

Helmut Lung

Sprache und Didaktik im Seminar



Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Helmut Lung

Sprache und Didaktik im Seminar



Helmut Lung

Sprache und Didaktik im Seminar

Ernst Reinhardt Verlag München Basel

Helmut Lung, München, Studium des Maschinenbaus, Studium der Sozialpädagogik, Zusatzausbildung in systemischer Beratung und Intervention, Zusatzausbildung in Coaching/Supervision. Seit 1984 selbständiger Unternehmensberater und Management-trainer.

Die Deutsche Bibliothek – CIP-Einheitsaufnahme

Lung, Helmut:

Sprache und Didaktik im Seminar

/Helmut Lung. – München ; Basel : E. Reinhardt, 1996

ISBN 3-497-01397-8

© 1996 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co, Verlag, München

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt, GmbH & Co, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Teil I	11
Das Ziel der Sprache	12
Unsere Sprache ist nicht eindeutig	16
Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?	21
Ruth Cohn und wie sie Sprache und zwischenmenschliche Interaktion versteht	22
Eric Berne und die Transaktionsanalyse	29
Paul Watzlawick und sein Bild von Kommunikation	40
Virginia Satir und die Kommunikation	55
Richard Bandler und John Grinder: Neurolinguistisches Programmieren (NLP)	64
Die Sprache entwirren	81
Sprache und Organisationsentwicklung	83
Sprache und Menschenbild	94
Sprache und Rückmeldung	98
Marktwirtschaftliche Kommunikation	107
Sprache und geheime Zielsetzungen	107
Sprache und Persönlichkeit	112
Sprache und Macht	116
Sprache und Halbwahrheiten	121
Teil II	127
Konsequenzen für Training und Trainer	128
Orientierung am Kunden	140
Modetrends	150
Trainierte Halbwahrheiten	156
Trainerpersönlichkeit – Trainer als Beruf	163

Teil III	179
Didaktik und deren Ziele	180
Didaktik entwickeln	180
Ziele beschreiben – Maßnahmen festlegen	194
Training – Training – Training	202
Lebendig trainieren	210
Ziele	211
Spielregeln	212
Ganzheitliches Lernen	212
Lernatmosphäre	214
Zeitraumen	216
Informationen darbieten	217
Teilnehmer aktivieren	223
Entspannungssequenzen	227
Transfersicherung – sichern, das was „rüber“ kommt	229
Der Trainer im „Wechselbad“	240
Macht, Ohnmacht und Angst	240
Die Gruppe lebt	244
Trainingsstil	249
Der Bildungsreferent – sein Leid und seine Lust	256
Abschluß	258
Literatur	259
Stichworte	263

Einleitung

Die Sprache ist das ursprünglichste Kommunikationsmittel, das wir entwickeln. Als Folgeinstrument zur Körpersprache – die wir als Baby kreieren und erfolgreich einsetzen – verbindet sie uns mit der Welt außerhalb von uns. Sie hält uns lebendig und läßt uns am Leben teilnehmen. Wer sich nicht kommunikativ mitteilen kann, ist innerlich tot; es gibt Forschungsergebnisse die besagen, daß jemand, der nicht kommunizieren kann oder keine Gelegenheit dazu hat, physisch abbaut bis hin zum körperlichen Tod.

Wenn die Sprache so essentiell wichtig ist, fordert dies, daß sie sehr sensibel und bewußt angewendet werden muß. Sprache wird so zu einem Gut, dem wir sehr viel Bedeutung schenken müssen. Bedeutung, wie wir mit anderen sprechen und wie andere mit uns sprechen. Aussagen wie: „Du verstehst mich nicht“ oder „Das habe ich so nicht gemeint“ kennt jeder. Sie sind für mich ein Zeichen, daß es scheinbar nicht so leicht ist, mit anderen zu sprechen. Zumindest ist es nicht ganz einfach, sich so auszudrücken, daß der andere genau versteht, was man wirklich sagen will. Oder kennen Sie vielleicht auch dies, daß sie dem anderen gar nicht wirklich genau das sagen wollen, was Sie denken. Sie sprechen lieber durch die „Blume“ – in der Hoffnung, der andere versteht, was eigentlich hinter den Worten versteckt ist.

Diese offenen und/oder versteckten Mißverständnisse begleiten uns tagein tagaus. Es kostet uns viel Energie, Mißverständnisse zu klären und ins rechte Licht zu rücken. Diese sprachlichen Verwirrungen sind sowohl im Privatleben, als auch im Berufsleben sehr hinderlich.

Im Schulungs- und Trainingsbereich verbindet die Sprache den Trainer oder Schulungsleiter mit den Teilnehmern. Ist diese Bindung mißverständlich – oder wird sie mißverstanden – so sind Schwierigkeiten vorprogrammiert. Gleichzeitig ist der Trainer ein Vorbild, das kritisch begutachtet wird. Ist er nicht in der Lage, Schwierigkeiten sauber und einwandfrei zu klären, so bleibt ein schaler Nachgeschmack bei beiden Seiten.

Im Teil I des Buches widme ich mich verstärkt sprachlichen Aspekten. Ich zeige unterschiedliche Formen auf, wie Sprache und Kommunikation erklärt und gedeutet werden können; welche Modelle von welchen Ansätzen ausgehen; welche Hilfs- und Korrekturmöglichkeiten es gibt und welchen Nutzen sie bringen.

Im II. Teil des Buches verknüpfe ich die Sprache mit einem weiteren wichtigen Element in Schulung und Training: der Didaktik. In der Didaktik – Unterrichtslehre – setzen wir als Trainer Ziele in pädagogisch sinnvoller Weise um, so daß die Teilnehmern möglichst effektiv ein Training absolvieren können. Konkret bedeutet dies: Teilnehmer sollen angeregt und motiviert werden, neues Wissen aufzunehmen und/oder ihr Verhalten langfristig zu verändern. Durch entsprechende Methoden, Übungen etc. versuchen wir dem gesetzten Ziel möglichst nahe zu kommen.

