

NEUES VON DER KUNST, ZU FÜHREN UND SICH FÜHREN ZU LASSEN



Liebe(r) Franz Fendel, guten Tag!

Erinnern Sie sich noch an **die vier unerbittlichen Blockadekräfte** aus dem Oktober-Newsletter 2017? Sie traten auf als Apokalyptische Reiter, und sie erinnern uns auch an die Dementoren bei Harry Potter: Wesen, die die Macht haben, andere so in ihren Bann zu ziehen, dass diese den Zugang zu ihren eigenen Kräften völlig verlieren.

So ähnlich kann es sein, wenn man einer dieser Blockadekräfte begegnet.

Im Laufe dieses Jahres, das wir dem Coolspot-Management® gewidmet haben, stellten wir fest, dass dies nicht unbedingt Begegnungen mit anderen Menschen sein müssen. Nein, es können auch Begegnungen mit sich selbst sein. Mit Übung (und gutem Willen) kann man diese Blockadekräfte nämlich auch im eigenen Inneren wahrnehmen. Das ist nicht angenehm, hat aber den Vorteil, dass man die Situation leichter selbst gestalten kann.

Was geschieht, wenn man eine dieser Kräfte in sich spürt - aggressive Kritik gegen den Vorschlag einer maßgeblichen Person ("vollkommen schwachsinnig!"), instinktive Abwehr eines (vermeintlichen?) Übergriffs - oder auch heftige Unlust gegenüber plötzlichen, zum Beispiel weihnachtlich begründeten Friedensappellen innerhalb der Familie ("das sagen ja die Richtigen!")?

Es ist ein weites Feld ...

Inhalt

Unerbittliche Blockadekräfte transformieren

Selbst-Coaching für wirksames Führen

Team-Workshops: Ein sicherer Weg zu genialen Lösungen

Kreis ohne Namen

Zum Lesen und Erkunden

[Newsletter als pdf drucken](#)

[Archiv früherer Newsletter](#)

Unsere Arbeitsfelder

Potenzial-Entwicklung, Veränderung & Wachstum, Team-Entwicklung, Lösungswege aus Konflikten, Strategie & Business-Development & Stakeholder Management

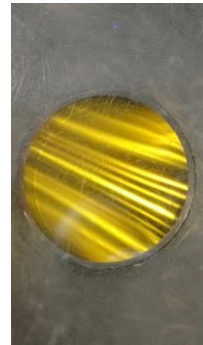
Immer wenn gutes Führen und gutes Zusammenarbeiten entscheidende Erfolgsfaktoren sein sollen, unterstützt Sie **Fendel & Partner** mit

Beratung	Coaching
Facilitation & Moderation	Kommunikation
Team-Coaching	Leadership-Ausbildung
XING Coach Dorothée	XING Coach Franz

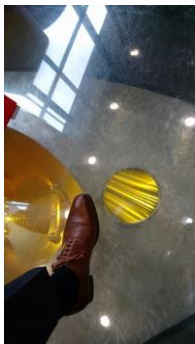
Zorn und Wut, Opfer und Hilflosigkeit

Da bekommt jemand eine Nachricht, bei deren Lektüre er aufstöhnt und sein Blick sich verdüstert. Ohne eine Sekunde zu überlegen, hämmert er wütend eine Antwort-Mail in seine Tastatur.

Eine Stunde später stellt er sich die Frage: Warum reagiere ich eigentlich so aggressiv? Wäre Schweigen nicht besser gewesen? Die Antwort kommt schnell: weil ich mich abschotten will und mich einer Nähe verweigere, die ich als übergriffig empfinde ([Stone Walling = Nummer drei der unerbittlichen Vier](#)). So lange ich nicht spüren kann, dass mein fachlicher Zwist mit dieser Person auf einem Lösungsweg ist, will ich mich nicht auf ein emotionales Nebengleis ziehen lassen ("wir kennen uns doch schon so lange, nun sei mal nicht so ...").



