

Time Line + Kurvenlinie = Kurven-Timeline

1) Timeline

ist ein Instrument, welches helfen kann, eigene Ressourcen (wieder) zu entdecken und zu klären. Es erlaubt den KundInnen, sich leichter an erfolgreich gemeisterte Situationen oder an Ausnahmen (seien es dem aktuellen Anliegen ähnliche oder nicht) zu erinnern. Auf einer Zeitlinie (Vergangenheit – Gegenwart – Zukunft) werden solche „Erfolge“ zeitlich lokalisiert und sozusagen aus einer Aussenperspektive in Erinnerung gerufen. Auf diese Weise können sie visualisiert und auf ihren Nutzen für die gewünschte Zukunft untersucht werden.

Ich finde dieses Tool sehr nützlich, wenn ich mit meinen KundInnen über erfolgreich bewältigte (ähnliche) Situationen oder über Ausnahmen spreche, bei denen die gewünschte Veränderung bereits (ein bisschen) möglich war. Auch bei Standortbestimmungen habe ich es schon erfolgreich eingesetzt.

2. Kurve / Wellenlinie

Während Coachings in denen es um als sehr schwierig empfundene Situationen geht („Nichts läuft mehr“, „es gibt keine Ausnahmen“) wollen wir im Laufe des Gesprächs – respektvoll – klären, ob es „immer gleich schwierig“ war oder ob es Ausnahmen gegeben hat, in denen „es ein bisschen besser ging“. Die Formulierung der Fragen sollte natürlich so sein, dass ein „Ja-Set“ entsteht („Ja, es gab Momente, in welchen es ein bisschen besser ging“ oder „in denen es mit den KollegInnen „gut gelaufen ist“ – es gab also selbst in der „misslichen“ Lage unterschiedliche Momente, kurz: ein Aufundab! (Bis hierher nichts Neues.)

Während einiger Coachings habe ich jedoch angefangen, dieses Auf-und-ab auf einem Blatt Papier mit einer einfachen Wellenlinie darzustellen



habe dies die KundInnen sehen lassen und gemerkt, dass dies bestärkend wirkte und es ihnen erleichterte, einige Ausnahmen zu sehen..

Nun habe ich die Idee / Absicht, diese Vorgehensweise mit der Timeline zu kombinieren:

Es handelt sich um die

Kurven-Timeline

Dies eignet sich für alle Anliegen, sowohl bei Einzelberatungen/Coachings und auch bei der Arbeit mit Teams/Gruppen. Besonders sinnvoll ist diese Variation bei KundInnen, welche aus ihrer Sicht eine sehr schwierige Zeit durchleben, besonders angespannt sind usw. und welche anfänglich erklären, dass „nichts“ (mehr) gehe, oder bei Gruppen, welche zuerst nur alles sehen, was nicht läuft.

Wie oben beschrieben, geht es im ersten Teil des Beratungsgesprächs oder bei der Arbeit mit einem Team darum, ein „Ja-Set“ zu erreichen und die Tatsache / Wahrscheinlichkeit zu klären, dass es ein solches „Auf-und-ab“ gibt, selbst im speziellen Fall der KundIn.

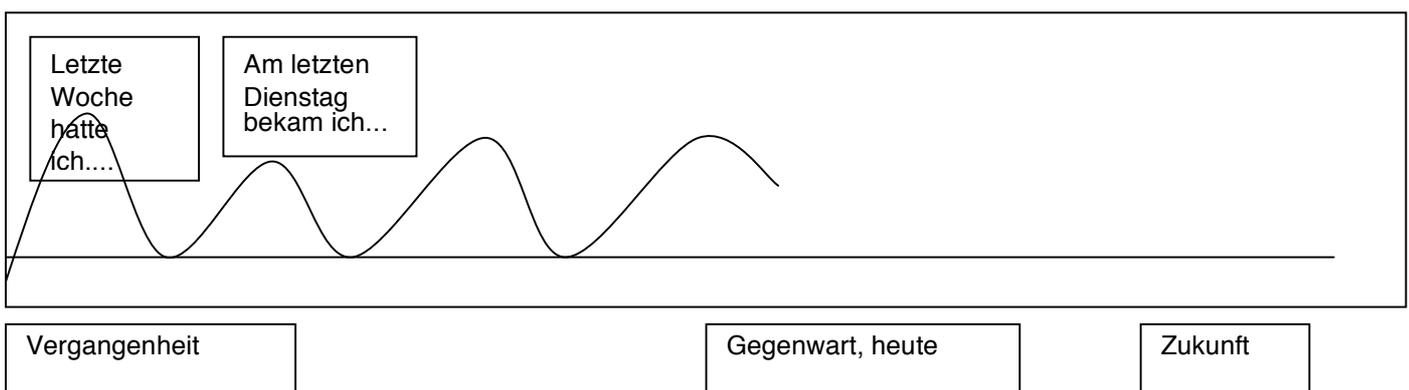
Nun beginnt die Arbeit mit der Kurven-Timeline:

Statt einer mehr oder weniger geraden Linie auf dem Boden arbeite ich mit einer Linie in Form einer Kurve / Wellenlinie (Papier von der Rolle/ mehrere aneinander geheftete Fipchartblätter, an einer Wand befestigt). Ideal ist es, wenn genügend Platz vorhanden ist und die Darstellung mehrere Meter lang ist.

Es ist möglich, die Kurve bereits im voraus zu zeichnen und dann den Klienten/die Klientin zu bitten, eine dieser Situationen, an die er/sie sich erinnert zu beschreiben. Dann werden



einige Stichworte aufgeschrieben und über den Kurvenspitzen angeheftet. Mit der klassischen Frage „Was noch?“ werden so lange als möglich Ausnahmen gesammelt.



Nachher ist es möglich, den Ausnahmen entlang zu laufen, nötigenfalls chronologische Änderungen vorzunehmen, wenn der/die KlientIn es nötig oder hilfreich findet, über das Zustandekommen und die Umstände im Zeitpunkt der Ausnahmen zu sprechen („Wie haben Sie sich dabei gefühlt?“ „Wer war dabei?“ „Was haben Sie dabei gemacht?“ >auch

„Äusserlichkeiten“ wie *Wetter, Kleidung, Tageszeit* können erfragt werden und hilfreich sein) und ihren möglichen Nutzen für die gewünschte Zukunft herauszuarbeiten.

Es ist aber auch möglich, mit einem leeren Papier und nur den 3 Zeitpunktplakaten am Boden oder an der Wand unter dem langen Papier zu beginnen



In diesem Falle ist es möglich, die Kurve während des Gesprächs gemeinsam zu konstruieren und sogar –durch unterschiedliche Ausschläge der Wellenlinie– mit einer Form von Skalierung zu kombinieren.

Der Nachteil dieses Vorgehen ist jedoch, dass sich die KlientInnen durch eine implizite Chronologie (Anfang des Blattes = weiter zurück) eingeengt fühlen. Dem kann begegnet werden, dass man die erste Kurve nicht ganz an den Anfang zeichnet oder sogar eine oder zwei vorzeichnet irgendwo zwischen Blattanfang und „Gegenwart / heute“.

