



## **Analog den Dialog führen Beratung mit analogen Verfahren mittels kreativer Methoden**

Einen Schwerpunkt, den ich in meiner beratenden Tätigkeit als Coachin und Supervisorin anbiete und als **analoge Verfahren mit kreativen Methoden und Medien** benenne, bezieht sich auf meine **Arbeitsweise und das Beratungssetting**.

### **Mein Verständnis von Beratung**

Im Coaching wie auch in der Supervision geht es um **Problemlösungsprozesse**, in denen persönliche oder berufliche Themen im Sinne einer **Förderung des Selbst- bzw. Teammanagements** bearbeitet werden. Dazu kann schon ein einmaliges Treffen hilfreich sein. In der Regel finden mehrere aufeinander aufbauende Sitzungen in einem zeitlich regelmäßigen Turnus oder nach Bedarf statt.

Sicherlich haben Sie sich mit dem Thema, das Sie zu einem Coaching oder zu einer Supervision bewegt, bereits alleine oder mit anderen Personen gedanklich beschäftigt, doch Sie haben das Gefühl nicht von der Stelle zu kommen. In einem Coaching bzw. einer Supervision erfahren Sie über Impulse oder einen distanzierten Außenblick Möglichkeiten, mit denen Sie

- Ihr Thema aus einer anderen Perspektive ansehen können,
- die eigenen Wahrnehmungs- und Erlebnismuster reaktivieren und erweitern können,
- festgefahrene Handlungs- und Problemlösungsmuster aufspüren und darüber neue Entscheidungs- und Zielfindungsprozesse generieren können,
- sich Ihrer eigenen Ressourcen und Stärken bewusst werden und diese für alternative Handlungs- und Lebenspläne aktivieren können.

### **Mein Anspruch ist eine individuelle Passung von Arbeitsweise und Setting an die zu beratende Person und das Beratungsanliegen**

Als Beraterin ist es mir wichtig ein **breites und vielfältiges Repertoire an Arbeitsmethoden** zur Verfügung zu haben. Dies ermöglicht es mir Sie als die zu beratende Person bei Ihren momentanen Gefühlslagen, Ihren vertrauten Gewohnheiten und Denkstrukturen abzuholen und Ihr individuelles Anliegen adäquat aufzunehmen. Dies erachte ich als eine wichtige Voraussetzung, um zwischen Ihnen und mir als Ihre Coachin oder Ihre Supervisorin eine wertschätzende und vertrauensvolle Beziehung aufzubauen.

Als **Basiswerkzeuge für Beratung** benutze ich bspw. Methoden wie das Aktive Zuhören und Spiegeln, das Reframing, das Strukturieren und Zusammenfassen, das zirkuläre - und verflüssigende Fragen, die Wunder- oder Skalierungsfrage, die paradoxe Intervention oder das Umdeuten an.

Gerne biete ich Ihnen auch, wenn sie mir passend erscheinen zu Ihrem Anliegen, ihrer Persönlichkeitsstruktur und dem Beratungsprozess, **analoge Verfahren mittels kreativer Methoden und Medien** an.

In einem Beratungsprozess auf analoger Basis wählen Sie bspw. ein **Foto**, ein **Symbol**, eine **Metapher**, eine **Geschichte**, **malen ein Bild**, **gestalten eine Form** oder **stellen Situationen mit** Gegenständen, wie bspw. **Spielfiguren, Stühlen, Moderationskarten** oder mit **Ihrem eigenen Körper** szenisch dar.

Das mit analogen Verfahren vielfältige Angebot an Ausdrucksmöglichkeiten wird Ihnen helfen

- an Ihrem ganz persönlichen Erleben und Fühlen anzuknüpfen und Erlebtes, für das der Kopf bis dahin noch keine Denkmuster hatte, zum Ausdruck zu bringen,
- Ihre vagen, bisher nicht greifbaren Gefühlszustände wachzurufen, zu konkretisieren und sprachlich zugänglich zu machen,
- Ihre Denkblockaden zu lösen und das bisher nicht klar Gedachte unter Umgehung des kontrollierenden Verstandes zutage treten zu lassen,
- Das von Ihnen Vergessene wieder präsent werden zu lassen,
- Ihre Konzentrationsfähigkeit für das Wesentliche zu stärken,
- Ihre Erkenntnisse, Einsichten und Vorhaben zu verdichten und in Ihrem emotionalen Gedächtnis tiefer zu verankern,
- zu einer klareren Bewusstheit Ihres eigenen Ichs zu gelangen,
- Ihre eigenen Erfolgs- und Bestätigungserlebnisse bewusst wahr zu nehmen,
- Problemlösungen selbst zu entdecken, daraus Handlungsstrategien abzuleiten und neue Verhaltensweisen in Ihr Leben zu integrieren,
- mutig zu sein, um Ihre alten tradierten Lebensformen, -muster und -gewohnheiten in Frage zu stellen, aufzugeben und Visionen für neue Lebenspläne zu entwickeln und sich auf neue Wege zu begeben.

