



Foto: © lassedesignen – stock.adobe.com

Die Kraft der Sprache in der Beratungsarbeit

Unsere Sprache spielt bei der Suche nach zielführenden Impulsen und Lösungen eine wichtige Rolle. Unsere Art des verbalen Ausdrucks ebnet den Weg für Frieden, Respekt und Toleranz. Mit einer lösungsorientierten und kraftvollen Sprache ist in Situationen Entwicklung möglich, in denen der Blick auf Entwicklungspotentiale versperrt sein kann. Sprache ist ein wichtiges Tool im bunten Werkzeugkoffer der Beratung.

Margit Holtschlag

Damit Botschaften und Impulse sich entfalten können, lohnt es sich, den eigenen Sprachgebrauch auf seine nachhaltige Wirkung zu überprüfen und zu dosieren.

Familien, die eine Beratung in Anspruch nehmen, sind oft müde und haben den Kopf so voll, dass sie für weitreichende Erklärungen nur bedingt aufnahmebereit sind. Die Kunst ist es dann, mit wenigen gelungenen Sätzen eine Botschaft zu vermitteln, die so eindrücklich ist, dass sie im Gedächtnis verbleibt und somit eine praxisnahe Umsetzung ermöglichen kann.

Die gewaltfreie Kommunikation

Dazu lohnt es sich, ein paar Elemente aus der gewaltfreien Kommunikation einzusetzen. Der Erfahrung nach reicht es aus, wenn man die Elemente der gewaltfreien Kommunikation auf die Beobachtung und die Bitte reduziert. Die komplette gewaltfreie Kommunikation mit den Stufen Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und Bitte nach Marshall Rosenberg erscheint sonst umständlich oder gar sperrig und kann damit wieder praxisfern sein.

Eine reine Beobachtung zu benennen und die Interpretation dabei außen vor zu

lassen, kann schon anspruchsvoll genug sein. Interpretationen zu vermeiden ist wichtig, damit es beim Gegenüber nicht zu einer Rebellion oder Unterwerfung kommt. Rebellion und Unterwerfung binden die Energie und die Zeit, die man bereits für einen lösungsorientierten und kraftschonenden Weg hätte einsetzen können.

Die Bitte

Auch die Bitte sollte so formuliert sein, dass sie einen konkreten Lösungsvorschlag beinhaltet, und dass sie einfach und zeitnah zu erfüllen ist. Ist die Bitte zu

abstrakt formuliert und liegt das Ergebnis zu weit in der Ferne, kann das Frustration und Resignation bewirken.

Ist die Bitte anschaulich und lösungsorientiert formuliert, kann der oder die Gebetene die für einen Lösungs- und Entwicklungsprozess notwendige Selbstwirksamkeit erfahren. Das gilt sowohl für die Problemlösung als auch für die Weiterentwicklung der Persönlichkeit.

Die Bildsprache

Im Sprachgebrauch ist es gut, bild- und beispielhaft zu erklären. Ich selber liebe es, in Bildern zu sprechen. Das ist kreativ und für den Zuhörer leicht zu visualisieren und zu merken. Außerdem erweitert ein Bild aus einem vergleichbaren Kontext das Blickfeld und wendet eine gewisse Starre dem Problem gegenüber ab. Oft ist es gut, die Gedanken kurz auf etwas anderes zu lenken und damit eine gewisse Entspannung in die Situation zu bringen, anstatt permanent um einen Sachverhalt zu kreisen.

In Gesprächen mit Eltern und auch mit Auszubildenden ist es hilfreich, Dinge auch

mal offen zu lassen und den Gesprächsfaden an einem Folgetag weiter zu spinnen. Ein Gesprächsthema zwischendurch ruhen zu lassen, kann den Blick auf neue und vielleicht bis dahin verstellte Gesichtspunkte erweitern. Das Gehirn braucht Zeit, Dinge zu verarbeiten. Es hat einen Grund, warum man über wichtige Entscheidungen zumindest einmal schlafen sollte.


Neben einer lösungsorientierten und sprachlich ansprechenden Kommunikation ist es in der Beratungsarbeit sinnvoll, noch weitere Kanäle zu nutzen. Ich selber arbeite und kommuniziere in den Beratungen und Kriseninterventionen zum Schlafen, Schreien, Ernähren und Trotzen auch mit haptischen, visuellen und auditiven Elementen.

Selbstwirksamkeit entfalten

Das Erfassen und Spüren von Botschaften und Erkenntnissen mit mehreren Sinnen, vertieft das Erlernte und Entdeckte nachhaltig und spricht die Selbstwirksamkeit auf eine intensive und einprägsame Art und Weise an. Selbstwirksamkeit

bedeutet, zu erleben, dass das, was man *begriffen* und umgesetzt hat, eine positive Wirkung erzielt hat. Selbstwirksamkeit ermutigt und beflügelt.

Eine gelungene und lösungsorientierte Sprache ist ein Baustein, der das Fundament einer nachhaltigen Beratung bilden kann. Mit Sprache kann man experimentieren, spielen und neue mentale Bilder erschaffen.

Ein gelungener Sprachstil ist eine Reise, bei der schon der Weg das Ziel sein kann und bei der sich Türen öffnen, von denen der Schlüssel unauffindbar erschien und die man manchmal noch nicht einmal entdeckt hatte. 

AUTORIN

Margit Holtschlag
Fachkinderkrankenschwester
Ausbilderin Familienorientiertes Babyschlafcoaching
40223 Düsseldorf



Dräger

Der neue Standard
in der offenen
Neonatalversorgung.
Grenzenlose Flexibilität mit Babyroo TN300



Mehr erfahren:
www.draeger.com/babyroo