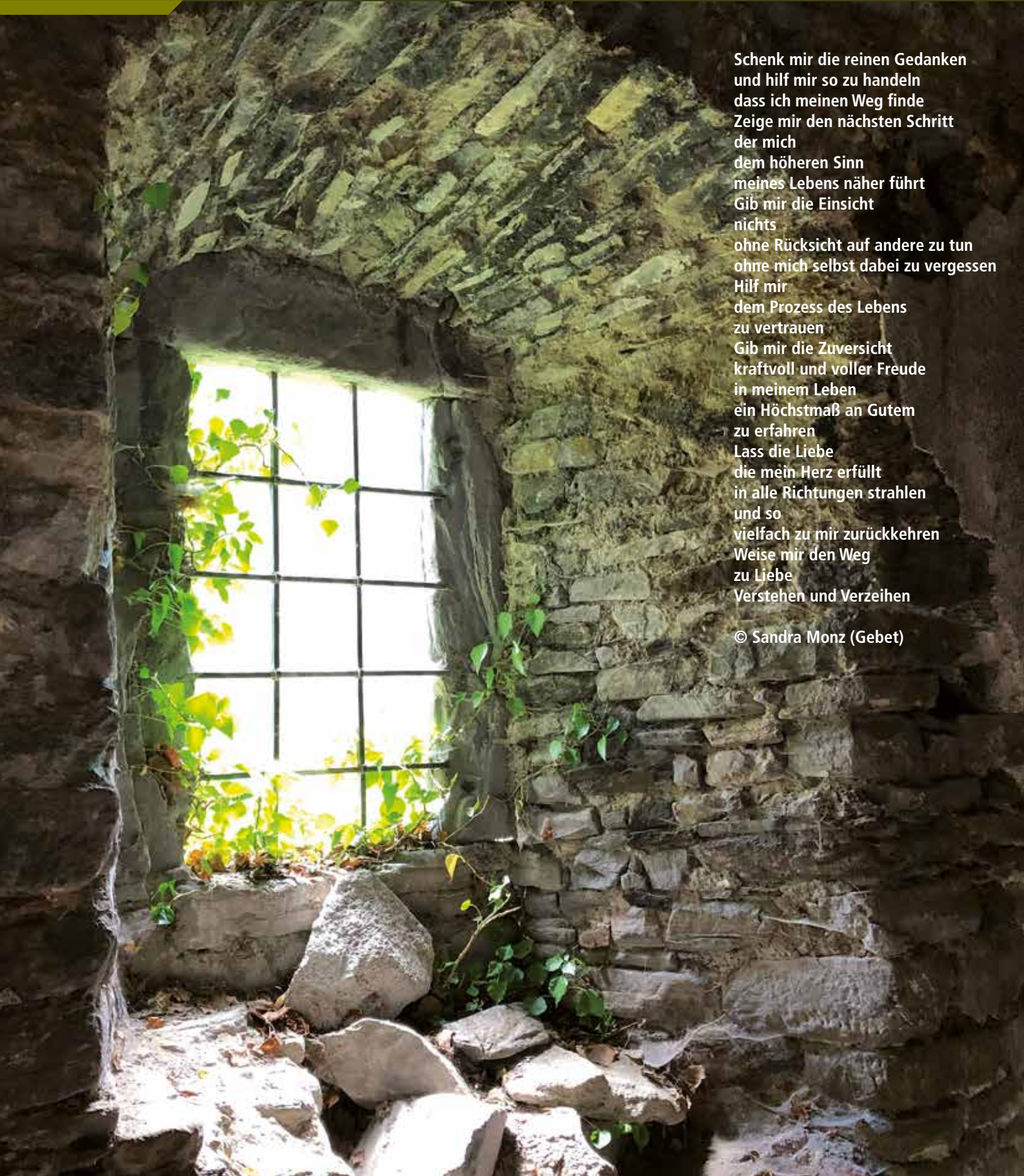




Ausgabe November 2020
www.cls-austria.at

AKTUELL

Informationen - Berichte - Meinungen



Schenk mir die reinen Gedanken
und hilf mir so zu handeln
dass ich meinen Weg finde
Zeige mir den nächsten Schritt
der mich
dem höheren Sinn
meines Lebens näher führt
Gib mir die Einsicht
nichts
ohne Rücksicht auf andere zu tun
ohne mich selbst dabei zu vergessen
Hilf mir
dem Prozess des Lebens
zu vertrauen
Gib mir die Zuversicht
kraftvoll und voller Freude
in meinem Leben
ein Höchstmaß an Gutem
zu erfahren
Lass die Liebe
die mein Herz erfüllt
in alle Richtungen strahlen
und so
vielfach zu mir zurückkehren
Weise mir den Weg
zu Liebe
Verstehen und Verzeihen

© Sandra Monz (Gebet)

SINN-LOS UND WAHN-SINNIG - WAS ES BRAUCHT UM NOT ZU WENDEN?

