

8 Tipps in Deiner Persönlichkeit zu wachsen



Ändere Deine Perspektive

Im Gefecht änderst Du ständig Deinen Standpunkt. Manchmal hältst Du ihn, dann weichst Du aus, parierst, ziehst Dich zurück und gehst dann wieder erneut vor in den Angriff. So bekommst Du immer wieder einen neuen Blick auf die Situation. Du bist aufgefordert, den anderen zu beobachten, und mit Deiner Wahrnehmung den Umraum zu „scannen“. So bekommst Du in Millisekunden viele Informationen aus Deiner Umwelt, auf die Situation.

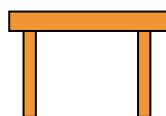
Du kannst mit der Wahrnehmung und Änderung Deines Standpunktes die Möglichkeiten einschätzen und auf dieser Basis kannst Du Dich gesund entscheiden was die Situation jetzt, im Moment als nächstes verlangt.

Die Wahrnehmung ist immer subjektiv

Es ist allein schon Augen öffnend, wenn man das Verb WAHR-NEHMEN anschaut. Die WAHRHEIT für sich NEHMEN. Jeder hat eine andere WAHR- NEHMUNG, folglich hat jeder eine andere Realität. Jeder hat seine Wahrheit, mit der er auch richtig- liegt. Doch sieht er wirklich alles? Deshalb ist ein Dialog unter Menschen so wichtig, da der Austausch von Sichtweisen für jeden ein dreidimensionales Bild der gesamten Sache erzeugt = ERKENNTNIS

subjektiv
WAHR - NEHMEN
WAHRHEIT - NEHMEN

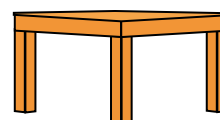
verschiedene Sichtweisen auf denselben Tisch:



von vorne



von oben



schräg von der Seite

Im Alltag, bei einem Gespräch zum Beispiel, ist es hilfreich, in bestimmten Momenten die Fähigkeit zu haben die Perspektive zu wechseln. Bei einem Menschen kannst Du nur Mitgefühl zeigen, wenn Du Dich in die Situation des anderen Menschen hinein fühlen kannst. Bei einem Disput, Streit ist es gut Haltung zu zeigen, doch in gleicher Weise darf ich mich ehrlich fragen, bin ich wirklich im Recht? Steckt nicht auch ein Fünkchen Wahrheit in dem, was mein Gegenüber sagt?

Bevor Du etwas entscheidest oder gar verurteilst schaue Dir die zwei Seiten der Medaille an und denke nicht gleich in Schwarz-Weiss. Es gibt auch Grauwerte dazwischen. Versetze Dich in die Lage des Gegenübers. So schaust Du nicht nur aus der ICH-Perspektive, sondern bekommst mehr und mehr eine Gesamtperspektive.

Reflexion und Innehalten

Benutze bei Entscheidungen, Pro-oder-contra-Situationen Herz und Verstand und wäge ab: Was sagt mir mein Verstand? Was sagt mir mein Herz? Stimmt beides überein, kannst Du fortsetzen. Stimmt es nicht überein, dann überprüfe es. Brich ggf. das (Streit)gespräch ab = Innehalten.

Sei ehrlich zu Dir selbst und kommuniziere, dass Du darüber nachdenkst. Es ist nicht Schwäche, sondern Stärke, weil es ehrlich ist. Damit hast Du etwas Zeit gewonnen und vielleicht Schlimmeres verhindert. Sehe Dich aber in der Verpflichtung der Sache auf den Grund zu gehen und nicht aus dem Weg! Du kannst Dich fragen:

- Bringt es mich der Sache näher?
- Lohnt es sich dafür zu kämpfen?
- Lohnt es sich dafür mit dem anderen anzulegen?
- Kämpfen wir beide womöglich für dieselbe Sache?
- Gibt es Überschneidungen unserer Sichtweise?
- Gibt es für unser Problem eine gemeinsame Lösung?

Finde eine Haltung für Dich, damit Du die Situation untereinander klären kannst, wenn auch nur für Dich. Ansonsten verschleppst Du es und das ungelöste Problem haftet an Dir und raubt Dir Energie. Eine Haltung für Dich, bringt Dir Ruhe, Klarheit und ein eigenes Standing. Ohne eigene Haltung bist Du ein Fähnchen im Wind.

Folge Deinem Herzen und gebrauchte Deinen Verstand dabei.