



***Klärung
durch
Gespräche***



***Grundlegende Einsichten zur
Lösung von Problemen
und zum
Aufbau guter Beziehungen***

Klärung durch Gespräche



Rahmenbedingungen

Ein ansprechender Raum.

Bequeme Stühle.

Zwei Teilnehmer sitzen im rechten Winkel zueinander.

Störungen werden ausgeschlossen (hereinplatzende Besucher, Handy-Klingeln)

Kinder bekommen Papier und Stifte zum Malen.

Klärung durch Gespräche



Rahmenbedingungen

Zu Beginn wird geklärt:

Wer hat welches Ziel? Personen, die am Gespräch beteiligt sind?
Außenstehende?

Welches Maß an Vertraulichkeit besteht, was kann oder soll an
andere weitergegeben werden?

Gibt es bei den Beteiligten irgendwelche Befürchtungen über den
Gesprächsausgang oder seine Folgen?

Klärung durch Gespräche



Der Gesprächsalltag in der Schule

Stark auf die Sache bezogen
Überzeugen wollen
Ein Ergebnis erreichen wollen
Keine Zeit

Manchmal hat das zur Folge:

Emotionen drängen sich dazwischen
Abwehr wird aufgebaut
Absprachen werden nicht eingehalten
Immer dieselben Dinge müssen immer wieder besprochen werden.

Manchmal hinterher:
schlechte Gefühle
Negative Beschlüsse

Klärung durch Gespräche



Erkenntnisse aus der Psychotherapie

Menschen mit Belastung:

- haben einen schlecht funktionierenden inneren Dialog.
- Ihr Bild von sich selbst stimmt sehr wenig mit dem Bild, wie sie sein möchten, überein.
- Sie verstehen sich selbst nicht.
- Sie mögen sich nicht, insgesamt oder einige Eigenschaften.
- Sie verleugnen Dinge, es darf nicht sein, dass sie etwas denken, fühlen, erinnern, dass sie etwas wünschen.
- Sie verurteilen sich.

Klärung durch Gespräche



Erkenntnisse aus der Psychotherapie

Psychologische Helfer („Therapeuten“)

- Ein Lebewesen, ein Organismus, will wachsen. Therapeuten unterstützen das Wachstum.
- Wenn jemand dich versteht, kannst du dich auch besser verstehen.
- Wenn jemand dich akzeptiert, ohne Vorbehalte, kannst du dich auch besser wertschätzen.
- Wenn jemand Geduld hat mit deinen unlogischen Gedanken und deinen Widersprüchen, wirst du auch mit dir selber mehr Geduld haben und deine Gedanken zu Ende denken.
- Du entdeckst dich. Immer mehr. Immer genauer.
- Das ist die Grundlage dafür, mit dir selbst richtig umzugehen.
- Und so zu werden, wie du sein willst. Wie du bist.

Klärung durch Gespräche



**Einführendes
Verstehen.**

Aktives Zuhören

Ich höre,

- ★ was du denkst,
- ★ fühlst,
- ★ empfindest,
- ★ was du dir vorstellst,
- ★ wie du bewertest,
- ★ woran du innerlich arbeitest.

Ich sage dir in meinen eigenen Worten,
was ich davon verstanden habe.

Klärung durch Gespräche



Einführendes Verstehen.

Mensch mit Problem

Morgen habe ich ein Vorstellungsgespräch.
Ich will den Posten unbedingt haben.

Und ob. Das wäre ein Traum. Der Job passt
genau zu meiner Ausbildung. Da bin ich
richtig gut drin.

Ich wäre so was von glücklich. Aber ich mache mir
Sorgen, ob ich mich auch überzeugend darstellen kann.

Ich bin nicht der Typ, der da so locker daher
kommt und die Leute mitreißt.

Ein bisschen ist gut. Mir schlägt das Herz bis zum Hals,
wenn ich daran denke, wie die da sitzen und Fragen
stellen.

