

*Abschlussarbeiten*  
**Reihe Familientherapie**

*Susanne Hollmann*

**Nur in den eigenen Schuhen  
kann ich meinen Weg gehen**

**unisono institut verlag  
ulm · berlin**

## Impressum

© unisono institut verlag, ulm · berlin  
1. Auflage März 2021  
ISBN eBook 978-3-948872-27-4  
ISBN Paperback: 978-3-948872-28-1

Satz / Layout: Peter Schust  
Erscheinungsort: Ulm

unisono institut verlag  
Gudrun Jürß und Peter Schust GbR  
Stuifenweg 23 · 89075 Ulm · [www.unisono-institut.com/verlag](http://www.unisono-institut.com/verlag)

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Susanne Hollmann



**„Aus Erfahrung gut!“** 2013 habe ich nach einer langjährigen Abwärtsspirale einen Burn out durchlebt. Alles was mir persönlich half, mich aus dieser Krise heraus zu entwickeln, ist in meinen Formaten enthalten. Ich bin Schritt für Schritt in ein eigenverantwortliches Leben hineingewachsen, habe meine Resilienz entwickelt und bin somit Krisen gegenüber widerstandsfähiger geworden.

**„Ich lebe was ich liebe und ich liebe was ich lebe!“** Seit fast 25 Jahren begleite ich Menschen in ihrer Entwicklung zu innerer Stärke hin. Ich habe zwei Kinder und freue mich jeden Tag daran, wie sie mit Krisen, auch wenn es kleine sind, umgehen und diese bewusst managen. Vor 10 Jahren begann ich, als selbständige systemische Familientherapeutin und als Coach zu arbeiten. Die Ausbildung zum Business Trainer hat mir wissenschaftliche Methoden für die Erwachsenenbildung gelehrt, die heute meine Basis für die Ausbildung zum Resilienz Coach / Mentor sind.

**„In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist!“** Als ausgebildete Yoga Trainerin ergänze ich mein systemisches und kognitives Angebot um Atem-, Meditations- und Körperübungen. Mein Angebot zur individuellen Resilienz ist ein ganzheitliches für den Körper, die Seele und den intellektuellen Geist. Denn:  
**„Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile!“**

Ich habe ein großes Interesse an der Weitergabe meiner Erfahrungen und meines Wissens als Lehrbeauftragte, Trainerin und Coach. Gleichzeitig werde ich mein Leben lang Schülerin bleiben, mich weiterentwickeln und weiter lernen. Wissenstransfer in alle Richtungen, von Erfahrungen profitieren, eigene Kompetenzen entwickeln und einbringen, den Austausch und das Miteinander nutzen und gemeinsam wachsen. Das ist der Sinn meines Tuns.

susanne@hollmann-ulm.de · [www.hollmann-ulm.de](http://www.hollmann-ulm.de)

Die nachfolgende Transferarbeit wurde im Rahmen der Ausbildung zum/r Systemischen Berater/in Familientherapie angefertigt.

Transferbericht zum  
Systemischen Familientherapeuten/Systemischen Berater (SHB)

