

Dialog als Kreisprozess und schöpferischer Weg der Kommunikation

Jana Marek, Johannes Schopp

Wir leben in einer Zeit und in einer Gesellschaft, in der es für viele Menschen, insbesondere für Eltern, Pädagogen, Kinder und Jugendliche, Therapeuten, Ärzte und Lehrer existenziell wird, mit sich selbst in Kontakt zu kommen und einen Sinn jenseits der reinen Funktionslogik von Leistung und Konkurrenz zu finden.

Wir brauchen Orte an denen Menschen sich verbunden und aufgehoben fühlen, damit sie angstfrei lernen und ihr Potential entfalten können. Alte Konstrukte von Bildung und Erziehung müssen transformiert werden, damit Beziehungs- und Bildungsprozesse menschlich werden und die Kreativität Raum erhält. Wie kommen wir zu unserem Tiefenwissen, wie gelingt eine ICH - DU Begegnung? Wie entsteht Verbundenheit?

Der dialogische Prozess im Kreis als uralte und allen Menschen vertraute Form des Zusammenseins, schafft Raum für die Erfahrbarkeit dieser Qualitäten. Im Umgang miteinander, im Alltag, in der Beratung, im Hilfeplan-Gespräch und im Seminar hilft die Infrastruktur des Dialogs, sowohl den Klienten, Eltern, Großeltern, Kindern und Jugendlichen als auch den professionellen Helfern, sich selbst und andere besser kennen zu lernen und eigens ihren Weg im Miteinander zu finden. Auf der anderen Seite macht er die Profis, die sich als Teil des Dialogprozesses sehen, sensibel und hilft ihnen, ihre eigene Menschlichkeit zu finden und zu spüren. Das wiederum trägt in der Begegnung mit Menschen zu tieferem Verständnis und Verbundenheit bei, und es schützt sie vor Hochmut und vor Besserwisserei. Dieser radikale Paradigmenwechsel verändert unser Denken und unsere Art, Menschen zu begegnen, vollständig.

Was bitte bedeutet "Dialog im Kreisprozess"? - Versuch einer Annäherung

Der Kreisprozess bietet eine Gesprächsinfrastruktur und wirkt wie ein soziales Gefäß, wie z.B. die bewusste Gestaltung der Kreismitte, das Check-in und das Check-out. Er verkörpert Unendlichkeit und Kontinuität, er beruhigt und befriedigt. Ein Kreis hat weder Anfang noch Ende; [...] Niemand ist überlegen, keiner ist besser als der andere. In all unserer Unterschiedlichkeit sitzen wir in einem einzigen schönen, runden Gebilde zusammen" (Baldwin, Linnea 2014: 17). Die Menschen werden ermutigt sich selbst einzubringen, die üblichen Muster von Dominanz und Passivität werden von Anfang an bis zum Ende

konsequent durchbrochen, weil die dialogischen Prinzipien und Elemente dies ermöglichen. Die Entwicklung von Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit werden hautnah erfahren und wirken nach. Der Kreisprozess schafft einen Raum für hohe Konzentration, Zuhören und Achtsamkeit im Dialog, wo Menschen mit und von einander lernen.

Der hier beschriebene Prozess hält dazu an, dass wir immer wieder wahrnehmen und reflektieren, wie wir auf Menschen zugehen, wie wir sie sehen ebenso wie unsere persönlichen Bilder und Sichtweisen zu den Menschen und unserer Welt entstanden sind und wie diese wirken. Dialog ist ein Weg, alte, gewohnte, lange geübte Reaktionsweisen in Frage zu stellen, mit dem Ziel, das "Sich-ausgeliefert-Fühlen" in "Selbst-Verantwortung" zu wandeln. Durch Verlangsamung haben wir die Möglichkeit zu bemerken, wann wir einmal wieder aus dem alten 'Wissensvorrat' heraus blitzschnell reagieren. Der Dialog kann so heilsam wirken gegen vorschnelle und scheinbar einfache Lösungen, gegen Machbarkeitswahn und die Illusion, alles im Griff zu haben. Er bedeutet Verzicht auf Bevormundung, grundsätzlich und radikal. Wir wollen so Gelegenheit für echte Begegnung im Buberschen Sinn und für gemeinsames Lernen auf "Augenhöhe" schaffen. Wohl auch deshalb verbinden viele Menschen mit dieser Art der Begegnung und gemeinsamem Lernen ein Wohlgefühl.