Wie wir didaktisch konzipieren und dies dann im Training umsetzen bestimmt mit, ob wir die Teilnehmer „erreichen“, ob wir sie veranlassen können, sich zu verändern, ob wir sie motivieren, sich aktiv für ihre Wünsche und Bedürfnisse einzusetzen.

In der Didaktik spiegelt sich der innere Zustand des Trainers. Wer Raum läßt, kreativ und spontan zu handeln, wird dies auch im Training realisieren. Wer sein Konzept sehr eng und ohne Freiräume gestaltet, wird dies auch im Training durch sein Verhalten dokumentieren. Die enorme Bandbreite, die in einem didaktischen Konzept möglich ist, setzt voraus, daß diese einzelnen Facetten auch bewußt gesehen, verstanden und realistisch berücksichtigt werden. Der „innere Zustand“ wird durch die Sprache nach außen gebracht und für das Gegenüber sichtbar. Die Didaktik wird vor allem durch die Sprache lebendig und konkret handhabbar; in der Didaktik steckt die sprachliche Kompetenz und Souveränität des Trainers. Eine Didaktik kann noch so ausgefeilt sein – sie wirkt verwässert, wenn die Sprache das Wesentliche nicht transferiert, wenn Mißverständnisse nicht geklärt werden, wenn die sprachliche Problematik nicht gesehen wird.

Bewußt habe ich die Sprache der Didaktik vorangestellt. Für mich ist die Sprache die Basis, die hilft, Ideen, Anregungen und Zielsetzungen zu transportieren. Nur derjenige, der sich der Sprache bedient, wird für andere erlebbar und kann in Kontakt mit anderen treten:

- mit der Sprache drücken wir unsere Einstellung, unsere Sichtweise aus
- sie bildet die Basis einer formulierten Didaktik
- sie untermauert oder verfälscht unsere Absicht
- sie bildet unser Sprachrohr zu anderen

Die Didaktik kann ohne die Sprache nicht leben; nur die Sprache macht die Theorie lebendig und schafft Kristallisationspunkte.

Im Teil III beziehe ich Sprache und Didaktik auf die konkrete Seminararbeit. Ganzheitlich und erwachsenengerecht zu trainieren fordert, daß gewisse Trainingselemente erkannt, respektiert und lebendig umgesetzt werden. Diese pro-

fessionelle Seminararbeit kann nur ein Trainer leisten, der qualifiziert und fundiert sein Handwerkszeug beherrscht.

Während Sie lesen, wird Ihnen auffallen, daß ich manchmal von „dem Trainer“, manchmal von „mir“ selbst und in anderen Passagen „Sie“ direkt anspreche. Während ich das Buch schrieb, habe ich gemerkt, daß dies ein herausfordernder Prozeß war, der von Erfahrungen geprägt war, die ich selbst gemacht habe, die ich aber auch durch Gespräche mit Kollegen und Freunden vermittelt bekommen habe. Andererseits gibt es auch Themen und Überlegungen, die ich Ihnen direkt vermitteln und ans Herz legen wollte. Daher die unterschiedliche Art und Weise, wie ich Sie anspreche.

Sie haben jetzt die persönliche Freiheit, wie Sie das Buch lesen wollen – distanziert, als Außenstehender, der Erfahrungen sammeln will oder als direkt Beteiligter, der einzelne Passagen durchlebt und mit seiner eigenen Erfahrung vergleichen will.

Teil I

Die Analogie der Gegensätze ist das Verhältnis von Licht und Schatten, Gipfel und Abgrund, Fülle und Leere. Die Allegorie, Mutter aller Dogmen, ist die Substitution des Stempels durch den Abdruck, der Wirklichkeit durch die Schatten, sie ist die Lüge der Wahrheit und die Wahrheit der Lüge. (Eliphas Lévi, Dogme de la haute magie)

Das Ziel der Sprache

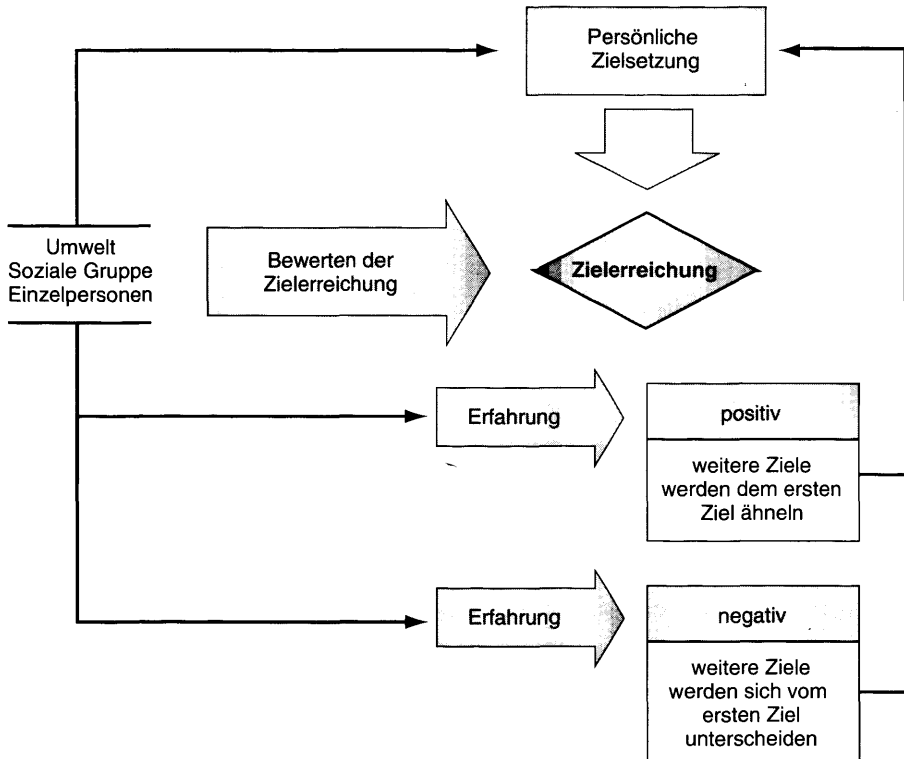
In der Managementliteratur wird heute die Führungstheorie „Management by objectives“ diskutiert. Unter „Führen mit Zielvereinbarungen“ wird allgemein verstanden, Unternehmensziele und Mitarbeiterziele in einem kooperativen Prozeß zu verbinden; d. h., ein Unternehmen will die Ziele der Mitarbeiter in den täglichen Arbeitsprozeß einbeziehen. Dahinter steht die Einsicht, daß Mitarbeiter kreativ und eigenverantwortlich im betrieblichen Prozeß teilnehmen, wenn ihre persönlichen Ziele berücksichtigt werden. Werden persönliche Ziele realisiert, steigt die Motivation – Motivation wird nicht mehr nur in Anreizen gesehen, wie z. B. mehr Lohn/Gehalt, Bonus oder Prämie; sondern vielmehr darin, die eigenen Beweggründe für das persönliche Handeln zu realisieren. So werden Ziele wichtig, wie z. B. vernünftiges Arbeitsklima, Kollegialität, sinnvolle Tätigkeiten, umfassende Information, partnerschaftliche Führung usw. Der Mitarbeiter will als Person gesehen, ernst genommen werden und seine individuell für ihn wichtigen Ziele im Alltag realisieren.

