

Inhalt

Tabellenverzeichnis	8
Abbildungsverzeichnis	9
Einführung	11
1 Rahmenbedingungen und Beratungsprozesse	12
2 Grundlagen der Kommunikation	14
2.1 Verbale und nonverbale Kommunikation, oder: Man kann nicht nicht kommunizieren	14
2.2 Kommunikation ist Beziehung: Über die gestörte Kommunikation, Symptome und die Folgen	17
2.3 „Nicht so gemeint und doch so gemeint“ – Doppelbotschaften.....	23
2.4 Ich bin, der ich bin – Beraterpersönlichkeit und klientenzentrierte Beratung	25
2.4.1 Sei der, der du bist – kongruent sein!	25
2.4.2 Höre auf dich selbst und sei mit dir im Reinen – Selbstreflexion!	25
2.4.3 Andere Menschen verstehen – Einsicht!	25
2.4.4 Die Bedürfnisse und Gefühle anderer Menschen verstehen – Empathie!	26
2.4.5 Je offener gegenüber eigenen und anderen Realitäten, desto weniger das Bedürfnis der Regulation und Ordnung	26
2.4.6 Ich kann meiner Erfahrung trauen – Erfahrung vor Intellekt.....	26
2.4.7 Bedeutung, Regelmäßigkeit oder Gesetzmäßigkeit entdecken – neugierig sein	26
2.5 „Ich bin o.k. – du bist o.k.“ – die gewaltfreie Kommunikation	28
2.5.1 Die Dos und Don'ts in der gewaltfreien Kommunikation	28
2.5.2 Moralische Urteile	29
2.5.3 Blockiertes Einfühlungsvermögen und Verantwortung leugnen	29
2.6 Verhandeln als sozialer Austausch – das Harvard-Konzept	31
2.6.1 Nett sein ist auch keine Lösung.....	31
2.6.2 Die Methode des Verhandeln	31
2.7 Abwehrmechanismen, Verhalten und Kommunikation	34
2.8 Was kommt nach „Guten Tag“ – Kommunikation als Transaktion ...	38
2.8.1 Struktur-Analyse und die drei Ich-Zustände	38
2.8.2 Transaktionsanalysen	39

2.9	Das Ganze bestimmt die Teile – Gestalttheorie und Kommunikation ..	42
2.9.1	Kontaktaufnahme mit der Umwelt – die Gestalt beginnt sich zu formen	42
2.9.2	Wenn wir nicht mehr „in Kontakt sind“ – Momente der (Kontakt)Unterbrechung	43
2.10	Exkurs Psychodrama	46
2.11	Der programmierbare Mensch – Verhalten ändern durch Kommunikation	47
2.12	Neurolinguistisches Programmieren (NLP) in der Beratung	49
2.12.1	Repräsentationssysteme und Ankern	49
2.12.2	Reframing	50
2.12.3	Sprache als Repräsentation des Selbst	50
2.13	Exkurs: Rapport, Pacing und Leading	53
2.14	Die vier Ohren der Kommunikation – Werte, Persönlichkeit und Inneres Team	54
2.14.1	Kommunikation und Werte	55
2.14.2	Persönlichkeitsstile und das innere Team	55
2.15	„Wie kann ich Ihnen helfen, damit Sie mich wieder loswerden?“ Systemische Begleitung und Beratung	58
2.15.1	Systemische Haltung in der Beratung	59
2.15.2	Therapeutische Glaubenssätze für die systemische Beratung	59
2.15.3	Familienregeln und Familienmythen	60
2.16	Exkurs: Das Reflekting-Team	64
3	Beratung in der Gruppe	66
3.1	Beratungen in der Gruppe	66
3.2	Im Hier und Jetzt sein – Themenzentrierte Interaktion	67
3.3	Von Gruppen, Teams und Arbeitsaufträgen	69
3.4	Meeting, Workshop und Co – darauf müssen Sie achten	71
3.5	Das Gruppenmitglied – eine eigene Spezies	75
3.6	Exkurs: Besprechungen planen	79
3.7	Rückmeldungen in der Beratung – das gelungene Feedback	80
3.8	Beratung für Berater*innen – zwischen Fallvorstellung und Selbstreflexion	81
3.8.1	Balintgruppe	81
3.8.2	Supervision	83
4	Exkurs: Coaching	85

5	Beratung und Begleitung im Lebenszyklus	86
5.1	Familienplanung, Geburt und Erziehung	86
5.1.1	Beratung bei Sterilitätsbehandlung	88
5.1.2	Adoption und Pflegekinder	92
5.1.3	Exkurs: Regenbogenfamilien	97
5.1.4	Erziehungsberatung in speziellen Situationen	98
5.2	Kindergarten, Schule und Beruf	102
5.2.1	Besondere Herausforderungen in der Lebensphase Jugend	106
5.2.2	Grenzüberschreitungen, Alkohol- und Drogenkonsum	111
5.2.3	Coming-out-Prozesse von lesbischen, schwulen und bisexuellen Jugendlichen	115
5.2.4	Berufsberatung	121
5.3	Lebensplanung und Ruhestand	124
5.3.1	Paarberatung	124
5.3.2	Gesundheitsberatung	127
5.3.3	Beratung in der Pflege	130
5.3.4	Psychische Erkrankungen	133
5.3.5	Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht	135
5.3.6	Begleitung am Lebensende: Palliativberatung	137
5.3.7	Exkurs: Sprache und Pflege	140
6	Resümee und Ausblick	142
	Literaturverzeichnis	143
	Internetquellen	149
	Stichwortverzeichnis	150