

Kommunikation

Februar 2010

Gewaltfreie Kommunikation • NLP • Business

Seminar

Coaching • Mediation • Pädagogik • Gesundheit

Klartext mit GFK

Friedemann Schulz von Thun und Gerlinde R. Fritsch diskutieren



K&S ist das Magazin für Profis, die Menschen in Veränderungsprozessen begleiten.

Die Zeitschrift wendet sich an Berater, Coaches, Therapeuten, Manager und vermittelt Wissen zu modernen kommunikativen Methoden. K&S erscheint alle zwei Monate aktuell beim Junfermann Verlag, Paderborn. www.ks-magazin.de



Krise und Empathie

Was Manager bewegen können



Blick in die Seele

Zeichnen im Coaching



Der Kopf läuft mit

Saisonstart für Mental Marathon

Was macht der Bus auf dem Papier?

Von Elke Meyer



Wie Sie Metaphern als Beratertool nutzen sowie schnell und einfach zeichnen.

Ein Berater, der Metaphern verwendet, ist wie ein Gärtner, der Wasser von der Quelle zu einem Beet trägt, um Blumen damit zu nähren. Als Trainer können Sie mit einer Metapher (Griechisch *metà phérein* „anderswohin tragen“) eine eingängige Erkenntnis oder eine Idee aus einem anschaulichen Themenbereich nutzen, um dadurch Ihr Thema zu „nähren“ und verständlicher zu machen. Zum Beginn eines Seminars kann z.B. die Metapher „Rundreise“ als Bild für den Seminarablauf eine Quelle sein, aus der Sie den gesamten Verlauf über immer wieder schöpfen: Sie legen kurze Stopps ein, um die wesentlichen Lernerfahrungen als „Fotos“ festzuhalten. Sie steuern das Zeitmanagement: „Bitte einsteigen, die Reise geht weiter!“

Metaphern sind wie ein Schatz, der gesammelt und gepflegt werden will. Holen Sie Ihren Schatz aus dem Keller und polieren Sie ihn auf. Erweitern Sie ihn um neue Metaphern, die Sie z.B. im Internet oder in themenspezifischen Büchern finden („Moderne Parabeln“, Publicis 2008). Definieren Sie den „Zielbereich“ Ihrer neuen Metapher, z.B. das Thema „Delegation“ in einem Führungskräfte-seminar, und suchen Sie in einem „Quellbereich“, der weit davon entfernt liegt: in der Natur, in der Tierwelt, im Sport: So kann ein Hund mit dem Merksatz „Bell nicht selber, wenn du einen Hund hast“ eine Metapher dafür werden, Aufgaben zu delegieren, wenn andere es besser können. Die Leistungsbereitschaft, die jemand beim Marathonlauf zeigt, könnte für das Durchhaltevermögen in einer Verhandlung stehen.

Wozu Metaphern zeichnen?

Und wie? Metaphern sind an sich schon Bilder, die mehr als 1000 Worte sagen. Als begeisterte Flipchartnutzerin steigere ich ihren Wert, indem ich



die wesentlichen Metaphern eines Seminars oder Coachings auf Flipchart zeichne. Dadurch schaffe ich einen visuellen Anker, die Metaphern sind stets präsent, sie verstärken die Wirkung.

Konzentrieren Sie sich beim Zeichnen auf das Wesentliche: entscheiden Sie sich für ein amüsantes, eindrucksvolles Bild, das eine Schlüsselrolle für das Verständnis dieser Metapher darstellt. In dem Beispiel der Rundreise habe ich den Bus gewählt, da er bei vielen Rundreisen ein zentrales Element ist. Zeichnen Sie dieses Schlüsselbild auf Flipchartpapier. Leichter gesagt als getan?

Verwenden Sie Vorlagen. Es ist viel leichter, etwas Vorhandenes nachzuzeichnen als aus dem Nichts ein Bild zu erschaffen. Finden Sie eine Vorlage für Ihre Kernbotschaft, die sich leicht nachzeichnen lässt, bei Google, in Comics oder bei trainerspezifischen Vorlagen (z.B. unter www.msp-media.de).

Zeichnen Sie nach dem EASI-Prinzip:

Erst schauen Sie das Bild an, anstatt gleich loszulegen.

Analysieren Sie die Grundformen, aus denen sich das Bild zusammensetzt.

Symmetrie: Welches Größen- und Abstandsverhältnis haben die einzelnen Formen?

Im Groben skizzieren Sie nun die Umrisse mit Bleistift vor. Erst jetzt beginnt das eigentliche Zeichnen – malen Sie die skizzierten Außenformen mit schwarzem Flipchartmarker nach.

Schaffen Sie Ausdruck durch Farbe. Zum Leben erwecken Sie das Bild, indem Sie es colorieren. Dafür empfehle ich Wachsmalblöcke. Mit der breiten Seite können Sie große Flächen schnell farbig hinterlegen und mit den kurzen Kanten und Ecken punktuell färben.

Fertig ist Ihre gezeichnete Metapher – und Sie bringen die Blumen immer mehr zum Blühen.



Elke Meyer, Diplom-Pädagogin, DVNLP-Lehrtrainerin und Mediatorin (BM) arbeitet als Trainerin, Coach und Beraterin für Unternehmen, www.kompetenzsprung.de. Buchveröffentlichung: „FlipchartArt“, gemeinsam mit Stefanie Widmann (Publicis, 2009)