„Unsere“ CLS ist in einem Feld tätig, wo Menschen nach lebhaften Antworten für existenziell wichtige Fragen - man könnte auch Lebensfragen sagen – suchen. Wir fördern die Potenziale von Helfer*innen für diese Suchprozesse und nennen das „Ausbildung“. Das klingt zunächst einfach. Doch schauen wir die Sache kurz von der anderen Seite her an, von der Seite der Suchenden. In einem Stadium der Verwirrung durch krisenhaft auftretende, noch nicht einordenbare Lebensereignisse können Menschen in mehrere Richtungen „vom Pferd fallen“. Die depressive Reaktion z.B. wäre eine Form von Weitermachen, obwohl es „eh nix bringt“, also sinn-los ist. Hier geht die Lebensfreude, also der Kraftstoff, verloren. Das Leben tuckert so vor sich hin. Irgendeinmal wird die Kraft soweit geschwunden sein, dass nichts mehr geht und der Betroffenen in seiner Umgebung auffällig wird. Eine andere Form der Bewältigung von Erschütterungen wäre, sich selbst ein unrealistisches Wunschdenken zusammenzubasteln. So etwa der junge Mann, der Anerkennung seines emotional distanzierten Vaters sucht und das für ihn vorgesehene Studium mit Auszeichnung schafft, im Beruf zwar reüssiert... aber zu welchem Preis! In seiner Lebensmitte stellen sich psychosomatische Reaktionen ein und Gefühle von Leere. Eine Suchterkrankung wird diagnostiziert. Er hat einen Wahn-Sinn

gelebt, weil er unrealistischer Weise annahm („wähnte“), durch Erfolg die Zuneigung eines Vaters zu bekommen, der sich aufgrund seiner Störung ihm so oder so gar nicht zuwenden hätte können. An den Beispielen wird klar, was es braucht um die Not zu wenden: Partnerinnen und Partner auf Augenhöhe, die aus dem Gleichgewicht geratenen Menschen frühzeitig helfen, ihre Gedanken und Ziele für ihr konkretes Leben, für ihre Realität neu ausrichten zu können. Denn darauf kommt es ja beim Begriff der Lebensqualität zentral an. Das hat schon Viktor E. Frankl 1946 klassisch (inspiriert von einem Nietzsche-Zitat) so zum Ausdruck gebracht: „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie“. Und zuletzt: Sinn gibt es nicht da draußen irgendwo. „Natur ist etwas, dem ich egal bin. Darin liegt viel Freiheit (!).“ (Robin Detje im Merkur, Heft 854) Das wird jeder bestätigen, der jemals im Hochgebirge von einem Gewitter - oder Nebeleinbruch - überrascht wurde, Hochwasser, Lawinen, Hangrutschungen oder Pandemien erlebt hat. Sinnfragen werden nur von Menschen gestellt, müssen deshalb immer von Menschen in aller Freiheit beantwortet sein. Alte Denktraditionen in Religion und Philosophie geben dabei Hilfestellungen. Und trotzdem muss von jeder einzelnen Person eine Stellungnahme dazu abgegeben werden - und auch wenn es in Form der Verweigerung einer Stellungnahme sein sollte. Das „MUSS“



ist hier von mir deshalb sehr bewusst gesetzt. Es ist wie Atmen – das muss sein, sonst kein Leben. Somit ist hoffentlich deutlich geworden, dass Coaching, Beratung, Counseling, Supervision, Trauerbegleitung, usw., usf. nicht „hippige Lifestyle-Produkte“ der Postmoderne sind, sondern lebenswichtige Dienstleistungen in einer krisenhaften Welt-Situation, die von einem Nebeneinander widersprüchliche Strömungen und vielen Brüchen gekennzeichnet ist. Um das anfängliche Bild weiterzuführen: Reiter*innen sollen nicht nur fest im Sattel sitzen bleiben, sondern das Pferd auch noch dort hin lenken können, wo ein Beitrag zum Gelingen eines nun selbst erkannten „höheren Sinns“ geleistet werden kann.

Walter Steindl, Diplom-Lebensberater, Supervisor, im Vorstand der CLS

„Die geistige Freiheit des Menschen, die man ihm bis zum letzten Atemzug nicht nehmen kann, lässt ihn auch noch bis zum letzten Atemzug Gelegenheit finden, sein Leben sinnvoll zu gestalten.“
Viktor E. Frankl

„Es kommt nie und nimmer darauf an, was wir vom Leben zu erwarten haben, viel mehr lediglich darauf: was das Leben von uns erwartet.“
Viktor E. Frankl

CLS - VEREIN FÜR COUNSELING IN LEBENS- UND SINNFRAGEN

Was ist noch christlich an der CLS?

„Ich habe mich bisher bei euren Fortbildungen nicht angemeldet, weil ich glaubte, ihr seid eine kirchlich-religiöse Gruppe“ - im Gespräch mit möglichen Kunden unserer Fortbildungsangebote, tauchen in den letzten Jahren immer wieder solche Aussagen auf. Das Wort „christlich“ ist für Menschen, die keinen unmittelbaren Zugang zur christlichen Lebenswelt haben, eher eine Abschreckung, als ein heilsam förderndes Lebenskonzept. Viele verbinden mit „christlich“, die christliche Religion - mit ihrem absoluten Wahrheitsanspruch und andere denken sofort an Sequenzen in der Geschichte, wo Kirche sich in ihrem Verhalten weit von ihrer Mitte, dem Jesus Christus aus Nazareth, entfernt hat.