„Nur in den eigenen Schuhen kann ich meinen Weg gehen“

## Inhaltsverzeichnis

<b>I.</b>	<b>Einleitung</b> .....	<b>3</b>
<b>II.</b>	<b>Wie bin ich zu meiner Klientin gekommen?</b> .....	<b>4</b>
<b>III.</b>	<b>Meine Vorbereitung bzw. Zentrierung vor dem Gespräch. Wie baue ich eine Verbindung zum Klienten auf.</b> .....	<b>4</b>
<b>IV.</b>	<b>Gesprächsatmosphäre, Raum für das Klientenanliegen, Würdigung, Abholung, Empathie und Regeln der Kommunikation.</b> .....	<b>4</b>
<b>V.</b>	<b>Gespräch vom 13. Mai 2015</b> .....	<b>5</b>
	1. <i>Auftragsklärung, Konkretisierung - Themendefinition</i> .....	5
	2. <i>Zirkuläre Fragen</i> .....	5
	3. <i>Hinweise auf die Grundformen der Angst nach Fritz Riemann</i> .....	6
	4. <i>Ermittlung systemisch relevanter Hintergründe – Analogien</i> .....	7
	5. <i>Erkenntnisse der Klientin – Aha Effekt</i> .....	8
	6. <i>Kreatives Arbeiten – Wahrnehmung, Auswirkung, Erfolg</i> .....	8
	7. <i>Mein Anteil</i> .....	9
<b>VI.</b>	<b>Gespräch vom 22. Mai 2015</b> .....	<b>11</b>
	1. <i>Auftragsklärung, Konkretisierung, Themendefinition</i> .....	11
	2. <i>Zirkuläre Fragen</i> .....	11
	3. <i>Hinweise auf die Grundformen der Angst nach Fritz Riemann</i> .....	12
	4. <i>Ermittlung systemisch relevanter Hintergründe – Analogien</i> .....	13
	5. <i>Erkenntnisse der Klientin – Aha Effekt</i> .....	14
	6. <i>Kreatives Arbeiten, Wahrnehmung, Auswirkung, Erfolg</i> .....	14
	7. <i>Mein Anteil</i> .....	15
<b>VII.</b>	<b>Gespräch vom 29. Mai 2015</b> .....	<b>16</b>
	1. <i>Auftragsklärung, Konkretisierung, Themendefinition</i> .....	16
	2. <i>Zirkuläre Fragen</i> .....	16
	3. <i>Hinweise auf die Grundformen der Angst nach Fritz Riemann</i> .....	17
	4. <i>Ermittlung systemisch relevanter Hintergründe – Analogien</i> .....	17
	5. <i>Erkenntnisse der Klientin – Aha Effekt</i> .....	18
	6. <i>Kreatives Arbeiten – Wahrnehmung, Auswirkung, Erfolg</i> .....	19
	7. <i>Mein Anteil</i> .....	19
<b>VIII.</b>	<b>Veränderung der Klientin</b> .....	<b>21</b>
<b>IX.</b>	<b>Meine Erkenntnis</b> .....	<b>22</b>
<b>X.</b>	<b>Schlusswort und Dank</b> .....	<b>23</b>
<b>XI.</b>	<b>Literaturverzeichnis</b> .....	<b>24</b>

## I. Einleitung

Einleitend stelle ich dar, warum es mir wichtig ist, den Transferbericht auszuarbeiten. In meinem ersten Beruf als Bankkauffrau, arbeite ich seit 08.08.1988. Da ich in der Kundenberatung tätig bin, also täglich mit Menschen zu tun habe, konnte ich hier schon viel Entwicklung für mich mitnehmen. Die Ausbildung zum systemischen Berater/Coach hat mich in meiner Persönlichkeitsentwicklung entscheidend geprägt.

Ich bin begeistert, angetan und immer wieder berührt von dem was ich sehe. Die Fähigkeit mein Gegenüber zu spüren, respektvoll und achtsam aufeinander einzugehen, bringt dem Kunden und mir Zufriedenheit und Vertrauen. Ich möchte dieses, in vielen Jahren methodisch und fachlich erlernte verkäuferische Wissen, das durch meine zweite Ausbildung um eine ausgeprägte soziale Kompetenz erweitert wurde, weitergeben. Ich möchte verbinden in einer Branche, in der Werte wie Sicherheit und Freiheit, Erfolg und Bestätigung immer häufiger standardisiert behandelt werden. Die Verbindung von Kopf – dem Bewusstsein, der alles Wissen für Entscheidungen hat und Bauch – dem Unterbewusstsein, der letztendlich die Entscheidung trifft.

Neueste FinTecRobots fragen die Ziele, Wünsche und die Risikoneigung der Online- Kunden ab. Ist der Kunde was er angibt und zu sein scheint? Gibt es Paradigmen die ihn unbewusst beeinflussen? Wie werden diese unbewussten Faktoren in einem Programm berücksichtigt? Wie wohl kann sich der Kunde dann mit der Anlageentscheidung fühlen?

Geld steht für Wert und in Wert steckt natürlich der Selbstwert. Hier computerstandardisiert zu arbeiten ist in meinen Augen teilweise fatal.

