

Perspektivwechsel – eine andere Sicht einnehmen

Jeder Mensch ist anders.

Und jeder hat seine eigenen Fähigkeiten, aber auch Eigenheiten. Im Umgang mit unterschiedlichen Menschen gibt es solche und solche: Mit der einen „stimmt die Chemie“, und bei manch anderem tut man sich schwer. Zusammenarbeit mit Menschen heißt: auch mit Schwierigkeiten und Konflikten umgehen zu können.

Andere Menschen zu verändern ist schwierig! Jeder kann sich nur selbst verändern.

Mit einer **veränderten Sichtweise** und einem sich daraus ergebenden, veränderten Verhalten können Sie jedoch ein konfliktgeladenes Verhältnis zu einem anderen Menschen verbessern.

Wie können Sie eine feste Meinung, die Sie eingenommen haben und von der Sie fest überzeugt sind, überprüfen und vielleicht auch verändern?

Perspektivwechsel – eine andere Sichtweise einnehmen

Nehmen Sie bewusst eine neue innere Perspektive ein (man nennt das: reframing = umdeuten/umdenken):

- Benennen Sie für sich das Verhalten des (der) Anderen, welches Sie stört.
- Fragen Sie sich, was ist das Gute an diesem Verhalten des (der) Anderen?
- Welche Vorteile bringt es Ihnen und den anderen Kolleg(inn)en?
Probieren Sie z. B., das notorische Zuspätkommen einer Ehrenamtlichen positiv umzudeuten. Durch dieses Verhalten wird Ihnen ein Moment des Verschaufens geschenkt. Sie können sich auf das nächste Treffen, die bevorstehende Arbeit mit dieser Person noch einmal mental einstellen, Rückblick halten, was heute alles passiert ist, einfach den Moment genießen. Hinter diesem Prinzip steht die Einstellung, „dass das Glas halb voll ist und nicht halb leer“.

Aus dieser neuen Perspektive können Sie sehen, dass es in der Regel auch eine positive Seite bei einem vordergründig negativen Verhalten gibt. Wenn Sie versuchen, mit dieser neuen Perspektive auf den (die) Andere(n) zuzugehen, werden Sie bemerken, dass sich auch Ihr Gegenüber anders verhalten wird.

Probieren Sie es einmal aus!