

Okun, Franziska

**Wie geeignet ist der Begriff Engelskreis, einen gelungenen Lernprozess
im Training zu beschreiben?**

eingereicht als

Abschlussarbeit im postgradualen Zertifikatsstudiengang
„Training für Kommunikation und Lernen in Gruppen“

an der

HOCHSCHULE MITTWEIDA (FH)

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Fakultät Soziale Arbeit

in Kooperation mit dem Psychologischen Zentrum GbR

Roßwein, 2011

Erstprüfer: Prof. Dr. Stefan Busse

Zweitprüfer: Dr. Traudl Alberg

vorgelegte Arbeit wurde verteidigt am

Inhalt:

- 1. Einleitung**
- 2. Engelskreis – Eine allgemeine begriffliche Klärung**
- 3. Die Verwendung des Engelskreis-Begriffes – Eine Bestandsaufnahme**
 - 3.1 Kybernetik – Die Entdeckung der Zirkularität**
 - 3.1.1 Der Engelskreis als selbstregulierendes System***
 - 3.2 Psychologie**
 - 3.2.1 Entwicklungspsychologie***
 - 3.2.2 Familienpsychologie***
 - 3.2.2.1 Paar-Beratung***
 - 3.2.3 Selbstwirksamkeitserwartung***
 - 3.2.3.1 Der „high performance cycle“***
 - 3.2.4 Kommunikationspsychologie***
 - 3.2.4.1 Paul Watzlawick***
 - 3.2.4.2 Friedeman Schulz von Thun***
 - 3.2.5 Lerntheorie***
 - 3.2.5.1 Der Erfahrungsbasierte Lernzyklus***
- 4. Ergebnis der Bestandsaufnahme**
- 5. Die Darstellung des Engelskreises bei DE VACTO**
- 6. Vergleich und Einordnung**
- 7. Fazit**

Literaturverzeichnis

1. Einleitung

Die wesentliche Grundanforderung für Trainer ist es, einen Lern-Prozess auf hohem Niveau zwischen Trainer und Teilnehmern zu gestalten. Erst in einem solchen gelungenen Prozess realisiert sich die Qualität eines Trainings und die Nachhaltigkeit seiner Ergebnisse. Der Prozess bestimmt, wie intensiv, wie emotional, wie nah an der eigenen Wirklichkeit die Teilnehmer lernen, wie sehr sie ihren Erwachsenenstatus einbringen können und sich gleichzeitig durch das Training führen lassen ohne Freiheitsverlust zu empfinden.

Gelingt dieser Prozess, haben sich für die Teilnehmer im Ergebnis des Trainings neue Blicke aufgetan und neue Handlungsoptionen ergeben. Ihre Wahrnehmungsfähigkeit und Reflexivität hat sich deutlich erweitert. Sie sind imstande, Probleme ihres Handelns genauer zu definieren sowie zunehmend selbständig die passenden „Werkzeuge“ zur Lösung dieser Probleme zu identifizieren und erfolgreich zu praktizieren.

Die Führungs- und Veränderungsakademie DE VACTO bietet seit sechs Jahren Kommunikations- und Führungs-Trainings in der Wirtschaft an und hat in dieser Zeit eine hohe Qualität im Trainingsprozess entwickelt. Um diesen Standard zu halten und weiter auszubauen, findet neben der Ausbildung der Trainer am Psychologischen Zentrum eine regelmäßige interne Weiterbildung statt. Damit dafür der Trainingsprozess eine Struktur bekommt, aus der sich auch Regeln ableiten lassen und er in der Folge von den Trainern bewusst gesteuert werden kann, wird bei DE VACTO auf der Suche nach einer sinnvollen Bezeichnung und Abbildung für die praktizierte Prozessqualität bisher naiv der Begriff Engelskreis benutzt.

Nun ist dieser Begriff von DE VACTO nicht neu erfunden worden. Er findet sich in der Kybernetik, der Gesellschafts- und Wirtschaftspolitik und einigen Gebieten der Psychologie in verschiedenen Zusammenhängen, so benutzt ihn zum Beispiel auch Friedemann Schulz von Thun.

Die vorliegende Arbeit soll die zweckmäßige Verwendung des Begriffes Engelskreis bei DE VACTO überprüfen: Ist der Engelskreis-Begriff seiner Herkunft nach geeignet für die Darstellung des gelungenen Trainingsprozesses? Welche Anregungen aus Kybernetik und Psychologie gibt es, die bisher nicht mitgedacht wurden und die helfen, vom naiven zum bewussten Gebrauch des Begriffes überzugehen? Gibt es konkurrierende Begriffe oder Modelle, die ebenso oder besser geeignet sind?

Dafür werde ich nach einer grundsätzlichen begrifflichen Klärung darstellen, auf welchen Gebieten mit dem Begriff Engelskreis gearbeitet und wie er dort charakterisiert wird. Dabei werde ich mich weniger auf naturwissenschaftliche Gebiete als vielmehr auf den Bereich der

sozialen Interaktionen konzentrieren, der für diese Arbeit relevant ist. Die angesprochenen Theorien und Konzepte aus den verschiedenen Fachrichtungen werde ich nur soweit beleuchten, wie es zur Erfassung des jeweiligen Engelskreis-Charakters nötig ist. Im Ergebnis der Bestandsaufnahme soll sich die Frage nach der einheitlichen Verwendung des Begriffes Engelskreis klären.

Anschließend folgt die Beschreibung des Engelskreises, wie er bisher bei DE VACTO dargestellt wird. Dann soll geprüft werden, ob diese Darstellung tatsächlich ihren Zweck erfüllt und modellhaft einen gelungenen Trainingsprozess abbilden kann beziehungsweise welche der „etablierten“ Zyklen ähnliche Zwecke verfolgen und damit für die Weiterentwicklung des Engelskreis-Modells interessant sind.

2. Engelskreis – eine allgemeine begriffliche Klärung

Will man den Begriff Engelskreis eingrenzen, muss man notwendigerweise beim Teufelskreis beginnen. Erst als dessen Gegenteil konnte der Begriff Engelskreis entstehen und erschließt sich der Sinn des Begriffes.

Der Circulus vitiosus, der Teufelskreis, ist ein altes Denkbild unserer Kultur für die zirkuläre Verknüpfung von Ursache und Wirkung. Von ihm sprechen wir, wenn mehr vom unerfreulichen Einen zu mehr vom unerfreulichen Anderen und umgekehrt führt, so dass es zu einer beidseitigen Steigerung des Negativen kommt. (Osselmann 2003)

Ganz allgemein kann also ein Teufelskreis beschrieben werden als ein System, in dem mehrere Faktoren sich gegenseitig verstärken und so seinen Zustand immer weiter verschlechtern. Oder anders gesagt, ein Prozess, dessen Ergebnis die ihm zugrunde liegenden Voraussetzungen fördert, der also selbst verstärkend ist. Bildlich gesehen eher eine Spirale als ein Kreis – und zwar eine Abwärtsspirale.

