

5 Schritte auf dem Weg von der Überforderung zur Entspannung

Schritt 1: Hinspüren

- Wie geht es mir?
- Was fühle ich?
- Was fällt mir schwer?
- Was fällt mir leicht?

Wissenswertes:

- Die Selbstverständlichkeiten in verschiedenen Kulturen können sehr unterschiedlich sein
- Wie bei Hund und Katze können die gleichen Zeichen genau das Gegenteil bedeuten
- Die muslimischen Kulturen sind sowohl äußerst vielfältig als auch oftmals widersprüchlich sein

Schritt 2: Aufatmen

- Es gibt Wege der Lösung

Wissenswertes:

- Ihren Einflussbereich voll und ganz zu nutzen, anstatt sich zu fragen, warum SIE etwas tun sollen und nicht die anderen, erleichtert und beschleunigt den Weg
- Sie können sich allerdings auch dafür entscheiden, es schwer zu haben
- Die unterschiedlichen Materialien und Formate der Orientalischen Welt begleiten Sie auf dem Weg zu Ihrem persönlichen Lösungsmix

Schritt 3: Aus der Vogelperspektive beobachten

- Betrachten Sie mit frischen, neugierigen Augen die eigene Kultur und die anderen Kulturen

Wissenswertes:

- Auch die eigene Realität ist nur eine Sichtweise
- Hilfreich ist es, zu entdecken, welche Unterschiede und Gemeinsamkeiten es zwischen der eigenen und den anderen Kulturen gibt
- Wo viel Schatten ist, ist auch viel Licht

Schritt 4: Vorteile dieses begonnen Weges genießen

- Buffet an Inspirationen
- Erleichterung des Arbeitsalltags
- Persönlicher Weiterentwicklungsbooster

Wissenswertes:

- Verstehen & Beziehung sind der Schlüssel zu den Lösungen
- Wenn Sie mehr Auswahl an Handlungsweisen haben, können Sie Ihr Leben selbstbestimmter Leben
- Wenn Sie sich bewusst Ihre Lösungsstrategie wählen, wächst Ihre Selbstwirksamkeit

Schritt 5: Sich auf die nächsten Schritte freuen

- Beobachten Sie die nächste Begegnung mit einem Menschen aus einer anderen Kultur ganz genau

Wissenswertes:

- Mit jedem Schritt wird das Arbeiten im interkulturellen Bereich leichter
- Es braucht ein bisschen Mut
- Am meisten werden Sie auf diesem Weg über sich selbst lernen

Holen Sie sich Unterstützung und tragen Sie sich in den Newsletter der Orientalischen Welt ein!