

Du bliver, hvad du siger

Skift "brokkesproget" ud med "ressourcesproget" og skab fremdrift.

Når du sidder sammen med en kollega og taler om jeres arbejdsplads, hvad taler I så om? Taler I om den dårlige ledelse, den uduelige kollega og den irriterende samarbejdspartner? Eller taler I om, hvordan det lykkes for jer at få tingene til at fungere i en travl hverdag? Om de styrker jeres kolleger har? Om de nye initiativer, jeres leder har sat i gang. Og de muligheder de nye initiativer giver?

Er glasset halvt tomt eller halvt fyldt?

Mange af os taler et "brokkesprog". Det er helt i orden at sidde og brokke sig til sine kolleger i frokostpausen. Den, der brokker sig, får læsset af, men hvad med den kollega, der lægger øre til? Når vi brokker os, risikerer vi at suge andre for energi, og er det rimeligt? Hvad sker der, når vi slår over i et "ressourcesprog". Når vi taler om muligheder, chancer, gennembrud, ideer, ressourcer, succeser, lyspunkter, fyrtårne, frontløbere, højdepunkter.. Kære læser, kan du allerede mærke energien – sproget gør noget ved os. Sproget skaber vores versioner af "virkeligheden" og vores handlemuligheder. "Ressourcesproget" giver os nye briller på, så vi kan se nye "virkeligheder". Når vi opfatter "virkeligheden" på en anden måde, giver det nye muligheder for at gøre en forskel. Og hvem vil ikke gerne gøre det?

Når du taler "brokkesprog" og siger: "I forbindelse med fusionen er jeg havnet i en umulig situation", giver du dig selv en passiv rolle. Du inviterer andre til at have ondt af dig og gør det svært for dig selv at gøre noget aktivt for at ændre på situationen. Hvis vi ofte bruger et sprog om os selv, som tildeler os en passiv rolle, kan vi blive handlingslammede og indtage en "offerrolle". Når du taler "ressourcesprog" og siger: "Jeg tror, det kommer til at gå langsomt fremad, men det skal nok lykkes." Så giver du dig selv en aktiv rolle. Du tager ansvar for situationen og gør, hvad du kan for at påvirke den i positiv retning.

Fra offer til aktør

Når du oplever, at en kollega brokker sig, kan du hjælpe ham ud af offerrollen ved at sige: "Jeg kan høre, at du ikke er tilfreds med situationen, som den er nu, hvordan kunne du tænke dig, at den skulle være?". Med det spørgsmål inviterer du din kollega til at tænke fremad, tage ansvar og handle. Samtalen får en helt ny drejning, som skaber nye vinkler på tingene og nye muligheder.

I stedet for at bruge tid på at brokke os over fortiden, og det vi alligevel ikke kan gøre noget ved, kan vi ved fælles hjælp rette blikket mod fremtiden og tale om de ting, vi ønsker at skabe sammen på vores arbejdsplads. Når vi bruger tid på at tale om fremtiden og de muligheder, den bringer, er det fremtiden, der kommer til at fylde i vores hoveder. På den måde kan vi aktivt bruge sproget til at skabe mere af det, vi ønsker. Når vi fokuserer på og taler om det, vi allerede har nået, og det, vi hver især bidrager med for at realisere vores fælles billede af fremtiden, så viser vi, at vi anerkender hinanden. Det motiverer os til at fortsætte ad "resourcevejen". Og det kommer der mange gode historier ud af. Historier, som vi kan fortælle på jobbet, når vi kommer hjem, når vi er sammen med vores venner... Og det, vi taler om, får vi mere af, så vi kommer ind i en "ressourcespiral". Hvilke muligheder mon det giver?