

# Systemische Beratung zur Studien- und Berufsorientierung – vor Ort und per Video-Telefonie

## Methoden und Erfahrungen

Katharina Jung

## Zusammenfassung

*Im Rahmen ihrer Ausbildung zur Systemischen Beraterin hat die Autorin Studien- und Berufsberatung vor Ort und per Video-Telefonie über Skype angeboten. Hier stellt sie Erfahrungen mit Methoden aus Präsenz- und Onlineberatung vor. Ihr Fazit: Studien- und Berufsberatung und eine systemische Herangehensweise ergänzen sich gut. Das systemische Vorgehen hat u. a. den Vorteil, dass die „Hintergrundbühne“ im Blick ist. Bei der Skype-Beratung lohnt es sich, kreativ zu sein und den Raum und Bewegungen zu erforschen.*

## Einleitung und Kontext der Beratungen

Ich arbeite in Teilzeit als Redakteurin und PR-Beraterin. Da ich in der Anstellung wenig direkte Praxis für die Berater-Ausbildung sammeln konnte, beriet ich nebenher in verschiedenen Kontexten. Dabei hat sich, auch aufgrund der Vorbildung, ein Schwerpunkt bei der Studien- und Berufsberatung herausgebildet. Die Beratungen habe ich während der Ausbildung preiswert angeboten. Man könnte vermuten, dass das zu einer verminderten Motivation und/oder einem Ungleichgewicht bezüglich Geben und Nehmen geführt hätte. Doch die Klientinnen waren aufgrund der Dringlichkeit ihrer Anliegen extrem motiviert und eindeutig als Kundinnen da.<sup>1</sup> Gerade bei den jüngeren drei Frauen sah ich sogar einen großen Vorteil in den geringen Kosten: Sie wandten sich nicht auf Wunsch der oder gefördert von ihren Eltern an mich, meist sogar ohne deren Wissen. Das heißt, der Druck durch die Eltern konnte offen thematisiert werden und es gab keine Dreiecksverträge.

Als ausgebildete Online-Redakteurin, Medienpädagogin und mit einer 3-jährigen Fernbeziehungserfahrung, bei der die Kommunikation über Online-Video-Formate eine große Rolle in unserem gemeinsamen Alltag spielte, lag es für mich nahe, den Klienten anzubieten, auch

1) Und selbst der Mann, den ich eher als Besucher/Klagenden (vgl. de Shazer, 1989) empfand, sah uns als „quitt“ an: Er tue mir einen Gefallen und ich ihm.

per Video-Telefonie über Skype zu beraten. Das sparte zudem Raumkosten und erweiterte den räumlichen Radius.

Zwei Klienten beriet ich nur per Skype, zwei nur vor Ort und bei einer Klientin ergab sich eine Mischung (Blended Counseling). So konnte ich die Klientin auch zu ihrer persönlichen Einschätzung im Vergleich befragen. Wichtig ist mir allerdings zu betonen, dass ich hier keinen Vergleich im engeren Sinne zwischen den Skype- und den Präsenzberatungen anstellen möchte. Auch als Medienpädagogin ist es mir wichtig, nicht unterschiedliche Fälle zu vergleichen, die in erster Linie das Medium gemein haben. Vielmehr möchte ich Erfahrungen mit der systemischen Studien- und Berufsberatung und angewandten Methoden unabhängig vom Medium darstellen. In einem eigenen Abschnitt beschreibe ich dann noch mal übergreifende Erfahrungen, die ich im Umgang mit Skype gemacht habe.

### Berufliche Orientierung und Beratung per Video-Telefonie

Wie Schuchardt-Hain und Baier (2007) für die Berufsorientierung bei Schülern feststellen, bildeten die Elemente „Veränderung“ und „Krise“ in meinen Beratungen ebenfalls die zentralen Anlässe. Auch der Wunsch nach Entdeckung, Förderung und Aktivierung der eigenen Ressourcen und Kompetenzen war vorhanden, und damit zu arbeiten schien mir aus systemischer Sicht die beste Unterstützung der Lösungsprozesse.

Verschiedene Systembestandteile oder Kräfte (Eltern, Freunde, Lehrer/Professoren, Arbeitsmarkt u. a.) stehen bei der Berufsorientierung in starken Wechselwirkungen mit den Wünschen und Gefühlen des Klienten.<sup>2</sup> Es lag für mich nahe, das in der systemischen Berufsberatung transparent zu machen und z. B. viel mit Perspektivwechseln zu arbeiten.<sup>3</sup> Im Kontext einer beruflichen Orientierung waren für mich neben der Systemorientierung die Lösungs- und Ressourcenorientierung von großer Bedeutung. Grundlage war zudem eine neugierige und offene Haltung, die den Klienten als Experten für sich selbst akzeptiert.

Um dem Klienten zu helfen, sich über eigene Wünsche, Möglichkeiten und Bedürfnisse klarer zu werden, lagen Fragen der Möglichkeitskonstruktion nahe. Sie halfen Zukunftsvisionen zu entwickeln und Ziele zu definieren, für die konkrete Umsetzungsschritte erarbeitet werden konnten. Aber im Endeffekt sind die Anliegen, Hintergründe und Lösungswege bei jedem Klienten unterschiedlich und systemisch ist es eben vor allem auch, diese Unterschiede beim Vorgehen zu achten.

2) Vgl. a. Schuchardt-Hain/Baier (2007).

3) Spannend ist es sicher auch, andere Systemmitglieder nicht nur fiktiv, sondern auch real einzuladen.

Zur Vorbereitung der Beratungen schaute ich mich auch nach Literatur zur Skype- oder Video-Beratung und entsprechenden Beratungsangeboten auf dem Markt um. Viel Literatur fand sich (noch) nicht zum Thema.<sup>4</sup> Die vorhandenen Texte zu Online-Beratung beschränken sich weitgehend auf Chat- und E-Mail-Beratung.<sup>5</sup> (Das gilt auch für die häufig zu findende Aussage zu „Nähe durch Distanz“ durch mehr Anonymität online, vgl. z. B. Knatz, 2005, S. 5). Andere Texte geben einen guten Überblick über alle Online-Beratungs-Varianten, bleiben so aber recht allgemein.<sup>6</sup>

Wikipedia warnt sogar vor Beratung per Skype, da dort aus Sicherheitsgründen die Schweigepflicht nicht eingehalten werden könne.<sup>7</sup> Psychotherapie per Skype ist i. d. R. nicht erlaubt.<sup>8</sup> In einem spannenden Gegensatz dazu steht die Anzahl von Praxen, die „psychologische Beratung“ per Video-Telefonie über Skype nebenbei oder sogar hauptsächlich anbieten. Sie schränken zwar die Nutzergruppe größtenteils ein und behalten sich vor, in einem meist 15-minütigen, kostenlosen Erstgespräch, diese Methodik für bestimmte Gruppen als ungeeignet zu erkennen. Dennoch scheint sich hier die Pragmatik durchgesetzt zu haben: Als häufigste Gründe für das Angebot von Skype-Beratung werden auf den Websites zeitliche und räumliche Motive auf Seiten der Klienten angeführt. Dazu gehören auch körperliche Einschränkungen, vor allem aber Stress oder ein Wohnort, der nicht am selben Ort wie die Praxis des Beraters liegt. Die mangelnde Sicherheit von Skype betonen besonders die Psychotherapeuten und begründen damit den Rollenwechsel zum Berater.

