



Phyllis Krystal Methode: Interview mit Werner Herren zur neuen Weiterbildung

Prozessbegleitung von Einzelnen und Gruppen

Viele Menschen haben in den letzten 30 Jahren die grosse Wirkkraft der Phyllis Krystal Methode an sich und anderen erlebt. Sei es in den Kursen mit Phyllis Krystal oder mit Verena und Werner Herren, oder/und in begleitenden Selbsterfahrungs-Gruppen.

Verena und Werner Herren bieten neu eine aufbauende Weiterbildung für die Prozessbegleitung von Einzelnen und Gruppen an.

Was hat zu diesem neuen Angebot geführt? Was sind die Schwerpunkte, die Unterschiede in der Arbeit mit Einzelnen und Gruppen? Wir (Kurszentrum Aarau KZA) haben die spannendsten Fragen, die uns zu dieser Weiterbildung gestellt wurden gesammelt und Werner Herren (WH) dazu befragt:

Die Prozessbegleitung von Einzelnen



Kurszentrum Aarau: «Prozessbegleitung in der Arbeit mit Einzelnen und Gruppen», was ist damit gemeint?

Werner Herren: In der Prozessbegleitung kommen zwei Kernelemente der Phyllis Krystal Methode zum Tragen: Erstens die Führung dem HiC zu übergeben und zweitens keinerlei Kontrolle über andere auszuüben.

Prozessbegleitung in der psychosozialen Beratung und im Coaching hat zweierlei Ziele:

1. Zum einen ist der Begleiter/die Begleiterin **auf den Entwicklungsprozess** während der Arbeit fokussiert. D.h., in dieser Phase ist man offen für alles, was sich beim Kunden und beim Begleiter entwickelt. Jeder weitere Schritt wird auf das ausgerichtet, was gerade passiert.
2. Zum anderen sind alle Teilnehmenden (in der Einzelarbeit, wie auch in der Gruppe) mit dem Höheren Selbst verbunden. Das bedeutet, ein Wissen ausserhalb der Alltags-Konstrukte (Gedanken-Strukturen) leitet die Zusammenarbeit. Das Gegenteil davon wäre, wenn der Begleiter sich nur von seinen eigenen Vorstellungen, was das Gegenüber jetzt bräuchte, führen lässt. Das heisst nicht, dass man sich nicht auf die Arbeit vorbereiten soll. Z.B. die Notizen der letzten Zusammenkunft nochmals ansieht, bisherige Veränderungen und Blockaden im Prozess gegenwärtig hat usw.

KZA: Was hat Phyllis zum Thema «Prozessbegleitung» gesagt?

WH: Phyllis hat uns zur Prozessbegleitung einiges gesagt: Nicht nur das Dreieck und die Acht, sondern auch Entspannungs-Techniken gezeigt, die den Teilnehmenden erleichtern, sich mit dem HiC zu verbinden und sich auf das innere Geschehen zu konzentrieren. Sie machte auch darauf aufmerksam, dass es wichtig ist, sich nach einer Übung wieder ganz zu re-orientieren. Phyllis gab für die Arbeit in Gruppen einige Hinweise zum Vorgehen. Darüber hinaus war sie ein wunderbares Modell für uns. Z.B., wie sie in einer kleinen Live-Demo das Kern-Thema herauschälte, das bearbeitet werden sollte. In unseren Supervisionen mit Phyllis zeigte sie auch, was weitere Veränderungsschritte sein könnten.

KZA: Ist nicht schon alles zu diesem Thema von Phyllis vermittelt worden?

WH: Nein! Das hätte aber auch den Umfang ihrer Kurse gesprengt. Weil sie die Methode möglichst vielen Menschen vermitteln wollte, war sie in Sorge, dass diese bei einer Anwendung durch *nicht* professionelle Helfer (Laien), auch Schaden anrichten könnte. Sie hat deshalb immer wieder betont, dass sie nur die Verantwortung für diese Methode übernehmen könne, wenn sie auch so angewendet wird, wie sie es dokumentierte und

weitergegeben hat. Es gab immer wieder Menschen, die versuchten die Symbolarbeit abzukürzen, oder mit eigenen Ideen zu ergänzen oder zu verändern. Davor hat sie vor allem Menschen (Begleiter und Ratsuchende) schützen wollen, die keine professionelle Ausbildung haben.

