



Menschenbild und Grundhaltung von Gruppenleitende

Auszug aus "Gruppenleiten ohne Angst" von Irene Klein

Ernst genommen werden, verstanden werden und der Ehrlichkeit (Stimmigkeit) des anderen vertrauen zu können, schaffen das Klima, in dem Menschen wachsen und sich entfalten können. Diese Tatsache wurde in den letzten Jahrzehnten vor allem von Carl Rogers (1902 – 1987), Mitbegründer der Humanistischen Psychologie, betont. Er fordert deshalb von Gruppenleitende die Einübung der entsprechenden Grundhaltungen und Fähigkeiten.

Diese Haltungen heissen: **Unbedingte Wertschätzung** **(Akzeptanz)**
 Einführendes Verstehen **(Empathie)**
 Echtheit **(Kongruenz)**

Sie sind die Antworten auf die Grundbedürfnisse nach Akzeptiert sein, Anerkennung und Sicherheit.

Unbedingte Wertschätzung Akzeptanz	Einführendes Verstehen Empathie	Echtheit Kongruenz
<ul style="list-style-type: none"> – Du bist gut so, wie du bist. – Du musst nicht so sein, wie ich dich gernhaben will. – Du machst, denkst, fühlst manches anders, als es mir gefällt oder ich es tun würde. – Ich akzeptiere dich auch wenn du andere Lösungen findest als ich. – Ich habe Wünsche an dich, aber ich mache unsere Beziehung nicht davon abhängig, ob du sie erfüllst. – Es ist mir nicht egal was du tust, aber ich respektiere, dass du ein eigenständiger, entscheidungsfähiger Mensch bist mit eigenen Gefühlen und Erfahrungen. 	<ul style="list-style-type: none"> – Ich interessiere mich für deine inneren Vorgänge, deine Erlebniswelten, dein Leben. – Ich weiss, dass deine Welt anders ist als meine. – Ich bin motiviert und gespannt etwas von dir zu erfahren und zu lernen. – Ich versetze mich in dich hinein, um zu erfahren, was du denkst und wie es dir geht. – Ich versuche mit deinen Augen zu sehen und Ohren zu hören, mit deinen Gefühlen zu fühlen und Gedanken zu denken – weil ich nur so beim „anderen bin“ und nicht meine Welt für die seine halte. – "Wenn du einen Menschen verstehen willst, dann musst du einen Tag lang in seinen Mokassins gehen." – Indianisches Sprichwort 	<ul style="list-style-type: none"> – Mein Verhalten und meine Aussagen zeigen mich, wie ich bin. – Es besteht Übereinstimmung zwischen meinen „Äusserungen“ und meinem „Inneren“. – Ich versuche ohne Täuschung zu sein – ich bin echt. – Weil ich dich wertschätze, mache ich dir nichts vor, ich erlaube dir, dass du mich spürst und wahrnimmst wie ich bin. – Ich bin angreifbarer und vielleicht auch verletzlicher.

Die drei Grundhaltungen gehören zwar untrennbar zusammen, sind aber gleichzeitig untereinander sehr spannungsreich.