ZuhörerIn und HelferIn

Dir ist das unheimlich wichtig, dass du die
Arbeit bekommst.

Du würdest wie auf Wolken gehen, wenn
du da ankommen würdest.

Du bist dir nicht sicher, ob die merken werden,
was für tolle Voraussetzungen du für diese
Arbeit hast?

Du befürchtest, dass du ein bisschen
verspannt und zurückhaltend sein könntest

Du siehst das so richtig kommen: strenge Damen
und Herren, die dich kritisch mustern und fragen.
Und dir werden die Knie ganz weich und dein Puls
wummert.

Klärung durch Gespräche



Wertschätzung

Ich zeige dir, dass ich dich als Person so annehme, wie du bist.
Es geht mir darum, dich beim inneren Selbstgespräch zu unterstützen.
Es ist nicht meine Aufgabe, dir zu sagen, was ich für richtig und falsch halte.

Klärung durch Gespräche



Echtheit, Kongruenz

Ich verhalte mich partnerschaftlich und offen.

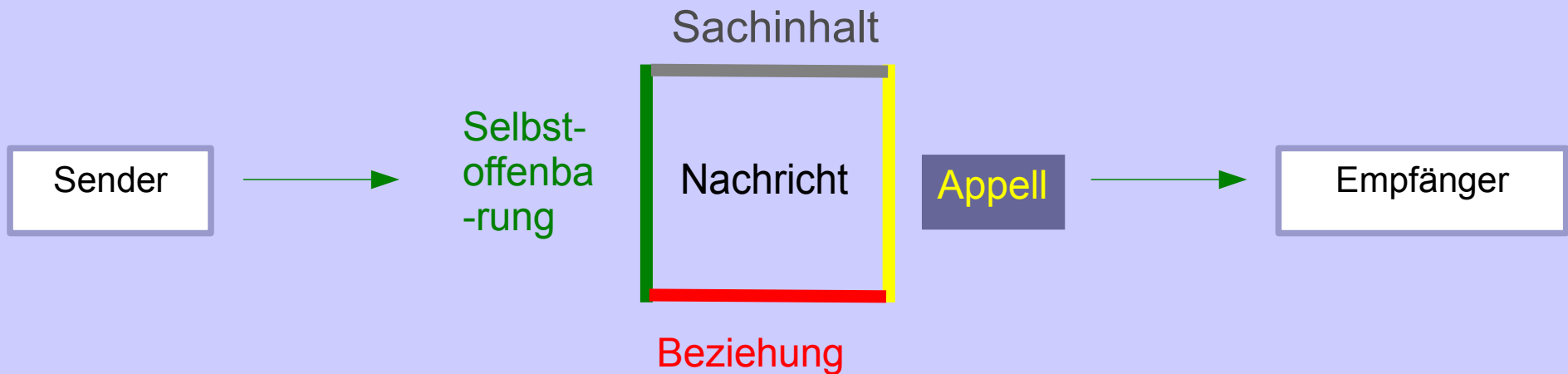
Das was ich sage, und das, was ich mit meinem Gesicht und meinem Körper ausdrücke, stimmt überein.

Ich mache dir nichts vor. Ich spiele nicht „Arzt“, „Lehrer“ oder „Psychologe“.