Zu Deiner Frage, gibt es dann zur Prozessbegleitung noch etwas zu sagen, was Phyllis nicht schon erwähnte? Ja, Phyllis hat die Methode nicht nur an sich selber, sondern in der Begleitung vieler Menschen in der eigenen therapeutischen Praxis angewendet. Dazu kamen die vielen Fragen ihrer Zuhörer in ihren Seminaren, die ihr halfen die Methode noch besser zu erklären und Beispiele für verschiedene Anwendungsmöglichkeiten zu erhalten. Weiter muss man berücksichtigen, dass Phyllis selber verschiedene therapeutische Schulen kennenlernte und in ihren Eigentherapien wichtige Erfahrungen sammelte. Besonders setzte sie sich mit der aktiven Imagination nach C.G. Jung auseinander und mit anderen Methoden der Wachtraumtherapie (z.B. dem Katathymen Bilderleben). Viele Jahre lang arbeitete sie mit ihrer Tochter, einer Psychologin, zusammen, die den Rat der Mutter für einzelne Fälle suchte.

Dadurch erwarb sie sich mit der Zeit eine **unbewusste Kompetenz**. D.h., vieles war ihr selbstverständlich und nur wenn man genau nachfragte, wie ich das in Pausen und auf Reisen mit Phyllis manchmal tat, konnte sie erklären was ihre Haltung oder ihr Vorgehen beeinflusste. Oft war die Antwort: «Mein HiC hat gesagt»

KZA: Eure Weiterbildung zur Prozessbegleitung soll also, wenn ich das richtig verstehe, nicht nur vermitteln was Phyllis zum Thema Prozessbegleitung sagte, sondern darüber hinaus jene Fähigkeiten trainieren, die Phyllis unbewusst einsetzte?

WH: Ja, wobei unsere Kursteilnehmenden schon viel Training und Erfahrung aus ihren Berufen mitbringen. Sie haben bei uns das Modul «Beratungskompetenz» besucht und/oder sind schon lange in einem beratenden und/oder helfenden Beruf tätig. Sie haben bei Phyllis oder bei uns die Phyllis Methode kennengelernt und schon einiges zu diesem Thema gehört. Alle haben, manche schon viele Jahre, mit der Methode in einer Phyllis-Gruppe oder auch mit eigenen Klient/Innen gearbeitet. Wir müssen also nicht bei Adam und Eva anfangen und z.B. «Aktives Zuhören» trainieren. Wir können uns auf jene Aspekte konzentrieren, die methodisch in der Arbeit mit der Phyllis Methode besonders wichtig sind.

Die Prozessbegleitung von Mehrpersonen und das Leiten von Phyllis Gruppen



KZA: *Bis jetzt haben wir von der professionellen Anwendung der Phyllis Methode in der Arbeit mit Einzelnen gesprochen. Nun hat die Ausbildung einen zweiten Teil, wo es um die Begleitung von Gruppen geht.*

WH: Es geht um die Begleitung von Phyllis Gruppen, aber auch von Mehrpersonen Systemen: Familien, Teams, Institutionen. Z.B. kommen in meine Praxis Eltern oder ein Elternteil, z.B. eine Mutter und ihre Tochter, um sich von alten einschränkenden Bindungen abzulösen. Einmal suchte eine Grossmutter und ihre Enkelin Hilfe.

Die Enkelin studierte in einem anderen Landesteil. Gewisse Wochenende oder Feiertage verbrachte sie bei der alleinstehenden Grossmutter. Bei jedem Abschied, nach einem solchen Besuch, weinte die Grossmutter so heftig, sodass die Enkelin sich nur mit schlechten Gefühlen verabschieden konnte.

