

Beratungsprozesse im digitalen Kontext erfolgreich gestalten

Institut für Online-Beratung



Emma Rehr & Patrick Perrone

emma.rehr@schreiben-tut-der-seele-gut.de & Patrick.perrone@schreiben-tut-der-seele-gut.de

Wie kann ich mich einer Mail nähern?



New message

To

Subject

Cc Bcc

Haloo,

Ich wende mich heute an Sie, weil ich nicht mehr weiter weiß.

Ich bin 45 Jahre alt – so mitten im Leben – und doch daneben.

Ooooooo das ist schon fast lustiger Reim.

Mein Leben ist aber nicht so lustig. Ich bin verheiratet und mein Partner hat eine Arbeitsstelle 400km entfernt von hier. Er kommt immer am Wochenende und das ist anstrengend. Wir haben 2 Jungs. Sie sind 16 und 18 Jahre alt und auch sehr anstrengend. So schlage ich mich unter der Woche mit den Jungs rum und dann kommt Freitag Vater eingeflogen und es läuft Wochenendbetrieb. Wir leben alle in verschiedenen Welten.

Ich bin nicht berufstätig, weil ich in dem erlernten Beruf als Erzieherin nicht mehr arbeiten kann. Meine Einstellung zum Beruf hat sich verändert und ich bin auch für den Berufsalltag nicht belastbar. So putze ich das Haus, gehe zum Yoga, Tanzen, Malen oder lese Bücher. Manchmal treffe ich mich mit Freundinnen, doch sie können mir in meinem Leben in den verschiedenen Welten auch nicht helfen.

Haben Sie eine Idee, wie ich mit den verschiedenen Welten klarkommen kann?

Helga

A 0 😊 ⌂ 📸 🗑️ ⏺

Send

4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Psychoanalytisches Lesen:

- Was steht zwischen den Zeilen?
- Welche verborgenen Aussagen enthält der Text?
- Welche Bilder, Gedanken und Gefühle entstehen beim Lesen?

Phänomenologisches Lesen:

- Was steht auf den Zeilen? Eigene Vorannahmen, Vermutungen und Erwartungen zurückstellen.
- Was ist der Inhalt des Textes?

Dialogisches Lesen:

- Den Text zu sich sprechen zu lassen und die eigenen Reaktionen, Gedanken oder Fragen festzuhalten. Wie im Gespräch.
- Wer wird mit dem Text noch angesprochen?

Technisches Lesen:

- Analytische Betrachtung vom Text: Struktur, Schreibstil, sprachliche Besonderheiten, Wortwahl



4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Psychoanalytisches Lesen:

- Was steht zwischen den Zeilen?
- Welche verborgenen Aussagen enthält der Text?
- Welche Bilder, Gedanken und Gefühle entstehen beim Lesen?

Im Beispiel:

Eine Frau, die sich ihr Leben anders vorgestellt hat. Sie fühlt sich erschöpft, vieles ist für sie anstrengend. Sie fühlt sich ausgelaugt. In mancher Hinsicht schon resignativ, aber dennoch an einer Lösung interessiert. Sie macht schöne Dinge, die sie aber nicht erfüllen. Sie hat Kontakte, die aber nicht in die Tiefe gehen. Große Sehnsucht – jedoch nach was, weiß sie noch nicht. Scheinbar in der „Mitte des Lebens“ – fühlt sich jedoch „daneben“? Fühlt sich zwischen den Stühlen und kommt mit ihren Kindern und mit ihrem Mann nicht (mehr?) in Kontakt, da alle in verschiedenen Welten leben.



4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Phänomenologisches Lesen:

- Was steht auf den Zeilen? Eigene Vorannahmen, Vermutungen und Erwartungen zurückstellen.
- Was ist der Inhalt des Textes?
- Wie kann er beschrieben werden? Beim Text selbst bleiben, ohne zu tief zu gehen, ohne zu erklären oder zu bewerten.



Im Beispiel:

Frau, 45 Jahre alt, verheiratet, 2 Kinder im Jugendalter. Mann arbeitet 400km weit weg und ist am Wochenende zuhause, Ausbildung Erzieherin, nicht mehr berufstätig, erschöpft, verschiedene Hobbies, Freundinnen, mit denen sie die Zeit verbringt

4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Dialogisches Lesen:

- Den Text zu sich sprechen zu lassen und die eigenen Reaktionen, Gedanken oder Fragen festzuhalten. Wie im Gespräch.
- ggf. Grundlage für Antwort
- Wer wird mit dem Text noch angesprochen?

Im Beispiel:

Da müssen Sie ganz schön was leisten! Wie ist es “daneben“? Wie sieht das „mitten drin“ aus Ihrer Perspektive aus? Warum können Sie nicht mehr arbeiten? Wie sieht Ihr Mann das Ganze wohl? Wie lange leben Sie schon so? War es auch mal anders? Wie sieht die Welt aus, in der Sie leben? Welche Sprache wird dort gesprochen? In welchen Welten leben Ihr Mann und Ihre Kinder? Aus welcher Welt kommt ihr Mann eingeflogen? Gibt es Visa-Bestimmungen zwischen den Welten?



4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Technisches Lesen:

- Analytische Betrachtung vom Text: Struktur, Schreibstil, sprachliche Besonderheiten, Wortwahl

Im Beispiel:

Einfacher, aber klar strukturierter Text, Rechtschreibung und Grammatik unauffällig, bildhafte Sprache (Mittendrin, Welten, anstrengend), viele Sätze beginnen mit „Ich“



4 Lesetechniken

nach Brunner 2006

Psychoanalytisches Lesen:

- Was steht zwischen den Zeilen?
- Welche verborgenen Aussagen enthält der Text?
- Welche Bilder, Gedanken und Gefühle entstehen beim Lesen?

Phänomenologisches Lesen:

- Was steht auf den Zeilen? Eigene Vorannahmen, Vermutungen und Erwartungen zurückstellen.
- Was ist der Inhalt des Textes?

Dialogisches Lesen:

- Den Text zu sich sprechen zu lassen und die eigenen Reaktionen, Gedanken oder Fragen festzuhalten. Wie im Gespräch.
- Wer wird mit dem Text noch angesprochen?

Technisches Lesen:

- Analytische Betrachtung vom Text: Struktur, Schreibstil, sprachliche Besonderheiten, Wortwahl

