

Ich achte Dich und höre Dir zu

Die Selbstverständlichkeiten des zwischenmenschlichen Miteinanders

Noch nie war eine funktionierende zwischenmenschliche Kommunikation so wichtig wie heute. Steigende Leistungsanforderungen, Globalisierung und Medienvielfalt verlangen von den Menschen immer mehr Flexibilität, Anpassung, lebenslanges Lernen und eine Ausrichtung auf optimale Sachkompetenz bei einer häufig falsch verstandenen Freiheit.

Diese geballte Ladung an Anforderungen wird vielen Menschen zu viel, zumal ein Grundbedürfnis des Menschen, nämlich Anerkennung in diesem Spannungsfeld zerrieben wird. Die Folgen sind Stress und Überforderung. Nicht selten entstehen daraus Streit und Missverständnisse mit unvorhersehbaren Nachwehen. Körperliche und seelische Verletzungen, Kränkung und mangelnde Wertschätzung ziehen sich



Mag.
Wolfgang
Gruber

immer mehr durch alle Altersgruppierungen und Schichten.

Wenn Menschen unabhängig von ihrer Bildung und Berufsfunktion etwa über andere Kommunikationspartner mit den Attributen – alles Beispiele aus meiner Berufserfahrung – „Trottel“ – „blöde Ziege“ – „blöde Sau“ – „der ist schon tot“ usw. sprechen, sind der emotionalen Degeneration und Verrohung der Sprache Tür und Tor geöffnet. Wo bleibt die Vorbildfunktion, wo bleiben die Begeisterung, die Freude und die Ehrfurcht vor der Einmaligkeit und Andersartigkeit des Mitmenschen? Welchen

Stellenwert haben für uns das Verzeihen und der Mut, Fehler zuzugeben?

Wir werden den Anforderungen der globalisierten Medien- und IT-Welt nur durch eine permanente Reflexion des eigenen Verhaltens gewachsen sein. Die weichen Faktoren, die sogenannten „Soft Skills“ im menschlichen Verhalten werden in Zukunft wieder mehr gefragt sein.

Die Grundregeln der Kommunikation erfordern ständiges, lebenslanges Üben:

Gutes Zuhören, Ausreden lassen, richtiges Fragen lernen, Menschenwürde beachten, Respekt haben vor dem anderen, die sorgfältige Wortwahl, persönliche Kritik nicht vor Dritten üben, Vorurteile abbauen – d.h. sich nicht durch gefilterte bzw. wertende Informationen beeinflussen lassen und unkontrollierte

Emotionen sowie Ungeduld vermeiden.

Wenn wir uns generell unserer Vorstellungen und Erwartungen bewusst werden, sie im zwischenmenschlichen Miteinander reduzieren, ist schon viel gewonnen.

In der Kommunikation braucht es ein Nichts, um zu gewinnen wie auch ein Nichts, um alles zu verlieren. Ein Wort im falschen Moment ausgesprochen, tötet jede positive Kommunikation, ebenso wie ein Lachen dann, wenn wir nicht hätten lachen sollen. (Entgeltliche Einschaltung)

Info

Mag. Wolfgang Gruber
Lebens- und Sozialberater
Mitglied der Berufsgruppe
Lebensberatung
Tel.: 05522/305-279
www.wkv.at/beratung

39

4/30

wko gesundheit