Dazu, warum es kaum Literatur zur Skype- bzw. Beratung per Video-Telefonie gibt, kann ich nur Vermutungen anstellen: Vielleicht wird das Live-Video-Format als der Beratung vor Ort so ähnlich empfunden, dass die Reflexion sich nicht zu lohnen scheint – zumal Studien eine gleichwertige Wirkung belegen.<sup>9</sup> Oder gerade die datenschutzrelevante Diskussion hält Psychologen und Berater davon ab, sich zur Skype-Beratung stärker zu bekennen und sich der Frage ihrer Eigenheiten und der Erfahrungen damit zu stellen. Zugleich bietet Skype als

4) Meine Recherche im Rahmen des Projektberichtes war sicher nicht abschließend. Aber auch Reisinger bestätigt das bzgl. Literatur zu Therapie per Videotelefonie (2014, p. 90).

5) Ausnahme: v. a. einzelne Aufsätze in Benke (2014).

6) Einen guten Überblick über verschiedene Formen der Online-Beratung geben bspw. Engelhardt/Storch (2013).

7) Vgl. <https://de.wikipedia.org/wiki/Onlineberatung> [Zugriff 14.01.16]

8) Details vgl. Eichenberg/Kühne (2014), S. 40 ff., auch ein Thema bei Reisinger (2014) und in englischen Aufsätzen, vgl. Zur (2015).

9) Vgl. Reisinger (2014, S. 79). Vgl. auch Benke (2009, S. 8): „Video-Chats sind das der f2f-Beratung nahestehendste Online-Beratungstool und können qua Integration des visuellen Elements durchaus als potentielles Zukunftspendant zur IRL-Beratung (in real life) gesehen werden.“

im Medienalltag weit verbreiteter Anbieter einen niedrigschwelligen und barrierearmen Zugriff für beide Seiten, was die Möglichkeit für viele attraktiv machen könnte.<sup>10</sup>

### Reflexion nützlicher Methoden und Angebote in den Beratungsprozessen

Im Folgenden werden aus fünf Fällen beispielhaft einige Reflexionen zu den jeweiligen Beratungsprozessen sowie eingesetzte Methoden vorgestellt, die sich in diesem Kontext als hilfreich erwiesen haben. Die reflektierten Prozesse beziehen sich auf drei Klientinnen zwischen 18 und 23 Jahren, die mit Studienwahl- bzw. Ausbildungsthemen beschäftigt waren, sowie zwei ca. 40 Jahre alte Klienten – einer davon arbeitslos und eine in einer Phase der Neuorientierung.

Grundsätzlich lässt sich der Verlauf der Beratungen grob in die folgenden Schritte aufteilen:

1. Auftragsklärung
2. Voraussetzungen, Ressourcen und Wünsche
3. Visionen und Ziele
4. Weg und Meilensteine dahin
5. Abschluss

Die Beratungsprozesse erstreckten sich über zwei bis neun Sitzungen.

### Am Anfang: Frage nach bestem/schlimmsten Beratungsergebnis

In der ersten Sitzung stellte ich im Rahmen der Auftragsklärung häufig die Frage, was passiert sein müsste, damit der Klient am Ende möglichst zufrieden/unzufrieden aus dem Beratungsprozess gehen würde. Fast alle nannten als „schlimmstenfalls“ „noch verwirrter oder zielloser zu sein“ und als „bestenfalls“ ein „klareres nächstes Ziel und Schritte dahin“ definiert zu haben. Die Themen Entwirrung, Klärung, Orientierung, Zielsetzung sowie die Definition des Weges und der Meilensteine schienen im Vordergrund zu stehen. Es lässt sich vermuten, dass das typisch für die Studien- und Berufsberatung ist.

### Ressourcenorientierung und Arbeit mit Reframing

Bei jedem Klienten habe ich mich im Reframing geübt, oft in Kombination mit dem Sammeln von Stärken und Schwächen, Interessen und Fähigkeiten. Dahinter stand der Gedanke einer systemischen Ressourcenorientierung, wonach mit jeder Erfahrung die Entwicklung

<sup>10)</sup> Zu diesen und weiteren Qualitätsstandards von Online-Beratung vgl. u. a. Reindl (2015).

von Kompetenzen und Fähigkeiten verbunden sein kann. Die subjektive Bewertung, z. B. als Stärke oder Schwäche, stellt sich dabei aber sehr abhängig von der Perspektive und dem Kontext des Beobachters dar. Hier können neue Perspektiven helfen unbewusste oder aus dem Blick geratene Ressourcen bewusst zu machen. Zudem verfolgte ich als Beraterin die Idee, dass darüber hinaus auch das Bewusstmachen von Ressourcen, Interessen und Motivation – im Sinne der Eröffnung eines „Fruchtkorb an Möglichkeiten“ – selbst eine orientierende Wirkung haben und helfen kann, ein gewünschtes Ziel zu erreichen.

