



Christoph Kolbe

**Methodik
Phänomenologischer
Gesprächsführung**



Grundlegende Überlegungen

Phänomenologie

(als Methode innerhalb der EA)

erschließt die **individuelle Betroffenheit** und **Motivation** des Menschen in seiner Einzigartigkeit und situativen Gegebenheit.

Sie zielt auf ein **Erkennen** und **Verstehen** dieser Betroffenheit.



Grundlegende Überlegungen

Dieser Prozess des **Verstehens** steht im Horizont einer Bipolarität:

1. Der Person gerecht werden.
2. Den strukturellen Kontext sehen.



Grundlegende Überlegungen

Es gibt dimensionalontologisch also eine **existenzielle** und eine **strukturelle** Betrachtungsweise des Menschen.



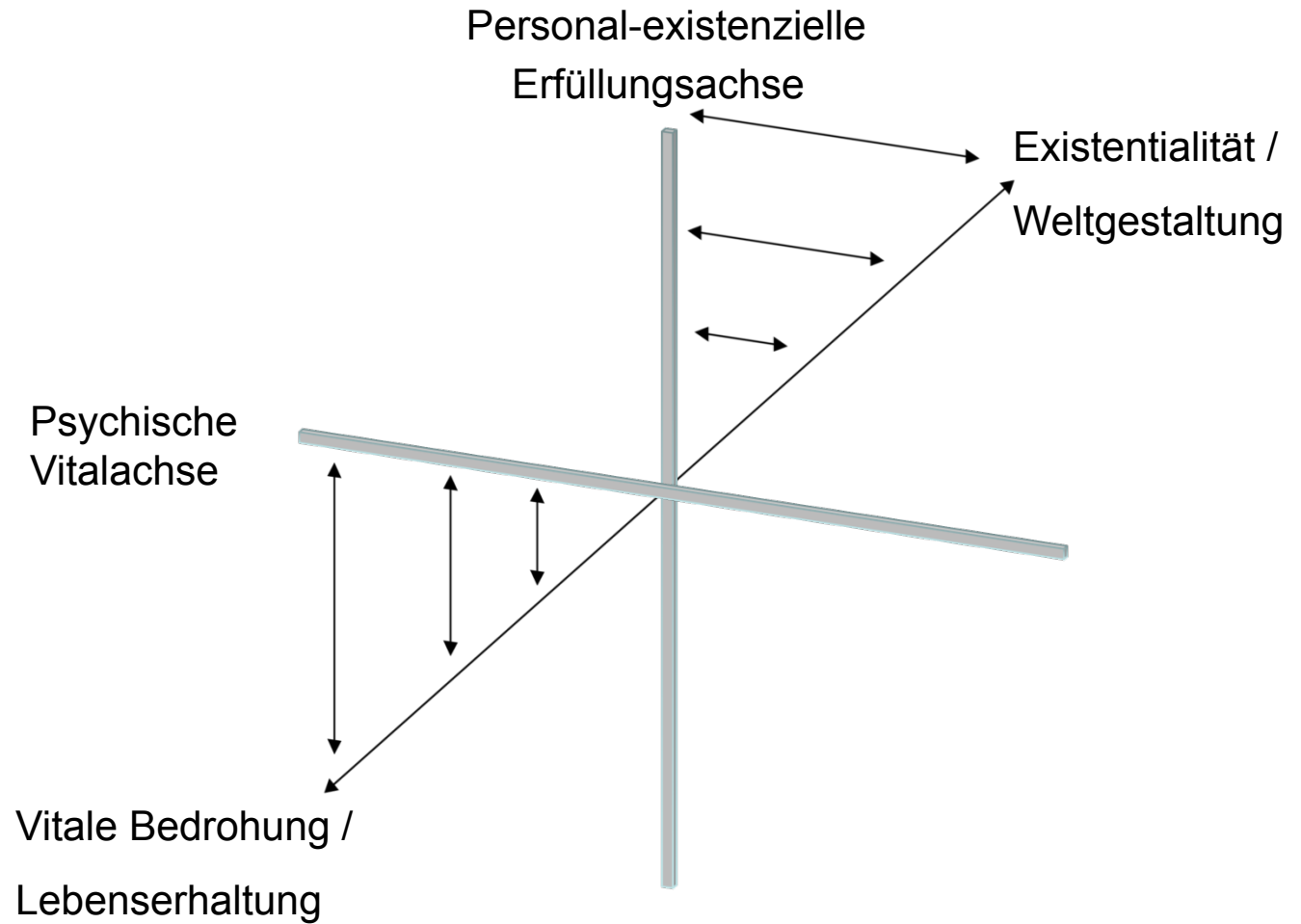
Grundlegende Überlegungen

Es stellen sich somit zwei Aufgaben:

1. Wie gelange ich zum Wesentlichen des phänomenalen Gehaltes?
2. Wie kann dieses Wesentliche verstanden und eingeordnet werden, um daraus therapeutische Schritte abzuleiten?



Lebenserfüllung und Psychodynamik





Systematisierter Überblick

Grundlegende Themen

1. Sicherheit → Vertrauen
2. Verbundenheit → Lieben
3. Einzigartigkeit und Selbstbewusstsein → Wertschätzen
4. Sinn und Kontext → Hingeben



Systematisierter Überblick

Kerngefühle

1. Verunsicherung
2. Verlassenheit
3. Selbstverlorenheit / Ungenügendsein
4. Leere



Systematisierter Überblick

