

Das Beziehungskontomodell

Du hast von dem Beziehungskontomodell gehört, findest es interessant und würdest es gerne in deinem Team vorstellen?

Hier findest du eine kleine Anleitung, welche Schritte dabei wichtig sind und was sich als nützlich erwiesen hat.

Im Vorfeld

Ein Schlüssel, um Motivation in anderen zu wecken ist die eigene Begeisterung zu teilen und ein klares „Warum“ zu haben.

Beantworte daher im Vorfeld für dich folgende Fragen:

- Was an dem Modell begeistert dich?
- Was ist der Anlass, um das Modell jetzt einführen und ausprobieren zu wollen?
- Warum glaubst du ist es hilfreich, dass dein Team das Modell kennt? Was ist der Mehrwert?

Der Einstieg

Wenn du für dich klare Antworten auf diesen Fragen gefunden hast: Teile deine Erkenntnisse mit dem Team und nutze diese als persönlichen Einstieg.

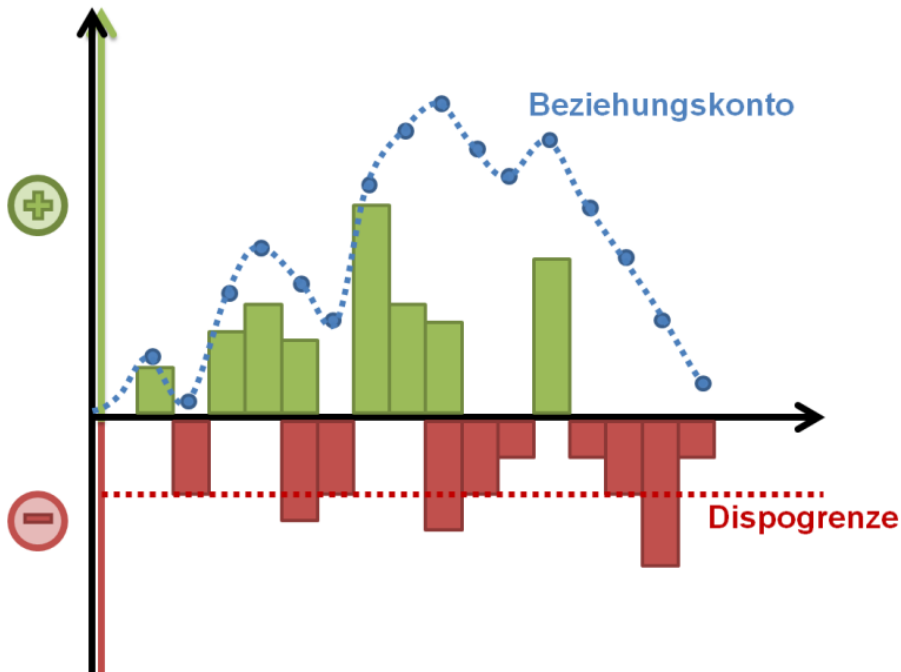
Die Haltung

“Nicht alles was wir ausprobieren, funktioniert. Aber alles, was funktioniert, wurde ausprobiert.” (Osmetz + Kaduk, Musterbrecher)

Lade dein Team ein, eine neugierige und offene Experimentierhaltung einzunehmen. Es gilt einen Versuch zu starten, an dessen Ende auf jeden Fall ein Wissenszuwachs steht. Wenn es im Team keine Sicherheitsbedenken gibt, könnt ihr loslegen.



Das Modell vorstellen



Die wichtigsten Eckpunkte des Beziehungskontomodells:

- Es ist eine Analogie von subjektiv wahrgenommener Beziehungsbalance zu Geldkonten
- Es gibt Einzahlungen und Abbuchungen, beides ist normal und gehört dazu
- Jeder Mensch hat eine eigene „Währung“ – also eine eigene Vorstellung davon, was Einzahlungen und Abbuchungen für ihn oder sie sind.
- Wichtig ist, dass ein Beziehungskonto im Plus ist – dann teilen, helfen und kooperieren wir gerne
- Wenn das Beziehungskonto dauerhaft im roten Bereich ist, werden wir empfindlich bei kleinen Dingen und können sogar ultimativ Beziehungen abbrechen

Um einen tieferen Einblick in das Modell zu bekommen, empfehlen wir den Artikel auf unserer Homepage

(<https://www.roots.de/pinboard/wie-ist-eigentlich-dein-kontostand-das-beziehungskonto-als-metapher>)

Unsere Empfehlung: Nutze eine Skizze, um das Modell zu verdeutlichen- du kannst gerne unsere Grafik verwenden.



Resonanz und Testlauf im Team

1. Sammelt nach der Vorstellung im Team erste Eindrücke, Fragen und Gedanken.
2. Tragt im Plenum oder per Chat zusammen: Was sind Einzählungen für euch? Es ist oft schon erhellend, nur über diese Seite des Modells zu sprechen
3. Wenn es stimmig ist, könnt ihr auch über Abbuchungen sprechen. Nutzt dafür eher einen geschützten Rahmen in Form bilateraler Gespräche - das geht auch wunderbar online in Breakout-Sessions. Hilfreich dabei sind klare Regeln wie:
 - Austausch zu zweit
 - Gesprächsfokus: Wie ist der Kontostand? Was sind persönliche Währungen in der Zusammenarbeit?
 - 5-10 Minuten pro Tandem
 - x Wechsel. Ihr könnt z.B. drei Durchgänge machen oder mit etwas kürzerer Zeit einmal das ganze Team durchtauschen

Fangt danach Resonanz ein und überlegt, wie es für euch damit weitergeht. Einige Teams nutzen es als regelmäßige Intervention, um Beziehungen zu stärken, andere Teams nutzen es punktuell bei Bedarf.

Unsere Empfehlung: Vereinbart einen Testzeitraum und plant einen Evaluationstermin, um die Erfahrungen wieder miteinander auszuwerten.

Viel Freude beim Ausprobieren!

roots - die Kooperationsgestalter