*So wurde z. B. einer 19-jährigen Klientin auf diesem Weg bewusst, dass vieles von dem, was sie als Schwächen beschrieb, zugleich als Stärken gesehen werden kann. Ihr wurde klar, dass man das „Abhängig von Hilfe sein“ (aufgrund einer Rechtschreibschwäche) auch als „Sich gut helfen lassen können“ und „Gut vernetzt sein“ betrachten kann. Das half ihr auf längere Sicht dabei, sich bewusst zu werden, dass sie lieber an einer kleinen FH studieren wollte. Hier hoffte sie, besser eingebunden und betreut zu sein und mehr Strukturen vorzufinden als zuvor an der Uni.*

*Eine andere Klientin war häufig mit einer Art negativem Reframing ihrer Stärken beschäftigt bzw. sah bestenfalls beide Seiten und konnte sich nicht festlegen. Speziell im Bewerbungsprozess brachte das Probleme mit sich. Beim Sammeln bestand ich u. a. auf klare, nicht einschränkende Formulierungen bei Stärken und Schwächen. Dabei merkte sie, dass es manchmal hilfreich sein kann, Dinge eindeutig zu formulieren (für andere, aber auch für sich selbst). Sie beschrieb es später als Hilfe für ihre Bewerbungsanschreiben: Es fiel ihr nun leichter ihre Vorzüge darzustellen.*

Ebenso wichtig wie die Reflexion von Fähigkeiten und Fertigkeiten schien mir der Blick auf Interessen und Werte, u. a. als Basis für die spätere Zufriedenheit und Motivation in Studium/Beruf. (Denn nur, weil jemand in etwas gut ist, muss es ihm noch lange nicht wichtig sein oder Spaß machen.) Dabei fand ich es hilfreich, das Modell der logischen Ebenen im Hinterkopf zu haben (Dilts, 1990). Auch die Säulen der Identität (Petzold, 1988) konnten mir, u. a. bei den Werten, nützliche Beobachtungskategorien zur Verfügung stellen. Immer wieder als ergiebig erwies sich, die Ergebnisse des Sammelns zu priorisieren und entsprechend kennzeichnen zu lassen (Was ist dir davon besonders wichtig? Was willst du unbedingt im Job/Studium einsetzen/sehen? Was ist dir nicht so wichtig? Wenn du zwei bis drei davon auswählen müsstest, was wäre das ...?). Zusammen mit den Stärken und Schwächen ergab sich so ein interessantes Gesamtbild bzw. ein „reichhaltiger Fruchtkorb“, mit dem man sehr gut weiterarbeiten konnte.

Im Anschluss an das Sammeln von Tätigkeiten, die man „gerne/ungerne“ macht, bot sich das „Puzzeln“ als ein Vorgehen an, das die Möglichkeit für ein Reframing eröffnete. Es hatte

sich zunächst mit einem Klienten spontan ergeben. Dabei ging es um die Frage, ob und in welcher Form eine berufliche Selbstständigkeit denkbar wäre:

*Ich schlug ihm vor, bis zum nächsten Termin im Alltag darauf zu achten, was er besonders gerne und ungerne macht. Aber auch zu beobachten, was er eher leidenschaftslos erledigte, also ohne dass es ihn groß in einen „Flow“ versetzte oder gar störte. Die Ergebnisse trugen wir zusammen und schrieben sie auf kleine Karten. Dann puzzelte er damit verschiedene mögliche Kombinationen, wie er sich seinen Alltag vorstellen könnte – mit der Option, bestimmte Aufgaben zu delegieren.*

(Mögliche Fragen: Was von dem, das du ungerne machst, darf dabei sein, wenn du dafür etwas machen kannst, das du sehr gerne machst? Was nicht, was würdest du delegieren wollen? Was wären alternative Kombinationsmöglichkeiten?)

Dahinter stand für mich die Hypothese, dass bei dem Klienten, der seinen Zustand als seit 15 Jahren mehr oder weniger gleichbleibend beschrieb, ein eher spielerischer und „bewegter“ Ansatz auch innerlich neue Bewegungen bewirken könnte. Am Ende der Stunde wirkte er tatsächlich etwas aktiver als sonst.

Ein besonderer Fall von Reframing ergab sich ebenfalls bei diesem Klienten:

*Ich versuchte den auf einer Skala bezifferten Leidensdruck zu konkretisieren: Was genau macht deinen Leidensdruck aus? Die Ergebnisse schrieb er auf kleine Karten, die wir um ein Papier mit dem Leidensdruck herum drapierten. Dann bat ich ihn, die Kärtchen umzudrehen und jeweils das Gegenteil darauf zu schreiben. So ergaben sich positive Ziele, die er auch als solche bejahen konnte. Zum Beispiel ein klar definiertes Zielgehalt von über 2000 Euro, ein festes Büro oder eine Freundin.*

### Perspektivwechsel ermöglichen

Ob über zirkuläre Fragen, kleine Aufstellungen und/oder auch in der Arbeit mit dem Genogramm: Die Perspektivwechsel lösten neue Prozesse, Gedanken, Handlungsschritte und Fragen aus, auch in Richtung anderer Systemmitglieder wie Arbeitgeber, Eltern, Geschwister oder Professoren. Speziell beim Thema „Druck durch die Eltern“ und wie man damit umgehen könnte, erwiesen sich entsprechende Übungen als hilfreich:

*Fragen zu Möglichkeitskonstruktionen/„Samenkorn-Frage“:*

Fragen der Möglichkeitskonstruktion bzw. hypothetische Fragen empfand ich in verschiedener Hinsicht als sehr hilfreich. Gerade für die Klientinnen, die einen großen Druck von

Seiten der Eltern verspürten, habe ich eine Variante gefunden, die sie besonders beflügelte. Sinngemäß: „Stell dir vor, es gäbe eine Welt ohne Eltern, in der Menschen wie Pflanzen aus Samen wachsen. Sie sind dann einfach da, stark mit all ihren Eigenschaften und können frei entscheiden: Was würdest du tun? Kommen da Bilder?“ Hierbei kamen bei allen völlig neue Antworten und sehr genaue Ideen, worauf sie dann Lust hätten bzw. was sie dann machen würden – beispielsweise ins Ausland gehen. Oft stellten diese Ideen am Ende das neue Ziel dar (meist in einer Form, die auch den Eltern irgendwie „zu verkaufen“ war).

*So nannte eine Klientin (18), die – ganz den Vorstellungen des Vaters entsprechend – vorher nur von Medizin, BWL etc. gesprochen hatte, den Beruf Lehrerin. Ihr fiel ein, dass sie im Unterricht einmal ihre Lehrerin voller Begeisterung angeschaut und gedacht hatte: „Das würde ich auch gerne mal machen“. Im Endeffekt fanden wir eine mögliche Kombination (Berufsschullehrerin in einem entsprechenden Bereich). So gab es sogar die Chance, dass ihr Vater ihr das Studium finanzierte, ohne dass er zwangsläufig von ihren späteren Plänen wissen musste (BaFög hätte sie nicht bekommen).*

*Aufstellung/Symbolisierungen:*

Auch kleine Aufstellungen, unter anderem mit Figuren oder Symbolen, haben sich als hilfreich erwiesen:

*Per Skype demonstrierte dieselbe Klientin beispielsweise das Verhältnis zwischen Vater und Tochter durch eine Aufstellung von Figuren.*

