

Erhvervsøkonomisk efteruddannelse

STRUKTOGRAMM-træning *– en effektiv genvej til udvikling af personlige ressourcer*

Af Bent Gjedsted

Resumé

I mange år har det været psykologer indenfor adfærdspsykologien, samt sociologer, der har leveret de teoridannelser, der har været basis for udvikling og træning af enkeltindivider og for dannelse af organisationer i såvel i den private som den offentlige sektor.

I de seneste år er der sket en ændring på dette område, idet både humanistiske psykologer og biologer ud fra hver sin forklaringsmetode, har leveret bidrag til en fornyet forståelse for mennesket og dets handlinger.

Senest har f.eks. Transaktionsanalysen med dens 3-delte personlighedsmodel trukket linjer til både Freud og til den nyeste hjerneforskning og dens teorier om dels »The split brain man« og »The triune brain man«.

På grundlag af denne teoridannelse vil FDC i samarbejde med BG Træning & Uddannelse ved civiløkonom, chefkonsulent Bent Gjedsted tilbyde sine medlemmer et nyt spændende udviklingskursus under titlen: »Retten til at være sig selv«.

I det følgende vil Bent Gjedsted beskrive kurset og dets baggrund, samt det instrument, der er et grundlag for udviklingsprocessen på kurset, det såkaldte »Struktogramm«, der på en enkel og neutral måde giver den enkelte deltager et dybt kendskab til sig selv.

Om at udnytte sin hjerne

Det påstås ofte, at det moderne menneske ikke udnytter sin potentielle hjernekapacitet – ja, at denne kun i virkeligheden udnyttes i ringe grad.

Når dette kan være rigtigt, så må det skyldes, at vi ikke endnu har forstået, hvad det er for en kapacitet vi besidder.

Måske skyldes den manglende forståelse den omstændighed, at mennesker i vores kulturkreds simpelthen får indskærpet, hvad de er – og i mindre udstrækning selv søger at udforske, hvad de selv er.

For eksempel beskriver adfærdspsykologien mennesket ud fra dets handlinger – og går i nogen grad så langt som at påstå, at mennesket er et produkt af sine omgivelser, mens den humanistiske psykologi på sin side hævder, at mennesket er et enestående, selvstændigt individ, der rummer rige muligheder for udfoldelse.

Hvis man filosoferer lidt over disse hinanden modsatte opfattelser af, hvad et menneske er, så forstår man nok i nogen grad, hvorfor det er svært for den enkelte at udnytte sin hjernes muligheder.

Den første opfattelse af mennesker falder i fin jord hos de, der på en eller anden måde besidder magten til at bestemme, hvordan mennesker skal leve deres liv, f.eks. kirken, staten, skolen, arbejdspladsen og forældrene med for den sags skyld.

Og da sandheden, hvis man skal betjene sig af den, nok ligger et sted mellem de to yderopfattelser – så vil det være muligt at forme både små børn og voksne mennesker i et eller andet »billede«, hvorved profetien om, at mennesket er et produkt af sine omgivelser går i opfyldelse.

Den anden del af »sandheden«, at mennesket er et enestående, selvstændigt individ med rige muligheder bliver under disse forhold sat i skyggen – og de enkelte får måske endda den opfattelse, at det er lidt, for ikke at sige meget syndigt at lytte til signalerne inden i sig, endsige nyttiggøre dem i det daglige liv. I virkeligheden har vi at gøre med en yderst vigtig dualisme, der optræder i mange forklædninger, hvoraf nogle af de mest betydningsfulde er: socialisme-liberalisme, autokrati – demokrati, Teori X – Teori Y, o.s.v. – hele tiden med logik og rationalitet på den ene side og kreativitet og intuition på den anden. Sætter vi disse tanker i forbindelse med spørgsmålet om at udnytte sin hjerneka-

pacitet, så må vi først afklare, hvilken rolle, vi skal beslutte, at hjernen har i det samlede billede af, hvad et menneske er.

