

Uram, tégy engem békéd eszközévé.  
 hogy ahol gyűlölet lakik, oda szeretetet vigyek,  
 ahol sértés, oda a megbocsátás szellemét,  
 ahol széthúzás, oda egyetértést,  
 ahol tévedés, oda igazságot,  
 ahol kétely, oda hitet,  
 ahol kétségbeesés, oda reményt,  
 ahol árnyék, oda fényt,  
 ahol szomorúság, oda örömet. Ámen

(Assisi Szent Ferencnek tulajdonított imádság, részlet)

## Néhány alapelvünk<sup>1</sup>:

Szolgálati közösség vagyunk, mindennapi munkánk során támogatjuk egymást. Egymás tájékoztatásával erősítjük a kölcsönös bizalmat és az átláthatóságot. A konfliktusokra és kritikákra mint munkánk jobbá tételének esélyeire tekintünk.

Jelen szórólap egyes gondolatait a Freiburgi Városi Misszió „Alapkurzusa” ihlette.

<sup>1</sup> Leitbild für die Diakonie Deutschland

## Zsebbevaló diakónia Egymás megbecsülése és a konfliktusok kezelése



Fiatal munkaközösség tagjai szünetet tartanak. A légkör feszültségmentes. A munkaközösség működőképes.

Részben a **diakónia** is az egyes kollégák közötti együttműködés megfelelő kialakításáról szól.

**Egymás megbecsülése** a sikeres együttműködés alapja.

A munkahelyen is, a családban is, barátok közt is... Értékeljük egymást!

**Ez mindenkinek jót tesz.** De hogyan ismerjük fel a kölcsönös megbecsülést?

Munkakörnyezetünkben egymás értékelésének a következő jelei lehetnek:

- ◆ A kommunikáció **barátságos hangnemben** történik.
- ◆ Egymással beszélgetünk és nem egymásról.
- ◆ Méltányosan bánunk egymással.
- ◆ Egymás hibáit megpróbáljuk elviselni.
- ◆ Mások teljesítményeit elismerjük, tehát **köszönetet mondunk nekik és dicsérrjük őket.**
- ◆ A megbecsüléshez hozzátartozik az is, hogy komolyan vesszük azt, ami-  
ben megállapodtunk és megbízhatóak vagyunk.

Erre azt is mondhatnánk, hogy ez mind szép és jó, csak hogy ...

### A munkahelyünkön (saját) lehetőségeink gyakran kimerülnek:

Nyomás alatt dolgozunk.

Számtalan elvárással szembesülünk.

Gyakran nem jut időnk a „lényegre”.

Sem mi magunk, sem mások nem felelnek meg a saját elvárásainknak.

Ilyen helyzetekben a csalódottság, a harag, a düh és a tehetetlenség érzése elkerülhetetlen.



A közösen végzett munka során szükségszerűen hibázunk, megbántjuk egymást, konfliktusok keletkeznek. Mindannyian ismerjük a közmondást: „Ahol fát vágnak, ott hullik a forgács”.

Egyik-másik ellentmondással és bosszúsággal mindig számolnunk kell. Ezen nem tudunk változtatni.

De néhány dolgon igenis tudunk változtatni, javítani. A tisztességes vitának tisztázó ereje lehet.

### A következő tanácsok mindenkinek hasznára válhatnak:

- ◆ Ha úgy gondolom, hogy valami nem jó úton halad, akkor azt nyíltan szóvá kell tennem, és nem halogathatom fölöslegesen.
- ◆ Nem én vagyok az „általános igazság” birtokosa.
- ◆ Ez azt jelenti, hogy csakis a saját nézeteimet képviselem. Mások nézetei az enyémetől eltérőek lehetnek.
- ◆ Nem hibást kell keresni, hanem az a cél, hogy közösen találjunk megoldást.
- ◆ Konfliktusaim során a mondataimat úgy vezetem be, hogy „szerintem, nekem, úgy érzem, engem”: „nekem fontos...”, „Engem bánt, ha...”.  
Saját hibáim belátása és mások hibáinak megbocsátása segít a múlt feldolgozásában.

A Bibliából ismert „Aranyszabály” sokaknak nyújt segítséget mindennapi kapcsolataikban:

„És amint akarjátok, hogy az emberek veletek cselekedjenek, ti is úgy cselekedjétek azokkal.” (Lukács 6,31)

Vagyis: Mutassunk példát, és cselekedjünk azt, amit magunk is tapasztalni szeretnénk.

De ez mégis hogyan lehetséges?

Talán így: Szeretném, ha mások meghallgatnának. – *Meghallgatok másokat.*

Szeretném, ha mások megdicsérenének. – *Nem fukarkodom a dicsérettel!*

Azt akarom, hogy nyíltan beszéljünk a konfliktusainkról. – *Megteszem az első lépést.*

Szeretném, ha a hibáimat megbocsátanák. – *Én is megbocsátok és nem vagyok haragtartó.*

Tökéletes ember nem létezik.

Éppen ezért emberi kapcsolataink sem lehetnek tökéletesek.

A jó munkaköri légkörhöz hozzátartozik a jó humorérzék és az egészséges önkritika is.

Az alábbiakban az imamondó a békéért könyörög.

Talán sikerülhet egyik-másik kérés átültetése munkaköri környezetünkbe.