



Intervisionsgruppen – Nährboden für „reife“ Zwiegespräche

Gestuftes Unterstützungssystem zur Selbsthilfe

„Zwiegespräche sind nicht, sondern sie werden!“ Wir werden nicht müde, in unseren Seminaren diesen Leitsatz von M. L. Moeller in Erinnerung zu bringen. Die im Anschluss eines Methodenseminars stattfindenden Intervisionsgruppen sind gleichsam ein Nährboden, auf dem Zwiegespräche weiter reifen können. Intervisionsgruppen erweitern nicht nur die Erfahrungen und Kenntnisse über die Methode. Sie unterstützen vor allem den Selbstentwicklungsprozess des einzelnen Paares durch die Gemeinschaft mit anderen Paaren.

Menschen, die sich in Selbsthilfegruppen engagieren, übernehmen ein hohes Maß an Verantwortung für die eigene Entwicklung. Immerhin 83% der Paare, die an unserem Methoden-Seminar teilgenommen haben, wünschen eine Fortführung. Dem sind wir nachgekommen und haben eine „geführte Intervention“ kreiert, die in eine selbständige Intervisionsgruppe mündet. Selten verzichten Paare in der Anfangszeit ganz auf Unterstützung.

Die Selbsthilfe arbeitet immer auf der Basis von demokratischen Strukturen, die allen Gruppenmitgliedern ein hohes Maß an Selbst- und Mitbestimmung garantiert. Um diesem Ziel nahe zu kommen, haben wir in den letzten Jahren ein gestuftes Unterstützungssystem entwickelt, das die zunehmende Autonomie der Paare für ihre Belange befördern soll. Wir mussten das Verhältnis von Selbsthilfegruppe und organisatorischer Begleitung neu bestimmen.

Geführte Intervisionsgruppe in der Anfangsphase

Der Zwiegesprächsberater lädt nach dem Methodenseminar zum 1. Treffen ein. Die Paare sitzen im Stuhlkreis und reflektieren die vergangenen Zwiegespräche, deren Tops und Flops, Veränderungen bei sich und in der Beziehung. Dabei geht es nicht um den Inhalt der Zwiegespräche, sondern um die Methode. Die Gruppe weitet den Horizont des einzelnen Paares. Wie dieser strukturierte Austausch umgesetzt wird, wird auf der folgenden Seite beschrieben.

“ **Zwiegespräche sind nicht, sondern sie werden!**

Michael Lucas Moeller ”



Wie verläuft eine „geführte“ Intervisionsgruppe?

A. Zeitverwalter wählen

Die Aufgabe, auf die Zeit zu achten, übernimmt der Zwiegesprächsberater.

B. Berichte der Paare

Die erste Person eines Paares berichtet 5 Minuten über den Ablauf der vergangenen Zwiegespräche.

Nach 5 Minuten verweist der Zwiegesprächsberater auf den Wechsel zur 2. Person hin, der ebenfalls 5 Minuten zur Verfügung hat.

C. Feedback der Gruppe

Nun wechselt das Geschehen vom Bericht zum Feedback. Reihum hat jedes Gruppenmitglied 2 Minuten Zeit für die Rückmeldungen. Sie sollten einfühlsam formuliert werden und keine Bewertungen enthalten, keine Fragen, keine Ratschläge.....

Der Zwiegesprächsberater reiht sich in die Feedbackrunde ein und ist Mitwirkender, nicht Verantwortlicher. Er unterbricht nur bei Regelverstoß. Erst zum Schluss jeder Runde werden Fragen vom Berater beantwortet.

Anschließend folgt das 2. und 3. Paar in gleicher Weise

D. Pause

Eine Pause von mindestens 15 Minuten folgt.



E. Fortsetzung

Es folgen die nächsten Paare mit ihren Berichten. Zum Schluss kristallisiert sich häufig ein Gruppenthema heraus, was vom Berater zusammenfasst wird und als Anregung für ein Themenzentriertes Zwiegespräch formuliert wird (siehe auf der folgenden Seite).

F. Terminvereinbarung

Der Berater spricht mit den Paaren einen nächsten Termin ab, in der Regel werden 4 Termine pro Jahr vereinbart. Jedes Paar entscheidet, wie lange es in einer Gruppe bleiben möchte.

Intervisionsgruppen fördern den Perspektivwechsel

Bei der Intervention wird nicht nur die eigene und gemeinsame Realität der Paare zur Sprache gebracht. Diese gerät in ein anderes Licht, wenn die Paare den teils verschiedenen, teils übereinstimmenden Umgang mit den Zwiegesprächen von drei bis fünf Paaren nachvollziehen.