In den letzten Jahren beschäftigen uns diese Fragen verstärkt im CLS Vorstand: Wie kann es sein, dass gerade das, was unseren innersten Überzeugungen entspricht, verhindert, dass Menschen uns unvoreingenommen begegnen und kennen lernen.

Gerade jetzt, wo am psychosozialen Markt ein wissenschaftlicher Diskurs über spirituelle Kompetenzen stattfindet, gerade jetzt wo es Standard geworden ist, weltanschauliche Ressourcen und Sinnfragen in den Blick zu nehmen, gerade jetzt können wir unsere Vorreiterrolle auf diesem Gebiet wenig nützen, weil wir uns mit unserem „christlichen“ Namen für viele in einem „alten lebensfernen Eck“ befinden. Während wir in unseren Kursen die aktuellsten Grundfragen von Spiritual Care ins Curriculum aufgenommen haben und der christliche Glaube lebensnah als kraftvolle Ressource zur Diskussion steht, wählen uns ausgerechnet die Menschen, die an solchen Zugängen sehr interessiert sind, wegen unseres christlichen Werbevokabulars, nicht.



Unter diesen Umständen war klar, dass wir uns in der Wahrnehmung Außenstehender neu positionieren werden, um deutlicher wie bisher, Menschen aller Weltanschauungen mit unserem Ausbildungsangebot anzusprechen. Durch unseren genialen Vereinsnamen CLS ergibt sich die Möglichkeit Counseling- in Lebens- und Sinnfragen in den Vereinstitel mit einzubeziehen.

Wir geben damit auf keinen Fall unser von Jesus her geprägtes Menschenbild und unsere „christliche“ Herzensorientierung auf, wir sind bestrebt, einen größeren Interessent*innenkreis mit unseren Angeboten zu erreichen.

Mag. Jörg Schagerl, Evangelischer Pfarrer, Diplom Lebensberater, im CLS-Vorstand



Liebe Leserinnen! Liebe Leser!

In dieser Ausgabe der CLS-Aktuell möchten wir Sie, über die Weiterentwicklungen unseres Instituts informieren. So werden Sie künftig bemerken, dass sich unser Logo verändert hat. Neben dem CLS steht nun Counseling für Lebens- und Sinnfragen statt Christliche Lebensberatung und Seelsorge. Was dazu geführt hat, berichtet Jörg Schagerl in seinem Artikel „Was ist noch christlich an der CLS?“ Nur so viel vorweg: Wir lieben Jesus, der unser Retter und Erlöser ist. Ja, ich würde sogar sagen, dass alle, die wir uns bei der CLS engagieren, mit großer Leidenschaft diesem Jesus nachfolgen. Und gerade deshalb wollen wir allen Menschen in unseren Kursen begegnen, unabhängig von ihrer spirituellen Ausrichtung und sie nicht von vornherein verlieren, weil sie das Wort christlich abschreckt. Wir wollen eben genau die erreichen, die Lebens- und Sinnfragen stellen, um sie dabei zu unterstützen, ihre Antworten zu finden.

So hat sich an unserer Herzenshaltung nichts verändert, wir bringen nur deutlicher zum Ausdruck und machen sichtbar, was wir schon lange leben.

