**Die Dialogmethode nach David Bohm**

Quelle[**https://www.bohm-dialog.at/**](https://www.bohm-dialog.at/)

**Literaturhinweis:** *Der Dialog. Das offene Gespräch am Ende der Diskussionen.* Aus dem Englischen von Anke Grube. Herausgegeben von Lee Nichol. Klett-Cotta, Stuttgart 1998, [ISBN 3-608-91857-4](https://de.wikipedia.org/wiki/Spezial%3AISBN-Suche/3608918574).

"Den Dialog nach David Bohm sehe ich als ein sehr hilfreiches Mittel, einen **gemeinsamen Raum** zu schaffen und **miteinander in Fluss** zu kommen.

* Er ist ohne Thema und Ziel.
* Jede Person sagt, was sie bewegt.
* Es kann sich inhaltlich auf ganz anderes beziehen als auf das, worauf sich die Person vor ihr bezogen hat.

Auf diese Weise erhalten wir Teilnehmenden einen Eindruck, von dem, was in jeder\*m von uns **lebendig** ist.

Meist wird nach einiger Zeit ein **Schwergewicht** spürbar, ein Bereich, der besonders anziehend wirkt.

So finden wir **das für uns wichtige Thema** von selbst, ohne Diskussion, Abwägen oder gar Abstimmung.

Als besonders schön empfinde ich daran, dass **alle das ihnen Wichtige sagen können**, auch wenn es nicht zum sich herausschälenden Thema gehört. Auch diese scheinbar abwegigen Äußerungen fließen nach meiner Erfahrung in den weiteren Dialog ein und bereichern ihn.

Das wird auch dadurch gefördert, dass **kein Grund besteht, sich selbst gegenüber Themen anderer abzugrenzen**, um das eigene Thema durchzusetzen.

Das Gruppenthema gewinnt auf diese Weise eine ungewöhnlich ***Weite und Vielfalt***; **das anfangs scheinbar gar nicht hierher Gehörende**, eröffnet mitunter ganz neue Perspektiven und verändert so das Gesamtbild grundlegend."

**Dialogmethode nach David Bohm**.

Wir leben in einer Zeit, in der das "Was" wichtiger geworden ist als das "Wie". Die Art und Weise der Kommunikation ist nicht mehr bestimmend. Die Geschwindigkeit bestimmt.

Im **Gegensatz zur** **Diskussion** (in seiner Wortbedeutung *untersuchen, erörtern, besprechend erwägen*), in der sehr viel an (Be-)Wertung steckt, bietet der **Dialog (gleichbedeutend mit *"Wortfluss****"*), miteinander in ein fließendes Gespräch zu kommen. Bohm hat dazu **wesentliche Eckpunkte** formuliert:

ZUHÖREN

Ich muss zuerst mir selber zuhören, bevor ich anderen zuhören kann: welche inneren Bewegungen, Gedanken und Bewertungen entstehen in mir, wenn ich zuhöre? Wenn ein anderer erst 2 Sätze gesagt hat, fangen wir an, innerlich zu argumentieren, eine Entgegnung vorzubereiten, zuzustimmen oder abzulehnen, zu bewerten.

Wenn ich diese Bewegungen wahrnehmen kann, wird es möglich, diese automatischen inneren Reaktionen etwas beiseite zustellen, um das, was ich höre, wirklich bei mir ankommen zu lassen.

PARTIZIPIEREN

Wenn ich wirklich zuhöre, kann ich teilhaben an etwas Größerem, ich kann teilhaben am Wesen meiner Gesprächspartnerin, meines Gesprächspartners, und wir können in einen gemeinsamen, erfrischenden Fluss von Austausch eintreten, der im Moment entsteht und nicht aus der Erinnerung erzeugt ist.

RESPEKTIEREN

(lateinisch re-spectere: erneut hinschauen, beobachten) bedeutet, auf Abwehr, Schuldzuweisung, Abwertung und Kritik zu verzichten. Alle dürfen so sein, wie sie sind. Jede Idee, jede Meinung ist genauso richtig und legitim wie meine eigenen Ideen.

IN SCHWEBE HALTEN (SUSPENDIEREN)

Wenn wir unser 'Wissen' als Konstrukte erkennen, können wir im Suspendieren unsere Annahmen und Bewertungen sichtbar machen, sie veröffentlichen, sie vor uns 'aufhängen', sie so in der Schwebe halten und suspendieren: "das ist meine Meinung, meine Haltung zum Thema, und ich halte diese mal in der Schwebe und lasse mich weiter auf das ein, was da gesagt wird".

ARTIKULIEREN

Eine Haltung von Neugierde, Achtsamkeit und Bescheidenheit ermöglicht, Fragen zu stellen, die uns wirklich bewegen und gemeinsam zu erkunden und etwas zu entwickeln, das vorher noch nicht da war und alleine nicht möglich gewesen wäre. Erst dann, wenn ich mein Denken gut beobachtet habe, kann es gelingen, diese Gedanken auch in Worte zu fassen.

VERLANGSAMEN

Um uns in dieser Art selber beobachten zu können, ist es nötig, den Prozess zu verlangsamen. Dann können wir beobachten, welche Reflexe, Reaktionen, Wertungen, Gedanken und Erinnerungen auf eine Aussage einer anderen Person in uns ausgelöst werden. Im Dialog setzen wir dazu einen Sprechstab ein, um den Redefluss zu verlangsamen.

Die Regel ist, dass nur die Person spricht, die den Stab in den Händen hält.