Dieser Perspektivwechsel erfordert eine entsprechende Kultur des Umgangs miteinander. Was konkret heißt das, und wie soll es gelingen, als BegleiterIn eines Dialogprozesses, einen Ort jenseits von "richtig" und "falsch" zu schaffen, einen Raum für angstfreies, inspiriertes Lernen und Kreativität, in dem sich achtsames Zuhören, erkundendes Fragen und gemeinsames Nachdenken entfalten können? Wie identifiziere und vermeide ich die Fallen der Belehrung, der Wissensvermittlung, des Besser-Wissens und des Recht-haben-Wollens? Wissensentstehung kann nicht gemanagt werden, es können lediglich Bedingungen geschaffen werden, die diese fördern (vgl. Scharmer 2011: 93) oder wie Hans Trüb (Trüb 1971: 103) schrieb: "Man kann dem Anderen die Wahrheit nicht bringen, man findet sie miteinander."

"Der Dialog braucht Menschen, die sich von dem überraschen lassen können, was sie sagen, ihre Gedanken nicht schon geordnet haben und die Bereitschaft besitzen, sich durch das Gespräch beeinflussen zu lassen. Sie haben Fragen, ohne die Antwort zu kennen und fordern die Antwort auch nicht von anderen" (Isaacs 2011: 124).

Dialog als Haltung

Die dialogische Haltung schult unsere Achtsamkeit und Präsenz und sensibilisiert sowohl für das Wesentliche im anderen als auch für die eigenen Wahrnehmungsmuster, Urteile und Bewertungen. Diese Haltung lebt von gegenseitigem Respekt, schöpferischem Zuhören und Sich-authentisch-mitteilen-Können. "Respekt bedeutet hier, auf das beste in einem Menschen zu achten und die Mitmenschen als Geheimnis zu betrachten, das man nie wirklich ergründen kann" (Isaacs 2011: 109). Unter diesen Bedingungen reifen Menschen persönlich, und in Gruppen praktiziert entfaltet sich die Intelligenz der Gruppe. Die dialogische Haltung bedeutet, auch und gerade im beruflichen Kontext, bereit zu sein, sich selbst mit seinem Menschsein in die Begegnung mit dem jeweiligen Gegenüber einzubringen. Selbst Teil der Partnerschaft mit den Eltern, Klienten, Gästen, Kunden, Patienten - wie immer wir die "anderen" auch nennen, mit denen wir arbeiten - zu sein. Wenn ich diesen Teil als zu mir gehörig erlebe, bin ich selbst Vater, Mutter, Lehrerin, Kind, Ratsuchender, Patientin, eben das Gegenüber. Mit diesem Bewusstsein werde ich wahrscheinlich achtsamer und rücksichtsvoller (re)agieren.

Der Dialog lässt Raum und Zeit für menschliches Sein, für Unvollkommenheit, für Fort- und auch Rückschritte, für Langsamkeit und Anderssein, Eigensinn und Selbsterforschung. Wir verstehen den Dialogprozess als Ort der Begegnung und des Austausches ohne Machtanspruch, als Inspirations- und Kraftquelle, als (neuen oder anderen) Weg zu einer aufbauenden, salutogenen Kommunikation¹ und als Ort für Vertrauen, für Heimat und Selbstreflexion. Im Dialog lassen wir zu, irritiert und erschüttert zu werden um den Preis und die Chance, dass unser Denken, unser Glauben und unsere Überzeugungen über Konzepte, die Natur, Gesundheit und Krankheit, über die Gesellschaft und die Welt sich wandeln wird.

Die Kraft innerer Bilder

Ein wesentlicher Teil des Dialogprozesses sind erzählte und vorgelesene Geschichten, die berühren und unter die Haut gehen. "Geschichten führen uns zu Erkenntnissen, die uns über Nachdenken und Zahlen, Daten Fakten nicht zugänglich sind" (Baldwin, Linnea 2014: 147). Dieses Erzählen unter Zeugen schafft innere Bilder, die je nach dem Kraft verleihen

¹ Theo Petzold, der die Theorie der Salutogenese von Antonovsky weiterentwickelt, versteht aufbauende oder auch "salutogene Kommunikation"® als Suche nach dem Gelingenden, nach dem, was einem nachhaltig gut tut, und danach, was die eigene Stimmigkeit und die der jeweiligen anderen Menschen im Umfeld fördert, ihnen Kraft gibt etc. Es ist ein Unterschied, ob ich frage, warum es mir gerade schlecht geht, oder ob ich den Blick darauf richte, was ich tun kann, damit es mir (wieder) gut geht.

