

6 Ratschläge für mehr Arbeitslust bei unangenehmen Projektauftraggebern

1. Tapfer statt Opfer

Man wird nicht nur schlecht geführt – man lässt sich auch schlecht führen. Hilfreich zur Verbesserung sind die Antworten auf folgende Fragen:

- arbeite ich schnell genug – oder vielleicht doch ein bisschen zu gründlich?
- kommuniziere ich meine Pläne – oder neige ich zu Alleingängen?
- wirke ich selbstbewusst genug – oder überschreiten andere meine Grenze, weil ich sie nicht deutlich genug ziehe?
- Wie gehen andere Kollegen mit ähnlichen Situationen um?
- Welche Verhaltensweisen lassen sich von anderen übernehmen?

2. Wünsch dir was

Motzen macht Probleme grösser, nicht kleiner. Besser: man nimmt einen Zettel, zieht einen Vertikalstrich in der Mitte und schreibt in die linke Spalte, alles was nervt und in der rechten Spalte welches Verhalten man sich dafür wünscht:

| Was mich am Projektauftraggeber aufregt | Stattdessen wünsche ich mir |
|---|-----------------------------|
| | |

Diese Liste mit dem Projektauftraggeber besprechen und damit zeigen, wie viel einem an der Qualität der Arbeit und der Zusammenarbeit liegt.

3. Projektauftraggeberschwäche als Chance

Wer über die Schwächen des Projektauftraggebers herzieht, ändert nichts. Wer diese Schwächen ausgleicht, leidet weniger unter ihnen und erfährt mehr Wertschätzung. Am besten geht man seine Schwächen durch und fragt sich: wo kann man ihn mit Fachwissen, Talent, Erfahrung unterstützen.

4. Lob aktiv einholen

Anstatt auf Lob zu warten, welches sehr selten unaufgefordert ausgesprochen wird, die Zufriedenheit abholen. Fragen Sie: „wie zufrieden sind Sie mit dem vorliegenden Resultat?“. Je konkreter die Rückmeldung ist, desto grösser der Nutzen. Fragen sie nach, was genau gut war, mit was genau der Projektauftraggeber zufrieden war.

5. Aktiv zuhören

Wer den Projektauftraggeber nicht versteht, versteht sich auch nicht mit ihm. Nur das aufmerksame zuhören eliminiert Missverständnisse. Vier Möglichkeiten dies zu fördern:

- den gehörten Inhalt fast wörtlich wiederholen = zeigen was akustisch verstanden wurde
- den gehörten Inhalt in eigenen Worten wiederholen = spiegeln was gesagt wurde
- das Gefühl hinter der Äusserung interpretieren = aus dem Ton die Emotionen lesen
- Inhalt und das Gefühl zusammen wiedergeben = Ton und Worte interpretieren

6. Grenzüberschreitung aufzeigen

Nichts gefallen lassen, was nicht gefällt. Wer nicht ausdrücklich protestiert, muss damit rechnen, dass Schweigen als Zustimmung gesehen wird. Daher aussprechen, wenn eine Grenze überschritten wurde (hart in der Sache, freundlich im Ton): zuerst ohne Wertung beschreiben was passiert ist und welches Empfinden das Verhalten auslöste, dann das Verhalten interpretieren, Gelegenheit geben Stellung zu nehmen und zum Schluss beschreiben, welche Konsequenzen man zukünftig bei Wiederholung ziehen wird.

Quelle: Martin Wehrle, Psychologie heute, November 2008