Folgender Satz der Steinbeis-Hochschule-Berlin hat mich berührt:

“Menschsein hat seinen Reichtum in unserer Kommunikationsfähigkeit, unserem Bewusstsein, in der Klarheit unseres Verstandes, aber auch in unserer Fähigkeit unser Herz zu öffnen und zu fühlen.“<sup>1</sup>

Um den Reichtum des Menschseins zu nutzen und weiterzugeben und mich stetig weiter zu entwickeln, schreibe ich meinen Transferbericht.

---

<sup>1</sup> Gliederung für den Transferbericht der Steinbeis-Hochschule-Berlin

## II. Wie bin ich zu meiner Klientin gekommen?

Meine Klientin ist eine langjährige Kollegin, mit der ich wenig beruflichen und keinen privaten Kontakt hatte. Auf die Frage, ob sie sich vorstellen kann 3 Gespräche mit mir zu führen und einem Wochenende Bedenkzeit, hat sie mit „ja“ geantwortet.

## III. Meine Vorbereitung bzw. Zentrierung vor dem Gespräch. Wie baue ich eine Verbindung zum Klienten auf.

Für mich läuft nicht jede Vorbereitung gleich ab. Ein festes Ritual hat sich bisher noch nicht eingestellt. Ich Sorge für eine ruhige und ungestörte Atmosphäre. Der Raum ist mit frischer Luft gesättigt, das Fenster wird zu Beginn des Gesprächs geschlossen.

Oft gehe ich mit meinem Hund über die Felder um bei mir selbst zu sein. Ich nehme die Natur mit den Elementen und meine **Verbindung zu mir und der Natur** bewusst wahr. Häufig begleiten mich Lieder mit und über die Elemente, je nachdem wie es für mich in dem Moment richtig ist.

Wichtig ist mir die **Verbindung mit dem Klienten durch Kommunikation**. Der Klient und ich unterhalten uns über Alltägliches und Aktuelles in dem Vertrauen, beim wichtigen und richtigen Thema anzukommen. Wenn es das Gefühl zulässt, **verbinden sich die Klientin und ich auf der Körperebene** durch eine Umarmung. Auch haben wir vor einem Gespräch durch **bewussten Blickkontakt und Zentrierung Verbindung** hergestellt.

## IV. Gesprächsatmosphäre, Raum für das Klientenanliegen, Würdigung, Abholung, Empathie und Regeln der Kommunikation.

Ich nenne die Klientin beim Namen, spüre welche Begrüßung an dem Tag die Richtige ist und entscheide empathisch, spontan. Während dem Gespräch haben wir Blickkontakt und ich gebe der Klientin Raum und Zeit um Ihre Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse zu formulieren. Ich erzähle gerne von mir und äußere eigene Erfahrungen. Ich achte das Gefühl des Gegenübers genauso, wie seine Ansichten.

Situativ fasse ich das Gesagte in eigenen Worten zusammen um sicherzustellen, dass bei mir, im Falle einer Übertragung, alles *richtig*, also im Sinne der Klientin - angekommen ist und nicht durch meinen eigenen Filter verfälscht wurde. Somit gebe ich der Klientin das Gefühl, ich höre genau zu, und es ist mir wichtig alles richtig zu verstehen. Sie ist mir wichtig!

## V. Gespräch vom 13. Mai 2015

### 1. Auftragsklärung, Konkretisierung - Themendefinition

Die Klientin sagte, welche Gedanken sie sich in Vorbereitung auf das Gespräch gemacht hat. Da die Gedanken eher allgemein waren, fragte ich nach dem für sie guten Ergebnis für das heutige Gespräch. Sie wünschte sich Lösungsmöglichkeiten für einen anderen *Umgang* mit ihrem Thema. Dabei war zuerst wichtig, um welches Thema es gehen sollte. Die Klientin erzählte und schilderte die Situation mit ihrem Sohn und Lebenspartner zuhause. Die Kommunikation der beiden fand nur über die Klientin statt oder nonverbal in Form von Türen knallen oder indirektem Nörgeln. Immer wieder hat die Klientin angesprochen, dass es zwischen den beiden um Eifersucht geht und sie mit dem Thema nichts anfangen kann. Einmal in ihrem Leben sei sie eifersüchtig gewesen und da war ihre Eifersucht gerechtfertigt.

