

**Ideal und Wirklichkeit.**

Günther Baudenbacher:

In Wirklichkeit gibt es keine Wirklichkeit. WIE wir uns und unsere Umgebung wahrnehmen, entspricht nur unserer subjektiven Realität. Befragen wir unterschiedliche Menschen, wie sie ein und dieselbe Situation erleben, bekommen wir ein Bild verschiedener Wirklichkeiten. Dadurch können wir uns unsere Wirklichkeit so gestalten, wie wir sie haben möchten. Werden wir zum Beispiel bei unserer Arbeit korrigiert, können wir dies als Angriff auf unsere Fähigkeiten werten, oder als Erweiterung unserer Möglichkeiten. Natürlich ist der Tonfall maßgeblich, wie leicht uns dies fällt. Reagieren wir trotzdem positiv, wird in der Regel der Tonfall unseres Gegenübers auch positiv. Eine positive Grundeinstellung ändert unser ganzes Erleben.

Über welche Situation oder Reaktion haben Sie sich das letzte Mal geärgert? Was ändert sich in Ihrer Wahrnehmung, wenn Sie von einer grundsätzlich positiven Motivation ausgehen?

Weitere Fragen zu den Themen können Sie stellen an:  
Ursula Milivojevic, e-mail: [stuttgart@familienakademie.de](mailto:stuttgart@familienakademie.de)