

Systemisch begleiten – Erfahrungen – Einsichten

[Norbert Rieser](#)

1. Einstieg – persönliche Beispiele als Türöffner

Mein Ansatz speist sich aus **langjähriger Berufserfahrung** in Technik und Beratung, aus **sozialem Engagement** und aus **organisatorischen Tätigkeiten**.

- **Assisto Unternehmensberatung:** Beratung gemeinsam mit ArbeitsmedizinerInnen – Ziel war, für Unternehmen und Sozialeinrichtungen Strukturen für Gesundheit, Prävention und Arbeitsfähigkeit zu entwickeln. Hier lernte ich: Nachhaltige Lösungen entstehen im Dialog zwischen Fachlichkeit und Praxis.
- **Buchprojekt eines Theologen:** Als Mitwirkender habe ich Rückmeldungen gegeben, Fragen gestellt, Diskussionen auf Internetplattformen angeregt. Erfahrung: Texte entfalten Kraft, wenn sie kritisch reflektiert und gemeinsam weitergedacht werden.
- **Engagement in der Hochschülerschaft:** Organisation von Veranstaltungen, Kassier, Moderation von Diskussionen – prägende Erfahrung: Prozesse brauchen Struktur und gleichzeitig Offenheit für Menschen.
- **Weitere Engagementfelder:**
 - Sanitätsdienst, Vereine, Institutionen
 - Besuchsdienst im Seniorenheim – Zuhören als wichtigste Form der Begleitung.
 - Unternehmensorganisation, Qualitätsmanagement & Arbeitssicherheit – Verantwortung sichtbar machen und kommunizieren.
 - Behördenverhandlungen – Interessen vermitteln, tragfähige Lösungen finden und kommunizieren.
 - Pädagogische Situationen – Lernprozesse, Vertrauen schaffen, Didaktik entwickeln.
 - Geschäftsführertätigkeit
 - Übernahme ehrenamtlicher Aufgaben im Ruhestand

Die Beispiele zeigen: **Ich bewege mich mit umfassenden Erfahrungen in technischen, sozialen, organisatorischen, pädagogischen, und persönlichen Kontexten.**

2. Kontakt auch für persönliche Belange

Menschen suchen in Übergängen einen Begleiter. Typische Situationen:

- *„Ich habe äußerlich alles erreicht, innerlich fehlt mir Orientierung.“*
- *„Ein Abschnitt ist zu Ende – wie finde ich neuen Anfang?“*
- *„Ich brauche Unterstützung, keine Bevormundung.“*

Zusammenarbeit:

1. **Kontakt** – über Internet, Plattform oder persönlich.
 2. **Erstgespräch** – Anliegen klären, Erwartungen formulieren.
 3. **Vereinbarung** – Rahmen, Dauer, Schwerpunkte der Begleitung.
 4. **Einstiegsübung** – „*Woran würde ich merken, dass mir dieser Austausch gut tut?*“
-

3. Grundlage

Systemisches Arbeiten bedeutet: **den Menschen im Zusammenhang sehen.**

- **Kontextbezogen:** Probleme entstehen im Beziehungsgeflecht
– nicht in einer Person allein.
 - **Zirkulär:** Veränderungen wirken immer ins System zurück.
 - **Ressourcenorientiert:** Jeder Mensch bringt Stärken und Erfahrungen mit,
die zur Lösung beitragen.
 - **Prozessorientiert:** Entwicklung geschieht Schritt für Schritt,
ohne schnelle Rezepte.
-

4. Fragen als Methode

- **Zirkuläre Fragen:** „Wie würde Ihr Kollege/Ihr Partner/Ihre Tochter die Situation sehen?“
 - **Hypothetische Fragen:** „Angenommen, es wäre möglich – was würden Sie tun?“
 - **Ressourcenfragen:** „Wann ist Ihnen eine ähnliche Situation schon einmal gelungen?“
 - **Ausnahmefragen:** „Gab es Momente, in denen es leichter war?“
 - **Skalierungsfragen:** „Auf einer Skala von 1–10 – wo stehen Sie heute?“
 - **Narrative Methoden:** „Wenn Ihr Leben ein Buch wäre – wie klingt das nächste Kapitel?“
 - **Symbolische Arbeit:** Bilder, Objekte, Symbole als Resonanzräume für innere Prozesse.
-

5. Ablauf

1. **Vertrauen schaffen** – Anliegen aufnehmen, Beziehungsebene öffnen.

2. **Biografische Rückschau** – Spuren von Sinn und Bruch erkennen.
3. **Pflicht vs. Sehnsucht** – unterscheiden, was von außen kommt und was von innen trägt.
4. **Neue Perspektiven entwickeln** – Möglichkeitsräume öffnen.
5. **Kraftquellen identifizieren** – Beziehungen, Erfahrungen, Lebensfreude.
6. **Integration** – Lebensgeschichte neu erzählen.
7. **Handlung** – konkrete Schritte umsetzen.

