. S. J. (2000): Animal-assisted therapy—Magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49(4)

Olbrich, E. & Otterstedt, C. (2003): Menschen brauchen Tiere, Kosmos Verlag



Peter, K. (2020): Coachingraum Natur, Schirner Verlag

Rizzolatti, G. & Craighero, L. (2004): The mirror-neuron system. Annual review of neuroscience

Rogers, C. (1961): Entwicklung der Persönlichkeit, Klett-Cotta Verlag

Sachse, R. (2016): Klärungsprozesse in der Klärungs-orientierten Psychotherapie, Hogrefe Verlag

Schreiber, M. (2020): Wegweiser im Lebenslauf, Kohlhammer Verlag

Watzlawick, P., Beavin, J.H., Jackson, D.D (2011): Menschliche Kommunikation, Hogrefe Verlag

Wilson, E.O. (1984): Biophilia, Harvard University Press

Web-Infos

Die Internationale Definition sozialer Arbeit: <https://avenirsocial.ch/wp-content/uploads/2018/12/Die-IFSW-Definition-und-ihre-Sicht-auf-die-Soziale-Arbeit-1.pdf>