WORKBOOK · METHODEN & WERKZEUGE

SOMA-Modell

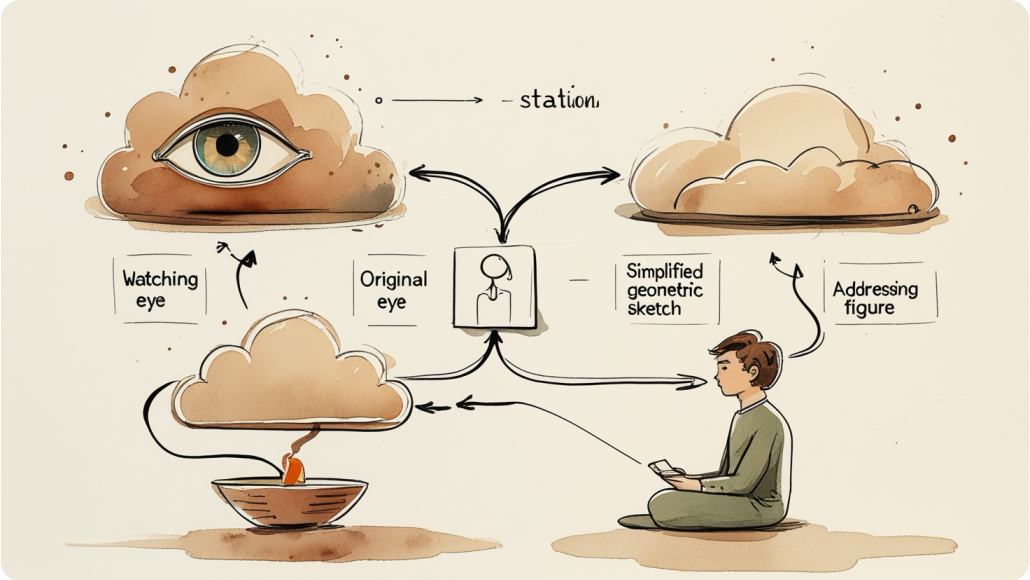
Begleitmaterial zum Buch **„Zeitlos Handeln“**

KAVANARA
CONSULTING · TECHNICALS · SOLUTIONS

Version 1.0 · 2026
© Matthias Leo Wegner · kavanara.de

SOMA-Modell

Überblick



Jede Kommunikation ist eine Übersetzung – und jede Übersetzung verändert das Original. Das SOMA-Modell macht diesen unvermeidlichen Transformationsprozess sichtbar: vom Subjekt, das etwas wahrnimmt, über das Original, das es zu erfassen versucht, zum Modell, das es daraus baut, bis zum Adressaten, der es wieder anders versteht.

Aspekt	Details
Ziel	Kommunikations- und Erkenntnisprozesse systemisch verstehen und reflektieren
Weg	Vier Stationen (Subjekt – Original – Modell – Adressat) und fünf Relationen
Alternative Methoden	Eisbergmodell, Wissen/Methoden/Systemische Fragen, Erkenntniskreis
Dauer	30–60 Minuten (Workshop)
Teilnehmer	Einzelperson oder Gruppe

Grundprinzip

Das SOMA-Modell basiert auf kybernetischem und konstruktivistischem Denken. Es beschreibt, wie Erkenntnis und Kommunikation funktionieren – nicht als einfache Übertragung von Information, sondern als mehrstufiger Konstruktionsprozess, bei dem an jeder Station Verzerrungen, Vereinfachungen und Interpretationen stattfinden.

Die vier Stationen

Station	Beschreibung	Kernfrage
S – Subjekt	Der Beobachter mit seinen Vorannahmen, Filtern, Erfahrungen	Wer beobachtet? Mit welchen Brillen?
O – Original	Die Wirklichkeit, wie sie ist (prinzipiell nicht vollständig zugänglich)	Was ist da? Was entzieht sich meiner Wahrnehmung?
M – Modell	Die Repräsentation, die das Subjekt vom Original erstellt	Was wurde ausgewählt, vereinfacht, betont?
A – Adressat	Der Empfänger, der das Modell wiederum durch eigene Filter interpretiert	Was kommt an? Was wird daraus gemacht?

