

# Die richtige Frage zur richtigen Zeit

## Der Unterschied

Loben	Wertschätzen
<b>Handlungs-Ebene</b>	<b>Seins-Ebene</b>
Was wir machen.  • Handlung • Sichtbar – Beobachtbar • Fähigkeiten/Kompetenz	Was wir sind.  • Wesen • Sein • Eigenschaften
<b>Sie machen ...</b>	<b>Sie sind ...</b>

Vielleicht hast du das inzwischen auch schon erlebt? Du unterhältst dich mit einem Freund oder Bekannten, du hast einen sehr guten Rapport hergestellt und dein Freund fühlt sich bei dir so gut aufgehoben, dass er dir von seinem Problem in seiner Arbeit erzählt und dich um Rat fragt.

Die Frage ist dann in etwa so? „Was könnte ich nur tun, damit ich endlich von meinem Vorgesetzten die Wertschätzung bekomme, die ich verdiene?“

Jetzt hast du schon einige NLP-Formate gelernt und vielleicht fallen dir auch gerade jetzt schon ein paar ein, die gut passen könnten. Doch Vorsicht! Etwas stimmt bei den Veränderungswünschen deines Gegenübers nicht!

Richtig erkannt. Dein Gesprächspartner wünscht sich zwar Veränderung und ist auch bereit etwas dafür zu tun. Aber: Die eigentliche Veränderung soll bei jemand anderen stattfinden. Dein Gesprächspartner will erreichen, dass sich andere Menschen ihm gegenüber anders verhalten.

Das ist deinem Bekannten jedoch nicht bewusst. Genauswenig wie die Tatsache, dass er sich mit dieser Hoffnung selbst ein Bein stellt.

Er wartet nämlich darauf, dass jemand anderes (in diesem Fall sein Vorgesetzter) dafür sorgt, dass er sich gut fühlen kann. Und genau dadurch macht dein Gesprächspartner sein eigenes Wohl abhängig vom Verhalten einer anderen Person.

Wie kannst du ihm nun helfen? Erinnere dich bitte an das Prinzip der Ursache-Wirkung aus dem Metamodell. Hinterfrage also zunächst:

„Was genau erwartest du denn von XY, damit du dich wertgeschätzt fühlen kannst?“

Als nächstes kannst du versuchen deinen Gesprächspartner so zu leaden, dass er wieder für sich selbst verantwortlich sein kann. Hier ein Beispiel:

„Was genau erwartest du denn von XY, damit du dich wertgeschätzt fühlen kannst?“

„Er müsste halt auch mal ein Lob aussprechen.“

„Heißt das, dass du das Lob von XY brauchst, um das Gefühl zu haben ein wertvoller Mensch zu sein?“

„Hm, ja so ausgedrückt eigentlich schon.“

„Möchtest du weiterhin in der Abhängigkeit vom Lob anderer bleiben?“

„Nein, auf keinen Fall.“

„Super. Also was könntest du nun tun um für dich zu entdecken, dass du ein wertvoller Mensch bist?“

Ich wünsche dir viel Freude beim Anwenden deiner NLP-Kenntnisse.

Tanja