

Der einfache Weg um ein Hindernis (Ausreden)



Frage: Was ist eine Ausrede?

- Vorbringen eines vorgeschobenen Grundes für einen vermeintlichen oder tatsächlichen verwerflichen Umstand.
- Eine Entschuldigung für mich selbst.
- Gegenüber anderen Personen eine Schutzbehauptung, die mir hilft.

Beispiele von Ausreden sind:

- Der Ball ist vor mir aufgesprungen.
- Das war eh nicht wichtig.
- Ich konnte nichts dafür, weil Fritz es nicht richtig erklärt hat.
- Die Klassenarbeit ist unterirdisch schlecht ausgefallen.
- Der Lehrer mochte mich nicht, deshalb hat er mir besonders schwere Fragen gestellt.
- Eva war es.



Ansatz 1: Vorabausreden

Bereits im Vorfeld eines denkbaren Scheiterns, das persönlich als Fehlgriff interpretiert wird, legt sich die Person eine Entschuldigung dafür zurecht. Beispiele sind:

- Das schaffe ich eh nicht.
- Bei mir wird das nichts.
- Den Auftrag bekommt sowieso die Konkurrenz.
- Da haben wir mit unserem Produkt keine Chance.
- Dafür habe ich kein Talent.
- Die gewinnen doch sowieso.
- Das brauchen wir nicht probieren, das Ergebnis kenne ich schon.

Ansatz 2: Folgen von Ausreden

Mit der Verwendung einer Ausrede für die Umwelt ist es nicht getan. Auf der inneren Ebene gehen zumeist die nachstehenden Effekte einher:

- Die Ausrede wirkt als Feind der Motivation.
- Es ist einfacher Weg um ein vermeintliches Hindernis, der bei Erfolg gerne wieder gegangen wird.
- Hindert daran Erfolg zu haben, da bereits der Versuch gescheut wird.

Je besser eine Ausrede ist, desto wahrscheinlicher wird dieser Fehler oder Umstand wieder auftreten, da keine Verantwortung übernommen wurde.



Ausreden

(Anwendungshilfe)

Beschreiben Sie bitte einen Fall einer Ausrede. Um was ging es?

Welche Ausrede haben Sie dabei verwendet?

Was war der Grund der Ausrede?

Was war der wahre Grund der Ausrede?

Wie hat sich das angefühlt, als Sie die Ausrede verwendet haben?

Hat es sich im Nachhinein gelohnt die Ausrede einzusetzen?