*Mit einer anderen Klientin stellte ich in einer Präsenzberatung die „Herde“ (Familie und Freunde) dar und sie sich selbst: Sie wandte sich immer wieder ab, freute sich aber, die Herde im Rücken zu wissen. Diese kam allerdings stets wieder vor sie, wollte Blickkontakt haben. Das Ergebnis der Klientin: Der reale Abstand von der Familie ist vielleicht für die anstehende Entscheidung gar nicht so wichtig wie die innere Haltung von Grenzziehung und Abstand.*

Zwei weitere Möglichkeiten, die den Perspektivwechsel unterstützten:

*Die zuvor genannte Klientin brachte eine Timeline mit zwei Entscheidungswegen einen großen Schritt voran auf ihrem Weg zur Entscheidungssicherheit. Sie relativierte das Gewicht der Entscheidung (speziell der „Blick von der Rente zurück aufs Leben“).*

*Bei einem anderen Klienten hat sich der Stuhlwechsel (als Form des Perspektivwechsels) dagegen als sehr hilfreich erwiesen und – anders als die Problem-Lösungs-Aufstellung – war die Übung so konkret, dass er gut mitgehen konnte. Er ermöglichte es ihm, die Rolle des Klagen den zu verlassen und zu sehen, unter welchen Bedingungen das Gegenüber, also der Arbeitgeber, im Vorstellungsgespräch entscheiden muss und wieso es hilfreich sein kann, seine Bewerbung und Selbstdarstellung daran auszurichten.*

*Genogramarbeit:*

Der Schritt zum Genogramm kam mir meist groß vor, da die Klienten nicht (offiziell) mit familiären Themen zu mir kamen. Immer wenn ich damit arbeitete, gab es aber ganz neue Perspektiven und Anknüpfungspunkte für mich und die Klienten. Gerade beim Thema „Druck“ durch die Eltern erwies es sich als sehr hilfreich. U. a. ergaben sich neue Fragen, die beide Seiten ins Gespräch brachten:

*Bei einer Klientin wurde beispielsweise eine Verbindung zu der Scheidung der Eltern deutlich und dem damit zusammenhängenden Wunsch, es dem Vater recht zu machen.*

*Einer anderen Klientin wurde mithilfe des Genogramms erst bewusst, wie wenig sie über die Vergangenheit ihrer Familie im Herkunftsland wusste und die Umstände und Wünsche, unter und mit denen ihre Eltern nach Deutschland gekommen waren. In der Folge fragte sie beispielsweise ihren Vater, warum er im Gegensatz zum Großvater nicht studiert hatte, und erkundigte sich, wie ihre Mutter es geschafft hatte – im Gegensatz zu deren Mutter – zur Schule zu gehen. Durch anschließende Gespräche besserte sich das Verständnis beider Seiten füreinander. Das verhalf ihr u. a. zu mehr Selbstbewusstsein gegenüber ihren Eltern bezüglich der anstehenden Entscheidung.*

*Skalen und Waagen:*

Skalierungsfragen und „Waagen“ erwiesen sich als sehr hilfreich, um die Realität und die Prozesse der Klienten für beide Seiten transparenter zu machen – vor allem bei den Entscheidungsprozessen und beim Thema Druck. (Als wie groß auf einer Skala von 1 bis 10 empfindest du den Druck? Wieviel würdest du davon dir selbst zuschreiben? Wieviel deinem Umfeld?)

*Während zum Beispiel in der ersten Sitzung bei einer Klientin das Thema „praktisches Arbeiten“ als Alternative zum Master direkt im Anschluss an den Bachelor nur bei der Samenkorn-Frage überhaupt „aufgepoppt“ war, war die Tendenz bei der Waage am Ende der 3. Sitzung (nach der Timeline mit Entscheidungswegen) schon deutlicher: 40 Kilo für „direkt Master“, 60 Kilo für „Auslandsjahr mit Praktikum“. Auf die Frage in der letzten Stunde, ob sie noch irgendetwas bräuchte, um ins Gespräch mit ihren Eltern zu gehen, antwortete sie: „Nein“. Sie sei sich jetzt so sicher, dass sie eh niemand mehr abhalten könne. Sie selbst kam auf die Waage aus einer der früheren Stunden zurück: Die Seite für ein praktisches Jahr (das Ausland war in den Hintergrund getreten) liege jetzt bei 99,9 Kilo.*

### „Es war genauso als wärst du im Raum“ – Erfahrungen mit der Video-Telefonie über Skype

Einen Teil der Beratungen führte ich per Skype durch. Hier will ich ein paar Beobachtungen und Erfahrungen zur Verfügung stellen, die ich dabei gemacht habe.

#### Mein Vorgehen und Abweichungen von Präsenzberatungen

Nach einem E-Mail- oder Telefon-Kontakt fand die erste einstündige Sitzung unter der Vorgabe eines Kennenlernens statt (ohne vorgeschalteten Kennenlernermin, da die ersten zwei Sitzungen zu der Zeit kostenlos waren). In der vorbereitenden E-Mail hatte ich die Klientinnen gebeten, sich einen ruhigen Moment und Ort zu suchen, um so sicher sein zu können, nicht gestört zu werden und offen reden zu können – idealerweise mit etwas Platz. Nach einer kurzen Vorstellung und einem „Abchecken“ der beidseitigen Verbindungsqualität betonte ich, dass ich zwar der Schweigepflicht unterläge, Skype aber kein „sicherer Rahmen“ sei. Ich könne also nicht garantieren, dass keiner mithöre o. Ä. Den Klientinnen schien das erstaunlich wenig Bedenken zu bereiten. Sei es, dass sie die Beratung im Kontext der Berufsorientierung als nicht so persönlich oder interessant für andere empfanden, oder sei es, dass die Vorteile bezüglich der fehlenden Anreise (z. B. war eine der Klientinnen im Abitur-Stress, eine andere in einer weit entfernten Stadt) und der geringen Kosten überwogen. Vielleicht sind wir es heute aber auch einfach im gesamten Alltag gewohnt, uns auf datenschutztechnisch unsicherem Gebiet zu bewegen und haben gelernt, das zu verdrängen.