Werden Ziele so verstanden ergibt sich für mich, daß diese für das Wohl der Person wichtig sind. Dadurch, daß wir unsere Ziele ernst nehmen und alles tun sie zu realisieren, werden wir zu lebendigen Menschen. Unser Leben erhält einen Sinn, wenn wir uns selbst gesetzte Ziele zum Maßstab nehmen. Wir richten unsere Energie nach diesen Zielen aus. Für Ziele, die uns persönlich wichtig sind, werden wir viel investieren und alles tun, sie zu erreichen.

Ich gehe noch einen Schritt weiter: Jemand, der keine Ziele hat, für die er glaubt, daß es lohnt sich zu engagieren, ist innerlich tot. Ohne Ziele werden wir zu Mitläufern ohne eigene Meinung, ohne eigenen Standpunkt, ohne eigene Wünsche und Ideen. Ziele sind notwendig, um uns lebendig zu halten. Sie stärken unseren Selbstwert und geben uns Persönlichkeit. Dabei orientieren sich unsere Ziele an:

- Vorbildern und Idealen
- persönlichen Erfahrungen
- inneren Leitsätzen
- Erwartungen, die von außen auf uns zukommen
- unserem persönlichen Lernprozeß
- unserem sozialen Umfeld
- dem Erwartungsdruck, dem wir uns aussetzen
- der eigenen Souveränität
- dem eigenen Selbstwert

Wir setzen uns Ziele nicht aus „heiterem Himmel“, sondern wir orientieren uns an unserem sozialen Umfeld. Wie schon erwähnt, sollen unsere Ziele unseren Selbstwert stärken und uns persönlich in unserem Umfeld weiterbringen. Reagiert unsere Umwelt positiv darauf, daß wir ein Ziel erreichen, stärkt und motiviert uns dies, Ziele in eine ähnliche Richtung zu setzen. Zielsetzung unterliegt einem Regelkreis, einem System:



Dieser systemische Regelkreis ist natürlich abhängig von unserem Selbstwert. Je größer dieser ist, um so weniger sind wir von der Reaktion der Umwelt abhängig, um so selbstsicherer werden wir unsere Ziele setzen.

Was hat dies nun mit Sprache zu tun? Ich behaupte, daß unsere Sprache keinen Selbstzweck hat, sondern sie ist immer mit bestimmten Zielen verbunden. Mit welchem Tonfall wir reden, welche Themen wir wie ansprechen, mit wem wir

uns unterhalten, wie laut wir reden, was wir wie betonen, wie unser Körper „mitspricht“ usw., dahinter steht stets ein persönliches Ziel. Die Sprache hilft uns, dieses Ziel zu erreichen. Dabei sind die Ziele sehr vielfältig:

- Ideen an andere zu übermitteln
- eine gemeinsame Ausgangsbasis zu vereinbaren
- Wünsche und Anregungen auszutauschen
- Wissen zu erweitern
- Themen zu diskutieren
- Machtverhältnisse festzulegen
- andere auszugrenzen
- andere einzubeziehen
- Verständnis zu schaffen
- Distanz aufzubauen
- Neugier zu wecken
- sich weiterzuentwickeln
- Positionen zu festigen
- Abhängigkeiten zu schaffen
- Leben zu erfahren
- ...

Wenn Sie in sich gehen, fallen Ihnen bestimmt noch mehr Beweggründe ein, warum Sie mit anderen sprechen. Einige der Beweggründe meiner Liste wirken auf Sie eher positiv, andere dagegen eher negativ. Wissen zu erweitern, Erfahrungen auszutauschen oder sich anzunähern sind erstrebenswerte Ziele, die normalerweise auch offen ausgedrückt werden. Abhängigkeiten zu erzeugen, Machtpositionen zu klären oder Distanz zu schaffen sind in der Regel Ziele, die nicht offen ausgesprochen werden; sie werden verschleiert und sind oft nur „zwischen den Zeilen“ zu lesen.