oder auch schmerzen können. Das Gefühl von Zugehörigkeit, das so entsteht, wirkt sich heilsam aus, weil es das Vertrauen und die Zuversicht der Einzelnen in sich selbst, in andere Menschen und in die Welt fördert. Der Unterschied zwischen dem, etwas nur zu denken und für sich zu behalten und diese Gedanken laut auszusprechen, ist immens. Sie entfalten in den Sprechenden und Zuhörenden eine besondere Kraft. Antony de Mello hat einmal sinngemäß gesagt: *Kinder brauchen Geschichten zum Einschlafen, Erwachsene dagegen zum Aufwachen.* In gewisser Weise geht es im Dialog um ein Aufwachen, um ein Aussteigen aus der Spirale, die sich ausschließlich um die Krankheit, die Kinder, das Problem dreht.

Paar- und Achtsamkeitsübungen ergänzen die Arbeit in der Kreis- und Beratungsarbeit. Sie geben Impulse für effektives, ganzheitliches, nachhaltiges Lernen, mehr als die übliche Art von Kommunikationstraining, mit Input und Rollenspielen. Wenn Dialogbegleiter/innen die Dialogrunden (Kreisprozesse) sorgfältig vorbereiten und durch ihre Präsenz achtsam begleiten wird die Qualität der Gespräche hoch sein. Viele Lehrer/innen, Erzieherinnen und Ärzte sind völlig verblüfft, wenn sie erleben zu welchen authentischen Aussagen und gehaltvollen Erkenntnissen so genannte bildungsferne Menschen in der Lage sind. Diese Gesprächskultur funktioniert über eine Intelligenz, die Herz und Verstand in Einklang bringt. Es liegt in der Natur des Kreises alle Beteiligten zu einem partizipatorischen Prozess einzuladen und auch völlig konträren Ansichten Raum zu geben (vgl. Baldwin, Linnea 2014: 41ff.)

Das Prinzip der Gleichwürdigkeit als Basis der "helfenden" Beziehung

Der Familientherapeut Jesper Juul führte den Begriff der Gleichwürdigkeit ein (vgl. Hartkemeyer/Hartkemeyer 2005: 99ff.). Dieser lässt erahnen, dass es im Dialog um wesentlich mehr geht als um einen besonders freundlichen und wertschätzenden Umgang miteinander. In "Gleichwürdigkeit" stecken die Begriffe "gleich" und "Würde". Im Dialog begegnen sich alle in Würde und Anerkennung für ihr Mensch-sein, wichtige Bedingungen für Lernen und Wachstum: weder ein einseitiger Akt noch eine herablassende Geste. Im Dialog, wie ihn Buber meint, geschieht Beziehung in der Begegnung in wechselseitiger Anerkennung der Einmaligkeit. In diesem, wenn auch nicht zu erzwingenden, Moment, lassen sich beide Seiten aufeinander ein. Dieser Augenblick der bedingungslosen Anerkennung wird häufig von den Beteiligten als Verbundenheit erlebt. Sich dem Anderen radikal respektvoll zuzuwenden ist die Basis für eine vorurteilsbewusste Begegnung.

Die Kraft gegenseitiger Würdigung

Begegnung und Kontakt braucht der Mensch existentiell, schreibt Buber. Kontakt bedeutet zuerst menschliche Bindung. "Der Mensch braucht die anderen Menschen, um sein Selbstwissen in Bewegung zu bringen", heißt es bei Cornelia Muth (Muth 1998: 57). In der Lernpraxis offenbart sich diese Haltung u. a. dadurch, dass der "Lehrer" die "Schüler" nicht belehrt, sich und sein Wissen nicht über sie stellt, sondern ihnen "von Wesenskern zu Wesenskern" (Buber) begegnet. Die würdige(nde) Begegnung, den konstruktiven Austausch von Erfahrungen, erleben die Beteiligten als persönlichkeitsstärkend, mitunter sogar als heilend. Für Martin Buber ist es geradezu "unerlässlich", sich auf das "Einander gegenüber" einzulassen, auf die "Sphäre des Zwischenmenschlichen". Deren "Entfaltung nennen wir das Dialogische" (Buber 1997: 276).