Oder, kürzlich hatte ich drei erwachsene Kinder mit ihren Eltern, die wegen Erbstreitigkeiten Hilfe suchten. Die Eltern wollten, dass sich die Kinder nicht wegen diesem Haus zerstritten. Ich stellte fest, dass sie sich alle gegenseitig enorm kontrollierten und deshalb keine Lösung finden konnten. Also habe ich ihnen die Acht und den Maibaum gezeigt. Das ermöglichte ihnen einander wieder zuzuhören und gemeinsam Lösungen für ihre unterschiedlichen Bedürfnisse zu entwickeln. Die Lösung war letztlich sehr einfach. Zwei Kinder teilten den Haupttrakt miteinander. Das dritte Kind übernahm den angebauten Ziegenstall. Weil der Partner dieses Kindes Architekt war, wollten sie daraus ihre eigene kleine Ferienwohnung machen. Ich habe keine Ablösung gemacht, sondern mit der Acht und dem Maibaum nur die Voraussetzung geschaffen, dass sie miteinander ihre unterschiedlichen Wünsche und Vorstellungen klären konnten.

KZA: *Dieses Beispiel steht dafür, dass die Prozessbegleitung nicht nur in einer Phyllis Gruppe stattfinden muss. Wahrscheinlich ist aber die Leitung einer Phyllis Gruppe bereits für viele eine grosse Herausforderung?*

WH: Ja, das beobachten wir auch in Supervisions- und Phyllis Gruppen, dass viele Teilnehmer/Innen Hemmungen zeigen, z.B., den Maibaum anzuleiten. Da ist es unser Ziel, mit dieser Weiterbildung, Mut zu machen und Selbstsicherheit aufzubauen. Nur so kann sich die Phyllis Methode weiterverbreiten.

Zum Mut machen gehört aber auch, dass man Sicherheit gewinnt, wie man schwierige Situationen meistert. Sei es, dass ein Teilnehmer/In sehr dominant ist und die anderen nicht zu Worte kommen lässt oder, dass jemand während der Übung sehr unruhig ist und die anderen damit stört usw. Phyllis hat für die Arbeit in Gruppen eine Art Leitfaden

herausgegeben. Sie hat aber nicht gezeigt, wie man diese schwierigen Situationen in einer Phyllis Gruppe meistert.

KZA: Ist die Prozessbegleitung von Gruppen anders als in der Einzelarbeit?

WH: Ja, es gibt einige zusätzliche Herausforderungen. Eine Gruppe ist anspruchsvoller, weil ich gleichzeitig viele Informationen erhalte. Im Prozess muss ich sicherstellen, dass ich alle erreiche. Es braucht meiner Meinung nach ein Bewusstsein dafür, welche Aufgaben und Erwartungen mit der Rolle der Gruppen-Leitung verbunden sind. Die Teilnehmenden haben manchmal lange Anfahrtswege, sie investieren einen freien Tag oder Abend. Es ist verständlich, dass sie diesen Aufwand nur auf sich nehmen, wenn sie nachher zufrieden und innerlich reicher nach Hause fahren. Das Detailprogramm gibt weitere inhaltliche Informationen, was man zu diesem Thema lernen kann.

Programmschwerpunkte

KZA: Welche Inhalte, Themen sind geplant?

WH: Ich möchte mich auf einige Schwerpunkte beschränken, die besonders illustrieren, was ergänzende Inhalte zur Phyllis-Ausbildung sind. Die Kerninhalte kann man in unserer Kursausschreibung nachlesen.

Es scheint mir wichtig, dass man die verschiedenen Bewusstsein-Ebenen und die damit verbundenen Zustände kennt. Was ist gemeint mit Höheres Bewusstsein, Höheres Selbst? Was wird als das Unbewusste betrachtet und wie repräsentiert sich das Bewusstsein? Wie stehen diese Bewusstseinszustände miteinander in Verbindung? Welche Veränderungen in der inneren Wahrnehmung und körperlich sind damit verbunden? Was heisst das für die Praxis? Wann ist es z.B. kontraindiziert, d.h. falsch oder sogar gefährlich, mit der Phyllis Krystal Methode zu arbeiten? Wie weiss ich, woran erkenne ich, dass ich und mein Klient – mit dem HiC in Kontakt sind?

