

# „Wir leben in einem respektlosen Klima“

Von Angesicht zu Angesicht, digital, verbal, non-verbal, direkt oder indirekt: Kommunikation findet auf ganz unterschiedliche Weise statt. Und das jeden Tag. Über die Bedeutsamkeit von und den Mangel an Respekt in der alltäglichen Kommunikation referierte Rhetorik-Coach René Borbonus in einem Webinar für Schüler des Gymnasiums Schloss Overhagen.

VON SARAH BSDUREK

Overhagen – „Ohne Respekt versinkt die Welt im Chaos.“ Mit diesem Zitat der Action-Figur He-Man steigt René Borbonus in seinen Vortrag ein. Wenn man die Zeitung aufschlage, den Fernseher anmache oder auf Social-Media-Plattformen unterwegs sei, bekäme man sehr schnell die Idee davon, dass der gute Mann recht haben könnte.

Aber was ist das eigentlich – Respekt? Um der Frage auf den Grund zu gehen, leitet Borbonus zunächst das Wort her. „Der Begriff kommt ursprünglich aus dem Lateinischen. Respicere heißt so viel wie zurückschauen. Also im

Grunde genommen, den anderen sehen. Wenn wir noch ein bisschen weiter denken: Auf Augenhöhe sein“, erklärt er. Das gelinge aber nicht immer. Den rund 40 Teilnehmern des Webinars wirft er vor, dass sie oft respektlos seien, und schließt auch sich selber nicht aus. „Aber meistens sind wir das aus Versehen“, mildert er die Aussage ab. Im Verlauf seines Vortrags stellt er fünf typische Respektlosigkeiten vor.

## ■ Bagatellisierung

„Ein Beinbruch wäre jetzt schlimmer“, sei ein typischer Satz, mit dem Ängste oder Sorgen eines Gesprächspartners verharmlost würden. „Gerade im Schmerz wollen wir gesehen werden. Wenn wir dann keinen Respekt bekommen, tut das weh, auch wenn die Aussage gar nicht böse gemeint war“, erklärt Borbonus.

Die Gegenstrategie zur Verharmlosung sei die Verschlimmerung mit Antworten wie: „Dass du das überhaupt aushältst.“ Auch damit würden die Gefühle des anderen nicht gesehen und einfach weggeredet.

## ■ Kampf zwischen Verbundenheit und Unabhängigkeit

Dieses Problem taucht laut



René Borbonus als Gast in einem Webinar über Kommunikation am Gymnasium Schloss Overhagen. FOTO: BSDUREK

Borbonus in acht von zehn Gesprächen auf, wenn das Streben nach Verbundenheit des einen mit dem Streben nach Unabhängigkeit des anderen kollidiere. „Denn in je dem Verbundenheitsmanöver steckt immer ein Kontroll- und Machtmanöver.“ Solche Konflikte seien am besten zu lösen, wenn man sich in der Mitte begegne.

## ■ Warum-Fragen

Mit diesen Fragen seien nicht die gemeint, die in die Tiefe gehen und einen Sinn ergründen wollen. Es seien die unechten Warum-Fragen gemeint wie: „Du warst doch gerade einkaufen, warum hast du die leeren Pfandflaschen nicht mitgenommen?“ Eine Antwort würde auf solche Fragen gar nicht erwartet, man wolle dem Gesprächspartner nur hintenherum einen einschenken. Man bringe sein Gegenüber in die Rechtfertigung.

## ■ Infragestellen der Konsistenz

„Konsistenz bedeutet, in sich stimmig, glaubwürdig sein“, erklärt Borbonus. Mit Sätzen wie: „Aber du hast doch gesagt ...“ oder „da hast du mich falsch verstanden“, stellt man die Konsistenz seines Gegenübers infrage. Mit Beschuldigungen oder Bezichtigungen lasse sich kein Dialog führen, so der Kommunikationsexperte. Die Lösung: „Such’s beim anderen und das Gespräch verhärtet – immer! Such’s bei dir selbst und das Gespräch entspannt – immer!“

## ■ Der Vergleich

Der Vergleich sei eine nicht ganz so schlimme Respektlosigkeit, dafür aber sehr prä-

sent. „Und zwar immer dann, wenn wir die Gefühlsbekundungen anderer zum Anlass nehmen, von uns selbst zu sprechen.“ Wenn zum Beispiel jemand über Rückenschmerzen klagt, sei die Antwort darauf meist eine wie: „Ja, das kenne ich. Mir tut nach einem langen Tag im Büro immer der Nacken weh.“

Vergleiche würden aber auch oft genutzt, um indirekt zu kritisieren. Wenn Eltern den Satz sagen: „Guck mal, wie schön die Antje ihr Zimmer aufgeräumt hat.“ Ein Versuch, sein Kind zum Aufräumen zu bewegen. „Aber das einzige, was passiert, ist, dass Ihr Kind Antje abgrundtief hasst“, stellt René Borbonus klar und schließt damit seinen Vortrag.

Schulleiter Dirk Zacharias bedankt sich nicht nur beim Redner, sondern auch bei der Volksbank Lippstadt, ohne deren Unterstützung die Durchführung des Webinars nicht möglich gewesen sei.

Und wie gelingt respektvolle Kommunikation im Alltag? „Man sollte sich die Zeit nehmen, ein bisschen länger beim anderen zu bleiben, sich auf Augenhöhe begegnen und sich davon frei machen, immer eine Lösung finden zu wollen“, sagt Borbonus.