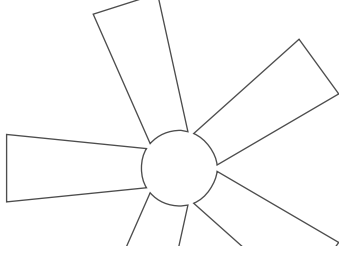


Literatur

- Antonovsky, A. (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Tübingen: dgvt-Verlag.
- Dornes, M. (1993): Der kompetente Säugling. Die präverbale Entwicklung des Menschen. Frankfurt/M.: Fischer.
- Krause, R. (2001): Affektpsychologische Überlegungen zur menschlichen Destruktivität. *Psyche – Z Psychoanal*, 55, 934-960.
- Lindgren, A. (1977): Das entschwindene Land. Hamburg: Oettinger.
- Milch, W. (2000): Kleinkindforschung und psychosomatische Störungen. *Psychotherapeut*, 45, 18-24.
- Schiffer, E. (1993/1997): Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde. Anstiftung gegen Sucht und Selbstzerstörung bei Kindern und Jugendlichen. Weinheim und Basel: Beltz.
- Schiffer, E. (2001): Wie Gesundheit entsteht. Salutogenese: Schatzsuche statt Fehlerfahndung. Weinheim und Basel: Beltz.
- Schiffer, E. & H. (2002): Nachdenken über Zappelpilipp - ADS: Beweg-Gründe und Hilfen. Weinheim und Basel: Beltz.
- Schiffer, E. & H. (2004): LernGesundheit. Lebensfreude und Lernfreude in der Schule und anderswo. Weinheim und Basel: Beltz.
- Schiffer, E. (2007): Reise zur Gelassenheit. Den sicheren Ort in sich entdecken. Freiburg/Brsg.: Herder.
- Schiffer, E. (2008): Warum Tausendfüßer keine Vorschriften brauchen. Intuition. Wege aus einer normierten Lebenswelt. Weinheim und Basel: Beltz.
- Stern, D. N. et al. (2001): Die Rolle des impliziten Wissens bei der therapeutischen Veränderung. Einige Auswirkungen entwicklungspsychophysiologischer Beobachtungen für die psychotherapeutische Behandlung Erwachsener. *Psychother. Psych. Med.*, 51, 147-152.
- Stern, D. N. (2005): Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag. Frankfurt/M.: Brandes & Apsel
- Sennett, R. (2008): Handwerk. Berlin: Berlin Verlag
- Twain, M. (1980): Huckleberry Finns Abenteuer. Berlin: Verlag Neues Leben. Lizenzausgabe für den Herder-Verlag, Freiburg/Brsg.
- Winnicott, W. Donald (1979): Vom Spiel zur Kreativität. Stuttgart: Klett-Cotta.



Kreativer Flow in der Teamarbeit - Salutogene Kommunikation in der ,genialen Gruppe‘

Theodor Dierk Petzold

Theoretischer Hintergrund der schöpferischen Gruppe

Moderne Forschungen weisen nach: Gruppenarbeit kann besser Probleme lösen als Einzelarbeiten (Bauer 2006). Wie kann das erreicht und gefördert werden?

Auf dem 3. Symposium für Salutogenese hat eine Teilnehmerin den Begriff ‚geniale Gruppe‘ eingeführt. ‚Geniale Gruppe‘ beschreibt sehr treffend die Fähigkeiten, die im kreativen Gruppenprozess liegen. In den ersten Jahren hatten wir als Struktur für einen derartigen Prozess die ‚Open-Space-Technology‘, die in wichtigen Punkten meinen Erfahrungen von kreativen Gruppenprozessen

auch in kleineren Gruppen entsprach (vgl. Petzold 2000c, S.304ff). Die ‚Open-Space-Technology‘ ist für größere Gruppen und recht aufwendig und ein Teil ihrer Struktur ist für unser Thema oft nicht ganz passend bzw. überflüssig. Deshalb habe ich die Essenz meiner Erfahrungen und Beobachtungen einmal zu einer etwas einfacheren Strukturanleitung zusammengefasst. Diese ist flexibel für sehr unterschiedliche Themen und Gruppengrößen anwendbar, weil sie auf die wesentlichen Prozessschritte beschränkt ist.

