



## Doppeln - oder die hohe Kunst des Übersetzens

„Darf ich mich mal neben Sie stellen und für Sie was sagen, und Sie sagen dann, ob das so stimmt?“  
Mit diesem Satz wird das Doppeln eingeleitet. Doppeln meint, dass die Beratungsperson schwierige Inhalte zwischen den Gesprächspartner\*innen hin und her transportiert. Dabei präsentiert sie die Aussagen so, dass der/die Angesprochene sie versteht und der/die Gedoppelte sie noch als seine eigene erkennt.

Das Doppeln ist eine psychodramatische Methode und kann dazu genutzt werden, für jemanden Gefühle, Bedürfnisse und Gedanken auszusprechen, die ihm/ihr nicht bewusst sind, oder die er/sie aus den unterschiedlichsten Gründen nicht aussprechen kann. Wurde in einem Gespräch eine Person gedoppelt, wird die andere Person aufgefordert darauf zu reagieren und auch ihre Aussage wird gedoppelt. Das Gespräch kann so durch bisher unbewusste und/oder nicht aussprechbare Aspekte erweitert werden und bekommt eine neue Dimension. Das gegenseitige Verständnis wird gefördert und vertieft, wodurch sich die Beziehung verbessern kann und sich bisher unbekanntere Lösungen zeigen können.

Damit geht Doppeln noch tiefer als das Aktive Zuhören. Die Gesprächspartner\*innen werden unterstützt unausgesprochene Gefühle auszusprechen und es wird eine Selbstexploration angeregt, wodurch ein neuer Handlungsspielraum gewonnen werden kann.

Das Doppeln kann sowohl im Coaching mit strittigen Eltern wie auch im Gespräch zwischen Eltern und ihren Kindern eingesetzt werden.