

# Meine Schatzsuche

ABSCHLUSSARBEIT 21. PEER COUNSELING WEITERBILDUNG  
VOM SEPTEMBER 2021 BIS SEPTEMBER 2022

OLIVER BLUHM

## Inhaltsverzeichnis

Herzlich Willkommen zur Schatzsuche!.....	3
<b>Wenn ich die Gegenwart verstehen möchte, sollte ich die Geschichte studieren.....</b>	<b>4</b>
Lang leben die König:innen!.....	5
Die Kunst des Zuhörens .....	7
Das große Ganze .....	8
Nur wer seine Rechte kennt kann seine Zukunft selbstbestimmt gestalten. ....	9
Ich muss nicht alles wissen, es reicht, wenn ich einen Menschen kenne, der das weiß, was ich wissen will.....	10
Was hat sich verändert?.....	11

## **Herzlich Willkommen zur Schatzsuche!**

Hat euch in eurem Leben euch schon einmal ein Mensch einen Schlüssel in die Hand oder einen Zugangscode gegeben und gesagt, ihr sollt selbst herausfinden, wozu euch der Schlüssel Zugang verschafft?

So war es für mich, als ich an der 21. Peer Counseling Weiterbildung von bifos e. V teilnahm.

Natürlich gab es den Plan, welcher eine grobe Richtung verriet, was mich in dieser Fortbildung erwartete. Allerdings wusste ich damals nicht, welche Bedeutung die Überschrift dieser Weiterbildung für mich haben sollte.

Diese Überschrift lautet wie folgt: „Peer Counseling als Schlüssel zur Stärkung der Selbsthilfe behinderter Menschen“

Ich möchte diese Arbeit dazu nutzen, um nachzuvollziehen wie dieses Jahr (September 2021 bis September 2022) mich verändert hat.

Ich möchte von meiner Schatzsuche nach der wertvollsten Sache meines Lebens berichten.

Manchmal gibt es Momente, die ein Leben von jetzt auf gleich zu 100% verändern können, aber das war bei mir glücklicherweise nicht der Fall. Ich hatte durch die Fortbildung Zeit, mich selbst zu entdecken! Ja, ihr habt richtig gelesen. Ich hatte durch dieses Jahr die Möglichkeit mich, Oliver Bluhm, neu kennen zu lernen.

Ich kann euch wirklich denken hören: „Was soll daran wertvoll seien, sich selbst (neu) kennen zu lernen und was um alles in der Welt hat das mit Beratung zu tun?“

Nun das sind sehr gute Fragen, auf die jeder Mensch seine eigenen Antworten finden sollte.

Ich schreibe euch meine Antworten auf diese Fragen auf. Ich hoffe, dass diese Antworten euch bei eurer Schatzsuche unterstützen.

Ich orientiere mich bei meiner kleinen Rückschau an den sechs Blöcken der Weiterbildung.

Außerdem sind diese sechs Blöcke anders als von mir zunächst wahrgenommen. Der rote Faden, welcher sich durch diese Fortbildung zieht und deswegen auch durch meine Arbeit.

Ich bin mir bewusst, dass diese Arbeit veröffentlicht wird. Dennoch werde ich, zumindest zum Teil, meine Herausforderungen innerhalb dieser Weiterbildung transparent machen, um mir meines eigenen Wachstumsprozesses bewusst zu werden.

Wo es Herausforderungen gibt, da gibt es auch Triumphe.

Ich möchte euch auch an einigen positiven Momenten innerhalb des Jahres teilhaben lassen.

Damit keine Missverständnisse aufkommen: mit dieser Arbeit endet meine Entdeckungsreise, keineswegs. Sie hat gerade erst begonnen.

Eine Sache noch bevor es mit dem ersten Kapitel weitergeht, möchte ich noch eine Frage stellen: „Seid ihr bereit den Zugangscodes oder Schlüssel, den ihr bekommen habt zu nutzen und eine Tür zu öffnen, ohne zu wissen, was euch erwartet? Falls ja, dann lest weiter, doch falls nicht, solltet ihr dieses Dokument abspeichern und zu einem späteren Zeitpunkt weiterlesen, denn manchmal braucht es Zeit, bis ein Mensch für einen Prozess bereit ist und ich möchte euch gerne in meinem Prozess mitnehmen, jedoch nur wenn ihr mitgenommen werden wollt.“

## **Wenn ich die Gegenwart verstehen möchte, sollte ich die Geschichte studieren.**

Ich freue mich, dass ihr euch entschieden habt, dieses Dokument weiterzulesen.

