

BUCHFALL

Gefälligkeit als Verschleierung

26. Fall · Alexander

■ Mit Schaukasten: Das Antreiber-Konzept

O-TÖNE VON BERND AUS 36 FÄLLEN

“ Ich kann dir helfen, qualifiziert zu verzweifeln. Also Karfreitag ohne Wiederauferstehungsgarantie.

“ Zwickmühlen sind dein bevorzugtes Campingzelt.

“ Du hast das schnellste Pferd und willst, dass die Karawane hinterher galoppiert.

“ Als würdest du einer Katze mit ‚Sitz‘ und ‚bei Fuß‘ kommen.

“ An der Stelle gießt du Wasser in den Wein.

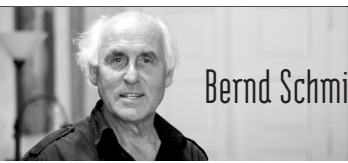
“ In eurer Familie ist viel unbeantwortete Liebe.

“ Da wirkst du wie ein Hund, der einen dicken Knochen gefunden hat, den er nicht mehr loslassen kann.

“ Ihr seid nicht leicht füreinander. Ihr seid einander Arbeit.

“ Du darfst klar sein, ohne auf stark zu machen.

“ Ich merke, wenn ich dir noch eine Weile so zuhöre, werde ich genauso ambivalent wie du.



Bernd Schmid 26. Fall

Alexander

**„Ich versuche immer, es allen
recht zu machen.“**



Bernd Schmid

"Vielleicht ist dein Gefälligkeitsthema auch
eine Verschleierungstaktik."



Kontext

- Alexander scheint den Antreiber zu haben, es allen recht machen zu wollen. Geschäftlich wie auch privat.
- Er will es ablegen, weiß aber nicht wie.



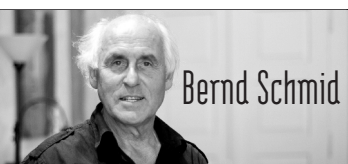
Fragen von Bernd

- Du willst es allen recht machen. Wo zeigt sich das konkret?
- Wenn es einem Mitarbeiter mit dir mal nicht so gut geht. Würdest du an deiner Fähigkeit zweifeln, es allen recht machen zu können?
- Wäre das schlimm, dass es einfacher klingt als es ist?
- Was für Bilder hast du, dass du denkst, es brauche Mut?
- Spricht da was dagegen, dass du dich mehr zeigst?



O-Töne von Alexander während des Beratungsprozesses

- Mir ist wichtig, dass es meinen Mitarbeitern mit mir gut geht. Ich bekomme das auch hin. Nur ist es sehr anstrengend.
- Ich habe Angst, dass ich meine guten Beziehungen aufs Spiel setze.
- Ich fresse viel in mich hinein.
- Meine Wut zu identifizieren und auf mich wirken zu lassen, erscheint mir zu einfach.



Empfehlungen/Einschätzungen/Hypothesen von Bernd

- Gewohnheiten spielen bei den Menschen eine größere Rolle als Motive. Gewohnheiten hatten vielleicht mal Motive. Sie lösen sich aber oft von den ursprünglichen Motiven ab. Du hast also oft das Problem, dass du dich umgewöhnen musst.
- Du kannst durchaus riskieren, die Leute freundlich auf kleiner Flamme zu rösten. Du brauchst keine Angst zu haben, dass dir viel Kraft verloren geht.
- Du könntest folgende Haltung einnehmen: „Ich lasse dich mal kommen und gucke, wie ich auf dich eingehe. Ich werde dir aber nicht vorsorglich den Beziehungsteppich ausrollen. Ich bin nicht unfreundlich, muss dich aber auch nicht ständig anlächeln“. Ich empfehle dir so eine Haltung zu üben und oft zu probieren. Dann siehst du selbst mit der Zeit, wie freundlich du sein möchtest. Du übst dich bewusst darin, wie sehr du gefallen willst – und handelst nicht im Reflex.
- Ein anderes Beispiel, eine neue Haltung einzuüben: „Leute, mir ist die Beziehung mit euch nach wie vor wichtig. Ich übernehme aber nicht eure Parts. Ihr braucht gar nicht so viel, wie ich denke und euch anbiete. Das weiß ich. Deswegen übe ich mich im Reduzieren. Wenn ihr merkt, dass es euch zu wenig ist, dann sagt es mir einfach“.
- Vielleicht ist dein Gefälligkeitsthema auch eine Verschleierungstaktik. Dann ist es gut, dass du dich mehr zeigst und mehr präsent bist. Du kommunizierst offen, dass du nicht mehr für jeden verfügbar bist.
- Ich habe das Gefühl, dass es dich fuchsig macht, wenn du dich nicht verstecken kannst.
- Ich erlebe dich gerade sehr präsent. Das ist schön. Ich fühle mich als dein Berater selbst fester, wenn du im Hier und Jetzt bist.
- Deine Wut kommt ab und zu hoch. Es kann sein, dass sie etwas anpikst.



Antreiber Konzept



Das Antreiber Konzept ist einer der wichtigen Persönlichkeitskonzepte, die am isb gelehrt werden. Auf unsere Website finden Sie viele Schriften und Audios. Wir unterscheiden fünf Antreiber. Deren Name ist Programm.

1. Sei perfekt
2. Sei stark
3. Streng dich an
4. Sei schnell
5. Sei gefällig

Essenzen zum Gefälligkeits-Antreiber:

- Der Selbstwert hängt davon ab, ob andere einen mögen.
- Man denkt viel aus der Position des anderen. Geht's dem anderen gut, geht's einem auch gut. Das beeinflusst die eigene Stimmung und das eigene Wohlbefinden.
- Man ist ständig bemüht, eine freundliche Atmosphäre herzustellen und niemanden zu beunruhigen.
- Bei Kritik wird man besonders freundlich - aber eher von Unsicherheit als von einer inneren Souveränität getragen.
- Es wird wenig Kontur gezeigt. Kontaktaufbau und Positionsabgleich ist für andere schwierig.
- Im Coaching würde man mit Erlaubnissen arbeiten: „Du darfst dein Profil zeigen. Du darfst Dich zu-MUT-en“.
- Wer sich mit seinen Ecken und Kanten zeigt, wird auch für andere interessant und kann einen Standpunkt einnehmen. Dadurch nehmen die anderen einen erst vollständig wahr.



Malik Minor (20) ist “Schatzheber”. Er sichtete Metaphern, Sinnsprüche und Juwelen aus hunderten Stunden von Bernd Schmid Beratungen.

Marc Minor ist der Vater von Malik. Er arbeitet seit knapp 20 Jahren als Lehrtrainer am Institut für systemische Beratung in Wiesloch (isb). Bernd Schmid ist sein Mentor und Leitstern.

Inspirator: Bernd Schmid. Er gründete das isb vor 40 Jahren. Er ist Pionier in der Coaching-Szene. Er wurde für zahlreiche systemische Modelle ausgezeichnet.

Erleben Sie die Highlights aus 36 Bernd Schmid Beratungen. Schauen Sie dem Profi über die Schulter. Bernd hat einen besonderen Berater-Stil. Er berät gerne direktiv. Er stellt seine Hypothesen rasch zur Verfügung.

“Mein Vater ist ein Arschloch”. “Mein Unternehmen befindet sich in einem Change-Prozess”. “Ich lade mir zu viel auf”. “Meine Schwiegermutter treibt mich in den Wahnsinn” ...
Und viele andere Fälle erwarten Sie...

