

Tetralemma

Verfasserin: Petra Kunz

Systemische Idee

Die systemische Methode des Tetralemmas dient der Entscheidungsfindung. Sie unterstützt, um über die zweiwertige Logik (entweder – oder) hinauszugehen und weitere Lösungsmöglichkeiten zu erkennen. Es handelt sich um ein Tool der systemischen Aufstellung.

Beschreibung

Ein Klient sieht in einer wichtigen Entscheidungssituation zwei Möglichkeiten und hat das Gefühl, eine davon wählen zu müssen. Es geht also um „entweder – oder“. Trotz gründlicher Abwägung der Vor- und Nachteile kommt er zu keiner Entscheidung.

Das Tetralemma erweitert diese zwei Optionen.

Das Eine

Die Möglichkeit, die bereits vorhanden ist.

Das Andere

Die zweite Möglichkeit, die vielleicht neu dazugekommen ist oder weiter weg liegt.

Beides

Eine Möglichkeit, das Eine mit dem Anderen zu verbinden. Diese Option wurde vom Klienten noch nicht wahrgenommen.

Keines von Beidem

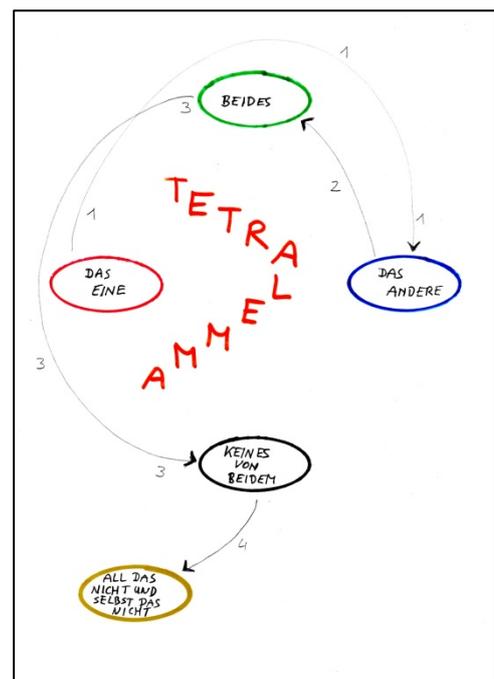
Etwas ganz Neues, ganz anderes.

All das nicht und selbst das nicht

Die 5. Option, die auch Nichtposition genannt wird, wurde der Methode des Tetralemmas erst später hinzugefügt. Mit dieser Möglichkeit verlässt man die ursprüngliche Fragestellung und begibt sich in eine davon losgelöste Außenposition.

Für die Durchführung der systemischen Aufstellung werden die beiden bekannten Optionen „Das Eine“ und „Das Andere“ als konkrete Möglichkeit auf große Moderatorenkarten geschrieben. Auf drei weitere Karten wird „Beides“, „Keines von Beidem“ und „All das nicht und selbst das nicht“ geschrieben.

Die fünf Moderatorenkarten werden im Raum aufgelegt: Die ersten vier Karten bilden ein Quadrat, wobei „Das Eine“ und „Das Andere“ einander gegenüberliegen, ebenso die Karten „Beides“ und



„Keins von Beidem“. Der Abstand zwischen den jeweils gegenüberliegenden Karten soll mindestens zwei Meter betragen. Die fünfte Karte wird etwas außerhalb des Rechtecks platziert.

Der Klient wird nun aufgefordert, sich auf die erste Moderatorenkarte zu stellen und in Ruhe nachzuspüren, wie es ihm dabei geht, wenn das die gewählte Möglichkeit wäre. Er soll dabei genau beschreiben, wie sich das für ihn anfühlt.

Der Berater oder Coach beobachtet den Klienten in dieser Zeit: Körperhaltung, Augenbewegungen, Atmung, Armbewegungen, u. s. w. Er stellt keine Fragen und kommentiert die Reaktionen des Klienten auch nicht.

Der Klient durchläuft nun alle Stationen, das Prozedere wird also noch viermal wiederholt. Er geht dabei immer außen um die Moderatorenkarten zur nächsten Station. Erst danach findet die Auswertung statt, in Form eines Gesprächs, in dem die Gefühle und daraus gewonnenen Erkenntnisse des Klienten und auch die Eindrücke des Beraters oder Coachs diskutiert werden und der Klient seine Schlussfolgerungen für seine konkrete Entscheidungssituation zieht.