Von dieser Perspektive aus betrachtet, ist ein Engelskreis ebenfalls ein sich selbst verstärkender Prozess, nur eben in die andere Richtung: Mehr vom erfreulichen Einen führt zu mehr vom erfreulichen Anderen und umgekehrt, so dass es zu einer beidseitigen Steigerung ins Positive kommt – eine Aufwärtsspirale also.

Dies ist die nahe liegende Deutung des Begriffes Engelskreis, wenn man ihn als das Gegenteil eines Teufelskreises versteht. Dass es weitere, andere Auslegungen gibt, wird sich in der nachfolgenden Bestandsaufnahme zeigen.

3. Die Verwendung des Engelskreis-Begriffes – Eine Bestandsaufnahme

3.1 Kybernetik – die Entdeckung der Zirkularität

Die in den 1940er Jahren entstandene Kybernetik befasst sich als fachübergreifende Wissenschaft mit der Steuerung und Regelung von Maschinen, lebenden Organismen und sozialen Organisationen. Das zentrale Prinzip kybernetischen Denkens ist die Idee der Zirkularität. Ausschlaggebend war die Erkenntnis, dass viele technische und praktisch alle biologischen, sozialen und physiologischen Probleme mit Hilfe des vorherrschenden linear-kausalanalytischen Denkschemas nicht angemessen erklärt werden konnten. Die große Innovation der Zirkularität liegt darin, dass damit die Dynamik lebender Systeme berücksichtigt wird, was alle anderen vorher beschriebenen Modelle nicht konnten. (Kaufmann und Mangold 2009)

Durch abstrahierte zirkuläre Rückkopplungszusammenhänge kann die Kybernetik das Verhalten unterschiedlichster Systeme modellieren, zum Beispiel jenes eines Flugkörpers oder eines Wirtschaftsmarktes, das eines Unternehmens oder einer Gesellschaft.

Die Anwendungsgebiete der Kybernetik sind äußerst vielfältig und umfassen neben der Steuerungs- und Regelungstechnik und der Informatik auch Gebiete wie die Managementkybernetik, Systemische Therapie, Soziokybernetik, Biokybernetik und die Systemtheorie.

So wurden die Gesetze der Kybernetik von *Stafford Beer* auf die Führung und das Management von Unternehmen angewandt. Mit der daraus entstandenen Managementkybernetik wurden das erste Mal die linearen Ursache-Wirkungsbeziehungen in der Organisations- und Unternehmensführung durch zirkuläre ersetzt, um Organisationen trotz extrem hoher Komplexität, geringer Vorhersagbarkeit sich dynamisch verändernder Verhältnisse und eingeschränkter Informationslage steuerbar zu machen. Dabei ist die Managementkybernetik im Gegensatz zu linear-kausalen Management-Modellen, in denen eine Organisation nach bewusst vorgefassten Plänen gesteuert wird, prozessorientiert und geht von einer zirkulären, rückkopplungsorientierten Kommunikation zwischen den Beteiligten aus (Pruckner 2002)

Die Kybernetik unterscheidet zwischen positiven und negativen Rückkopplungseffekten. Verstärkt die Reaktion des Systems die Wirkung der sie auslösenden Information, führt dies zu einer Fehlentwicklung, die man umgangssprachlich als "Teufelskreis" bezeichnet. Von einer negativen Rückkopplung sprechen Kybernetiker dagegen, wenn sich das System stabilisiert, indem es sich diesem scheinbaren Automatismus widersetzt und nach intelligenten Lösungen innerhalb einer sich verändernden Umwelt sucht.

3.1.1 Der Engelskreis als selbstregulierendes System

Klaus Woltron, österreichischer Unternehmer, Autor und Kolumnist, nennt genau diese negative Rückkopplung einen **Engelskreis**. In seiner Kritik unseres Wirtschafts- und Gesellschaftssystems plädiert er dafür, ein Gesellschaftssystem zu entwickeln, das sich selbst beruhigt und statt quantitativem qualitatives Wachstum im Blick hat. Für ihn ist der „virtuous circle“, englischer Gegenbegriff zum „vicious circle“ (Teufelskreis) eine ebenso gefährliche Konstellation wie der klassische Teufelskreis: Eine positive Rückkopplung, die keine ständige Verschlechterung, sondern eine ebensolche Verbesserung der Bedingungen bewirke. Also ebenfalls kein Kreis, sondern eine Spirale, deren Entwicklung vom Betrachter für gut befunden wird, sich aber jederzeit in einen „vicious circle“ verwandeln könne, da alles, was eine gewisse Grenze übersteigt, sich einem Übermaß annähert, in sein Gegenteil verkehrt und vom Segen zum Fluch würde. Er verweist dabei auf die zunehmend mächtiger werdenden Nebenwirkungen des Kapitalismus und der Globalisierung, auf den geplatzten Traum vom grenzenlosen Wachstum (Woltron 2008).

Nach Woltron ist die eigentliche Alternative zur Spirale des Teufelskreises keine Spirale in die andere Richtung, sondern ein wirklicher Kreis. Den Begriff **Engelskreis** nutzt Woltron für Systeme, deren Überleben durch eingebaute Regler und Überdruckventile nachhaltig gesichert ist. Solchermaßen negativ rückgekoppelte Systeme beruhigen sich sozusagen von selbst und gehen in ein Fließgleichgewicht über (ebd.). Damit wäre hier der Engelskreis ein Synonym für die Selbstregulation von Systemen, die Homöostase bzw. im Falle sozialer Systeme die Homöodynamik.

Wahrscheinlich könnte man alles „kybernetisch“ nennen, weil die Welt durch kybernetische Phänomene funktioniert. Daher haben sicherlich alle der im Folgenden aufgeführten Beispiele Wurzeln in dieser Wissenschaft.

3.2 Psychologie

3.2.1 Entwicklungspsychologie

In der Entwicklungspsychologie findet sich der Engelskreis beim Thema Regulationsstörungen der frühen Kindheit wie Schrei-, Schlaf- und Fütterstörungen. Die Entwicklungsaufgaben der frühen Kindheit kann ein Säugling nur gemeinsam mit den Eltern im Sinne einer Co-Regulation bewältigen. Diese Co-Regulation vollzieht sich im Alltag beim Beruhigen, Schlafen legen, Füttern, Spielen usw. Voraussetzung für die gemeinsame Regulation ist ein Gelingen der vorsprachlichen (präverbalen) Kommunikation.

Auf der Seite der Eltern heißt das, dass sie das Baby mit ihren eigenen intuitiven elterlichen Kompetenzen unterstützen und kompensieren, was das Baby noch nicht alleine bewältigen kann- sowohl physisch als auch psychisch. Auf Seite des Kindes hat das die Wirkung, dass es sich als gesehen, beruhigt und angeregt erlebt sowie regulatorische Fähigkeiten und das Gefühl der Selbstwirksamkeit entwickelt. Es gibt ein positives Feedback an die Eltern.

Die gelungene Co-Regulation, die positive Gegenseitigkeit, wird hier Engelskreis genannt. Im kommunikativen Zusammenspiel werden Anpassungs- und Entwicklungsaufgaben gemeinsam bewältigt. Das Baby gibt ein positives Feedback an die Eltern, die sich dadurch in ihrer intuitiven Kompetenz bestätigt sehen.