Bei der Beratung mit kreativen Methoden ist es mir grundsätzlich wichtig ein ausreichendes Maß an Sensibilität zu haben für Ihre momentane Gefühlslage sowie Ihre Offenheit und Bereitschaft sich auf eine kreative Arbeitsweise einzulassen. So gelingt es mir die jeweilige Methode und das entsprechende Medium an die Ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten und Fähigkeiten und die anstehenden Veränderungswünsche anzupassen.

Meine Begeisterung für kreative Prozesse und mein Überzeugtsein von dessen positiver Kraft sollte mich nicht dazu verführen eine vorhandene Scheu, oder eventuelle Vorbehalte auf Ihrer Seite als die zu beratende Person oder Gruppe nicht antizipierend und empathisch wahrzunehmen, zu achten und sensibel damit umzugehen. Ebenso habe ich als die Verantwortliche für den Beratungsprozess darauf zu achten, dass der Material- und Zeitaufwand überschaubar und angemessen ist.

## Quellen und Bezüge der von mir angewandten analogen Verfahren

Meine Überzeugung von der inspirierenden Wirkung analog-bildhafter Verfahren resultiert aus meiner Begeisterung für **bildnerische Resonanzen** und meinen Erfahrungen als **Kunsttherapeutin und Kunstlehrerin** sowie aus meiner **Museumsarbeit**. In diesen Erfahrungsräumen konnte ich miterleben, wie über analog-bildhaftes Arbeiten vorher nicht bewusste Facetten, Muster oder Zusammenhänge der dargelegten Situation plötzlich einsehbar werden, sich das Erleben verändert und mit einer Leichtigkeit neue Handlungsoptionen erkennbar werden.

Die von mir im Coaching oder in der Supervision angebotenen analogen Verfahren sind weitgehend der **Kunst-** (K-H. Menzen, 2016) und **Gestalttherapie** (F. Perls, 2013) sowie der **Systemtheorie** (N. Luhmann, 2020) entliehen. Ebenso gehen darin Methoden der **Themenzentrierten Interaktion nach Ruth C. Cohn (TZI)** (R. C. Cohn, 2018) des **Neurolinguistischen Programmierens (NLP)** (J. Grinder und R. Bandler, 2011), der **Klientenzentrierten Beratung nach Carl R. Rogers** (C. R. Rogers, 1983), das **Modell vom Inneren Team nach Friedemann Schulz von Thun** (F. Schulz von Thun und W. Stegemann, 2004), sowie das **Zürcher Ressourcen Modell** (M. Storch und Fr. Krause, 2005) ein.

Allen genannten Theorien und Modellen liegt eine **ganzheitliche Sichtweise** zugrunde, was sie kompatibel und miteinander kombinierbar macht. In diesem Sinne finde ich durch Kombination und Improvisation aus der Situation heraus auch schon einmal neue Methodenvariationen.

## Beratung mit analogen Verfahren - mein theoretischer Ansatz

### Digitales und analoges Denken - verschiedene Möglichkeiten zur Erfassung von Welt

Nach der systemtheoretisch orientierten Beratung können zwei Prozesse bei der Verarbeitung wahrnehmbarer Impulse unterschieden werden. Aus ihnen ergeben sich entsprechend auch zwei unterschiedliche Beratungs-Ansätze (Eckard König und Gerda Vollmer, 2018)

- > **Das digitale Denken** verarbeitet Impulse sequenziell, verbal, logisch und analytisch. Sprachlich-digitale Verfahren regen die Versprachlichung der Gedanken an und das Erkennen erfolgt eher verstandesgemäß rational. Sie helfen ein Problem zu bearbeiten und zu analysieren.
- > **Das analoge Denken** ist ganzheitlich intuitiv und bildhaft. Bildhaft-analoge Verfahren regen eine kreative Auseinandersetzung an, durch die Erkennen schwerpunktmäßig in der sinnlichen Wahrnehmung intuitiv erfolgt. Sie sind nützlich, um komplexe Anliegen oder Situationen zu klären und neue kreative Ideen zu gewinnen.

