

Die umgekehrte Bitte

(Hilfsbereitschaft)



Wenn jeder dem anderen helfen wollte, wäre allen geholfen.

Frage: Worin unterscheidet sich die Hilfsbereitschaft vom Bitten?

Während Sie bei der Bitte in die aktive Rolle gehen und auf den anderen zugehen mit Ihrem Anliegen, so ist es bei der Hilfsbereitschaft umgekehrt. Hier kommt ein anderer auf Sie zu und Sie werden aufgefordert etwas zu tun bzw. Hilfestellung zu leisten.

Bei Hilfsbereitschaft geht es ganz allgemein um:

Hilfe + Bereitschaft (zu helfen)

Ansatz 1: Verantwortung übernehmen

Jetzt gehen Sie in eine aktive Rolle und stellen die Bedürfnisse anderer über Ihre eigenen.

Sinnvollerweise bieten Sie - wann immer es möglich - **Hilfe zur Selbsthilfe** an, statt anderen die Arbeit abzunehmen.



Ansatz 2: Helfen

Die zentralen Faktoren beim Helfen sind:

- Interesse an anderen
- Kontakt zu Mitmenschen
- Gemeinschaftsgefühl entsteht



Helfen und geholfen werden machen glücklich. Dieses Gefühl können Sie jederzeit teilen.

Ansatz 3: Ausgenutzt werden

Leider gibt es da auch Menschen, welche die Gutmütigkeit und die Hilfsbereitschaft von anderen ausnutzen. Das sei auch hier erwähnt.

Doch sind Sie einmal ehrlich.

- Wie oft wurde Ihre Hilfsbereitschaft bereits in der Vergangenheit ausgenutzt?
- Ist es die Mehrzahl der Fälle? Oder eher die Ausnahme?

Für mich, wie auch für die meisten gehört das Ausnutzen von Hilfe eindeutig in den Bereich der absoluten Ausnahme. Die Mehrzahl der Menschen, die ehrlich um Hilfe bitten, benötigen diese und sind auch wirklich dankbar für die erhaltene Unterstützung.

Wir sind alle soziale Wesen und verhalten uns dementsprechend in der zwischenmenschlichen Interaktion. Da gehört das Ausnutzen von anderen nun einmal nicht zu den typischen Verhaltensweisen.

Ansatz 4: Vorteile der Hilfsbereitschaft

Neben den vorgenannten Faktoren, spricht ein weiterer Grund für Ihre Hilfsbereitschaft. Dies ist, daß Ihre Hilfsbereitschaft auf Sie zurückfällt. Es ist ähnlich einem Parfüm. Sie können nicht andere damit einsprühen, ohne selbst danach zu duften. Und genauso verhält es sich mit Ihrer Hilfsbereitschaft. Hier kommen dazu:

- Der eigene Ruf steigt.
- Oft erwerben wir durch die Hilfsbereitschaft neue Fähigkeiten.
- Die Motivation steigt. Ich konnte helfen!



Hilfestellung

(Anwendungshilfe)

Beschreiben Sie bitte an einem konkreten Beispiel, wie Sie in der Vergangenheit einem Menschen geholfen haben, der Sie ehrlich um Hilfe gebeten hat.

Um was ging es?

Warum wurden gerade Sie um Hilfe gebeten?

Wie konnten Sie helfen?

Wie hat sich das angefühlt als Sie erfolgreich geholfen haben?

Hat sich der andere für Ihre Hilfestellung bedankt?