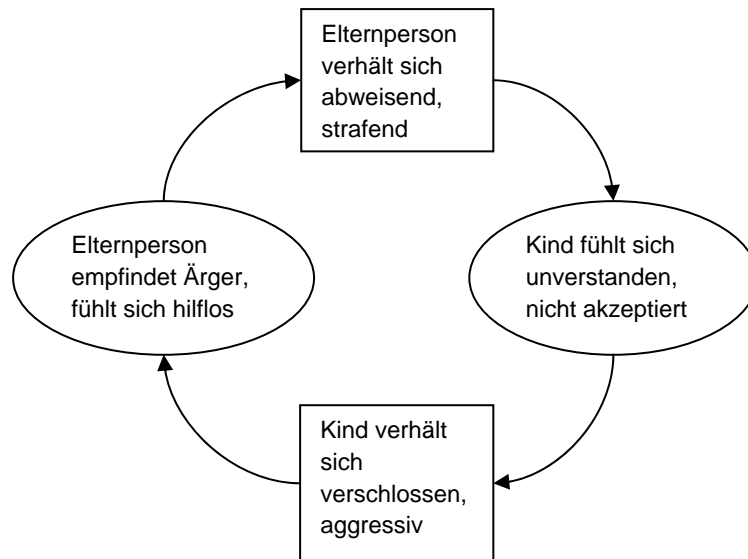
Im Gegensatz dazu steht die Dysregulation, ein Teufelskreis negativer Gegenseitigkeit. Die intuitiven elterlichen Kompetenzen sind belastet, dadurch werden die Signale des Babys nicht erkannt. Das Baby lässt sich nicht beruhigen und wendet sich ab. Die Eltern fühlen sich abgelehnt, das Vertrauen in ihre Kompetenz wird geschwächt, eine negative Erwartungshaltung entsteht, usw. Daraus können sich dann die oben genannten Regulationsstörungen beim Säugling entwickeln.



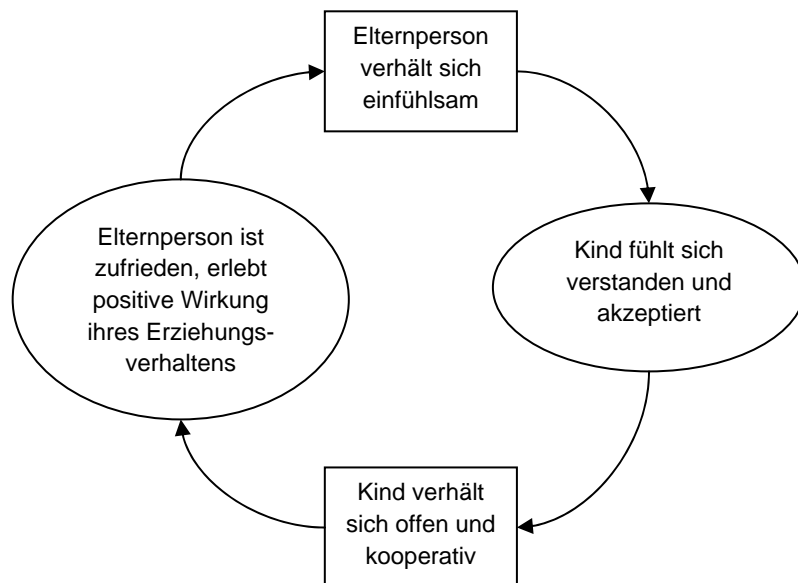
3.2.2 Familienpsychologie

In dieser relativ jungen Teildisziplin der Psychologie, die sich mit der familiären Lebenspraxis beschäftigt, wird zur Abbildung der Eltern-Kind-Interaktion ebenfalls das Teufels- und Engelskreismodell herangezogen.

Beispiel für einen Teufelskreis der Eltern-Kind-Interaktion:



Der dementsprechende Engelskreis:



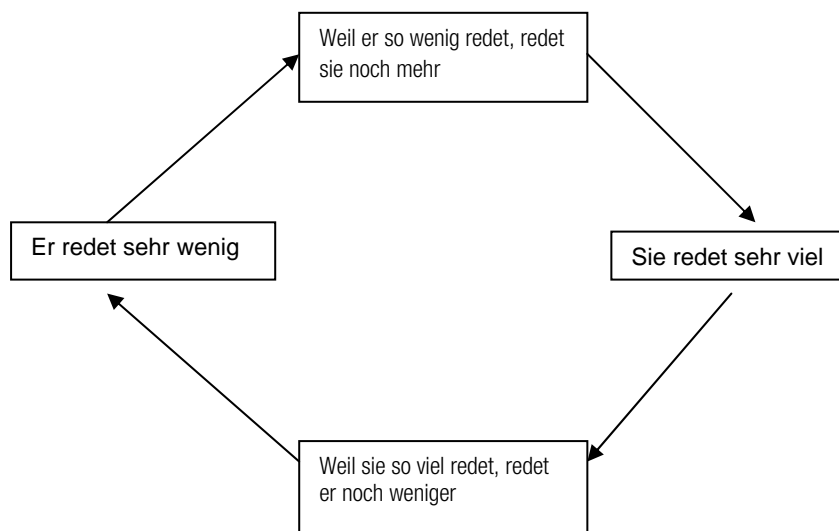
(Quelle: Schneewind, 2005)

Der Engelskreis soll positive Effekte auf die Eltern-Kind-Bindung haben und ist Inhalt entsprechender Präventionsprogramme, in denen es um die Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung geht (z. B. „Starke Eltern – Starke Kinder“).

3.2.2.1 Paar-Beratung

Auf dem Gebiet der Paar-Beratung taucht der Engelskreis als Gegenstück zum kommunikativen Teufelskreis in Partnerschaften auf. Wilberg definiert Letzteren als in Bewegung befindlichen Kreis, der sich abwärts zur Spirale ausformt. Dabei ist weder Anfang und Ursache zu erkennen, noch wichtig, wer Opfer und wer Täter ist. Beide Partner sorgen dafür, dass sich der zerstörerische Kreislauf fortsetzt und beide haben die Möglichkeit, ihn zu beenden, unabhängig vom anderen. Teufelskreise in Partnerschaften funktionieren nur, wenn beide sie aufrechterhalten (Wilberg 2010).

Ein häufiger Teufelskreis in Partnerschaften:



Die Gegenbewegung zu einem solchen Teufelskreis ist laut Wilberg der Engelskreis, der im Gegensatz zum Teufelskreis kein Selbstläufer ist und nicht automatisch zustande kommt. Ein Engelskreis der Paarbeziehung entsteht nach Wilberg erst durch Anwendung der Regel „Was du willst, das dir die anderen tun sollen, das tue du ihnen.“ Die ansteckende Kraft des Guten könne nur erlebt werden, „wo jemand damit begonnen hat, gegen den Strom des allgemein üblichen Verhaltens an zu waten.“ Einseitige beziehungsförderliche Investitionen des Partners A beeinflussen Partner B so, dass er aus der negativen Haltung allmählich herauskommt und ebenfalls beginnt, wieder in die Beziehung zu investieren, was wiederum Partner A noch zuversichtlicher stimmt und zu weiteren beziehungsförderlichen Investitionen anregt usw. (ebd.).