Beispiel

Eine berufstätige Person kommt aufgrund eines Wechsels des Arbeitsplatzes in eine neue Stadt. Sie muss nun die Entscheidung treffen, ob sie eine Wohnung kaufen oder mieten soll. Einerseits tendiert sie zum Wohnungseigentum, andererseits ist ihr Dienstvertrag auf drei Jahre befristet, was eher für eine Miete spricht.

Das Dilemma: Entweder eine Wohnung kaufen oder eine Wohnung mieten.

Entscheidungsfindung mit Hilfe eines Tetralemmas:

Das Eine

Wohnung kaufen

Das Andere

Wohnung mieten

Beides

Der Immobilienmarkt ist gerade günstig. Die Person mietet eine Wohnung, in der sie wohnt und kauft eine Wohnung als Geldanlage, die sie behalten kann, unabhängig davon, wo sie in drei Jahren leben wird.

Keines von Beidem

Ein Kollege bekommt ein Angebot, interimistisch für ein Jahr eine Leitungsfunktion in der Tochtergesellschaft im Ausland anzunehmen und bietet ihr an, gegen Übernahme der Betriebskosten in seiner Wohnung zu wohnen.

All das nicht und selbst das nicht

Die Person erhält kurzfristig selbst ein tolles Stellenangebot in einer anderen Stadt und sucht daher keine fixe Wohnmöglichkeit.

Einsatzgebiet

Im Coaching, auch im Selbstcoaching, und in der Unternehmensberatung, wenn jemand vor einer Entscheidung mit großer Tragweite steht und der Prozess der Entscheidungsfindung zwischen den Kernalternativen „Das Eine“ und „Das Andere“ festgefahren ist.

Nutzen

Die Intervention des Tetralemmas unterstützt die Entscheidungsfindung, wenn der Klient die scheinbar einzigen Alternativen, das Eine und das Andere, ausführlich gegeneinander abgewogen hat und eine weitere Reflexion nicht mehr weiterhilft.

Mit Hilfe des Tetralemmas kann das eingefahrene Denken aufgebrochen werden. Es können Verbindungen oder Vereinbarkeiten zwischen dem Einen und dem Anderen erkannt werden, die bisher nicht denkbar waren oder übersehen wurden.

Praxistipps

Der Raum für die Aufstellung muss ausreichend groß sein, sodass zwischen den fünf Moderatorenkarten oder Stühlen ein angemessener Abstand eingehalten werden kann.

Keine Diskussionen und Bewertungen der Entscheidungsmöglichkeiten vor oder während der Aufstellung. Der Klient soll völlig unbeeinflusst und offen mit dem Tetralemma beginnen.

Für die Aufstellung ohne Auswertung soll ein Zeitrahmen von 10 bis 15 Minuten vorgesehen werden.

Ressourcen

Ein ausreichend großer und ruhiger Raum für die Aufstellung.

5 große Moderatorenkarten, sodass man darauf stehen kann, und Marker oder 5 Stühle.

Ursprung

Das Tetralemma ist ein Begriff aus der traditionellen indischen Logik und wurde zur Entscheidungsfindung in Gerichtsverfahren verwendet. Die Psychologin Insa Sparrer und der Philosoph und Logiker Matthias Varga von Kibéd entwickelten daraus das Tetralemma als eine Form der systemischen Strukturaufstellung.

Schlüsselwörter

Systemische Aufstellung

Coaching, Selbstcoaching

Intervention zur Entscheidungsfindung

Literaturhinweise

Fritzsche, Dorothe (2012). Das Tetralemma. Ein Coaching-Tool für die Entscheidungsfindung. In: Coaching-Magazin, Ausgabe 3/2012. <https://www.coaching-magazin.de/coaching-tools/tools/das-tetralemma>.

Kleve, Heiko (2020). Tetralemma. In: Lexikon des systemischen Arbeitens. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.

Varga von Kibéd, Matthias & **Sparrer**, Insa (2011). Ganz im Gegenteil: Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellung – für Querdenker und solche, die es werden wollen. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.