# Wertschätzende Führung 2: Wertschätzende Kritik

# Coachingbrief 2-3

Liebe/r Teilnehmer/in,

die Übungen des dritten Coachingbriefes sind kurz und bauen teilweise auf vorangegangen Übungen auf, sie sind aber nicht weniger wichtig. Viel Spaß und Erfolg dabei!

Herzliche Grüße,

Gangolf Neubach

## Inhalt

Übung 1: Was ist? ..... 1
Die innere Haltung als Basis ..... 2
Übung 2: Die Werte des anderen ..... 2
Abschluss ..... 3

## Übung 1: Was ist?

Bevor Sie sich wieder in das Tun und das Anstreben von Veränderung stürzen:

Wir schauen zu oft und zu verkrampft auf das, was sein soll, und nicht auf das was ist. Noch weniger realisieren wir, was wir schon erreicht haben, wenn wir auf dem Weg sind….

Daher nehmen Sie sich bitte etwas Zeit und fragen Sie nach dem was ist. Überlegen Sie:

- Hat sich schon etwas verändert?
- Wie war die Wertschätzung bei mir vor dem Programm, wie ist sie heute?
- Hat sich in der Perspektive, die ich zu bestimmten Personen habe, etwas verändert? Wenn ja, was?
- Hat sich in der Beziehung zu bestimmten Personen etwas verändern? Wenn ja, was?
- Hat sich in mir etwas verändert? Wenn ja, was?

Feiern Sie Ihre Entwicklung! Gönnen Sie sich etwas Gutes und feiern Sie, dass Sie etwas für sich tun! Das kann ein kurzer 5 minütiger Sparziergang durch den schönen Park sein, bevor Sie den nächsten Aufgabenpunkt im Büro oder von diesem Coachingbrief übernehmen.

## Die innere Haltung als Basis

Bestimmt haben Sie festgestellt, dass sich in Ihrer Perspektive auf die entsprechende Beziehung etwas verändert hat. Dadurch verändert sich auch Ihre innere Haltung.

Das ist die Basis der ganzen Veränderung: Der Aufbau einer stabilen wertschätzenden inneren Haltung bei Ihnen. Sie erhalten einen neuen Blick auf die Seins-Ebene des anderen Menschen. Sie erkennen die stabilen Werte des anderen, anstatt nur die negativen Eigenschaften zu sehen, die sie stören.

Wichtig: Diese negativen Eigenschaften stören Sie bestimmt immer noch. Selten verschwinden sie, was auch nicht das Ziel ist. Das Ziel ist es, mit Ihrer Reaktion auf diese Wahrnehmung so umgehen zu lernen, dass Sie wertschätzend weiterhin die Beziehung gestalten können.
Genauso heißt es auch nicht, dass Sie für die Person jetzt plötzlich Sympathie entwickeln müssen (Auch wenn es passieren kann, dass Sie sie jetzt nett finden.) Es geht darum den Wert des anderen zu sehen und ihn anzunehmen.

Wenn sich nun die wertschätzende innere Haltung immer mehr stabilisiert, dann entwickelt sich auch mit der Zeit mehr Raum für wertschätzende Kritik, die zeitlich begrenzt und konkret ist.

## Übung 2: Der erweiterte Ablauf

Kommen wir zurück zu dem Prozess, um wertschätzende Kritik umzusetzen und um die wertschätzende Haltung noch weiter zu festigen. Dazu erweitern wir den Ablauf um die neuen Schritte aus dem letzten Coachingbrief.

1) Wählen Sie eine belastete Beziehung.

2) Entscheiden Sie sich für eine Situation, in der Sie eine störende Handlung ganz genau beschreiben können. Dieser Prozess ist im Coachingbrief 2-2 genauer erläutert. Tragen Sie die Handlung unten bei „Beobachtete Handlung“ ein.
3) Welche negativen Eigenschaften sehen Sie in dieser Handlung. Schließen Sie nun von den negativen Eigenschaften über den Wert auf die positiven Eigenschaften, wie Sie es schon in dem Kapitel aus dem Coachingbrief 1-2, „Der Ablauf“ her kennen. Notieren Sie sich hier pro Person und pro Wert mindestens 2 positive Eigenschaften.

Tragen Sie es hier ein:

Name: _____
Situation: _____

Beobachtete Handlung: _____
_____
_____

Negative Eigenschaften: _____
_____
_____

Wert(e): _____

Positive Eigenschaften: _____
_____
_____

Für die folgenden Übungen müssen Sie noch eine Unterscheidung machen: Bezieht sich die positive Eigenschaften auf eine andere Situation oder hat sich die Handlung in der ähnlichen Situation verändert. Ein Beispiel: Der Kollege ist bis jetzt immer pünktlich gewesen und auch in allen anderen Momenten zuverlässig. Nur in den letzten 3 Meetings kam er immer zu spät. Ist das der Fall, dann hat sich bei der Person sehr wahrscheinlich etwas geändert und die Formulierung fällt anders aus. Das kommt dann im Coachingbrief 2-4.

## Abschluss

Der nächste Schritt im Coachingbrief 4 wird sein, alles zusammen auszuformulieren. Bitte füllen Sie aber die Punkte oben jetzt noch vollständig aus. So haben Sie beim 4. Coaching-brief etwas Abstand zu Ihren Formulierungen bekommen und können Sie dann eventuell noch etwas anpassen.
Bis dahin!

Herzliche Grüße,

Gangolf Neubach