Auch hier charakterisiert demnach der Begriff Engelskreis eine zirkuläre Interaktion zwischen zwei Beteiligten, die sich wechselseitig positiv aufschaukeln.

3.2.3 Selbstwirksamkeitserwartung

Das Konzept der Selbstwirksamkeitserwartung (SWE) entwickelte Albert Bandura in den 1980er Jahren. SWE bezeichnet in der Psychologie die Erwartung, aufgrund eigener Kompetenzen gewünschte Handlungen erfolgreich selbst ausführen zu können. Die Selbstwirksamkeitsüberzeugung ist also der subjektive Glaube an eigene Fähigkeiten und Fertigkeiten, der aber den tatsächlichen Handlungsressourcen nicht unbedingt entsprechen muss. Die Erfolgsaussichten beim Ausführen von Handlungen sind demnach nicht nur durch die vorhandenen Kompetenzen bestimmt, sondern auch durch unsere eigene Annahme darüber, wie einflussreich und gezielt wir Ergebnisse tatsächlich selbst bewirken können (Bandura, zit. nach: Pätzold und Stein 2007).

Im Gegensatz zu einer hohen Selbstwirksamkeitserwartung, welche die erzielten Ergebnisse mit dem eigenen Handeln in Zusammenhang bringt, schreibt eine niedrige Selbstwirksamkeitserwartung diese Ergebnisse dem Zufall, äußeren Umständen oder der Einwirkung durch andere Personen zu.

Bandura nennt vier verschiedene Quellen, die die Selbstwirksamkeitserwartung einer Person beeinflussen können:

- Direkte Erfahrung: eine Situation erfolgreich meistern, „teilnehmendes Modell-Lernen“
- Indirekte Erfahrung: Beobachten einer „Modell -Person“
- Symbolische Erfahrung: soziale Unterstützung („gut zureden“) oder Überredung
- Gefühlsregung: physiologische Reaktionen (z.B Herzklopfen, Schweißausbrüche, Übelkeit)

Entscheidend für diese Arbeit ist: SWE und Handlungsergebnisse wirken oft zirkulär: Die Zuschreibung von Handlungsergebnissen an sich selbst oder an andere wirkt sich auf die zukünftige Annahme darüber aus, ob man selbst Einfluss nehmen kann oder den Ereignissen mehr oder weniger ausgeliefert ist. Eine hohe SWE führt zu hohen Ansprüchen an die eigene Person, weshalb man eher anspruchsvolle, schwierige Herausforderungen sucht. Eine gute Leistung bei diesen Herausforderungen führt dann wieder zur Bestätigung bzw. Erhöhung der eigenen SWE. Dieser Zyklus wird von Käufer und Versteegen als **Engelskreis** bezeichnet. Einen Teufelskreis nennen sie dagegen den Effekt, wenn eine niedrige SWE aufgrund der Zielauswahl, der geringen Anstrengung und Ausdauer zu

Misserfolgserlebnissen führt, die dann wiederum eine Bestätigung der eigenen Unwirksamkeit sind (Käufer und Versteegen 2010).

3.2.3.1 Der „high performance cycle“

Den zirkulären Effekt zwischen SWE und Handlungsergebnissen griffen Locke und Latham auf und überführten ihn in den so genannten „**high performance cycle**“. Dieses Model des „Hochleistungszyklus“ stellt einen Zusammenhang her zwischen der Wechselbeziehung von Arbeitsmotivation und Zufriedenheit und deren Auswirkung auf die Arbeitsleistung. Grundlage dafür ist die Zielsetzungstheorie von Locke und Latham, wonach sich der Schwierigkeitsgrad der Zielstellung über die individuelle Motivation und Zufriedenheit auf die Leistung auswirkt. Der Leistungserfolg spiegelt sich im Grad der individuellen Zufriedenheit wider. Werden besonders herausfordernde Ziele erreicht, dann ist auch die Zufriedenheit sehr hoch. Gleichzeitig verstärkt die Zufriedenheit die Motivation, auch künftig den Anforderungen und herausfordernden Aufgaben der Organisation zu genügen. (Locke und Latham 1990 zit. nach: Misteles und Kirpal 2006)

Auch dies hat den Charakter einer positiven Eskalation und damit „engelskreisartige“ Züge im Sinne der bisherigen Anwendung des Begriffes. Wobei der Name „high performance cycle“ natürlich in dem Falle zweckdienlicher ist, wenn man bedenkt, dass er vor allem in der leistungsorientierten Wirtschaft zur Anwendung kommt.

3.2.4 Kommunikationspsychologie

3.2.4.1 Paul Watzlawick

Hier soll an erster Stelle Paul Watzlawick erwähnt werden. Er spricht schon 1969 von der Kreisförmigkeit der Kommunikationsabläufe. Menschliche Systeme seien Rückkopplungskreise, da in ihnen das Verhalten jedes einzelnen Individuums das jeder anderen Person bedingt. In solchen rückgekoppelten Systemen gäbe es weder Anfang noch Ende. Und doch würde die lineare Logik immer wieder angewandt, wenn sowohl Person A als auch Person B behaupten, nur auf das Verhalten des anderen zu reagieren, ohne einzusehen, dass sie mit dieser Reaktion den anderen genauso beeinflussen wie er sie (Watzlawick et al. 1969).

Darauf bezieht sich das dritte der fünf pragmatischen Axiome von Watzlawick: „Die Natur einer Beziehung ist durch die Interpunktion der Kommunikationsabläufe seitens der Partner bedingt“ (ebd.).

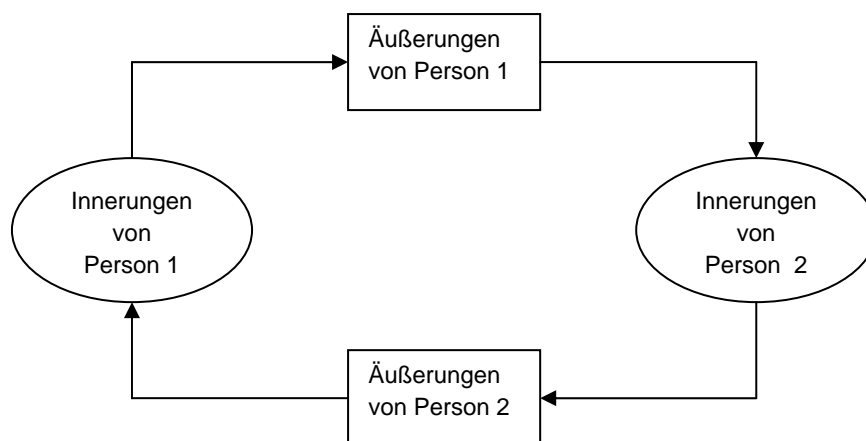
Die Beteiligten gliedern also den Kommunikationsablauf unterschiedlich und interpretieren so jeweils ihr eigenes Verhalten als Reaktion auf das des anderen, die Ursache für die eigene Reaktion wird dem anderen zugeschoben. Da aber menschliche Kommunikation nicht in Kausalketten auflösbar ist, sondern kreisförmig verläuft, sind solche Anfänge nur subjektiv gesetzte „Interpunktionen“. Das heißt im Konfliktfall, dass A und B widersprüchliche Annahmen hinsichtlich dessen haben, was Ursache und was Wirkung des Konflikts ist. Während von außen betrachtet aufgrund der Kreisförmigkeit der Interaktion kein Verhalten Ursache des anderen, sondern jedes Verhalten Ursache *und* Wirkung zugleich ist.

