

Reflecting Team im Einzelsetting

Finde einen Partner/eine Partnerin für eine kurze Beratungssequenz.

Als Berater mit dem Klienten eine **Ortsbegehung** machen.

5-10 Min.

Worum geht es?
Was ist das Problem?
Was genau macht es so schwierig für Dich?
Was könnte eine konkrete Fragestellung/ ein Ziel für die Beratung sein?
Was ist bisher bereits unternommen worden?

Nach einer gewissen Zeit (ca. 5-10 Min.), wenn ausreichend Kontakt und Rapport hergestellt ist, auf Initiative des Beraters/der Beraterin eine **Reflexionsintervention** einbauen.

Möglichkeiten der Einleitung:

„Ich habe jetzt einiges von Dir zu Deinem Thema gehört und würde jetzt gerne kurz darüber nachdenken / meine Gedanken dazu sortieren. Wundere Dich nicht, wenn ich dies laut mache. Du kannst zuhören oder auch Deinen eigenen Gedanken nachgehen. Danach können wir dann ganz normal weitersprechen.“

Dann **aus dem direkten Gesprächskontakt herausgehen** (z.B. Blick abwenden, aufstehen, Stuhl zur Seite rücken,...), also den **Dialogkontakt wahrnehmbar unterbrechen** und laut über das eben Gesagte reflektieren.

Ausgesprochene Reflexion:

1-3 Min.

Je nach Fragestellung kann ich als Berater/Beraterin nun die ganze Vielfalt meiner Wahrnehmungen und Bedeutungsgebungen dem Klienten durch Aussprechen zur Verfügung stellen. Dies kann wie im Reflecting Team auf bestimmte Aspekte fokussieren: z.B. wahrgenommene Ressourcen beim Klienten, bereits vollzogene Veränderungen, erste Schritte in die gewünschte Richtung, usw. Oder man lässt sein eigenes inneres Team zu Worte kommen und inszeniert so einen Dialog der eigenen Teile. Manchmal reicht auch eine geäußerte Ambivalenz.

Fortsetzung des Gespräches:

10-15 Min.

„Das war jetzt vielleicht etwas ungewöhnlich für Dich, mir beim Nachdenken zuzuhören. War denn in meinen geäußerten Gedanken etwas bei, was Dich angesprochen oder berührt hat?“

Dann die Beratungssequenz mit Blick auf das Ziel einen ersten kleinen Schritt weiter bringen und zügig zum Schluss kommen.

Gemeinsame Prozessreflexion:

10 Min.

Nach abgelegten Rollen (Berater/in und Klient/in) gemeinsam als Professionelle auf den Gesprächsprozess schauen und auswerten:

Wie ist es uns mit der ausgesprochenen Reflexion ergangen?
Wie war der Prozess davor und danach? Was hat sich ggf. verändert?
Wie kann ich diese Art der Intervention in meiner Beratungsarbeit nutzen?