In dem ersten Block stand die Auseinandersetzung mit der Geschichte der Selbstbestimmt-Leben- Bewegung auf dem Programm.

Ich fühlte mich ein wenig wie Neo, die Hauptfigur der Matrix-Filme, als dieser erkennt, dass sein bisheriges Leben eine Lüge ist.

Tatsächlich hatte ich über die Jahre zwar mit den Themen der Selbstbestimmt Leben-Bewegung und dem damit verbundenen Kampf auf Selbstbestimmung behinderter und chronisch kranker Menschen zu tun gehabt, bzw. habe ich mich auch für die Verbesserung meiner Rechte eingesetzt. Allerdings waren meine Berührungspunkte, zumindest in meiner Erinnerung, meistens punktuell und nicht unbedingt miteinander verknüpft.

Durch den ersten Block bekam ich ein Gefühl dafür, dass meine Erfahrungen nicht nur für sich gesehen werden müssen, sondern dass viele Menschen ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Eine Sache überraschte mich besonders. Die großen Probleme wie z.B., dass Rollstuhlfahrer:innen nicht in alle Häuser fahren können oder, dass viele behinderte Menschen immer noch in stationären Wohnformen wohnen (weil es ihnen schwer gemacht wird eine andere Form zu wählen) werden schon sehr lange von den Menschen, die sich für die Rechte von behinderten und/oder chronisch kranken Menschen einsetzen, kritisiert.

Diese Tage waren für mich auch eine Möglichkeit mir mein Leben anzuschauen und die Frage zu stellen, was dies mit mir persönlich zu tun hat.

Erschrocken stellte ich fest, dass ich erfolgreich verdrängt habe, dass ich von der Gesellschaft diskriminiert werde! Tatsächlich hatte ich mir eine sorgfältige Legende zurechtgelegt, die ungefähr so lautete: ich bin ein junger weißer Student, der sehr viel von der Gesellschaft geschenkt bekommt und dafür dankbar sein sollte.

Durch die Referent:innen, welche uns in dem ersten Block ihre Geschichten erzählten, wurde mir bewusst, dass die aktuellen Unterstützungsmöglichkeiten kein Geschenk der Gesellschaft, sondern das Ergebnis immer noch stattfindender Aushandlungsprozesse

zwischen den zeitlich gesunden Personen und den chronisch kranken bzw. behinderten Menschen sind.

Diese Erkenntnis bewirkte bei mir den Wunsch nicht mehr länger die bereits erreichten Erfolge in Anspruch zu nehmen und das Kämpfen für diese Rechte anderen Menschen zu überlassen. Vielmehr kam das Bedürfnis auf, meine Stimme für Veränderungen zu erheben und so für eine Verbesserung der Situation zu sorgen.

Diese Erkenntnis zeigte mir, dass es, um ein guter Berater:in zu sein, notwendig ist, den historischen Hintergrund der Beratungsmethode, welche ich nutze, zu wissen, damit ich die passende Haltung in einer Beratungssituation einnehmen kann.

Nachdem ich mich mit der Geschichte der Selbstbestimmt-Leben-Bewegung auseinandergesetzt hatte, stand im nächsten Block die persönliche Geschichte jedes Einzelnen im Vordergrund und folgende Frage sollte beantwortet werden: Wie sieht meine persönliche Geschichte mit meiner Beeinträchtigung aus und wer bin ich dadurch geworden? Meine Antwort auf diese Frage präsentiere ich euch im nächsten Kapitel.

## **Lang leben die König:innen!**

Ihr fragt euch sicher: was hat ein:e König:in mit Peer Counseling zu tun?

