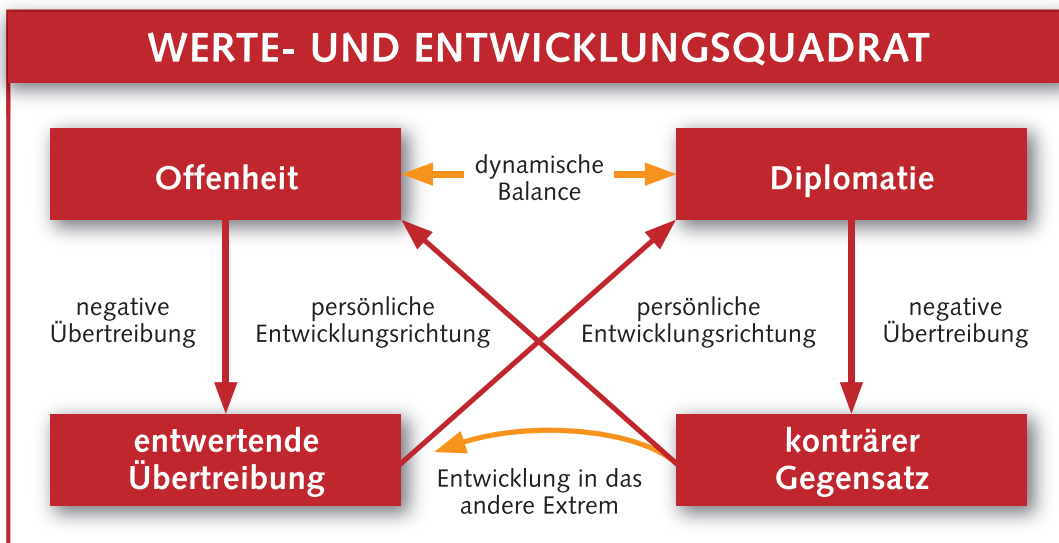


Impuls Persönlichkeitsentwicklung

Menschen verhalten sich oft unbewusst nach ihren Einstellungen, Handlungsprinzipien und Werten, die eher einseitig ausgeprägt sind. Persönlichkeitsentwicklung ist jedoch immer in ihrer dynamischen Polarität zu sehen. Das heißt, jede Verhaltensweise ist nur in der Ergänzung zu ihrem Gegenpol konstruktiv. In der Balance der Pole ist das Verhalten ausgeglichen und in der Wirkung förderlich. Jede Entwicklung in ein Extrem führt zur Übertreibung und wird dadurch problematisch. Das Ziel ist, eine dynamische Balance zu leben, was vielen von uns jedoch schwer fällt. Ein Pol ist meistens vertrauter, sodass sich das eigene Verhaltensrepertoire eher darauf begrenzt. Um eine Ausbalancierung der persönlichen Verhaltensweisen zu erreichen, ist die Entwicklung zu dem anderen Pol erforderlich. Die Fähigkeit, gegensätzliche Pole als Einheit in unser Handeln zu integrieren, führt uns aus einem Leben im Ungleichgewicht.

In der Arbeitshilfe „Werte- und Entwicklungsquadrat“ geht es zum einen darum, eine andere Perspektive einzunehmen als die, Verhalten auf Skalen positiv oder negativ zu bewerten. Zum anderen geht es um die Erweiterung des eigenen Verhaltensrepertoires als Impuls für die persönliche Entwicklung. Die Wertschätzung beider Pole und die Fähigkeit, unser oft einseitiges Verhalten um den gleichwertigen Gegenpol zu ergänzen, ist das Ziel der Reflexion mit Hilfe des Modells von Schulz von Thun (Miteinander reden, Band 2, 1989) und dem ursprünglichen Denkwerkzeug von Paul Helwig (1967).