Beobachtungen und eigene Erfahrungen in zahlreichen Gruppenkommunikationen und Projektbildungen haben dazu geführt, diese Prozesse mit Begriffen aus der Chaosforschung zu beschreiben, da diese m.E. der Wirklichkeit am nächsten kommen, auch wenn sie für manchen zunächst fremd klingen.

1. Die *Kreativität* eines Menschen bzw. einer Gruppe ist ein (iterativer, d.h. sich durch wiederholte Schritte annähernder) Rückkopplungsprozess.
2. Das *Annäherungsziel* ist jeweils ein dem System impliziter (komplexer) *Attraktor*.
3. Im Verlauf des Prozesses haben immer auch andere (äußere) Attraktoren (z.T. bedrohlichen) Einfluss auf den Annäherungsprozess. Diese sollen vermieden werden (Vermeidungsziele).
4. Eine *Stabilität* eines *dynamischen Systems* ist immer befristet. Eine erreichte Annäherung an den Attraktor, ein Erreichen des Ziels, ist weiterhin der Attraktivität mehrerer Attraktoren sowie sich verändernder Kontexte (=Ausgangs-)Bedingungen ausgesetzt.
5. Ein ‚*lernendes System*‘ vermag die erfahrenen bisherigen Iterationsschritte (rückgekoppelte Annäherungsschritte) samt ihrer Kontextbedingungen zum einen zu speichern und erinnern und zum anderen sie unter dem Aspekt der *Annäherung* an den Attraktor zu reflektieren (> *Bilanzierung*). Daraus kann das lernende System Schlüsse für das weitere Vorgehen ziehen.

Die Phasen des kreativen Gruppenprozesses

Die *Dynamik der kreativen Selbstorganisation* verläuft in folgenden Phasen (die sich evtl. während einer Sitzung wiederholen können):

1. *Zielbestimmung* – Aktualisierung/Aktivierung eines *gemeinsamen Attraktors* – Einstimmung auf ein attraktives Vorhaben
2. Unstrukturierte, *scheinbar chaotische Phase*: interaktiver *Kommunikationsprozess zur Annäherung an den Attraktor*
3. *Ressourcenaktivierung*
4. *Ergebnisformulierung und Bilanzierung*

Praktische Durchführung

In jeder Gruppe wird ein ‚*Flow-Meister*‘ bestimmt (Aufgaben siehe unten).

- Konkret werden die einzelnen *Phasen* in der *Gruppensitzung* so umgesetzt:
1. Die Gruppe findet sich um eine für alle interessante Frage, ein Ziel, ein Thema, ein Vorhaben.

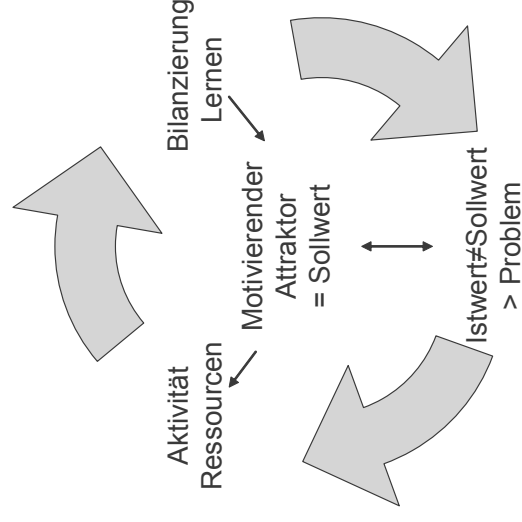


Abb. 1: ‚Flow‘ im Annäherungsprozess

Jeder Teilnehmer formuliert in einer Runde seinen persönlichen Bezug zum Thema.