Laut Watzlawick liegen gestörter Kommunikation Teufelskreise zugrunde, die erst gebrochen werden können, wenn die Kommunikation der Partner selbst zum Thema ihrer Kommunikation wird, sie also metakommunizieren (ebd.).

3.2.4.2 Zwischenmenschliche Kreisläufe nach Schulz von Thun

Auch nach Schulz von Thun ist die Ursache von Kommunikationsschwierigkeiten nicht der Fehler des Einzelnen, sondern im Regelkreis des miteinander Agierens und aufeinander Reagierens zu suchen. Schulz von Thun hat ein Kreislaufschema entwickelt, das die elementare Situation der Beziehung zweier Menschen umfasst und die Wechselwirkungen zwischen ihnen abbildbar und beschreibbar macht.

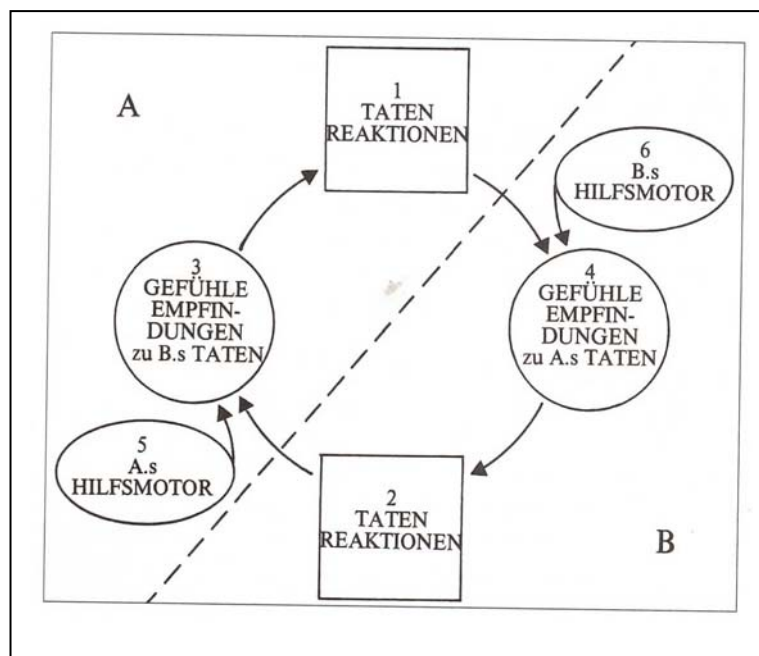
Die allgemeine Struktur eines zwischenmenschlichen Kreislaufs nach Schulz von Thun(1989):



Es werden vier Stationen unterschieden, die sich in äußerlich sichtbare und wirksame Verhaltensweisen („Äußerungen“) und innere Reaktionen darauf („Innerungen“) unterteilen. Die Einbeziehung der inneren Reaktionen in das Schema erleichtert das systemische Denken, denn die Zirkularität kennt keinen Anfang und kein Ende, sondern nur

Wechselwirkungen. Es geht also um den systemischen Aspekt zwischenmenschlicher Beziehungen (Schulz von Thun 1989).

Eine Steigerung dessen ist das ungebremste Aufschaukeln von Ursache und Wirkung bis zu deren Verschmelzung im Teufelskreis. „Es“ wird immer schlimmer, der Ton zunehmend schärfer, die Luft „dicker“. Keiner fühlt sich mehr verstanden, jeder glaubt sich angegriffen, ein Wort gibt das andere, und der eigentliche Anlass, meist eine Bagatelle, geht unter in Grobheiten und Polemiken. Der Teufelskreis ist gekennzeichnet durch die Automatik seines Ablaufes sowohl zwischen den Beteiligten als auch in der Gefühlsreaktion „innerhalb“ der Beteiligten – das macht ihn bremsresistent und beschleunigt ihn enorm (Thomann und Schulz von Thun 2009).



Allgemeines Grundschema eines Teufelskreises nach Thomann und Schulz von Thun (2009)

Nach Thomann und Schulz von Thun ist das Ziel in der Veränderung eines Teufelskreises nicht nur das Verhindern einer Eskalation zum Negativen, sondern möglichst sein Umklappen in eine positive Eskalation, den **Engelskreis**. Genauso wie es die automatische Selbstverstärkung im Teufelskreis gibt, könnten sich auch unerwartete positive Aspekte bis zu einem Engelskreis potenzieren. Gelte für den Teufelskreis das Gesetz: „Je schlechter es uns geht, desto weniger nützt etwas dagegen“, so verstärke sich im Engelskreis ein „Es geht uns besser“ zu einem „Je besser es uns geht, desto leichter stellen sich weitere positive Veränderungen ein“. Demnach dürfte für den Engelskreis dasselbe Schema wie für den Teufelskreis gelten (Thomann und Schulz von Thun 2009).

Hinweise auf die Verwandlung in einen Engelskreis sehen Thomann und Schulz von Thun in:

- der *spontanen* Veränderung zu Positiven
- der *gemeinsamen* Veränderung, das heißt der Einigung auf *eine* gemeinsame geeignete Theorie über Herkunft und Veränderung *gemeinsamer* Schwierigkeiten
- Kämpfe und Auseinandersetzungen nur noch zu wichtigen gemeinsamen Themen, nicht mehr zu Bagatellen
- als Illusionen erkannte überhöhte Ansprüche, auf Erleben der gemeinsamen Situation verlagerter Blickwinkel
- Verlassen alter Pfade und eingefahrener Geleise, spontane, überraschende Handlungen aus neuem Bewusstsein der Wahlfreiheit heraus

Eine gewisse Widersprüchlichkeit stellt sich ein, wenn zum einen von positiver Eskalation im Engelskreis gesprochen wird, zum andern aber von einem stabilen Engelskreis auf der Grundlage des Akzeptierens der eigenen Grenzen und Möglichkeiten und derjenigen des Partners. Eine stabile Eskalation ist schwer vorstellbar, es sei denn, im Sinne einer zuverlässig positiven Eskalation. Es bleibt eine gewisse Unschärfe in der Definition des Engelskreises.

