

Zusammenfassung der Übung „Inneres Team“

(siehe: Die 3 Farben der Gemeinschaft, Seiten 121-135)

Wenn es Ihnen darum geht, geistlich zu wachsen – und insbesondere, sich der Realität von Sünde zu stellen –, dann ist es wichtig, die verschiedenen inneren Stimmen, die es in Ihnen gibt, ausfindig zu machen, ihr Wesen zu verstehen und mit ihnen umzugehen zu lernen. .

Erste Phase: Unsere inneren Stimmen ausfindig machen

In der ersten Phase geht es darum, ein Verständnis dafür zu entwickeln, dass verschiedene innere Stimmen in Ihnen streiten, ohne dass Sie die einzelnen Stimmen auch nur irgendwie bewerten.

1. Definieren Sie die Situation, mit der Sie sich beschäftigen möchten

Da Sie in unterschiedlichen Situationen unterschiedliche innere Stimmen ausfindig machen können, ist es wichtig, exakt die Situation zu definieren, mit der Sie sich beschäftigen möchten (z.B. *Wenn Sie sich mit Ihrer höchsten Energie beschäftigen, welche inneren Stimmen kommen Ihnen dann in den Sinn?*).

2. Identifizieren Sie Ihre Teammitglieder und deren Botschaften

Schreiben Sie die Namen und typischen Botschaften jedes Teammitglieds auf (siehe Arbeitsblatt 1).

3. Bringen Sie die Teammitglieder zum Reden

Schlüpfen Sie nacheinander in die Haut jedes einzelnen Teammitglieds. Versuchen Sie, ihre Interessen und Anliegen aus dieser Perspektive zu betrachten (z.B. *Bisweilen könnte ich dem Teammitglied, das sich „Der Bibel-Mann“ nennt, an die Gurgel gehen*).

Zweite Phase: Die inneren Stimmen verstehen

In der zweiten Phase geht es darum, ein tieferes Verständnis für das Wesen jeder einzelnen inneren Stimme zu gewinnen, die Sie in der ersten Phase ausfindig gemacht haben..

1. Teilen Sie die Teammitglieder in zwei Gruppen auf

Beginnen Sie den Prozess, indem Sie jedem Teammitglied ein Schild zuweisen, das angibt, ob dieses Mitglied dem Weg der Isolation (Sünde) oder dem Weg der Gemeinschaft (Gemeinschaftsmerkmal) folgt. Beispiel: *Die Stimme, die ich „Fanatiker“ nannte, erhält das Schild „Stolz“; die Stimme, die ich „Coach“ nannte, das Schild „Bevollmächtigung“*. Siehe Arbeitsblatt 2.

2. Bemühen Sie sich, das Wesen jeder Stimme zu verstehen

Einige Stimmen mögen die Positionen zu Wort bringen, die Sie öffentlich vertreten; andere mögen das genaue Gegenteil zum Ausdruck bringen. Einige mögen laut sein, andere nur ganz leise. Einige mögen von Ihren Hormonen gespeist werden, andere von philosophischen Gedanken. Einige mögen ausgesprochen geistliche Positionen vertreten, andere deutlich nichtchristliche Ansichten. Einige Stimmen mögen Ihnen willkommen sein, andere dagegen gar nicht.

3. Machen Sie die tieferen Interessen hinter jeder Stimme ausfindig

Versuchen Sie nun, hinter jede der geäußerten Botschaften zu schauen. Was ist das tiefste Anliegen bzw. Interesse? Es kann sein, dass die Botschaft, die Sie einer bestimmten Stimme zugeordnet haben, ausgesprochen fragwürdig erscheint. Dennoch könnte sich dahinter ein gerechtfertigtes Anliegen verbergen (z.B.: *das gerechtfertigte Anliegen der Stimme, die ich „Anti-Guru“ genannt habe, ist ihre Kritik an „Guru-Leiterschaft“*).

Dritte Phase: Ein Inneres Team bilden

In der dritten Phase verschiebt sich Ihre Aufmerksamkeit von den einzelnen Teammitgliedern auf das Funktionieren des Teams als Ganzes. In dieser Phase kommt dem Teamleiter eine Schlüsselrolle zu.

1. Bestimmen Sie zwei Sprecher

Konzentrieren Sie sich auf das wichtigste Teammitglied jeder der beiden Seiten, die sie in den vorangegangenen Schritten ausfindig gemacht haben. Machen Sie diese Teammitglieder zu Sprechern für alle Stimmen der jeweiligen Seite.

2. Moderieren Sie eine Diskussion zwischen den beiden Sprechern

Jetzt ist es die Aufgabe des Teamleiters, eine Diskussion zwischen den beiden Sprechern zu moderieren. Es kann hilfreich sein, sich buchstäblich auf die verschiedenen Stühle jeder „Person“ zu setzen, wenn Sie in deren Rolle schlüpfen.

3. Treffen Sie eine integrierte Entscheidung

Verabschieden Sie einen konkreten Aktionsplan, von dem die Gemeinschaft profitieren wird. In diesem Prozess ist es wichtig, dass Sie nicht über ein abstraktes Ideal nachdenken, sondern sich bemühen, den tiefsten Anliegen von möglichst vielen Teammitgliedern gerecht zu werden.

Arbeitsblatt 1: Mein Inneres Team

(siehe: *Die 3 Farben der Gemeinschaft*, Seiten 121–135)

Dieses Arbeitsblatt kann in der zweiten Phase (Schritt 1) der Übung „Mein Inneres Team“ eingesetzt werden.