Die fünf Relationen

Relation	Zwischen	Beschreibung
Wahrnehmung	S ⍰ O	Wie das Subjekt das Original erfasst (selektiv, gefiltert)
Modellierung	S → M	Wie aus Wahrnehmung ein Modell entsteht (Abstraktion, Vereinfachung)
Übertragung	M → A	Wie das Modell zum Adressaten gelangt (Medium, Kontext)
Rückkopplung	A → S	Wie die Reaktion des Adressaten auf das Subjekt zurückwirkt
Passung	M ⍰ O	Wie gut das Modell das Original abbildet (nie vollständig)

Vorteile und Grenzen

Vorteile	Grenzen
Macht Kommunikationsverzerrungen sichtbar	Erfordert abstraktes Denken
Fördert epistemische Demut	Kann als zu theoretisch empfunden werden
Hilfreich bei Konflikten und Missverständnissen	Löst keine Kommunikationsprobleme automatisch
Verbindet Erkenntnistheorie mit Praxis	Braucht gute Moderation zur Vermittlung

Vorgehensweise

Reflexion mit dem SOMA-Modell

Eine konkrete Kommunikationssituation analysieren:

1. **Subjekt klären:** Welche Vorannahmen, Erfahrungen und Filter bringe ich mit? Was beeinflusst meine Wahrnehmung?

2. **Original erkunden**: Was war tatsächlich da? Was habe ich möglicherweise nicht wahrgenommen? Was könnte ein anderer Beobachter gesehen haben?
3. **Modell untersuchen**: Welches Bild habe ich mir gemacht? Was habe ich betont, was weggelassen? Welche Metapher oder Geschichte erzähle ich mir?
4. **Adressat bedenken**: Wie hat mein Gegenüber mein Modell verstanden? Welche eigenen Filter hat der Adressat? Was ist angekommen – und was nicht?
5. **Relationen prüfen**: Wo fanden die größten Verzerrungen statt? An welcher Station ging am meisten verloren?

Im Teamkontext

Verschiedene Teammitglieder den gleichen Sachverhalt (Original) beschreiben lassen. Die entstehenden Modelle vergleichen: Was betont jeder? Was fehlt jeweils? Das macht sichtbar, wie unterschiedlich dieselbe Wirklichkeit konstruiert wird.

Übungen

Modell-Vergleich

Drei Personen beschreiben unabhängig voneinander eine gemeinsam erlebte Situation (Meeting, Projekt, Ereignis). Anschließend die drei Beschreibungen nebeneinanderlegen und entlang des SOMA-Modells analysieren: Wo liegen die Unterschiede? Was sagt das über die jeweiligen Subjekt-Filter?

Die fünfte Relation: Passung prüfen

Ein eigenes mentales Modell zu einem Thema aufschreiben. Dann gezielt drei Quellen oder Perspektiven suchen, die diesem Modell widersprechen. Reflexion: Wie verändert sich mein Modell? Was habe ich bisher systematisch ausgeblendet?

Quellen

- Stachowiak, Herbert: Allgemeine Modelltheorie, 1973
- von Glasersfeld, Ernst: Radikaler Konstruktivismus, 1995
- Watzlawick, Paul: Wie wirklich ist die Wirklichkeit?, 1976

Menschen sind zum Geliebtwerden geschaffen, nicht zum Funktionieren.
Und wenn wir Organisationen als Gewächshäuser gestalten
– Räume, die schützen, nähren, ermöglichen –
dann kann etwas wachsen, das größer ist als wir selbst.

KAVANARA
CONSULTING · TECHNICALS · SOLUTIONS

Mehr erfahren: **kavanara.de**