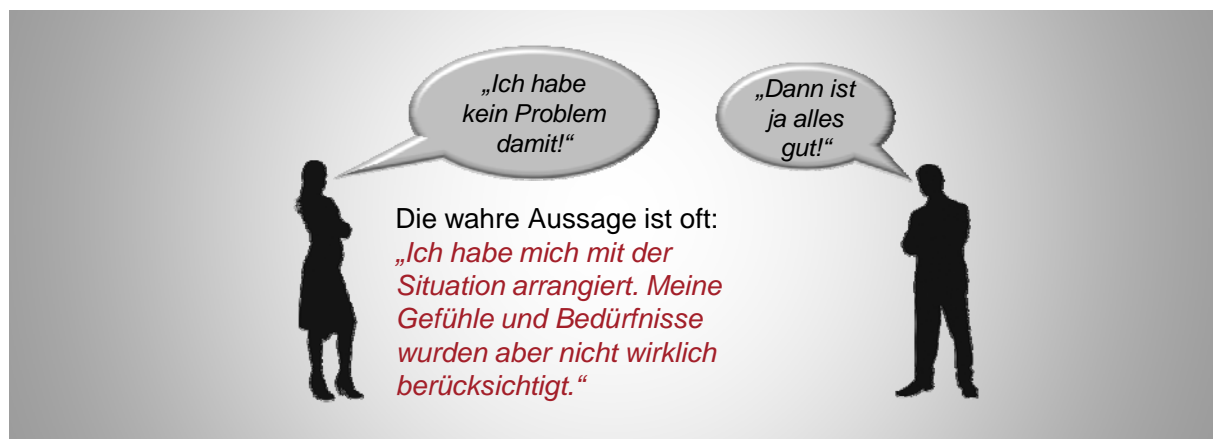


Erwin Huber

„Ich habe kein Problem damit!“



Wenn Sie das Gegenüber sagen hören: ‚ICH HABE KEIN PROBLEM DAMIT!‘, dann lohnt es sich erst recht, nachzufragen.

Was tatsächlich oft hinter dieser Aussage steckt

Mit der Aussage: „Ich kein Problem damit“ drücken Menschen oft aus, dass sie sich mit dem Thema abgefunden haben. Das Thema hat sie zwar eine Zeit lang beschäftigt, sie haben auch mehrere Anläufe genommen, um ihre Sichtweisen und Vorstellungen anzusprechen, aber sie wurden einfach nicht gehört. Ihre Sichtweisen sind nicht durchgedrungen, die dahinterstehenden Bedürfnisse wurden nicht ernst genommen. Nun haben sie aufgegeben, sie sind desillusioniert und haben keine Hoffnung mehr, dass sich daran etwas ändert.

Es ist Frust und Ärger entstanden, sie haben sich aber letztendlich mit der Situation arrangiert. Damit sie das nicht mehr „aufregt“, haben sie die damit verbundenen Gefühle verdrängt, abgekapselt bzw. unterdrückt; eine Schutzschicht gebildet und ein Schutzschild hochgezogen.

Wenn sie die tatsächlichen Enttäuschungen, Gefühle und Bedürfnisse in diesem Zusammenhang ansprechen würden, dann käme da schon einiges zutage. Das wollen sie aber jetzt gar nicht mehr. Das ist für sie mühsam und sie haben gelernt, dass es ohnedies nichts bringt. Sie kürzen das Gespräch ab, indem sie sagen: „Ich habe kein Problem damit!“

Wenn Sie diese Aussage hören, dann lohnt es sich, dem nachzugehen!

Das kann geschehen, indem Sie dranbleiben und nachfragen. Die nachfolgenden Fragen können helfen, den Raum in diesem Thema „aufzumachen“ und zu einer neuen Qualität in der Auseinandersetzung mit dem Thema zu kommen:

- „Wie denkst du über dieses Thema?“
- „Wie fühlst du dich, wenn du an dieses Thema denkst?“
- „Was wäre dir wichtig in diesem Thema?“
- „Wenn du dir wünschen könntest, wie es in Bezug auf dieses Thema sein sollte – wie wäre es dann?“
- „Was wäre dann anders? Woran würdest du merken, dass es anders geworden ist?“

Warum ist es wichtig dem nachzugehen, was hinter der Aussage steckt

Mit solchen Fragen können Sie also erfahren, wie es dem Gegenüber wirklich mit dem Thema geht. Sie erfahren, was sich über die Zeit aufgestaut hat wie das Gegenüber über dieses Thema wirklich denkt und wie die Gefühls- und Bedürfniswelt tatsächlich aussieht.

Das ist wichtig, weil die negative Energie in Bezug auf dieses Thema nicht verloren geht. Sie bleibt bei der Person (im System). Sie äußert sich in Frust, Demotivation, Enttäuschung, Resignation, Aggression und erzeugt Widerstand. Sie trägt – je nach Wichtigkeit des Themas – auch dazu bei, dass Konflikte entstehen, „sich eingraben“ oder größer werden.