



TÄLER DURCHSCHREITEN UND GIPFEL ERKLIMMEN!



DAVID KORDES

3. JULI 2018

ALLGEMEINGESELLSCHAFT TOP-THEMEN

Fotos: Simon Erath

SYSTEMISCHES COACHING & PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG

Stark sein, weitermachen, keine Schwäche zeigen. In den westlichen Leistungsgesellschaften, besonders aber in Deutschland, sind wir hart zueinander, aber auch oft im Umgang mit uns selbst. Wer öffentlich eingesteht, nicht mehr weiter zu wissen, den Halt verloren zu haben oder Hilfe zu brauchen, wird nicht selten stigmatisiert und in eine Schublade gesteckt. Dabei geraten fast alle Menschen einmal in emotionale Schief lagen. Sei es durch den Verlust eines geliebten Menschen oder durch plötzlich eruptierende Kindheitstraumata. Doch es müssen gar nicht immer existenzielle Nöte sein, die Hilfe erfordern. Oft hilft ein geschulter Blick von außen, um persönliche Defizite zu erkennen und die Persönlichkeit ganz sachbezogen zu verbessern. Hans-Peter Ropertz und Alexandra Schmidt haben sich wegen ganz unterschiedlicher Ursachen dazu entschlossen, Hilfe in Anspruch zu nehmen, und sich dabei aus guten Gründen für die innovative Herangehensweise der Fachfrau für systemisches Coaching und psychologische Beratung, Gudrun Gelling, entschieden.



Hans-Peter Ropertz

Ganz tief im Inneren wusste Hans-Peter Ropertz schon lange, dass etwas nicht stimmte. Als empathischer Mensch mit der Fähigkeit zur Selbstreflexion konnte er schon vor Gellings Anamnese das problematische Verhältnis zu seinem Vater als eine der Ursachen für viele Defizite seiner Persönlichkeit ausmachen. Einige Male unternahm er den Versuch, die Vergangenheit

mit dem aus der Kriegsgeneration stammenden Vater aufzuarbeiten, doch seine Fragen blieben unbeantwortet. Vor rund zehn Jahren ereilte ihn dann ein Anruf, der ihm den Boden unter den Füßen wegzog. „Ein Freund meines Vaters rief mich an, um mir zu sagen, dass er in seinem Schrebergarten an einem Herzinfarkt verstorben sei“, beginnt der heute 56-Jährige zu erzählen. „Mein erster Gedanke war: ‚Jetzt werden wir nie mehr die Gelegenheit bekommen, über unsere Probleme zu sprechen.‘ Danach geriet ich in eine nicht mehr aufzuhaltende Abwärtsspirale, die in einer Art neurotischen Depression mündete.“ Übermannt von einem ganzen Füllhorn an diffusen Emotionen, fasste Ropertz den Entschluss, sich von Psychologen und Gudrun Gelling helfen zu lassen, die er von einer Kundin seiner Frau empfohlen bekam. „Meine Emotionen waren wie ein Wollknäuel, das ich alleine nicht entwirren konnte. Ich brauchte jemanden, der mir den ersten Faden zeigt“, sagt er heute über seine damalige Situation.



Diffuses zu ordnen, gehört zu den Kernkompetenzen von Gudrun Gelling. Seit nunmehr 18 Jahren hilft sie Menschen dabei, schwierige Situationen zu überwinden oder schlicht erfolgreicher zu sein. Bereits im ersten Gespräch gelang es ihr, Ropertz psychische Disposition zu dekodieren. „Es wurde sehr schnell klar, dass die fehlende Zuneigung in den prägenden ersten drei Lebensjahren des altpreußisch denkenden

