

Das Innere Team

Das Innere Team nimmt als Persönlichkeitsmodell von Schulz von Thun die Pluralität des menschlichen Innenlebens in den Fokus und eignet sich um persönliche Ressourcen sichtbar zu machen, sie genauer zu beleuchten und um sie weiterzuentwickeln. Eigene Ressourcen werden dabei metaphorisch als Mitglieder eines inneren Teams dargestellt, die allesamt nur das Beste für die Teamleiterin / den Teamleiter bzw. das Oberhaupt wollen. Teamleiterin / Teamleiter bzw. Oberhaupt ist dabei immer das Gegenüber im Beratungssetting. Es empfiehlt sich dabei den graphischen Rahmen (siehe Abbildung) für das Gegenüber vorzubereiten und ein bis zwei exemplarische Teammitglieder einzusetzen. Wählt man dafür beispielsweise „Everybody's Darling“ (sorgt für große Beliebtheit des Oberhauts) und „Finanzministerin / Finanzminister“ (sorgt für finanzielle Sicherheit) wird sichtbar, dass sich die Teammitglieder vielfältig unterscheiden können, auch wenn sie allesamt nur die besten Absichten verfolgen. Ein weiteres potentiell Mittel um den Einstieg abzurunden, ist die Frage, wer aus dem inneren Team (das erst zusammengestellt werden muss) sich in Situationen mit ambivalenten Entscheidungen melden würde („Spenden Sie einer bemitleidenswerten Bettlerin / einem bemitleidenswerten Bettler Geld?“, „Kochen Sie sich nach einem auslaugenden Tag ein nahrhaftes Gericht oder bestellen Sie sich eine schmackhafte aber vielleicht ungesunde Pizza nach Hause?“, „Nehmen Sie bei schlechtem Wetter für eine kurze Wegstrecke das Fahrrad oder das Auto?“, ...). Klassische Teammitglieder sind dabei oft „die Antreiberin / der Antreiber“, „die / der Pflichtbewusste“, „die / der Gesundheitsbeauftragte“, „der kreative Kopf“, „das Kommunikationstalent“, „die / der Zurückhaltende“, etc.

Sind nach etwa 20 bis 30 Minuten „alle“ Teammitglieder identifiziert, kann (!) über die Eigenschaften der Teammitglieder gesprochen werden. Wer reagiert wie schnell? Wer reagiert in welcher Lautstärke? Wer sollte in einer theoretischen Teamsitzung das meiste Stimmrecht haben? Wer ist bei der Bearbeitung welcher Probleme besonders hilfreich? Wer ist bei der Bearbeitung eines möglichen konkreten Problems besonders hilfreich? Wie können welche Teammitglieder trainiert werden, um dominanter zu werden? ...

Das Innere Team

