



Peter Hupke

Heilpraktiker für Psychotherapie,
Systemischer Berater, EMDR-Therapeut,
Business Coach, NLP-Practitioner/-Master
www.systemische-beratung-alzenau.de
www.motivationswerkstatt.de
peter.hupke@motivationswerkstatt.de

Wir begrüßen Herrn Hupke
als 11 000. Mitglied im VFP.
Herzlich willkommen in
unserer immer stärker
werdenden Gemeinschaft.

Herr Hupke, warum sind Sie gerade jetzt Mitglied im VFP geworden, obwohl Sie doch schon länger praktizieren? Was war der Auslöser, Ihr Beweggrund?

Meine Entscheidung erfolgte spontan und wurde ausgelöst durch Ihre Anzeige im Magazin „Psychologie Heute“. Wenn ich weiter über die Frage nachdenke, geht es mir auch um den Austausch mit anderen therapeutisch Praktizierenden.

Sie sind laut eigener Auskunft „Lehrer für Selbstschutz“. Wie sind Sie dazu gekommen? Und wo sehen Sie die Parallelen/Verbindungen zum Coaching und zur Therapie?

Nun, mit Kampfsport beziehungsweise Kampfkunst beschäftige ich mich seit meinem zehnten Lebensjahr. 1995 begann ich mit den Kampfkünsten Wing Tsun und Escrima. In der zuletzt genannten Kampfkunst war ich zwischen 2005 und 2009 auf nationaler und internationaler Ebene als Wettkämpfer in der Gewichtsklasse bis 80 kg ungeschlagen aktiv.

Diesen körperlichen und mentalen Ausgleich zu meiner Arbeit als Coach und Therapeut teile ich seit fast 20 Jahren mit meinem Neffen. Da ich seit 2006 als Trainer für beide Kampfkünste tätig bin, überlegte ich gemeinsam mit ihm, was nötig wäre, damit sich ein Mensch ohne athletisches Training waffenlos oder mit Alltagsgegenständen selbst schützen kann. Neben den Prinzipien und einfachen Bewegungskonzepten spielte für uns auch die mentale Grundhaltung eine wichtige Rolle. Letztere ist die Brücke zu meiner Arbeit als Coach und Therapeut. Für viele meiner Klienten geht es vor allem um souveränes Verhalten und Auftreten in stressigen beziehungsweise schwierigen Situationen, egal ob diese nun im privaten oder beruflichen Rahmen angesiedelt sind.

Das Bild von der Mauer auf Ihrer Homepage, die den Blick und den Weg versperrt, hat mich beeindruckt. Das ist sicher gut geeignet, Laien zu verdeutlichen, dass ein Coaching eben für jeden Sinn macht, der vor einem Problem steht.

Wissen Sie, für mich ist Coaching eine lösungsorientierte und prozessorientierte Beratung von Menschen in beruflichen oder privaten Problemsituationen, die über eine kurze Zeitdauer stattfindet. Es geht darum, einen Zugang zu den eigenen Ressourcen zu finden und für sich und seine relevante Umwelt attraktive Möglichkeiten zu entdecken und handlungsfähig zu werden. Ein Klient, der zu mir kommt, ist in der Regel der Experte für sein Problem. Ich habe wenig Ahnung von dem komplexen Inhalt des individuellen Problems. Was ich jedoch habe, ist Feingefühl und Wissen hinsichtlich der Steuerung von Coachingprozessen. Stellen Sie sich vor, Sie möchten über eine Mauer klettern, die aber zu hoch ist. Die Mauer ist unendlich lang, sodass es zu zeitaufwendig ist, drum herum zu laufen. Sich unter der Mauer durchzugraben, ist auch keine Option, da Sie keine Schaufel haben und nicht wissen, wie tief die Mauer in die Erde eingelassen ist. Es geht nur über die Mauer drüber. Sie sehen mich an der Mauer stehen und ich unterstütze Sie,

indem ich eine Räuberleiter mache und Ihnen eventuell ein klein wenig Schwung gebe. Klettern müssen Sie aber selbst. Wenn Sie oben auf der Mauer angekommen sind, reiche ich Ihnen einen Rucksack hoch, in dem Sie Proviant, Seil, Steigbügel, Lampe und Schaufel finden, nur für den Fall, dass Sie wieder einmal vor einer Mauer stehen.

Als Betriebswirt und Vertriebler hatten Sie ja sicher viel mit Menschen zu tun. Sehen Sie in der Rückschau bestimmte Themen/Schwierigkeiten, vor denen Mitarbeitende in Betrieben besonders häufig stehen, denen man mit einem Coaching beikommen kann? Können Sie da eine Tendenz erkennen?

In der Tat lässt sich in meiner Praxis eine Thementendenz erkennen. In meiner Arbeit begleite ich überwiegend Menschen, die einen hohen Leistungsanspruch an sich oder ihr soziales und berufliches Umfeld haben. Vielmals fällt der Begriff Perfektion auf der Seite der Klienten. Es ist gut, einen Anspruch an sein eigenes Wirken zu haben, jedoch verwandelt sich dieser Anspruch in vielen Fällen in Druck. Dieser (Leistungs-)Druck sorgt dafür, dass die eigenen Grenzen nicht nur temporär überschritten werden, sondern permanent. Neben Konflikten im privaten und beruflichen Kontext treten auch die unterschiedlichsten physischen und psychischen Krankheits-symptome auf.

Warum sind Sie dann zusätzlich noch Heilpraktiker für Psychotherapie geworden? Anders gefragt: Wenn Sie Ihr Talent und Ihre Kompetenz in der Unterstützung von Menschen nutzen wollen, welche Potenziale sehen Sie gerade bei den Freien Therapeuten? Welche besonderen Möglichkeiten bietet gerade dieser Beruf?

Der Schritt, über meine Arbeit als Coach hinaus auch als Heilpraktiker für Psychotherapie tätig zu werden, resultierte aus der Erkenntnis, dass mir in Coachingsitzungen häufig Themen präsentiert wurden, die den rechtlichen Rahmen meines Wirkens als Coach sprengten. In Bezug auf das Potenzial von Freien Therapeuten kann ich an dieser Stelle nur für mich sprechen. Ich verstehe mich als Brückenbauer zwischen zwei Welten. Durch meinen bisherigen Werdegang verfüge ich über unternehmerisches-/wirtschaftliches Fachwissen und psychotherapeutisches Fachwissen. Diese Kombination wird von vielen meiner Klienten geschätzt.

Der VFP ist der größte Berufsverband für diese beiden Berufsgruppen der Psychologischen Berater und Heilpraktiker für Psychotherapie mit nun mehr als 11 000 Mitgliedern. Die Mitgliedschaft ist sehr heterogen – kulturell, vom Werdegang und der fachlichen Ausrichtung der Mitglieder her. Wo sehen Sie Stärken des VFP? Was könnten wir besser machen?

Ich sehe seine Stärke in der Gemeinschaft und einem damit verbundenen Austausch innerhalb des Verbands. Die Frage „Was können wir besser machen?“ beantworte ich Ihnen gern in einem Jahr.