Diese vielfältigen Ziele, die wir uns setzen, führen dazu, daß wir Sprache „taktisch“ benutzen. Ähnlich wie der Stratege am „Sandkasten“ seine Spielzüge überlegt, damit er den Gegner besiegt oder zumindest in Schach hält, überlegen wir, wie wir unsere Sprache einsetzen. Nun ist Taktik oder Strategie stets mit bewußten Überlegungen verbunden; Erfahrungen, Veränderungen, Stärken und Schwächen werden abgewogen und daraus der nächste Spielzug abgeleitet. In der Sprache geschieht dies dagegen oft unbewußt. Die wenigsten von uns werden, weil sie spüren, daß mehr Überzeugung verlangt ist, automatisch lauter werden, oder mehr Adjektive verwenden, oder bewußt mehr Pausen setzen. Die wenigsten werden, wenn sie in Rage kommen und merken, daß dies nicht hilft, den anderen zu überzeugen, bewußt langsamer sprechen, bewußt mit der

Stimme modulieren usw. Vielfach geht die Sprache „mit uns durch“ und führt ein Eigenleben. Der Wunsch, die Sprache bewußt einzusetzen und zu nützen, motiviert viele, Rhetorikkurse oder Gesprächskurse zu besuchen. Nicht von der Sprache manipuliert zu werden, sondern die Sprache im Griff zu haben, ist Zielsetzung der Seminarteilnehmer.

Sprache zu besitzen scheint viele anzutreiben, die Sprache zu erforschen und zu ergründen. Schon Kinder spielen mit ihrer Sprachfähigkeit. So sprechen sie Wörter und Sätze immer wieder vor sich hin; manchmal still und nur für sich, manchmal laut, so daß es auch die Umwelt miterleben kann. Begriffe werden fragend ausgesprochen, als ob das Kind wissen und ergründen will, was dieser Gegenstand mit ihm zu tun hat. Andere Begriffe dagegen werden zornig und laut ausgesprochen, als ob durch das Wiederholen die Situation, in der das Kind mit dem Begriff konfrontiert wurde, nochmals durchlebt wird.

Vor allem bei emotionalen Begriffen und Sätzen wie „dumme Kuh“, „den Franz zu schlagen, ist nicht schön von Dir“ oder „warum mußt Du in der Schule so viel schwätzen“ erlebt das Kind, daß Sprache nicht wertfrei ist. Vielmehr dadurch, daß gesprochen wird, wird automatisch auch etwas transportiert, was problematisch werden kann. Sprache kann verletzen oder aufbauen; sie kann distanzieren oder Nähe geben; sie kann Freunde oder Feinde schaffen.

Daß durch Sprache Emotionen, Meinungen und Absichten weitergegeben werden ist eine Erfahrung, die wir erst lernen und verarbeiten müssen. Worte sind nicht reine Begriffshülsen die helfen, uns zu verständigen und Begriffe für mehrere Personen eindeutig zu machen; Worte sind ein „Mittel zum Zweck“, die bewußt, häufig jedoch unbewußt verwendet werden, unsere Ziele zu erreichen.

„Merkwürdig, was dieselben zweitausend Menschen zu gleicher Zeit sein können: unsere tapferen Krieger; Mob; Volksgenossen; verhetzte Kleinbürger. Wie man eine Masse anspricht, so fühlt sie sich“. Kurt Tucholsky trifft hier in wenigen Worten, was Sprache letztlich ausmacht. Sie hat ein Ziel, eine Absicht und hinterläßt eine Wirkung beim Gegenüber. Ziel und Wirkung sind mit unserer Fähigkeit zu sprechen unmittelbar verbunden. Ich glaube, wir hätten nicht sprechen gelernt, wenn wir nicht durch Worte etwas erreichen wollten. Wir würden nach wie vor noch grunzen und stöhnen, wenn wir nicht erfahren hätten, daß dies nicht ausreicht, wirklich unsere Ziele zu erreichen. Wir würden nach wie vor nicht wissen, wie wir mit Zunge, Luft, Hohlräumen und Muskeln Worte formen und aussprechen können, wenn wir nicht unserem Bedürfnis nachgegangen wären, unsere Ziele mitzuteilen und andere für unsere Ziele einzuspannen.

Unsere Sprache ist nicht eindeutig

Vor mir liegt ein Buch: Der schnelle Weg zum richtigen Wort. Es ist ein Nachschlagewerk, das mir helfen soll, für meine Absichten bzw. für das was ich ausdrücken will, das richtige Wort zu finden. Sie als Leser sollen dadurch, daß ich das richtige Wort finde, auch mich richtig verstehen. Natürlich habe ich den Wunsch, daß Sie das, was ich sagen will, auch so verstehen, wie ich es verstanden haben will. Aber wozu brauche ich dazu ein Buch? Warum verstehen Sie nicht die Worte so wie ich sie verstehe? Was ist daran so schwierig? Wollen oder können Sie mich nicht verstehen – will oder kann ich mich nicht so ausdrücken, daß wir uns auf jeden Fall „richtig“ verstehen? Oder ist das Problem gar kein Problem?

Sollten Sie schon einmal Rhetorik- oder Kommunikationsseminare besucht haben – oder sollten Sie solche Seminare trainieren – so ist Ihnen bestimmt folgendes Beispiel bekannt:

Ein Ehepaar sitzt im Auto und fährt durch die Stadt. Die Frau steuert, der Mann fährt mit. Sie fahren mit normalem Tempo die Straße entlang. Vor Ihnen taucht eine Verkehrsampel auf, die „grün“ zeigt. Plötzlich sagt der Mann: „Du, da vorne ist grün!“

Was glauben Sie, wie die Frau reagieren wird? Wird sie einfach ruhig weiter fahren? Wird sie beschleunigen, damit sie noch rechtzeitig bei „grün“ über die Kreuzung kommt? Wird sie ihren Mann belehren und sagen: „Ich fahre – kümmer Dich nicht darum, wie ich fahre“. Wird sie sagen: „Wenn Du alles besser weißt, fahr Du doch weiter“. Oder wird sie sich eventuell sogar bedanken, daß er sie im Verkehrsgewühl nicht völlig allein läßt?