Wenn sie mit jedem alleine etwas macht, ist es o.k., aber der 3. zieht sich dann zurück. Da sich ihr Partner nicht erwachsen benimmt, hat sie manchmal den Eindruck, zwei Kinder zu haben und nicht nur eines. Ich erkläre der Klientin, dass wir hier für den Sohn und den Partner nichts machen können. Wir können nur ihren Anteil darin anschauen und fasse das Gesagte zusammen: Sie fühlt sich in der 3er Konstellation nicht wohl und selbst in der 2er Konstellation hat sie dem 3. gegenüber ein schlechtes Gewissen.

Die Lösungsmöglichkeiten bezüglich der Zieldefinition setzten voraus, dass der Klient Erkenntnis hat. Erkenntnis über die Hintergründe und was in dem geschilderten Fall der Anteil des Klienten gewesen ist. Dies schien mir nicht gegeben und ich fragte deshalb tiefer nach. Die Klientin wünschte sich einen Umgang mit der beschriebenen Situation, bei dem sie keinen faulen Kompromiss mehr eingehen muss. Sie wollte ein harmonisches Miteinander. Harmonie war für mich der Begriff, bei dem die Klientin am meisten bei sich gewesen ist. Deshalb mein Vorschlag zur Themendefinition: Sie bekommt heute eine Idee davon, wie sich ihre eigene Harmonie anfühlt. Die Klientin war begeistert und stimmt dem Vorschlag zu.

### 2. Zirkuläre Fragen

Die Klientin bekam den Raum und die Zeit, ihr Anliegen zu schildern. Sie bot dem Therapeuten dadurch viele Informationen, die immer wieder die Möglichkeit darstellten einzuhaken, tiefer zu gehen, um dann das Ziel heraus zu arbeiten. Bei der Zieldefinition hatten die zirkulären Fragen die Aufgabe, an den Punkt der stärksten Emotion der Klientin zu kommen. Beispiele für zirkuläre Fragen während der Zieldefinition:

„Was wäre für dich heute ein gutes Ergebnis? Was steckt konkret dahinter? Was ist dein Gefühl dabei? Ich wiederhole was bei mir angekommen ist,...ist das so richtig? Wie fühlt es sich für dich an?“

Nach der Zieldefinition, ging es darum, einen Gegenpol zu *meiner Harmonie* heraus zu arbeiten. Die Klientin nennt mehrere Möglichkeiten, die durch zirkuläre Fragen konkretisiert werden:

„Was ist die andere Seite? Was ist das Gegenteil von *meiner Harmonie*?“

Kannst du die einzelnen Worte für das Gegenteil bitte nochmal wiederholen? Darf ich dir ein Wort vorschlagen? Welches Wort kommt bei dir an, welches Wort kannst du spüren?“

Durch die zirkulären Fragen wurde herausgearbeitet, dass Selbstzufriedenheit das passendere Wort für die Klientin ist. *Meine Harmonie* wurde also durch *meine Selbstzufriedenheit* ersetzt. Durch die Fragen, fielen der Klientin weitere Lebenssituationen ein, die mit demselben Grundthema in Verbindung stehen.

„Woher kennst du das noch? Empfindest du eine Zerrissenheit in dir? Ist dir das schon einmal begegnet?“



# Abschlussarbeiten

## Reihe Familientherapie

- *Susanne Hollmann*: **Nur in den eigenen Schuhen kann ich meinen Weg gehen**
- *Friederike Weismann*: **Sucht – Sehnsucht und Suche nach sich selbst** – Eine theoretische Auseinandersetzung zur Erläuterung Systemischer Therapie (ISBN: 978-3-948872-32-8)
- Weitere Abschlussarbeiten folgen

ISBN 978-3-948872-27-4



[www.unisono-institut.com/verlag](http://www.unisono-institut.com/verlag)