Im nächsten Schritt zeigte ich in der Regel per Bildschirm kurz den Raum, in dem ich mich befand (um einen transparenten/sicheren Kontext zu erzeugen) und fragte die Klienten, ob sie mir auch ihren zeigen wollten. Dies taten sie normalerweise. Es war verbunden mit einem kleinen Einblick in die Wohnsituation, die mir in den Präsenz-Beratungen vorenthalten blieb.<sup>11</sup> Ansonsten war der Ablauf wie bei jeder anderen Beratung – nur ohne die körperliche Nähe. Teilweise empfand ich die Beratungen als direkter, man saß sich in gewisser Weise „näher“ gegenüber (vgl. Thema „Nähe durch Distanz“, s. o.<sup>12</sup>). So weinte die Abiturientin schon beim ersten Skype-Videoanruf als sie von ihrem Vater erzählte – vielleicht auch, weil sie zuhause, im direkten Umfeld der Scheidung ihrer Eltern war. Das ist aber nur eine Mutmaßung, zumal ich bei der anderen Klientin, die ich ebenfalls ausschließlich per Skype beriet, meist eine recht große beidseitige Distanz empfand.

11) Ausschlaggebend sollte natürlich sein, wie sich Klient und Berater am wohlsten fühlen:

Als Klientin eines Coachings per Skype hat es mich selbst nicht gestört, dass ich den Raum um die Beraterin herum nicht kannte. Es könnte sogar zum Fokussieren beitragen.

12) Weitere Überlegungen zu diesem Thema im Kontext der Überbrückung von Raum und Zeit s. a. Benke (2014, S. 19).

Ansonsten versuchte ich, alles genauso zu machen wie in anderen Beratungen und mich auch nicht vor ungewöhnlichen Methoden zu scheuen. Ich wollte möglichst vorurteilsfrei an die Video-Beratungen herangehen. **Abweichungen durch die Besonderheiten des Mediums „Video-Telefonie“** ergaben sich dennoch an den folgenden Stellen:

- Der Klient hat keinen Eindruck von meiner Umgebung durch eine Anreise (Straße, Flur etc.). Wenn ich einen räumlichen Kontext erzeugen wollte, musste ich das verbal oder durch Bewegung der Kamera tun.
- Die Klientinnen wählten einen privaten Raum(ausschnitt), den ich während der Beratung sehen durfte.
- Materialien, wie Stifte, waren (ohne Ankündigung) auf Klientenseite nicht unbedingt greifbar.
- Wollte ich die Klientinnen etwas vor Ort aufstellen lassen, war ich ebenfalls auf die vorhandenen Gegenstände und den vorhandenen Raum und seine Ausstattung angewiesen – mit allen Vor- und Nachteilen (Vorteile: persönlicher Bezug zu den Gegenständen, vertrauter Raum; Nachteile: ebendies).
- Methoden, bei denen die Körperlichkeit des Beraters eine größere Rolle spielt, waren nicht oder nur begrenzt (also aufs Visuelle beschränkt) möglich.
- Auch ich als Beraterin befand mich in einem anderen Kontext als sonst (z. B. an einem Schreibtisch, damit der Bildschirmausschnitt auf der richtigen Höhe war). Ich habe beobachtet, dass ich sehr gut überlegte, wo ich das iPad aufstellte. Je nach Raum bzw. Weite des Raumausschnitts in der Kamera, in dem man mich (und ich mich) sah, fühlte ich mich während der Beratung wohler oder weniger wohl.
- Beide Seiten können sich selbst während der Beratung in einem kleinen Bild sehen. (Das könnte die Aufmerksamkeit vom Gegenüber ablenken.)
- Der Blick des Beraters ist eingeschränkt. Das heißt, man muss sich beschreiben lassen, was außerhalb des eigenen Blickfeldes liegt.
- Beide Seiten haben so einen „geheimen Raum“ um den Bildschirm herum, den die andere Seite nicht sieht. Ich habe versucht, meine Tätigkeiten (wie Mitschreiben) in diesem Raum möglichst transparent zu machen, um so das Vertrauen zu fördern. (Manchmal war ich aber, ehrlich gesagt, auch froh, dass die Klienten mein „Gekritzel“ nicht sahen.)
- Ein größeres Vertrauen ist vielleicht auch insofern gefragt, dass die andere Seite problemlos das Gespräch am Computer mitschneiden könnte. (Aber im Prinzip wäre das auch bei Präsenzberatungen möglich).<sup>13</sup>
- Ich neigte manchmal dazu, mich ins Bild zu beugen. Vielleicht „um näher dran zu sein“. Das könnte u. a. für die Klienten unentspannt aussehen.

13) Als vertrauensfördernd habe ich eine größtmögliche und umfassende Transparenz dem Klienten gegenüber empfunden und umgesetzt. Vgl. zum Thema auch Reindl (2015, S. 59).

- Die Überwindung, „in Bewegung zu kommen“, erschien mir größer und es muss eine verbale Brücke geschlagen werden, da „Vormachen“ oder „etwas Rüberreichen“ nur begrenzt möglich ist.
- Man ist immer auch auf E-Mails angewiesen (z. B. bei Fotos oder Mitschriften, die man zur Verfügung stellen möchte). Es erscheint sinnvoll, dabei für eine möglichst sichere und anonymisierte Umgebung zu sorgen.<sup>14</sup>
- Als Klientin einer Existenzgründungs-Beratung per Skype habe ich erlebt, dass die Gefahr besteht, in einen als passiv empfundenen „Fernseh-“ oder bestenfalls „Internet-Modus“ (mit verbaler Interaktion) zu geraten, wenn man „nur“ zuhört bzw. gefragt wird und antwortet. Als besonders groß empfand ich die Gefahr, wenn die Verbindung nicht so gut und die Beraterin „verpixelt“ war. Einem solchen Zustand entgegenzuwirken, empfinde ich als Berater-Aufgabe – z. B. indem man das Gegenüber zu (körperlicher) Aktivität animiert.
- Technische Störungen kommen vor. Aber so lange eine gute Internetverbindung auf beiden Seiten gegeben ist, ist das mittlerweile die Ausnahme (und auch in einem Beratungsraum kann nebenan eine Bohrmaschine losgehen). Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es gut ist, das Thema nach einem anfänglichen „Abchecken“ im Joining weit möglichst auszublenden bzw. flexibel zu reagieren. Eine Pause durch einen erneuten Anruf gibt einem z. B. Zeit zum Reflektieren. Ein „pixeliges“ Bild kann stören, muss aber nicht, wenn man es trotzdem schafft, in gutem Kontakt zu sein.<sup>15</sup>

Die meisten der zuvor beschriebenen Methoden konnte ich genauso oder mit leichten Abwandlungen per Skype umsetzen. Hier ein paar Beispiele:

- *Stärken/Schwächen/Interessen sammeln/reframen*: Ich habe hier öfter als bei Präsenzberatungen selbst mitgeschrieben und das Mitgeschriebene vorgelesen, in die Kamera gehalten und den Klientinnen die Fotos anschließend zugeschickt. Die Klienten selbst vor Ort aufschreiben zu lassen, ist sicher auch möglich. Mir schien es aber schwieriger, so den Prozess im Blick zu behalten, weil man das Notierte nur auf Nachfrage sehen könnte.
- Ich habe Platz sparerer und ordentlicher mitgeschrieben. So konnte die andere Seite besser den Überblick am Bildschirm bekommen und wahren.
- *„Puzzeln“*: Erscheint mit verbaler Unterstützung möglich, aber etwas schwierig per Bildschirm zu realisieren, da es kleinteilig ist und die Teile auf einer Fläche liegen (ich selbst habe es noch nicht ausprobiert). Eine Pinnwand könnte helfen.
- *Hypothetisches Fragen/Samenkom-Frage*: Kein Problem, da verbal.

