

# Inhalt

<b>Tabellenverzeichnis .....</b>	<b>8</b>
<b>Abbildungsverzeichnis .....</b>	<b>9</b>
<b>Einführung .....</b>	<b>11</b>
<b>1 Rahmenbedingungen und Beratungsprozesse .....</b>	<b>12</b>
<b>2 Grundlagen der Kommunikation .....</b>	<b>14</b>
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
<b>3</b>	<b>Beratung in der Gruppe .....</b>	<b>66</b>
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
<b>4</b>	<b>Exkurs: Coaching .....</b>	<b>85</b>

<b>5</b>	<b>Beratung und Begleitung im Lebenszyklus .....</b>	<b>86</b>
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
<b>6</b>	<b>Resümee und Ausblick .....</b>	<b>142</b>
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>143</b>
	<b>Internetquellen .....</b>	<b>149</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>150</b>