Deshalb beschreiben wir unsere Arbeit heute so: die Menschen sehen, sie würdigen, mit Achtsamkeit hinhören ohne einen "*InstandsetzungsfILTER*" (Gay Hendricks), immer wieder hinsehen, hinspüren und radikal respektieren, wie und für was sie sich entscheiden (wollen). Eine besondere Herausforderung für Menschen in helfenden und lehrenden Berufen: Sich auf ein Kind oder einen Erwachsenen persönlich einzulassen, sich von der Begegnung berühren zu lassen, scheint vielen zunächst gewöhnungsbedürftig. Sich mit dem ganzen Wesen einzubringen rührt an den Grundfesten eines auf professioneller Abstinenz basierenden Selbstverständnisses helfender, heilender oder lehrender Berufe. Die Begriffe "persönlich" und "privat" werden synonym verwendet, und das führt häufig zu Missverständnissen. Im Dialog jedoch unterscheiden wir: "Persönlich" heißt für uns, sich mit seinem ganzen Wesen zu zeigen, sich selbst nicht vorzuenthalten, sich als Mensch in die Begegnung einzubringen. "Privat" konnotieren wir mit der Veröffentlichung von Details des eigenen Lebens. Dialogisch agierende Menschen spalten (sich) nicht "in ein privates noch in ein öffentliches Selbst", kommentiert Muth. Denn sie halten Zwischenmenschlichkeit überall und nicht nur im Privaten für erlebbar. Die Zwischenmenschlichkeit soll zu Hause und in der Öffentlichkeit gleichermaßen gelten. "Der Mensch kann nicht allein im privaten Kreise sein dialogisches Leben verwirklichen" (Muth 1998: 67).

„Alle anderen Tätigkeiten, wie das Beobachten und Analysieren, machen das Gegenüber zum Objekt und erreichen nicht das, was der Mensch wirklich für ein sinnvolles Leben braucht“ (Muth & Nauert 2008: 21).

Ob und wie es mir als Begleitendem gelingt, mit meinem Gegenüber in Kontakt zu treten, hängt wesentlich von meiner Einstellung und meinen Motiven ab. Um eine Person in

ihrer Ganzheit zu sehen, bedarf es des zweiten Blicks da, wo ich noch einmal genau hinschauen sollte. Als Unterstützung/ Erinnerung für diesen immer wieder notwendigen Prozess des Hin -Schauens setzen wir die "Goldene Brille" auf. "Der Ausdruck '*Ich sehe dich*' bedeutet, den andern in der Welt zu halten" (Isaacs 2011: 105). Dieser kraftvolle und heilsame Akt wird im Dialogprozess erfahren und kann in das Leben bzw. in die berufliche Praxis integriert werden. "Aktiver Respekt ist im Grunde die Aufforderung andere zu *legitimieren*"² (ebenda).

Jemanden im Kern zu "erreichen" heißt also vor allem, eine Beziehung mit ihm aufzubauen. Die Qualität dieser Beziehung wird für Menschen dadurch spürbar, wie sie in ihrer Einzigartigkeit wahrgenommen und bestätigt werden. Im besten Falle bedeutet es: Jeder Einzelne fühlt sich uneingeschränkt respektiert und gewürdigt für alles, was ihn als Menschen ausmacht. Dieser Anspruch steht dem Selbstverständnis vieler Professioneller entgegen, als Person mit "Wissensvorsprung" zu helfen und gegebenenfalls das Verhalten Einzelner "positiv" zu beeinflussen bzw. als Ärztin oder Therapeutin beim Gesundwerden zu helfen.

Nicht selten müssten sich LehrerInnen, PädagogInnen, TherapeutInnen und ÄrztInnen die für sie bange Frage stellen: "Wer bin ich denn (noch), wenn ich nicht im klassischen Sinn meine Hilfe, mein Wissen, meine Erfahrung dem anderen *vermitteln* soll? Woraus ziehe ich meinen Selbstwert, wenn nicht (mehr ausschließlich) ich es bin, der oder die stärkt, heilt bzw. hilft? Gebe ich meinen gesellschaftlichen Habitus als Wissende auf, wenn ich sage: "Ich weiß nicht, welcher jetzt der richtige Weg ist."?

Die Menschen begleiten, statt sie abzuholen

Im Ringen darum, die Menschen unterschiedlicher kultureller Herkunft und sozialer Milieus zu erreichen, wird immer wieder die zunächst positiv konnotierte Redewendung bemüht: "Wir holen die Leute da ab, wo sie stehen." Haben Sie schon mal jemanden sagen hören: "Wir holen den Chef, die Therapeutin, den Sozialarbeiter oder die Ärztin da ab, wo sie oder er steht"? Das klingt merkwürdig. In der Symbolik des "Abholens" steckt auch, davon überzeugt zu sein bzw. zu wissen, wohin es gehen soll. Wer Subjekt und wer Objekt ist, ist klar definiert. Wenn wir diesem hierarchischen Gedanken folgen, ergeben sich Wortpaare wie: Wissende - Unwissende, Willige - Unwillige, Bildungsträger - Bildungsferne,

² Humberto Maturana sieht in diesem Akt der Legitimierung eine Verbindung zur Liebe: "Liebe ist der Bereich des Beziehungsverhaltens, durch den ein Anderer als legitimierter Anderer in Koexistenz mit einem anderen selbst entsteht" (Vortrag Konferenz der Society of Organizational Learning, 24. Juni 1998).