14) Vgl. auch ebd.

15) Dies bestätigt laut Reisinger (2014, S. 87) auch eine Studie von Germain et al. (2010).

- *Zirkuläres Fragen/Perspektivwechsel generell:* Kein Problem. Auch Stuhlwechsel können mit vorhandenen Stühlen angeleitet werden. Ein Wechsel zwischen Klient und Berater ist real allerdings nicht möglich.
- *Genogrammarbeit:* Gemeinsames Zeichnen ist schwierig. Meist habe ich aufgezeichnet und ins Bild gehalten. Ein Versand per E-Mail sollte hier gut überlegt, abgestimmt und nur sehr anonymisiert vorgenommen werden, da eventuell viele persönliche Informationen (auch über andere) enthalten sind.
- *Aufstellungen mit Gegenständen:* Gegenstände müssen vor Ort gewählt werden<sup>16</sup>, man muss sich teilweise das Aufgestellte außerhalb des sichtbaren Raumausschnittes beschreiben lassen.
- *Arbeit mit Metaphern und Symbolen:* Sprachliche Metaphern sind natürlich unproblematisch. Symbole kann man vor Ort auswählen lassen. Denkbar wäre es auch, Gegenstände am Bildschirm zu zeigen oder (zweidimensionale) Symbole zur Auswahl per E-Mail zu verschicken. Aber so würde die haptische Dimension fehlen. Insofern erscheint mir die spontane Vor-Ort-Auswahl geeigneter (zum Einsatz kamen dabei z. B. ein Massageball und ein rosa Porzellanhase). Eine Hausaufgabe, Symbole zu sammeln/suchen, um die Auswahl zu vergrößern, bietet sich an.
- Ein *Auftragskarussell* (v. Schlippe, 2006) könnte man anleiten, allerdings muss der Klient sowohl aufschreiben als auch legen und ggf. sogar das Notierte vorlesen, wenn man als Berater nicht selbst zusätzlich alles mitschreibt (oder andere Tricks findet). Einen Versuch wäre es auf jeden Fall wert.
- Für *Strukturaufstellungen/Tetralemma* gilt Ähnliches, wie folgendes Beispiel zeigt.

### Fallbeispiel Tetralemma-Arbeit per Skype

Die für mich erkenntnisreichste Skype-Sitzung ergab sich ungeplant und zwang mich, etwas Ungewöhnliches auszuprobieren. Es hat sich gelohnt:

*Eine Klientin bat mich kurzfristig, anstatt des geplanten Präsenz-Termins eine Sitzung per Skype durchzuführen. Aufgrund eines Anschlussstermins in ihrer Heimatstadt hätte sie den Termin sonst nicht wahrnehmen können. Das führte zu meinem ersten „Blended Counseling“, also einer Mischung aus Präsenz- und Skype-Beratung bei ein und derselben Klientin. Um ehrlich zu sein, war ich nicht begeistert von der Idee. Denn ich wollte mit der Klientin sehr gerne die Tetralemma-Aufstellung (Sparrer/Varga von Kibéd, 2009) ausprobieren: Da die Klientin u. a. viel und schnell redete und zwischen zwei Polen hin- und hergerissen war (Sport und Politikstudium), schien mir die Methode geeignet, um sie einerseits etwas zu verlangsamen und um zum anderen mehr Klarheit in ihre Gefühlswelt zu bringen. Per Skype, dachte ich, sei das*

16) Eine weitere Option: Grabow (2012) schreibt über ein animiertes Online-Tool für Aufstellungen.

*schwierig umzusetzen. Ich nahm aber allen Mut zusammen und bat sie darum, einen möglichst großen, ruhigen Raum zu organisieren. So könnten wir die Methode, wenn sie zum aktuellen Anliegen passen sollte, trotzdem ausprobieren. Sie stimmte zu und empfing mich (per Bildschirm) in ihrem alten Zimmer bei ihren Eltern. Nach dem Joining zum Thema Raum (wo sie „nur noch halb“ wohnte) kamen wir zum aktuellen Stand. Sie wirkte sicherer und hatte ihre Eltern direkt zum „Problem“ angesprochen, was sie sich vorher nicht getraut hatte. Weiterhin war sie aber hin- und hergerissen zwischen den Optionen „Sport/Sportpädagogik“ und „Politikstudium“. Sie stimmte dem vorgeschlagenen „Experiment“ zu und wir starteten: Ich bat sie, das Notebook so hinzustellen, dass ich möglichst viel vom Raum sehen könnte. Dennoch sah ich (wenn überhaupt) meist nur ihren Körper bis zum Hals. Für mehr Abstand war der Raum nicht groß genug. Dann bat ich sie, Symbole für beide Pole auszusuchen und an die jeweiligen Positionen rechts und links zu legen<sup>17</sup>: Sie schaute sich im Zimmer um und wählte ein Buch aus ihrem Studium für den Pol „Politikstudium“ und Turnschuhe für den „Sport“. Zudem bat ich sie, Papiere für „Beides“ und „Keines“ hinzulegen und erklärte die mögliche Position „Keines von alledem“. Erst bat ich sie, sich auf die einzelnen Stationen zu stellen und in sich hineinzufühlen, und wenn sie wollte, auch das Gefühle und Farben/Gerüche etc. zu beschreiben, was sie tat. Danach bat ich sie, überall im Raum umherzugehen, nachzuspüren und am Schluss sich den Platz auszusuchen, wo es sich gut anfühlte. Im Unterschied zu einer Präsenzsituation musste sie mir alles beschreiben, weil ich es nicht sah. Ab und zu kam ich mit dem Oben und Unten durcheinander: Sie hatte die Pole andersrum hingelegt, als von mir erwartet. Das verwirrte mich, zumal ich es nicht sehen konnte. (Beim nächsten Mal würde ich mir die Struktur wohl selber parallel noch mal aufzeichnen.) Mein Eindruck: Man gibt mehr Prozess-Kontrolle ab, als wenn man im selben Raum ist. Aber als wirklich störend empfand ich das nicht. Im Gegenteil: In gewisser Weise förderte es meine Aufmerksamkeit. Auch die Klientin schien schnell sehr intensiv bei der Sache zu sein und beschrieb, was ich nicht sah.*

