

Systemische Beratungen Alexander Preuß – Ihr Weg zu neuen Perspektiven.
Paffrather Str. 40
51465 Bergisch Gladbach

M: 0151 1872 7688

E-Mail: a.preuss@systemische-beratungen-gl.de

Web: <https://systemische-beratungen-gl.de>

Angebote zur ambulanten Beratung und Begleitung für Eltern und junge Menschen

Konzeption

Stand Mai 2025

Inhaltsverzeichnis

In aller Kürze.....	3
Was macht meine pädagogische Arbeit aus?.....	3
Meine Stärken in der pädagogischen Arbeit.....	4
Systemische Haltung und Blick auf das Familiensystem.....	4
Arbeit mit Ressourcen und Glaubenssätzen.....	4
Lösungsorientierte Beratung, kreative Perspektivwechsel und Skalierung.....	5
Einbindung des erweiterten sozialen Umfelds und fachliche Anbindung bei Bedarf.....	5
Diversität und diskriminierungssensible Haltung.....	5
Stetige Reflexion und Weiterentwicklung.....	6
Mein Werdegang.....	6
Fortbildungen.....	7
Ausbildung und Weiterbildungen.....	7
Weiteres.....	7

In aller Kürze

- Jahrgang 1990, im Rheinland geboren, in Köln und Bergisch Gladbach beruflich aktiv
- Seit 2018 bei der Diakonie Michaelshoven unterstützend für Familien und junge Menschen in schwierigen Lebenssituationen
- Fortbildungen u.a. in Deeskalationsmanagement, Umgang mit Traumata, Kindeswohlgefährdung, Elternarbeit
- Seit 2024 stellvertretende Gruppenleitung stationäre Jugendhilfe
- Seit 2024 in der DGSF-akkreditierten Weiterbildung „systemischer Berater (DGSF)“ in Köln,
- Seit 2025 selbstständige Einzel- und Familienberatung
- Beraterischer Ansatz: Bezugsaufbau, Systemische Haltung, Wertschätzung und Geduld. Individuelle Lösungs- und Prozessorientierung.



Mobil: 0151 1872 7688

E-Mail: a.preuss@systemische-beratungen-gl.de

Web: <https://systemische-beratungen-gl.de/>



Was macht meine pädagogische Arbeit aus?

„Für ihn war die Vergangenheit ein fremdes Land mit außerordentlich gut bewachten Grenzen.“

Terry Pratchett

Meine tägliche Arbeit zeigt mir immer wieder, dass junge Menschen Erfahrungen, Bindungen und Glaubenssätze aus ihrer Herkunftsfamilie – ob belastend oder stärkend – nicht einfach „hinter sich lassen“. Vielmehr werden sie im Prozess der Identitätsentwicklung eingeordnet und integriert.

Das Sprechen über Erlebtes und ein tieferes Verständnis für familiäre Dynamiken ist oft der Schlüssel für nachhaltige Veränderung.

Ich bin überzeugt, dass Menschen auch in psychisch und sozial belastenden Lebenslagen ein inneres Bedürfnis nach Entwicklung und Verbesserung verspüren. Meine Aufgabe sehe ich darin, Familien und junge Menschen dabei zu unterstützen, Orientierung zu finden, individuelle Ressourcen (wieder) zu entdecken und gemeinsam realistische, tragfähige Wege in Richtung Veränderung zu entwickeln.

Meine Stärken in der pädagogischen Arbeit

- Ruhe und Geduld in herausfordernden Situationen, Krisenintervention
- Kommunikation: Klare, wertschätzende und verständnisvolle Sprache, auch in schwierigen Gesprächen
- Wertschätzung: Fähigkeit, Ressourcen zu erkennen und zu loben. Einfühlungsvermögen und echtes Interesse an den Lebenswelten der Klient:innen.
- Vielfältige Praxiserfahrung in der Arbeit mit belasteten Systemen
- Kreativität in der Lösungsfindung, insbesondere jenseits gewohnter Wege
- Guter Überblick über Hilfesysteme und Fähigkeit zur effektiven Netzwerkarbeit
- Reflexion: Regelmäßiges Hinterfragen der eigenen Haltung und Methoden, um die Arbeit kontinuierlich zu verbessern

Systemische Haltung und Blick auf das Familiensystem

Meine Arbeit basiert auf einer systemischen Grundhaltung: Ich betrachte das Verhalten von Kindern, Jugendlichen, Müttern und Vätern nicht isoliert, sondern stets im Zusammenhang mit ihrem sozialen Umfeld. Das Familiensystem bildet dabei einen zentralen Bezugsrahmen. Jedes Verhalten – auch wenn es auf den ersten Blick problematisch erscheint – hat eine Funktion im jeweiligen System und ergibt oft aus der bisherigen Lebensgeschichte heraus Sinn.

