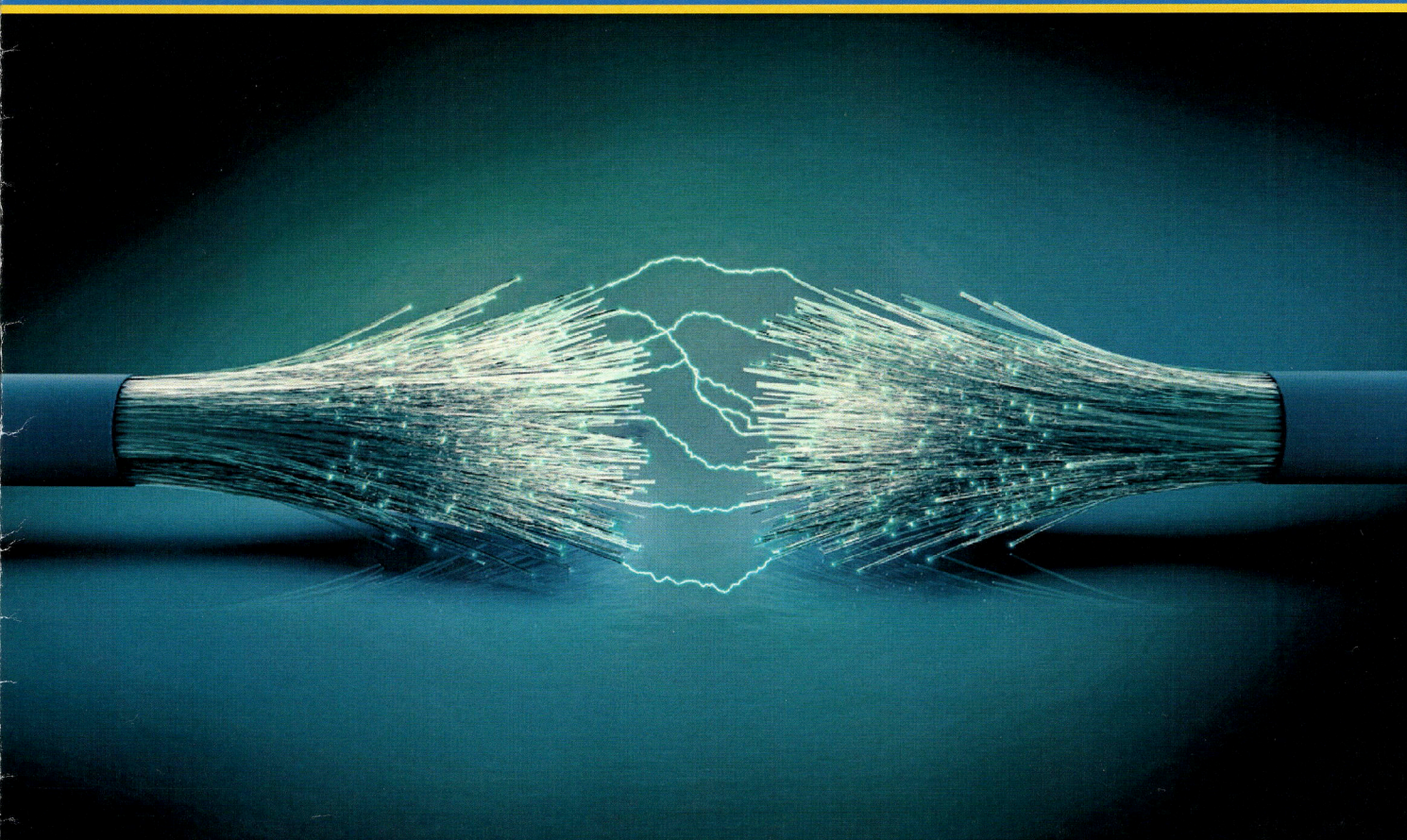




Die Schulaufsicht im Spannungsfeld zwischen beraten, führen und entwickeln

Erkenntnisse des 6. Dillinger Symposiums
für die Schulaufsicht 19|03|2021





Wertfreie Wahrnehmung!