Klärung durch Gespräche



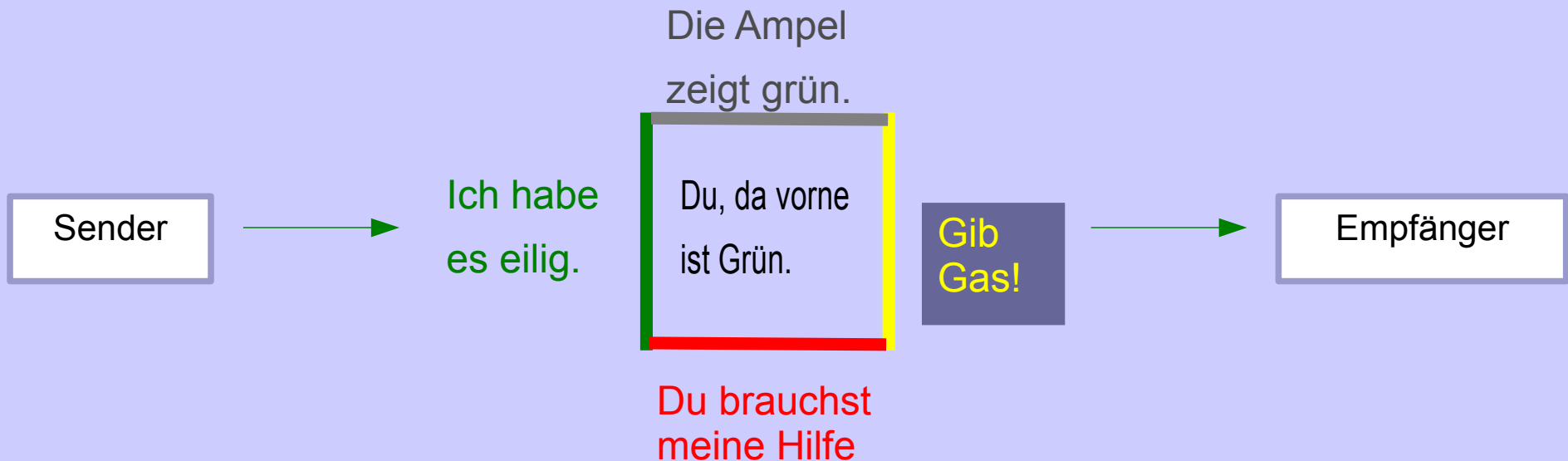
Fein-Analyse der Kommunikation: die vier Ohren.



Klärung durch Gespräche



Fein-Analyse der Kommunikation: die vier Ohren.



Konflikt-Feld

Person A (Torben)
NEIN!

Problemfreie
Zone

Person B (Susanne):
NEIN!

Bewegen sich die Parteien
sozusagen im Mittelfeld, ist die
Situation entspannt und angstfrei.

Es gibt aber Zonen der Nicht-
Annahme, das sind Dinge, die wir
nicht aushalten und zulassen
können und wollen.

Dringt jemand in diese Zone ein,
gibt es einen Konflikt.

Person A
hat das Problem

Problemfreie
Zone

Person B
hat das Problem

Wer hat das Problem?

Eine Person redet zum Beispiel schlecht über jemanden, um sich beliebt zu machen, die andere will das aber gar nicht hören.

Dann **macht** die eine das Problem und die andere **hat** es.

In der Folge kann das aber sehr schnell wechseln: Denn wenn die zweite Person der ersten künftig aus dem Weg geht, hat die das Problem.

Person A:
Ich habe ein Problem

Problemfreie
Zone



Person B:
Einführendes Verstehen

Jemand hat
Sorgen,
eine andere
Person hört
zu.

Wenn die Person A ein Problem hat, hat die Person B den Kopf frei, zuzuhören und das Gesagte in eigenen Worten wiederzugeben.

Am besten wirkt das Verstehen, wenn man das Gefühl, das hinter den Äußerungen steht, verbalisieren kann.

Person A
tut etwas, das ...

Problemfreie
Zone

der Person B...
Probleme macht:
Selbst-Offenbarung,
Ich-Botschaft

Person B sagt, wie
ihr zumute ist.

Wenn man den anderen nicht angreift,
sondern ihm die Wirkung seines
Verhaltens auf das eigene Befinden
mitteilt,

kommt dies unverfälscht beim anderen
an,

die Person A braucht sich nicht zu
verteidigen, sondern kann zuhören.

In der Psychotherapie nennt man das
Selbstöffnung oder
Selbstoffenbarung

Das ist enorm wirksam und tut einem
gut.



Problemanalyse, Problembehebung

Wie verhält sich eine Person, die ein Problem hat?