Ich grüße Sie herzlichst,

Olga Kessel
Vorstandsvorsitzende der CLS



MEIN WEG ZUR CLS-BERATERIN „ES MUSS DOCH EINEN GRÖßEREN SINN DRIN GEBEN...“

Ich möchte mich kurz vorstellen. Mein Name ist Monika Richter (Spiller), bin 53 J. jung, habe eine Tochter mit 30 und einen Enkel mit 12 Jahren.
Bin seit letztem Jahr glücklich verheiratet und unsere beiden Hunde führen uns regelmäßig in die Natur, was bei Schlechtwettertagen sehr nützlich ist.
Im Laufe der Jahre habe ich mehrere Berufe erlernt, Büro- und Einzelhandelskauffrau, Hotel- und Gastgewerbeassistentin, Versicherungsfachfrau – lange Jahre Selbstständig mit einer eigenen Agentur und nicht zu vergessen, von Kindesbeinen an als Musikerin. In all den Berufen habe ich gearbeitet und gemerkt, dass bis auf die Musik, all das nicht meines ist. Es waren gute und weniger gute Jobs dabei. Eines begegnete mir allerdings immer wieder - seit meiner Jugend: Menschen die sich mir schnell öffneten, um mir dann ihre ganze Lebensgeschichte zu erzählen. - Ich fragte mich damals schon warum das immer mir passiert?
Durch meine eigene Biographie und die vielen schwierigen Erlebnisse meiner frühen Kindheit, war ich schon sehr früh die „Komplizin“ oder „Freundin“ meiner Mutter und im Grunde komplett überfordert mit all den emotionalen Katastrophen die um mich herum geschahen (hätte ich doch selbst Hilfe und Geborgenheit gebraucht). Ich bemerkte früh, dass ich Dinge um mich herum wahrnahm, die viel tiefer gingen, als es oft für die Menschen in meinem Umfeld der Fall war. Farben, Formen, Schönheit, Geräusche, Gerüche, Stimmfarben, die Augen eines Menschen, alles um mich herum - eine Fülle von Eindrücken. Die Folge war schnelle Erschöpfung und Sättigung, die Sehnsucht nach Stille und Ausruhen. Nun ist das erst einmal nicht gerade eine gute Voraussetzung für ein beruflich erfolgreiches Leben. Ein Mensch der nicht ins übliche System passt, schnell an seine psychische Belastbarkeit kommt, wie soll das gehen? Damit habe ich mich viele Jahre beschäftigt, bis ich herausfand, dass ich zu der kleinen Gruppe der Hochsensiblen Menschen gehöre. Es war schon fast eine Erleichterung, denn bis dahin vermittelte man mir immer wieder nicht „normal“ zu sein und nicht in die Gesellschaft zu passen. Eines Tages sagte eine Psychologin zu mir: „Sie sind gesünder, als viele andere Menschen auf dieser Welt!“ Das machte mir Mut.



Später, als ich meine Chance sah, noch einmal eine Ausbildung zur Versicherungsfachfrau zu machen um dann selbstständig arbeiten zu können, ergriff ich sie, trotz aller Strapazen. Als Selbstständige hatte ich täglich mit vielen Menschen in ihrem persönlichen Umfeld mit all ihren Problemen und Nöten zu tun. Auch hier ging es vordergründig erst einmal um eine seelsorgerliche Haltung und danach konnte dann auch über das Geschäftliche gesprochen werden. Darüber hinaus bemerkte ich bald, dass ich immer mehr die Liebe zu den Menschen, wie auch zur Seelsorge – Beratung entdeckte.
Eines Tages rief mich eine ganz liebe Bekannte an, Theologin und Seelsorgerin, und erzählte mir von BTS, dem Vorgänger der CLS. Es war so eine Freude in mir, denn genau dieses Verbindungsstück fehlte mir immer, wenn es um Therapie ging. Menschen warten auf einen Therapieplatz, oder sie kommen frisch aus der Therapie, oder sie brauchen gar keine Therapie, sondern einfach eine kontinuierliche Begleitung auf ihrem herausfordernden Weg. Genau das war es, wonach ich gesucht hatte. So begann ich nun die Ausbildung, musste sie aber abbrechen, da meine Tochter noch klein und das Geld zu knapp war.
Die Zeit verging, meine Tochter war aus dem Haus. Ich überdachte mein Leben und da kam mir wieder alles was ich erlebt hatte in den Sinn. Es stellte sich mir die Sinnfrage, wozu habe ich all das durchgemacht, es muss doch einen größeren Sinn darin geben. Vor fünf Jahren setzte ich die Ausbildung bei der CLS fort und musste feststellen, dass die Prozesse die nun in Gang kamen ihre Zeit forderten. Ich wollte lernen anderen bestmöglich

zu helfen, doch ich sollte erst einmal lernen die Dinge zu betrachten die ich selbst erlebt hatte. Damit hatte ich so nicht gerechnet. Bevor ich anderen helfen kann, ist es gut erst einmal selbst die Erfahrungen zu machen und durch die Prozesse zu gehen. Von Kurs zu Kurs, von Peergroup zu Peergroup, von Selbsterfahrung zu Selbsterfahrung bemerkte ich oft im Nachhinein Stück für Stück eine Veränderung in mir, Entdeckungen die die Reise unheimlich spannend machten.
Im November 2019 konnte ich meine Ausbildung abschließen.

Wir haben in unserem Haus ein kleines, sehr gemütliches Appartement, dass ich gerne Personen anbiete, die sich ein ganz intensives, aber auch -"entspanntes Couching" wünschen. Der ideale Ort um einfach mal von Freitag bis Sonntag das gewohnte System zu verlassen und eine Mischung aus Freizeit und Klärung in einer neutralen Umgebung zu verbringen, mit dem Ziel neue Wege für den Alltag zu entdecken, sich selbst ein wenig besser verstehen zu lernen, neue oder alte Ressourcen zu entdecken und zu aktivieren. Einfach sein zu können, um gestärkt und motiviert die nächsten Schritte zu gehen.
Unter meiner Homepage gibt es noch weitere Informationen dazu – www.spiller-beratung.at
Ich kann nur sagen, dass der Weg sich gelohnt hat. Es war spannend, es war aufregend, es war anstrengend, es war äußerst hilfreich, es war ein heilsamer Prozess, es war einfach eine wirklich gute Zeit!