*Als ein Anruf bei mir auf dem iPad das Skype-Gespräch kurz unterbrach, merkte sie es nicht einmal. Auch nicht, dass sie mich danach gar nicht mehr sehen konnte, nur noch meine Stimme hörte. Sie schien ganz in ihrer „körperlichen Gefühlswelt“ zu sein. Insgesamt wirkte sie auf mich deutlich verlangsamt, versunken und bei sich (im Unterschied zu ihr, konnte ich die andere Seite noch sehen). Das genaue Beschreiben-Müssen schien zu dieser Konzentration beizutragen. Auch bei mir stellte ich eine verlangsamende Wirkung fest. Recht bald fand sie eine Position in der Mitte zwischen Sport und Politik, nahe an „Beides“. Auf Nachfrage, ob sie sich sicher wäre oder noch mal andere Positionen ausprobieren wollte, war ihre Antwort: „Es geht nur so.“*

*Wir lösten die Übung auf und sie merkte, dass sie mich nicht mehr sehen konnte. Um das technische Problem zu beheben, rief ich erneut an (wodurch eine kleine, gut passende Pause*

17) Eine Abweichung vom klassischen Tetralemma.

entstand).<sup>18</sup> Danach die Frage: „Wie könnte das konkret aussehen?“ Sie wirkte sehr erleichtert, als sie sich klar darüber wurde, dass es nicht nur die Möglichkeit gibt, sich in eine Richtung zu entscheiden. Am Schluss fragte ich noch, wie es für sie gewesen sei, per Skype beraten zu werden. Sie fand es gut, sah aber keinen großen Unterschied zu den Terminen vor Ort. Wörtlich sagte sie: „Es war, wie mit dir in einem Raum zu sein“.

Tatsächlich habe auch ich die Situation bei dieser Beratung als noch selbstverständlicher empfunden als bei den anderen Skype-Beratungen – vielleicht, weil ich den Vergleich hatte, oder weil ich die Klientin schon mal im selben Raum körperlich erlebt hatte. Oder der Grund war einfach, dass ich mich getraut hatte, mich nicht vom Medium, sondern ganz und gar von einer Hypothese und Methode leiten zu lassen. So oder so: Die körperlich orientierte Methode hat auch online sehr gut funktioniert und dürfte bei all der Aktivität und Versunkenheit keinen „TV-Charakter“ gehabt haben. Es schien ihr nicht komisch vorzukommen, alleine in ihrem Raum herumzulaufen, und ihr Redefluss war verlangsamt. Zum einen sind ihr körperliche Übungen (auch „alleine“) wegen des Sports sicher vertraut, zum anderen hat der eigene, vertraute Raum sie vielleicht auch entspannt. Die gewählten Symbole waren sehr konkret, da sie die tatsächlichen Utensilien zur Hand hatte. Darin kann man Vor- und Nachteile sehen (s. o.).

### Skype-Beratung für jeden?

Beratung per Video-Telefonie ist sicher nicht für jeden etwas. Jeder Klient und jeder Berater ist anders und entsprechend ist dem einen auch die körperliche Anwesenheit wichtiger als dem anderen bzw. der Umgang mit dem Online-Medium vertrauter.<sup>19</sup> So hat sich eine Klientin, der ich den letzten Termin aufgrund eines Umzuges nur noch per Skype anbieten konnte, nicht mehr gemeldet, obwohl sie noch einen Termin gewollt und beteuert hatte, dass Skype für sie kein Problem sei. Ich vermute, dass für sie der persönliche Rahmen im Beratungsraum besonders wichtig war. Andere wechselten freiwillig von Präsenz auf Skype, weil sie es bequemer fanden. Eine Skype-Klientin hätte gerne mal eine Präsenz-Beratung gehabt. Das war aber aufgrund der Entfernung nicht möglich. Als Klientin einer Skype-Beratung ging es mir selbst ähnlich: Eine Kombination wäre mir am liebsten gewesen, wenn praktikabel. (Ein bedarfsgerechter und flexibler „Medienmix“ – mal vor Ort, mal per Mail, mal per Skype – entspricht wahrscheinlich auch den aktuellen Gewohnheiten im Alltag vieler Menschen.<sup>20</sup>)

18) Hier kann es hilfreich sein, das Vorgehen für so einen Fall festzulegen. Z. B. „Die Beraterin ruft wieder an.“

19) Wem Skype als Programm nur zu unsicher ist, für den gibt es natürlich auch andere, meist kostenpflichtige Browser-basierte Lösungen.

20) Vgl. auch Weiß/Engelhardt (2012).

### Fazit und Ausblick

Ich habe Methoden vorgestellt, die sich bei meiner Arbeit als besonders hilfreich für die systemische Studien- und Berufsorientierung erwiesen haben. Dazu gehören ganz besonders das Reframing von „Schwächen“ und die „Samenkorn-Frage“, aber auch Aufstellungen, Skalen oder Genogramme. Dies sind klassische systemische Methoden, was vielleicht auch erklärt, dass es wenig spezifische Literatur zum Thema gibt. Dennoch könnte eine Zusammenstellung geeigneter Methoden und Fallbeispiele beim Einstieg und der Repertoire-Erweiterung helfen.<sup>21</sup> Die systemische Ausrichtung ermöglicht aus meiner Sicht einen individuellen und auf die jeweilige Situation fokussierten Zugang zum Anliegen des Klienten. Es wird etwas möglich, das z. B. standardisierte Testverfahren nicht leisten können: Man kann in Ruhe und in mehreren Schritten gemeinsam eine Basis erarbeiten und so auch auf Themen eingehen, die eher auf der Hintergrundbühne bedeutsam sind (wie Aufträge aus der Herkunftsfamilie) oder auch aktuell eine Rolle spielen (wie der Umgang mit erlebtem Druck oder Ambivalenzen).

Zum Thema Skype- und Präsenzberatung ist mein Fazit das Folgende: Die Beratung per Video-Telefonie hat einige Besonderheiten (oder um die Perspektive umzudrehen: die Präsenzberatung). Sie sollten nicht außer Acht gelassen werden und es kann sicher hilfreich sein, sie bei der Vorbereitung zu bedenken.

