

Kleine Unterschiede – Große Wirkungen

**Handbuch zur Arbeit mit der
Skalierungsscheibe in Beratung**

Frank Natho

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
1. Grundlagen, Entwicklung & Darstellung der Skalierungsscheibe	12
Einleitung, vom Problem zur Lösung	12
Theoretische und experimentelle Grundlagen	16
Systemrekonstruktionen	16
Unterschiedsbildung	19
Skalierung - kleine Unterschiede, große Wirkung	25
Zusammenfassung	28
Darstellung der Skalierungsscheibe Go & Work	29
2. Teamberatung	32
Probleme im Team lösen, Anregen von Entwicklungen	32
Selbstlernende Teams	32
Keine Macht den Experten	33
Kundigkeit des Teams	34
Problemtrancen – Rezept zur Herstellung eines Problems	38
Kleine Unterschiede bilden	45
Annäherung schaffen	46
Probleme im Team mit der Skalierungsscheibe lösen	48
Vorbereiten	50
Arbeitszeit planen	50
Ermittlung der zu skalierenden Aussagen	51
Durchführung	64
Einzelskalierung	64
Skalierungsdurchläufe	66
Exkurs: Hypothetisches Fragen	72
Nachbesprechung	73
Entscheidungsfindung und Entscheidung	74
3. Teamentwicklung	75

Zum Verständnis von Selbststeuerung in sozialen Systemen	75
Ziele von Teamentwicklung	78
Teamentwicklung mittels Skalierungsscheibe	80
Vorbereitung	81
Durchführung	84
Nachbesprechung	86
Thematische Schwerpunkte innerhalb von Teamentwicklung	87
1 Nähe und Distanz	88
2 Allgemeine Bereiche der Teamentwicklung	93
3 Miteinander und voneinander im Team lernen	96
4 Verdeckte Konflikte	98
5 Kommunikation im Team	104
6 Kooperation und Partizipation im Team	106
7 Kreativität	109
8 Motivation im Team	111
9 Wir-Gefühl / Kohäsion	116
4. Auswertung von Tendenzen und Dynamiken im Team	118
Summen und Durchschnitte ermitteln	119
Beispiel Nähe-Distanz-Skalierung	120
5. Skalierungsscheibe in verschiedenen beraterischen Settings	123
Einzel-, Paar-, Erziehungs- und Lebensberatung zu unterschiedlichen Themen	123
Ordnen, Skalieren, Unterschiede bilden in Beratung und Therapie	123
VIP-Skalierung und andere soziale Landkarten	124
Skalierung von Unterstützern in der Erziehungsberatung	125
Auswertung der VIP-Skalierung	130
Schulbummelei, Skalierung von Lebenswelten	132
Trennungsberatung, Lebensmittelpunkt der Kinder	135

Skalierungsscheibe der Schuldnerberatung	138
Schwangerschaftskonfliktberatung, Skalierung zum ungeborenen Kind	141
Skalierung innerer Anteile / Teilarbeit oder die Dynamisierung innerer Konflikte	143
Externalisierung emotionaler Konflikte - Trauerarbeit unter Verwendung von Tierfiguren	147
Identitätsentwicklung & Identität skalieren	152
Skalierungsscheibe in der Paarberatung	154
6. Anhang Skalierungsblätter	161
Skalierungsblätter für die Teambberatung	161
Arbeitsblatt Problemanalyse & Hypothesenbildung	161
Skalierungsblatt A - Problemlösen	162
Skalierungsblatt B - Teamentwicklung	163
Skalierungsblatt C - Durchschnitt	164
Skalierungsblatt D - Nähe- & Distanztendenzen	165
Skalierungsblätter für die Teamentwicklung	166
Skalierungsblatt 1 - Nähe und Distanz	166
Skalierungsblatt 2 - Allgemeine Bereiche der Teamentwicklung	167
Skalierungsblatt 3 - Miteinander, voneinander im Team lernen	168
Skalierungsblatt 4 - Verdeckte Konflikte	169
Skalierungsblatt 5 - Kommunikation	170
Skalierungsblatt 6 - Kooperation und Partizipation	171
Skalierungsblatt 7 - Kreativität	172
Skalierungsblatt 8 - Motivation	173
Skalierungsblatt 9 - Wir-Gefühl und Kohäsion	174
Literatur	176

reflektieren. Nacheinander stellt die Betroffene relevante Familienmitglieder entsprechend ihrer wahrgenommenen oder vermuteten Haltung zur Schwangerschaft auf die Scheibe.