Ein wesentlicher Bestandteil meiner Arbeit ist es daher, gemeinsam mit den Klient:innen mögliche Gründe und Auslöser für belastendes oder auffälliges Verhalten zu erforschen. Dieses Verständnis schafft die Basis, um Handlungsalternativen zu entwickeln, die sowohl für die handelnde Person das gesamte System entlastend und hilfreich sein können.

Arbeit mit Ressourcen und Glaubenssätzen

Ressourcenorientierung bedeutet für mich, in jedem Familiensystem vorhandene Fähigkeiten und Potenziale ernst zu nehmen – auch dann, wenn sie aktuell nicht zugänglich erscheinen.

Ein Teil meiner Arbeit besteht darin, negative Glaubenssätze gemeinsam mit den Klient:innen zu reflektieren: Welche Funktion hatten sie bisher? Wovor sollten sie schützen? Und wie könnten sie sich so wandeln, dass sie heutige Lebensrealitäten besser unterstützen?

Aus „Ich darf keine Fehler machen“ kann zum Beispiel „Ich darf lernen und wachsen“ werden. Aus „Es lohnt sich nicht, etwas zu verändern“ entsteht vielleicht „Veränderung ist anstrengend, aber möglich und wertvoll“. Und aus „Ich bin nicht wichtig“ kann sich ein „Meine Bedürfnisse dürfen Raum bekommen“ entwickeln. Die Entwicklung einer alternativen, konstruktiveren Sichtweise geschieht nicht abrupt, sondern in kleinen, nachvollziehbaren Schritten – und eröffnet neue Handlungsräume sowie die Erfahrung von Selbstwirksamkeit.

Lösungsorientierte Beratung, kreative Perspektivwechsel und Skalierung

Ich begleite Klient:innen darin, eigene Lösungen zu entwickeln – individuell, alltagsnah und machbar. Dabei gehe ich nicht nach einem festen Schema vor, sondern suche mit Offenheit und Erfahrung nach Alternativen, die bislang unbedacht blieben. Ich ermutige zu Perspektivwechseln, ermögliche neue Sichtweisen und unterstütze dabei, konkrete Schritte zu planen und umzusetzen.

Ein zentrales Element meiner Arbeit ist die Skalierung. Diese Methode stärkt das subjektive Erleben von Entwicklung und ermöglicht es den Familien, selbst zu sehen und zu benennen, ob und wie die Unterstützung wirkt. Dadurch entsteht Transparenz, Motivation und ein Gefühl von Selbstwirksamkeit.

Einbindung des erweiterten sozialen Umfelds und fachliche Anbindung bei Bedarf

In meiner Arbeit blicke ich bewusst über das Familiensystem hinaus. Schule, Freundeskreis, Freizeitgestaltung, Gesundheitsversorgung sowie institutionelle Hilfen sind zentrale Lebensbereiche, die das Wohl von Kindern und Jugendlichen wesentlich beeinflussen. Netzwerkarbeit ist daher ein wichtiger Bestandteil meiner Tätigkeit: Ich unterstütze Klient:innen dabei, hilfreiche Kontakte aufzubauen, passende Angebote zu finden und tragfähige Strukturen zu etablieren.

Zeigen sich im Verlauf der Arbeit Hinweise auf tiefergehende psychische Belastungen oder Schwierigkeiten, die eine Diagnostik oder psychotherapeutische Unterstützung erfordern, sehe ich es als meine Aufgabe, diesen Prozess mit den Klient:innen gemeinsam zu reflektieren und zu begleiten. Dazu gehört etwa die Vermittlung zu kinder- und jugendpsychiatrischen Fachstellen oder therapeutischen Angeboten, sofern eine Anbindung notwendig und sinnvoll erscheint. Ziel ist es, Übergänge niedrigschwellig zu gestalten und Hemmschwellen abzubauen, damit notwendige Hilfen auch tatsächlich in Anspruch genommen werden können.

Diversität und diskriminierungssensible Haltung

Meine Arbeit ist geprägt von einer offenen, respektvollen Haltung gegenüber der Vielfalt geschlechtlicher Identitäten, sexueller Orientierungen und familiärer Lebensformen. Ich begegne Kindern, Jugendlichen und Familien unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Religion oder sexueller Identität stets mit Wertschätzung und Akzeptanz. In meiner bisherigen Tätigkeit habe ich bereits mehrfach trans* Jugendliche im Rahmen der Jugendhilfe begleitet – ihre Anliegen, Herausforderungen und Perspektiven ernst zu nehmen, gehört für mich zu einer fachlich verantwortungsvollen und ethischen Praxis.

Darüber hinaus beziehe ich strukturelle Benachteiligungen und Diskriminierungserfahrungen bewusst in meine Arbeit ein. Ich sehe es als meine Aufgabe, auch die gesellschaftlichen Rahmenbedingungen mitzudenken, die Einfluss auf das individuelle Erleben und die Entwicklungsmöglichkeiten meiner Klient:innen haben.