Einen weiteren inhaltlichen Punkt möchte ich noch erwähnen, der mir sehr wichtig ist. In diesem geht es darum, wie das Thema geklärt und das passende Vorgehen gefunden wird. In unserer Systemisch-Lösungsorientierten Ausbildung am Kurszentrum Aarau, ist das immer wieder ein wichtiges Thema. Das, was Klienten am Anfang einer Sitzung als Problem, Beschwerde vortragen, das ist nur die Symptomebene. Wir fragen uns deshalb: Was steht hinter diesem Problem? Was führt dazu, dass es (bis jetzt) nicht gelöst werden konnte? Das genaue herausarbeiten des Themas ist uns also sehr wichtig. Es entscheidet darüber, womit wir anfangen. Fangen wir mit einer Ablösung der Eltern an? Oder mit einer Person, mit der die Klientin einen aktuellen Konflikt hat? Schlagen wir die Waage oder den Licht-Stern vor? Und was in welcher Reihenfolge? Das trainieren wir. Dazu zeigen wir Video-Beispiele aus Kursen und Supervisionen mit Phyllis Krystal. Diese Video-Dokumente illustrieren, welche Überlegungen Phyllis machte, wenn es um die Reihenfolge der Interventionen ging.

KZA: Das klingt nach etwas Theorie?

WH: Ja, auch! Für die professionelle Begleitung in Therapie, Beratung und Coaching ist es wichtig, auch einen Erklärungsrahmen für den Ratsuchenden zu haben. Wir müssen ihm in einfachen Worten erklären können, um was es bei dieser Methode geht und weshalb wir ihm diese Arbeitsweise vorschlagen. Ich habe gesagt: ‚Ja, auch‘ – weil ich anfügen wollte: ‚Nicht nur‘. Dieses Seminar gibt Gelegenheit, dieses grundlegende Verständnis gleich **anzuwenden**. Z.B. mit einem Klienten, der noch keinen Zugang zu seiner Innenwelt hat und auf sein logisches Denken fixiert ist

KZA: Und oft gerade deswegen Schwierigkeiten mit sich und seinen Mitmenschen hat...

WH: Ja, so ist es. Das ist aber nur ein Beispiel. Wir werden mit vielen Beispielen aus unserer eigenen Praxis oder mit Fallbeispielen der Teilnehmenden, über verschiedene Herausforderungen sprechen, die sich in der Praxis zeigen. Häufig hören wir von Klient/Innen: ‚Ich kann nicht visualisieren‘. Oder: ‚Ich bin während der Übung eingeschlafen, ich habe nichts von dem mitbekommen, was Sie sagten.‘ In diesem Zusammenhang werden wir darüber sprechen, ob es wichtig ist, dass der Klient gewisse Anleitungen, innere Erfahrungen, usw. auf bewusster Ebene mitbekommt. Wie kann man dem Klienten helfen, dass er für seine Entwicklung wichtige Erfahrungen auf bewusster Ebene, wieder verfügbar hat? Zu diesem Themenkreis gehört auch, dass der Anleiter/die Anleiterin ein Bewusstsein dafür hat, was er/sie mit seiner/ihrer Stimme, der Sprache, dem Sprachrhythmus, mit Pausen, Betonungen usw. bewirken kann. Dabei geht es darum sicherzustellen, dass wir nicht unbewusst über diese Mittel den Klienten kontrollieren!

KZA: Im Programm steht, dass diese Weiterbildung «die Phyllis Krystal Methode erst wirksam mache» Nun arbeiten ja viele Menschen auf der ganzen Welt bereits mit dieser Methode und sie erweist sich als sehr wirksam. Wie ist das gemeint?

WH: Natürlich arbeiten viele Menschen sehr erfolgreich mit dieser Methode. Einige haben nie eine Phyllis Ausbildung besucht. Sie kennen nur das Arbeitsbuch. Sie berichten, dass sie einzelne Symbole erfolgreich in ihrer Praxis einsetzen. Z.B. den Strandball als Schutzsymbol für Kinder, die in der Schule gemoppt werden. Oder den Licht-Stern bei Klienten, die starke Ängste haben, usw.

Phyllis wollte die Methode in ihren letzten Jahren bewusst allen interessierten Menschen weitergegeben. Sie sagte: «Ich gebe Euch eine Methode, die Euer Leben verändern wird.»

Die Phyllis Krystal Methode ist eine Hilfe zur Selbsthilfe. Und als solche sehr wirksam.

In der **professionellen psychosozialen** Beratung, Coaching oder Therapie, braucht es nach meiner langjährigen Erfahrung als Ausbilder und Systemtherapeut jedoch mehr. Insbesondere, wenn es um komplexe Themen geht, wo ein Laie überfordert wäre und deshalb seinen Freund oder Nachbarn ermutigen würde, eine professionelle Beratung/Therapie aufzusuchen.

