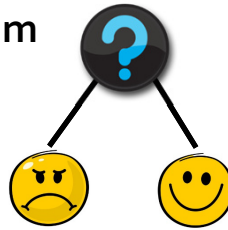


Pendeln zwischen dem Problem- und Lösungsmuster



Beschreibung „Problem“, „Wovon will ich / wollen wir weg? So kurz wie möglich.“



Beschreibung „Wunschbild“, „Wo will ich / wollen wir hin? Ausführlich. Konkret. Situation und Kommunikation.“



„Pendeln“, ein Modell von Gunther Schmidt



Unterschiedsbildende Fragen

Skalierung des Wunschbildes. Wo stehen Sie im Moment auf einer Skala von 0 bis 10? War der Wert schon einmal höher oder niedriger? Identifizierung von unterschiedlichen Situationen, die weiter weg oder näher am Wunschbild liegen. Dadurch wird sichtbar: die Situation ist veränderbar („nicht leicht, eventuell schwere Arbeit“), die Situationen enthalten Informationen über die Kompetenzen („Was war Ihr Beitrag?“) Wenn Gegenüber den eigenen Beitrag nicht benennen kann („Weiß ich nicht.“) heißt das nicht das Gegenüber keinen Beitrag gezeigt hat. Lediglich sein „Bewusstes“ (Verstand) weiß es nicht, es gab sehr wahrscheinlich unwillkürliche Beiträge (unbewusst, nicht wirklich benennbar, „Es geschieht ganz eigenständig und unwillkürlich“). Durch ein Befragen des inneren Erlebens (Gefühl, innere Dialoge, Umgang mit sich selbst, Körperkoordination, etc.) in den Situationen laden wir das Gegenüber ein aus einer Beobachterposition („Metaposition“) die Situation zu beschreiben, wie einen „Erlebnisfilm“.



Erkunden Problem- und Lösungsmuster, Stärken der Metaposition



Erkunden Problemmuster: Untersuchen von Situationen und Kontexten, in denen der Wert sinkt, sich vom Wunschbild entfernt: Was habe ich da gemacht, wie mich verhalten, wie kommuniziert, wie Beziehung gestaltet, wie „Aufgetreten“... Wie war mein inneres Erleben: Gefühl, innere Dialoge, Umgang mit mir selbst, Körperkoordination, ...



Erkunden Lösungsmuster: Untersuchen von Situationen und Kontexten, in denen der Wert steigt, sich dem Wunschbild nähert: Was habe ich da gemacht, wie mich verhalten, wie kommuniziert, wie Beziehung gestaltet, wie „Aufgetreten“... Wie war mein inneres Erleben: Gefühl, innere Dialoge, Umgang mit mir selbst, Körperkoordination, ...



Systematischer Vergleich, Erfragen, ... im Wechsel der Seiten ... immer wiederholend ... „Wenn Sie (Beitrag)... dann (Auswirkung)“ ... Durch das Beschreiben und Pendeln zwischen den Mustern (wie wenn beide Seiten gemeinsam Filmsequenzen anschauen) wird die Beobachterposition, die Metaposition gestärkt und damit auch die Wahlmöglichkeit und -freiheit gestärkt (Autonomie). Da in der Regel die „Muster“ als nicht willentlich vollzogen beschrieben werden („Es passiert dann so“, niemand nimmt sich am Frühstückstisch vor im Laufe des Tages Problemmuster zu aktivieren oder Lösungsmuster zu unterlassen), scheint es einen Vertragspartner zu geben, der diese Muster auslöst: der eigene Organismus. Somit aber sind Symptome, „Problemmuster“ Rückmeldungen, Informationen über nicht passende „Vertragsbedingungen“, nicht berücksichtigte Bedürfnisse und damit eigentlich eine Kompetenz. Wie aber könnte man diese Informationen jetzt nutzen?



Die nächsten kleinen Schritte, Vorbereiten auf „Ehrenrunden“

Wie könnten die nächsten kleinen Schritte aussehen, um die gewonnene Information zu nutzen? Einladung zu imaginativen Probehandeln durch hypothetische Fragen: „Nehmen wir an, Sie würden sich gerne jetzt schon etwas von dem Lösungsmuster gönnen, wie würde das aussehen, woran würden Sie es merken, ... andere ... und woran würden Sie merken, das Andere es gemerkt haben? Alle diese Fragen aber nicht mit Druck und der Verpflichtung es jetzt schon tun zu müssen, daher eher imaginative, hypothetische Fragen.“

Folgt man diesen Überlegungen gibt es auch keine „Rückschritte“ oder „Rückfälle“.

Vielmehr bieten diese „Ehrenrunden“ Hinweise auf nicht passende „Vertragsbedingungen“ (siehe oben)