– Geht das überhaupt?

Andrea Länger, Inhaberin der Lebenslustagentur, Buchautorin & Lehrbeauftragte

Im dichten Berufs- und Schulalltag, der sich vermeintlich nur auf der Sachebene abspielt, bewerten wir häufig das Gesagte und das Verhalten anderer. Ohne unsere eigenen Wahrnehmungsmuster zu hinterfragen, formulieren wir Du-Botschaften wie „Du hast...“ oder „Wegen Dir ...“. Vorwürfe lösen beim Gegenüber Abwehr und Widerstand aus. Kränkungen sind die Folge. Bleiben Sie achtsam und überprüfen Sie Ihre Bewertungen: Wie nehme ich andere Personen wahr? Wie erkläre ich mir das Verhalten anderer? Auf welcher Grundlage bewerte ich andere? Unsere Wahrnehmung ist selektiv. Sie ist beeinflusst durch eigene Erwartungen, gelernte Stereotype, Wertvorstellungen und gemachte Erfahrungen. Wir nehmen die Dinge wahr, auf die wir aktiv die Aufmerksamkeit richten.

Wer seine Bedürfnisse und Beobachtungen mitteilt sowie Wünsche, Erwartungen oder Kritik klar und authentisch ansprechen kann, trägt zum Gelingen der Kommunikation bei.

Wahrnehmung ist geprägt von unserem Bedürfnis der Welt und uns selbst eine Bedeutung zu geben. Jede Wahrnehmung ist subjektiv von persönlichen Überzeugungen und Bedürfnissen geprägt. Wertfrei wahrzunehmen und zu sprechen ist ein hoher Anspruch, doch „Ziel ist wenigstens, die Bewertungsmaschine zu dimmen“ sagt Julie Zeh (Schriftstellerin). Statt „Du hast meine E-Mail nicht beantwortet“ sagen Sie besser: „Ich warte auf die Antwort. Wann kann ich damit rechnen?“

Agieren Sie nicht aus dem Affekt, sondern schlafen Sie eine Nacht darüber. Sprechen Sie aus der Ich-Perspektive. Für unangenehme Gespräche im beruflichen und privaten Alltag schreiben Sie Ihre **Ich-Formulierungen** detailgenau am Abend vorher auf:

„Ich habe beobachtet ...“ Überprüfen Sie die Fakten: Was habe ich beobachtet und wahrgenommen? Welche (Arbeits-) Ergebnisse sind sichtbar geworden? Welche (negativen) Folgen messbar?

„Ich fühle, spüre ...“ Formulieren Sie, was das Beobachtete in Ihnen auslöst: Welche Gefühle, Gedanken nehmen Sie bei sich selbst wahr?

„Ich wünsche mir ...“ Sagen Sie konkret, was Sie sich für die Zukunft wünschen und was Sie mit der Person vereinbaren möchten. Legen Sie einen Zeitpunkt fest: „Ab sofort / bis zum ...“

Wer seine Bedürfnisse und Beobachtungen mitteilt sowie Wünsche, Erwartungen oder Kritik klar und authentisch ansprechen kann, trägt zum Gelingen der Kommunikation bei. Sie selbst bleiben ebenso frei von Irritationen und Kränkungen. Verfeinern wir unsere Kommunikation dann noch a`la „Mir gefällt an Dir ...“ oder „Ich bin beeindruckt ...“ können alle gemeinsam eine wertschätzende Kommunikationskultur etablieren.



www.alp.dillingen.de

Die in dieser Publikation verwendeten Begriffe gelten geschlechtsunabhängig. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet.
Motive: Titel, iStock, S.5, pch.vector / Freepik, S.6, Harryarts / Freepik, S.7, Autor