

Haus Kloppenburg organisiert Workshop-Woche des Internationalen Co-Counselling Vertraulichkeit ist oberstes Gebot



In einem offenen Wohnwagen kommen auf Anregung des Fotografen Rudolf Giesselmann Menschen miteinander ins Gespräch. Es entsteht eine Atmosphäre des wertschätzenden Zuhörens. Foto: Rudolf Giesselmann

Münster-Gievenbeck - Einfach nur zuhören, sich mit freier Aufmerksamkeit dem Anderen widmen – das ist das Prinzip des Co-Counselling. Ein internationales Treffen zu dieser Technik bereitete das Haus Kloppenburg vor.

Von Ellen Bultmann

Ein Team des in Gievenbeck am Wasserweg angesiedelten Hauses Kloppenburg, Zentrum für psychologische und soziale Arbeit, organisierte jetzt eine Woche intensiver Workshops des Internationalen Co-Counselling (CCI) auf Haus Ohrbeck in Georgsmarienhütte. 76 Menschen aus acht Ländern nahmen daran teil.

Einfach nur zuhören, sich mit freier Aufmerksamkeit dem Anderen widmen. Vielleicht ein paar unterstützende Anregungen geben, ohne jedoch auf den Inhalt dessen einzusteigen, was das Gegenüber erzählt. Das ist die Rolle eines Co-Counselers. Sein Gegenüber, der Counselor, hat den aktiven Part in einer Sitzung und erkundet die eigenen Gedanken, Gefühle und Handlungen. Die Selbsthilfe-Methode Co-Counselling ist ein gegenseitiger Prozess, bei dem die beiden Beteiligten gleichberechtigt sind und die Rollen nach rund 30 Minuten gewechselt werden. In Kursen lernen die Teilnehmer Techniken, die ihnen helfen, diese Selbsterfahrung zu vertiefen.

„Wir respektieren alles, was im anderen Menschen vorgeht. Wir beurteilen nicht, woran sie arbeiten“, betont Joke Stassen aus den Niederlanden. „Es handelt sich nicht um eine Psychotherapie. Niemand sagt einem anderen, was er tun sollte“, stellt Gail Fuller aus den USA klar. Äußerst wichtig sei die Vertraulichkeit. Über den Inhalt der Sitzungen werde hinterher nicht gesprochen. „Co-Counselling lehrt, Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Es ist eine Arbeit zugunsten des persönlichen Wachstums.“

Die Psychotherapeutin Siglind Willms, die das Haus Kloppenburg leitet und die Counsel-Arbeit im Münsterland vor rund 40 Jahren begründet hat, erläutert: „Es ist ein Selbsthilfe-Verfahren, bei dem jeder mit sich selbst zu Rate geht. Alles, was mich bewegt, wird ausgedrückt und darf sein.“

Menschen, die in einer akuten psychischen Krise stecken, könnten nicht immer vom Co-Counselling profitieren, gibt John Talbut aus England zu bedenken. „Denn Counseler müssen Verantwortung für sich selbst übernehmen und als Co-Counselor anderen Unterstützung geben.“ Wenn jemand noch zu verletzlich sei, könne durch die Probleme anderer Menschen sein Leiden wieder aufleben. In Großbritannien gebe es jedoch Counsel-Lehrer, die diese Methode Menschen vermitteln, die mit psychisch Kranken arbeiten.

In den Niederlanden existiert laut Joke Stassen innerhalb des ambulanten Gesundheitsdienstes eine Variante des Co-Counselling. „Viele Menschen nutzen es als Nachsorge im Anschluss an eine Psychotherapie.“

Gail Fuller informiert in den USA Psychotherapeuten darüber, auf welche Weise Co-Counselling hilfreich sein kann. Einige Counsel-Lehrer gehen dort auch in Gefängnisse, um Gefangene bei der Selbsthilfe zu unterstützen.

Siglind Willms findet diese Methode „wichtig für jeden, der im Bereich Psychotherapie und Medizin arbeitet“ – und zwar auch als Vorsorge im Hinblick auf ein mögliches Burnout oder als Fürsorge im Sinne der eigenen psychischen Gesundheit.

Fred Wallace aus den USA, dessen Buch über das Co-Counselling im Oktober erscheinen wird, lobt den „ganzheitlichen Ansatz“ dieser Methode: „Wir arbeiten mit dem ganzen Wesen einer Person und akzeptieren sie als menschlich. Dadurch entsteht eine Empathie für den Anderen. Es ist diese menschliche Verbindung, die letztlich die Welt zum Besseren verändern wird.“

Das internationale Treffen diene dem Austausch über unterschiedliche Praktiken und fungiere als Supervision für die Counsel-Lehrer, sagt Willms. John Talbut sieht die CCI-Woche auch als Qualitätskontrolle. Es gebe zwar keine formelle Organisationsstruktur, doch die internationalen Zusammenkünfte seien hilfreich beim gemeinschaftlichen Ermitteln der günstigsten Vorgehensweisen. Die „vorübergehende Lebensgemeinschaft“ der CCI-Teilnehmer ermögliche ein vielfältiges Lernen – zum Beispiel über Wege der Konfliktlösung.