For adfærdspsykologen er hjernen et opbevarings og styringscenter i lighed med en computer, hvor de oplevede sanseindtryk opbevares og reproduceres, når der er behov for dem.

Biologerne og de humanistiske psykologer går på den anden side ud fra, at hjernen er et dynamisk kraftcenter, hvorfra selve impulsen til den enkeltes personlighed og livsmåde udspringer. Fra denne opfattelse udspringer så tanken om, at et menneske er som sin hjerne, en kombination af noget, der fra fødslen er indprogrammeret og noget som den pågældende hjerne har modtaget og indpræget sig på sin helt individuelle måde.

Verden er, som du ser den

Den amerikanske psykolog og filosof William James citeres for følgende udtalelse: »Den mest afgørende opdagelse i dette århundrede er, at vi kan forandre vort liv, blot ved at ændre den måde, vi betragter det på«.

Vi kender denne påstand så godt i virkeligheden – fra vore forældre, måske, der sagde, når vi tog os noget nær, som de syntes vi burde se anderledes på: »Ja, min ven, verden er, som du ser den«, eller »Du kan, hvad du vil«. Når man beskæftiger sig med udvikling og træning af mennesker forekommer disse enkle sætninger at rumme stor dynamik. Man kan ved at se tilbage på træningsforløb gennem årene se, hvordan nogle deltagere afgørende skilte sig ud ved evnen til at ville forandres, mens andre, der ikke ønskede forandring heller ikke fik den, til trods for at de deltog på det samme kursus.

Når organisationsudviklingsprojekter ikke fik det ønskede udfald, så var det nok ikke så meget programvalget, der var noget i vejen med, som dette enkle, at organisationen i virkeligheden ikke ønskede at ændre sig.

Hvem er du, og hvad ønsker du?

Det spørgsmål, der nu melder sig er, hvordan vi kan udnytte denne viden i praksis. Og her tager jeg mit udgangspunkt i den nye viden om

den menneskelige hjerne og de muligheder, der her byder sig for at finde frem til den enkeltes personlige kapacitet.

Hjernens opbygning

Den amerikanske biolog og hjerneforsker Paul McLean fra Bethesda Mental Health Institute har fremsat en spændende teori kaldet »The Triune Man«: Mennesket har ikke kun en hjerne, men hele tre, der fungerer synkront, men på hver sin måde. I et populært sprog kalder han de tre hjerner for: 1: Stamhjernen, der er den ældste af de tre hjerner, 2: Mellemhjernen, der er placeret over 1 og som udviklingsmæssigt er yngre end 1 – og så endelige 3: Storhjernen, der er det store hjerne område, der er placeret øverst i kraniet, og som udviklingsmæssigt er yngst.

Hjernedelens funktioner

1: Stamhjernen (den gamle hjerne)

I denne hjernedel styres alle de grundlæggende funktioner som tjener til opretholdelse af livet. En tilsvarende hjerne findes hos alle levende væsener. Det skyldes denne hjernedels indprogrammering, at vi overhovedet opfører os som mennesker og f.eks. går opret.

2: Mellemhjernen (Det limbiske system)

I denne hjernedel sidder bl.a. vores evne til at vurdere om noget er godt eller ikke godt for os. Den styrer vor sociale adfærd – og hermed det, vi kunne kalde personligheden.

3: Storhjernen (Neo-Cortex)

Storhjernen er den sidst udviklede del af menneskets hjerne. Der er her, menneskets bevidsthed om sig selv og sine muligheder sidder. Det er også fra vor viden om storhjernen, at teorien om »The Split Brain Man« kommer, idet det er påvist, at denne hjerne faktisk består af to halvdele, der igen fungerer på hver sin måde, den venstre del som sædet for logik og rationalitet og den højre side sædet for kreativitet og intuition.

(Der er på det seneste fremsat den teori, at tve-delingen af hjernekomplekserne er total, og også kan spores i mellemhjerne og stamhjerne).

3-delingen i relation til T.A.

