

Matthias Lauterbach

Wie Salz in der Suppe

Aktionsmethoden für
Gruppen- und Einzelarbeit

2007

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Dirk Baecker	Dr. Wilhelm Rotthaus
Prof. Dr. Ulrich Clement	Prof. Dr. Arist von Schlippe
Prof. Dr. Jörg Fengler	Dr. Gunther Schmidt
Dr. Barbara Heitger	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp	Jakob R. Schneider
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand	Prof. Dr. Jochen Schweitzer
Prof. Dr. Karl L. Holtz	Prof. Dr. Fritz B. Simon
Prof. Dr. Heiko Kleve	Dr. Therese Steiner
Dr. Roswita Königswieser	Prof. Dr. Helm Stierlin
Prof. Dr. Jürgen Kriz	Karsten Trebesch
Prof. Dr. Friedebert Kröger	Bernhard Trenkle
Dr. Kurt Ludewig	Prof. Dr. Sigrid Tschöpe-Scheffler
Prof. Dr. Siegfried Mrochen	Prof. Dr. Reinhard Voß
Dr. Burkhard Peter	Dr. Gunthard Weber
Prof. Dr. Bernhard Pörksen	Prof. Dr. Rudolf Wimmer
Prof. Dr. Kersten Reich	Prof. Dr. Michael Wirsching
Prof. Dr. Wolf Ritscher	

Über alle Rechte der deutschen Ausgabe verfügt Carl-Auer-Systeme Verlag und Verlagsbuchhandlung GmbH Heidelberg
Fotomechanische Wiedergabe nur mit Genehmigung des Verlages
Satz u. Grafik: Drißner-Design u. DTP, Meßstetten
Umschlaggestaltung: Goebel/Riemer
Umschlagfoto: Matthias Lauterbach
Printed in the Netherlands
Druck und Bindung: Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

Erste Auflage 2007
ISBN 978-3-89670-579-2
© 2007 Carl-Auer-Systeme, Heidelberg

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren und zum Verlag finden Sie unter: www.carl-auer.de.

Wenn Sie unseren Newsletter zu aktuellen Neuerscheinungen und anderen Neuigkeiten abonnieren möchten, schicken Sie einfach eine leere E-Mail an: carl-auer-info-on@carl-auer.de.

Carl-Auer Verlag
Häusserstraße 14
69115 Heidelberg
Tel. o 62 21-64 38 0
Fax o 62 21-64 38 22
E-Mail: info@carl-auer.de

Vorwort

Der ästhetische Imperativ: »Willst du erkennen, lerne zu handeln«.

Heinz von Foerster

Gelungene Verbindungen von Geist, Herz und Hand lassen am ehesten das Neue entstehen und sind die Voraussetzung für die Gestaltung von Wandel. Aktionsmethoden katalysieren diese Verbindungen und bauen sie aus, sie würzen Entwicklungen und sind wie Salz in der Suppe.

Das Buch stellt ein breites Spektrum von Methoden für die lösungsorientierte Arbeit vor, die für räumliche Darstellungen, Inszenierungen und Simulationen zur Verfügung stehen. Für diese Methoden wurde der Oberbegriff »Aktionsmethoden« gewählt. Das Buch ist auf der Basis jahrzehntelanger Erfahrungen mit Aktionsmethoden entstanden und stellt auch die von mir entwickelten Ansätze dar. Die genauen Abläufe aktionsmethodischer Prozesse, die Einsatzmöglichkeiten und -grenzen, die Indikationen und die theoretischen Hintergründe werden erläutert.

Die Arbeit mit räumlichen Darstellungen, Inszenierungen und Simulationen hat eine hohe Faszination, weil sie die sprachlichen Zugänge deutlich erweitert und ergänzt. Dadurch werden zusätzliche Perspektiven geöffnet und Erlebensqualitäten ermöglicht. Die Arbeit im Raum hat viele und auch sehr unterschiedliche Wurzeln – wie z. B. das Theaterspiel oder einfach auch die tägliche Erfahrung von Abstand und Nähe zu anderen Menschen. Dank Psychodrama und Soziometrie gibt es eine lange Tradition des professionellen Einsatzes von daraus abgeleiteten variantenreichen Methoden und des Transfers in viele Arbeitsfelder. Es sind umfangreiche Erfahrungen zusammengetragen worden und auch in Qualifizierungsprozesse eingeflossen.

Der Boom der Arbeit im Raum ist sicher auch durch die Popularität des Familienstellens (B. Hellinger, G. Weber u. a.) beflügelt worden – mit den flankierenden, emotional aufgeladenen Diskussionen. Durch die Aufstellungsarbeit sind zusätzliche und sehr effektive Methoden entstanden, die in den letzten Jahren ein hohes Maß an Differenzierung erreicht haben. Diese Methoden spielen im Kanon der Aktionsmethoden sicher eine wichtige Rolle und ergänzen in vielen Arbeitsfeldern die anderen Aktionsmethoden, ersetzen sie aber nicht.

Oft herrscht allerdings auf der Ebene der konkreten Anwendung noch ein erstaunliches methodisches Durcheinander.