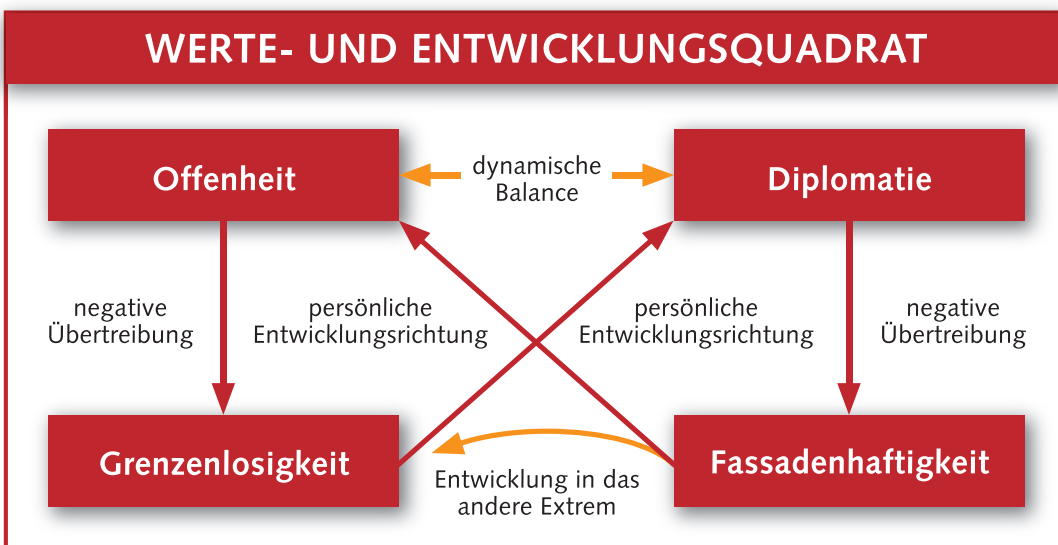
Allgemeines Prinzip I



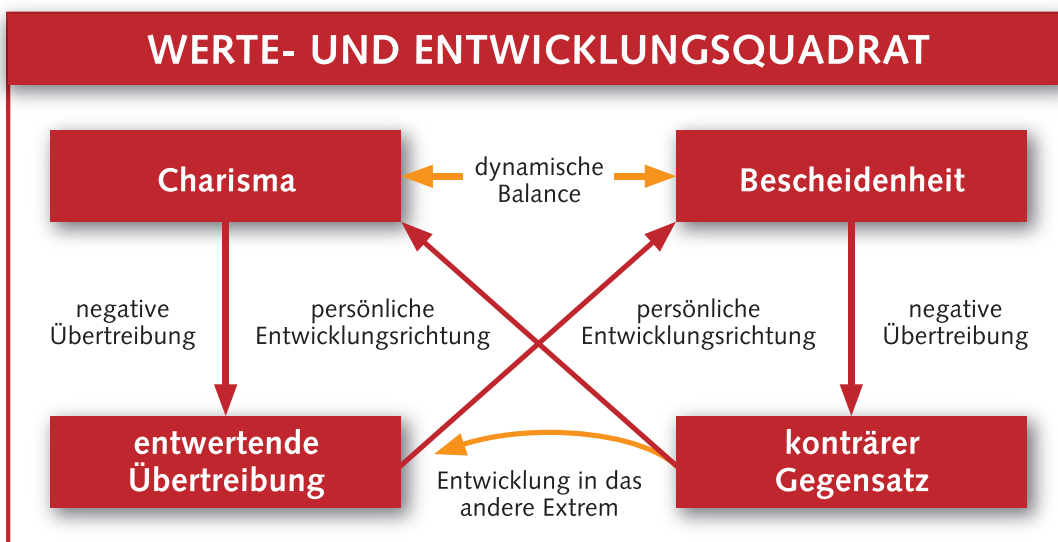
Arbeitshilfen | Werte- und Entwicklungsquadrat

Das Prinzip des Werte- und Entwicklungsquadrats ist immer gleich. Ein (Verhaltens-)Wert schlägt ohne ihren positiven Gegenwert in negatives Verhalten um. Die so entstehenden vier Begriffe lassen sich zu einem Quadrat anordnen. Die beiden positiven Gegenwerte stehen oben und die entsprechenden negativen Extreme stehen unten. In dem folgenden Beispiel verkommt der Wert „Offenheit“ ohne seinen positiven Gegenwert „Diplomatie“ zur „Grenzenlosigkeit“. Umgekehrt verkommt der Wert „Diplomatie“ zur „Fassadenhaftigkeit“, wenn sie nicht mit dem Wert „Offenheit“ ausbalanciert wird.

Beispiel I



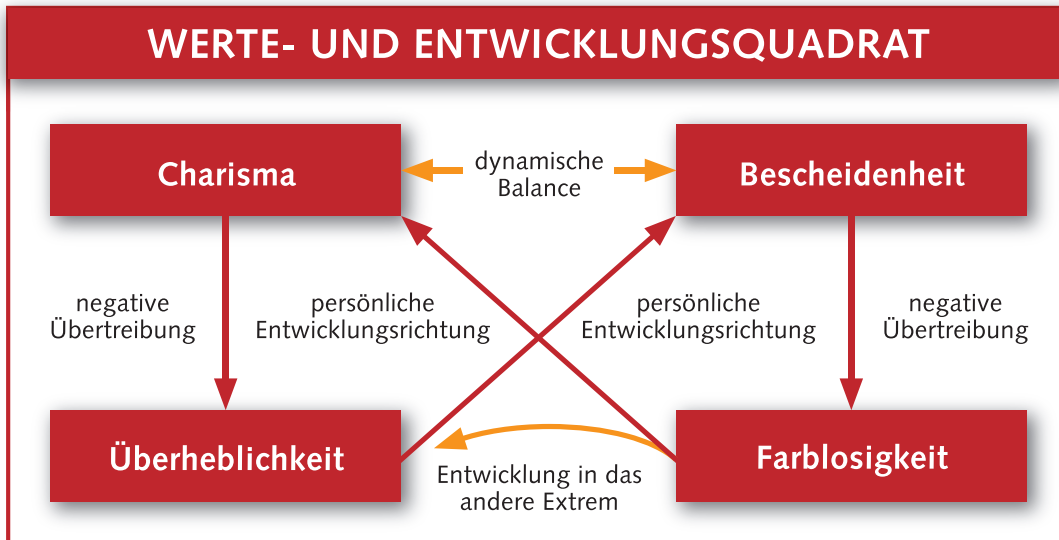
Allgemeines Prinzip II



Arbeitshilfen | Werte- und Entwicklungsquadrat

In dem zweiten Beispiel kann das „charismatische Verhalten“ ohne seinen positiven Gegenwert „Bescheidenheit“ in „Überheblichkeit“ umschlagen. Umgekehrt führt stetig „bescheidendes Verhalten“ zur „Farblosigkeit“, sofern es keinen Ausgleich durch charismatisches Verhalten gibt.

