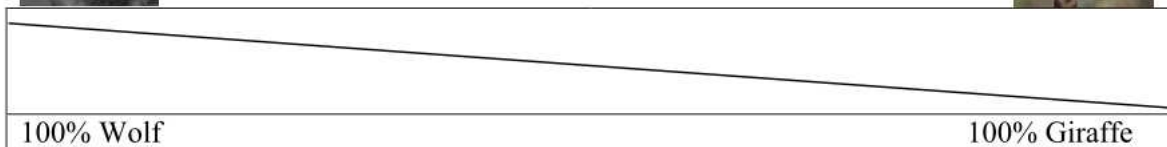


Wolf und Giraffe



Christian Rütter: www.gfk-training.com



- Es sind Bilder für unterschiedliche Bewusstseinszustände und gleichzeitig höchst unvollkommene Schubladien.
- Wir sind beides!! Es bringt überhaupt nichts, einen Teil davon zu bekämpfen oder ausschalten zu wollen. Das Ziel ist es, ungeliebte Teile ganz anzunehmen und zu lieben. Dann verwandeln sie sich eh.
- Handlungsspektrum erweitern – beides pro-aktiv verfügbar haben, sich bewusst für das eine oder andere entscheiden zu können
- LIEBE DEN WOLF, denn er ist nur eine Giraffe mit einem Sprachproblem

Vor- und Nachteile

- **Vorteile**

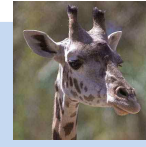
- Schöne Bilder für verschiedene Bewusstseins-Stufen oder Sichtweisen
- Liebevoller Umgang mit dem Wolf: „Na, bist du wieder im Wolf?“
- Ich kann mit den Puppen spielen

- **Nachteile**

- Wieder eine Einteilung: Ist das jetzt Wolf oder Giraffe?
- Giraffe wird leicht als „netter Wolf“ missverstanden
- Für manche wirken die Puppen „abschreckend“ oder „kindisch“
- Pseudosprache...

Wolf		Giraffe	
Unterschiedliche Brillen/Ohren – ich kann eine Auseinandersetzung aus zwei unterschiedlichen Perspektiven anschauen, unterschiedliche Intentionen			
Sich/andere abwerten		Augenhöhe + prinzipielle Akzeptanz	
Subjektiv bewertend = meine Wirklichkeit ist die Wahrheit		Objektiv beschreibend – Videokamera Kann Meinung von ZDF trennen	
Egoismus = meine Lösung		Konsens = Win/Win-Lösung	
Sage, was mir nutzt und dient		Echt/Authentisch + Angemessen	
Höre auf das, was mir nutzt – partielles Zuhören		Empathie + Mitgefühl	
Recht haben		Verstehen und Verstanden werden	
„Du bist schuld!“		Jeder trägt seinen Teil der Verantwortung	
Sehen nur Wölfen		Sehen nur Giraffen bzw. Wölfe sind Giraffen mit einem Sprachproblem	

Innere Anteile



Kritiker & Perfektionist: <i>„Es muss perfekt sein und ich finde jeden Fehler in dir!“</i> (Selbst-)Entwerter = innerer „Feind“	Qualitätsmanager & Akzeptierender <i>„Du bist okay, so wie du bist... Willst du Anregungen für Entwicklung?“</i> (Selbst-) Wertschätzer = innerer bester Freund
Zwängli/ Diktator: <i>„Du musst/ Man muss!“</i>	Freier Mensch: <i>„Einen Scheiß muss ich! Ich bin frei zu wählen, immer!! Ich entscheide mich, weil ich brauche...“</i>
Rebell: <i>„Ich will nicht!“</i>	s.o.
Antreiber: <i>„Schneller, das noch!“</i>	Impulsgeber & Gelassener
Dogmatiker: <i>„So ist es!! Das ist die Wahrheit! Gott hat die Welt erschaffen, es gibt den Klimawandel“</i>	Pluralist: <i>„Es gibt immer mehrere Sichtweisen, vielleicht ist es so, vielleicht auch anders. Mir liegt eher das und ich lasse dir deins!“</i>

Sascha Grammel



Sascha Grammel - Hetz mich nicht (2017) | Best Comedy & Satire

560.545 Aufrufe

👍 5003 🗨️ 221 ➦ TEILEN ☰ ...

<https://www.youtube.com/watch?v=ieEv0bw-9LI>

Danke für die Aufmerksamkeit



Christian Rüther

www.christianruether.com

www.soziokratie.org

www.gfk-training.com

Email: chrisruether@gmail.com

Telefon: 0043-699-11114398

Viele freie Texte auf:

www.christianruether.com/texte/

Mein Youtube-Kanal auf:

www.youtube.com/user/christianruether

Einige Social Media

FB: www.facebook.com/chrisruether

Xing: www.xing.com/profile/Christian_Ruether9

Twitter: <https://twitter.com/chrisruether>