Allerede Sigmund Freud opererede med en tredelt personlighedsmodel: Superego, Ego og Id – og den amerikanske psykolog Eric Berne er blevet verdensberømt på en tredelingsmodel, Transaktions-analyse modellen: FORÆLDRE, VOKSEN, BARN, der har gået sin sejrsgang over hele verden, bl.a. også her i landet.

Sammenhængen mellem Paul McLeans »Triune Man« og Freud og Berne er åbenbar – og mens vi i T.A. har fået et meget effektivt træningsværktøj til forståelse af relationerne mellem mennesker og i nogen grad også fået mulighed for at lade det enkelte menneske vurdere sin egen personligheds funktion i T.A.-Mønstret, så har vi indtil nu manglet et instrument, der præcist, neutralt og pædagogisk forsvarligt kunne give information til den enkelte, så han/hun på grundlag af selvforståelse og selvaccept kunne etablere sig i et livsmønster, der var den enkeltes eget helt private.

Instrumentet hedder »STRUKTOGRAMM«

Et sådant instrument er udarbejdet af den tyske antropolog og virksomhedskonsulent Rolf W. Schirm. Han har på basis af Paul McLeans »Triune Man« og et velkendt analyseredskab – »The Chicago Scale«, udarbejdet en analyse, der viser den enkelte, hvorledes hjernedelene er i indbyrdes korrespondance og derfor angiver om han/hun i overvejende grad er styret af den første, anden eller tredje af sine hjernekomponenter.

Udgangspunkt for udvikling og træning

Udgangspunktet for at ville lave en sådan analyse er, at ethvert menneske vil fungere bedre, hvis det fungerer i overensstemmelse med sin egen natur, sine indbyggede forudsætninger – og er »sig selv« – i modsætning til en »livsrolle«, der mere eller mere er blevet en påduttet af omgivelserne.

For mange mennesker er det svært at være »sig selv«. Deres opdragelse kan have ført dem i andre retninger, som var ønsket af forældre

eller skole. Tilpasninger til familie, partner eller arbejdsplads kan med tiden have påvirket den enkelte så meget, at han/hun helt har opgivet at være »sig selv«. Til gengæld er de blevet et spejlbillede af det, man venter af dem. Den utilfredshed, det har medført, fornemmer den enkelte vel ikke umiddelbart, men mon det dog ikke alligevel fornemmes som om livet er en skjorte, der ikke rigtigt passer.

STRUKTOGRAMMET bestemmer enkelt og præcist, hvilke forudsætninger hvert enkelt menneske har indbygget i sig – og giver hermed den enkelte, der jo hele tiden har vidst dette – og i hvertfald indser det, når STRUKTOGRAMMET er udarbejdet og forklaret, retten til at være sig selv tilbage.

Retten til at være sig selv

Når man kender sit STRUKTOGRAMM, ved man meget præcist, i hvilke retninger man bør arbejde, for at udvikle sig selv – og dermed få mest ud af sit liv og arbejde. Man vil også vide, i hvilke retninger, man ikke kan forvente at opnå store resultater – og så helt enkelt spare sin energi her for at sætte den ind på sine muligheder. STRUKTOGRAMMET vil også angive, på hvilke områder, man har brug for andre mennesker, og på hvilke måder man ønsker kontakt til andre. På denne måde bliver STRUKTOGRAMMET også et værdifuldt redskab til forståelse af andre, f.eks. medarbejdere, partner og børn etc.

Analysen er ikke vurderende og dømmende, men neutral

En STRUKTOGRAMM analyse er helt neutral – ingen kan have et dårligt STRUKTOGRAMM, enhver er på sin egen personlige måde med de muligheder det indebærer. Man kan derfor ikke bruge STRUKTOGRAMMET til at »slå nogen oven i hovedet« med, ligesålidt som det at være afvigende på nogen som helst anden måde bør bruges som middel til at sige noget negativt om et menneske.

