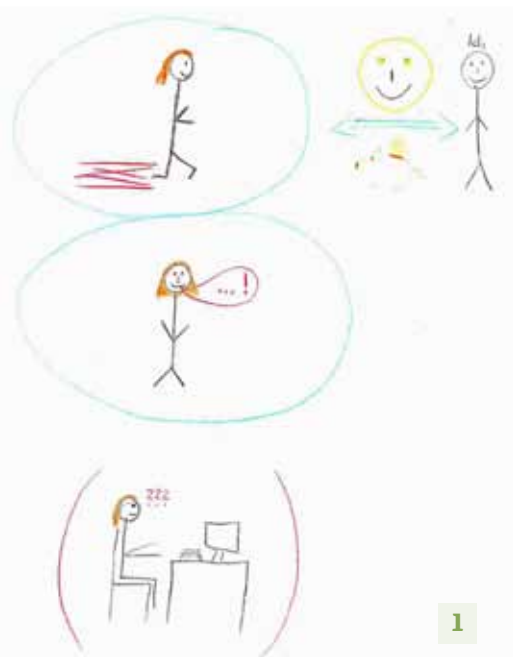




# Mach dir ein Bild



1

## BILDER EINER VORSTELLUNG

**1** Im ersten Beispielbild beschreibt die Malerin ihr Gegenüber als sehr aktiv. Die Person äußert selbstsicher ihre Meinung und bringt Dinge auf den Punkt. Gelegentlich ist sie neben der Spur, vor allem, wenn sie konzentriert am Schreibtisch arbeiten soll. Smiley und Sparschwein kamen direkt aus dem Zwiegespräch: Hier hatte die Erzählerin ständig mit den Fingern geknackst. Als die Malerin ihr vorgeschlug, für jedes Knacksen einen Euro zu geben, haben sich beide köstlich amüsiert.

*Wenn seine Gruppe zusammenfindet, kommt der Trainer an einer Vorstellungsrunde meist nicht vorbei. Diese wird sehr viel spannender, wenn die Teilnehmer sich gegenseitig malen, empfiehlt Horst Lempart. Tipps für den Einsatz einer alternativen Einstiegsintervention.*

In vielen Kennenlernrunden stellen sich die Teilnehmer nacheinander der Gruppe vor. Manchmal auch gegenseitig, nachdem sie sich in kurzen Interviews miteinander bekannt gemacht haben. Dies ist sehr textlastig, benötigt oft unverhältnismäßig viel Zeit und nutzt sich in größeren Gruppen schnell ab.

Wenn der Trainer seine Teilnehmer stattdessen bittet, sich gegenseitig zu malen, sorgt er deshalb gleich zu Beginn für Abwechslung im Seminarraum. Zudem konfrontiert er die Teilnehmer direkt mit ungewohnten Ausdrucksmöglichkeiten. Dass diese anfänglich skeptisch sind, ist dabei normal. Deshalb besteht die Hauptaufgabe des Trainers darin, den Teilnehmern ihre Hemmungen zu nehmen und den Zweiflern klar zu machen, dass es um künstlerische Freiheit, nicht um perfekte Bilder geht. Hilft dies nicht, die Widerstände eines Teil-

nehmers zu überwinden, kann er aber auch bei der sprachlichen Vorstellung bleiben oder mit Worten in den Bildern arbeiten.

Ein weiterer Vorteil der Methode: Sie bietet den Beteiligten die Möglichkeit, Eigen- und Fremdwahrnehmung abzugleichen. Meist sind die Teilnehmer beeindruckt, wie schnell ein Bild von einem anderen Menschen entstehen kann. Der Porträtierte erhält eine Momentaufnahme seiner augenblicklichen Außenwirkung, die auch als weiterführendes Arbeitsmaterial genutzt oder als Anker mit nach Hause genommen werden kann.

## Innere und äußere Bilder

Entsprechend ausführlich führt der Trainer in die Übung ein, damit sich die Teilnehmer auf den Austausch einlassen können: „Um uns in der Welt zurechtzufinden, brauchen wir Repräsentationen von den Worten, die wir austauschen, und den Objekten, die wir wahrnehmen. Das sind Bilder und Bedeutungszuschreibungen, die in unserem Kopf entstehen, wenn wir zum Beispiel von einem Auto oder von Liebe sprechen. Das ist ein äußerst effizienter Vorgang, denn so können wir auch Eindrücke konstruieren, die nur lückenhaft von uns wahrgenommen werden, indem wir sie durch unsere inneren Bilder – unsere Erfahrungen, Glaubenssätze, Annahmen – vervollständigen.“