Der Flow-Meister fasst das Thema in ein bis max. drei Sätzen zusammen.

Die TeilnehmerInnen besinnen sich in Ruhe 5(-10) Min. auf die zu lösende Frage, das Thema (Meditation).

2. Für die 2. Phase gibt es keine Struktur. In Achtsamkeit bringt jeder seine Gedanken zum Thema in die Gruppe dann ein, wenn er das Empfinden hat, dass es gerade ein guter Moment dafür ist und seine Gedanken in den Gruppenprozess passen. Diese Phase ist zu Ende, wenn die Energie und die Lebendigkeit und Konzentration der Diskussion nachlässt oder der Flow-Meister aus einem anderen Grunde sie beendet.

3. Wenn nicht schon in Phase zwei geschehen, bringt der Flow-Meister die Frage nach der Realisierung, der Umsetzung der gefundenen (Wunsch-) Lösungsmöglichkeiten ein. Es geht um die Ressourcen zur tatsächlichen Lösung, um drei ‚W‘: das ‚Wer (will und kann?)‘ und das ‚Womit?‘ Dazu kann es erforderlich sein, das Ergebnis aus der Phase zwei für alle stimmig zu formulieren und evtl. zu dokumentieren. Diese 3. Phase kann als Runde durchgeführt werden, wenn nicht spontan ausreichend Dynamik entsteht. In dieser Runde sollte jeder etwas gesagt haben.

4. Die Bilanzierung wird in der Regel vom Flow-Meister eingeleitet und beinhaltet eine Zusammenfassung und Formulierung der Ergebnisse, die für alle TeilnehmerInnen möglichst stimmig sein soll. Dazu wird explizit nach der Stimmigkeit gefragt. Unstimmigkeiten, die nicht leicht ausgeräumt werden können, sollen im Ergebnis festgehalten werden.

Aufgaben des Flow-Meisters

1. Die Problem- und Zielformulierung / Wunschlösungen zusammenfassen
2. Behinderungen des Flusses integrieren (bzw. ‚abfließen‘ lassen)
3. Einen Energieabfall der Dynamik erkennen
4. Die Phase der Bilanzierung einleiten, zusammenfassen und dokumentieren

Worauf zu achten ist

Zu Phase 1.: Grundsätzlich eignet sich jedes Thema, das nach einer kreativen Lösung sucht. Z.B. „Wie können wir mehr Freude bei der Arbeit haben?“ oder „Wir wollen ein Buch zur Salutogenese schreiben.“ Bei der Formulierung der Frage, des Problems bzw. des Zieles ist darauf zu achten, dass es nicht nur aus rationaler Einsicht resultiert sondern auch (emotional) energetisiert und getragen ist (‚Gefühl von Sinnhaftigkeit/Bedeutsamkeit‘ oder/und Bedürfnis-/Wunschenergie).

Zu Phase 2.: Während dieser Phase (die meist die längste und kreativste in der Gruppenarbeit ist), hat der Flow-Meister, der sich an der Gruppenarbeit beteiligt wie jeder andere, die zusätzliche Aufgabe zu erkennen, wann es in der Gruppendynamik eine befriedigende Lösung bzw. einen energetischen Abfall gibt (die Beiträge werden weniger, stockender, weniger engagiert und fokussiert), um dann die nächste Phase einzuleiten.

Weiter soll er in dieser Phase über den kreativen Flow in der Gruppe wachen. Der spontane kreative Fluss wird am häufigsten unterbrochen durch (recht)haberische und ängstliche Sätze, die Verneinungen („aber“, „nicht“, „keine“, „nie“) und/oder Ausschließlichkeiten (z.B.: „nur“) beinhalten. Der Flow-Meister braucht nur dann einzugreifen, wenn sich darauf folgende Redebeiträge auf diese ‚Störungen‘ beziehen. In der Regel ist die selbstorganisierende Dynamik stark genug ist, solche Störungen zu ignorieren.