Anvendelsen af STRUKTOGRAMMET

På FDC-kurset »Retten til at være sig selv« anvendes STRUKTOGRAMMET i en personlig udviklingsproces, men hos BG Træning & Uddannelse anvendes det både i programmer om ledelse, samarbejde, personlig planlægning, samt til udvikling af grupper. BG har eneret på at anvende STRUKTOGRAMMET i Danmark.

Rolf W. Schirm, der har udviklet instrumentet, har siden midten af halvfjerdserne anvendt det på mange tusinde personer, alene afprøveningen involverede 6000 studerende, og det har været anvendt af VW-Werken i mange lande. Hos BG har omkring 200 kursusdeltagere arbejdet med STRUKTOGRAMMET. Vores erfaring siger, at kendskabet til sit STRUKTOGRAMM skaber større sikkerhed og selvtillid.

FDC-kurset tilbyder dig nye muligheder

Formålet med FDC-kurset er at give deltagerne mulighed for at identificere og gøre sig fortrolige med deres egen personlige stil, for gennem øget selvrespekt at få større personlig gennemslagskraft.

Kurset henvender sig til mennesker, der har virkelig mod på at arbejde med egen udvikling, og som er parate til sammen med likesindede at gøre en virkelig indsats for at nå målet.

Deltager-tallet er begrænset til 12, for at der virkelig kan blive mulighed for at gå i dybden. Kurset varer i 3 dage og afholdes i Internat.

Forud for kurset modtager deltagerne et analyseskema der skal hjælpe deltageren med at lave et systematisk overblik over sin nuværende tilværelse. Analysen vil på kurset danne grundlag for udarbejdelsen af de forbedringer, den enkelte finder frem til. Der skal arbejdes med hele livsspektret i arbejde og privatliv, og det er indlysende, at kurset på den måde bliver meget deltagercentreret.

Noget af tiden arbejdes i intense 3-mandsgrupper, men kursusformen må ikke forveksles med tidligere tiders sensitivitetstræningskurser. 3-mandsgruppen er ikke en T-gruppe, men et værksted, hvor den enkelte skal have mulighed for at udarbejde sin egen personlige plan og kunne diskutere den med sine kolleger.

Kursets grundlag er således den enkeltes erkendelse af, hvilke muligheder han/hun besidder.

For at give deltagerne mulighed for at træne nye færdigheder indlægges nogle værktøjer til støtte for udviklingen.

Der arbejdes f.eks. med assertiveness, et amerikansk begreb, der er svært oversætteligt, men som betegner en persons evne til at kunne fastholde sine ønsker i samspil med andre mennesker.

Vi ved, hvor svært det kan være at holde fast i det man har tænkt sig, når andre, måske mere drevne taktikere begynder at modargumentere. Men for at kunne være sig selv må man lære sig en teknik, der hjælper en til at holde fast ved de krav, man ønsker at gennemføre.

At være assertive, betyder, at man fremsætter sine ønsker uden at være aggressiv.

Der arbejdes også med psykisk energi og gennemslagskraft.

Det er nogle begreber, der kan være svære at fastholde, men som alligevel spiller en afgørende rolle for at en person kan udnytte sine muligheder.

Nogle mennesker har en høj grad af psykisk energi og formår at slå igennem ved deres viljes hjælp. Andre fungerer på et lavere energiplan – og får ikke deres ting gennemført. Vi tror det er muligt at udvikle den personlige energiudfoldelse – og på kurset vil vi arbejde med det.

Til brug for den konkrete udarbejdelse af det fremtidige mønster, anvendes BG's SAM-model, der systematisk, aktivt og målrettet fører deltagerne frem til at beskrive og dermed konkretisere deres personlige handlingsplaner og mål.

Kurset: »Retten til at være sig selv« er et tilbud om personlig videreudvikling, hvilket har sin store berettigelse i en tid, hvor der hersker så megen rådvildhed og usikkerhed om, hvad fremtiden vil bringe. Vi vil påstå, at vejen til en positiv udvikling går gennem en personlig udviklingsproces – det er kun herigennem, at en virkelig seriøs fremgang kan ventes i såvel arbejds- som privatliv.