

Zwiegespräch - die Zusammenfassung in Kürze

Vereinbare einen Haupt- und einen Nebentermin von 90 Minuten Dauer pro Woche.

Setzt Euch im Zwiegespräch Face to Face gegenüber.

Das Thema lautet: „Ich erzähle dir, was mich zurzeit am stärksten bewegt.“ Schweigen und schweigen lassen, wenn es sich ergibt – Zwiegespräche sind kein Offenbarungszwang.

Beachte (zumindest für die erste Zeit) die Viertelstundenregelung: Die erste Viertelstunde hat der eine, die nächste der Andere – dann noch zweimal wechseln.

Pünktlich beginnen, pünktlich aufhören.

Zwiegespräche nie verlängern oder verkürzen. Bei sich bleiben – du hast in der Welt des anderen nichts zu suchen.

Bildersprache: Erläutere dich in kleinen, konkret erlebten Szenen.

(Zusammenfassung nach M. L. Moeller und C. M. Fatia)

Weiterführende Literatur: Michael Lukas Moeller: "Die Wahrheit beginnt zu zweit. Das Paar im Gespräch"