Gleichzeitig bekommt jedes Paar wertschätzende Rückmeldungen von immerhin sechs bis zehn Personen. Die Rückmeldungen vertiefen und erweitern das Zwiegespräch und intensivieren durch lebendiges Lernen die Entwicklung des einzelnen Paares.

Aufgabe des Beraters bei der „geführten“ Intervention

Im Mittelpunkt steht nicht mehr die Vermittlung (wie im Zwiegesprächs-Seminar), sondern das Gruppengespräch. Priorität hat Selbstexploration der einzelnen Paare, gefolgt von der Resonanz und dem Feedback aller Gruppenmitglieder.

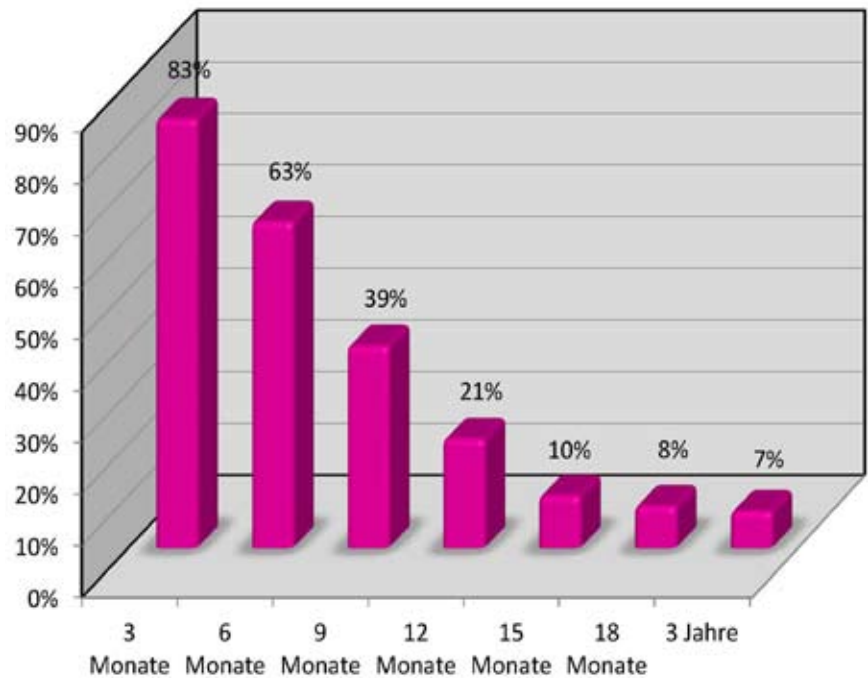
Erst am Schluss kommen fachliche Rückmeldungen des Zwiegesprächsberaters in einer eher homöopathischen Dosis.

Die wichtigste Aufgabe des Beraters ist die Ressourcen der Gruppe zu heben, die Gruppe zu stabilisieren und ein achtsames Klima des Vertrauens zu ermöglichen. Ziel ist eine offene, ermutigende und wertschätzende Atmosphäre zu schaffen, in der der (Selbst)-Reflektionsprozess befördert wird. Der Anleiter agiert mehr als Moderator, Organisator, Impulsgeber. Die Leitungsaufgaben werden zunehmend in die Hände der Gruppe gegeben.

Anfangs habe ich die Gruppen so lange begleitet, wie diese es gewünscht haben. Heute scheidet ich prinzipiell nach vier Gruppensitzungen aus und die Gruppen organisieren sich selbst.

In der oben stehenden Grafik wird die Verweildauer von 50 Paaren in der geführten Interventionsgruppe dargestellt.

Die ausgeschiedenen Paare haben entweder eine Interventionsgruppe ohne Berater gegründet, haben ihre Zwiegespräche ohne Gruppe weitergeführt oder aber die Zwiegespräche ganz abgebrochen



Verweildauer von Paaren in geführten Interventionsgruppen

Themen der Interventionsgruppen

In der Interventionsgruppe befindet sich die Gruppe in einem dynamischen Prozess und gemeinsame, immer wiederkehrende Themen werden sichtbar und bearbeitet:

- Angst, tiefer in ein Gespräch und Gefühl einzusteigen
- Auswirkungen der „buckligen Verwandtschaft“ auf die Beziehung
- Was brauche ich?
- Beste Liebesbedingungen
- Beiderseitige Selbstentwicklung
- Re-inszenierung alter Verletzungen
- Sexualität
- Geld und Macht
- Geben und Nehmen
- Distanz und Nähe

Das Ziel ist die selbstorganisierte Interventionsgruppe

Im Idealfall ist die Interventionsgruppe vollkommen autonom, kommt ohne Berater oder Leiter aus, und betrachtet die Zwiegespräche gleichberechtigt und gemeinsam „auf Augenhöhe“. Sie ist eingeebnet in die Methoden des strukturierten Austauschs und sorgt selbst für Raum, Zeitstruktur und Einhaltung der Regeln. Oft wird ein Ansprechpartner festgelegt und die Aufgabe des Zeitverwalters rotiert. Auch diese Gruppe trifft sich vier Mal im Jahr, oft zu Hause bei einem Paar ohne Gästebewirtung.