„Hierin liegt aber auch eine Gefahr: Wenn wir schnell auf unsere inneren

Bilder zurückgreifen, ohne die Sinneindrücke zu nutzen, wenn wir keine neuen Erfahrungen machen, weil uns die alten so brauchbar erscheinen, dann entfernen wir uns immer mehr von dem, was ist, und konstruieren das, was sein sollte. Diese Übung hilft uns dabei, sensibel zu werden für unsere WahrnehmungsfILTER und unsere Sinne offen zu halten für neue Eindrücke. Jeder von uns arbeitet mit anderen Filtern, mit individuellen ‚Brillen‘, durch die wir die Welt sehen. Daher kann es bei den Zeichnungen auch zu ganz unterschiedlichen Ausdrucksformen kommen.“

### Wer mit wem?

Anschließend kann sich jeder Teilnehmer seine Hilfsmittel selber aussuchen: Ob Bleistift, Buntstift, Wachsmalstift, Kuli oder Edding, alles ist erlaubt. Mit dem Arbeitsmaterial ziehen sich die Interviewpartner zur Zweierarbeit zurück. Pro Personendarstellung hat sich eine Zeitbegrenzung von etwa fünf Minuten bewährt, das sorgt von vornherein für einen inhaltlichen Fokus.

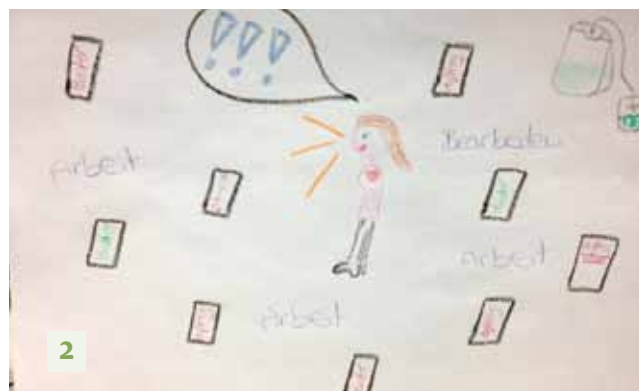
Die Auswahl der Gesprächspartner verläuft in einer Gruppe, die für alle völlig neu ist, ganz zufällig. Wenn schon Bekanntschaften existieren, sollte der Trainer darum bitten, dass sich Personen finden, die möglichst wenig voneinander wissen. In Runden, die schon lange zusammenarbeiten, kann er auch Zweiereinheiten

festlegen, um traditionelle Verbindungen zu trennen und ungewohnte Erfahrungen zu ermöglichen.

### Lange Hälse und riesige Hände

Nachdem jeder ein Bild anhand der Selbstauskünfte des Partners gemalt hat, trifft sich die Runde im Plenum wieder. Der Trainer fasst den Prozess der vergangenen zehn Minuten zusammen: „Die Teilnehmer sind sich in Zweiergruppen begegnet, um sich intensiv aufeinander einlassen zu können. Dabei ging es um ihre Wahrnehmung, was sie also für wahr nehmen und auch für wahr halten.“ Dann bittet er die Teilnehmer, kurz zu schildern, wie die Mal-Übung von ihnen erlebt wurde, was einfach war und was herausfordernd.

Erfahrungsgemäß gibt es Teilnehmer, denen die Aufgabe leicht, anderen eher schwer gefallen ist. Bei der Präsentation der Porträts sollten jene Zeichner anfangen, die sich eher leicht getan haben: Sie halten ihr Bildergebnis hoch und stellen der Gruppe ihren Inter-



**2** Hier porträtiert die Malerin ihre Gesprächspartnerin als mitteilungsbedürftig, fast lautstark. Sie ordnet sie in den beruflichen Kontext ein, da sie sich hierüber definiert. Offenbar gibt es viel Arbeit. Eine gelegentliche Tasse Tee symbolisiert den Ruhefaktor, das Herz am rechten Fleck die menschliche Qualität.

**3** Der Zeichner fokussiert stark auf die Persönlichkeitsmerkmale, wobei die Stichwörter bei der Deutlichkeit des Bildmotivs sogar in den Hintergrund treten: Auffallend ist die modische Garderobe, die betonten Augen als Hinweis auf die Präsenz, sowie der farblich betonte Mund, der Sympathie darstellen soll.