Leistungsträger - Leistungsverweigerer, Diagnosesteller - Diagnostizierte, Lehrer - Belehrte, Gesunde - Kranke, oben und unten.

DialogbegleiterInnen vermeiden dementsprechend, von einem eigenen "Wissensvorsprung" auszugehen. Sie erkennen an, dass jeder Mensch über eigenes, je anderes Wissen und eigene und je unterschiedliche Erfahrungen verfügt, keine höheren und keine niederen. Wer für sich einen Vorsprung deklariert, distanziert sich und schafft eine hierarchische Ordnung.

Notwendig ist an dieser Stelle die grundsätzliche Auseinandersetzung mit Macht, "Behandlung" und Kontrolle auf der einen und Handeln und erlebter Selbstwirksamkeit auf der anderen Seite. Das Ziel: ein entwicklungsorientiertes Menschenbild. Dazu unumgänglich: die Abkehr vom alten autoritären, paternalistischen Bild des Hilfsbedürftigen bzw. des Kranken, der zur "Mitarbeit" gebracht werden muss hin zum "gleichwürdigen Dialog". Wie viel Kompetenz für eigenes Lernen und Leben traue ich mir und anderen zu?

Das Zusammenleben und Arbeiten in Familien hat ebenso wie der Umgang mit Gesundheit und Krankheit etwas mit mutigem Experimentieren zu tun, beschrieben auch als gemeinsamer Lebens-, Lern- und Entwicklungsweg (vgl. Schopp 2013: 24f.). Erwachsene und Kinder lernen mit- und voneinander wie Helfer von den Klienten bzw. Patienten. Weil jeder Mensch einzigartig ist, sehen DialogbegleiterInnen ihre Aufgabe darin, den Menschen, mit denen sie es zu tun haben, in kreativen Prozessen auf der Suche nach deren eigenen Wegen und Entscheidungen zu begleiten. DialogbegleiterInnen schaffen einen geschützten Rahmen zum Auf-sich-selbst-Besinnen und zur wohlwollenden Selbstreflexion. Sie sehen sich in diesem Prozess als Gesprächspartner, die sich persönlich nicht vorenthalten. So ergänzen sich Erfahrungswissen und Expertenwissen gleichrangig.

Schatzsuche statt Fehlerfahndung - die Möglichkeiten erweitern

Im Dialogkreis wird lebendiges, existentielles Zuhören ermöglicht, über gelungene und gescheiterte Versuche, Scham und Schuldgefühle, Glücksmomente und Ganzheit. Die Kernfähigkeit "*Sprich von Herzen*" erweist sich als ausgesprochen alltagstauglich. Wir haben sie noch erweitert: "*mit dem Herzen hören.*" Wenn Menschen sich wahrgenommen und gewürdigt fühlen so wie sie sind, kann ein Vertrauensraum entstehen, damit die Energie ins Fließen kommt und Blockaden aufgelöst werden. Ihre Einzigartigkeit ist Teil der Persönlichkeit und das Ergebnis ihrer bisherigen Lebenserfahrung.

In sich selbst nach Schätzen zu suchen anstatt nach Defiziten ist eine Herausforderung. Kaum ist ein Fehlverhalten von außen oder "oben" erkannt, wird dem Diagnostizierten eine Vereinbarung abgerungen, sich doch bitte zukünftig anders, *gesünder* "besser" zu verhalten. Respektvolle Begleitung anzubieten bei der Suche nach den eigenen Qualitäten in sich selbst ist eine der großen Chancen des Dialogs. Diese Suche bedeutet nämlich nicht nur, daran zu glauben, dass etwas gelingt, sondern auch etwas dafür tun zu können, will man neue Erfahrungen machen. Die emotionalen Erfahrungen, im Dialog-Setting geschützt durch den "Kreis", führen eher zu neuen Haltungen und Verhaltensweisen als die sachliche Analyse von Fehlern. Im Dialog kann sich für alle Beteiligten Wesentliches ereignen. Dialog ist das Wagnis, sich zu öffnen. Vor sich selbst und vor anderen. Die Dialogbegleiter sind Hüter des Kreises und insofern für diesen "Container", diesen "Vertrauensraum" verantwortlich, der Sicherheit und Offenheit und die Möglichkeit einer entspannten und angstfreien Atmosphäre schafft. Innerhalb dessen forschen die Beteiligten gemeinsam nach dem Gelingenden im Leben.