So wie Alice im Wunderland dem Kaninchen ins Abenteuer folgte, so tauchte ich in dem zweiten Block auch in eine Parallelwelt ein, nämlich in die Welt des Internets.

Die zweite Kurseinheit war auch die erste, welche online stattfand. Wir tauschten notgedrungen das schöne Uder gegen kleine Quadrate auf dem Computerbildschirm.

Die zweite Parallele zu der Geschichte „Alice im Wunderland“ war, dass Unmögliches Wirklichkeit wurde. Tatsächlich machte ich in dieser Kurseinheit eine unglaubliche Erfahrung, aber immer der Reihe nach. Alles begann mit einem Zoommeeting. Die zuständigen Trainer:innen hatten uns zu einem Videotelefonat eingeladen. Dort erklärten sie uns, warum dieser Block online stattfinden würde und testeten gleichzeitig, ob alle Personen mit Zoom zurechtkamen

An diesem Termin gab es zahlreiche technische Schwierigkeiten, was dazu geführt hat, dass sich die Dauer der Konferenz in die Länge zog.

Das verstärkte bei mir das Gefühl, dass das Medium Videotelefonie für diesen besonderen Teil dieser Fortbildung nicht geeignet schien.

Meine größte Befürchtung bestand darin, dass die Geschichten der einzelnen Teilnehmer:innen und die damit verbundenen intimen Erfahrungen im Internet nicht gut geschützt sind und die

vielleicht notwendige Unterstützung, welche einige Menschen bei schwierigen Situationen benötigen online nicht gewährleistet werden kann.

Glücklicherweise war der Zusammenhalt in der Gruppe so stark und die Vertrauensbasis zwischen den teilnehmenden Personen so fest, dass sich meine Befürchtungen als unbegründet herausstellten.

Als ich mich überwunden hatte, Teile meiner Lebensgeschichte mit der Gruppe zu teilen, geschah etwas Unglaubliches!

Ich erzählte der Gruppe, dass ich als Kind davon träumte König zu sein.

Als ich meinen Beitrag beendet hatte, wurde ich gefragt was das „König sein“ für mich damals für eine Bedeutung hatte.

Ich überlegte kurz und sagte dann anschließend drei Dinge: ein:e König:in ist ein Vorbild für die Menschen, er:sie steht für eine Idee, außerdem trägt er:sie die Verantwortung und darüber hinaus trägt die König:in die Krone. Das bedeutet, dass er:sie entscheiden kann, wie etwas zu geschehen hat und wer das tun soll.

Anschließend sagte eine Person aus dem Zoommeeting: „Wenn ich es mir recht überlege, bist du der König geworden, welcher du als Kind immer sein wolltest.“

Überrascht überlegte ich kurz und nickte zustimmend.

Ich dachte viel über das Gesagte nach.

Ich verstand jetzt was Peer Counseling ausmacht:

In dieser Beratungsmethode stehen die Ratsuchenden im Mittelpunkt.

Sie haben die Krone auf das bedeutet sie entscheiden, wie die Beratungen ablaufen. Sie sind Menschen mit einer Lebensgeschichte und können uns (Berater:innen) inspirieren.

Wahrscheinlich werden die Berater:innen als Vorbild wahrgenommen oder die Berater:innen nehmen die Ratsuchenden in manchen Dingen als Vorbild.

Ich stellte fest, dass in gewisser Weise alle Menschen König:innen sein können und dass wir im Peer Counseling die Träume der Ratsuchenden ernst nehmen müssen und diese mit Ihnen gemeinsam herausfinden sollten.

Die richtigen Werkzeuge für diese Arbeit wurden uns in den nächsten Kurseinheiten vorgestellt.

## Die Kunst des Zuhörens

Nachdem ich euch erzählt habe, welche Veränderung in meinem Denken, meine Erzählungen aus meiner Lebensgeschichte anstießen, möchte ich nun davon berichten, wie die neue Perspektive mein Handeln beeinflusst.

Der erste Ansatz zur Gesprächsführung, den wir uns in dieser Fortbildung näher anschauten, war die personenzentrierte Gesprächsführung.