Gegenüberstellung analoges und digitales Denken	
Bedeutungen	
digital - sprachlich - abstrakt - rational	analog - bildhaft - emotional
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Herkunft:</b> englisch = digit = Ziffer; lateinisch = digitus = Finger</li> <li>• <b>Wortbedeutung:</b> in Stufen erfolgend - in Einzelschritte aufgelöst, ein diskretes oder abgestuftes Signal</li> <li>• <b>Ein digitales Signal</b> ist eine physikalische Größe, die nur bestimmte diskrete (zurückhaltende, verschwiegende) Werte annehmen kann.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Herkunft:</b> lateinisch = analogos; griechisch = aná = gemäß/ lógos = Vernunft</li> <li>• <b>Wortbedeutung:</b> ähnlich - entsprechend - gleichartig - kongruent - vergleichbar - übereinstimmend</li> <li>• <b>Ein analoges Signal</b> ist eine physikalische Größe, die im Verlauf der Größe (Amplitude) als auch im zeitlichen Verlauf kontinuierliche Werte annimmt.</li> </ul>
Interventionen	
digital	analog
<ul style="list-style-type: none"> <li>- über den Verstand kommunizieren</li> <li>- „Sich sagen“ = sprachlich denken über Sprache</li> <li>- rational und logisch Wissen erfassen, schlussfolgern, vermitteln, erklären</li> <li>- mit dem Verstand - diskursives Erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- über die Anschauung kommunizieren</li> <li>- „Sich vor Augen führen“ = bildlich denken über Bilder</li> <li>- sinnlich und emotional das Dinghafte, Wahrhafte, das Wesentliche erfassen</li> <li>- mit allen Sinnen - intuitives Einsehen</li> </ul>

### Wörter und Bildhaftes - zwei unterschiedliche Zugänge zu unserer Gefühlswelt

Nach dem **konstruktivistischen Weltbild** schafft sich jeder Mensch auf der Basis seiner Erlebnisse und Erfahrungen seine **eigene subjektive Welt** (H. R. Maturana und B. Pörksen, 2002). Dabei ist unsere subjektive Erfahrung mehrfach beschränkt. Einerseits nehmen wir die Welt reduziert und selektiv wahr, andererseits sind wir uns nur zu einem geringen Teil unserer sinnlichen Erlebnisse bewusst. Diesen uns bewussten Teil beschreiben und kommunizieren wir über unsere Sprache. Dies bedeutet, dass wir in der Rekonstruktion unserer bewussten Erfahrungen und Erlebnisse durch unsere Möglichkeiten der sprachlichen Beschreibung wiederum begrenzt sind.

Eine weitere erhebliche Einschränkung besteht darin, dass unsere Erfahrungen und Erlebnisse über Sprache nicht gänzlich erfassbar und beschreibbar sind und folglich auch nur reduziert und abstrahiert über die Sprache ausgedrückt werden können. Darüber hinaus können wir auch der Sprachfalle unterliegen (B. Stevens, 2000). Sie bewirkt, dass wir, wenn wir unsere Gefühle nicht wahrhaben wollen, diese mit Worten verbergen können, so wie wir durch unsere Kleider unsere empfindliche Haut verbergen, wärmen und schützen („etwas in Worte kleiden“).

Der Mensch schafft sich seine subjektiv begrenzte Welt durch Sprache auf der Grundlage seiner sich bewussten Erlebnisse und Erfahrungen.

Die Rekonstruktion dieser über Sprache ist reduziert und abstrahiert und kann dazu noch verfälscht werden. (Volker Kiel)

**Formen des analog-bildhaften Ausdrucks** wie bspw. Bilder, Zeichnungen, Skulpturen, Symbole, Formen, Farben sowie literarische Texte, Rollenspiele, Pantomime oder Standbilder können den erfahrbaren Horizont erlebter und erfahrener Wirklichkeit erweitern und dadurch auch die Fläche für sprachliche Beschreibungen ausdehnen. Zudem regen sie unsere Suche nach Bedeutungen und Sinnhaftem an und wir können diese über die Rekonstruktion mit kreativen Methoden für uns selbst und andere sichtbar und kommunizierbar machen.

