



Kommunikation

Ohne ein konstruktives Miteinander geht es nicht. Eine Schlüssel-funktion erhält dabei die Art und Weise, wie Menschen miteinander sprechen: Wer erhält welche Informationen? Wie findet ein regelmä-ßiger Austausch statt? Welche Kultur entwickelt sich in der Kommu-nikation? Häufig geht es darum, sich für schwierige Situationen Un-terstützung zu holen: Wie spricht man brisante Themen an? Wie gibt man angemessen Rückmeldung?

Es kann hilfreich sein, einige Kommunikationsmodelle kennenzuler-nen – wichtiger ist jedoch das Erkennen der eigenen Kommunikation: Wie spreche ich? Wie wirke ich? Und bin ich mir überhaupt meiner Absicht bewusst, mit der ich spreche?

Arbeit an der Verbesserung der Kommunikation beinhaltet auch im-mer die Auseinandersetzung mit der eigenen Haltung: Was sind mei-ne Annahmen über die anderen, über die Aufgabe, ja – über die Welt? Bin ich mir bewusst, durch welche Brille ich andere sehe und auf sie zugehe? Diese – manchmal überraschenden Selbsterkenntnis-se – führen oft zu einem entspannteren und leichteren Umgang mit sich selbst und anderen.