



Perspektivwechsel Feedback und Energie



Wie oft haben Sie in den letzten Tagen etwas bemängelt und haben diese Kritik der entsprechenden Person rückgemeldet?

Wie oft haben Sie in den letzten Tagen etwas wertgeschätzt und haben Ihre Wertschätzung oder Anerkennung der entsprechenden Person rückgemeldet?

Liegt die Anzahl Ihrer Rückmeldungen von Wertschätzung gleich hoch oder höher als die Ihrer Bemängelungen, dann herzlichen Glückwunsch! Ihre Mitmenschen, Mitarbeiter und Partner können sich glücklich schätzen. Wahrscheinlich werden auch Sie viele wertschätzende Rückmeldungen erhalten. Auch Ihre Kritik wird eher auf offene Ohren stoßen.

Bemängeln Sie mehr als Sie wertschätzen? Willkommen im Club! Dann lohnt es sich, für ein paar Minuten dieses Thema ins Bewusstsein zu rufen. Das könnte in kürzester Zeit das Arbeitsklima in Ihrer Umgebung um einige Punkte anheben.

Rückmeldung entspricht dem Begriff Feedback bzw. Rückkoppelung und entstammt der Kybernetik. Die beschäftigt sich mit Steuerungen komplexer Systeme. Dabei spielt das Wiedereinspeisen der Arbeitsergebnisse eine entscheidende Rolle. Feedback ist einer der wesentlichen Faktoren für „Lernende Systeme“. Lernen ist entscheidend für die Motivation und das Arbeitsklima.

Machen Sie sich für einen Augenblick die letzte wertschätzende Rückmeldung bewusst, die Sie von jemandem empfangen haben. Was haben Sie dabei gefühlt? Genießen Sie es zunächst noch einmal! Dann beobachten Sie, was das in Ihnen alles bewirkt hat, zum Beispiel: in Ihrer Einstellung zu sich selber; in Bezug auf Ihre wertgeschätzte Tätigkeit und die dabei gezeigten Fähigkeiten; in Ihrer Haltung zu der wertschätzenden Person; in Ihrer Einstellung zu Ihrer Umgebung.

Machen Sie sich jetzt noch für einen kurzen Augenblick eine Situation gegenwärtig, die Sie erlebt haben oder gerade erleben. Sie tun etwas, in das Sie viel Energie, Zeit und Herzblut stecken. Sie möchten gerne erfahren, was bei den Menschen ankommt, für die Sie das hauptsächlich tun. Sie möchten auch die stille Befriedigung

erfahren, dass Ihr Beitrag gesehen und wertgeschätzt wird. Sie wollen sich nützlich fühlen. Sie brauchen dieses Feedback auch, damit Ihre Motivation auf hohem Niveau bleibt.

Vielleicht kommt da aber keine Rückmeldung. Sie „verdursten“ und es streift Sie zum ersten Mal der Gedanke, den ganzen Kram hinzuschmeißen? Oder Sie hören etwa ein „toll gemacht!“ oder „finde ich klasse!“ Aber gibt Ihnen das die Informationen, die Sie wirklich brauchen?

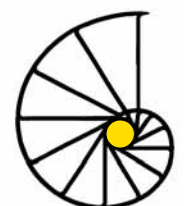
Sie brauchen eine Rückmeldung, was genau die andere Person wahrgenommen und welchen Nutzen sie daraus gezogen hat. Das würde Ihnen wertvolle Informationen geben, die Sie brauchen, um das Ergebnis Ihrer Arbeit einschätzen zu können und Ihre Motivation zu stärken.

Apropos, welchen Nutzen bringt Ihnen diese Kolumne „Perspektivwechsel“?

Wenn Sie etwas wahrnehmen, das Sie wertschätzen, dann sagen Sie es bitte SOFORT der betreffenden Person, die das getan hat. Vermeiden Sie dabei Verallgemeinerungen und vage Aussagen. Sagen Sie so konkret wie möglich, was Sie an dem wertschätzen, was diese Person getan und was es Ihnen gebracht hat. Warten Sie keinen Augenblick, sonst ist der Impuls vorbei und eine kostbare Gelegenheit verpasst, Energie zu generieren.

Wir alle sind Teile eines gemeinsamen Systems. Ob es ein „Lernendes System“ ist, hängt auch wesentlich davon ab, ob wir die Dinge, die um uns herum geschehen und uns Nutzen bringen, wahrnehmen, konkret benennen und rückmelden.

Klaus Weyler
Tel. 05139 893923
k.weyler@coaching-hannover.de
www.coaching-hannover.de



intakt®



Dr. Klaus Weyler