Beispiel II



Möglichkeit der Selbsteinschätzung

Um zu einer Selbsteinschätzung zu gelangen, ist die übliche dualistische Gegensätzlichkeit von „+“ und „-“ wenig hilfreich. Sie legt Verhalten fest in Kategorien wie gut und böse, richtig und falsch, hell und dunkel, gesund und krank, erwünscht und unerwünscht und so weiter, ohne Entwicklungsrichtungen aufzuzeigen. Die nochmalige Unterteilung der jeweiligen Pole in die negative Übertreibung macht deutlich, dass nicht das eine oder andere Verhalten per se positiver ist. Das Ziel der jeweiligen persönlichen Entwicklungsrichtung ist demnach die Synthese der Gegensätze, also die Entwicklung nach innen zur Mitte und nicht nach außen zu den Extremen. So entsteht die vierfache Einteilung:

Negative Übertreibung	Persönliche Entwicklungsrichtung		Negative Übertreibung
	+/-	-/+	
Rücksichtslosigkeit	Durchsetzungsstärke	Zurückhaltung	Unterwürfigkeit
Verschwendung	Großzügigkeit	Sparsamkeit	Geiz
Draufgängertum	Mut	Vorsicht	Feigheit
Überfluss	Reichhaltigkeit	Verzicht	Mangel
Rastlosigkeit	Aktivität	Passivität	Handlungsunfähigkeit
Naivität	Vertrauen	Vorsicht	Misstrauen
Überheblichkeit	Charisma	Bescheidenheit	Farblosigkeit
Konfliktaversion	Anerkennung	Kritik	Geringschätzung
Querulanz	Courage	Anpassungsfähigkeit	Bravheit
Anbiederung	Wertschätzung	Konfrontation	Verachtung

Arbeitshilfen | Werte- und Entwicklungsquadrat

Die Polaritäten des Handelns

Wir neigen dazu, uns für eine von zwei Polaritäten zu entscheiden und bestimmte Werte als gut und positiv sowie andere als schlecht oder negativ zu bewerten. Wir bringen uns damit selbst in ein Ungleichgewicht, das uns unzufrieden oder gar krank macht. Bewusst nehmen wir diese Einseitigkeit in unserem Leben wahr, wenn wir damit in beruflichen oder privaten Ereignissen konfrontiert werden. Beispielsweise verlangt der Verlust des Arbeitsplatzes oder des Partners die Ausbalancierung von Stärke mit Verletzlichkeit, um wieder ausgewogen handeln zu können. Bauen wir noch mehr Stärke auf, vergrößert sich das Ungleichgewicht und verhindert die persönliche Entwicklung. Lehnen wir Stärke generell ab, zwingt uns eine solche Verlustsituation geradezu, Stärke zu entwickeln und uns nicht noch hilfloser zu fühlen. Die Herausforderung ist immer der Ausgleich des bisherigen einseitigen Handelns.

Die Wertschätzung der persönlichen Polaritäten

Das Werte- und Entwicklungsquadrat hilft dabei, die persönliche Entwicklungsrichtung zu bestimmen. In der Anerkennung dessen, dass unser oftmals einseitiges Handeln nicht schlecht oder negativ ist, öffnet es einerseits den Blick für den positiven und wertzuschätzenden Anteil jeden Handelns. Nur in der Übertreibung des Handelns wird dieses problematisch. Geht man davon aus, dass jeder Mensch die Fähigkeit hat, prinzipiell auch anders handeln zu können, muss der Gegenpol nur entwickelt werden, um an das Tageslicht zu kommen. Das Ziel der Entwicklung ist nicht ein zu erreichender Status quo, sondern das dynamische Handeln zwischen den Polen.

Tipp

Die Arbeitshilfe „Werte- und Entwicklungsquadrat“ zeigt auf, dass es zu jedem (Verhaltens-)Wert einen gleichwertigen Gegenwert gibt. Lernen Sie den Gegenwert ihres Handelns anzuerkennen und die Polaritäten in ihr Leben zu integrieren sowie die Dualität wertzuschätzen. Wenn es Ihnen gelingt, sich zwischen beiden Polen zu bewegen, steht Ihnen ein vielfältiges Handlungsrepertoire zur Verfügung. Nutzen Sie die Energien der beiden Pole für die Überwindung ihrer Einseitigkeit im Handeln!