

PRAXISTEST „PUNCTUM“

Assoziativ zur Erkenntnis



Foto: Silvia Balaban

Als Spielbrett kann die Aufbewahrungstasche der „Punctum“-Spielkarten oder eine neutrale Unterlage dienen.

Visuell und effektiv Themen bearbeiten: Durch den Einsatz von Bild-, Wort- und Fragekarten soll „Punctum“ zu neuen Sichtweisen verhelfen und positive Veränderungen anstoßen. Coach Silvia Balaban hat das Tool für Training aktuell in verschiedenen Settings dem Praxistest unterzogen.

Das Angebot

„Punctum“ ist ein Spiel mit zahlreichen Einsatzmöglichkeiten im Einzel- oder Gruppensetting. Als Anwendungsspektrum werden Coachinganlässe und Teamtrainings, aber auch private Settings wie Familienspielenaben, Junggesellenpartys oder Paarabende genannt.

Das Tool nimmt die Beziehung zwischen Bild, Wort und Frage in den Fokus und lädt die Spieler zum Reflektieren, Beobachten und Neubewerten sowie zu anschließenden Veränderungsprozessen ein. Der Hersteller Points of You beschreibt den Nutzen von „Punctum“ in Anlehnung an das Hemi-

sphärenmodell des Gehirns: Die Bildkarten sollen die rechte Gehirnhälfte ansprechen, die eher als kreativ, intuitiv und assoziativ beschrieben wird. Die Wortkarten adressieren wiederum die linke Gehirnhälfte, die mit Denken, Lesen, Schreiben und Logik in Verbindung gebracht wird. Folglich sollen die Fragekarten dann durch die Stimulation beider Gehirnhälften beant-

wortet werden, woraus laut Hersteller neue Perspektiven und Bewertungen hervorgehen.

TA-Check

Das handliche Set besteht aus einer Tasche aus blauem Denim-Stoff, je 33 Foto-, Wort- und Fragekarten, einem Legesystem und einer Anleitung. Mir gefällt das Set: Die Karten liegen gut in der Hand, die Tasche macht einen lässigen Eindruck, und die Anleitung ist verständlich. Auf der Innenseite der Tasche befinden sich Aufdrucke, wo die einzelnen Fragekategorien abgelegt werden können. Für einen Businesskontext wirkt mir das auf den zweiten Blick fast schon etwas zu informell. Dem lässt sich aber entgegenwirken, indem die Karten auf eine neutrale Unterlage nebeneinander gelegt werden.

Ich teste „Punctum“ zuerst während eines Einzelcoachings. Hier funktioniert die Anwendung in drei einfachen Schritten:

1. Der Klient wählt ein Thema aus, welches er bearbeiten möchte.
2. Er zieht je eine Foto-, Wort- und Fragekarte. Nach jeder Karte stellt der Coach Fragen und lädt den Klienten so zum Nachdenken ein.
3. Wenn alle drei Karten gezogen wurden, werden die Karten und das eingebrachte Anliegen miteinander in Verbindung gebracht. Es gilt zu beobachten, zu reflektieren und neue Blickwinkel einzunehmen.

Mein Klient arbeitet als Führungskraft bei einem Automobilzulieferer und befindet sich aufgrund der Corona-Pandemie in Kurzarbeit – die derzeitige Situation bereitet ihm Sorgen. Sein Thema formuliert er daher wie folgt: „Wie sieht die Zukunft aus? Wie kann es weitergehen?“ „Punctum“ soll nun einen spielerischen Einstieg in die doch recht ernste Problematik ermöglichen.

Ich lege die Bildkarten mit der Bildseite nach unten auf den Tisch und bitte meinen Klienten, eine zu ziehen. Die Karte zeigt einen älteren Mann im Karohemd, der sich mit den Händen die Augen verdeckt. Mein Klient scheint im ersten Moment sichtlich irritiert und seufzt dann auf.

Ich blicke auf die Anleitung und wähle eine erste Frage aus: „Was zeigt das Foto?“

Mein Klient beschreibt den Mann als zupackenden und verlässlichen Macher-Typ, der sich anscheinend freiwillig die Augen verdeckt. Ich frage: „Will er etwas nicht sehen oder ist er froh, etwas nicht mehr sehen zu müssen?“ Mein Klient denkt nach und blickt im Raum umher. „Gibt es etwas, was Sie nicht sehen wollen oder was Sie erleichtern würde, wenn sich Ihre Situation ändert?“, lege ich nach.

Im Test

- » Produkt: Punctum
- » Anbieter: Points of You
- » Preis: 89 Euro inkl. MwSt., zzgl. Versand
- » Link: bit.ly/2WE5yV8

Daraufhin sprudeln nach und nach Antworten aus meinem Klienten, die ihn selbst erstaunen.