*„So weit ist die Kunst, so eng der menschliche Verstand“*

(Alexander Pope, engl. Dichter 1688 - 1744)

### Ein Beispiel zur Veranschaulichung:

Wir können den **Begriff „Baum“** mit den uns zur Verfügung stehenden sprachlichen Fähigkeiten und fachlichen Kenntnissen mit Worten genau beschreiben. Je genauer diese Beschreibung ist, desto besser kann der Empfänger das Gesagte diskursiv nachvollziehen und verstehen. In seine Vorstellung vom Baum wird der Empfänger neben dieser sprachlichen Beschreibung seine eigenen Erkenntnisse, Erfahrungen und Annahmen mit aufnehmen.

Stellen wir einen **Baum analog-bildlich** in einer Zeichnung ohne sprachlichen Kommentar dar, so ist der Empfänger hier als ein genauer Beobachter gefordert das Bild zunächst in der sinnlichen Anschauung zu halten und in seiner Platzierung auf dem Blatt ganzheitlich und mit eigener Bedeutung versehen zu erfassen. Seine sinnliche Erfassung wird der Empfänger wiederum mit seinen Erfahrungen und Erlebnissen aus seiner Lebensgeschichte kombinieren. Wird er diese sinnliche Wahrnehmung beschreiben wollen, so kann er nur das ihm Bewusste mit seinen sprachlichen Ausdrucksmitteln wiedergeben. Eine Rekonstruktion über ein analog-bildhaftes Medium wird diesen Einschränkungen nicht in dem Maße unterliegen.

### Theoretische Überlegungen zur Beratung mit analogen Verfahren

Da bildhaft-analoge Verfahren durch ihre unmittelbar sinnliche Anschauung die Komplexität des in den Beratungsprozess mitgebrachten Problems ganzheitlich betrachten und dadurch reduzieren, helfen sie die Schwelle zum Unbewussten und zu Tabuthemen zu überwinden und vergessene oder verdrängte, eventuell unangenehme Themen, die im Verborgenen schlummern und bisher „noch nicht zur Sprache gekommen sind“ leichter in den Beratungsprozess einfließen zu lassen.

Insbesondere in Situationen, in denen ein Problem nicht klar zu umgrenzen ist, es sich um schwer fassbare und einzugrenzende Themen handelt oder wenn noch unklar ist, in welche Richtung eine Lösung zielen könnte, sind bildhaft-analoge Verfahren hilfreich, das zur Beratung mitgebrachte Anliegen auf das Wesentliche zu verdichten und das kognitiv Verborgene ans Licht zu bringen.

*„Dieses augenblickliche Gewahrwerden des eigentlich ‚Dinghaften‘ oder ‚Wahrhaften‘, des Gemeinten rührt häufig unerwartete Emotionen an und erzeugt die nötige Handlungskraft: ein ‚magischer Moment‘.“* (Volker Kiel, S. 17)

Die Chance, dass analoge Verfahren die Wahrscheinlichkeit für eine intensive emotionale Beteiligung erhöhen, birgt gleichzeitig aber auch **die Gefahr, dass tiefe emotionale Empfindungen unerwartet plötzlich und vielleicht zu schnell freigesetzt werden.**

In einem solchen Fall sollte das emotional Erlebte auf der sprachlich-digitalen Ebene verarbeitet und so eine Distanz zum Entdeckten aufgebaut **werden.** Dies hilft aus dem intuitiven gefühlsorientierten Prozess heraus zu kommen (Vertikale Ausrichtung - Herdplattenmodell nach Martina Schmidt-Tanger, 2004). In einem nächsten Schritt können Ideen, Vorhaben und Pläne für Veränderungsprozesse gesammelt, nach den dazu notwendigen Ressourcen gesucht und konkrete Handlungsschritte in Richtung des Beratungsziels angedacht werden (Horizontale Ausrichtung - Herdplattenmodell).

