



Haltung in der Zusammenarbeit mit Klienten

Haltung um zu „halten“

Anja Buran

exam. Krankenschwester, Case Managerin(DGCC),
Schwerpunkt psychologische Gesundheitsförderung und Palliativ Care



Überblick

- Empathie
- Toleranz
- Ermutigung
- Achtsamkeit
- Wahrhaftigkeit



Empathie

Wirkung auf den Gesprächspartner

- ✓ **Mitgefühl**
 - ✓ Nicht Mitleid
 - ✓ Ziel ist die Erkenntnis selbst zu finden
- ✓ **Akzeptanz**
 - ✓ Nicht bestimmen
 - ✓ Grenzen benennen
- ✓ **Hinwendung**
 - ✓ Einfühlender Blick von der Metaebene
 - ✓ Durch die Augen des „Anderen“ schauen



Toleranz

Intoleranz führt zu Konflikten

Negative Assoziationen

Gewinn
Verlust
Konkurrenz
Destruktion
Niederlage

Positive Assoziationen

Lösungsorientiert
Kooperation
Gemeinschaft
Konstruktiv
Ressourcen



Wenn der Wind der Veränderung weht,
bauen die einen Mauern und die anderen
Windmühlen.

Chinesisches Sprichwort





Ziel aus verschiedenen Blickrichtungen

Konflikte zeigen:

Menschen mit verschiedenen Wahrnehmungen, Zielen, Stimmungen und Informationen

Konflikte werden:

Zu allen Zeiten existieren unabhängig von Wirtschaftslage und Entwicklungsstand

Konflikte sind:

Produktiv, wenn sie zu Wandel, Lernprozessen, Innovation und positiver Anpassung führen



Ermutigung

- Menschen durch die Haltung der Ermutigung positiv unterstützen
- Fähigkeit an den Veränderung des Lebens zu wachsen
- Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen
- Vertrauen und Zuversicht finden Raum in der Ermutigung
- Zufriedenheit etwas positiv bewirkt zu haben



Mut ist aber ein Ausdruck
von Selbstvertrauen und
entsteht demnach aus
Deinem Glauben an Deine
Fähigkeit.
Ohne Selbstvertrauen kein
Mut.

Theo Schönaker

© Anja Buran





Achtsamkeit

Volle Aufmerksamkeit auf eine bestimmte
Situation oder Lebenslage

- Beobachten
- Fühlen
- Entschleunigen



Beobachten: Wo soll ich hin?



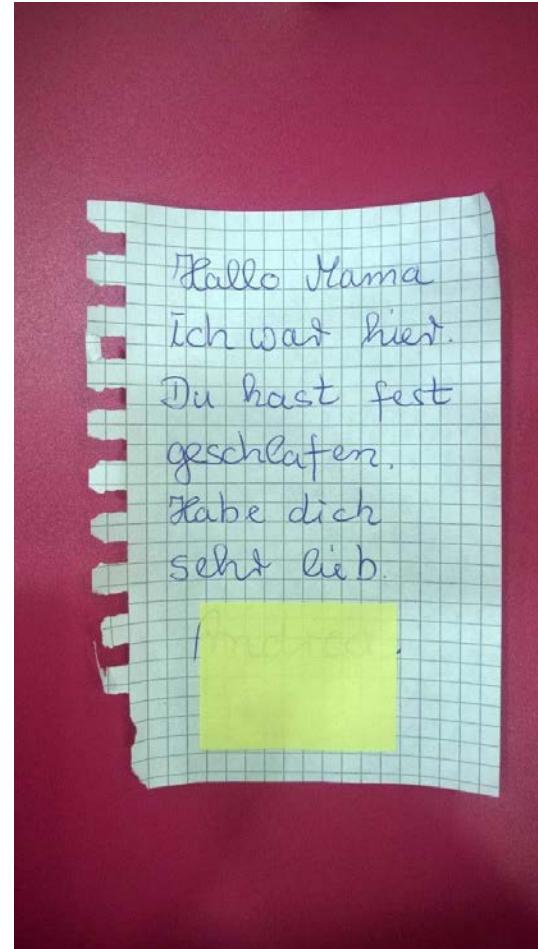


Beobachten

- Offen aber konstruktiv mit den Menschen sprechen, auch unangenehme Bereiche
- Die Situation beschreiben
- konkret sein
- Subjektiv formulieren



Fühlen





Fühlen

- Lebensumstände mitgestalten
- Erwartungen kennen und einen gemeinsamen Nenner finden
- Ruhig mal etwas wagen und ungewohnte Muster versuchen



Entschleunigen





Endschleunigen

- Neue Perspektiven entwickeln
- Lebenskrisen und Schwierigkeiten mit Sinn füllen
- Entscheidungen treffen und motivieren, wieder selbst zu leben und nicht leben lassen



Wahrhaftigkeit

- Selbstbild
- Kritisch bleiben
- Toleranz mit sich
- Eigene positive Haltung
- Entwicklungschance



Meine Rolle finden





Selbstbild

Der Weg zur inneren Zufriedenheit durch:

- Erneuerbare Lebenshaltung
- Bausteine des Lebens , ein Fundament
- Lebensgemeinschaften erneuern
- Positives Selbstverständnis



Ich bin nicht alleine





Kritisch aber nicht anmaßend

- Netzwerk für Veränderungen
- Aufgaben bieten Chancen
- Intervention bieten Erneuerung



Tolerant mit sich selbst

- Lebensmodelle dürfen sich verändern, auch bei mir
- Verschiedene Einstellungen von Menschen bereichern mein Leben
- Eigene Wünsche haben eine Berechtigung
- Mal „5“ gerade sein lassen



„Bauchgefühl“ wieder finden

- nicht alles ist erklärbar
- wahrnehmen und kommunizieren
 - Weinen, Wut, Angst
- Mut zu subjektiven Einschätzungen
 - Ich habe das Gefühl das....

Unbewusst das Richtige tun !



Entwicklung einer positiven Haltung

- Glück spüren mit der Kraft der Zufriedenheit
- Sich selbst wichtig nehmen
- Mit dem Wissen das Veränderung immer eine Chance auf Erneuerung ist
- Mutig zu sein und an den Sinn meines Lebens zu glauben
- ICH bin ein Teil der Weltgemeinschaft



Mut tut gut!

Case Management Märkische Kliniken GmbH



© Anja Buran



Update für Haltung

- Erlebtes erkennen und annehmen
- Herausforderung annehmen
- Wachsen und gestalten
- Sich selbst mal wieder herausfordern im Selbstversuch

Positive HALTUNG herunter laden



Vielen Dank für ihre Aufmerksamkeit

**Wer das Ziel kennt, kann entscheiden,
Wer entscheidet, findet Ruhe,
Wer Ruhe findet, ist sicher
Wer sicher ist, kann überlegen,
Wer überlegt, kann verbessern.**

Konfuzius