

"Welcher Hut steht mir gut"



Im Leben gibt es Rollen (Hüte) die wir für eine gewisse Zeiten und Situationen auszufüllen haben. Eine Rolle kann uns inneren Halt, Schutz und ein Gefühl von Wert vermitteln. Sie beinhaltet bestimmte Anforderungen, Aufgaben, Zuständigkeiten und Grenzen. Unsere Rollen können uns gleichzeitig einen Schutzraum bieten, der uns eine klare Stellung innerhalb unserer Beziehungen zuweist und uns einen bestimmten Wert verleihen. Rollen schaffen Struktur und Klarheit auf Beziehungsebene, lassen zudem eine schützende Distanz zum Gegenüber entstehen. Wir können viel Stress, Ärger und Streit vermeiden, wenn wir uns intensiv mit dem Thema „Rollen im Leben“ auseinandersetzen würden. Vor allem sollten wir aber immer daran denken, dass wir diese Rolle nur für eine gewisse Zeit spielen und nicht die Rolle sind. Das bedeutet, dass wir uns bewusst machen, dass wir tragen in dieser Zeit nur einen besonderen Hut, der für die Situation angemessen ist und den wir wieder ablegen, wenn wir die Situation wieder verlassen. Das bedeutet: Sobald die Situation beendet ist, ist auch die Rolle beendet.

Jede Rolle ist mit Aufgaben besetzt- diese enden mit Beendigung der Rolle

Doch auch wenn das Bekleiden von Rollen ein wichtiger Bestandteil von Beziehung ist und uns Sicherheit und Wert vermittelt, ist die Identifikation mit einer Rolle immer auch eine Gefahr. Wenn wir zu sehr mit unseren Rollen identifiziert sind, können sie Offenheit dem Leben gegenüber verhindern. Wir nehmen alles nur noch auf Basis dieser Rolle wahr. Das verführt uns dazu, dass wir unsere Rolle verlassen, die Grenzen anderer überschreiten, in deren Rollen und Zuständigkeitsbereiche ungefragt eindringen.





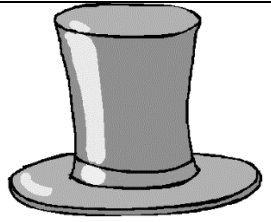
Wir sollten immer fragen:

Erstens:	Zweitens:
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Rolle will, oder muss ich wann bekleiden? 	<ul style="list-style-type: none"> • Welche Aufgaben und Zuständigkeitsbereiche meiner Rolle verbinden sich mit meiner Rolle? Bin ich bereit die sich daraus ergebenden Aufgaben zu erfüllen?
<ul style="list-style-type: none"> • Welche Rolle sollte ich wann ausfüllen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Wo liegen die Zuständigkeiten meiner verschiedenen Rollen?
<ul style="list-style-type: none"> • Wann und wo muss ich meine Rolle ablegen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Wo die Grenzen? Wann überschreite ich die Zuständigkeit und Grenzen meiner Rollen?
<ul style="list-style-type: none"> • Wann ist ein Agieren aus einer gewissen Rolle heraus unangemessen? 	<ul style="list-style-type: none"> • Was passiert mit mir und mit anderen, wenn ich die Rolle zur falschen Zeit, oder Situation einnehme?
<ul style="list-style-type: none"> • Was geschieht, wenn ich die Welt nur aus meiner Rolle heraus wahrnehme? 	<ul style="list-style-type: none"> • Wie verhindert die Fixierung auf meine Rollen „Offenheit dem Anderen gegenüber? Wann hindert sie mich an Lebendigkeit?
<ul style="list-style-type: none"> • Was geschieht, wenn ich alles meiner Rolle heraus zuhöre? 	<ul style="list-style-type: none"> • Wie verhindern meine Rollen ein aktives Zuhören oder mein präsentsein?
<ul style="list-style-type: none"> • Was ist, wenn ich die Rolle verliere? 	<ul style="list-style-type: none"> • Was bleibt von mir übrig, wenn ich die Rolle nicht mehr bekleiden kann/darf.
<ul style="list-style-type: none"> • 	<ul style="list-style-type: none"> •

Schulungsunterlagen: Rolle -Rollen- Auftrags- und Aufgabenklarheit:

				
<p>Meine Rolle (als Chef)</p>	<p>Meine Rolle (als Arbeitnehmer)</p>	<p>Meine Rolle (Z.B als Kollege)</p>	<p>Meine Rolle (Z.B als Partner)</p>	<p>Meine Rolle (als Partnerin)</p>
Aufgaben:	Aufgaben:	Aufgaben:	Aufgaben:	Aufgaben:
Verantwortung:	Verantwortung:	Verantwortung:	Verantwortung:	Verantwortung:
Grenze:	Grenze:	Grenze:	Grenze:	Grenze:
Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs

Schulungsunterlagen: Rolle -Rollen- Auftrags- und Aufgabenklarheit:

				
Meine Rolle (Z.B als Vater)	Meine Rolle (Z.B als Mutter)	Meine Rolle (Z.B als Pflegekraft)	Meine Rolle (Z.B als Kind)	sonstige...
Aufgaben	Aufgaben	Aufgaben	Aufgaben	
Verantwortung:	Verantwortung:	Verantwortung:	Verantwortung:	
Grenze:	Grenze:	Grenze:	Grenze:	
Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	Grenzüberschreitung: NO GOs	