Strukturierter Perspektivwechsel

1. Organisatorisches

Sie brauchen 3 Blätter oder Moderationskarten, 1 Stift, etwas Platz auf dem Boden und ca. 20 Minuten Zeit.
Schreiben Sie auf 1 Karte Ihren Namen, auf die andere den Ihres Gegenübers und auf die 3. Karte „Meta-Mirror". Legen Sie dann alle 3 Karten auf den Boden.

2. Perspektive des Gegenübers

Stellen Sie sich auf die Position Ihres Gegenübers und fragen Sie sich:

- Wie sieht er/sie mich? Was sieht die Person in mir?
- Was hat man von mir ganz konkret?
- Wie könnte man mir helfen?
- Was schätzt die Person an mir?
- Warum würde sie mich empfehlen?
- Etc.

Wenn diese Perspektive gesättigt ist: Wechseln Sie die Position und stellen sich auf Ihre eigene Perspektive.

3. Eigene Perspektive

Befragen Sie sich dann:

- Wie fühlt sich die Position an?
- Können Sie die Erwartungen Ihres Gegenübers erfüllen?
- Was erwarten Sie? Und warum?
- Möchten Sie sie unterstützen?
- Wie können Sie ihr konkret helfen?
- Was hält Sie ab?
- Etc.

Wenn Sie hier fertig sind und keine neuen Erkenntnisse mehr haben, dann gehen Sie auf den Meta-Mirror.

4. Meta-Mirror

Befragen Sie sich aus dieser Perspektive bzw. beschreiben Sie aus einer Metaperspektive:

- Was sehen Sie rein sachlich?
- Was sind nächste Schritte?
- Was fällt auf?
- Wie interagieren die beiden?
- Etc.

© ludewig.team

5. Wiederholung und Variation

Wiederholen Sie diese Übung noch einmal und schauen Sie, wie sich die Wahrnehmungen jeweils verändern. Und bitte – falls Sie mögen und jemand in der Nähe ist – können Sie jemanden bitten, Sie durch die Übung zu leiten.

6. Ergebnissicherung

Bündeln Sie am Ende der Übung Ihre Erkenntnisse bezüglich Ihres Ziels im Kurs!

Was sind zentrale Ergebnisse? Und welche nächsten Schritte möchten Sie gehen, damit Sie Ihr Ziel erreichen?

Hier ist Platz für Notizen:

© ludewig.team