Ich hatte an den Block sehr hohe Erwartungen, da ich mir erhoffte, mein Wissen aus Büchern endlich in die Tat umsetzen zu können. Erstaunt stellte ich fest, dass meine Studieninhalte (das sind die Dinge, die ich in einer Hochschule gelernt habe) mir in dieser Kurseinheit sehr gut halfen. Allerdings stellte ich auch fest, dass damit ich aufmerksam zuhöre, drei Dinge nötig sind.

Erstens: brauche ich einen freien Kopf. Das bedeutet, ich darf nicht in Gedanken mit 1000 Sachen gleichzeitig beschäftigt sein. Sondern wenn ich jemanden berate, ist es gut, wenn ich mich total auf die Person und ihre Worte konzentrieren kann.

Zweitens ist es wichtig, dass ich mein Gegenüber aussprechen lasse und ihm:ihr immer wieder sage, wie ich die Nachricht von ihm:ihr verstanden habe, damit keine Missverständnisse entstehen oder diese schnell geklärt werden können.

Als Berater:in sollte ich mir überlegen, wie ich mit meinem Gegenüber spreche und welche Folgen mein gesprochenes Wort oder mein Verhalten haben können. Denn meiner Ansicht nach, war es bei dieser Kurseinheit zu einer Reihe von Situationen gekommen, welche die Wichtigkeit dieser Dinge unterstrichen.

Ich möchte allerdings auch betonen, dass Fehler machen menschlich ist und ich als Berater nur besser werden kann, wenn ich mir eingestehe, dass ich den Fehler gemacht habe. Denn dann kann ich daraus lernen.

Die personenzentrierte Gesprächsführung zeigte mir auch, dass Personen in den meisten Fällen selbst die beste Lösung für Ihre Anliegen finden können. Meine Aufgabe ist es also ihnen nur eine Unterstützung beim Denken zu sein.

## Das große Ganze

Ich hoffe ihr habt bis hierhin die Schatzsuche mit mir genossen. Jetzt möchte ich euch einladen die Verbindungen zu betrachten, welche ein Mensch in seinem Leben aufbaut. Denn die Personen, die bei mir bzw. euch Rat suchen sind nicht allein auf der Welt. Ganz im Gegenteil, sie leben in einer Welt, die sie sich mit anderen Menschen teilen dürfen. Wenn ihr mich fragt, wäre es anders, auch ein bisschen langweilig. Wir lernen als Kinder von älteren Personen, wie wir uns verhalten und machen das Verhalten nach. Die erwachsenen Menschen versuchen, den Kindern im besten Fall diese Dinge beizubringen, welche sie für das Leben brauchen.

Die Erwachsenen waren auch Kinder und haben die Dinge von Menschen erfahren, die noch älter sind als sie. Das heißt viele Dinge, die wir denken oder tun, haben wir von Menschen in unserer Nähe gelernt. Wir sind also Teil von etwas Großen. Das Große nenne ich System, dieses System hat eine sehr große Wirkung auf den Menschen.

Deshalb haben sich kluge Leute überlegt, wenn ein Mensch ein Problem hat und Unterstützung braucht, um dieses Problem zu lösen, kann es helfen sich anzugucken, wer ist der Person wichtig und in Ihrer Nähe. Anders gesagt: Mit welchen Menschen hat die ratsuchende Person zu tun? Diese Menschen bilden dann ein System. Wenn ihr die Peer Counseling Weiterbildung besucht und mit anderen Menschen gemeinsam ein Wochenende verbringt, seid ihr auch ein System.

In dem vierten Block haben wir uns damit beschäftigt, wie diese Sichtweise dabei unterstützen kann, Anliegen zu bearbeiten.

Ich versuche kurz in einem Beispiel zu zeigen, wie diese Sichtweise hilfreich sein kann. Klaus ist Rollstuhlfahrer, 25 Jahre alt, wohnt im Moment noch bei seinen Eltern. Möchte aber in eine eigene Wohnung ziehen und besucht euch in eurer Beratungsstelle, damit er von euch Tipps dafür bekommt. Bei dem Gespräch fällt euch auf, dass Klaus sehr viel über seinen Vater und darüber spricht, dass sein Vater von Klaus seinem Plan nicht überzeugt ist. Natürlich seid ihr voll bei der Sache und hört Klaus ganz aufmerksam zu. Allerdings bekommt ihr schnell mit, dass Klaus durch die Zweifel seines Vaters, selbst anfängt an seinen Traum zu zweifeln. Das ist an sich nichts Negatives, wir haben jedoch im Kapitel „Lang leben die König:innen!“ erfahren, dass wir die Träume der ratsuchenden Personen ernst nehmen sollten.