Überlegen Sie in Ruhe, wie die Frau reagieren würde; sicher fallen Ihnen auch noch weitere Möglichkeiten ein. Ich vermute jedoch, daß Sie sich schwer tun, die Reaktion der Frau zu benennen. Sie werden sicher überlegen:

- Ich weiß nicht, warum der Mann dies sagt
- Ich kenne die Beziehung zwischen den Beiden nicht
- Ich weiß nicht, ob die Frau öfter und regelmäßig fährt
- Ich kenne die Stimmung zwischen den beiden nicht
- Ich weiß nicht, ob der Mann findet, daß seine Frau zu langsam oder zu schnell fährt
- Ich weiß nicht, ob hinter ihnen ein hupendes Auto fährt
- Ich selbst habe auch keine Geduld, wenn meine Frau fährt

- Typisch Frau
- Ich mag auch nicht, wenn sich jemand in meine Fahrweise einmischt
- ...

Damit jetzt kein Mißverständnis aufkommt – Sie können natürlich auch Mann und Frau aus- bzw. vertauschen. Dies ist sicher keine typische Verhaltensweise, die nur Frauen oder nur Männer haben. Wichtig ist mir hier nur das Beispiel als solches.

Aufgrund der oben aufgeführten Fragen und Ideen, die Ihnen durch den Kopf gehen, wird sicher klar, warum es nicht möglich ist, die Frage „Wie wird die Frau reagieren?“ eindeutig zu beantworten. Jeder versteht die Worte „Du, da vorne ist grün“ – wie wir sie jedoch verarbeiten ist unterschiedlich. Worte werden bedeutsam, nicht allein durch ihren sachlichen Inhalt, sondern durch ein Paket an Faktoren:

- die Art und Weise, wie Worte ausgesprochen werden
- die Beziehung zwischen den beiden Personen, die miteinander reden
- die Verbindung und Erfahrung, die die beiden Personen miteinander haben
- die Absicht, mit denen Worte ausgesprochen werden
- die Absicht, wie Worte aufgenommen und verstanden werden
- das Umfeld, das die beiden Personen umgibt und beobachtet
- die persönliche Erfahrung des Sprechenden
- die persönliche Erfahrung des Hörenden
- die persönliche Erfahrung, die jeder mit sich selbst hat
- die Erfahrung, die jeder mit Worten hat
- das Umfeld, in dem beide Partner sich augenblicklich bewegen
- die Erwartungen, die zwischen den beiden Partnern bestehen
- Normen und Vorstellungen, die jeder in sich trägt
- ...

Dieses Paket prägt und bestimmt mit, was ich mit Worten erreichen und was ich nicht erreichen kann. Es legt fest, was so verstanden wird, wie ich es beabsichtige und was anders aufgenommen wird. Dieses Paket prägt, wie ich weiter Worte und Sprache verwenden werde. Sprache hat somit zwei sehr unterschiedliche Seiten:

1. Die Sprache ermöglicht Vielfalt, Kreativität und Ideenreichtum
2. Die Sprache wird unterschiedlich verstanden und interpretiert

Wer sich dieser beiden Seiten bewußt ist, hat die Möglichkeit, die Sprache indi-

viduell und vielfältig einzusetzen. Sie ist dann wirklich die Basis, damit Ideen ausgetauscht, Meinungen verdichtet, Erfahrungen ergänzt werden. Gleichzeitig bin ich nicht enttäuscht, wenn ich anders verstanden werde als ich möchte, da ich weiß, das dies ein Teil der Sprache ist. Mißverständnisse und unterschiedliche Interpretationen erschrecken dann nicht, da dies ganz „normal“ ist und in die Sprache „einprogrammiert“ sind.

Ich möchte Sie anregen, einmal nur mit Worten, die – scheinbar – ohne Sinn zusammengefügt wurden, gedanklich zu spielen. Nachfolgend steht das Gedicht „Urtod“ von August Stramm, das er 1915 geschrieben hat:

Urtod

Raum

Zeit

Raum

Wegen

Regen

Richten

Raum

Zeit

Raum

Dehnen

Einen

Mehren

Raum

Zeit

Raum

Kehren

Wehren

Recken

Raum

Zeit

Raum

Ringen

Werfen

Würgen

Raum

Zeit

Raum

Fallen

Sinken

Stürzen

Raum

Zeit

Raum

Wirbeln

Raum

Zeit
Raum
Wirren
Raum
Zeit
Raum
Flirren
Raum
Zeit
Raum
Irren
Nichts

Eigentlich nur Worte, die aneinandergereiht wurden. Dennoch geschieht, wenn ich die Worte lese, mehr: Erinnerungen, Phantasien, Bilder und Assoziationen schwirren durch meinen Kopf. Das Wort „Raum“ erhält eine räumliche Dimension, fängt an sich zu bewegen, bekommt eine Farbe. Fragen tauchen auf – Warum taucht gerade die Verbindung Zeit – Raum – Flirren – Raum – Zeit – Raum und keine andere auf? Wichtig wird nicht mehr, ob ich die Wortverbindungen „richtig“ oder „falsch“ deute. Wichtig werden plötzlich auch nicht mehr nur einzelne Wörter. Wichtig wird auf einmal der Gesamteindruck, eine Gesamterfahrung, die ich spüre, wenn ich dieses Gedicht lese. Die Worte tragen mich fort und bauen Brücken zu einem anderen Teil der Sprache, der lebendig und vielfältig ist.

Wieder zurück, sehe ich erneut das Buch: Der schnelle Weg zum richtigen Wort. Ich frage mich, warum ich eigentlich dieses Buch gekauft habe, was ich mir davon versprochen habe? Und gibt es nicht einen wesentlicheren Teil der Sprache, der allein dadurch, daß ich die richtigen Wörter wähle, nicht erfaßt wird? Ist die wesentliche Aufgabe der Sprache nicht, mein Inneres mit dem Inneren von anderen zu verbinden? Soll Sprache nicht berühren, nicht nur verstanden werden?