3.2.5 Lerntheorie

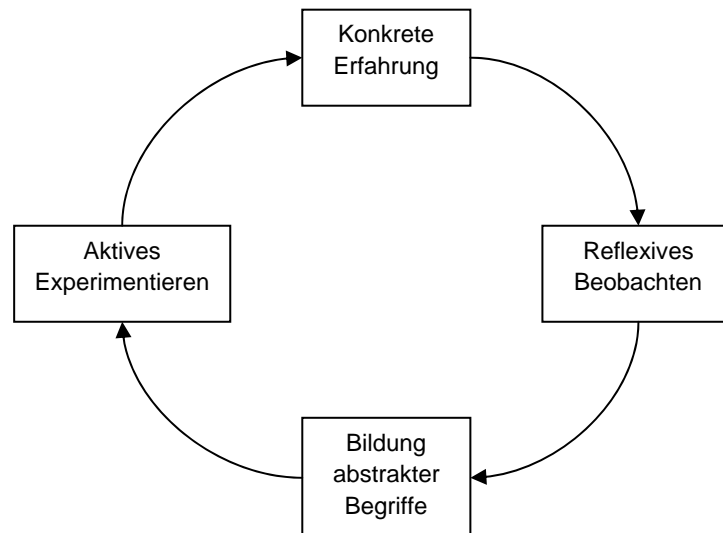
3.2.5.1 Der Erfahrungsbasierte Lernzyklus

Unbedingt erwähnenswert im Zuge dieser Bestandaufnahme ist der „Experiential Learning Cycle“ oder Erfahrungsbasierte Lernzyklus nach David Kolb. Zwar taucht in dem Zusammenhang der Begriff Engelskreis nicht auf, jedoch ähnelt dieser Zyklus in seiner Struktur einer Aufwärtsspirale den bisher beschriebenen Engelskreisen sehr und kommt zudem mit seinen Stationen dem Lernprozess während eines Trainings schon sehr nahe.

Die Idee des erfahrungsbasierten Lernens geht unter andern zurück auf den amerikanischen Philosophen und Pädagogen John Dewey, dessen zentrale Idee es war, dass Wissen im Wechselspiel von bestehenden Erfahrungen und der Konfrontation mit neuen, unbekanntem Situationen entsteht und sich so beständig weiterentwickelt. Lernen setze aktive, reflexive Auseinandersetzung mit konkreten Erlebnissen voraus. Kolb ist mit seinem Erfahrungsbasierten Lernzyklus der prominenteste Vertreter dieser Theorie. Der Lernende durchläuft in diesem Zyklus vier Schritte in einem spiralförmig aufsteigenden Pfad immer wieder und gewinnt in dessen Verlauf immer vielschichtigeres und abstrakteres Wissen, das

gleichzeitig in unmittelbaren praktischen Erfahrungen verankert bleibt – Lernen als Evolution von Einsichten aus aufeinander folgenden Problemlöseprozessen (Jenert 2008).

Erfahrungsbasierter Lernzyklus nach Kolb (Quelle: Jenert, 2008):



4. Ergebnis der Bestandsaufnahme

Ein grundlegendes Problem scheint mir davon auszugehen, dass der Begriff Engelskreis „abhängig“ ist von seinem Gegenpart, dem Teufelskreis. Letzterer ist als ein altes Denkbild unserer Kultur ein sehr häufig genutztes Synonym für Ausweglosigkeit, Unlösbarkeit und allerlei Notsituationen – und das schon zu Zeiten, als an Kybernetik noch nicht zu denken war. Das heißt, wenn schon der Begriff Teufelskreis recht wahllos verwendet wird, dann gilt dies für den Engelskreis offenbar genauso. Er ist eben viel mehr ein Bild, eine Metapher, deren ungefährender Sinn vielleicht eher und auf einen Blick erfassbar ist als ein „high performance cycle“, negative Rückkopplung, Co-Regulation und dergleichen und deswegen offenbar gern herangezogen wird als Titel für alle halbwegs zirkulären und sich ins Gute steigernde Prozesse.

Der Großteil der erwähnten Engelskreise bildet eine soziale Interaktion zwischen zwei Beteiligten mit der Tendenz zur Eskalation ins Positive ab. Wobei jede Aktion sowohl Ursache als auch Wirkung ist, also eine Selbstverstärkung vorliegt.

Anders verhält es sich mit dem Engelskreis als zyklischem Zusammenhang zwischen Selbstwirksamkeitserwartung und Handlungsergebnissen sowie dem „high performance cycle“. Hier geht es nicht um soziale Interaktion, sondern um den zyklischen Zusammenhang

verschiedener Zustände und daraus resultierender Aktionen innerhalb eines Individuums, jedoch ebenfalls ins Positive eskalierend. Ähnlich der erfahrungsbasierte Lernzyklus nach Kolb: Auch hier geht es weniger um die Interaktion als um das spiralförmig aufsteigende Durchlaufen verschiedener Stationen oder Modi.

Die dritte Variante der Auslegung des Begriffes ist die im Sinne der Homöostase bzw. Homöodynamik nach Woltron: Keine eskalierende Spirale, sondern ein wirklicher Kreis, der ein selbstregulierendes System abbildet, das durch negative Rückkopplungen im Gleichgewicht gehalten wird.

Es gibt demnach keine einheitliche Deutung des Engelskreis-Begriffes, vielmehr sind drei „Strömungen“ in seiner Auslegung erkennbar. Es stellt sich also im Zuge der begrifflichen Klärung die Frage, ob die DE VACTO-Darstellung einer dieser Varianten zuzuordnen ist und wenn ja, welcher.

5. Die Darstellung des Engelskreises bei DE VACTO

Wie bereits erwähnt, resultiert die Verwendung des Engelskreis-Begriffes bei DE VACTO aus der Suche nach einer sinnvollen Bezeichnung und Beschreibungsmöglichkeit für den erfolgreichen Lernprozess im Training. Dies ist zum einen wichtig für die interne Trainer-Weiterbildung, um für diesen Prozess eine Struktur und damit auch Regeln zu finden. Zum anderen besteht die Hoffnung, mittels eines so bildhaften Begriffes wie dem Engelskreis endlich auch die besondere Lernqualität des vom Sozialpsychologischen Trainings inspirierten Realfalltrainings nach außen hin beschreibbar und abgrenzbar zu machen.

Ausgangspunkt war auch bei DE VACTO der selbstverstärkend ins Negative eskalierende und keine Unterscheidung zwischen Opfer und Täter mehr kennende Teufelskreis. Und wo es Teufelskreise gibt, muss es eben auch Engelskreise geben: Auch sie eskalieren, nur nicht nach unten, sondern nach oben. Bezogen auf den Lernprozess im Training hieße das: Sie vernichten keine Energien, sondern setzen neue frei. Sie verderben nicht, sondern fördern den Spaß am Lernen. Sie kosten keine Zeit, sondern schenken Zeit. Sie bringen neue Einsichten, die wiederum den Blick für neue Optionen schärfen und alle Teilnehmer voranbringen. Das macht die Gruppe noch attraktiver, leistungsfähiger und damit ergebnisreicher – eine Aufwärtsspirale ist in Gang gesetzt.

Was heißt das nun genau? Der bei DE VACTO als Engelskreis bezeichnete Zyklus unterscheidet sich in seinem Aufbau grundlegend von dem „Klassiker“ nach Thomann und Schulz von Thun. Er ist kein Zyklus zwischen den Innerungen und Äußerungen zweier Beteiligter, sondern besteht aus drei Relationsgliedern, die jeweils einem Gruppenstatus,

einer Phase entsprechen. Diese drei Phasen werden immer wieder durchlaufen, das aber jedes Mal auf jeweils höherer Ebene, so dass sich das Bild einer Aufwärtsspirale ergibt.

