

## Der Einsatz des virtuellen Denkraums in Alltag und Beruf.

Auf Grund der immer höher werdenden Komplexität der Anforderungen an unser Berufs- und Privatleben, haben wir gefühlt immer weniger Zeit. Der innere Druck steigt und wir versuchen Themen immer schneller „abzuhaken“ um in immer kürzerer Zeit mehr zu schaffen.

Es ist ein Fakt, dass die Qualität unseres Handelns davon abhängt, wie lange wir vorher darüber nachgedacht haben. Und wir merken es im Alltag selber, das beispielsweise in einem Gespräch der Gesprächspartner gerade mal so lange zuhört, bis er das Thema erfasst hat, um dann, während wir noch sprechen, bereits darüber nachzudenken, was er nun entgegen kann. Anstatt in aller Ruhe den Kommunikationspartner zu Ende sprechen zu lassen, sich die Zeit zu nehmen über das Gesagte nachzudenken um dann entsprechend zu reagieren, werden halb durchdachte Handlungen und Worte gesetzt, deren Auswirkungen wir in dem Moment noch gar nicht abschätzen können.

## Der virtuelle Denkraum

Nun gibt es glücklicher Weise in der Beratungs- und Coaching Branche den Trend zum virtuellen Denkraum („virtual thinking room“, kurz VITRO).

Es geht dabei um eine Sammlung von Handlungsanweisungen, die seit jeher fester Bestandteil des systemischen Coachings waren und sind. Dieses Wissen verbreitet sich nun auch langsam in anderen Bereichen, wie der Mitarbeiterführung oder der Familienarbeit.

Idealerweise kann der VITRO auch im Privatleben und in der Familie gelebt werden. Dazu gehört jedoch eine große Portion Reife und Reflektiertheit aller Beteiligten, was leider in den meisten Fällen nicht gegeben ist.

Ein Problem unserer Gesellschaft ist es nämlich, das die meisten Menschen nicht gelernt haben eigenständig zu denken. Schon in der Schule wird gefordert uns in ein System einzupassen, konform zu gehen. Eigene, kreative Ideen und stetiges Hinterfragen sind da oft nicht gewünscht. Passiert dies trotzdem, werden wir schnell zum „aufmümpfigen Störenfried“ degradiert.

## Funktionieren im Arbeitsalltag

Auch im Arbeitsumfeld wird erwartet das wir uns den Gegebenheiten anpassen und entsprechend funktionieren. Passiert dies nicht, ist man schnell als Querulant und „low performer“ abgestempelt. Es werden jene belohnt, die vorgegebene Erwartungen, ohne diese zu hinterfragen, möglichst schnell und günstig erfüllen können. Zusätzlich sieht es mit unserer Kommunikation meistens auch nicht gut aus: Wir unterbrechen andere, werfen eigene Ideen ein und stellen Fragen. Dies tun wir nicht um das Denken des anderen zu beflügeln, sondern nur um die eigenen Ansichten zu bestätigen. So kann jedoch nichts Neues entstehen.

Daher sollten der VITRO eingesetzt werden, damit Gesprächspartner sich gegenseitig beflügeln und nicht auf ausgetretene Pfade herabziehen.

## Zuhören & Austauschen

Diese „schöpferische Aufmerksamkeit“ des VITRO-Systems ist eine Art des Zuhörens und des kommunikativen Austauschens, die nicht das Ziel hat etwas zu erwidern, das eigene Know-how unter Beweis zu stellen oder mit besseren Ideen aufzutrumphen. Die meisten Menschen hören nämlich gerade so lange zu wie es nötig ist um die Essenz des Gesagten zu erfassen, und um dann Ihre Meinung überzustülpen.

Anbei nun die wichtigsten Regeln des VITRO. Wenn diese angewandt werden, ist es möglich jedem Beteiligten Raum zu lassen um auf Situationen angemessen, nach entsprechender „Nachdenkpause“, reagieren zu können, bzw. eigene Ideen zu entwickeln. Das vermindert zwar anfänglich die Reaktions- bzw. Ergebnislieferungszeiten, jedoch wiegen die Qualität der Ergebnisse, sowie das Fehlen von Fehleranfälligkeit, die spontanen und fehlerhaften „Schnellschüsse“ mehrfach auf.

## Die Regeln des VITRO (virtual thinking room)

1. **GLEICHHEIT:** Die Gesprächspartner behandeln sich gegenseitig als ebenbürtig. Egal ob Elternteil oder Kind, Angestellter oder Vorgesetzter. Und es werden die Vereinbarungen von allen eingehalten. Niemand spielt seine gesellschaftliche oder moralische Stellung gegen andere aus
2. **GELASSENHEIT:** Das Gespräch findet in einem Umfeld statt, das frei von Eile, Termindruck oder Dringlichkeit ist.
3. **ENVIRONMENT:** Das Umfeld ist ansprechende und spiegelt wieder wie wichtig das Gespräch ist
4. **AUFMERKSAMKEIT:** Jeder hört mit spürbarem Respekt zu und ohne zu unterbrechen. Erst wenn der Sprecher formuliert, dass er fertig ist mit seinen Ausführungen, kann darüber nachgedacht und entsprechende, unter Einhaltung dieser Regeln, geantwortet werden
5. **WERTSCHÄTZUNG:** Die Gesprächspartner erkennen die Qualitäten der anderen Kommunikationspartner explizit an und achten auf das richtige Verhältnis von Wertschätzung und Kritik (c.a. 5:1)
6. **ERMUTIGUNG:** Die Partner ermutigen sich ihre eigenen Ideen entstehen zu lassen und über das „übliche Denken“ hinauszugehen

7. **GEFÜHLE:** Der Ausdruck von Gefühlen ist jederzeit zuzulassen. Achtung! Gefühle auszudrücken darf nicht mit Wertungen verwechselt werden. Wenn jemand seiner Wut Ausdruck verleiht, sollte dies immer sachlich geschehen und nicht emotional-wertend.
8. **DIVERSITÄT:** Unterschiedliche Sichtweisen sind willkommen!
9. **GLAUBENSÄTZE:** Annahmen die unsere Fähigkeiten einschränken selbständig und kreativ zu denken, sollten aufgelöst werden.

-AML-