In Kommunikations- und Rhetorikseminaren ermutige ich die Teilnehmer, sich in Entspannungssequenzen gegenseitig zu massieren. Ein Partner sitzt auf dem Stuhl, der andere massiert mit seinen Händen dessen Rücken, Schultern und Nackenbereich. Dabei ist mir nicht wichtig, daß richtig massiert wird oder Massagegriffe gelernt werden. Wichtig ist, daß die Teilnehmer sich zutrauen, andere wirklich mit Händen zu berühren. Nicht nur flüchtig berühren, sondern langsam, sorgfältig und intensiv. Ich werde dann oft gefragt, was hat diese Massage mit dem Seminarthema zu tun, „Wir sind doch hier um zu lernen, wie wir richtig und effektiv miteinander reden“. Ich antworte stets, daß ich glaube, daß jemand, der sich nicht traut, andere körperlich zu berühren, auch durch oder mit seiner Sprache andere nicht berührt. Sprache besteht nicht aus Worthülsen, die

in den Raum geschmissen und von anderen aufgegriffen werden. Sprache kann und muß andere berühren, muß Empfindungen auslösen; ich muß merken, daß Teile des Körpers durch die Sprache wirklich getroffen werden, wirklich vibrieren, wirklich mitschwingen. Nur diese Sprache entspricht dem ursprünglichen Sinn, der hinter der Entwicklung der Sprache steht. Nur diese Sprache ermutigt, Ideen und Meinungen auszutauschen und kann mit unterschiedlichen Interpretationen leben.

Wenn ich mir Diskussionen, Talkshows und Besprechungen anschau, sehe ich immer mehr Menschen, die ausdrücken „So habe ich das nicht gemeint“, „Das kann man so nicht stehen lassen“, „Sie verstehen mich nicht“. Einige sagen dies auch offen und versuchen so wieder zu einer gemeinsamen Basis zu finden. Die Mehrzahl jedoch schweigt und nur ihr Verhalten läßt vermuten, daß dieses Gefühl, das hinter diesen Aussagen steckt, sich in ihnen ausbreitet. Sie reden aggressiver oder sie werden immer stiller; sie lehnen sich zurück und fangen an, die anderen kritisch zu beobachten. Die Worte werden rauher, Sätze kürzer, Vorwürfe häufen sich. Manche werden unruhiger, fangen an zu schwitzen, lesen demonstrativ ihre Zeitung. Auch diese Liste können Sie beliebig erweitern; jeder von uns war schon in dieser Situation, daß er glaubt, von anderen nicht verstanden zu werden. Geschieht dies oft, verliert der 1. Punkt – die Sprache ermöglicht Vielfalt, Kreativität, Ideenreichtum – natürlich ebenfalls. Ideen werden zurückgehalten und wir ziehen uns ins eigene Schneckenhaus zurück und fangen an, mit der Sprache zu taktieren, damit wir ja nicht mehr in unangenehme Situationen kommen können, bzw. in solchen Situationen stets die Oberhand behalten. Sprache wird zum reinen Mittel zum Zweck und soll uns vor Blamage und inneren Verletzungen schützen.

Spätestens an dieser Stelle muß uns auffallen, daß die Sprache nicht nur sachlich zu sehen ist. Sie transportiert nicht nur Sachinhalte, wie „der Tisch ist rund“, „da vorne ist grün“, vielmehr steckt in der Sprache etwas Menschliches: Gefühle, Empfindungen, Beziehungen. Sprache ist nicht nur „kopfgesteuert“, auch unser Herz spricht mit. So wie es bei einer Massage „menschelt“, „menschelt“ es auch, wenn wir sprechen. Manchmal rieselt es uns kalt den Rücken hinunter, manchmal durchströmt uns Wärme, manchmal steckt ein Kloß im Hals, manchmal bleibt uns das Herz stehen oder manchmal möchten wir am liebsten davonlaufen. Wörter und Sprache sind lebendig.

Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?

Die Sprache, wie Sprache angewendet wird und was Sprache bewirken kann, hat uns Menschen schon immer fasziniert. Griechen und Römer – sicher auch noch andere Kulturen – haben sich philosophische Anstöße und Regeln erarbeitet, damit sie mehr und mehr die Sprache beherrschen können. Herrscher zu sein über die eigene Sprache, sie gezielt zu nutzen und bewußt Ergebnisse anzusteuern, streben wir auch heute an. Scheinbar ist es für uns Menschen schwer, mit einem Teil von uns zu leben, den wir nicht „im Griff haben“. Zumal gerade der sprachliche Teil von uns sehr stark nach außen wirkt und unsere Persönlichkeit präsentiert. „Suche redlich die Wahrheit im Stillen, bevor Du den Marktplatz betrittst und redest! Du weißt, daß Du kein Wort zurückholst!“ Leider weiß ich nicht mehr, von wem dieser Sinnspruch stammt; er trifft jedoch den Nagel auf den Kopf. Da wir nichts zurückholen können, müssen wir lernen, mit der Wirkung, die unsere Sprache erzielt, zu leben.

Andererseits hat jeder von uns seinen ganz persönlichen Stil, sein ganz persönliches Sprachverhalten. Wir wir sprechen, ist Teil unserer Individualität. Da wir neugierig sind, interessiert uns natürlich:

- Warum unterscheiden wir uns in unserer Fähigkeit zu sprechen?
- Warum erzielen wir sehr unterschiedliche Wirkungen?
- Warum gibt es Personen und Situationen, mit denen wir besser zurecht kommen?
- Warum fällt es uns so schwer, unsere Sprache wirklich zu ändern?
- Warum kämpfen einige mit der Sprache und andere spielen sich mit ihr?
- Warum mißverstehen sich einige fast immer, während andere sich ohne viele Worte verstehen?
- Warum werden wir manchmal mißverstanden?
- Warum verstehen uns gewisse Personen nicht, obwohl wir glauben, mit ihnen nicht anders zu sprechen als mit anderen?

