



Fabian Grolimund

Psychologische Beratung und Coaching

Lehr- und Praxisbuch für Einsteiger
2., unveränderte Auflage

 hogrefe

- war verständnisvoll;
- war konsequent, aber gerecht;
- hat uns mit Respekt behandelt;
- hat uns gezeigt, dass sie uns mag und wir ihr wichtig sind;
- hat mir etwas zugetraut und mich ermutigt;
- war engagiert;
- hat an mich geglaubt, als ich es nicht tat;
- hat uns gefordert, aber auch unterstützt;
- war gerecht und hat niemanden bevorzugt;
- hat deutlich gemacht, was sie von uns erwartet, und hatte eine klare Linie.

Haben Sie ähnliche Punkte notiert?

Es ist erstaunlich,

- wie oft Punkte genannt werden, die mit der Beziehung zu tun haben, die die Lehrkraft zu ihren Schülern aufbaut;
- wie oft positive Erwartungen zur Sprache kommen, die die Lehrkraft in ihre Schüler setzt;
- und wie selten bestimmte Unterrichtsmethoden thematisiert werden.

Es scheint ganz so zu sein, dass der Umgang einer Lehrperson mit ihren Schülern, das Verständnis, Einfühlungsvermögen und Interesse, das sie zeigt, die Wertschätzung, die sie ihnen entgegenbringt, und die positiven Erwartungen, die sie in sie setzt, wesentlich stärker zur Motivation und Lernfreude eines Schülers beitragen als pädagogisch-didaktische Konzepte. So wird es wahrscheinlich eine untergeordnete Rolle spielen, ob ein Lehrer, der eine gute Beziehung zu seinen Schülern herstellen kann, in einer Stunde Frontalunterricht macht oder die Schüler zu einer Gruppenarbeit anleitet.

Dieser Umstand scheint auch für die Therapie zu gelten. Die Psychotherapieforschung befasste sich jahrelang mit der Frage, welches Verfahren besser ist, und kommt zu dem Schluss, dass alle Therapieverfahren vergleichbare Effekte liefern. Zeigen sich Unterschiede, so sprechen sie oft für die Kognitive Verhaltenstherapie. Sie sind jedoch gering und werden noch kleiner, wenn man nur Studien einbezieht, die für alle zu vergleichenden Verfahren entsprechend ausgebildete und motivierte Therapeuten eingesetzt haben (sogenannte Bona-fide-Therapien).

Gleichzeitig zeigen sich große Unterschiede zwischen einzelnen Therapeuten. Es gilt:

Es ist wichtiger, wer dich therapiert, als wie er dich therapiert!

Die Therapieforschung befasste sich daher in den letzten Jahrzehnten vermehrt mit der Frage, welche allgemeinen Faktoren zum Ergebnis einer Therapie beitragen. Dieser Forschungszweig konnte zeigen, dass eine von Empathie, Echtheit und Wertschätzung geprägte Beziehung sowie positive Erwartungen und klare Ziele, die Klient und Therapeut im Team verfolgen, deutlich stärker mit dem Erfolg einer Therapie assoziiert sind als einzelne Methoden.

Entsprechend viel Gewicht werden diese Kennzeichen im vorliegenden Buch erhalten.

Nun aber genug der vorbereitenden Worte. Lassen Sie uns in die Praxis einsteigen – mit dem Anruf eines Klienten!

Phase 1: Erstkontakt

