

Nicken im team-dynamischen Kreis

von Michael Kramer

Bei den Menschen, die sich mit Körpersprache beschäftigen, ist das Nicken noch kaum einer eingehenden Praxisverwertung zugeführt worden: Wir achten einfach nicht darauf, wie viel mir mit dem Nicken aussagen können.

Auf Seiten der Trainings-Methoden ist das team-dynamische Methodenbündel nach Prof. Dr. Armin Poggendorf in Trainerkreisen noch nicht genug aufgenommen worden. Beides kann gleichzeitig stattfinden, wenn wir uns dem Nicken im team-dynamischen Kreis widmen.

Wer sich um das Thema kümmert

Der zielgenaue Einsatz von Körpersprache ist im Trainingsbereich eng verbunden mit genau zwei Methoden-Bündeln: Mit „NLP“ und mit der „Aufstellungsarbeit“ und ihrer Variante der „Angewandten Teamdynamik“ nach Prof. Dr. Armin Poggendorf.

NLP

NLP ist entstanden durch das Beobachten einiger Therapeuten, darunter Fritz Perls, Virginia Satir und Milton Erickson. Diese haben „einen wesentlichen Einfluss auf (die) Aufstellungsarbeit. Virginia Satir als wesentliche Begründerin der Aufstellungsarbeit hat grundlegende Erkenntnisse der Gestalttherapie von Fritz Perls in die Aufstellungsarbeit integriert. Der Umgang mit Sprache aus der Hypnotherapie von Milton Erickson prägt auch heute noch ganz zentral alle Formen von Aufstellungsarbeit. Damit ist NLP, als die Zusammenfassung der wirkungsvollsten therapeutischen Interventionen aller Zeiten und Therapierichtungen (als permanenter Erkenntnisprozess durch beständiges Modellieren hervorragender Menschen), auch sehr stark mit Aufstellungsarbeit verbunden.“

[Nielsen, N. und K. (2009): Aufstellungen und NLP. Online am 19.02.2009 unter <http://www.nlp-nielsen.de/aufstellung.htm>]

Aufstellungsarbeit

Die Ursprünge der Aufstellungsarbeit gehen zurück bis auf die Gruppenpsychotherapieform des Psychodrama, wie sie der österreichische Arzt Jakob Moreno (1889-1974) geprägt hat. Hier wurden schon Stellvertreter für die betroffenen Personen und Beteiligten eines psychischen Konfliktes (Dramas) genutzt. Die Familienskulpturen und die Parts Party von Virginia Satir (1916-1988) waren weitere wichtige Schritte, bei denen die räumliche Anordnung und die Stellung von Familienmitgliedern besondere Beachtung fand. So finden wir in der Teamdynamik nach Poggendorf die proxemischen Kriterien Distanz und Ausrichtung. [zur Proxemie siehe: www.hs-fulda.de/fileadmin/Fachbereich_OE/Bilder/Profs/AP/Dokumente/PDF_5_-_Proxemie_-_Raumverhalten.pdf]

Der team-dynamische Kreis

„Beim Training im team-dynamischen Kreis interagiert das Team in verschiedenen Konstellationen, wobei eine davon als besonders bedeutsam hervorgehoben werden muss: der Einzelne und seine Stellung im Team. Am besten stellt sich der Einzelne in Beziehung zum Team, indem er sich in die Mitte des Kreises stellt, dort seine „Einstellung“ fühlt und auch von dort aus agiert. Die Runde reagiert – und dies ist zugleich die wirksamste Intervention. Wer im team-dynamischen Kreis in der Mitte steht, hat die Aufmerksamkeit von allen gleichzeitig. Jeder, der in der Mitte auftritt,

wird als Teil des Teams, in Relation zum Team, im Licht des Teams gesehen. Das Team nimmt unmittelbar wahr, was jemand im Team und für das Team darstellt.“
(zitiert aus Poggendorf, A. (2008): Systemisches Lexikon, unveröffentlicht)

Abb. 1: Draufsicht mit einem Teilnehmer in der Mitte
(Grafik von J. Rahn)

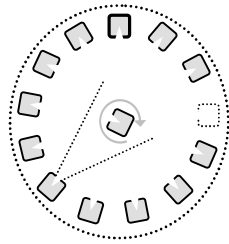


Abb. 2: Darstellung mit Spielzeugfiguren, noch ist keiner in der Mitte
(Foto von Michael Kramer)



Wirkstärke

Wenn so sehr auf Körperliches geachtet wird, scheint ein detaillierter Blick auf Körpersprache angebracht. Und da kann es nützlich sein, sich dem in der Aussagekraft unterschätzten Nicken näher zu widmen. Im team-dynamischen Kreis ist vieles schneller zu sehen als in anderen Sozialformen. Aus meinen Praxisanalysen in Trainings nach Poggendorf und Befragungen von lebenden Teamdynamikern, besonders aus den vergangenen zwei Jahren, weiß ich, dass das Nicken sehr bedeutungsvoll ist.