Im Mittelpunkt dieses Buches stehen die Aktionsmethoden, die nicht unter dem Oberbegriff der Aufstellungsarbeit firmieren – für die Aufstellungsarbeit ist ausreichend und fundierte Literatur verfügbar. Es werden allerdings die Unterschiede zu und Ähnlichkeiten mit den anderen Aktionsmethoden herausgearbeitet sowie Überschneidungen und Abgrenzungen dargestellt. Zudem wird der Platz der Aufstellungsarbeit im Reigen der Aktionsmethoden skizziert. Die einzelnen methodischen Zugänge zu den unterschiedlichen Aktionsmethoden sind in der Literatur bei den jeweiligen Schulen beschrieben worden. Es fehlt aber eine synoptische Übersicht, die auch Ähnlichkeiten und Unterschiede darstellt. Zudem sind von mir etwa seit Ende der 1980er Jahre methodische Erweiterungen entwickelt worden (z. B. Methoden der Aktionssoziometrie, die systemische Fotoinszenierung u. a.), die auf eine gebündelte Darstellung warteten.

Die Arbeit mit räumlichen Darstellungen, Inszenierungen und Simulationen kann in allen Beratungs-, Moderations- und Qualifizierungsprozessen eingesetzt werden: in Therapie, Supervision, Coaching, Karriereberatung, in Change-Prozessen bei Organisationen, in Teamentwicklungsprozessen, in Fort- und Weiterbildungsgruppen usw. Aktionsmethoden sind mit einem entsprechenden methodischen Zuschnitt in der Einzel-, der Paar- und Familienberatung, in Seminaren und Gruppen – auch bei Großgruppeninterventionen – einsetzbar. Auch persönliche Klärungsprozesse ohne professionelle Begleitung lassen sich mit Aktionsmethoden optimieren. Sie können letztlich in jedem Kontext umgesetzt werden und sind an keinen speziellen professionellen Kontext gebunden.

Das Buch ist sehr praxisnah gestaltet worden. Nach kurzen Einführungen und der Erläuterung der jeweiligen theoretischen Hintergründe werden die Methoden und die einzelnen Arbeitsschritte ausführlich beschrieben und illustriert.

Aktionsmethoden lassen sich im Kontext systemischen Denkens und Handelns optimal anwenden, sie bringen systemische Methoden in Aktion und setzen sie in räumliches Erleben um. Die Beschreibung von Aktionsmethoden im Kontext systemischer Denk- und Handlungsmodelle ist außerhalb der systemischen Strukturaufstellungen noch nicht umfassend geleistet worden, was hier ebenfalls in ersten Ansätzen nachgeholt wird.

Eine Hürde ist es natürlich, Aktionsmethoden ohne Aktion zu vermitteln. »Show me, don't tell me!«, war eine der häufigsten Redewendungen in meiner Psychodramaausbildung in Amerika. In diesem Buch wird trotzdem der Versuch gemacht, kleine Leitfäden für die konkreten aktionsmethodischen Arbeitsprozesse aus den notwendigen Hintergrundinformationen abzuleiten. Das Erlernen von Aktionsmethoden ist allerdings dann abhängig vom reflektierten Handeln. Das Buch soll also auch ermutigen, sich überschaubare Situationen zu schaffen, um mit Aktionsmethoden Erfahrungen zu sammeln und diese Erfahrungen sorgfältig zu reflektieren.

In dem Buch wird durchgehend die männliche Form verwendet. Dies dient ausschließlich der Lesbarkeit des Textes.

Matthias Lauterbach
Hannover, Februar 2007

1. Einführung

1.1 Das Erleben in räumlichen Dimensionen und Metaphern

Menschliches Erleben ist von räumlichen Metaphern geprägt. Viele Beschreibungen greifen auf räumliche Erfahrungen und Vorstellungen zurück: »Fünf vor zwölf« lässt etwas so Abstraktes wie Zeit »anfassbar« werden. Nicht umsonst bevorzugen viele Menschen analoge Uhren, die ihnen die räumliche Vorstellung der Zeit erleichtern. Der große Zeiger, der den Raum des Zifferblattes in halbe oder Viertelportionen einteilt und der in seinem Lauf alle Ziffern streift, sich vor, hinter, unter oder über die Zahlen stellt, erzeugt eine unmittelbare, körperlich nachvollziehbare Zeitvorstellung.

Auch Beziehungen werden mit räumlichen Metaphern beschrieben: Man geht nebeneinander durchs Leben, der Mann steht hinter seiner Frau, hält ihr den Rücken frei, in Organisationen habe ich den Chef über mir und die *Untergebenen* sind dort, wo der räumliche Begriff sie hinordnet.

Diese Art von räumlichem Erleben ist nicht verwunderlich, weil die unmittelbarsten Lebenserfahrungen schon bei der Geburt mit dem Erleben des Raumes beginnen. Es ist eine Überlebensfrage, wie sich mein Körper zu seiner Umgebung in Beziehung setzt (oder gesetzt wird). Es ist eine Überlebensfrage, ob ich nah bei meiner Mutter bin oder weit entfernt, ob ich sie mit meinen Augen erreiche, meine Haut sie spürt und mein Körper gehalten wird. Vom Beginn des (vorgeburtlichen) Lebens haben der Platz, der Raum, das Erleben des Raumes eine eminent wichtige Bedeutung. Körperliches Erleben im Bezug zum Raum ist deshalb sehr unmittelbar, fast archaisch und eng mit emotionalem Erleben verbunden. Dies spiegelt sich in vielen Situationen unseres Alltags wider, ebenso in unserer Sprache.

Die Arbeit mit Aktionsmethoden greift auf diese Zusammenhänge zurück. Die oft verlorengegangene bewusste Sensibilität für das eigene Erleben in Bezug auf Räume, auf Nähe und Abstand, auf Annäherung und Entfernung wird reaktiviert. Das räumliche Erleben wird zur Reflexion des eigenen Lebensweges, zur Lösung von Problemen, zum Beantworten von Fragen, zur Positionierung bei Herausforderungen u. v. a. m. benutzt.