

## **2023 wird das Jahr des Friedens:**

### **Warum wir jedoch zunächst in unserem Umfeld Frieden schaffen sollten ...**

Keine Sorge! Zwar gibt es Gottseidank langsam auch beim Thema Ukrainekrieg Bewegung in Richtung Verhandlungslösung, aber das ist sicher nicht Gegenstand dieses Newsletters.

Da wir jeden Tag schlechte Nachrichten genug bekommen, kommt jetzt eine gute: Wir können einen entscheidenden Beitrag auch zum großen Frieden leisten, indem wir den kleinen Frieden in unserem Umfeld fördern. Es geht es gar nicht darum, ob Sie diesen Satz sofort für wahr erachten. Ich erinnere nur an die Theorie vom Flügelschlag des Schmetterlings über den Philippinen, der auch das Wetter bei uns beeinflusst. Ganz sicher wird es jedoch für Sie und Ihren Gesundheitszustand bzw. Ihre Gemütsverfassung von Segen sein, bestehende Konflikte zeitnah zu bearbeiten.

Im letzten Newsletter habe ich von den Energiedieb\*innen an Weihnachten geschrieben; ich hoffe, Sie hatten ein schönes Fest, aber sollte es doch irgendwo geknirscht haben, dann ist es ganz sicher ein kleines Feuerwerk zum Jahreswechsel, das Sie daran erinnert, dass es hier unbearbeitete Baustellen gibt.

Wichtig ist jedoch anzuerkennen, dass wenn man mit einem Finger auf jemanden anderen zeigt, immer drei Finger auf einen selbst zeigen. Will sagen: Konflikte bieten uns durchaus hervorragende Lernchancen, andere Verhaltensweisen anzunehmen, um entspannter mit herausfordernden Situationen umgehen zu können.

Auch die Beziehungen am Arbeitsplatz sind häufig von niederschweligen oder auch von virulenten Konflikten geprägt. Und Konflikte erzeugen eben nicht nur wärmende Reibung, sondern starke Motivation und Energieverluste.

Insofern ist es nicht nur schädlich, permanent schlechte Nachrichten im Fernsehen anzusehen. Sondern es ist noch viel schädlicher, die Kleinkriege in unserem Umfeld einfach nur auszuhalten, sich wegzuducken und zu hoffen, dass sie von selber vorbeigehen. Die unangenehme Eigenart von Konflikten ist, dass sie wie Krebsgeschwüre wachsen, wenn man sie nicht bearbeitet.

Insofern möchte ich Sie herzlich einladen, Ihre Vorsätze für dieses neue Jahr dadurch anzureichern, dass Sie mehr Frieden in Ihrem Umfeld schaffen.

Als ich vor mehr als 20 Jahren die Ehre hatte, in Harvard eine Verhandlungsausbildung zu machen, hat sich für mich eine ganz neue Welt aufgetan. Die legendären Harvard-Profis, die den Frieden zwischen Israel und seinen Nachbarn mit den Camp-David-Verhandlungen möglich gemacht haben, haben auch mir den Blickwinkel auf das Ziel einer WIN-WIN-Solution, auf das Anerkennen der eigenen Rolle im Konflikt und auf die hohe Bedeutung der emotionalen Ebene in menschlichen Auseinandersetzungen geöffnet. Auch der Ukrainekrieg

ist letztlich eine Folge verletzter Gefühle auf beiden Seiten und von emotional-egoistischen Interessen Dritter...

Insofern ist die tatsächlich auf den ersten Blick etwas anstrengende Nachricht: Sie sind immer Mit-VerursacherIn eines Konflikts! Die gute Nachricht daran ist jedoch, dass auch Sie Teil der Lösung sind, d.h. dass Sie jederzeit in der Lage sind, laufende Konflikte zu beeinflussen. Für den Arbeitsplatz bedeutet dies, dass Sie nicht zwingend selbst als Führungskraft Konflikte lösen müssen. Sie müssen sie aber immer einer Lösung zu führen. Im Privatleben gilt dasselbe: Wichtig ist, die Konflikte einer Lösung zuzuführen, und nicht darauf zu hoffen, dass sie sich wie von selbst erledigen werden.

Natürlich ist das ganze Leben ein Konflikt! Denn Konflikt (von lateinisch *confligere*) bedeutet nichts anderes als das Aufeinandertreffen verschiedener Interessen. Spannend wird es aber dann, wenn Emotionen beteiligt sind, d.h. unbewusste Gefühle, die uns zu unbewusstem Handeln verleiten.

An dieser Stelle möchte ich Sie lediglich auf den 1. , aber wesentlichen Schritt hinweisen, der Konflikte verhindern oder beim Ausbruch eindämmen kann: Kommunikation! Bei den vielen Anrufen, die mich als Berater erreichen, wo es schon um Kündigung oder heiße Konflikte geht, finde ich stets dieselbe Ursache: Die Beteiligten haben viel zu spät offen über die anstehenden Themen gesprochen!

Häufig steckt Angst dahinter, verletzt zu werden oder den anderen zu verletzen, und dadurch die Sache schlimmer zu machen. Dies ist auch nicht ganz unberechtigt, da wenn Emotionen im Spiel sind, eine klare Kommunikation auf Sachebene häufig gar nicht mehr möglich ist. Des Weiteren ist es natürlich immer die Frage, ob das was Sie meinen, auch tatsächlich so beim Anderen ankommt, Stichwort: Empfänger-Filter.

Diesen potentiellen Hürden kann man jedoch vorbeugen, wenn man sich eine Gesprächsstruktur gibt. Ich weise an dieser Stelle auf das OTHELLO-Tool hin, das Sie sich auf meiner Anwaltswebsite herunterladen können. Sie müssen kein/e ausgebildete/r Mediator/in sein, um eine Struktur mit diesem Tool in Ihre Gespräche hineinzubringen. Und es bekommt noch eine spielerische Komponente, gemeinsam dieses Tool zu nutzen.

Ich möchte Sie deshalb herzlich einladen, falls Sie diese Worte berührt haben, und Sie schon lange die Nase von schwelenden Auseinandersetzungen voll haben, meinen neuen SoulTalk anzuhören, den Sie auf unserer Website beim Soulfood finden können. Dort finden Sie auch den Link zum OTHELLO-Tool.

Bei unseren 2,5-Stunden-Webinaren finden Sie auch zwei Angebote zum Thema Konfliktprävention und Konfliktlösung. Aus der Erfahrung der Vergangenheit hat sich gezeigt, dass Führungskräfte, die zumindest eine Grundkenntnis über den Umgang mit Konflikten haben, die besseren Motivator\*innen sind. Und da das Betriebsklima auch für die Arbeitsergebnisse entscheidend ist, lege ich Ihnen dringend ans Herz, trotz der zeitlichen Herausforderungen ein solches Webinar für alle Ihre Führungskräfte zu buchen. Die Erkenntnisse daraus werden nicht nur Ihre Arbeitsbeziehungen optimieren, sondern ganz sicher auch positive Wirkung auf Ihr Privatleben haben ...

In diesem friedvollen Sinne wünsche ich Ihnen ein möglichst freudvolles und entspanntes neues Jahr.

Herzlichst

Ihr Sven thanheiser