



Förderliche Maßnahmen bei der partnerzentrierten Gesprächsführung

1. Haltung der Annahme:
 - Selbstwahrnehmung der/s Beratenden: auf die eigene Körperhaltung achten, Mimik, Gestik
 - Blickkontakt, bestätigende Laute wie „hmm“, „ja“
2. Verständliche Sprache verwenden; an Ausdrucksweise des KI anlehnen und Alter beachten, z.B. keine Fremdwörter
3. Empathisches Reagieren, Verstehen anstreben:
 - zuhören und nicht unterbrechen, sich in die Klientin / den Klienten hinein versetzen: was mag sie / er empfinden, welche Emotionen stecken hinter ihren / seinen Aussagen?
 - Das Verstehen mitteilen:
 - passives Zuhören: z.B. durch Kopfnicken oder mhh,
 - aktives Zuhören: als Klärungshilfe den wesentlichen Inhalt wiederholen (paraphrasieren), die vermuteten Gefühle ansprechen (verbalisieren)
 - nachfragen /nicht ausfragen, sich kurz fassen, zusammenfassen
 - den/die KI zu Selbstmitteilungen anregen
 - Selbstmitteilung über eigene Befindlichkeit aufgrund des Gesprächs.
4. Pausen ertragen
5. Nicht-Gesagtes beachten
6. Besonders auf Körpersprache und Ton der/s Ratsuchenden achten und darin deutlich werdende Gefühle wahrnehmen, auf Zusammenspiel von verbaler und nichtverbaler Kommunikation achten, indirekte Signale aufnehmen.
7. Probleme ansprechen, Hintergründe aufdecken (z.B. als Wirkung oder Vermutung): Das klingt, als berührt dich das sehr stark. Ich habe das Gefühl, dass du..... Ich habe den Eindruck, dass Sie..... Ich sehe, dass du..... Ich höre heraus, dass Sie..... Mir fällt auf, dass Sie....
8. Fragen
 - offene Fragen, um zum Reden zu ermuntern bzw. die Wahrnehmung des anderen zu erweitern
 - geschlossene Fragen, um Genaueres zu erfahren
9. Nicht werten oder diagnostizieren
10. Lösungswege finden lassen: z. B. durch folgende Fragestellungen:
Was willst du? Was wünschen Sie sich? Wie stellst du dir das vor?
Welche Möglichkeiten siehst du für dich?
Was kannst du selber tun?
Wann wollen Sie damit anfangen?
Ggf. weiterführende Ideen beitragen, an Sichtweise des Partners anknüpfen (nicht diskutieren)
11. Mit Hilfsangeboten sehr zurückhaltend sein, keine Ratschläge, ggf. Rat geben, wenn gewünscht.
12. Ggf. Feedback geben und Feedback annehmen