Solche Vorschläge zur Verkürzung von Entscheidungswegen wollen Hindernisse übergehen, statt sie zu respektieren. Wer dann Gegenwehr leistet und blockiert, trifft oft auf heftigen Widerstand - und kann daran erkennen, wie stark die eigene Kraft wirkt. Respekt! In der obigen Geschichte kam ziemlich schnell eine ebenfalls wütende Mail zurück. Hm.



Eine feine Möglichkeit, jetzt weiterzukommen und dabei auch noch etwas zu lernen: rein in den internen Online-Modus und als erstes die eigene Hilflosigkeit spüren.

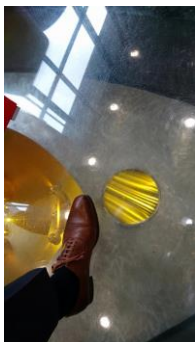
Hilflosigkeit ist keine Schwäche, sondern braucht Respekt. Sich selbst zu respektieren ist schon der Beginn innerer Arbeit und macht [den internen Online-Modus](#) zugänglich, der wieder Gestaltungsspielraum eröffnet.

Der Protagonist der obigen Geschichte spürte seine heil- und hilflose Wut, dann, nach einmal-drüber-Schlafen nur noch Hilflosigkeit. Das weckte ihn aus seiner Opfer-und-Wut-Trance und schärfte seine

Wahrnehmung.

Wahrnehmen - respektieren - nutzen

Das war der Dreisprung, den wir im [Oktober 2017](#) gefunden hatten, um mit unerbittlichen Blockadekräften umzugehen, die von außen kommen. Nicht sehr verwunderlich, dass er ebenso hilfreich für den Umgang mit sich selbst ist.



Also **wahrnehmen**. Die eigene Hilflosigkeit und Verletzlichkeit wahrnehmen. Und für möglich halten, dass auch die Gegenseite hilflos sein könnte.

Das **respektieren**: "Ok, so ist es nun also. Und was tue ich jetzt damit?"

Und es **nutzen**: "Ich nehme diesen Mist mal als Signal dafür, dass ich hier was lernen und daran wachsen kann. Wie könnte ich das anstellen?"

Entscheiden



Entscheiden Sie sich dafür, aktiv zu werden, Ihre Möglichkeiten zu nutzen, selbst zu gestalten, Antworten auf die Herausforderung zu finden. Nutzen Sie dazu Ihren internen Online-Modus, in dem Ihnen alles zur Verfügung steht, was Sie ausmacht und auszeichnet. Dann können Sie auch spüren, dass es etwas gibt, das Sie vor Verletzungen wirksam schützt: Ihre Verletzlichkeit. Ihre Stärke kommt nämlich, ebenso wie Ihre Hilfslosigkeit, von innen.

So kann Ihnen ein Angriff von innen oder von außen zu einer klaren Position verhelfen, die Sie kommunizieren können. Dadurch bekommt auch der Angreifer Raum, um sich auszudrücken. Ihrer beider Positionen und Ihre Beziehung bekommen eine neue Basis. Distanz wird gehalten und Nähe ermöglicht.

So ging es weiter

Unser Protagonist schrieb eine Mail, in der er seinen inneren Zustand klar kommunizierte: "Ich fühlte mich überrumpelt, denn meine Bedenken wurden übergangen. Deshalb bin ich so wütend geworden und habe erstmal alles abgeblockt. Ich verstehe, dass Du das Problem schnell lösen möchtest, aber mir geht es darum, eine Lösung finden, die alle überzeugt. Sonst bekommen wir sofort wieder neue Probleme. Ich will Antworten auf meine Fragen, bevor ich entscheide. Das sind die Fragen, die ich mit dir klären muss:... Und hier sind meine Vorschläge zur Lösung:..."

