

(REDE-)RAUM EINNEHMEN

Guten Morgen miteinander,
Gestern beim Jäten im Garten war ich konfrontiert mit dem Springkraut, das ein ganzes Beet überwachsen hatte. Wer das Springkraut kennt, weiss, dass es, kaum berührt man es, seine Samen in alle Richtungen spickt. Es besitzt eine äusserst raffinierte Technik, sich zu vermehren und letztlich sehr viel Raum einzunehmen. Das hat mich dazu gebracht, über den Raum in der Kommunikation nachzudenken.

Es gibt Menschen, die mit Worten ganz selbstverständlich den Raum füllen können. Immer wieder wird uns die Frage gestellt, wie mit Vielrednerinnen (ja, interessanterweise öfters Frauen) umzugehen sei. Das ist gar nicht so leicht. Besonders, wenn keine Pause entsteht, in der man überhaupt etwas einbringen könnte. Oder wenn der selbe Mechanismus spielt, wie beim Springkraut: Als Zuhörender will man etwas Eigenes ins Gespräch einbringen (so wie ich beim Springkraut eigenen Raum beanspruchte für meine Setzlinge), doch kaum getan, nimmt das Gegenüber das Thema und macht es zum eigenen. Worauf sich möglicherweise der Rederaum noch mehr ausdehnt, als böte das neue Thema nur neue "Munition".

Natürlich gibt es hinter den vielen Worten, die den Raum füllen, immer auch ein vitales Anliegen, einen Ruf. Zum Beispiel, endlich mal gehört zu werden oder den Raum präventiv zu füllen, um damit das Unerwartete und Bedrohliche zu bannen oder sich von eigenen Lasten freizureden. Das Tragische ist, dass solche Strategien genau das verhindern, was man sucht. Deshalb braucht es ein Gegenüber, das es schafft, die Worte nicht einfach nur über sich ergehen zu lassen, sondern das Anliegen dahinter zu hören und statt auf das Gerede einzugehen, auf dieses Anliegen zu antworten.

"Da gibt es eine Stimme, die keine Worte benutzt - höre ihr zu."

Rumi

Kürzlich hat uns eine Teilnehmerin erzählt, dass jemand, der früher einmal bei Johannes im Kurs war, ihr einen Tipp weitergegeben habe, wie man den negativen Wortschwall einer Freundin stoppen könne. Sie habe es ausprobiert und konnte die Freundin kurz unterbrechen, um sich dann selber zurückzunehmen und ihr das Wort sofort wieder zu geben. Das hat gewirkt, denn ein echtes Gespräch wurde möglich und die Negativität war weg. Es ist gelungen, der Freundin den Rederaum zu geben - statt dass sie sich ihn rauben musste, bekam sie ihn echt geschenkt. Das hat alles verändert. Ein wunderbares Feedback.

...

Herzliche Grüsse
Marianne