

Ansatz und Methode: Der Kontextuelle Dialog

„Wir haben uns eine Kultur geschaffen, die uns in fast allen Lebensbereichen einschränkt, die uns dazu anhält, die Menschen, inklusive uns selbst, eher an der Bewertung möglichen Scheiterns zu messen, als am Potenzial.“

Chris Witt

Der Ansatz

Kontextueller Dialog ist, wie der Name bereits sagt, eine Form der Kommunikation, die sich um Kontexte dreht. Das Wort Kontext bedeutet Zusammenhang oder Rahmen.



Ein mit Wasser gefülltes Gefäß bildet den Rahmen für die Möglichkeit des Wassers, sich entweder auszudehnen, oder aber eingezwängt zu sein, je nach Form des Gefäßes.

Eine breite Schüssel oder Schale lässt mehr Wasseroberfläche zu, als ein schmales Glas.



In welchem Rahmen von Möglichkeit einerseits oder aber Begrenzung andererseits bewegen wir uns gewöhnlicherweise im Lebensalltag? Welchen gedanklichen oder emotionalen Rahmen für Erfolg und Erfüllung gestehen wir uns selbst zu? Ist er von Vertrauen, Optimismus und Lebensfreude oder eher vom Glauben an die Notwendigkeit der Skepsis und der Einschränkungen geprägt?



Kontextueller Dialog ist eine kraftvolle, in empathischer Kommunikationsform erlebte Erfahrung, um gewohnte Einschränkungen unseres Lebens über geglaubte Grenzen hinaus zu überwinden und zu unerwartet weit reichenden Ergebnissen im Lebensalltag zu gelangen. Die Methode des Kontextuellen Dialogs folgt nicht dem Ursache-Prägungsdenken gängiger psychologischer Modelle, sondern stellt das Relativieren und bewusste Erweitern von Erfahrungskontexten in den Mittelpunkt.



Die Fragen, die mit der Methode des Kontextuellen Dialogs untersucht werden, standen zwar schon immer im Fokus menschlichen Denkens, Fühlens und Handelns, doch war deren kompetente Handhabung bisher, wenn überhaupt, maximal einer gesellschaftlichen Elite vorbehalten. Die Integration dieser Fragen in den Lebensalltag ist in unserer von steigenden Anforderungen an die Persönlichkeit geprägten und extrem schnelllebigen Zeit mittlerweile für uns alle relevant. Der kompetente Umgang mit

fundamentalen Lebensfragen dient als ein kraftvolles Werkzeug, um die Anforderungen unseres täglichen Lebens in einer Welt der rasanten Veränderungen und der unaufhaltsam steigenden Ansprüche an die Kompetenz unseres Menschseins souverän zu bewältigen und die Qualität unseres Lebens in allen Bereichen mit viel Herz auf ein hohes Niveau zu bringen.

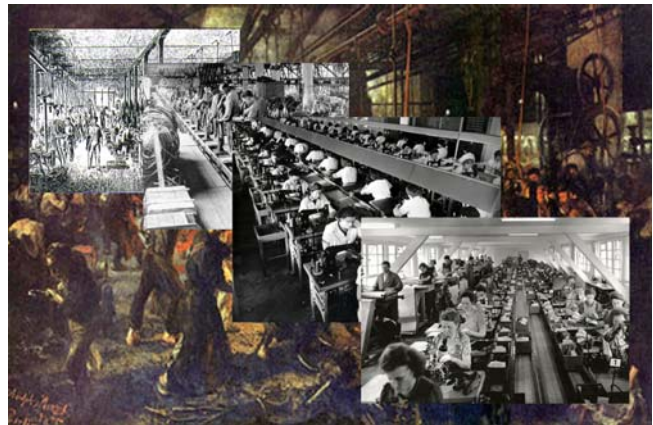
Das Erfolgsgeheimnis:

Kontextueller Dialog berücksichtigt erstmals einen historisch bedingten Umstand



Vor der industriellen Revolution Ende des 19. Jahrhunderts lebten die Menschen in beruflichen Ständen, was eine tief verwurzelte Verankerung des Identitätsbewusstseins in allen Lebensbereichen über das Erwerbsleben hinaus bedeutete.