Stetige Reflexion und Weiterentwicklung

Ein zentraler Bestandteil meiner beruflichen Haltung ist die kontinuierliche Reflexion meiner eigenen Arbeit. Sowohl im Rahmen meiner systemischen Weiterbildung als auch in meinem beruflichen Alltag nutze ich regelmäßig Supervision, um meine Fälle, Vorgehensweisen und inneren Haltungen zu hinterfragen und weiterzuentwickeln. Ich nutze Fall- und Fachberatung und kollegiale Intervision, um von zusätzlichen Perspektiven zu profitieren und eine hohe fachliche Qualität sicherzustellen.

Mein Werdegang

Meine eigene Vita nahm einige Umwege, bevor ich im sozialen Bereich ankam. Auch deshalb kann ich das häufig erlebte Gefühl von Orientierungslosigkeit im Jugendalter und in der jungen Volljährigkeit gut nachvollziehen. Gleichzeitig kann ich authentisch vermitteln, dass der gesellschaftliche Druck, Schule und Ausbildung möglichst schnell und reibungslos zu absolvieren, nicht alternativlos ist – es gibt Raum für individuelle Entwicklungen und unterschiedliche Zeitverläufe auf dem Weg ins Erwachsenenleben.

Ich beendete 2009 in Bonn mit dem Abitur die Schule und zog ins Ruhrgebiet nach Essen, um dort zu studieren. Die Studienwahl (Volkswirtschaftslehre) erwies sich für mich als wenig attraktiv und so verbrachte ich rasch einen immer größeren Teil der Zeit mit diversen Nebenjobs in Hotels, Gastronomie und der Eventbranche.

2014 wagte ich einen Neustart und bewarb mich für ein freiwilliges soziales Jahr in Bonn. Zwölf Monate erhielt ich hier den ersten längeren Einblick in pädagogische Arbeit an der Gemeinschaftsgrundschule Medinghoven im gleichnamigen „sozialen Brennpunkt“ im Bonner Stadtbezirk Duisdorf.

2015 begann ich in Köln die dreijährige Ausbildung zum staatlich anerkannten Erzieher und konnte 2016 als Teil des EU-Programms Erasmus+ einen Monat in Dublin, Irland im Berufsfeld arbeiten. 2017 folgte das Berufsanerkennungsjahr und 2018 schloss ich die Ausbildung mit sehr guten Noten ab.

Seit 2017 arbeite ich bei der Diakonie Michaelshoven als pädagogische Fachkraft in der stationären Jugendhilfe. Ein Fokus der Arbeit lag und liegt immer auf Begleitung bei der Verselbständigung, also dem „Fit machen fürs eigene Leben“.

Seit 2024 bin ich als stellvertretende Teamleitung tätig. Im selben Jahr habe ich begonnen, meine gelebte Arbeitsweise auch formal weiterzuentwickeln und die zweijährige, von der DGST (Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie, Beratung und Familientherapie) anerkannte Weiterbildung in „Systemischer Beratung“ begonnen.

Seit 2025 biete ich ergänzend systemische Beratung als freiberufliche Dienstleistung an.

Fortbildungen

- 2016 Biologie für die berufliche Praxis (22 UE)
Kochen für und mit Kindern (40 UE)
Raum und Spiele (40 UE)
- 2017 Umgang mit Medikamenten (5 UE)
Elterngespräche (32 UE)
- 2018 Teilhabe gestalten, gesetzliche Grundlagen Bundesteilhabegesetz, SGB IX (9 UE)
- 2019 ProDeMa® Deeskalationstraining (21 UE)
Hilfeplan und Berichte § 36 SGB VIII (10+10 UE)
Umgang mit Kindeswohlgefährdung SGB VIII § 8a (9 UE)
- 2020 Pädagogischer Umgang mit traumatisierten Kinder und Jugendlichen (insg. 32 UE)
- 2021 Zusammenarbeit mit Eltern und Angehörigen in der stationären Jugendhilfe (21 UE)
Geschlechtliche Selbstbestimmung (9 UE)
- 2022 Essstörungen als Aufgabe in der Jugendhilfe - Handlungsstrategien (10 UE)
- 2023 Sexuell auffälliges und übergriffiges Verhalten von Kindern und Jugendlichen (10 UE)
- 2024 MOVE – Motivierende Kurzintervention mit Jugendlichen (Suchtberatung) (24 UE)

Ausbildung und Weiterbildungen

- 2024-2026 „Systemische Beratung“ bei KIB Köln (570 UE)
- 2015-2018 Staatlich anerkannter Erzieher

Weiteres

Führerschein: Klasse B

Sprachen: Deutsch (Muttersprache)
Englisch (verhandlungssicher / C1)