Selbst-Coaching für wirksamen Führen



Vielleicht haben Sie in den Weihnachtsferien mal Zeit und Lust, sich mit Ihrem internen Online-Modus zu beschäftigen. Er ist auch im Fall von Familiendynamiken hilfreich. Hier ist eine Übung dazu:

Den eigenen internen Online-Modus kennenlernen

Team-Workshops: Ein Raum für gute Kommunikation



Ob kleineres oder größeres Setting: in einem Meeting im Kreis-Format zu arbeiten, schafft einen Raum. Um etwas Wichtiges

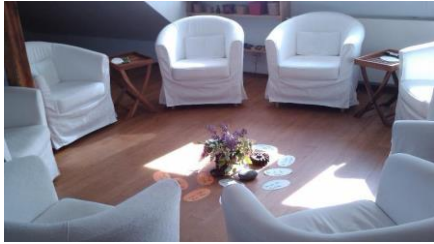


wirklich in Bewegung zu bringen, für Beschleunigung, für Coolspots und konstruktives Miteinander. Für echte Transformationen.

Wir facilitieren Ihr Team-Meeting: alles Wissen ist im Kreis versammelt; alle Positionen kommen zu Wort; Coolspots werden möglich; es entstehen Ergebnisse; nächste Schritte werden beschlossen; die Akteure wissen, was zu tun ist und tun es.

Kontakt: service@fendel-und-partner.de oder +49 6151 976 9137

Aktuelle Workshops Kreis ohne Namen



Am 28. Januar gibt es den ersten **Kreis ohne Namen** im neuen Jahr. Wer mit spielerischer Leichtigkeit in essentielle Fragestellungen eintauchen möchte, sich neue Perspektiven wünscht und Spaß an beflügelndem Austausch und Coolspots hat, ist hier genau richtig.

Am **28. Januar 2019** dürfen die Blockadekräfte auftreten, wenn sie wollen. Und wenn **Sie** es wollen. Es sind nicht immer nur die anderen, die alles blockieren. Nein, auch jede/r von uns muss manchmal kräftig die Bremse ziehen. Aus sehr guten Gründen.

Damit und auch mit allem anderen, das Sie mitbringen, wollen wir uns am 28. Januar beschäftigen. Freuen Sie sich auf einen besonderen Abend.

Und vergessen Sie nicht, sich spätestens bis zum 25.01.2019 **hier** anzumelden.
Kostenbeitrag: 30 €

Wir wünschen Ihnen einen guten Ausklang des Jahres, fröhliche Weihnachten und einen guten Start für 2019.

Mit herzlichen Grüßen
Ihre Dorothee Fendel und Franz Fendel

Sprechen Sie uns gern an, empfehlen Sie uns und verweisen Sie auf unsere Website www.kunst-des-zusammenarbeitens.de. Wir sind gern für Sie da, wenn Sie uns brauchen. Auch unter: [XING Coach Dorothee](#), [XING Coach Franz](#)



FENDEL & PARTNER
UNTERNEHMENSBERATUNG

Zum Lesen und Erkunden



Knowhow, wie man **Glück zum kulturellen Erfolgsfaktor** macht. **Hier finden Sie alles zum Coolspot-Management®.** Zum Umgang mit Hotspots. Zum aufregenden Weg durch Blindspots. Zum Arbeiten in komplexen und dynamischen Feldern. Und dazu gibt es auch ein Toolkit, fragen Sie uns einfach danach.



Blick ins Buch

Die Kunst des Zusammenarbeitens.
Sich selbst und andere wirksam führen.

Überall zu kaufen: [Buch7](#), [Amazon](#),
bei ihrem [Lieblingsbuchhändler](#) oder **über uns**.
www.kunst-des-zusammenarbeitens.de/das-buch/

Das sind die Arbeitsfelder, in denen wir Sie unterstützen



Potential-Entwicklung



Veränderung & qualitatives Wachstum



Team-Entwicklung



Lösungswege aus Konflikten & Blockaden



Strategie & Business Development & Stakeholder Management

Das sind unsere Leistungen

Beratung Coaching Facilitation & Moderation Kommunikation

Leadership-Ausbildung Team-Coaching Workshops

Schnelle Links

[Fendel & Partner](#)

[Akademie](#)

[Newsletter-Archiv](#)

[Datenschutzerklärung](#)



Join Our
Mailing List

+ 49 6151 9769137 und 9769136 | service@fendel-und-partner.de