Spiller Monika, Lebens- und Sozialberaterin

FREISPRUCH

Da ist ein Mensch beauftragt, im Namen der Republik über einen Menschen ein Urteil zu sprechen. Da sitzt ein Stempel auf diesem Leben, wie eine Tätowierung eingebrannt – gebrandmarkt.
Und da sind die unzähligen anderen selbst ernannten Richter: Worte, Gesten und Blicke, die uns von Kindesbeinen an groß oder klein machen. Wir waren ihnen ausgeliefert und sind es immer noch: den Beurteilungen von Eltern, Lehrern, „höheren Instanzen“, die zu Verurteilungen werden können. Und schließlich sind dann die vielen Selbstverurteilungen. Oft sind wir selbst die strengsten Richter über uns selbst. Und wir entkommen uns nicht. Die Scham wird zu einer bestimmenden Befindlichkeit, die wiederum überspielt oder anders bewältigt werden soll. Sie prägt unter Umständen den gesamten Lebensstil. Verurteilungen jeglicher Art haben lebensprägende Wirkung.
Aber da gibt es auch das Gegenteil zur Verurteilung: den Freispruch. Auch den können wir



uns nicht selber geben. Er wird uns gegeben. Von Menschen, die uns wohl gesonnen sind, die verstehen und uns so nehmen und lassen, wie wir sind. Und: Von der allerhöchsten Instanz. Das hat Jesus gelehrt und gelebt: Er wirbt darum, diesem Gott, der der Richter ist über das Leben und für das Leben die letzte Autorität über uns zu geben. Mitten in der

Erfahrung, festgelegt und verurteilt zu sein, spricht uns die höchste Instanz frei, lässt uns aufatmen, aufstehen aus der Scham und lässt uns in den Spiegel schauen mit einem befreiten Blick.
Dieses befreiende Geschehen kann nicht „gemacht“ werden. Es geschieht in Seelsorge, Beratung und Therapie oder in anderen Begegnungen, überall dort, wo unbedingtes Wohlwollen auf den gesenkten Blick der Scham trifft, wo Wärme die Verhärtungen im Gemüt auftaut zu neuem Leben, wo aus dem Fluch der Verurteilung der Segen über das Leben gehängt wird wie ein Tor, das in die Weite führt.

*Müssen wir denn nun noch damit rechnen, verurteilt zu werden?
Nein, für die, die mit Jesus Christus verbunden sind, gibt es keine Verurteilung mehr.*

Römer 8, 1

Markus Fellingner, Gefängnisseelsorger,
Diplom-Lebensberater, Supervisor,

Diplomlehrgang in 5 Semestern

PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

LEBENS- UND SOZIALBERATUNG

COUNSELING FÜR LEBENS- UND SINNFRAGEN

Neue Lehrgänge :

11./12. Dezember 2020 in St.Pölten/
Bildungshaus St.Hippolyt

5./6.März 2021 in Kärnten/Rojachhof
in Lendorf

21./22. Mai 2021 in 1130 Wien/
Don Bosco Haus

Im Rahmen unserer Ausbildung vermitteln wir die Grundhaltung der Sorge für den ganzen Menschen - Spiritual Care. Ziel ist es, unseren Absolvent*innen höchste Kompetenz für ihre berufliche und persönliche Entwicklung zu bieten, welche die je eigene Spiritualität mit einschließt.

Für eine selbständige Tätigkeit als "Psychologische Berater*in" ist eine Gewerbeberechtigung erforderlich. Mit dem Diplom-Lehrgang und der gesetzlich vorgeschriebenen Fachlichen Tätigkeit (Praktikum, Übungsgespräche, Supervision,...) können Sie eine selbständige Beratungstätigkeit ausüben.



TRENNUNGSSCHMERZEN

Susanne und Wolfgang* sind seit beinahe fünf Jahren ein Paar. Es gibt so vieles, was sie verbindet und was sie aneinander lieben. Die vergangenen gemeinsamen Jahre haben beide als sehr wertvoll erlebt, miteinander eine Familie zu gründen, wurde bereits offen angesprochen. Seit Jänner 2020 hat sich die berufliche Situation von Susanne geändert - die Niederlassung ihrer Firma in Österreich wird aufgelöst, sie hat - wegen ihrer Kompetenzen - die Möglichkeit erhalten, in Frankfurt ab 1.9. eine größere Abteilung zu übernehmen. Die Wochen im Sommer waren geprägt von intensiven Überlegungen, Kämpfen, Auseinandersetzungen, die Partnerschaft und die Karriere irgendwie zu verbinden. Die beiden haben sich letztlich für eine einvernehmliche Trennung entschieden und dem Neustart von Susanne den Vorrang gegeben. Seit Susanne in Frankfurt ist, leidet Wolfgang - trotz seiner Fitness und seines gesunden Lebensstils - unter unerklärlichen entzündlichen Gelenkschmerzen. Jede Bewegung ist begleitet von Stichen, die ihm Tränen in die Augen treiben. Nach der medizinischen Abklärung wird in der Beratung für Wolfgang schnell klar „es sind Trennungsschmerzen“, Schmerzen,