Phase 1 - Die Gruppe im „In-Status“:

Ziel dieser Phase ist Offenheit der Teilnehmer und die Arbeitsfähigkeit der Gruppe. Das wird erreicht mittels der bekannten Kennenlern-Aktionen wie z.B. Partnerinterviews mit anschließendem gegenseitigen Vorstellen. Man wird warm miteinander, lässt sich ein, vertraut sich, entdeckt Gemeinsamkeiten. Gleichzeitig vollzieht sich schon hier durch gezieltes Nachfragen und Zusammenfassen seitens des Trainers eine erste Hinleitung auf das Thema, es wird Arbeitsmotivation geschürt. Wichtige Bestandteile dieser Phase sind zudem die Vorstellung des Seminarprogramms auf eine Art und Weise, die die Teilnehmer nicht als „Defizitträger“ dastehen lässt sowie das gemeinsame Festlegen der „Spielregeln“.

Der Effekt und Charakter dieser Phase ist ein Gefühl von Zugehörigkeit, das Offenheit ermöglicht und Verunsicherung minimiert. Man behandelt sich mit Respekt und Wertschätzung, auch der Trainer ist willkommen und wird respektiert. Es entsteht Energie, die Teilnehmer sind offen für Neues, arbeitsbereit, wollen „loslegen“.

Phase 2 – Die Gruppe „updaten“ oder: Den Denkraum neu einrichten:

Diese Phase lässt sich vergleichen mit der Einrichtung einer gut sortierten Werkstatt: Es sind das nötige Grundwissen und alle wichtigen Werkzeuge vorhanden und die Beleuchtung stimmt.

Analog hieße das, ein „Denkraum“ wird eingerichtet. Um im bildlichen zu bleiben: Es werden in dieser Phase neue „Brillen“ verteilt und „Scheinwerfer“ aufgebaut, die ins Licht tauchen, was vorher unsichtbar war. Stillschweigende Grundannahmen, Vorstellungen und Priorisierungen, die das Denken bisher einengten, werden hinterfragt. Neue „Denkzeuge“ werden eingeführt.

Konkret heißt das im Training, dass in dieser Phase Analogien und Begriffe eingeführt werden, die Erlebtes und Beobachtetes beschreibbar machen und einordnen lassen. Es werden Logik und Gesetzmäßigkeiten der Kommunikation sowie erste Werkzeuge zunächst theoretisch vermittelt.

Der Effekt bei den Teilnehmern ist eine neue Wahrnehmung für die Wirklichkeit. Verständnis für Neues wird gesichert und die Teilnahme an neuem Wissen ermöglicht, da jetzt mittels neuer Begriffe die Botschaften „decodiert“ werden können.

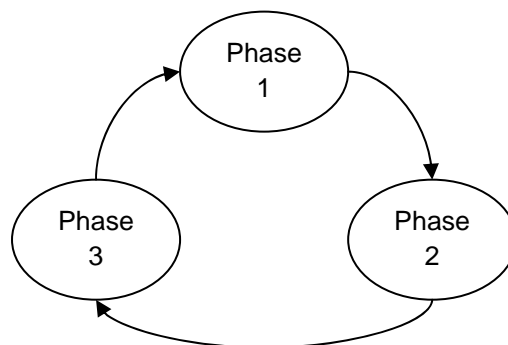
Die Teilnehmer erleben sich, überspitzt ausgedrückt, als Gruppe „Eingeweihter“. Gemeinsam neue Sichtweisen entdeckt zu haben, zusammen „up to date“ bzw. auf dem Laufenden zu sein, steigert wiederum die Bereitschaft, sich zu öffnen, sich einzubringen.

Phase 3 – Eigene Probleme lösen:

In dieser Phase arbeiten die Teilnehmer mit der neu gewonnenen Sichtweise und den zur Verfügung gestellten Werkzeugen an eigenen, real und akut anstehenden Themen. Dabei werden die Grenzen des Alten deutlich und gleichzeitig tut sich ein reiches Feld an zusätzlichen Handlungsoptionen auf.

Der Elan und die Gruppenenergie sind jetzt in die bestmögliche Richtung gelenkt. In intensiver Fallarbeit erlernen die Teilnehmer mit der engagierten Hilfe der Gruppe und in Begleitung des Trainers die ersten notwendigen Schritte. Es tun sich überraschende, einfache und leicht selbst zu praktizierende Lösungen für Probleme auf, die für den beruflichen Alltag der Teilnehmer besonders erfolgsrelevant sind. Durch die immer wieder deutlich werdende Logik in allen Fällen und die intensive Beteiligung der Gruppe an der Lösungsfindung profitieren alle Gruppenmitglieder von der Fallarbeit, die Gruppe erlebt sich als leistungsfähig und attraktiv. Was wiederum den „In“-Status befördert usw. usf.

Der Zyklusverlauf:



Keines der drei Relationsglieder ist verzichtbar: Praktizierte man nur Phase 1 und 2, entspräche das dem „klassischen“, handlungsfernes Wissen akkumulierenden Training. Ließe man Phase 1 weg, würde die Gruppe rebellieren. Trainierte man nur in Phase 1 und 3, könnte nichts Neues entstehen, die Teilnehmer blieben im Status Quo verhaftet.

Wenn man den bei DE VACTO üblichen Rahmen von drei Modulen á zwei Tage pro Kurs zugrunde legt, dann wird dieser Zyklus pro Modul einmal durchlaufen und das jedes Mal auf

immer höherer Ebene. Die Phasen verstärken einander, es findet eine positive Rückkopplung statt, eine Aufwärtsspirale entsteht.

5.1 Vergleich und Einordnung

Zu vergleichen ist diese Darstellung am ehesten mit der zweiten der drei Engelskreis-Varianten aus der Bestandsaufnahme, also dem zyklischen Zusammenhang verschiedener Zustände und Aktionen innerhalb eines Individuums, wie der Zirkel aus Selbstwirksamkeitserwartung und Handlungsergebnissen nach Bandura bzw. der „high performance cycle“ nach Locke und Latham. Auch bei DE VACTO finden sich aufeinander folgende und sich gegenseitig bedingende Phasen, deren Verlauf einer Aufwärtsspirale gleicht.

Die größten Ähnlichkeiten finden sich im Erfahrungsbasierten Lernzyklus nach Kolb, mit dessen Hilfe sich die Realfallarbeit und das Abstrahieren auf Theorien und Werkzeuge durchaus darstellen ließen. Allerdings bezieht sich dieser Zyklus auf den „puren“ Lernprozess einer Person, wie dieser Prozess in einer Trainingsgruppe in Gang gesetzt wird, damit er überhaupt anläuft und „greift“, bleibt außen vor. Es fehlt ein Pendant zum „In“-Status, um im DE VACTO-Jargon zu sprechen.