"Der Dialog ist vergleichbar mit einer musikalischen Gruppenimprovisation. Es gibt keine unpassenden Töne. Jeder Ton ist wichtig. Jeder Ton macht das Stück zu dem, was es ist. Es gibt kein Gut und Schlecht, kein Falsch und Richtig. Selbst wenn - im übertragenen Sinne - dem Cellisten an seinem Instrument eine Saite risse, gehörte dies zum Werk, wird gegebenenfalls sogar von andern aufgenommen und als Inspiration erlebt."³

Das Stichwort "Schatzsuche statt Fehlerfahndung" zeigt deutlich die grundsätzliche Haltung in der Arbeit mit Einzelnen und Familien. Sie beginnt mit der Begrüßung. Es macht einen Unterschied, ob ich frage, "Was fehlt Ihnen?" oder ob ich frage "Wie geht es Ihnen, was läuft gerade gut bei Ihnen? Was gibt Ihnen Kraft?"

Die konkreten Inhalte der Beratung, Behandlung oder des Seminars orientieren sich an den Bedürfnissen der jeweiligen PatientInnen, KlientInnen oder der TeilnehmerInnen einer Gruppe. Die dialogische Haltung schafft respektvollen Raum für individuelle Antworten auf Fragen, die das Leben stellt und die persönlichen Lernwege der Einzelnen. Dialogbegleiter achten nicht nur darauf, alle Beiträge der TeilnehmerInnen ohne Wertung nebeneinander stehen zu lassen, sondern auch darauf, Menschen mit gefühlt "merkwürdigen" Ansichten zu respektieren und die Einzigartigkeit des Einzelnen als sein Gewordensein zu würdigen.

Kohärenz und Stimmigkeit - Salutogenese versus Pathogenese

³ Ulrike Schoneberg (2012): Reflexion. 1. Modul. „Weiterbildung zur Dialogbegleiterin“. Bonn.

Aaron Antonovsky entwickelte die Theorie der Salutogenese, der Entstehung von Gesundheit (*salus*: gesund, *genese*: Entstehung). Er setzt damit der pathogenetischen Sicht etwas entgegen, die vorwiegend nach Ursachen für Krankheit, Leid und soziale Auffälligkeit fahndet. Er reflektiert darüber, wie es gelingen könne, dass ein Mensch "heil" durch Höhen und Tiefen gehe. Aus pathogenetischer Sicht sollen Menschen gerettet oder vor Unheil bewahrt werden. Antonovsky nimmt an, dass Menschen sich, nicht nur unvermeidlich, sondern *notwendigerweise* an Herausforderungen bewähren können und müssen. Seine Theorie zielt darauf ab, an Herausforderungen zu wachsen, Widerstandsfähigkeit und Überlebenstechniken zu entwickeln, was er auch "Kohärenzgefühl"⁴ nennt. In vielen Fällen erscheint es ihm sogar als kontraproduktiv, jemandem eine Krise zu nehmen, einen "Krisenklauf" (Lechler 1997: 22) zu begehen, wie der Arzt und Suchttherapeut Walther Lechler es nannte. "Meine fundamentale philosophische Annahme ist", so sagt Antonovsky, "daß der Fluß der Strom des Lebens ist. Niemand geht sicher am Ufer entlang. Darüber hinaus ist für mich klar, daß ein Großteil des Flusses sowohl im wörtlichen wie auch im übertragenen Sinn verschmutzt ist. Es gibt Gabelungen im Fluß, die zu leichten Strömungen oder in gefährliche Stromschnellen und Strudel führen. Meine Arbeit ist der Auseinandersetzung mit folgender Frage gewidmet: 'Wie wird man, wo immer man sich in dem Fluß befindet, dessen Natur von historischen, soziokulturellen und physikalischen Umweltbedingungen bestimmt wird, ein guter 'Schwimmer'" (Antonovsky 1997: 92)?