die ausdrücken, wie sehr Wolfgang all die Bewegungen mit Susanne zutiefst genossen hat (Mountainbiketouren, Gebirgswanderungen), Schmerzen, die zu Tränen eines darunter liegenden Trauerprozesses führten. Susanne und Wolfgang haben für sich eigentlich einen „sauberen Schnitt“ gemacht. Sie haben sich verabschiedet, nochmals miteinander gefeiert und dankbar zurückgeblickt. Aber was unser Verstand als „sauberen Schnitt“ bezeichnet, ist in unserem Körper ein vielschichtiger Prozess. Vieles was als „Trennung“ verstanden wird - etwa eine Scheidung nach dem gemeinsamen Familienleben - erweist sich sehr schnell als neue Form des Verbunden seins. Persönlich vertrete ich sogar die Ansicht, dass es keine Trennungen gibt, viel eher vollziehen wir innerlich und äußerlich einen Positionswechsel. Als Liebende haben wir einander verleiht, tragen viele neuronale und gewebliche Repräsentanzen voneinander in uns. Was wir dann als Trennungsschmerz erleben, ist die Neuverortung eines Menschen in unserem Körper. Das Verbunden sein bleibt, außer wir ignorieren es und verdrängen die Erinnerungen. In Wolfgangs Körper war es die über Techniken

der Hypnotherapie, gelungene Transformation seiner Liebe zu Susanne aus dem Bewegungsapparat in einen Raum seines Herzens. Die Entzündungswerte sind bei Wolfgang nun nicht mehr feststellbar, seine Schmerzen seit Wochen nur noch punktuell spürbar - vor allem dann, wenn etwas in ihm von Szenen aus der Zeit mit Susanne getriggert wird. Was wäre, es gäbe keine Trennungen und wir bleiben für immer alle miteinander verbunden - nur der Raum, den wir miteinander nützen hat sich verändert, und der Ort im Körper - wo wir einander wahrnehmen - hat sich transformiert. Interessant, für uns Christen, dass Jesus - in den von uns so genannten Abschiedsreden (Joh 13ff) - gar nicht von Abschied redet, sondern von einer neuen Form des Verbunden seins und von einem neuen Raum, in dem wir uns wieder treffen, um miteinander zu feiern... .

Jörg Schagerl, Diplom-Lebensberater, Supervisor

* die geschilderten Vorkommnisse sind anonymisiert

„STRESSMANAGEMENT UND BURNOUT-PRÄVENTION“ ein durchaus stressfreier Lehrgang in herausfordernder Corona-Zeit

Gespannt und neugierig auf den Lehrgang, sowie auf die anderen Teilnehmer kam unsere 8-köpfige Gruppe Anfang Februar 2020 im Don Bosco Haus, Wien, zusammen ... und nicht ahnend, dass das Corona-Virus unseren Lehrgang „ganz besonders“ machen wird. Schon im 1. Modul war ersichtlich, dass es sich nicht nur um allgemeine und medizinische Informationen zu Stress/ Burnout und Methoden in der Beratung handeln wird. Sondern - wie bei CLS üblich (und sehr gut!) - sehr viele Übungen uns begleiten werden. Durch die damit verbundene Selbsterfahrung waren wir die Ersten, die das Gehörte gleich ins eigene Leben umsetzen und vom Lehrgang profitieren konnten. Im dazugehörigen Upgrade zum/zur SalutorIn sprach viele von uns das Modell der Lebensübergänge mit der dadurch entstehenden Transformation anhand des Bildes der vier Jahreszeiten an. Das Geschehen in der Natur lässt Erfahrungen im eigenen Leben besser

verstehen und damit gut umgehen. Die Tage zu „Burnout und Ernährung“ und „Bewegungspraxis“ lenkten unseren Blick auf die Ganzheitlichkeit in der Beratung. Durch die vielen Bewegungs-Tipps für den Alltag (die wir auch gleich ausprobierten), zeigte sich, dass es nicht immer das Fitness-Studio braucht. Zum Schluss ging es noch einmal um Stress, Krise und Trauma; doch der Schwerpunkt in diesem Modul lag bei der Resilienz, die es beim Klienten zu stärken und dadurch versteckte Ressourcen hervorzulocken gilt. Von jedem Einzelnen sehr kreativ gestaltete Blätter zu den Resilienz Faktoren stellten wir zu einem „Bazar“ zusammen und konnten voneinander viel mitnehmen.

Und Corona? Zwei der vier Module wurden per Zoom abgehalten. Das erforderte von den Referenten sehr viel Kreativität und Flexibilität, die durchwegs zum Vorschein kamen. Durch schon vorher ausgeschickte Skripten

und kleine Vorbereitungen unsererseits konnten wir gleich ins Thema einsteigen - auch wenn oft technische Probleme zu bewältigen waren. Hier waren die Referenten ebenso voller Geduld und mit Hilfestellung für uns da. Selbst Übungen in Kleingruppen waren durch „breakout sessions“ möglich.

Wir alle haben in diesem Lehrgang viel gelernt, viel geübt, viel gelacht und gespürt, dass er bei uns selber in die Tiefe geht. Das ist die beste Voraussetzung um auch die Klienten, die in dieser meist hektischen Zeit gestresst zu uns kommen, gut zu begleiten.

