



Modul 1, Lektion 1.2

WERTE UND HALTUNG VON BONDALITY

Bondality wird von drei Werten getragen: wertneutral, beziehungsorientiert, zieloffen. Diese Werte sind der Boden auf dem die Methode stattfindet.

Wertneutral

Wertneutralität heisst: Wir betrachten innere Prozesse und Verhalten ohne moralische Bewertung und Beurteilung. Es heisst nicht: Alles ist egal. Wenn jemand sagt: „Ich bin zu viel. Ich bin zu schwierig. Ich bin falsch.“ ordnen wir diese Aussage nicht zuallererst ein und erkennen etwas Pathologisches im anderen. Bondality hat einen anderen Blick: „Es hat alles gute Gründe.“ Und deshalb hören wir zuallererst zu, um zu sehen, zu hören, zu fühlen und zu erkennen. Bewertung erzeugt oft Scham und ein Gefälle in der Beziehung. Das macht den Klienten klein. Und klein sein ist kein guter Boden für Entwicklung und neue heilsame Erfahrungen.

Alltagsbeispiel: Du nimmst dir vor, ruhig zu bleiben. Dann wirst du laut. Danach verurteilst du dich. Bondality würde nicht beim „Lautsein“ anfangen, sondern bei: „Was war da bedrohlich? Was war dein Bedürfnis? Musstest du dich schützen?“

Beziehungsorientiert

Beziehungsorientierung heisst: Beziehung steht immer vor Methode. Nicht im Sinn von „nur nett sein“, sondern um Sicherheit zu schaffen und Raum entsteht für das, was der Klient wirklich ist.

Das gilt innen wie aussen:

- beziehungsorientiert zwischen Companion und Ratsuchendem
- beziehungsorientiert zwischen den inneren Bereichen des Menschen

Diverse Forschungsergebnisse in der Psychotherapie zeigen, dass die therapeutische Beziehung ein wesentlicher Faktor für den Therapieerfolg ist. Das heisst nicht, dass Methode egal ist. Es heisst: Ohne Beziehung wirkt Methode oft deutlich schwächer. (Details und Quellen in Lektion 3.)



Modul 1, Lektion 1.2

WERTE UND HALTUNG VON BONDALITY

Zieloffen

Zieloffen heisst: Wir geben dem Prozess Raum. Wir erzwingen kein Ergebnis und sind störrisch und korrigierbar.

Das ist ungewohnt, weil unsere Kultur durch und durch zielorientiert funktioniert: schneller, besser, effizienter. Ein Nervensystem, das Druck spürt, wird in jedem Fall Stress spüren. Je nach Stressintensität wird es entsprechende Massnahmen ergreifen. Mehr Informationen dazu findest du im Modul «Körperbereich» und dann natürlich in der Ausbildung.

Zieloffen heisst aber nicht ziellos. Unser Ziel ist es, Beziehung zu schaffen zwischen den Bereichen, den Bereichen und uns und – wenn gewünscht – mit den Bereichen und Gott. Auf dem Weg zu diesem Ziel gehen wir wahrscheinlich Wege, mit denen wir nicht gerechnet haben oder bei denen wir Abkürzungen sehen würden. Wir sind aber nur Begleiter auf dem Weg des anderen.

Alltagsbeispiel

Jemand kommt mit dem Ziel: «Ich will endlich vergeben und abschliessen.» Im Prozess zeigt sich vielleicht zuerst Wut, dann Trauer, dann Schutz. Zieloffen zu bleiben bedeutet: Wir folgen dem, was sich zeigt, statt das gewünschte Ziel durchzudrücken.

Quellenhinweis

Diese Werte sind Bondality-eigene Grundhaltungen. Die Forschung, die Beziehung als Wirkfaktor stützt, kommt ergänzend dazu (siehe Lektion 3).