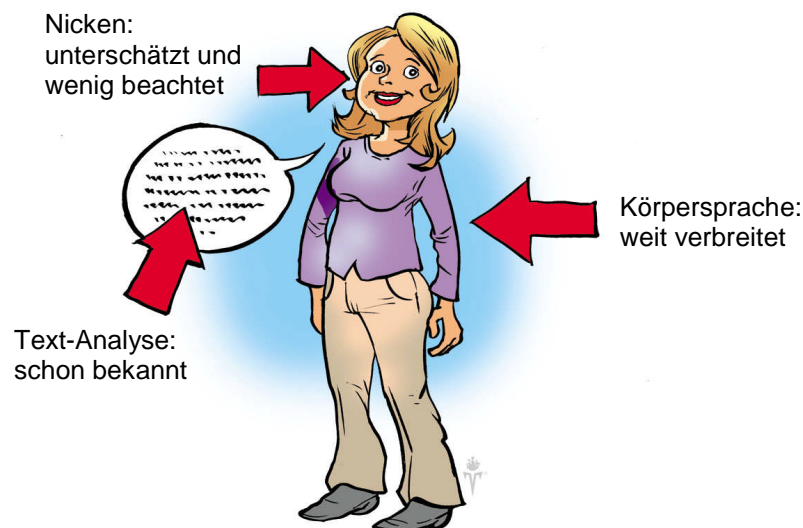
Ich beobachte das Phänomen des Nickens seit einigen Jahren genauer und habe umfangreiche Aufzeichnungen dazu angefertigt, welche Kategorien, welche Nicken-Arten es geben könnte und wofür diese Arten - vielleicht sogar kulturübergreifend - vorwiegend eingesetzt werden.

Praxisrelevanz

Für mich selbst ist es im Training immer wieder verblüffend, wie leicht ich den kommunikativen Verlauf schon mit einem einfachen 3R-Nicken (runter-rauf-runter) fördern kann:

- + Langsam ausgeführt heißt es: „Sprich weiter.“
- + Schnell ausgeführt heißt es: „Du hast Recht, ich stimme Dir zu.“ Als Trainer können wir damit auch einen Übergang von einem zum anderen Thema sehr gut deutlich machen.
- + Mehrfach wiederholt bedeutet es: „Komm’ doch endlich zum Punkt.“ oder gar „Das kenne ich alles schon, es langweilt mich.“
- + Mit tiefem Ausatmen verbunden heißt es: „Ich verstehe Dich und weiß genau, wie es Dir geht.“

Verständnis ausdrücken, meinen Standpunkt deutlich machen, Zustimmung einholen - es gibt viele Nutzen, die wir aus dem richtigen Nicken ziehen können.



(Grafik: Jünger
TrainTools und Michael
Kramer)

Nicken-Arten

Als ich anfing, mir Notizen zum Nicken zu machen, war ich überwältigt von der Bewegungs-Vielfalt, die sich oberhalb des Halses abspielt.

Hier möchte ich auf 2 Formen eingehen, die in der Teamdynamik nach Poggendorf oft vorkommen und ein gutes „Diagnose-Instrument“ sein können.

Der Thorsten (benannt nach meinem Musiker-Freund)

Haken-artiges rauf-runter-rauf in einer Sekunde ohne Schnörkel. Gut für mimisch-gestisch zurückhaltende Teamdynamiker. Signalisiert Anpacken, Initiative, Zustimmung. Ausdrucksschwächere zeigen: „Okay, weiter geht's! Über diesen Berg bin ich rüber, lasst uns weitermachen.“

Meistens hat es einen kleinen Ruck gemacht und der Teilnehmer, der mit dem Thorsten in der Mitte auftritt, „nickt“ sich etwas von der Seele oder ermutigt sich selbst.

Pingpong

Der Kopf wippt hier immer schräger liegend und rasch nickend zur Seite weg, so wie ein Pingpongball, der mehrmals schnell hintereinander aufprallt und wegrollt. Mit dem Pingpong zeigen wir Zustimmung auf dem Weg zum Wechsel: „Ich bin im Prinzip schon der Meinung, möchte aber jetzt zu einem anderen Thema wechseln (am liebsten schnell) Es wird mir zu gefühlsstark und intim“. Die Wirkung wird verstärkt durch das Heben der Augenbrauen.

Im team-dynamischen Kreis kann es angebracht sein, nun ruhiger weiterzumachen, damit der „wegpingende“ Gedanke nicht ganz abhanden kommt „weggenickt“ wird. Wenn der Trainer sensibel genug beim Thema bleibt, das mit dem Nicken verbunden wird, zeigt der Teilnehmer Erlaubnis an, indem die Nickrichtung geändert wird.

Dieser Artikel ist im Februar 2009 in der xing-Gruppe „Teamdynamik“ veröffentlicht worden.

Zum Autor

Dipl.-Päd. Michael Kramer,
Kommunikations-Trainer
+ Ausbildung in NLP
+ Ausbildung in Teamdynamik
Heckenweg 15 / 31246 Lahstedt
Tel: 05172-94 92 261
Mobil: 0176-96 16 08 31
michael@kramer-trainings.de
www.kramer-trainings.de
www.azubi-trainer.de