Fam. Kurs I – 2010

Thema: Die Kunst des Fragenstellens

U. Davatz, www.ganglion.ch

Es gibt zwei Arten von Fragen:

1. Inhaltsfragen

2. Prozessfragen

1. Inhaltsfragen

- Über Inhaltsfragen macht man sich ein Bild des Familiensystems in Bezug auf seine Strukturen. Man fragt dabei möglichst nach harten Fakten und darf keine Unklarheiten oder Zweideutigkeiten offen lassen. Das Genogramm ist die strukturelle Richtschnur.
- Kommt man in Bereiche hinein, da die Familie nichts weiss, oder keine Auskunft geben möchte, sind dies meistens Tabubereiche oder Zeichen von emotionalem „Cutoff".

2. Prozessfragen

- Bei den Prozessfragen spricht man häufig von zirkulärer Befragungsweise, d.h. man fragt „einen Prozess ab" im Sinne von, „was sagt ihr Partner über Sie?" oder „was denken Sie, dass Ihr Kind über Sie sagt?" Was denken Sie, dass der Partner über Sie denkt?"
- Um zirkulär fragen zu können darf man niemals die Frage „Warum?" stellen, da diese rein kausal eindimensional ist und häufig Schuld induziert, weshalb man dann keine Antwort, oder keine ehrliche Antwort darauf, erhält.
- Die systemischen Prozessfragen lauten: „Was ist geschehen? Wann ist es geschehen? Wo ist es geschehen? Und unter welchen Umständen ist es geschehen?"
- Zirkulärfragen bringen Vorurteile und Wertvorstellungen zum Ausdruck.

https://adhs.expert

- Ein wichtiges Prinzip bei der systemischen Fragestellung ist, dass die Frage nicht suggestiv sein darf, dass man nicht von einer vorgefassten Meinung her kommen darf, sondern dass die Frage stets neutral sein muss und dass man selbst eine gewisse Neugier dabei haben muss.
- Hinter dem „systemischen Fragestellen" muss stets ein gewisser Forschergeist stecken, der etwas Neues herausfinden möchte.
- Gelingt es einem, das Gegenüber zum Innehalten zu bringen, ins Erstaunen oder gar in Verlegenheit zu bringen, hat man eine gute Frage gestellt.
- Gute Fragen bringen das festgefahrene System immer etwas aus dem Gleichgewicht, was dann eine Chance für eine neue Entwicklung ist.

3. Teleologische oder hypothetische Fragen

- Solche Fragen versuchen das System oder die Person nach seinem Motivationshintergrund zu erfragen, nach seiner Zielgerichtetheit!
- Hypothetische oder konditionale Fragen versuchen, die dahinter stehenden Fantasien und Wünsche zu ergründen, wie z.B., wenn Sie ihr Leben nochmals von vorne beginnen könnten, was würden Sie anders machen?
- Solche Fragen führen zu einer gewissen Verarbeitung, indem sie die verborgenen Wünsche zum Vorschein bringen, wie z.B. ein Berufswunsch, der nicht realisiert werden konnte.
- Um gute Fragen stellen zu können, muss man auch selbst immer seine alten „Denk-Schematas" hinter sich lassen und wirkliche Fragen stellen.

25.10.2010 da

https://adhs.expert