Sr. Adrienne Honak, Diplom-Lebensberaterin

SO WIE EISEN EISEN SCHÄRFT - SO BRAUCHEN MÄNNER ANDERE MÄNNER! - Männerarbeit im Fokus



Es ist Donnerstag der 23. Juli und die Sonne scheint in Grametschlag. Dieser Ort, an dem sich Niederösterreich, Burgenland und die Steiermark treffen, wird von dem Besitzer Ernst „In da Pampa“ genannt. Hier gibt es nur ein paar Häuser, Wälder und Wiesen. Ich baue gerade mein Zelt auf und begrüße die anderen Männer, die sich ebenfalls ans Werk machen. Es ist ein vorsichtiges Herantasten, doch ich weiß mittlerweile, wenn Männer ins Gespräch kommen, dann kann sich schnell eine außergewöhnliche Tiefe entwickeln. Zu diesem Zeitpunkt freue ich mich auf vier aufregende und bewegende Tage mit den Leitern Andreas, Samuel und Ernst, sowie den Teilnehmern zum Thema „MANN-sein im Spannungsfeld zwischen Stärke und Verletzlichkeit“.

Schon am ersten Abend tauen wir am Lagerfeuer auf und lernen uns besser kennen. Das wird in den nächsten Tagen beim gemeinsa-



men Essen, Bogenschießen, bei den Einzel- und Gruppenübungen, Gesprächen, Wanderungen und einer täglichen Lagerfeuerrunde deutlich vertieft. Die besondere Atmosphäre ermöglicht, dass Männer sich öffnen und über ihre Verletzungen, Stärken, Herausforderungen sowie über Versagen sprechen können. Das Erstaunliche ist, dass das der Schlüssel für uns Männer sein kann, um am Du zum Ich zu werden. Ähnliches meint wahrscheinlich die Bibel mit dem Vers aus der Überschrift (Sprüche 27, 17).

Und so kommt es, dass ich am letzten Tag des Männerseminars mit einem lachenden Gesicht und sehr dankbar zu meiner Familie fahre. Ich nehme mit, dass ich durch die Begegnungen und unterstützt durch das geniale Programm der drei Seminarleiter wieder ein Stück von mir Selbst entdecken durfte. Ich spüre eine neue Lebendigkeit in mir und bin dankbar für diese spannenden, lustigen, traurigen und wilden Tage.

Dieses Seminar ist eine großartige Möglichkeit für einen Startschuss ins Gespräch mit Männern zu kommen. Doch ich glaube es sollte weitergehen, für mich braucht es den regelmäßigen Dialog in Männergruppen, die über mehr reden als wie z.B. nur über Motoren. Die Teilnehmer vom Männerseminar tauschen sich nun online in einem regelmäßigen Zoom Meeting aus. Mein Wunsch wäre, dass dadurch ein Treffen oder ein Folge-Männerseminar entsteht. Es ist ein Gefühl von Verbundenheit, gemeinsam am Weg zu sein und sich regelmäßig zu bestärken.

Meiner Meinung nach braucht es Männergruppen, Männerarbeit, um ein neues Mann-Sein zu ermöglichen.

Ob es das klassische Patriarchat, der Softie, der Macho oder sonst eine eingefahrene Rolle ist - all dies bringt uns Männer meistens nicht weiter. Die selbsterbauten Mauern sind Schutzmechanismen und es fällt Anfangs schwer diese abzubauen. Doch das Risiko die Mauern abzutragen und unter Männern sein wahres Ich zu zeigen, lohnt sich. Es lässt uns frei werden von Zwängen, falschen Prägungen und vorschnellen Bewertungen. Es ist die Freiheit, die wir brauchen, die Freiheit, das zu finden und hervorzubringen, was Gott von Anfang an in uns gelegt hat. Diesen inneren, männlichen Kern können wir durch die Begegnung mit anderen Männern finden. In der Auseinandersetzung und im Dialog kommen wir so ein Stück näher zur Freiheit, unsere ganz persönliche Männlichkeit zu leben.

Markus Waldl, Lebensberater in Ausbildung unter Supervision, www.imaufwind.at

Vom 22.-24.7.2021 gibt es wieder die Möglichkeit am Seminar „Mann sein im Spannungsfeld zwischen Stärke und Verletzlichkeit“ teilzunehmen. Anmeldung und Info im CLS-Büro

DER CHRISTLICHE SURVIVAL-GUIDE

Manchmal ist das Leben ziemlich kompliziert, schreibt Dr. Rainer Schacke als Herausgeber vom christlichen Survival-Guide in seinem Vorwort. Oder ist es in Zeiten wie diesen nicht sogar anders herum: meistens eher kompliziert und nur manchmal ruhig? Die Herausforderungen werden jedenfalls zunehmend mehr und komplexer, während das Wissen um gelingende Lebensgestaltung tendenziell abnimmt. Immer mehr Menschen leiden an Stresssymptomen, Beziehungs und Erziehungsproblemen, Jobverlust etc. Welch eine Wohltat, wenn sich da auch christliche Autorinnen und Autoren zu Wort melden und Ratgeber zur gelingenden Lebensgestaltung verfassen.