**Beide Verfahrensebenen, die analoge und die digitale ergänzen sich und lassen sich gut miteinander kombinieren im Sinne von:** „Was fühle und erlebe ich bei dem was ich denke?“ und „Was denke ich über das, was ich erlebe und fühle?“

### **Analoge Verfahren wecken kreatives Potential aus der Kindheit**

In der Kindheit waren wir Menschen in der Regel ganz selbstverständlich kreativ. Über das spielerische Zeichnen, Malen, Basteln, Bauen, Phantasieren, Theaterspielen und Geschichten erzählen haben wir als Kinder die Welt erkundet und verstanden, neue Verhaltensweisen und Sichtweisen erfunden, getestet und erlernt. Kinder haben einen natürlichen Wissensdrang und brauchen nicht zum kreativen Spielen motiviert zu werden. Vielmehr ist es sogar ein Merkmal des Spiels als eine kreative Handlung, dass es selbstmotivierend ist und keine Selbstdisziplin benötigt. Spielerische Kreativität ist nicht nur uns Menschen angeboren, auch Tiere lernen im Spiel.

*„Jedes Kind ist ein Künstler.*

*Das Problem ist, ein Künstler zu bleiben, wenn man erwachsen wird.“*

(Pablo Picasso, span. Maler 1881 - 1973)

Mit dem Erwachsenwerden vergessen wir Menschen oftmals die Qualität und Wertigkeit unseres kreativen Potentials, doch können wir sicher sein die Kreativität immer noch in uns zu tragen.

Auch wenn Sie schon lange keine Kreide oder einen Pinsel in die Hand genommen haben, steckt das Potenzial für kreative Ausdrucksmöglichkeiten noch immer in Ihnen. Sie nutzen es vielleicht ganz unbemerkt beim Kochen einer Mahlzeit, bei der Leitung einer Konferenz, der Erstellung eines Konzeptes, bei einem Gesellschaftsspiel mit Ihren Freunden oder Kindern sowie beim Lesen eines Buches oder in Ihren Tagträumen.

Ein Coaching-, ein Supervisionsprozess mit analogen Verfahren lädt Sie ein zu einem kreativen Prozesserleben und weckt die in Ihnen schlummernden kreativen Potentiale sowie die Freude am Spiel, am Gestalten und Experimentieren.

So können Sie, wenn Sie bereit sind, wieder bewusster Kreativität in Ihr Leben integrieren und im Sinne von P. Picasso ein Fenster zu Ihrem „Kindsein“ öffnen.

## Quellen

- Cohn, R.: Von der Psychoanalyse zur themenzentrierten Interaktion. Von der Behandlung einzelner zu einer Pädagogik für alle. Stuttgart 2018
- Grinder, J., Bandler, R.: Therapie in Trance. NLP und die Struktur hypnotischer Kommunikation. Stuttgart 2011
- Kiel, V.: Analoge Verfahren in der systemischen Beratung. Ein integrativer Ansatz für Coaching, Team- und Organisationsentwicklung. Göttingen 2020
- König, E., Vollmer, G.: Handbuch systemischer Organisationsberatung. Weinheim und Basel 2018
- Maturana, H., R., Pörksen, B.: Vom Sein zum Tun. Die Ursprünge der Biologie des Erkennens. Heidelberg 2002
- Menzen, K-H.: Grundlagen der Kunsttherapie. München 2016
- Luhmann, N.: Einführung in die Systemtheorie. Heidelberg 2020
- Rauen, Ch. (Hrsg): Coaching-Tools, Erfolgreiche Coaches präsentieren 60 Interventionstechniken aus ihrer Coaching-Praxis, manager Seminare Verlags GmbH. Bonn, 2005
- Reichel, R., Rabenstein, R.: Kreativ beraten. München 2001
- Rogers, C. R.: Die Klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. Client-Centered Therapy. Frankfurt/Main 1983
- Perls, F.: Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle. Stuttgart 2013
- Schmeer, G.: Die Resonanzbildmethode. Visuelles Lernen in der Gruppe. Stuttgart 2006
- Schmidt-Tanger, M.: Gekonnt Coachen: Präzision und Provokation im Coaching. Paderborn 2004
- Schuler, E., Steibli, M.: Analoge Verfahren in systemisch-konstruktivistischen Supervisionsprozessen Stuttgart 1992 <http://www.praxis-supervision.de> (02.2021)
- Friedemann Schulz von Thun, F, Stegemann, W. (Hrsg.): Das Innere Team in Aktion. Praktische Arbeit mit dem Modell. Reinbek 2004
- Stevens, B.: Don't push the river. Gestalttherapie an ihren Wurzeln. Wuppertal 2000
- Storch, M, Krause, F.: Selbstmanagement - ressourcenorientiert. Grundlagen und Trainingsmanual für die Arbeit mit dem Zürcher Ressourcen Modell. Bern 2005