

ARBEITSBLATT

So handeln Sie nachvollziehbar – und zeigen Transparenz

Aufgabe 1

Ihre Meinung ist gefragt: Bitte beantworten Sie die folgenden Aussagen. Wenn Sie sich nicht sicher sind, wählen Sie den Wert, der am ehesten auf Sie zutrifft.

1 = überhaupt nicht

10 = sehr

a) Wie nachvollziehbar schätzen Sie Ihr Verhalten ein?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

b) Angenommen, man würde einen guten Kollegen / eine gute Kollegin von Ihnen fragen, wie nachvollziehbar Sie handeln: Was wäre seine/ ihre Antwort?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

c) Vergleichen Sie Ihre eigene Einschätzung mit der aus der Sicht Ihres Kollegen / Ihrer Kollegin. Welche Gemeinsamkeiten/Unterschiede sehen Sie mit Blick auf die Ziffern?

Aufgabe 3

Werfen wir nun einen Blick auf die Nachvollziehbarkeit Ihres Verhaltens im Alltag.

a) Wann fällt es Ihnen *leicht*, nachvollziehbar zu handeln?

- Bei dieser/diesen Person/en _____
- In diesen Situationen _____
- In dieser Stimmung _____
- Dazu brauche ich _____

b) Wann fällt es Ihnen *schwer*, nachvollziehbar zu handeln?

- Bei dieser/diesen Person/en _____
- In diesen Situationen _____
- In dieser Stimmung _____
- Dann fehlt mir _____

Aufgabe 4

Stellen Sie sich Folgendes vor: Sie haben beschlossen, die Nachvollziehbarkeit Ihres Verhaltens zu verbessern. Schließlich wissen Sie, wie wichtig es für ein gutes Miteinander ist, richtig verstanden zu werden.

An vielen Stellen gelingt es Ihnen bereits, aus der Sicht anderer nachvollziehbar zu handeln. Und doch gibt es immer wieder Situationen, in denen andere nicht verstehen, warum Sie so handeln, wie Sie es tun.

a) Was wäre der erste kleine Schritt, den Sie schon heute gehen können, damit andere Ihr Verhalten besser verstehen?

b) Wie würde dieser Schritt Ihre Beziehungen positiv verändern?

c) Was genau würden Sie dadurch gewinnen?

Sie sehen: Nachvollziehbar zu handeln und deshalb besser verstanden zu werden, hat einen positiven Einfluss auf Ihre Beziehungen. Zu Kunden und Kollegen ebenso wie zu Freunden und der Familie. Mit dieser Übung sind Sie gedanklich bereits einen Schritt gegangen, um nachvollziehbarer zu handeln, transparenter zu agieren und einen wichtigen Baustein für ein gutes Miteinander zu legen. Nun liegt es an Ihnen, diese Ideen in den Alltag zu übertragen. Viel Erfolg dabei!