Ihr fragt euch während des Gesprächs: Wie kann ich den Menschen in seinem Traum bestärken, also dazu beitragen, dass er ihn weiterverfolgen kann?

Durch die systemische Sichtweise ist es möglich, den Blick zu weiten und Klaus über die anderen Menschen in seinem Umfeld zu befragen bzw. Klaus die Möglichkeit zu geben seine Situation aus der Entfernung zu betrachten und neue Möglichkeiten zu entdecken.

Tatsächlich eröffnete mir dieser Block den Blick dafür, dass häufig nicht nur der Ratsuchende zu einer Lösung beitragen kann, sondern auch die Menschen in seiner Nähe zur Lösung beitragen oder die Lösung verhindern können. Das heißt, dass wir uns als Berater:innen immer wieder bewusst machen sollten, dass Menschen mit anderen Menschen zusammenleben und wir ein Teil von etwas Größerem sind.

## **Nur wer seine Rechte kennt kann seine Zukunft selbstbestimmt gestalten.**

Häufig kommen Personen zu euch in die Beratung, um etwas zu verändern, deshalb habt ihr auch sehr viel mit der Zukunft zu tun. Leider bekommt ihr in dieser Fortbildung, nicht gesagt wie Kristallkugeln funktionieren, vielleicht ist das besser so. Denn sonst würden die ratsuchenden Personen denken, dass die Zukunft bereits feststeht und das tut sie glücklicherweise überhaupt nicht.

Vielmehr können die Menschen durch ihre Entscheidungen die Zukunft beeinflussen. In der vorletzten Kurseinheit wurden uns Möglichkeiten nahegebracht wie wir den Menschen, der unseren Rat sucht bei der Planung seiner Zukunft unterstützen können.

Mir wurde bewusst, dass bei der persönlichen Zukunftsplanung der Spaß, die Phantasie und die Bedürfnisse der ratsuchenden Personen besonders in den Vordergrund gerückt werden sollen.

Für mich, als Berater, bedeutete das mir möglichst kreative Ideen einfallen zu lassen, um diese Dinge Ratsuchenden anbieten zu können, zum Glück gibt es schon viele Materialien auf die wir beratenden Personen zurückgreifen können.

Besonders schön fand ich in diesen Blog, dass wir als Kursteilnehmer: innen selbst verschiedene Möglichkeiten ausprobierten. Das ermöglichte mir selbst die Erfahrung zu

machen, dass die Sachen welche wir dort ausprobierten tatsächlich bei der Planung meiner Zukunft hilfreich sein können.

In dieser Kurseinheit wurden wir über unsere Rechte als behinderte Menschen aufgeklärt und uns der Zusammenhang zwischen persönlicher Zukunftsplanung und der Teilhabeplanung, aufgezeigt.

Besonders das Rollenspiel einer Teilhabekonferenz ist mir in Erinnerung geblieben.

Mir wurde dadurch bewusst, wie wichtig es ist die Zukunftsplanung zu begleiten und Menschen zu ermutigen, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.

Außerdem habe ich verstanden, dass nur wenn der Mensch weiß, welche Rechte er hat, er seine Zukunft selbstbestimmt planen kann. Deswegen müssen Berater:innen versuchen alles daran zu setzen, dass der Mensch die Möglichkeit bekommt seine Rechte zu kennen oder kennenzulernen.

## **Ich muss nicht alles wissen, es reicht, wenn ich einen Menschen kenne, der das weiß, was ich wissen will.**

Als beratende Person kann ich nicht alles wissen. Das ist auch gar nicht nötig.

Allerdings ist es sehr gut, wenn ihr wisst, wen ihr Fragen könnt, wenn ihr eine Sache nicht wisst.