Vaters samt des dazugehörigen Erziehungsstils die Grundlage für eine Reihe seiner Probleme bildete, die sich wie ein roter Faden durch viele Bereiche seines Lebens zog und Triebfeder für ganz unterschiedlich ausgeprägtes Kompensationsverhalten war. Diesen Konflikt aufzulösen, stand ganz oben auf unserer Agenda“, erklärt Gelling und verweist auf das Verfahren der Systemischen Aufstellung: „Dabei werden Situationen durch Stellvertreter nachgebildet, mit dem Ziel, durch morphogenetische Felder Gefühle zu übertragen. Das funktioniert auch mit bereits verstorbenen Personen.“

Was für einige weit hergeholt klingen mag, habe mit Geisterbeschwörung oder Esoterik überhaupt nichts zu tun, sagt Ropertz: „Kinder vom ersten bis zum fünften Lebensjahr können das noch sehr gut. Mit der Zeit wird uns allerdings abtrainiert, auf unser gutes Bauchgefühl, unsere Intuition, zu hören. Ich konnte mich durch das systemische Aufstellen mit meinem Vater emotional verbinden, und wir fanden unseren Frieden.“ Ausgehend von dieser wegweisenden

Begebenheit ist es Ropertz Stück für Stück gelungen, sich und sein Leben zu ordnen. Er verabschiedete sich von seinem Beruf, der ihn stets unglücklich machte und konnte dank Gellings Hilfe auch die Probleme innerhalb seiner Patchworkfamilie lösen. „Heute kann ich von mir sagen, ein glücklicher Mensch zu sein“, sagt er.



Alexandra Schmidt

Alexandra Schmidt wandte sich indes unter ganz anderen Voraussetzungen an Gelling. 2006 machte sich die Goldschmiedin mit einem eigenen Atelier selbstständig und wusste, dass sie ihre Kommunikationsfähigkeiten würde verbessern müssen, um als Unternehmerin erfolgreich zu sein. Gelling, die in ihrer Vergangenheit im Premiumsegment des textilen Einzelhandels auf Geschäftsführerebene tätig war, wusste nach wenigen Gesprächen, dass es mit der Vermittlung einer zielgerichteten Verkaufsrhetorik nicht getan war. „Alexandra hatte einen tiefsitzenden Konflikt in sich, der ihr suggerierte, sie dürfe nicht erfolgreich sein. Dieser rührte daher, dass sie den Umzug aus der damaligen DDR nach Westdeutschland nie wirklich verwunden hat; sie kam nie an, war nie richtig verwurzelt“, erklärt Gelling. Auch diese innere Zerrissenheit löste Gelling, indem sie das Geschehen systemisch aufstellte. „Gleich danach spürt

man, dass eine Last abfällt“, sagt Schmidt und fügt an: „Man darf anschließend nicht den Fehler machen, darüber nachzudenken, denn das steht der emotionalen Ebene diametral entgegen. In den kommenden Wochen fühlt man hingegen eine positive Veränderung, die durch das gemeinsame Entwickeln neuer Glaubenssätze und Prioritäten verstärkt wird.“ Heute ist Schmidt, die mit ihrem Geschäft „Goldschmiede Hofmann“ alle damals formulierten Ziele erreicht hat, ein wahrer Fan der systemischen Aufstellung: „Ich nutze sie nicht nur, um Probleme zu beheben, sondern auch präventiv, um mich zu vergewissern, dass alles okay ist.“

Ob es nun der Gang zum Psychologen, zum Mentaltrainer oder Erfolgscoach ist – Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist kein Eingeständnis von Schwäche, sondern das genaue Gegenteil. Tatsächlich verschaffen Menschen wie Erfolgscoach Gudrun Gelling ihren Klienten einen Wettbewerbsvorteil. Und das ist in einer Leistungsgesellschaft ganz sicher kein Makel. Welche Form der Hilfe zu einem passt, muss jeder je nach eigener Beschaffenheit und Lebenslage selbst festlegen. Den Anfang bildet aber immer die Erkenntnis: Wer von außen draufschaut, sieht mehr!

*Gudrun Gelling
Frankenring 52
47798 Krefeld
Tel.: 02151/6452161
Mobil: 0151/27564923
Mail: info@gudrun-gelling.de*