

Wie können wir unseren Blickwinkel erweitern? Und wie verändert dies die Zusammenarbeit?

Hinter jedem Verhalten steckt eine Motivation, ein Bedürfnis oder ein Wert. Wer versucht, diese zu verstehen, muss nicht mit allem einverstanden sein – schafft aber die Grundlage für ein respektvolles und konstruktives Miteinander.



Praxistipps zur Förderung der Perspektivenübernahme

Konflikte deeskalieren: Beschreibe die Situation einmal aus deiner eigenen und einmal aus der Sicht der anderen Person.

Motivation verstehen: Überlege dir drei mögliche Gründe, warum sich jemand so verhalten könnte, bevor du das Verhalten bewertest.

Missverständnisse verhindern: Wiederhole in eigenen Worten, was dein Gegenüber gesagt hat, und frage nach, ob du es richtig verstanden hast.

Neugierde fördern: Ersetze den Gedanken «Warum macht die Person das?» durch «Was könnte für die Person in dieser Situation Sinn ergeben?»

Gemeinsamkeiten suchen: Finde mindestens einen Wert oder ein Ziel, das du und dein Gegenüber trotz unterschiedlicher Meinungen teilt.

Kurzschlussreaktion vermeiden: Nimm in emotionalen Situationen bewusst einen Moment Abstand und überlege erst danach, welche Perspektiven und Lösungsansätze es noch geben könnte.