Bei einem ängstlichen Beitrag (z.B. „Das macht der Chef bestimmt nicht mit.“ bzw. „Das Buch wird doch in der Herstellung viel zu teuer.“) kann er diesen wertschätzen als ‚rote Warnlampe‘, auf die man dann bei der Umsetzung (3. Phase) achten wird (z.B.: „Gut dass du uns an den Chef erinnerst, darauf kommen wir am Schluss, wenn es um die Realisierung geht, noch zurück.“ bzw. analog: „Gut, dass du an die Finanzen denkst, darauf kommen wir bei der Umsetzung zurück.“).

Rechtlicher Beiträge zeigen ein besonderes Engagement an und können so wertgeschätzt werden. Formal sind sie meist an Verneinungen vorhergehender Beiträge sowie an ausschließenden Formulierungen („nur“) und Verallgemeinerungen („man“) zu erkennen. Sie können einmal ignoriert oder - auf die

in ihrem positiven Teil der Aussage reduziert - wiederholt und damit integriert werden (z.B. „Man kann nur Leistung erbringen, wenn man Lust dazu hat.“ umformulieren in: „Für das Erbringen von Leistung ist es m. E. besonders wichtig, Lust dabei zu haben.“ oder: „Zur Salutogenese kann man nur ein Buch schreiben, wenn man die Widerstandsressourcen von Antonovsky mit einbezieht.“ umwandeln in: „Wenn wir ein Buch über Salutogenese schreiben, fände ich es wichtig, die Widerstandsressourcen von Antonovsky zu erörtern.“)

Zu Phase 3: Diese dritte Phase ist gelegentlich schon Teil der zweiten. Wenn Gedanken an die praktische Umsetzung allerdings aus einer Ängstlichkeit und Vermeidungstendenz heraus die Funktion haben, eine Unmöglichkeit aufzuzeigen, neue Wege und Lösungen zu finden, sollte der Flow-Meister diese Gedanken explizit erst dann zulassen, wenn die zweite Phase zum Ende gekommen ist. Das wird erkennbar entweder durch Finden einer befriedigenden Lösung oder am Nachlassen der Energie, der spontanen Aktivität. Dann ist die Zeit, eine praktische Umsetzung des Ergebnisses zu planen. Dabei sollten auch (ängstliche) Bedenken bedacht werden.

Eine gefundene Umsetzung soll von allen gemeinsam auf ihre Stimmigkeit geprüft werden. Dazu wird der Raum eröffnet oder auch eine Runde gemacht. Wenn es eine wichtige Angelegenheit ist, soll jeder seine Meinung zur Stimmigkeit in die Gruppe geben.

Zu Phase 4: Diese 4. Phase (gelegentlich auch als 3.) wird meist vom Flow-Meister eingeleitet z.B. mit dem Satz: „Wir wollen jetzt die gefundene Lösung genau benennen.“ oder: „Jetzt wollen wir die Ergebnisse der Gruppenarbeit zusammenfassen und festhalten.“ Dazu kann er dann einen Vorschlag machen.

Er ist verantwortlich für die Dokumentation der Ergebnisse.

Viel schöpferische Freude im Gruppen-Flow!

Literatur

- Bauer, J. (2006): Prinzip Menschlichkeit. Hamburg: Hoffmann und Campe.
Csikszentmihályi, Mihály (2004): Flow im Beruf: Das Geheimnis des Glücks am Arbeitsplatz. Stuttgart: Klett-Cotta
Peitgen, H.O., Jürgens, H., Saupe, D. (1992): Bausteine des Chaos – Fraktale. Heidelberg: Klett-Cotta/Springer-Verlag.
Peitgen, H.O., Jürgens, H., Saupe, D. (1994): C.H.A.O.S Bausteine der Ordnung. Heidelberg: Klett-Cotta/Springer-Verlag.
Petzold T.D. (2000c): Gesundheit ist ansteckend! Bad Gandersheim: Gesunde Entwicklung.