Abb. 23 Beziehungsskalierung zum ungeborenen Kind

Konkrete Fragen unterstützen die Skalierungsarbeit: „Wer in der Familie wäre eher dafür und wer eher dagegen, dass Sie das Kind austragen und welche Position haben Sie selbst? Welche Unterschiede nehmen Sie wahr oder vermuten Sie?“ Skalierungsring 7, in unmittelbarer Nähe des ungeborenen Kindes, bedeutet eher Zustimmung und 1 eher Ablehnung. Gemeinsam können nach oder während der Skalierung die möglichen Ressourcen und Hilfen im Falle der Geburt des Kindes oder auch die möglichen psychischen Konsequenzen, wie Schuld und Trauer, im Falle eines Schwangerschaftsabbruches besprochen werden. Wofür die Frau sich auch entscheidet, ihre Entscheidung wird Konsequenzen haben, die die Familiendynamik und auch das persönliche Empfinden verändern. Diese Veränderungen lassen sich hypothetisch mit Hilfe der Skalierung fokussieren. Die Vorgehensweise, mit der Skalierungsscheibe in der Schwangerschaftskonfliktberatung zu arbeiten, wurde in einer Weiterbildung mit Schwangerschaftskonfliktberaterinnen entwickeln. Praxisberichte, die im Rahmen der Weiterbildung von den Teilnehmerinnen angefertigt werden mussten, zeigten, dass sich

die Arbeitstechnik in diesem Beratungssetting gewinnbringend einsetzen lässt.

Skalierung innerer Anteile / Telearbeit oder die Dynamisierung innerer Konflikte

Das Postulat: „Der Mensch ist mehr als die Summe seiner Teile“ ist nicht generell eine systemische Grundannahme. Bereits die humanistische Psychologie vertrat diesen Standpunkt und übernahm diese Idee von Ganzheitlichkeit trotz innerer Multiplizität. Die Wurzeln dieses anthropologischen Verständnisses vom Menschen liegen auch im Humanismus des 19. Jahrhunderts, der wiederum geprägt war von der abendländischen Philosophie der Antike. Viele Vertreter der humanistischen Psychologie oder ihr nahe stehende Familientherapeuten integrierten die Vorstellung von menschlicher Komplexität und innerer Unterschiedlichkeit und der Lösung innerer Konflikte über den Verstand.

Exkurs: Der innere Konflikt – oder wer kontrolliert nun wen?

Die Forschungsergebnisse der Neurobiologie der letzten zwanzig Jahre lassen einige Zweifel an der absoluten Kontrollierbarkeit von Gefühlen, Begierden und inneren Konflikten aufkommen. Das Gefühl lässt sich nicht oder nur bei sehr wenigen Entscheidungen vom Verstand kontrollieren. Roth (2008) weist darauf hin, dass der Bereich im Gehirn, in dem Gefühle produziert werden, völlig ohne Bewusstsein ist und dass nur wenige Aktivitäten des limbischen Systems überhaupt bis in die bewussteinsfähige Großhirnrinde vordringen. Er vertritt die Auffassung, dass viel eher die Gefühle den Verstand kontrollieren, welche bei wirklich lebensrelevanten Entscheidungen den Verstand einfach abschalten. Gefühle sind äußerst autonom und haben in vielen Zusammenhängen, beispielsweise in Stresssituationen direkten Zugriff auf unser Verhaltenssystem. (Roth, 2003, S.297ff) Bedeutsam ist vielleicht auch, dass das limbische System, in dem Gefühle entstehen, nach dem 4. bis 5. Lebensjahr an Plastizität und damit an Lernfähigkeit verliert, während

Lösung im Rahmen von Telearbeit mit der Skalierungsscheibe keine Rolle. Es reicht meines Erachtens aus, den inneren Konflikt zu externalisieren und ihn zu dynamisieren. Während der Klient mit Figuren, seine inneren Anteile symbolisch auf der Skalierungsscheibe darstellt, darüber spricht und hantiert, ist sein Gehirn auf vielen Ebenen aktiv und er kommt mit seinen unbewussten und bewussten inneren Teilen in Kontakt. Wenn er dies tut, dann wird es für ihn schwerer sich nicht zu entwickeln und zu verändern.

Konzepte von Multiplizität, Telearbeit mit der Skalierungsscheibe

Konzepte von Multiplizität sind schon immer Bestandteil von Psychotherapie, Beratung und auch Familientherapie. Ausgehend von den unterschiedlichen Konzepten psychischer Multiplizität ist die Annahme naheliegend, dass Menschen generell über verschiedene Persönlichkeitsanteile verfügen und dass diese insbesondere in Krisensituationen miteinander konkurrieren. Es kommt dann zu einem inneren Konflikt, wenn zwei oder mehr Anteile gleichzeitig versuchen das Handlungs- bzw. Verhaltenssystem zu bestimmen. Die inneren Anteile kämpfen dann miteinander um den exklusiven Zugriff auf das Verhaltenssystem.

Hat man als Berater, Therapeut den Auftrag, dem Klienten bei der Lösung seines inneren Konflikts zu helfen, kann es nützlich sein, die inneren Anteile zu explorieren, das heißt sie zunächst in einem Gespräch zu differenzieren, zu symbolisieren und dann bildhaft-metaphorisch mittels Figuren auf der Skalierungsscheibe abzubilden (Abb.25). Jede Figur steht dann für einen Persönlichkeitsanteil, der sich im Rahmen des inneren Konflikts in irgendeiner Form zu Wort meldet oder sich als Zweifel, Hoffnung, Frage, innere Stimme, inneres Kind oder auch als Gefühl bemerkbar macht.