Die grössere Wirksamkeit zeigt sich dadurch, dass die Veränderung in kürzerer Zeit erfolgt. Zum Beispiel, weil die Komplexität des Themas frühzeitig erkannt und geklärt wurde. Weil nicht mit irgendeinem Symbol begonnen wurde, sondern mit dem passenden. Weil dieses Symbol von der Begleitperson selbst zutiefst verstanden wurde. – Kurz, weil die Kompetenz da war, den Veränderungsprozess kompetent zu begleiten.

Die Arbeitsweise und.....

KZA: Kannst Du etwas zur Arbeitsweise sagen? In der Phyllis Basis-Ausbildung findet eigentlich alles im Plenum statt. Ist das in dieser Weiterbildung auch so?

WH: Nein, die praxisbezogenen Aufgabenstellungen in Kleingruppen sind Schwerpunkte dieser Weiterbildung. Das fehlte bis jetzt. Die Kursteilnehmenden können dadurch das Gelernte sofort umsetzen und sich auf diese Weise die notwendige Sicherheit als Prozessbegleiter/In aneignen. Anwendungsfragen, Unsicherheiten, Schwierigkeiten werden im Plenum aufgegriffen und geklärt. Im Plenum gibt es die fachlichen Inputs und kleinere Live-Demos. Und natürlich der Maibaum am Morgen und der Schluss-Maibaum am Abend.

Überdies empfehlen wir, bis zum Ende der Ausbildung «Die inneren Fesseln sprengen – Frei von Angst und Ablehnung» von Phyllis zu lesen.

..... der Kompetenznachweis

KZA: Wie könnte man den Nutzen dieser Weiterbildung für die Kursbesucher zusammenfassen?

WH: Unsere aufbauende Ausbildung vermittelt und trainiert die spezifischen Fähigkeiten, welche in der Begleitung von Einzelnen und Gruppen wichtig sind. Gleichzeitig vertieft sie das Verständnis der kennengelernten Symbole. Diese Weiterbildung ermöglicht aber auch die Arbeit an eigenen Themen und fördert so das persönliche Wachstum. Dieser Prozess wird unterstützt durch regelmässige Selbstreflektion mit Hilfe eines Fragenbogens.

KZA: Welche Bedeutung hat der Kompetenznachweis? Ist er mit dem Zertifikat der Stiftung gleichwertig?

WH: Nein, das sind zwei verschiedene Paar Schuhe. Die Zertifizierung durch die Stiftung ist an ihre eigene Ausbildung gebunden. Der Kompetenznachweis unserer weiterführenden Weiterbildung bestätigt, dass man die wesentlichen Fähigkeiten der Prozessbegleitung erworben hat. Dieser Nachweis ist als ein Qualitätssiegel gedacht, welches Ratsuchenden als Orientierung dient, kompetente Anwender der Phyllis Krystal Methode zu finden.

KZA: Erhalten alle am Schluss der Ausbildung diesen Kompetenznachweis?

WH: Nein, es sind bestimmte Kriterien, die erfüllt sein müssen, damit man den Kompetenznachweis erhält. Nach dieser Weiterbildung sollte es aber allen möglich sein, diese zu erfüllen. Es kann sein, dass einzelne Teilnehmer/Innen (weiterhin) die Phyllis Methode nur in der Einzelarbeit anwenden wollen. Dann würde der Kompetenznachweis sich darauf beziehen.

Die Kursleitung

KZA: *Wie sieht die Arbeitsteilung zwischen Euch Kursleitenden aus?*

WH: Wie in unseren Basis-Kursen führt Verena durch die Phyllis Übungen. Weiter wird sie ihre Erfahrungen in der Begleitung von Einzelnen und Gruppen einbringen. Mein Beitrag liegt einerseits bei den theoretischen Inputs. Andererseits habe ich aus meiner Praxis viele Fallbeispiele und beantworte sehr gerne supervisorische Fragen oder zeige in kurzen Live-Demos, unterschiedliche Vorgehensweisen. Ich werde auch die verschiedenen Video-Ausschnitte aus Supervisionen und Seminaren mit Phyllis kommentieren.

KZA: *Vielen Dank für dieses Gespräch.*