

Identitätshaus: *Tragende Säulen und gefährdete Bauteile*

Modelle bieten eine *Strukturierung* und auch Vereinfachung der Wirklichkeit, jedoch auch die Einnahme der Draufsicht auf die geschilderte Situation oder systemische Konstellation. Diese „*Feldherrenperspektive*“ ermöglicht dem Klienten, Distanz zur Situation selbst einzunehmen. Neben der Analyse der Situation kann unter Nutzung von Modellen eine Musteränderung eingeleitet oder die Lösungsfindung forciert werden. Unter dem Grundsatz, dass sie dabei nicht mehr sein wollen als Modelle – und folglich immer hinter der Realität zurückbleiben müssen –, ist die Arbeit mit Modellen im Coaching mittlerweile weit verbreitet.

Die „Säulen der Identität“¹⁷⁵ bieten sich als Coaching-Tool zur *Entscheidungsfindung* und in *Veränderungssituationen* besonders an. Mit diesem einfach zu handhabenden Verfahren lässt sich das individuelle „Lebenshaus“ abbilden. Seine fünf Säulen stellen die *Kernbereiche der menschlichen Existenz* dar: *Körper und Gesundheit, soziales Netz, Arbeit und Leistung, materielle Sicherheit, Werte*. Alle Säulen tragen das Haus gemeinsam. Beim Wegbrechen einer Säule ist die komplette Statik gefährdet. In der Pubertät z. B. wird an mehreren Säulen gleichzeitig gehämmert, gemauert und geputzt: Der Körper verändert sich, die Freunde verändern sich mit einem, jedoch in einem anderen Tempo. Und das Wertesystem in dieser Umbruchszeit vom Kind zum Jugendlichen stellt sich komplett um. Kommt man einigermaßen mit dem Taschengeld zurecht, ist eigentlich noch in die Säule der Leistung zu investieren. Doch dieses Bild von – in diesem Beispiel – mehreren in ihrer Statik eingeschränkten Säulen macht verständlich, dass ausgerechnet in diese Säule zurzeit nicht investiert werden kann. Und auch, weshalb manche Jugendliche, wenn sie das Größte in der Pubertät hinter sich haben, plötzlich so richtig Gas in der Schule geben. Das Beispiel der „Baustelle Pubertät“ kann verdeutlichen, dass es in Krisenzeiten zwar möglich ist, mal die eine, mal die andere Säule zu vernachlässigen, doch auch, dass diese Strategie nur auf Zeit aufgeht. Mit Hilfe des Identitätshauses kann der Klient seine aktuelle Situation analysieren. Ist eine Säule beschädigt, ist das nur bedingt problematisch; die anderen Säulen können das Dach noch tragen. Sind jedoch mehrere Säulen instabil, ist die Statik des Lebenshauses gefährdet.

¹⁷⁵ Vgl. Petzold, 2012.