Kernaffekte

1. Bedrängnis
2. Belastung
3. Empörung / Rivalität
4. Nihilismus / Zynismus



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

Es lässt sich eine Struktur für eine Phänomenologische Gesprächsführung beschreiben, die 7 Phasen kennt, von denen die Phasen 1 bis 4 im eigentlichen Sinne die Anwendung der Phänomenologie in der Lebensberatung und Psychotherapie beschreiben, die Phasen 5 bis 7 die Umsetzung des Erkannten.



Phänomenologische Gesprächsführung

1. Phase: **Erheben** des Sachverhaltes
2. Phase: **Verdichten** der Eindrücke auf Wesentliches
3. Phase: Herausarbeiten des **Spezifischen** des Eindrucks
4. Phase: **Verstehen** dieses Spezifischen
5. Phase: **Diagnostik** des Phänomens
6. Phase: Finden einer **Lösung**, Aktivieren einer **Ressource**
7. Phase: **Umsetzen** des Erkannten in konkrete Schritte, Handlungen und Umgehensweisen



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

1. Phase: *Erheben* des Sachverhaltes

→ *Deskription*: Was ist? Worum geht es?

Regel: Abwarten, bis ein farbiges inneres Bild entstanden ist.



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

2. Phase: *Verdichten* der Eindrücke auf
Wesentliches

Trichter als Bild für den Prozess des
Verdichtungsgeschehens

Regel: Der Eindruck ergreift mich!
Achten auf Anmutungen (insbes. Emotionen)