Abbildung aus Schopp 2013: 42

Salutogene Kommunikation

Theo Petzold (2010) übersetzt den Kohärenzbegriff mit "stimmige Verbundenheit". Diese können wir durch stimmige Kommunikation erleben. Im Spannungsverhältnis zwischen dem Gesundheits- und Krankheitspol (Antonovsky) sieht er die ständige Herausforderung, in

⁴ In der Originalausgabe mit dem Titel *Unraveling the Mystery of Health. How People Manage Stress and Stay Well* heißt es »sense of coherence«. Die Übersetzung mit dem Begriff »Kohärenzgefühl« stammt von Alexa Franke, 1997.

allen Lebensdimensionen hinreichend Stimmigkeit herzustellen. Er unterscheidet fünf Dimensionen unterschiedlicher Kommunikation, in denen wir Kohärenz suchen:

- die physische Kommunikation mit der Umgebung (Stoffwechsel),
- die direkte zwischenmenschliche (soziale) Einbindung z. B. in die Familie,
- die mit Hilfe von Zeichensystemen (z. B. Sprache) vermittelte Kommunikation in der Kultur,
- eine ethisch geprägte Kommunikation mit "globalem Verantwortungsbewusstsein"
- und eine innere Beziehung zum großen Ganzen, dem Göttlichen - auch im "DU".

Die Evolution ist ein lebendiger Prozess. Alles in uns strebt nach stimmiger Verbundenheit. Jeder Schritt eines Weges, jede Verhaltensweise ist von diesem Streben bestimmt. Alles ist darauf ausgerichtet, diese Stimmigkeit herzustellen oder zu finden. Lernen und Wachsen heißt, sich diesen Herausforderungen zu stellen. Was aber bedeutet diese Annahme für die Entwicklung Einzelner, für das Zusammenwachsen eines Teams oder die Entwicklung einer Organisation? Zumindest lassen sich im dialogischen und salutogenen Sinne würdigende, kreative, lebendige und inspirierende Räume denken und gestalten. "Um einen Dialog aufbauend zu führen, ist es grundlegend, ein Anderssein des Partners und damit eine Unstimmigkeit wertschätzend anzunehmen" (Petzold 2010: 48). Die Prozessorientierung des ergebnisoffenen Dialogs erlaubt es, komplexe Fragestellungen aus einer neuen Perspektive zu sehen und gemeinsam zu reflektieren. Vertrauen und heilsame Erfahrungen entstehen da, wo die Dialogbegleiterin eine Atmosphäre schafft, in der am Dialog Beteiligte die "Lebensleistung" und das Ringen um den jeweils richtigen Weg aller Gesprächspartner spürbar anerkennen und würdigen.

Dialog ohne Humor ist ein Witz⁵

Was der Dialog neben all seiner Ernsthaftigkeit braucht, ist Humor. Humor als eine Art "Schmiermittel" wirkt sich mildernd aus auf zu viel Angst, übertriebene Liebe, rigide Macht, zu strenge Ordnung und sklavisches Zeitverständnis, mit anderen Worten: auf jede Verbissenheit. Gerade lebenswichtige Themen wie Erziehung, Unvollkommenheit, Ängste, Aggressivität, Abhängigkeit, Sucht und Krankheit sowie deren Bewältigung sind zumeist angstbesetzt und werden häufig als Last empfunden. Die Enge, die manche empfinden, steigert sich, wenn Menschen, die einander nicht näher kennen, an einem unvertrauten Ort

⁵ Dieser Satz wandelt eine Aussage von Simon und Rech-Simon (1999: 284) ab und drückt aus, welche Bedeutung der Humor in Beratung und Therapie hat.

zusammen kommen. Umso heilsamer und erleichternder wirkt dann der Humor.

Gemeinsames Lachen tut gut, bringt Leichtigkeit und ist befreiend. Dem Variantenreichtum auch in Sachen Humor sind keine Grenzen gesetzt, und wohl dem, dem es gelingt, den häufig dicht beieinander liegenden tragischen Aspekten einer Situation die ebenso vorhandenen komischen Aspekte als Rivalen zur Seite zu stellen. Das erspart oft Zeit und Mühe und macht manchen ansonsten Energie zehrenden Prozess überflüssig. Wo Lachen möglich ist, hat Angst weniger Chancen. "Seine erfrischend-ste und heilsamste Wirkung entfaltet der Humor, wenn er deutlich mit der Liebe legiert ist. Nur dann wirkt er entspannend, einladend, ansteckend. Und nur dann entwickelt er die Kraft, die berühmten Fünfe glaubhaft gerade sein zu lassen" (W. Reifarth, zit. n. Schopp 2013: 164).

