

Zum Umgang mit Dilemmata

Zu einem Dilemma kommt es, wenn ein Mensch eine Situation, Problematik oder Beziehung auf Grund eigener Werte, Prioritäten, Erwartungen etc. in Frage stellt. Das Dilemma kennt im Verlauf vier Phasen:

- Verzweiflung
- Wegschieben
- Strampeln
- Resignieren

Das Dilemma selbst repräsentiert den Betrachtungsrahmen einer Person. Innerhalb dieser Betrachtung sind denkbare Lösungen so gestaltet, dass sie unmöglich oder unannehmbar erscheinen. Die angestrebte Lösung stellt in jedem Fall eine Zwickmühle dar und erscheint schwierig bis unmöglich.

Hier hilft ein Perspektivwechsel, um die bestehende Denkkonstruktion zu erweitern.

Zur Aufarbeitung eines Dilemmas empfiehlt sich folgende Struktur

Position 1: Das Eine	Die eine und die ...
Position 2: Das Andere	... andere Seite des Dilemmas.
Position 3: Beides	Kompromiss z.B. durch Kontextwechsel, herstellen scheinbar paradoxer Verbindungen ...
Position 4: Keins von Beiden	Loslassen: was sind Konsequenzen, wenn keins von Beiden in Frage kommt, wie werde ich damit umgehen ...
Position 5: All dies nicht und selbst das nicht	Erarbeitung einer neuen alternativen Zielsetzung außerhalb des Dilemmas

In der Aufarbeitung geht es um die wertschöpfende Verknüpfung von Kompetenzen, die häufig als widersprüchlich kategorisiert werden, z.B.:

- Kreativität und Urteilskompetenz
- Verhandlungsführung und emotionale Intelligenz
- Integrität und Flexibilität

Auf der Dialogebene empfehlen sich je nach Ausgangslage klassische Instrumente wie Reflexion im Peerkontext, Prioritäten und Interessen darlegen, offene Kommunikation usw.. Bestimmt kennen Sie diese Metapher: Wie esse ich einen Elefanten? In kleinen Stücken! Und nun, gutes Gelingen.