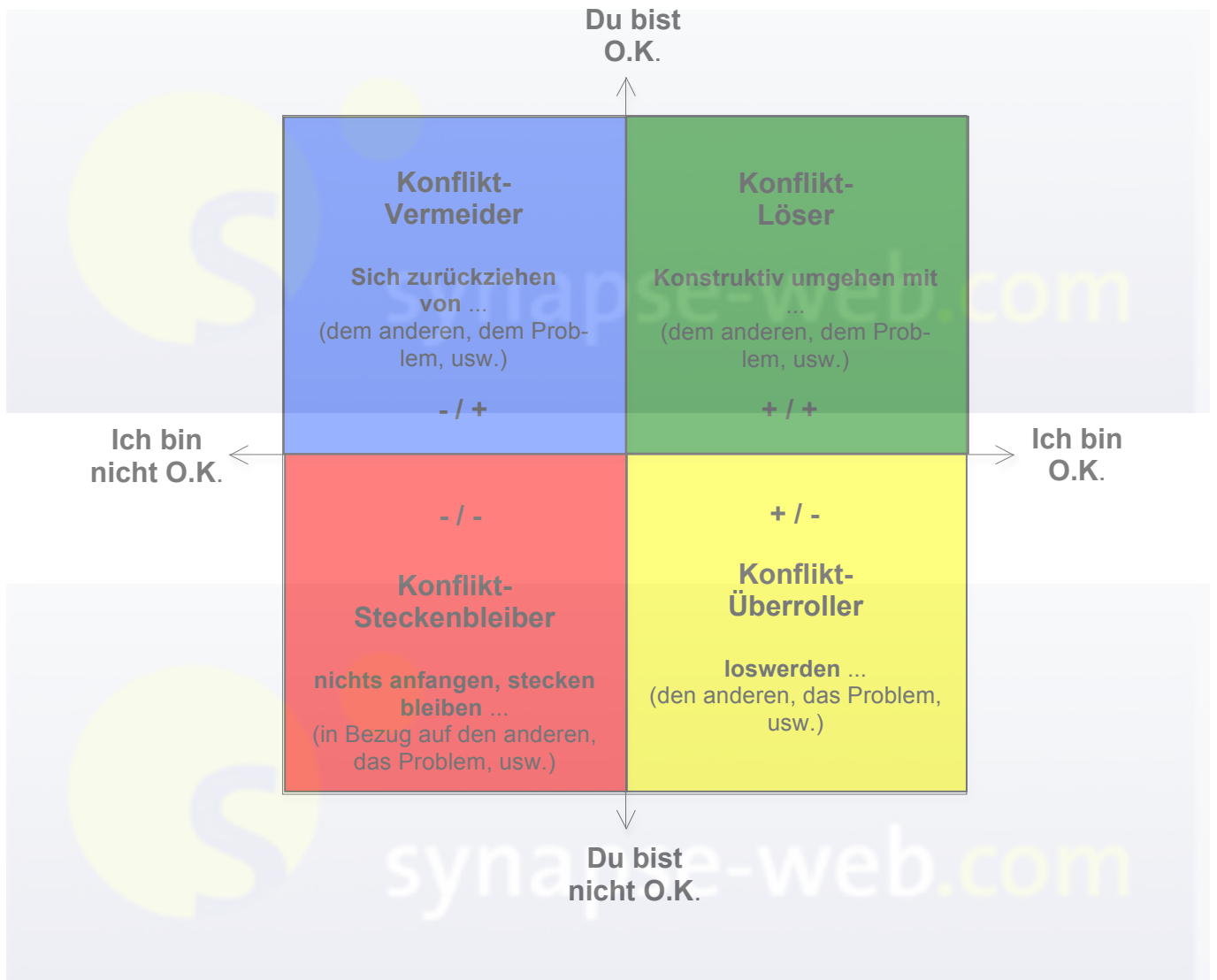


Grundpositionen und Konfliktlösungsfähigkeit



Inhaltsverzeichnis

- 1. Welchen Einfluss haben die Grundpositionen auf die Konfliktlösungsfähigkeit? ... - 3 -
- 2. Welches Verhalten zeigt sich? - 4 -
- 3. Das Zusammenspiel in der Praxis - 6 -
- 4. Was können Sie tun? - 7 -
 - 4.1 Teamanalyse



synapse-web.com



synapse-web.com



synapse-web.com

1. Welchen Einfluss haben die Grundpositionen auf die Konfliktlösungsfähigkeit?

Jeder Mensch hat eine Grundeinstellung zu sich selbst und anderen gegenüber. Es gibt Zeiten, in denen wir uns ausgesprochen wohl fühlen und Zeiten, in denen wir mit uns selbst unzufrieden sind bzw. in denen wir mit uns nichts Rechtes anzufangen wissen.

Ähnlich geht es uns, wenn wir unsere Augen auf andere Mitmenschen richten. Es gibt Personen die wir schätzen und lieben, mit denen wir gern zusammen sind. Andere wiederum schätzen wir gering oder akzeptieren sie nicht. Und auch hier kann sich das Bild sehr schnell wandeln. Aus Feinden werden Freunde und aus denjenigen, die bislang keine Rolle spielten, werden geschätzte und akzeptierte Mitmenschen und umgekehrt.

Derartige Grundeinstellungen, die man sich selbst oder anderen gegenüber hat, werden in der Transaktionsanalyse als Lebenspositionen bezeichnet.

Es gibt vier fundamentale Lebenspositionen, die mit folgenden einfachen Formeln beschrieben werden, wobei das Wort "ich" durch "wir" ersetzbar ist, statt "du" kann auch "sie" stehen.

- Ich bin o.k. - du bist o.k. (+ / +)
- Ich bin nicht o.k. - du bist o.k. (- / +)
- Ich bin nicht o.k. - du bist nicht o.k. (- / -)
- Ich bin o.k. - du bist nicht o.k. (+ / -)

In welcher von diesen Positionen wir uns gerade befinden, hängt oftmals von situativen Faktoren und von den Menschen ab, mit denen wir es gerade zu tun haben.

Beispiel: Ein Abteilungsleiter hält mit seinen Mitarbeitern eine Besprechung ab und handelt dabei aus einer "Ich bin o.k. - du bist o.k." - Position heraus.

Eine Stunde später sitzt er in einer Kurzbesprechung mit Kollegen und direkten Liniovorgesetzten. Seine Position ist jetzt: "Ich bin nicht o.k. - du bist o.k."

Als er mit dem Aufzug wieder in seine Abteilung zurückfährt, geht er auf den Gruß des Aufzugführers nicht ein und beachtet ihn nicht. ("Ich bin o.k. - du bist nicht o.k.")

Hier hat eine Person innerhalb von zwei Stunden dreimal eine unterschiedliche Lebensposition eingenommen, vielleicht ohne sich dieser Veränderung im Denken, Fühlen und Handeln bewusst geworden zu sein.

