

Inhalt

I Einleitung

1. Was ist «Klärungshilfe»? 13
2. Zum Hintergrund unserer Erkenntnisse 17
Schwierige Gespräche mit Paaren und Kleingruppen 18

II Das Vier-Felder-Modell der Klärungshilfe

1. Selbstklärung 27
2. Kommunikationsklärung 28
3. Persönlichkeitsklärung 29
4. Systemklärung 30
5. Zusätzliche Aspekte 31
Moderation 31
Belehrung 32

III Einige Gesichtspunkte zur Moderation von Gesprächen

1. Grobstruktur eines Gesprächsverlaufs 41
 1. Phase: Kontakt und Situationsklärung 41
 2. Phase: Thema herausfinden 43
 3. Phase: Die Sichtweise jedes Einzelnen 45
 4. Phase: Gestalteter Dialog und Auseinandersetzung 46
 5. Phase: Vertiefung, Prägnanz der Gefühle
oder: sachliche Problemlösung 47
 6. Phase: Verstandesmäßiges Nachvollziehen und
Einordnen, Vereinbarungen und Hausaufgaben 49
 7. Phase: Die Situation abschließen 50

2. Einige generelle Leitprinzipien der Moderation 51
 - Hier und Jetzt hat Vorrang 51
 - Die Beziehung zum Klärungshelfer hat Vorrang 52
 - Widerstände haben Vorrang 52
 - Störungen haben Vorrang 53
 - Dem Klärungshelfer muss wohl in seiner Haut sein 53
 - Mitfließen 54
3. Methoden der Moderation 55
 - Starten und Steuern 55
 - Unterbrechen und Abbremsen 56
 - Abschließen und Stoppen 57
4. Zwei grundsätzliche Aspekte der Moderation 58
 - Strukturierung und Oberhandsicherung 58

IV Selbstklärung

1. Einleitung 63
2. Beispiel 1: Ein unverheiratetes Paar
kommt zum ersten Gespräch 66
3. Beispiel 2: «Ich weiß auch nicht,
wie ich das sagen soll» 73
4. Einige allgemeine Leitprinzipien
für die Hilfe zur Selbstklärung 84
 - Empathie 84
 - Den Klienten Glauben schenken 85
 - Sich mit dem Widerstand verbünden 87
5. Methoden und Interventionen zur Förderung
der Selbstklärung 90
 - «Einfache» Fragen 90
 - Aktives Zuhören 92
 - Zusammenfassen 93
 - Drastifizierendes Zuhören 95

Kontrasuggestion	95
Auf die Ebene der konkreten Erfahrung wechseln	96
Die Botschaft des Körpers ermitteln	97
Verbale Hinweise aufgreifen	99
Schlüsselsätze als Ausgangspunkt der Selbstklärung	102
Dialog der Ambivalenzen	104
Symptome als Ausgangspunkt der Selbstklärung	106
Bildersprache, Analogien und Metaphern	107

V Kommunikationsklärung

1. Einleitung	117
2. Interventionsmethoden	122
Zur Aussage auffordern	122
Zur Reaktion auffordern	124
Den direkten Kontakt wiederherstellen	126
Doppeln	128
Verständnisüberprüfung	144
Zuhörübung	147
Gesprächsdiagnose	149
Ich-Du-Kernsätze austauschen	152
Das «Lehrgespräch» anhand exemplarischer Probleme	154
Rollenspiele	162
Kommunikationstheater mit Zuschauern	165

VI Persönlichkeitsklärung

1. Einleitung	173
2. Persönlichkeitstheoretischer Wegweiser	176
Die vier Grundstrebungen:	
Nähe – Distanz, Dauer – Wechsel	176

Sonnen- und Schattenseiten der Grundstrebungen	179
Ansichten vom Menschen und der Welt	183
Pathologische Übersteigerungen	187
Gesellschaftlich betonte Werte	188
Umgang mit Verstimmungen und Krisen	189
3. Vom Persönlichkeits- zum Beziehungsmodell	192
«Heimatgebiet» und aktueller «Standort»	193
Färbung der Gefühle in den verschiedenen	
Quadranten	195
Faszination des Gegenpoles bei der Partnerwahl	196
Schattenprojektion auf den Partner	196
Verkraftungsprinzip	199
Polarisierung	199
Annäherung über «Umwegschlaufen»	200
Umgang mit antisymbiotischen Tendenzen	202
Nebenbeziehungen	203
4. Diagnose und Interventionsmethoden	205
Unterschiedliche Arten, Kontakt zum Klienten	
zu gewinnen	205
«So kann überhaupt kein Klima entstehen»:	
Prozessbegleitende Diagnose während	
der ersten Sitzung	207
«Ich will immer machen, dass die anderen	
zufrieden sind»:	
Beispiel für eine Persönlichkeitsklärung	237

VII Systemklärung

1. Einleitung: Der zwischenmenschliche Teufelskreis	265
2. «Und das geht jetzt rundherum, rundherum ...	
bis die 30 Jahre voll sind.»	272
Die erste Sitzung: Die ehelichen Teufelskreise	272

- Die zweite Sitzung: Zusätzliche Motoren
und Hausaufgaben 292
- Die dritte Sitzung: Der Versuch,
einen Teufelskreis aufzulösen 308
- 3. Diagnose von dyadischen Beziehungssystemen 319
 - Symptome von Teufelskreisen erkennen 319
 - Fallen rechtzeitig erkennen 323
 - Das Grundschema 326
 - Systemisch zuhören, einordnen und nachfragen 328
 - Teufelskreis zusammenfassen, aufzeichnen
und bestätigen lassen 330
- 4. Systemische Interventionen 332
 - Die Bearbeitung eines Teufelskreises durch Gespräche
und Skulpturen 332
 - Paradoxe Ansätze 339
 - Hausaufgaben 342
 - Das Umklappen in einen Engelskreis 345

VIII Aufklärung und Wertevermittlung

- 1. Einleitung 351
- 2. Methoden der Aufklärung und Wertevermittlung 354
 - «Angereichertes Doppeln» 355
 - Aktives Zuhören und Zusammenfassen
mit verändertem Bezugsrahmen 356
 - Umdeutungen 357
 - Kleine Lektionen am Rande des Gespräches 360
 - Bilder und nonverbale Demonstrationen 362
- 3. Die drei Ebenen der Klärungshilfe 364
- Literatur 366