Diese Fragen haben eine Vielzahl von Theorien geboren. Die Schöpfer dieser Theorien glauben dies beantworten zu können – oder zumindest sich den Antworten zu nähern. Viele Menschen haben ihr ganzes Leben diesen Fragen gewidmet und durch praktische Erfahrungen geholfen, daß wir ein differenziertes Bild von unserem Sprachverhalten entwickeln können. Ich denke, daß es hilfreich ist, Gründe und Regeln für unsere Sprachmuster zu kennen; so erhalten wir

Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?

eine Chance, Sprache wirklich adäquat einzusetzen. Da es sehr unterschiedliche Theorien gibt, möchte ich hier fünf Ansätze vorstellen, die alle neueren Datums sind und die in Schulungen, Trainings und Seminaren angewendet werden:

- 1) Modell nach Ruth Cohn
- 2) Modell nach Eric Berne
- 3) Modell nach Virginia Satir
- 4) Modell nach Paul Watzlawick
- 5) Modell nach Richard Bandler und John Grinder

Die nachfolgenden Beschreibungen sind kurz gefaßt und beinhalten nur die wesentlichen Merkmale. Mein Ziel dabei ist es, Anregungen zu geben, unser Sprachverhalten transparenter zu erleben und Unterschiede verstehen zu lernen. Gleichzeitig zeigen die Modelle Möglichkeiten auf, wie wir unsere Sprache wirklich aktiv und lebendig anwenden können. Wer tiefer in die einzelnen Theorien einsteigen möchte, dem empfehle ich, Originalbücher zu lesen.

1) Ruth Cohn und wie sie Sprache und zwischenmenschliche Interaktion versteht

Ich denke, wenn wir uns mit Ansichten und Meinungen von Personen auseinandersetzen ist es sicher sehr hilfreich, etwas über die Person selbst und deren geschichtlichen und privaten Hintergrund zu erfahren.

Ruth Cohn wurde 1921 in Berlin als Tochter eines Bankiers geboren und hatte noch einen älteren Bruder. Sie war sprichwörtlich eine „höhere Tochter“. Als Jugendliche interessierte sie sich für Lyrik und Journalismus. Im Berlin der Zwanziger Jahre fanden viele politische Auseinandersetzungen statt, an denen sie rege teilnahm. Sehr stark setzte sie sich dabei mit Ideen des Marxismus auseinander.

Sie war 18 Jahre alt als ihr Vater starb. Während dieser Zeit unterstützt sie intensiv ihre Mutter. Da Ruth Cohn aus einer jüdischen Familie stammt, hat die Entwicklung des dritten Reiches ihre politische Einstellung sehr stark geprägt. 1933 emigrierte sie nach Zürich. Gegen den Widerstand ihrer Verwandten nahm sie ihren Erbteil mit und finanzierte davon ihr Studium der Volkswirtschaft und das Studium ihres Freundes. In Zürich begegnete sie den Ideen der Psychoanalyse und sattelte um. Sie machte jahrelang sechsmal wöchentlich eine psychoanalytische Therapie.

1941 wanderte sie mit ihrer kleinen Tochter in die USA aus, wo 1944 ihr zweites Kind, ein Junge, geboren wurde. 1946 wurde ihre Ehe geschieden; eine zweite Ehe wurde nach weiteren 13 Jahren geschieden.

Ihr beruflicher Anfang in New York gestaltete sich schwierig. Als Nichtmedizinerin wurde sie als Psychoanalytikerin nicht anerkannt. Trotz eines international anerkannten Analytiker-Zertifikats wurde ihr empfohlen, mit Kindertherapie anzufangen; die Psychoanalyse galt als Domäne der Mediziner. Sie begegnete Theodor Reik, einem für die damalige Zeit fortschrittlichen Vertreter der Psychoanalyse. Theodor Reik hatte ein eigenes psychoanalytisches Ausbildungsinstitut in New York gegründet, das auch für Nichtmediziner offen war. Ruth Cohn beteiligte sich am Aufbau des Instituts und wurde Vorsitzende des Ausbildungsausschusses. Für eine Frau in der damaligen Zeit eine wunderbare Leistung.

Trotz jahrelanger Ausbildung in der Psychoanalyse verließ Ruth Cohn die dogmatische Haltung der Psychoanalytiker und war offen für verschiedenste Einflüsse und Therapieansätze. Für Ihre Arbeit wurden folgende Ideen bedeutsam:

- die Schule von Sullivan – ein Schüler von Carl Rogers – und dessen „Interpersonale Therapie“
- die Bioenergetik von Reich
- die Familientherapie von Virginia Satir
- die Gesprächstherapie nach Carl Rogers
- die Gestalttherapie nach Fritz Perls
- gruppentherapeutische und erlebnistherapeutische Ansätze

Diese Offenheit, mit der Ruth Cohn andere Ideen und Einflüsse aufnahm, diskutierte und mit den eigenen Ideen ergänzte, ist ein wichtiges Merkmal ihrer persönlichen Einstellung. Von den vielfältigen Einflüssen, mit denen sie sich umgab, übernahm sich jedoch – gleichsam nach einem inneren Kompaß – nur das, was ihr wirklich entsprach. Eine kritische Haltung gegenüber sich selbst und gegenüber anderen kennzeichnete das Wesen von Ruth Cohn.

1966 gründete sie das „Workshop Institut for Living-Learning“ (WILL). Nach 36 Jahren kam sie zurück nach Deutschland und ließ sich nach einigem Hin und Her in Hasliburg/Schweiz nieder. Schließlich entwickelte sie in Deutschland das „WILL-Europa-Institut“ und bietet dort für sozialpädagogische Berufe eine Ausbildung in Themenzentrierter Interaktion (TZI) an.

