

**Jede Entscheidung zielt darauf ab, einen unklaren Zustand zu beenden – aber:
Wer sich entscheidet, legt sich fest.**

Das fällt dann besonders schwer, wenn sich widersprechende Argumente und/oder ambivalente Gefühle die Entscheidungsfindung begleiten. Hier kann ein Coaching mit dem „Perspektivenrad“ helfen, die kreisenden Gedanken zu erden.

Das Perspektivenrad

Das Perspektivenrad ist ein Tool, das bei Vermeidung einer Entscheidung eine solche vereinfachen soll. Es eignet sich besonders bei einem „sich im Kreise drehen“, wenn bereits Unlust und Überforderung im Zusammenhang mit einer anstehenden Entscheidung oder Vorhaben sich ausbreiten. Es ist nicht geeignet bei Menschen mit grundsätzlichen Entscheidungsschwierigkeiten.

Das Perspektivenrad hat das Ziel, durch das gezielte Einnehmen unterschiedlicher Denkstile widersprüchliche Einstellungen, Argumente oder Gefühle gegenüber einer Entscheidung bewusst zu machen und zu klären. Dies führt zu einer spürbaren emotionalen Entlastung, die einer gelassenen Betrachtung und der Integration unterschiedlicher Aspekte die Tür öffnet.

Die Methode basiert auf der Idee der „6 Denkhüte“ des Denk- und Kreativitätsforschers Edward de Bono, die in dem Buch „Six thinking hats“ veröffentlicht wurde. Übertragen auf eine Coaching-Übung symbolisieren sechs verschiedenfarbige Moderationskarten die unterschiedlichen Denkstile.

Ablauf

1) Der Entscheidungskonflikt wird möglichst frei und offen beschrieben. Voraussetzung für den Einsatz des Tools ist ein klar beschreibbarer Konflikt mit mehreren, widersprüchlichen Argumenten.

2) Der Konflikt wird in einem! Aussagesatz zusammengefasst, schriftlich fixiert und in die Raummitte gelegt. z. B.: „Ich werde die Stelle in München annehmen.“

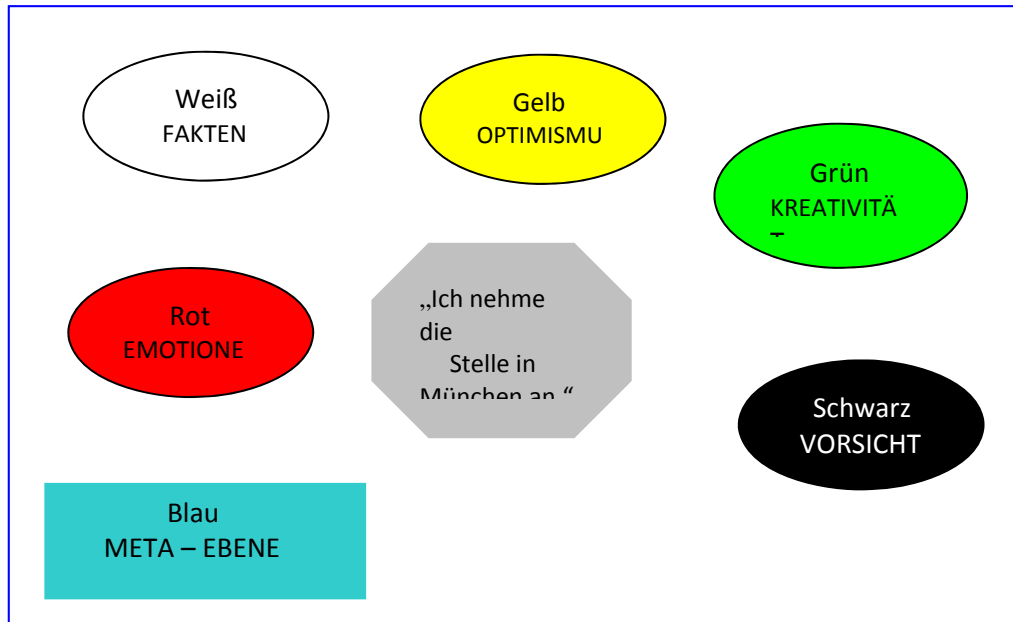
3) Moderationskarten in den Farben weiß, rot, schwarz, gelb, grün und blau werden kreisförmig um die Aussage herum gelegt. Die verschiedenen Farben symbolisieren die verschiedenen Denkkarten bei der Betrachtung.

4) Die betroffene Person/ Klientin nimmt nun nacheinander die verschiedenen Farbp positionen ein (Details siehe Schaubild). Sie kommentiert dabei ihre Aussage ausschließlich aus der Perspektive der aktuellen Farbe / des Denkstils. Sie achtet dabei auf klare, radikale Aussagen und auf „sauberes“ argumentieren im Sinne der jeweils aktuellen Perspektive.

5) Blau ist die zuletzt bearbeitete Farbe, die die Meta-Ebene symbolisiert (Coach-Ebene). Von hier aus wird das Geschehen abschließend reflektiert und ausgewertet.

- 2 -

- 2 -



Weiß: FAKTEN - hier werden neutrale Informationen und Fakten zur Aussage in der Mitte zusammengetragen. Fakten, Zahlen, Daten, Hintergründe ohne emotionale Äußerungen.

Rot: EMOTIONEN – steht für die Gefühle und nicht rationalen Aspekte. Hier werden Zweifel, Unsicherheiten, Begeisterung, Freude usw. geäußert.

Schwarz: Vorsicht – hier wird eine kritische Perspektive eingenommen. Mögliche Gefahren, Nachteile, Probleme, Hindernisse und Risiken kommen zur Aussprache.

Gelb: OPTIMISMUS – auf diesem Platz kommt das positive Denken ins Spiel. Hier kann konstruktiv über die Vorteile, Chancen und Möglichkeiten nachgedacht werden.

Grün: KREATIVITÄT – diese Perspektive steht für Energie und Phantasie. Hier kann „quer“ gedacht und assoziiert werden. Es ist Raum für neuartige Wahrnehmungen und Lösungen.

Blau: META-EBENE – nimmt zunächst der Coach ein. Im Selbst-Coaching ist es die neutrale, distanzierte Instanz, die auf Einhaltung der Regeln achtet und den Überblick behält. Aus dieser Perspektive kann auch die abschließende Auswertung erfolgen. Dabei können folgende Fragen weiter führen:

Erfolgreich sein

Businesscoaching für Frauen

- a. Auf welcher Position habe ich mich am wohlsten gefühlt?
- b. Welche war mir unangenehm?
- c. Welche Position war mir neu oder auch fremd – und gab mir neue Aspekte und Eindrücke?
- d. Gibt es eine Farbe, die meinem üblichen Denkstil entspricht?
- e. Wie geht es mir jetzt mit dem Aussagesatz in der Mitte?

Abschluss Häufig wird nur aus einem Teil der Denkstile heraus verengt gedacht und agiert. Ziel ist es, durch die Gewährung und Öffnung der unterschiedlichen Positionen die Person aus der „Sackgasse“ zu holen, und eine Integration der Perspektiven zu befördern.

Regina Boiting, Coaching, Supervision, Beratung und Training für Fach- und Führungskräfte, Teams und Gruppen, Hamburg, www.profil-coaching.de

www.businesscoaching-netz.de

Die Frauen, die beruflich vorwärtskommen wollen
Der Inhalt dieses Dokuments ist urheberrechtlich geschützt.
Abdruck und Verwendung nur mit schriftlicher Genehmigung der Autorinnen.