



Lösungsskizze
Galgenhumor
Ausgabe 017 / 8.3.2010

Es reicht aus, die Bewertung eines Problems zu verändern, statt das Problem zu verändern.

Paul Watzlawick

Liebe Leserinnen und Leser,

in der Übung für diesen Monat hatten wir missliche Situationen aufgelistet, denen man erst beim zweiten Hinschauen auch etwas Positives abgewinnen könnte. Wir sind weit davon entfernt, jenem „Positiven Denken“ das Wort zu reden, bei dem alles und jedes ausschließlich bejaht wird.

Wir hatten Sie zum Perspektivenwechsel eingeladen, und das dient in erster Linie dem Training der geistigen Flexibilität, sich nämlich freizumachen von vertrauten Reaktionen und Interpretationsmustern. Mit einem Missgeschick zu hadern und hemmungslos zu fluchen, ist eine Möglichkeit, mit Widrigkeiten umzugehen. Aber eben nur eine. Wer seinen Horizont der eigenen Reaktionsmöglichkeiten erweitert hat, wird auch in Zukunft hin und wieder schimpfen und es als wohltuend erleben, sich so Luft gemacht zu haben. Und er wird es in anderen Situationen genießen, einer belastenden Situation etwas Heiteres abgewinnen zu können. So gelang es beispielsweise *Max Liebermann* am 30. Januar 1933, beim Blick auf den Fackelzug der neuen Machthaber seine innere Distanz so auszudrücken: „Ick kann jar nich soville fressen, wie ick kotzen möchte.“

Zum Glück lässt sich Perspektivenwechsel auch an harmloseren Begebenheiten üben. Sie mögen Ihre Antworten mit unseren Vorschlägen vergleichen und vielleicht dabei entdecken, dass es – wie so oft – mehr als nur eine Lösung gibt:

Situation	Andere Betrachtungsweise
<p>1. Während einer ausgedehnten Wanderung bei schönstem Wetter vollzieht sich unerwartet ein Wetterwechsel. Nach einem Wolkenbruch setzt ein nicht endender Regen ein. Es gibt jedoch keinen Regenschutz.</p>	<p>Sie entdecken, was man nur bei Regen riechen, hören und sehen kann. Oder: Eine Berechnung anstellen, wie viel Wasser die Stiefel bereits aufgenommen haben. Oder: Erleben, wie es sich anfühlt, so durch und durch nass zu sein.</p>
<p>2. Sie sind in eine renovierungsbedürftige Altbauwohnung gezogen. Beim Entfernen der Tapeten kommt ein Großteil des Putzes von der Wand, einschließlich einiger Elektrokabel.</p>	<p>Womöglich lohnt es sich nun doch, über eine aufwendige Wärmeisolierung nachzudenken. Oder: Es als Wink des Schicksals nehmen, die gesamte Elektroinstallation vom Fachmann prüfen zu lassen.</p>
<p>3. Sie warten am Bahnhof lange auf einen Besucher, dem Sie versprochen haben, ihn abzuholen. Nach etwa einer Stunde meldet er sich per Handy, um mitzuteilen, dass er wegen des Wetters gar nicht losgefahren sei.</p>	<p>Unerwartet entpuppt sich der Rest des Tages als frei und lädt ein, etwas zu machen, wozu sonst nie Zeit ist. Oder: Sie hatten endlich einmal Zeit, sich den Bahnhof und die neuen Geschäfte darin in Ruhe anzusehen. Oder: Endlich haben Sie auch die Handy-Nummer Ihres Bekannten.</p>
<p>4. Sie haben eine Feier mit vielen Gästen geplant und wollen das Essen liefern lassen. Einen Tag vorher ruft Sie der Lieferant an und teilt mit, bei ihm seien fast alle Angestellten und er selbst bettlägerig und er könne das Essen nicht bringen.</p>	<p>Nun haben Sie Gelegenheit, Ihr Organisationstalent unter Beweis zu stellen. Oder: Gut, dass der Lieferant abgesagt hat, sonst hätten sich womöglich alle Gäste und Sie selbst angesteckt.</p>
<p>5. Am Abreisetag Ihres Winterurlaubs müssen Sie Ihren Wagen mühsam aus dem Schnee freischaufeln, der über Nacht gefallen war. Sie haben gerade mit klammen Fingern Ihre Schneeketten montiert, als Sie die Nachricht erhalten, dass die Strasse ins Tal mindestens noch einen Tag komplett gesperrt bleibt.</p>	<p>Schön, dass die Schneeketten schon drauf sind. Da haben Sie morgen nicht die Arbeit. Oder: Sie wären ohnehin gern noch einen Tag länger geblieben – und Ihr Zimmer muss ja noch frei sein...</p>

Bestimmt sind Ihnen ganz andere Betrachtungsweisen eingefallen. Entscheidend ist das Gefühl, das sich jeweils einstellt. Stimmt die Reaktion eher missmutig oder birgt sie womöglich einen unverhofften Reiz?

Nebenbei: „Perspektivenwechsel“ eignet sich als amüsanter Zeitvertreib bei langen Autofahrten; Kinder erweisen sich dabei oft als wahre Meister und stellen die Phantasie der Erwachsenen schnell in den Schatten.

Mit den besten Grüßen

Christian Weisbach & Petra Sonne

© Institut für wertschätzende Unternehmensführung GbR 2010 – Alle Rechte vorbehalten. Jegliche Verwendung über den privaten Gebrauch hinaus bitte nur mit ausdrücklicher schriftlicher Genehmigung der Redaktion. Alle Angaben ohne Gewähr.