Vor gar nicht allzu langer Zeit waren diese christlichen Ratgeber nach folgendem einfachen Strickmuster verfasst: früher hatte ich diese und jene Probleme, aber seit ich Christ bin, ist mein Leben heil geworden und alles wieder gut. Welches Gottes- und Weltbild, hat damalige Autorinnen und Verlage veranlasst sich dermaßen verführerisch - naiv zu äußern?

In diesem Zusammenhang lobe ich mir bereits seit meiner eigenen Ausbildung die

Arbeit der BTS (Biblich Therapeutischen Seelsorge) und anschließend unserer CLS in Österreich. Die beiden Werke sind und waren stets bemüht Glaube und Lebens-Realität in eine sich gegenseitig bereichernde Symbiose zu bringen. Und darin enthaltene Spannungen auszuhalten, statt sie geistlich-naiv aufzulösen.

Gott sei Lob und Dank, schließen sich dieser Haltung inzwischen immer mehr christliche Ratgeber, wie der gerade eben erschiene von Rainer Schacke, an. Auf 285 Seiten berichten Theologen, Beraterinnen, Therapeutinnen und Seelsorgerinnen aus ihrer eigenen Lebens- und Glaubenspraxis und liefern damit „guten Rat für alle Fälle“, wie der Untertitel des Buches lautet.

Die darin enthaltenen Tipps, Ratschläge und offenen Auseinandersetzungen sind dermaßen lebenspraktisch und tauglich, dass es schmerzen würde, wenn der Titel „Christlicher Survival-Guide“ Menschen abschreckt ihn zu lesen. „Christlich“ ist in der heutigen Zeit für viele Menschen bereits abschreckend und sie erwarten sich von solcher Literatur (zu Unrecht) keine Hilfestellung.

Ich finde es daher mutig und dem göttlichen Sendungsauftrag folgend weise, wenn die CLS ihre Kernaufgaben künftig stärker im Namen trägt und CLS als Abkürzung für Counseling für Lebens- und Sinnfragen steht.

Mögen sich auf diesem Weg noch mehr Menschen eingeladen und angesprochen erleben, um sich pro-aktiv mit ihren Lebens- und Sinnfragen auseinander zu setzen.

Der christliche Survival-Guide ist diesbezüglich ein ermutigendes Werk, um sich neu auf den Weg zu machen – zu einem (sinn) erfüllten Leben!

Mag. Andreas Zimmermann



Der christliche Survival-Guide.
Guter Rat für alle Fälle.
Dr. Rainer Schacke
SCM-Hänssler Verlag. 285 Seiten. 2020.
Euro 16,99

WIR GRATULIEREN ZUM ABSCHLUSS

... *Fachausbildung Begleitende Seelsorge 2020*

* STEINMAURER Ulrike

... *Diplomlehrgang Psychologische Beratung / Lebens- und Sozialberatung Juni 2020*

* FLAMMER Beatrix
* GARSTENAUER Ulrike

... *Fortbildungslehrgang Persönlichkeit & Identität Oktober 2020*

* HONAK Adrienne
* KUPFER Eva-Maria, MSc
* RAMSAUER Erika, MTD
* STACH Herta
* ZAGLER Angela, DI

... *Fortbildungslehrgang Stressmanagement & Burnoutprävention für Lebens- und Sozialberater*innen Juli 2020*

* BLÜMEL-ZALOKAR Elke, MSc
* FEIX Harald, Mag. MSc
* GSUR Christine, Mag.(FH)
* GÜTLINGER Eva
* HONAK Adrienne
* LEONHARTSBERGER Martina
* NOREK-FRANK Karin, Mag. MA

... *Fortbildungslehrgang Supervision für Lebens- und Sozialberater*innen September 2020*

* GARSTENAUER Ulrike
* GORBACH Andreas
* HAGMÜLLER Christina, DSA
* HOLZER Simon
* JÖLLI Simon
* JUNGMAIR Karin
* LEITNER Harald
* MOSER Franz

Impressum: Der gemeinnützige Verein „Initiative Christliche Lebensberatung und Seelsorge“ Counseling für Lebens- und Sinnfragen (ZVR-Zahl 159872645) ist ein Ausbildungsinstitut, dessen Lehrgangsveranstaltung Lebens- und Sozialberatung gemäß § 119 Abs. 5 GewO 1994 vom Fachverband des Gewerbes Personenbetreuung und Personenberatung mit der Lehrgangsnummer ZA-LSB 028.0/2003 zur Durchführung genehmigt wurde (§ 5 Abs. 1). Bildrechte: CLS, iStock, Riegler. Bankverbindung: Raiffeisenbank St.Marien, IBAN AT27 3453 0000 0005 9600
CLS, Neuhofner Straße 17, 4502 St. Marien, Tel: 07227/20972, EMail: office@cls-austria.at, Home: www.cls-austria.at