Wir vertiefen diese Themen, bevor ich folgende Frage stelle: „Welches Detail ist für Sie das bedeutsamste und warum?“ – „Der Mann lächelt. Das Foto strahlt Wärme und Zuversicht aus.“ Meinem Klienten gefällt das Foto nach etwas Betrachtung, obwohl es zu Beginn bei ihm eher auf Ablehnung gestoßen war. Es gibt im jetzt sogar ein gutes Gefühl: „Irgendwie strahlt es Hoffnung aus.“ Und es erinnert ihn an seine eigene Situation: „Vielleicht will ich lieber wegsehen, weil ich mich nicht ganz wohl mit der Zukunft fühle?“ Hier vertiefen wir seine persönlichen Wohlfühlfaktoren für die Zukunft. „Was wird gleich auf dem Foto passieren?“, will ich wissen. „Der Karohemd-Mann nimmt die Hände von seinen Augen, und dann geht es weiter. Da ist gar kein Problem“, erzählt mein Klient. Bei dieser Antwort lächle ich bestärkend und lege ihm den Stapel mit den Wortkarten zum Ziehen hin.

Er zieht das Wort „Wahl“. Ich schaue ihn fragend an. Es entsteht ein langer Moment der Stille. Dann: „Na klar! Ich habe ja die Wahl. Man hat immer die Wahl. Ich bin ja kein Opfer, sondern Gestalter! Irgendwie hat mich diese Ohnmacht gelähmt“, sprudelt es aus ihm heraus. „Ich kenne nur meine Optionen noch nicht, weiß jetzt allerdings, welche Wohlfühl-

faktoren gegeben sein müssen“, bekräftigt er. Als ich den dritten Stapel mit den Fragen auf den Tisch lege, zieht mein Klient folgende Frage: „Für was ist es Zeit, um es in mein Leben einzuladen?“ Wieder blicke ich ihn fragend an. „Eine schöne Frage. Puh, da muss ich nachdenken“, meint er. „Vielleicht mehr Gelassenheit, mir meiner Stärken bewusst werden. Ich möchte mich mehr auf mich und meine Expertise verlassen, ich möchte mehr Chancen sehen und mehr Optimismus entwickeln ...“ Anschließend erarbeiten wir gemeinsam Wege für mehr Gelassenheit, Chancenorientierung, Optimismus und arbeiten die Stärken meines Klienten heraus.

Dann setze ich „Punctum“ noch während eines Teamcoachings ein. Aufgrund der Corona-Pandemie arbeiten alle Mitarbeiter im Home Office, und das Coaching findet online als Videocall statt. Das zu bearbeitende Thema, auf das sich das Team deshalb passenderweise geeinigt hat, ist: „Wie geht es uns als Team in der aktuellen Situation, und wie können wir unsere Zusammenarbeit wieder persönlicher gestalten?“ Ich kenne das Team bereits, und nach kurzer Einführung in den Spielablauf können wir schon beginnen: Ich mische die Fotokarten in meiner Hand, bis eine Teilnehmerin mir ein Stoppzeichen gibt, und halte das Bild vor die Kamera. Der Prozess beginnt – und funktioniert online ebenso gut wie offline.

TA-Eindruck

Meine Klienten finden das Tool gut und arbeiten gerne damit: Die Karten scheinen ein spielerisches Element einzubringen und die Atmosphäre aufzulockern. Dadurch bietet „Punctum“ mir als Coach einen kreativen Einstieg in diverse Themenbereiche. Außerdem mag ich das handliche Format, die unkomplizierte Anwendung und die einfache Erläuterung.

Toll wäre noch die Möglichkeit, die Fotokarten nachzubestellen, um den Klienten die gezogene Karte als visuellen Anker mitgeben zu können. Was die Anwendung in anderen Settings angeht: Ich bezweifle, dass ich „Punctum“ bei der nächsten Junggesellenparty (lt. Anleitung „Welche Ratschläge möchten wir der Braut/dem Bräutigam für die Ehe mitgeben?“) oder bei dem nächsten Paarabend („Was lieben und bewundern wir an unserem Partner?“) einsetze. Der Einsatz im Coaching- und Trainingskontext war aber erfolgreich und hat mich daher überzeugt.

TA-Fazit

„Punctum“ ist ein flexibel einsetzbares Tool für unterschiedliche Themenbereiche und Gruppengrößen, das zum Reflektieren, Neubewerten, Sensibilisieren und Verändern einlädt. Durch die Kombination der Foto-, Wort- und Fragekarten können Klienten mithilfe des Coachs schnell und unkompliziert zu kreativen und neuen Sichtweisen kommen.

Silvia Balaban ■



Die Autorin: Silvia Balaban ist Dipl.-Wirtschaftspsychologin (FH) und Dozentin an der deutschen Hochschule für Gesundheit und Sport. Mit ihrem Unternehmen Recalibration unterstützt sie Unternehmen beim Ausbau des Betrieblichen Gesundheitsmanagements. Kontakt: www.recalibration.de