6. Tabelle: Fragen - Antworten - Praxisbezug

Phase	Fragen	Beispielhafte Antworten
1. Einstieg / Vertrauen	„Was führt Sie hierher?“ / „Woran würden Sie merken, dass dieses Gespräch hilfreich war?“	„Beim Buchprojekt merke ich, dass ich mich verzettle – ich brauche Klarheit.“
2. Rückblick	„Gab es Situationen, in denen Sie erfolgreich mit Komplexität umgegangen sind?“	„Ja, bei Behördenverhandlungen – da habe ich gelernt, hartnäckig sachlich und ruhig zu bleiben.“
3. Pflicht ↔ Bedeutung	„Was machen Sie eher aus Pflicht, was aus innerer Überzeugung?“	„Arbeitssicherheit war Pflicht, ich spürte: Es geht mir wirklich um Menschen.“
4. Neue Perspektiven	„Angenommen, Sie hätten völlige Freiheit – was würden Sie verändern?“	„In der Hochschülerschaft habe ich erlebt, wie viel Freude Organisation und Austausch bringen – und möchte ich auch jetzt noch mit Begeisterung einbringen.“
5. Verbundenheit	„Wo erleben Sie Dankbarkeit oder Sinn im Alltag?“	„Im Besuchsdienst im Seniorenheim – wenn jemand einfach sagt: Danke, dass Sie da sind.“
6. Integration	„Wenn Ihr Leben ein Buch wäre – wie klingt das nächste Kapitel?“	„Von der Rolle des Prüfers hin zum Begleiter von Prozessen.“
7. Handlung & Übungen	„Welcher kleine Schritt ist sofort machbar?“	„Ich plane einen regelmäßigen Reflexionsabend, um Erfahrungen aus Projekten und Engagement festzuhalten.“

7. Einige Fallbeispiele

1. Unternehmensberatung (Assisto)

- **Ausgangslage:** Unternehmen suchen Lösungen für Gesundheit, Sicherheit & Qualitätsmanagement. Beratung gemeinsam mit ArbeitsmedizinerInnen.
- **Fragen:** „Welche Risiken sehen Sie?“ / „Was brauchen Sie von mir für Sicherheit?“

IST-Situation – SOLL-Situation Analyse => Konzepte erstellen, Umsetzungshilfe

- **Ergebnis:** Entwicklung von Präventionsmaßnahmen, die nicht nur Pflicht erfüllen, auch Akzeptanz finden, Gespräche mit Sachverständigen und Behördenverhandlungen, Erstellen von Dokumenten.

2. Buchprojekt eines Theologen / Kommunikation in Internetforen

- **Ausgangslage:** Texte sollen verständlich und relevant werden.
- **Fragen:** „Was fehlt hier noch, damit der Leser mitgenommen wird?“ / „Welche Fragen bleiben offen?“
- **Ergebnis:** Rückmeldungen führten zu klarerer Struktur, Resonanz in Internetforen.

3. Hochschülerschaft

- **Ausgangslage:** Viele Meinungen, begrenzte Ressourcen.
- **Fragen:** „Was ist uns allen wichtig?“ / „Wie organisieren wir Veranstaltungen, die wirklich tragen?“
- **Ergebnis:** Klare Strukturen, erfolgreiche Diskussionen, Verantwortung als Kassier verlässlich wahrgenommen.

4. Besuchsdienst im Seniorenheim

- **Ausgangslage:** Einsamkeit, Sprachlosigkeit.
- **Frage:** „Woran merken Sie, dass unser Gespräch Ihnen guttut?“
- **Antwort:** „Wenn ich erzählen darf, ohne unterbrochen zu werden.“
- **Ergebnis:** Begegnung als Wert an sich.

5. Unternehmensorganisation, Qualitätsmanagement & Arbeitssicherheit

- **Ausgangslage:** Pflichtempfinden vs. Sinn, Koordinierte Zusammenarbeit in projektorientierten Industrieunternehmen
- **Frage:** „Was macht es sinnvoll, nicht nur formell, sondern auch praktisch auf Sicherheit zu achten. Organisationsanalyse, Expertise, Erstellen von Dokumenten.
- **Antwort:** „Nicht nur, weil etwas vorgeschrieben ist, - Zusammenarbeit fördernd!“

6. Pädagogische Situationen

- **Ausgangslage:** Lernsituationen gestalten.
- **Frage:** „Zusammenhänge in Vorlesung vortragen und erklären, integrierte Übung,
- **Antwort:** „Ich kann das erworbene Wissen für Projekte in Gesundheitseinrichtungen anwenden und umsetzen.“

7. Technischer Geschäftsführer, Personalberatung und Überlassung für planende und ausführende Unternehmen.

8. Glaube

Glaube nicht als festes System, sondern als ein **offener Resonanzraum**.

- **Vertrauen:** Es gibt etwas, das trägt.
- **Dankbarkeit:** Leben wird als Geschenk erfahren.
- **Hoffnung:** Auch im Ungewissen kann Neues wachsen.

Glaube kommt als persönliche Ressource **zur Sprache, wenn Menschen dieses Thema vorbringen, oder in der Ausübung ehrenamtlicher Aufgaben.**

9. Zusammenfassung Leitbild

- **Systemisch:** Zusammenhänge sehen, Muster erkennen.
- **Methodisch fundiert:** Fragen, Ressourcenarbeit, narrative Methoden.
- **Praktisch:** kleine Schritte, konkrete Umsetzung.
- **Respektvoll:** Grenzen achten, Selbstbestimmung wahren.
- **Offen:** Glaube als Möglichkeit, Orientierung und Hoffnung zu geben.

10. Bilanz

Kreativität entsteht im Prozess
durch Fragen und Informationen.
Um damit Wege klar
abzustimmen, und zu gestalten.