Sie greift an, beschwert sich, schimpft, klagt an: **Methode 1.**

oder...

Sie verzieht sich, sucht bei sich selber die Schuld, resigniert, "sammelt Rabattmarken": **Methode 2.**

oder ...

Sagt, was sie denkt und fühlt: "Selbst-Öffnung": **Methode 3.**



Problemanalyse, Problembehebung

Wie verhält sich das Gegenüber von jemandem, der ein Problem hat?

"Schlägt zurück", gibt Ratschläge von oben herab, kritisiert:
Methode 1.

Weicht aus, zieht sich zurück **Methode 2.**

Hört aktiv zu, fühlt sich ein: **Methode 3**
oder sagt, was sie/er denkt und fühlt: **Methode 3.**



Problemanalyse, Problembehebung

Ein klärendes Gespräch im Sinne von Methode 3

ist ein Wechsel von Selbstöffnung und Einfühlerndem Verstehen.

Dadurch wird klar,

- welche Bedürfnisse die Beteiligten haben,
- was sie akzeptieren, gerade noch hinnehmen und
- was auf keinen Fall akzeptieren können.



Problemanalyse, Problembehebung

Beispiel: Mutter/Vater hat etwas auf dem Herzen:

Frau Schulte, unser Lars hat seit einiger Zeit keinen Spaß mehr an der Schule

Woran merken Sie das?

Er kommt misstrauisch nach Hause, hat keine Lust zu den Hausaufgaben und will morgens nicht aufstehen..

Sie spüren, dass ihn wegen der Schule etwas bedrückt, und das beunruhigt Sie.

Ja, das war vor einigen Monaten noch nicht so. Ist in der Schule irgendwas vorgefallen?

Ja, schon, er ist nicht mehr so konzentriert und wissbegierig wie früher. Manchmal trödelt er beim Schreiben und manchmal ist er wie abwesend.

Gestern hat er mir erzählt, dass Sie mit ihm häufiger unzufrieden sind und mit ihm schimpfen.

Und das möchten Sie jetzt gerne klären, ob das so ist und wenn, warum ich das tue?

Ja. Ist es so?

Ihm scheint das mit der Schule alles ein bisschen zu viel zu sein. Und seine schlechte Laune ist manchmal wirklich nicht zum Aushalten, vor allem wenn er Hausaufgaben machen soll.

Also, ich habe ihn schon mal etwas energischer angesprochen. Er reagiert auf eine normale Ansprache manchmal nicht. Im Schriftlichen macht er oft nicht weiter und ist dann der Letzte.

Sie sind ratlos, Sie verstehen das nicht und es macht Sie gereizt.



Meine grundsätzlichen Ziele und Absichten in Gesprächen mit Eltern.

**Ich möchte das Gespräch so führen,
dass die Eltern gern wiederkommen.**

Weil sie erfahren, dass ich das Kind genau beobachtet habe und es anschaulich und vielseitig beschreiben kann.

Weil ich dem Kind und der Familie gegenüber Wertschätzung zeige.

Weil ich zeige: hier reden Experten für das Kind miteinander.
Lehrkräfte und Eltern sind Experten für das Kind, mit unterschiedlichem Schwerpunkt.

Weil ich zugleich offen, auch kritisch, aber nicht verletzend und herabsetzend bin.

Weil ich sage, wo das Kind schon ist, und wo es noch hingelangen sollte,

und wer das Kind wie unterstützen sollte.



Meine grundsätzlichen Ziele und Absichten in Gesprächen mit Eltern.

**Ich möchte das Gespräch so führen,
dass die Eltern gern wiederkommen.**

Weil ich Vorschläge anhöre, manche ablehne, manche annehme
und manche bedenken will.

Weil ich mich für die Lage der Eltern interessiere – was ist denen
überhaupt zuzumuten und was können sie gut bringen

und weil ich meine eigene Lage realistisch und offen darstelle.