TRANSFER

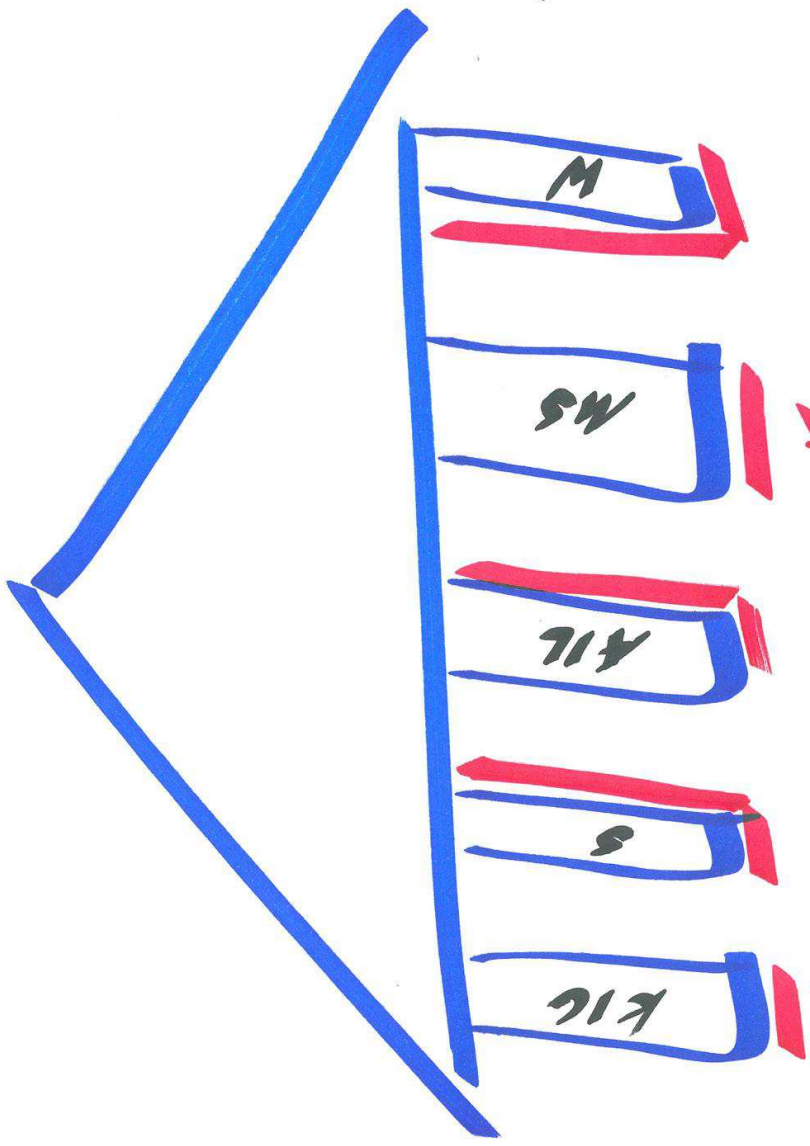
Szenario

- *Das Identitätshaus lässt sich z. B. gut am Whiteboard visualisieren.¹⁷⁶ Die Darstellung sollte jedoch nur als Grundlage dienen. Es bietet sich z. B. an, die Säulen in der Breite nur mit Strichlinie zu zeichnen. Überlegen Sie: Welche Säulen tragen Ihr „Haus“ im Moment am stärksten, welche am wenigsten?*
- *Die Säulen tragen bisher nur „Überschriften“. Füllen Sie jede Säule zusätzlich – als ersten Schritt – mit den Begriffen, die in Ihrem Leben die Überschrift erst bestimmen (bei „soziales Netz“ z. B. „Freude“ oder „Familie“). Achten Sie darauf, möglichst konkret zu formulieren (z. B. Namen einzutragen oder gern auch mit Fotos zu arbeiten).*
- *Nehmen Sie sich hierfür genügend Zeit. Hilfreich kann ggf. die Frage sein, wo Sie die meiste Energie „bekommen“ (oder „geben“). Ggf. wissen Sie auch schon bereits, was Sie im Moment eher vernachlässigen.*
- *Gestalten Sie Ihr aktuelles Identitätshaus nach diesen Erkenntnissen. In der Breite der Säulen soll sich dabei abbilden, wie stabil Sie diese derzeit einschätzen. Und in der Verwendung der Farben soll sich die Bedeutung der Säulen für Sie persönlich zu erkennen geben. Verwenden Sie daher bitte verschiedene Farben, umranden Sie Ihre wichtigste Säule auch mit Ihrer wichtigsten Farbe – und so weiter.*
- *Ausgehend vom skizzierten Ist-Zustand können Sie in die Visionsarbeit¹⁷⁷ einsteigen. Fragen Sie sich: „Wie soll mein Haus in XX Jahren aussehen?“ Fertigen Sie daraufhin eine zweite Visualisierung an. Diese ist nun Ihr sogenanntes Zielbild. Von diesem aus können Sie an die Erarbeitung von Zielen, Feinzielen und Maßnahmen gehen. Fragen Sie sich, was Sie – konkret – tun müssen, um diese oder jene Säule in der Breite zu verändern.*

176 Bei Bedarf finden Sie eine blanko → **Kopiervorlage** z. B. bei Hanstein, 2017, S. 142.

177 Vgl. im Theorieteil Kap. „**Gesprächs- und Prozess-Struktur**“.

Lebenshaus u. Säulen - Tragfähigkeit



- Ressourcen / somatische
Marken im Ist-Zustand
 (Stamm):

...
 ...
 ...

- in der Visionarbeit:

...
 ...
 ...

- Maßnahmen zur Ziel-
erreichung (rot):

01/18 → 01/18
 01/19 → 01/19
 01/20 → 01/20
 01/21 → 01/21
 01/22 → 01/22

...
 ...
 ...