



„WAHRHEIT ODER NICHT“

Kontext: Unterschiedlichste Ängste drängen uns intensiv in Richtung Risikovermeidung. Risikobewertung aus negativen Emotionen heraus kann allerdings nicht vorteilhaft ausfallen. „Neue Realitäten“ und Halbwahrheiten sind heute äusserst überzeugend medial aufbereitet sie verbreiten sich rasend schnell. Oft ist die faktische Realität, d.h. die tatsächliche persönliche Wahrheit, weit weniger bedrohlich als die gelebte Emotion. Eine neue Form des Risikomanagements ist gefordert.

Wirkung: Wege aus dem Chaos führen stets über Ordnungsinstrumente. „Wahrheit oder Nicht“ gibt Orientierungshilfe und ermöglicht das Auffinden der für jeden Menschen individuell relevanten Fakten.

Anwendungsmöglichkeiten: „Wahrheit oder Nicht“ ist ein Basisinstrument der Kreativinterventionen. Es ist in unterschiedlichsten Varianten und in jedem Stadium des Veränderungsprozesses anwendbar, geeignet für Einzelcoaching und Gruppen. Optimisten, Realisten und Pessimisten erhalten individuelle Anleitungen.

Vorbereitung: An Materialien genügen Papier und Stift, für die Gruppenarbeit wird ein Flipchart empfohlen. Der Coach kennt die Intervention im Detail, er verfügt ausserdem über ein Repertoire an unterstützenden Fragetechniken. Alle Teilnehmenden bringen ihre Bereitschaft zur Klärung mit.

Durchführung: Jeder Teilnehmer benennt zuerst sein Problem, seine Unzufriedenheit oder Angst. Als nächster Schritt folgt die Klärung der zeitlichen Betroffenheit (z.B. wie viele Stunden täglich bin ich direkt betroffen) oder der relevanten alternativen Gegebenheiten /Umstände (wie viele Andere sind erkrankt, ist dies in einem anderen Land oder in deiner Stadt...). Nun wird errechnet, in welchem prozentualen Verhältnis das Problem zum Kontext steht. Der Optimist stellt z.B. bei der zeitlichen Betroffenheit diese ins Verhältnis zu einem 24-Stundentag, der Realist klammert seinen Schlaf aus, der Pessimist konzentriert sich auf seine Arbeitszeit (sofern dort sein Konflikt verhaftet ist).

besondere Hinweise: Es wird empfohlen, die Ergebnisse der Klärung visuell präsent zu behalten, z.B. als Poster, Hintergrund auf dem Display des Mobiltelefons usw. Unterstützende Klärungsfragen forschen nach Details, z.B.: Ist der Schlaf beeinträchtigt? Oder das Essverhalten? Sind Ruhepausen am Arbeitsplatz betroffen? Sind Beziehungen belastet? In welcher Weise? Privat oder nur am Arbeitsplatz?

ABBILDUNG 7:
GEGENÜBERLIE-
GENDE SEITE

„FAKT OR FAKE“