Ich habe in dieser Fortbildung viele neue Leute kennengelernt.

Jeder dieser Personen weiß etwas, was ich nicht weiß. Deshalb habe ich mich sehr darüber gefreut, dass wir (die teilnehmenden Personen der 21. Peer Counseling Weiterbildung) unsere Telefonnummern und E-Mail-Adressen ausgetauscht haben.

Denn so können wir uns, wenn es etwas Neues gibt diese Informationen weiterschicken.

Oder wenn ich über eine bestimmte Sache, wie z.B. zusätzliches Geld für blinde Personen etwas wissen möchte, kann ich die Person anschreiben, von der ich denke, dass sie etwas darüber weiß.

Dann kann diese Person mit mir ihr Wissen teilen.

Das gleiche, kann auch andersherum passieren.

Wenn mich ein Mensch über das Leben mit persönlicher Assistenz fragt, kann ich ihm vermutlich eine Antwort geben.

Da ich den ganzen Tag Menschen um mich herum habe, welche von mir bezahlt werden, um mich dabei zu unterstützen, mein Leben so zu leben, wie ich will.

Diese Gruppe ist auch eine gute Möglichkeit Erfahrungen mit den unterschiedlichen Methoden, wie wir beraten können, auszutauschen.

Da ihr mit mir schon eine Weile auf dieser Schatzsuche seid, möchte ich euch einen Rat geben, versucht in dieser Fortbildung euch auf die anderen Kursteilnehmerinnen einzulassen, denn dann könnt ihr am meisten von dieser Schatzsuche für euch mitnehmen.

## **Was hat sich verändert?**

Ich möchte zum Abschluss dieser Arbeit noch einmal zusammenfassen, wie ich mich verändert habe.

Ich weiß jetzt, dass es bei dem Beratungsprozess nicht auf mich ankommt, sondern auf die ratsuchenden Personen selbst.

Die Aufgabe von mir ist dennoch nicht weniger wichtig. Sie besteht darin, der Person bei der Prozessgestaltung unterstützend zur Seite zu stehen und im Laufe des Prozesses der Person, die bei mir Rat sucht, immer wieder die Möglichkeit zu geben sich zu reflektieren und zu strukturieren. Darüber hinaus besteht die Aufgabe von mir, als Berater, meinem Gegenüber wenn er:sie mich darum bittet auch bei einzelnen Schritten im Prozess zu unterstützen, allerdings nur soweit wie ich seine:ihre Selbstbestimmung nicht übergehe.

Außerdem habe ich festgestellt, wie wichtig es ist, der Person mit Wertschätzung zu begegnen. Ich habe verstanden, dass jeder Mensch eine Lebensgeschichte hat. Ohne diese, zumindest in Ansätzen, zu kennen ist eine Beratung nach dem Konzept des Peer Counseling nicht möglich.

Damit ich als Berater tatsächlich eine gute Beratung anbieten kann, ist es wichtig mich selbst gut zu kennen und zu wissen, wer ich bin. Denn dann kann ich andere dabei unterstützen, herauszufinden, wer sie sind.

Beratung ist nicht in erster Linie die Weitergabe von Informationen, sondern sie ist die Möglichkeit gemeinsam mit anderen Menschen ein Entwicklungsprozess zu gestalten und die Weichen für eine andere Zukunft zu stellen.

Ich bin mir bewusst, dass dafür ein Beziehungsaufbau grundlegend ist. Daraus folgt, dass wenn ich in eine Beziehung eintrete, dass ich mir selbst über meine Geschichte und meine Bedürfnisse klar sein sollte, damit ich diese weitgehend aus dem Beratungssetting heraushalten kann. Es sei denn, sie erscheinen für eine Situation wichtig, dann kann ich darauf zurückgreifen.

Damit ich gut beraten kann, bedarf es auch Methoden und Techniken, um möglichst viele verschiedene Angebote machen zu können, damit sich die Ratsuchenden selbst finden und eine passende Lösung für ihr Anliegen erarbeiten.

Mit dieser Fortbildung seid ihr nicht am Ende eurer Reise, sondern erst am Anfang.