Mit der innerhalb von zwei bis drei Generationen einsetzenden industriellen Revolution wurde diesem auf Identität basierenden Leben und Schaffen für Millionen von Menschen ein jähes Ende gesetzt, was zur Folge hatte, dass Menschen seither in kollektivem Ausmaß den Faktor Identität (SEIN) nahezu komplett aus der Reichweite ihres Selbstverständnisses verbannt haben, und zwar zugunsten eines anstrengenden und versagensanfälligen Fokus auf das TUN (Verhalten, Leistung).



Keinesfalls zufällig war die Epoche der industriellen Revolution auch die Geburtsstunde der Psychologie, für welche aufgrund der massenhaft auftretenden Identitätskrisen seinerzeit ein enormer Bedarf entstanden war.

(Hier das Original Analyse-Sofa von Sigmund Freud, Sigmund Freud Haus, Wien)

Das noch heute allgegenwärtige Phänomen des kollektiven Fokus auf das TUN (Leistung, Verhalten) macht vor dem Hintergrund der rasant steigenden gesellschaftlichen Ansprüche an das SEIN (Persönlichkeit, Identität) und dem Umstand, dass die etablierte Psychologie den historisch bedingten Kontext der Behandlung von Verhaltensstörungen (TUN) bis heute nicht überwunden hat, ein modernes und kompetentes Identitätsmanagement unumgänglich. Die Erfahrungen bei der Entwicklung und der mittlerweile sehr erfolgreichen Durchführung der Trainings belegen eindrucksvoll, dass die Erschließung verborgenen Persönlichkeitspotenzials mit diesem Ansatz erheblich einfacher ist, als mit den noch immer gängigen, lediglich auf Verhaltensänderung zielenden Methoden.



Das „Hamsterrad“ der Leistungsgesellschaft

Die methodischen Elemente

Auf der rationalen Ebene:



Es werden zirkuläre Denkmodelle vorgestellt, vor deren Hintergrund die Fragen, die die Teilnehmer haben, betrachtet werden können, um in einem komplett anderen und ungewohnten Licht zu erscheinen, was in der Regel neue Erkenntnisse bewirkt. Die Denkmodelle sind nicht psychologischer, sondern philosophischer und zum Teil auch soziologischer Natur. Sie werden in einer interaktiven Vortragsform erarbeitet, bei der die Teilnehmer/innen oft Beispiele aus der eigenen Lebenserfahrung beitragen, aber auch oft Anregungen zu neuen Erkenntnissen entwickeln und bisweilen bereits ungewohnte Gedankengänge erproben.

Auf der emotionalen Ebene:



Es gibt vorrangig zwei Arten von Übungen:

- angeleitete Imaginationen,
- gegenseitiges Mitteilen nach Themenvorgaben.

Letzteres erfolgt zumeist in Zweier- oder Dreiergruppierung, in einigen Fällen aber auch in einer mehrere Personen umfassenden Gruppe. Darüber hinaus gibt es auch eine kleine schriftliche Aufgabe. Die Übungen dienen dem emotionalen Verankern von erfolgten rationalen Erkenntnissen, um diese besser im Lebensalltag zu etablieren und nutzen zu können. Sie helfen, das Trainingsergebnis merklich zu steigern und erfordern keinerlei besondere Fähig- oder Fertigkeiten.

Auf der mentalen Ebene:



Ein entscheidendes methodisches Element sind die so genannten Coachingdialoge, die jeweils zwischen einem Teilnehmer und dem Coach stattfinden, seitens des Coaches mit Hilfe von zirkulären Impulsfragen beantwortet werden und den Teilnehmer/innen die Möglichkeit geben, alle problemrelevanten Themen zu klären und nachhaltig zu wandeln. Der Coachingdialog dient dazu, Fragestellungen unter komplett neuen Blickwinkeln auszuprobieren und den Blick über den gewohnten "Tellerrand" zu entdecken.

Zum Coachingdialog wird im Training jedoch niemand aufgefordert. Auch das passive Teilnehmen an Coachingdialogen ist, ebenso wie das aktive, in hohem Maße geeignet, persönliche Durchbrüche in eine neue Erfahrungsqualität herbeizuführen.