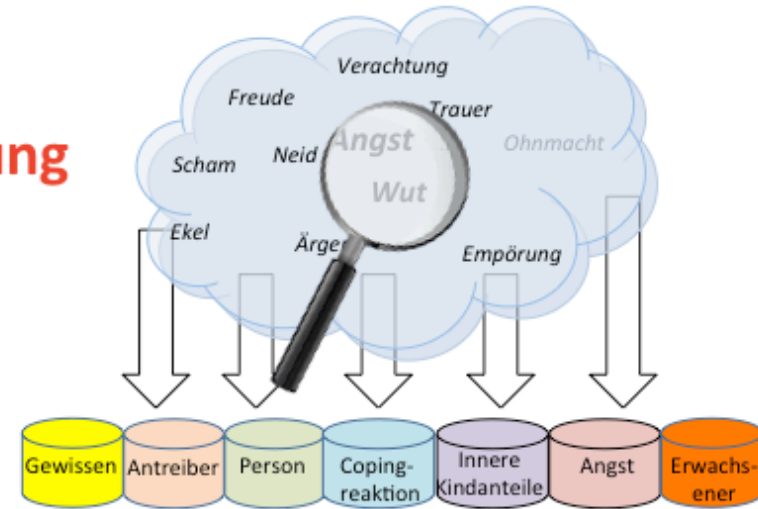
Emotionale Orientierung

I. EVALUIEREN

der Emotionen und Affekte

II. ZUORDNEN

der Perspektiven der Emotionen und Affekte



III. VERSTEHEN

der Perspektiven



IV. POSITIONIEREN



Stellungnahme zur Bedeutung der Emotionen

V. UMGEHEN

mit den Emotionen und Affekten



Selbstmanagement

© Dr. Christoph Kolbe



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

2. Phase: *Verdichten* der Eindrücke auf
Wesentliches

- der personal-thematischen Ebene
(Emotionen)
- der persönlichkeitspezifisch-
psychodynamischen Ebene
(Bedrohung, Affekte)

Regel: Mit zwei Ohren hören!
Keine Eindrücke produzieren!



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

3. Phase: Herausarbeiten *des Spezifischen*
des Eindrucks

→ Was bewegt *diesen* Menschen im
Besonderen am Sachverhalt? Worin geht
es ihm eigentlich?

Regel: Gefühlen geht immer ein Grund voraus.
Die Idee für diesen Grund ggf. adjuvant
einbringen.



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

4. Phase: *Verstehen* dieses Spezifischen

→ Verweis auf den Kontext (derzeitige
Lebenssituation, zentrale Ereignisse,
Lebensgeschichte etc.)



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

5. Phase: *Diagnostik* des Phänomens

- Verknüpfung mit der existenzanalytischen Theorie – strukturelle sowie prozesshafte Diagnostik
- auch Deutungen



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

6. Phase: Finden einer *Lösung*, Aktivieren
einer *Ressource*

→ Diagnostik des beraterisch-
therapeutischen Zugangs:

Was braucht dieser Mensch?

Was müsste er können?

Welche personale Aktivität ist gefordert?



Struktur Phänomenologischer Gesprächsführung

7. Phase: Umsetzen des Erkannten in
konkrete Schritte, Handlungen und
Umgehensweisen

→ Verhaltens- und Einstellungsänderungen
im Alltag



Phänomenologische Gesprächsführung

1. Phase: Erheben des Sachverhaltes
→ *Deskription*: Was ist? Worum geht es?
2. Phase: *Verdichten* der Eindrücke auf Wesentliches
→ der personal-thematischen Ebene (Emotionen)
→ der psychodynamischen Ebene (Affekte)
3. Phase: Herausarbeiten *des Spezifischen* des Eindrucks
→ Was bewegt *diesen* Menschen im Besonderen am Sachverhalt?
4. Phase: *Verstehen* dieses Spezifischen
→ Verweis auf den Kontext (zentrale Ereignisse, Lebensgeschichte etc.)
5. Phase: *Diagnostik* des Phänomens
→ Verknüpfung mit der Theorie (incl. Deutungen)
6. Phase: Finden einer *Lösung*, Aktivieren einer *Ressource*
→ Diagnostik des beraterisch-therapeutischen Zugangs:
Was braucht dieser Mensch?
7. Phase: Umsetzen des Erkannten in konkrete Schritte, Handlungen und Umgehensweisen
→ Verhaltens- und Einstellungsänderungen im Alltag



Abschließende Hinweise

1. Eindrücke sind von Beschreibungen, Erklärungen und Deutungen zu unterscheiden.
2. Ein Eindruck wird greifbar in der Anmutung.
3. Nicht sofort eigene Impulse aufgrund von Eindrücken agieren.
4. Im Eindruck exponiere ich mich.
5. Den Eindruck zum Gegenstand der Reflexion machen.



**Herzlichen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**