



## **4-teiliger Lehrgang: "Kommunikationsmodelle von Prof. Schulz von Thun - als geistige Werkzeuge für Mediatorinnen und Mediatoren"**

### **Über diesen Lehrgang**

Prof. Friedemann Schulz von Thun ist der Begründer der Hamburger Kommunikationspsychologie, die vor allem durch die drei Bände „Miteinander reden“ bekannt geworden ist. Seine Lehre zielt auf die Entwicklung und Förderung sozialer Kompetenzen ab, mit der Perspektive, persönlich und sachlich besser miteinander klarzukommen. Hierbei erweisen sich die von ihm entwickelten Kommunikationsmodelle als aussichtsreich, sowohl für die Wahrnehmung und Diagnose zwischenmenschlicher und innermenschlicher Vorgänge und Verwicklungen, als auch als Anstoß für persönliche Entwicklung.

Marcus Poenisch aus dem Leitungsteam des Schulz von Thun Instituts gibt in diesem Lehrgang einen Überblick und vertieften Einblick in die wichtigsten Modelle der kommunikationspsychologischen Lehre. Jedes eintägige Modul widmet sich einem Schwerpunktthema. Lebendige Inputs, praxisnahe Übungen und Selbstanwendungen sollen es den Teilnehmenden ermöglichen, in die Modelle hineinzuwachsen, um die Brücke vom „Kennen“ zum „Können“ zu beschreiten.

Die Reihe zielt in erster Linie darauf ab, dass die Teilnehmenden den Bezug der Inhalte zu sich selbst und ihrem praktischen Lebensalltag herstellen. Darüber hinaus werfen wir auch einen Seitenblick auf die Rolle des Mediators, um zu schauen, welches Potential die Modelle für den professionellen Brückenbau bei zwischenmenschlichen Auseinandersetzungen haben.

### **1. Modul: "Erst quadratisch wird die Sache rund: Kommunikationsquadrat in Theorie und Praxis"**

*Kommunikation als Begegnung auf vier Spielfeldern.*

Das Kommunikationsquadrat ist das bekannteste Modell von Friedemann Schulz von Thun und inzwischen auch über die Grenzen Deutschlands hinaus verbreitet. Bekannt geworden ist dieses Modell auch als „Vier-Ohren-Modell“ oder „Nachrichtenquadrat“.

Das Modell betrachtet Kommunikation als eine Begegnung auf vier Spielfeldern – mit vielfältigen Möglichkeiten für Störungen, Irritationen und Missverständnisse. Ein sensibles Gespür für diese verschiedenen Ebenen ermöglicht es, Kommunikationsstörungen zu verstehen und besprechbar zu machen. Sobald wir miteinander in Kontakt treten, stehen uns „4 Schnäbel und 4 Ohren“ zur Verfügung. Wer diese einzeln beherrscht und im stimmigen Vierklang zusammenspielen lässt, erhöht die Chancen für störungsfreie und konstruktive zwischenmenschliche Begegnungen.

## **2. Modul: „Wer sich selbst versteht kommuniziert besser: Das Ideal der Stimmigkeit und das Innere Team“**

*Das Innere Team als Modellvorstellung vom inneren Menschen und als Methode der Selbstklärung.*

Authentisch und situationsgerecht - das ist das Ideal der „Stimmigkeit“. Kommunikation ist demnach dann stimmig, wenn sie in doppelter Hinsicht übereinstimmt: erstens mit der eigenen Person, zweitens mit dem situativen Kontext.

Um mit sich selbst in Übereinstimmung zu gelangen, betrachten wir die „Innenseite“ der Kommunikation genauer und folgen der Empfehlung: „Willst du ein guter Kommunikator sein, dann schau' auch in dich selbst hinein!“. Wenn wir in uns hineinhören, finden wir dort selten nur eine einzige „Stimme“, die sich zu einer bestimmten Situation oder einem Thema zu Wort meldet. In der Regel stoßen wir vielmehr auf verschiedene innere Anteile, die sich selten einig sind und die alles daran setzen, auf unsere Kommunikation und unser Handeln Einfluss zu nehmen. Ein Miteinander und Gegeneinander finden wir demnach nicht nur zwischen Menschen, sondern auch innerhalb des Menschen.

Wenn ich im Inneren „alle beisammen“ und vereint habe, kann ich nach außen hin klar, authentisch und situationsgemäß reagieren. Dafür steht uns mit dem Modell des Inneren Teams ein professionelles Selbstreflexionsinstrument zur Verfügung.

## **3. Modul: „Mit Unterschieden rechnen und damit zurechtkommen: Das Riemann-Thomann-Modell“**

*Das Riemann-Thomann-Modell und seine „vier Himmelsrichtungen der Seele“ als Landkarte und Wegweiser für zwischenmenschliche Unterschiede.*

Menschen sind verschieden - in der Art ihrer Kommunikation und Kontaktgestaltung. Nach Riemann/Thomann werden wir „vier Himmelsrichtungen der Seele“ kennen und schätzen lernen. Warum wir mit manchen Menschen nicht „können“, fällt uns jetzt wie Schuppen von den Augen.

Die „vier Himmelsrichtungen der Seele“ sind zugleich die Quellorte bestimmter menschlicher Qualitäten. Gut, wenn wir nicht auf einem Heimatort festsitzen, sondern nach allen Seiten zumindest Fühler ausstrecken, wenn nicht sogar etwas Land gewinnen! Die Rollenanforderungen verlangen in der Regel menschliche Qualitäten aus allen vier Heimatgebieten.

## **4. Modul: „Polarisierungen verstehen und dem Teufel auf die Schliche kommen: Das Werte- und Entwicklungsquadrat und das Teufelskreis-Modell“**

*Das Prinzip der Wertebalance als Entwicklungsmodell nutzen und systemische Verstrickungen verstehen mit dem Teufelskreis-Modell*

Ein „Instrument des Geistes“, das wir heute kennenlernen, lehrt uns, dass sich die Entwicklungsrichtungen von Menschen überkreuzen: Was der eine dringend braucht (zur Abrundung seiner Persönlichkeit), hat der andere vielleicht schon viel zu viel. Die Prämisse des Werte- und Entwicklungsquadrats lautet: Jeder Wert (jede Tugend, jedes Leitprinzip, jede menschliche Qualität) kann nur dann seine volle konstruktiven Wirkung entfalten, wenn er sich in

ausgehaltener Spannung zu einem positiven Gegenwert, einer „Schwesterntugend“ befindet. Ohne diese Balance verkommt ein Wert zu seiner entwerteten Übertreibung.

Vor diesem geistigen Hintergrund können wir mit dem Modell für uns selbst und für andere die anstehende Entwicklungsrichtung entdecken und formulieren, außerdem Polarisierungen zwischen Menschen verstehen und erklären.

Sobald zwei Menschen in Kontakt treten, reagieren sie aufeinander. Es kommt zu einem Hin und Her von Äußerung und Antwort, von Aktion und Reaktion – es entsteht eine Beziehungsdynamik. Diese Dynamik kann positive oder negative Effekte zur Folge haben. Wenn zwei Personen ihre Beziehung als unproduktiv und schwierig empfinden, aber keinen Ausweg aus den Schwierigkeiten finden, kann das Teufelskreis-Modell helfen, die negative Dynamik zu erkennen, Hintergründe zu verstehen, sowie Fallstricke zu erfassen und (manchmal) zu beheben.