Wechsel von Gruppenmitgliedern in andere Gruppen

Jedes Paar kann zu jeder Zeit nach Ausscheiden wieder in eine neue Gruppe wechseln. Voraussetzung ist, dass die neue Gruppe ein Paar hinzunehmen möchte. Entweder nimmt die Gruppe, oder ein Paar dazu zu mir Kontakt auf. Die Vermittlung von „hoffentlich passenden Paaren“ zur „neuen passenden Gruppe“ ist für alle Seiten eine Herausforderung. Die Gruppe „der ersten

Stunde“ trauert oft noch um die verlorenen Paare. Der Neuanfang ist oft nicht einfach, denn sind zwei Paare ausgeschieden, fehlen der Gruppe immerhin vier Personen. Das ist oftmals die Hälfte einer Gruppe, so dass dieselben Schwierigkeiten wie bei der Neugründung einer Gruppe entstehen. Vertrauen und Geborgenheit und das Gruppengefühl müssen erneut aufgebaut werden. Oft erfordert es viel Geduld, bis die ursprüngliche Vielfalt und Lebendigkeit wieder hergestellt ist.

Supervision bei einzelnen Paaren

Selten melden sich einzelne Paare zur Supervision an, was aber eher ein Licht auf die Wirksamkeit des Zwiegespräch-Selbsthilfekonzepthes darstellt. Folgendes Setting hat sich bewährt:

1. Live-Zwiegespräch von 20 Minuten, wobei ein Wechsel nach 10 Minuten erfolgt.
2. Rückmeldungen des Leiters auf einer Metaebene. Ohne auf die inhaltliche Ebene einzugehen, wird ein würdigendes Feedback gegeben, das auch Beobachtungen zu eventuellen Regelbrüchen zur Sprache bringt. Dazu gehören oft Verallgemeinerungen, Du-Botschaften, versteckte Vorwürfe, ausweichendes Verhalten u. v. m..
3. Nächstes Live-Zwiegespräch von 20 Minuten
4. Zusammenfassung, Anregung für ein themenzentriertes Zwiegespräch, Befindlichkeit

Fazit: Insbesondere die junge Pflanze „Zwiegespräch“ benötigt Pflege

Die hohe Zahl der Paare, die wenigstens einmal nach dem Seminar Unterstützung sucht, ist ein Ausdruck dafür, welche große Verantwortung die Paare für ihren eigenen Entwicklungsprozess übernehmen. Das differenzierte Unterstützungssystem von Zwiegesprächs-Seminar, geführte Intervision, Intervision und in Einzelfällen die Supervision hat sich als Vermittlungskonzept bewährt. Bereits während des Seminars wird das Expertenwissen in die Hände der Paare gelegt. Die unterstützten Intervisionsgruppen fördern diesen Prozess zur Autonomie weiter und die Paare werden zunehmend Experten ihres eigenen Beziehungsgeflechts. Dabei verstehe ich mich als eine Zwiegesprächlerin mit einem Erfahrungs- und Informationsvorsprung, der aber im Prozess der Unterstützung immer mehr schwindet. Zunehmend kommt es zu einem wechselseitigen Erfahrungsaustausch auf Augenhöhe. Die Bedeutung der Gruppenbildung als Unterstützungssystem ist eben unersetzbar, um mit Michael Lucas Moeller zu sprechen: „Nur du allein schaffst es, aber du schaffst es nicht allein!“

Autorin:

Marita Weerts-Eden

- Ausbildung zur zertifizierten Zwiegesprächsvermittlerin und -beraterin bei Celia Fatia
- Zertifizierte Supervisorin für Zwiegespräche

26133 Oldenburg

Lärchenring 46a

Telefon: 0441-42008

E-Mail: zwiegespraech@gmx.net

Web-Seite: www.zwie-gespraech.de

/// **Nur du allein schaffst es,**

aber du schaffst es nicht allein! ///

Michael Lucas Moeller