## SERVICE

*Andere Alternativen für Seminareinstieg und Kennenlernen finden Sie in unserer soeben als Neuauflage erschienenen Methodensammlung:*

» Dürrschmidt, Peter u.a. (Hrsg.): *Methodensammlung für Trainerinnen und Trainer. managerSeminare, Bonn 2014, 49,90 Euro. Sonderpreis für TA-Abonnenten: 39,90 Euro. Zu bestellen über: [www.managerseminare.de/EditionTA](http://www.managerseminare.de/EditionTA)*

viewpartner vor, indem sie das Porträt erläutern.

Eine zeitliche Einschränkung gibt es hier nicht, weil erfahrungsgemäß die Erklärung des Bildes kürzer ausfällt als das Ablesen von Notizen. Wesentlich ist jedoch, dass die übrigen Teilnehmer diese Form der gegenseitigen Vorstellung sehr viel spannender finden und aufmerksamer verfolgen. Außerdem finden sich in den Bildern immer wieder pointierte Eindrücke, die im gesprochenen Wort kaum wiederzugeben sind: Personen mit außergewöhnlich langen Hälsen, riesigen Hände oder auffällig großen Augen (vgl. Bild S. 27 unten) beispielsweise.

### Schwierig: Schein oder Sein?

Eine besonders große Herausforderung bei dieser Übung ist offenbar für viele, zwischen Sein und Schein zu unterscheiden: Hat er das jetzt gesagt, oder habe ich das so gehört? Das ist nicht verwunderlich, denn das Pendeln zwischen den eigenen Gedanken und Bildern und den Worten des Gesprächspartners erfordert schon Aufmerksamkeit. Das Malen des Bildes erfordert weitere Konzentration. Daher

ist es für manche Teilnehmer eine Herausforderung, alles mitzubekommen, was der Partner erzählt.

Die mehr oder weniger großen Lücken, die dabei entstehen, schließen die Zuhörer durch die eigenen „Konstruktionen der Wirklichkeit“. Während sich reine Interviews in erster Linie auf die Reproduktion des Gehörten beschränken, erlauben die Bilder so auf eine sanfte und ehrliche Art, eigene Gefühle in die Darstellung einzubringen – eine wichtige Erfahrung für Zeichner wie für Gezeichnete. Nicht selten gibt die bildhafte Vorstellungsrunde den Teilnehmern Anlass, sich in der Pause auszutauschen und nachzufragen: „So hast du mich gesehen? An welchen Äußerungen hast du das festgemacht?“

### Abschied und Anker

So wichtig die Vorstellungsrunde ist, so unverzichtbar bleibt auch ein würdiger Abschied. Oft relativieren sich die Bilder vom Anfang im Laufe des Seminarprozesses. Es bietet sich daher an, die entstandenen Persönlichkeitsporträts auf einer Pinnwand zu plakatieren. Wenn es am Seminarende zum Feedback kommt, animiert der Trainer die Teilnehmer dazu, noch einmal Bezug zu nehmen auf ihre Interviewpartner vom Anfang. Es ist immer wieder spannend zu erleben, wie oft sich der erste Eindruck auf den zweiten Blick relativiert. Das

gilt besonders für Eigenschaften wie Einfühlungs- und Durchhaltevermögen, Kreativität oder Geduld. Andererseits gibt es auch eine beachtliche Zahl an sehr treffenden persönlichen Beschreibungen. Beide Varianten sollten ausdrücklich als wichtige Ressourcen herausgehoben werden: die differenzierte Nacharbeit am Bild sowie die treffsichere Wahrnehmung zu Beginn.

Wer möchte, kann vor der Abreise den Maler fragen, ob er sein Bild mitnehmen darf. Die Erfahrung zeigt, dass nahezu alle Bilder von der Wand verschwinden. Nicht überraschend, hat doch die Fremdwahrnehmung für die allermeisten Teilnehmer eine hohe Bedeutung. Sie kann sowohl stabilisieren wie auch verwundern. Für viele ist daher die Erfahrung aus dieser Übung ein wesentlicher Seminarbeitrag. Positiver Nebeneffekt: Im Gegensatz zum flüchtigen Wort hängen die Bilder oft noch lange Zeit an Kühlschrankschranktüren, Pinn- oder Magnetwänden.

**Horst Lempart** ■



**Der Autor:** Horst Lempart arbeitet seit 16 Jahren in der Werbebranche. Seit 2006 ist er nebenberuflich als Organisationsberater, systemischer Coach und Seminarveranstalter aktiv. Zudem ist er psychologischer Berater für Einzelpersonen und Paare. Kontakt: [www.spectrum-coaching.de](http://www.spectrum-coaching.de)