Allerdings scheint mir dazu nicht zu gehören, dass man „nur reden kann“ oder sollte (wie ich es selber bei einer Skype-Beratung schwerpunktmäßig erlebt habe). Im Gegenteil: Nach meiner Erfahrung ist es hilfreich, die Klienten auch körperlich zu aktivieren. Zudem muss eine – manchmal verbale, manchmal visuelle – Brücke zum Klienten geschlagen werden, um z. B. bei körperlichen Übungen zu erklären, was nicht im Bildschirmausschnitt sichtbar ist. Im Gegenzug sollte man in Präsenzberatungen vielleicht öfter die Augen schließen, um sich genauer beschreiben zu lassen, was der andere meint und sieht.

So oder so lohnt es sich zu experimentieren und kreativ zu sein, wobei auch hier in erster Linie die Hypothesen als Ausgangsbasis für die Methodenwahl dienen sollten. Weitere Erfahrungsberichte zum Thema wären wünschenswert, zumal bereits viele Berater und Psychologen Beratung per Video-Telefonie über Skype anbieten.

21) Einen solchen Ansatz verfolgt auch das Ende letzten Jahres erschienene Werk von Balz et al. (2015).

## Literatur

- Balz, H.-J., Plöger, P., Dirolf, K. (2015). Systemisches Karrierecoaching: Berufsbiografien neu gedacht. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Benke, K. (2009). beRATung.digital: Vom Helpdesk zum digitalen Coaching. [www.e-beratungsjournal.net/ausgabe\\_0109/benke.pdf](http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe_0109/benke.pdf) [Zugriff 20.01.16]
- Benke, K. (Hrsg.) (2014). [Digitale Beratung]: online beraten. Köln: Wiku.
- Benke, K. (2014). Einbegleitung. Anwendungspotentiale der Digitalen Beratung – der Überblick. In: Benke, K. (Hrsg.). [Digitale Beratung]: online beraten. Köln: Wiku, S. 13-16.
- Dilts, R. (1990). Changing belief systems with NLP. Cupertino: Meta Publications.
- Eichenberg, C., Kühne, S. (2014). Einführung Online-Beratung und -therapie. München/Basel: Ernst Reinhardt Verlag.
- Engelhardt, E. M., Storch, S. D. (2013). Was ist Onlineberatung? – Versuch einer systematischen begrifflichen Einordnung der „Beratung im Internet“. e-beratungsjournal.net. Fachzeitschrift für Onlineberatung und computervermittelte Kommunikation. 9 (2), Artikel 5, S. 1-12. [http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe\\_0213/engelhardt\\_storch.pdf](http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe_0213/engelhardt_storch.pdf) [Zugriff 15.02.16]
- Grabow, C. (2012). Virtuelle Strategie-Simulation im Telefoncoaching mit LPScocoon® – Ein Coachingkonzept für alle Sinne. In Geißler, H. (Hrsg.). E-Coaching und Online-Beratung. Formate, Konzepte, Diskussionen. Wiesbaden: Springer VS, S. 103-120.
- Knatz, B. (2005). Rat und Hilfe aus dem Internet – Die Beratung per Mail. Standards und Herausforderungen. [www.e-beratungsjournal.net/ausgabe\\_0105/knatz.pdf](http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe_0105/knatz.pdf) [Zugriff 6.10.15]
- Petzold, H. (Hrsg.) (1988). Methoden des therapeutischen Umgangs mit Symbolen und Symbolisierungsprozessen. Überlegungen zu Kernqualitäten des Menschenwesens [Vortrag auf dem 7. Deutschen Symposium für Kunsttherapie, 27.–30. November 1988]. Hückeswagen: Fritz Perls Akademie.
- Reindl, R. (2015). Psychosoziale Onlineberatung – von der praktischen zur geprüften Qualität. e-beratungsjournal.net. Fachzeitschrift für Onlineberatung und computervermittelte Kommunikation. 11 (1), S. 55-68. [http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe\\_0115/reindl.pdf](http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe_0115/reindl.pdf) [Zugriff 15.02.16]
- Reisinger, A. (2014). Psychotherapie mit Videotelefon. „Videotelefonie“ als Erweiterung der psychosozialen Versorgung. In Benke, K. (Hrsg.): [Digitale Beratung]: online beraten. Köln: Wiku, S. 77-92.
- Schlippe, A. v. (2006). Das Auftragskarussell oder auch „Münchhausens Zopf“. In Fliegel, S., Kämmerer, A. (Hrsg.). Psychotherapeutische Schätze. 101 bewährte Übungen und Methoden für die Praxis. Tübingen: dgvt, S. 30-36.
- Schuchardt-Hain, C., Baier, J. (2007). Berufliche Orientierung – ein Beratungsfeld für systemisches Coaching in der Schule? Zu Erwartungen und Erfahrungen von Schülern und Abiturienten. Systema 21 (3), S. 327-343.
- Shazer, S. de (1989). Wege der erfolgreichen Kurzzeittherapie. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Sparrer, I., Varga von Kibéd, M. (2009). Ganz im Gegenteil, Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen – für Querdenker und solche, die es werden wollen. 6. Auflage. Heidelberg: Carl-Auer.

- Weiß, S., Engelhardt, E. (2012). Blended Counseling – Neue Herausforderungen für BeraterInnen (und Ratsuchende!). e-beratungsjournal.net. Fachzeitschrift für Onlineberatung und computervermittelte Kommunikation 8 (1), S. 1-9. [http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe\\_0112/weiss\\_engelhardt.pdf](http://www.e-beratungsjournal.net/ausgabe_0112/weiss_engelhardt.pdf) [Zugriff 15.02.16]
- Zur, O. (2015). Utilizing Skype and VSee to Provide TeleMentalHealth, E-Counseling, or E-Therapy. Reviewing the debate on Skype & HIPAA Compliance and Introducing the VSee Option. [http://www.zurinstitute.com/skype\\_telehealth.html](http://www.zurinstitute.com/skype_telehealth.html) [Zugriff 14.01.16]

**Katharina Jung, M.A.**, sammelt gerade noch die letzten Praxistunden, um ihre Weiterbildung zur Systemischen Beraterin beim IF Weinheim abzuschließen. Sie ist studierte Erziehungswissenschaftlerin und Germanistin mit Schwerpunkt und Zusatzqualifikation in Medienpädagogik und hat rund zehn Jahre Berufserfahrung in Change-Projekten in der internen und externen (Online-)Kommunikation in verschiedenen Unternehmen und Institutionen.

[Jung.ka@posteo.de](mailto:Jung.ka@posteo.de)