

Die Linke-Spalte-Übung

Eine effektive Übung, um sich den außerordentlich starken Einfluß der unbewußten Bewertungen und Beurteilungen bewußt zu machen, ist die Linke-Spalte-Übung. Die ursprüngliche Form dieser Übung wurde von Chris Argyris an der Harvard Universität entwickelt. Die Übung verläuft folgendermaßen:

Übung Teil 1

1. Erinnern Sie sich an ein Gespräch mit jemandem, das nach Ihrem Empfinden unbefriedigend, ätzend verlaufen ist.
2. Teilen Sie ein Stück Papier in zwei Spalten.
3. In der rechten Spalte notieren Sie, was Sie sagten und was die andere Person sagte. Versuchen Sie, den Gesprächsverlauf so genau wie irgend möglich in wörtlicher Rede wiederzugeben.
4. In der linken Spalte, parallel zu den Äußerungen der rechten Spalte, schreiben Sie danach Ihre Gefühle und Gedanken auf, die Sie nicht äußerten.
5. Erzählen Sie Ihren 'Fall' einem Partner, und geben Sie ihm eine kurze Einführung in die Situation.
6. Lesen Sie Ihre rechte Spalte vor.
7. Anschließend lesen Sie Ihre rechte und linke Spalte zusammen vor.
8. Der Partner nimmt die Rolle des Coaches ein und stellt folgende Fragen:
 - Welche Aussagen, Bewertungen und Meinungen befinden sich in der linken Spalte?
 - Aus welchem mentalen Modell stammen sie?
 - Warum haben Sie sie nicht ausgesprochen?
 - Was wollten Sie durch das Gespräch erreichen?
 - Ist Ihnen das gelungen? Wenn nein, warum nicht?
 - Für jede Bewertung in der linken Spalte die folgende Frage: Warum haben Sie nicht gesagt, was Sie dachten und fühlten?
 - Was waren die Konsequenzen davon, daß Sie nicht sagten, was Sie dachten und fühlten?
 - Wie beeinflusste die linke Spalte das Ergebnis des Gesprächs?

Diese Arbeitsschritte liefern das Material, um mit den Teilnehmern über das **Phänomen der inneren Gespräche**, die wir mit uns selbst führen, zu sprechen und eine Vorstellung zu bekommen, wie diese inneren Gespräche die **tatsächlichen, externen Gespräche beeinflussen**.

Unsere Beurteilungen und Gefühle verbergen sich in der linken Spalte. Sie zu klären hat den Zweck, die Tiefe und Bedeutung der Annahmen und mentalen Modelle zu erforschen, die einen entscheidenden - aber weitgehend unbewußten - Einfluß auf unser Denken und Verhalten haben.

Ein Beispiel

2. Spalte: Ich dachte ...	1. Spalte: Ich/ sie sagte ...
Ich dachte: „Josef ist doch völlig inkompetent.“	Ich sagte: „Ich denke, wir sollten jemand anderen für diesen Job nehmen.“
Ich dachte: „Aber du willst ihn gerne, weil er dein politischer Verbündeter ist.“	Sie sagte: „Oh, ich denke, Josef wäre der richtige dafür.“

Übung Teil 2

Vor dem nächsten Schritt vergegenwärtigen den entscheidenden Unterschied zwischen **Beobachtungen** und **Bewertungen**. Dieser Unterschied mag auf den ersten Blick als selbstverständlich erscheinen. Wir sind aber der Überzeugung, daß die meisten Kommunikationsstörungen oder gar -abbrüche auf die unbewußt falsche Anwendung dieser Kategorien zurückzuführen sind.

In **Bewertungen** liegt eine enorme Kraft - sie **öffnen oder verschließen Möglichkeiten des Handelns**. Wenn ich annehme, daß es heute abend regnen wird, lasse ich den Plan, 'picknicken zu fahren', fallen. Wenn ich beeindruckt bin von Peters Auftritt, könnte es sein, dass ich ihn befördere. Wenn ich entsetzt bin, könnte es sein, daß ich ihm kündige.

Wenn wir Menschen bewerten, ist es vielleicht noch wichtiger als in anderen Lebensbereichen, uns klar darüber zu sein, daß unsere Bewertungen unsere **eigenen Schöpfungen** sind. Sie stellen unsere Meinung dar. Sie sind keine unumstößlichen Fakten, die eine von außen vorgegebene Wahrheit darstellen. Sie mögen aus unserer Sicht begründet sein und sich auf allerlei Beobachtungen stützen, aber sie bleiben immer noch meine eigenen Interpretationen.

Wenn wir diese Zusammenhänge nicht deutlich erkennen und uns immer wieder in Erinnerung rufen, vor allem mit ihrer sich selbst erfüllenden Dynamik, können sie eine erhebliche Zerstörungswirkung entfalten.

Nachdem wir die Begriffe Beobachtungen und Bewertungen unterschieden haben, fahren wir mit der Linke-Spalte-Übung fort. Der nächste Schritt ist, die **linke Spalte**, die unvermeidlich sehr viele Bewertungen enthält, zu **nutzen**, um zu sehen, wie wir mit Bewertungen umgehen.

Die Übung verläuft in folgenden Schritten:

1. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer arbeiten mit denselben Partnern wie zuvor.
2. Beide Partner untersuchen die linken Spalten des jeweils anderen Partners auf Bewertungen.
3. Sie suchen sich ein oder zwei kritische Bewertungen heraus. Partner B (der Coach) fragt Partner A:
 - Mit welchen Beobachtungen begründest Du diese Bewertungen?
(Achten Sie darauf, daß diese 'Daten' nicht auch wieder Bewertungen sind.)
 - Wie kommst du von deinen Beobachtungen zu deinen Annahmen?
 - Welcher Zweck lag dieser Annahme zugrunde?
 - Austausch der Beobachtungen und Erfahrungen im Plenum.

Wir haben die Erfahrung gemacht, daß die Unterscheidung zwischen Beobachtungen und Bewertungen eine außerordentlich große Hilfe für eine effektive Kommunikation ist. Die Entwicklung der eigenen Fähigkeiten für diese Art von Aufmerksamkeit im Fluß der Konversation ist allerdings eine große Herausforderung. Der Dialog ist ein Praxisfeld, um genau diese Fähigkeiten zu trainieren.

Quelle

M.& J.F. Hartekemeyer, L. Freeman Dority
Miteinander Denken - das Geheimnis des Dialogs; S. 259 ff.)