6. Fazit

Es gibt weder eine einheitliche Auffassung über den Begriff des Engelskreises in der Literatur, noch wird umgedreht der Begriff für alle „engelskreisartigen“ Prozesse auch verwandt, was zum einen die Grenze zur subjektiven Auslegung sehr durchlässig macht und zum anderen die Eingrenzung verwandter Zyklen erschwert.

Bezogen auf das Ziel der Arbeit scheint der Engelskreis-Begriff aufgrund der besagten weit auslegbaren Definition und zudem ausgestattet mit dem Vorteil großer Bildhaftigkeit nicht ungeeignet für die Darstellung des Lernprozesses im Training zu sein. Gleichzeitig ist die Frage, ob es andere und noch besser geeignete Begriffe dafür gibt, vermutlich zu bejahen. Es ist gelungen, dazu einiges an Anregungen aus relevanten Fachgebieten zusammenzutragen und eine Einordnung des DE VACTO-Engelskreises in den Kontext der Literatur zu diesem Begriff vorzunehmen.

Besonders mit Hilfe des Erfahrungsbasierten Lernzyklus nach Kolb ist es meines Erachtens möglich, den bisher bei DE VACTO beschriebenen Engelskreis noch einmal präziser auf Besonderheiten „abzuklopfen“, die speziellen Merkmale eines besonders

teilnehmerorientierten Trainings ein- und abzugrenzen. So betrifft die gängige Kritik an Kolbs zyklischem Modell vor allem die Bereitschaft zum Lernen und die Fähigkeit zur Reflexion, welche der Zyklus voraussetzt. Genau das sind die besonderen Merkmale des Sozialpsychologischen Trainings und eben auch des davon inspirierten Realfalltrainings von DE VACTO: Die Teilnehmer in eine hohe Lernbereitschaft zu versetzen und ihnen Reflexion zu ermöglichen. Hier liegt ein Ansatz zur Weiterentwicklung des Kolb'schen Zyklus im Sinne der Beschreibung eines erfolgreichen Trainingsprozesses. Welche Voraussetzungen braucht es, um einen solchen Zyklus überhaupt anzuschließen? Wie potenziert sich möglicherweise sein Effekt im voneinander lernen in der Teilnehmergruppe?

Es hat sich als schwierig herausgestellt, in der Zeit und dem begrenzten Umfang dieser Arbeit das Thema umfassend zu Ende zu denken. Es ist vergleichbar mit einer Momentaufnahme, einer Zwischenbilanz eines langwierigen Denk-Prozesses, in dem es um nicht weniger geht, als ein Modell für die besondere Lernqualität des teilnehmerorientierten Realfall-Trainings zu finden. Klar geworden ist zumindest, dass es nützlich ist, wissenschaftlich etablierte Modelle heranzuziehen, da erst in diesem Vergleich Unterschiede und Besonderheiten deutlich werden, die sonst in dem Versuch der kompletten begrifflichen Neuschöpfung untergingen.

Im Übrigen ist ein kleiner, inspirierender Nebeneffekt der Arbeit die Entdeckung der Zirkularität der Kommunikation als sehr wertvolles Bild für das sozialpsychologische Training der Gesprächsführung in jeglichem Rahmen. Es ist grundlegend für das Verständnis der partnerorientierten Gesprächsführung und sicher hilfreich, die entsprechende Haltung zu vermitteln.

Literaturverzeichnis:

Jenert, Tobias (2008): „Ganzheitliche Reflexion auf dem Weg zu Selbstorganisiertem Lernen“ In: Bildungsforschung, 2008, Jg. 5, Ausgabe 2, Schwerpunkt „Reflexives Lernen“, URL: <http://www.bildungsforschung.org/index.php/bildungsforschung/article/viewFile/76/79> (Stand: 30.04.2011)

Käufer, Dr. Katrin, Versteegen, Dr. Ursula (2008): „Selbstwirksamkeit und Burn-Out in Waldorfschulen“, URL: <http://www.adz-netzwerk.de/files/docs/Selbstwirksamkeit-Burn-Out.pdf> (Stand: 30.04.2011)

Kaufmann, Dr. Martin; Mangold, Roland (2009): „Zirkuläres Denken und Handeln“ (16.06.2009), URL: http://www.proeval.com/downloads/Zirkulaeres_Denken_und_Handeln_proEval.pdf (Stand: 30.04.2011)

Mistele, Peter, Kirpal, Simone (2006): „Mitarbeiterengagement und Zielorientierung als Erfolgsfaktoren. Ergebnisse einer empirischen Studie in Hochleistungssystemen“, Chemnitz: Forschungsstelle Organisationale Kompetenz und Strategie (FOKUS) an der Technischen Universität Chemnitz, URL: http://www.tu-chemnitz.de/wirtschaft/bwl6/publikationen/publikation_download.php?NR=173 (30.04.2011)

Osselmann, Jörn: „Zirkularität“ (2003), URL: http://www.osselmann.de/texte_zirkular.html (Stand: 30.04.2011)

Papousek, M.; Schieche, M.; Wurmser, H. (2004): „Regulationsstörungen der frühen Kindheit. Frühe Risiken und Hilfen im Entwicklungskontext der Eltern-Kind-Beziehungen“, Bern: Verlag Hans Huber

Pätzold, Günter, Stein, Bernadette (2007): „Das Konstrukt der Selbstwirksamkeit in seiner Bedeutung für selbstgesteuerte Lernprozesse“ In: bwp@, Ausgabe Nr. 13, Dezember 2007, Universität Hamburg, URL: http://www.bwpat.de/ausgabe13/paetzold_stein_bwpat13.shtml (Stand: 30.04.2011)

Pruckner, Maria (2002): „Ich wusste gar nicht, dass ich Prosa sprechen kann! Ein Essay über die Management-Kybernetik“, Ceredigion, Wales, UK: Cwavel Isaf Institute URL: http://www.kybernetik.ch/dwn/Ich_wusste_gar_nicht.pdf (Stand: 30.04.2011)

Schneewind, Klaus A. (2005): „Wie geht´s der Familie? Bestandsaufnahme und Stärkung von Familienkompetenzen“, URL: http://www.hnf.de/Veranstaltungen/Archiv_Vortragsreihen/Die_Zukunft_der_Familie/Dokumente/Vort_Paderborn_2204_05.pdf (Stand: 30.04.2011)

Schulz von Thun, Friedeman (1989): „Miteinander reden 2. Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung. Differentielle Psychologie der Kommunikation“, Hamburg: Rowohlt-Verlag

Thomann, Christoph; Schulz von Thun, Friedeman (2003): „Klärungshilfe 1. Handbuch für Therapeuten, Gesprächshelfer und Moderatoren in schwierigen Gesprächen“, Hamburg: Rowohlt-Verlag

Watzlawick, Paul; Beavin, Janet H.; Jackson, Don D. (1974): „Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien“, Bern: Verlag Hans Huber

Willberg, Hans-Arved (2010): „Vom Teufelskreis zum Engelskreis. Sozialkompetenz in der Paarbeziehung“, Karlsruhe: Institut für Seelsorgeausbildung

Woltron, Klaus (2008): „Wie man Engelskreise konstruiert“, GDI Impuls, Nr. 4 / 2008, S. 8-15