Die Autoren

Johannes Schopp, Dipl. Sozialarbeiter, Dialogprozess-Begleiter (Facilitator), Entwickler des Konzeptes "Eltern Stärken - Ermutigung zum Dialog", er führt regelmäßig überregionale Zertifikatskurse zu Dialogprozess-BegleiterInnen nach dem Konzept "Ermutigung zum Dialog" durch, leitet das Fachreferat Elternbildung des Jugendamtes Dortmund,

Jana Marek, Erzieherin, Dipl. Sozialpädagogin, Dialogprozess-Begleiterin (Facilitator), Tanztherapeutin, Ausbilderin von Dialogprozess-Begleiterinnen, Entwicklerin des Weiterbildungskonzeptes "Ermutigung zum Dialog", leitet die Fachstelle Jugendhilfe und Schule in Iserlohn und erforscht den Dialogprozess in Bezug auf Embodiment

Literaturverzeichnis

Antonovsky, Aaron (1997): Salutogenese: Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Deutsche erw. Aufl. von Alexa Franke. Tübingen: dgvt-Verlag.

Baldwin, Christa, Linnea, Ann (2014), Circle: Die Kraft des Kreises - Gespräche, Meetings inspirierend, schöpferisch und effektiv gestalten, Weinheim und Basel, Beltz-Verlag

Buber, M., (1997): Das Dialogische Prinzip, Gerlingen: Verlag Lambert Schneider

Buber, Martin (1998): Alles wirkliche Leben ist Begegnung. Hundert Worte. München/Zürich/Wien: Verlag Neue Stadt.

Hartkemeyer, Martina/ Johannes F., Dhority, L. Freeman, (1999): Miteinander Denken - Das Geheimnis des Dialogs, Stuttgart: Klett-Cotta

Hartkemeyer, Johannes/Hartkemeyer, Martina (2005): Die Kunst des Dialogs - Kreative Kommunikation entdecken. Stuttgart: Klett- Cotta.

Hendricks, G., (1999): Mit allen Sinnen leben, Bern, München Berlin: Scherz

- Isaacs, William (2011): Dialog als Kunst, gemeinsam zu denken. Die neue Kommunikationskultur in Organisationen. Bergisch Gladbach: Edition Humanistische Psychologie.
- Krause, Hans Ullrich, Rätz-Heinisch, Regina (Hrsg.) (2009): Soziale Arbeit im Dialog gestalten -Theoretische Grundlagen und methodische Zugänge einer dialogischen Sozialen Arbeit, Verlag Barbara Budrich.
- Lechler, Walter H. (1997): Gesund ist, wer noch krank werden kann. Interviews . Vorträge. Aufsätze. Schriftenreihe „Ansteckende Gesundheit“, Nr. 2. Goch: Santiago-Verlag.
- Muth, Cornelia (1998): Erwachsenenbildung als transkulturelle Dialogik. Schwalbach/Ts.: Wochenschau Verlag.
- Muth, Cornelia & Nauert, Annette (2008): Dialog und Diagnostik. Ein praxisorientiertes Handbuch für Lehrende, Wien, Facultas Verlags- und Buchhandels AG
- Petzold, Theodor D., (2010): Praxisbuch Salutogenese - Warum Gesundheit an - steck end ist, München, Südwest Verlag.
- Petzold, Theodor D., Lehmann, Nadja (Hrsg.), (2011): Kommunikation der Zukunft - Salutogenese und Resonanz, Bad Gandersheim, Verlag Gesunde Entwicklung.
- Reichert, Thomas (1996) (Hrsg.): Buber für Atheisten: ausgewählte Texte. Gerlingen: Lambert Schneider im Bleicher Verlag.
- Reifarth, Wilfried (1989): Grenzüberschreitungen - Zur Praxis und Theorie selbsterfahrungsbezogener Lernprozesse. Frankfurt am Main: Selbstverl.
- Scharmer, Claus O. (2011): Theorie U - Von der Zukunft her führen. Presencing als soziale Technik. 2., erw. Aufl. Heidelberg: Carl-Auer.
- Schopp, Johannes (2013): Eltern Stärken – die Dialogische Haltung in Seminar und Beratung. Ein Leitfaden für die Praxis. 4., überarbeitete Aufl. Opladen: Verlag Barbara Budrich.
- Trüb, Hans (1971): Heilung aus der Begegnung. Eine Auseinandersetzung mit der Psychologie C. G. Jung. 3. Aufl. Stuttgart: Klett.