

### **Kann ich nicht genauso mit einer guten Freundin reden. Die kenne ich, der vertraue ich. Wozu einer Fremden etwas erzählen?**

Die Freundin oder den Freund triffst du auch in vielen anderen Situationen. Oft sind dann die sensiblen oder vertraulicheren Themen nicht leicht von den Alltagsthemen zu trennen. Sicherer kann es z.B. sein, mit jemanden im Zug zu reden, den man wohl niemals wiedersehen wird. Beim Co-Counseln versucht man Freundschaft und miteinander Arbeiten nicht zu vermischen. Wenn man mit einem Freund redet, gibt es eine besondere Qualität von Vertrauen und Zuwendung und es gibt auch eine Reihe von Konventionen, die hinderlich sein können, wenn man etwas Neues möchte. Hinderlich für radikalere Gespräche sind z.B. die Fragen wie 'Was kann ich meinem Freund sagen und was nicht?' oder 'Mache ich mich damit nicht vor meinem Freund lächerlich?' oder 'Kann ich ihm das zumuten?' oder 'Was wird er darüber denken, wenn wir uns in drei Tagen wiedersehen?' Beim Co-Counseln heißt voreinander Reden etwas auszuprobieren, was ich vorher noch nicht kenne. Das Reden lässt mich etwas entdecken, das vorher noch nicht da war. Ich erfahre dabei etwas Neues über mich. Reden heißt nicht, ich öffne ein bereits fertiges Heft mit bereits geschriebenen Worten und lese daraus vor. Reden ist sich selber zu hören. Ich nehme wahr, wie es in mir antwortet. Manchmal macht das auch schon mein Fuß, der anfängt zu tippen. Es gibt also eine Art von Zwiegespräch mit sich selbst. Etwas ausgesprochen zu haben, etwas entdeckt zu haben, macht dann Mut, in die nächste Runde zu gehen. Wieder zuzuhören ... - Ich glaube, das reicht erst einmal. So lang war die Frage ja eigentlich garnicht.

Der wichtigste Unterschied ist, dass ich beim Co-Counseln den klar vereinbarten Freiraum habe, über meine eigenen Angelegenheiten zu sprechen und dass der Zuhörer und Unterstützer dabei nichts eigenes von sich selbst dazu tut oder reinmischt. Bei Freunden ist das nicht so einfach dieses zu vereinbaren oder den Wunsch dafür überhaupt zu verstehen. Das gleiche gilt auch für das Gleichgewicht des füreinander Da-Seins und den klar abgesteckten zeitlichen Rahmen. Der Unterschied ist zusammengefasst, dass man das darin nicht geübt und erfahren ist. Das Geübtsein, welches man in dem Training der Methoden und der Praxis des Miteinanders, erreicht hat.

Eindeutige ID: #1000

Verfasser: Rudolf Giesselmann

Letzte Änderung: 2016-05-24 10:49