Dieser Kurzlebenslauf vermittelt, daß Ruth Cohn eine sehr starke Persönlichkeit ist; sie ist neugierig, gleichzeitig aber auch kritisch und versucht, im Sinne der „Verantwortung für den Menschen“ tätig zu sein. „Ich wurde Psychoanalytikerin in einer Zeit, in der humane Werte einer ‘Exklusivitätsphilosophie’ zum Opfer fielen. Was daraus folgte, ist im Laufe der Geschichte immer wieder geschehen und geschieht noch heute: Eine mächtige Gruppe unterdrückt und tö-

Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?

tet eine schwächere. Sie fühlt sich als ‚Wir‘ und verachtet ‚Die-da‘. – Die Namen der Gruppierungen von Klassen, Schichten, Rassen, Religionen, Stämmen, Nationen wechseln. In Ihnen wiederholt sich, was in Schulen oder Familien erlebt worden ist. Das Syndrom ‚Wir und Die-da‘ bleibt.“ Mit diesen kurzen Worten beschreibt Ruth Cohn die Basis, auf der sie beruflich tätig ist. Gleichzeitig ist dieses Menschenbild grundlegend für ihr eigenes Arbeitsmodell, die Themenzentrierte Interaktion. Ruth Cohn hat ihr Menschenbild durch drei Axiome konkretisiert:

1. Das existentiell-anthropologische Axiom

Der Mensch ist eine psycho-biologische Einheit und Teil des Universums. Er ist somit gleichermaßen autonom und interdependent. Die Autonomie des einzelnen ist umso größer, je mehr er sich seine Interdependenz mit allen und allem bewußt macht.

2. Das Ethisch-soziale Axiom

Ehrfurcht gebührt allem Lebendigen und seinem Wachstum. Respekt vor dem Wachstum bedingt bewertende Entscheidungen. Das Humane ist wertvoll, inhumanes ist wertbedrohend.

3. Das demokratisch-politische Axiom

Eine freie Entscheidung geschieht innerhalb bedingender innerer und äußerer Grenzen. Die Grenzen können erweitert werden.

Aus dieser humanistischen Einstellung heraus hat Ruth Cohn versucht, Formen zu finden, die es ermöglichen, mit Menschen personenorientiert zu arbeiten, ohne das Thema aus den Augen zu verlieren. Aus diesem Anspruch heraus formulierte sie die Themenzentrierte Interaktion, die auf den drei Säulen

Ich – Wir – Es

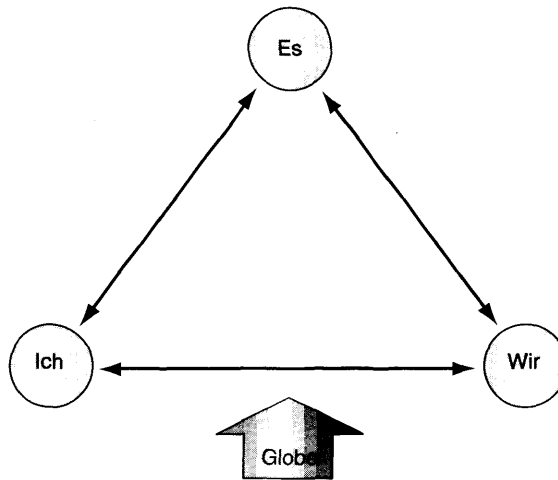
steht. Daraus entstand das TZI-Dreieck (siehe nebenstehende Graphik).

Dabei bedeuten die einzelnen Punkte:

Ich

Meine Gefühle, Gedanken, Reaktionen, Empfindungen, Einstellungen, Vorurteile, Wünsche, Interpretationen usw.

Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?



Wir

Die Beziehung zwischen allen Beteiligten und die sich daraus ergebenden Konsequenzen.

Es

Dies sind die Faktoren, die sich um das Thema drehen. Das Spektrum, das dabei möglich ist, ist sehr vielfältig und es sollte möglichst kein Bereich ausgelassen werden.

Globe

Hierunter fallen alle nur erdenklichen Faktoren, die durch das Umfeld geprägt sind:

- Wie beeinflussen uns Zeit, Raum und Materialien, die zur Verfügung stehen?
- Wer hat Interesse oder Nichtinteresse am Gelingen der Kommunikation?
- Wer trägt die Verantwortung?
- Welche Konsequenzen ergeben sich für welche Bereiche?
- Geschieht die Interaktion freiwillig oder unter Zwang?
- Gibt es Abhängigkeiten?
- Welche geschichtliche Vergangenheit wird durch den Rahmen präsentiert?
- Wer beobachtet die Interaktion?
- ...

Wie läßt sich Sprache und Sprachverhalten erklären?

Dieses Modell verdeutlicht, daß, nach Ruth Cohns Meinung, wir uns stets, wenn wir sprechen, wenn wir in Interaktion treten, uns dieser vier Elemente bewußt sein müssen. Diese vier Säulen beeinflussen uns, wie wir sprechen, was wir wie formulieren, wie wir auf andere wirken, was ankommt und was nicht, bei wem wir wirklich wirken können, bei wem wir „abblitzen“ usw. Anders ausgedrückt heißt das, daß wir, wollen wir uns unmißverständlich und umfassend sprachlich darstellen, die Balance zwischen den Polen „Ich – Wir – Es“ und dem „Globe“ finden müssen. Ist die Balance gestört, sind Mißverständnisse, Zwistigkeiten, Machtkämpfe usw. vorprogrammiert.

Ruth Cohn bietet eine Ausbildung für Gruppenleiter an. Diese vermittelt das Handwerkszeug, Gruppen anzuregen und ihre Interaktion auszubalancieren. Gleichzeitig bedeutet ihr Modell jedoch, daß jeder, wenn er kommuniziert, wenn er spricht, sich bewußt werden muß, ob er noch in Balance mit sich und den anderen ist.

Damit es leichter fällt, sich und andere auszubalancieren, hat Ruth Cohn zwei Grundregeln entwickelt, die helfen sollen, zwischenmenschliche Kommunikation zu gestalten:

- 1) Sei Dein eigener Chairman/Chairwoman, sei die Chairperson Deiner selbst
 - Sei Dir Deiner inneren Gegebenheiten und Deiner Umwelt bewußt
 - Nimm jede Situation als Angebot für Deine Entscheidung
 - Nimm und gib, wie Du es verantwortlich für Dich selbst und andere willst

Ruth Cohn nimmt jeden von uns in die Verantwortung. Was ich sage, wie ich auf das, was andere sagen, reagiere, wie ich mich in gewissen Situationen verhalte usw., stets bin ich derjenige, der dafür die Verantwortung trägt. Ignoriere ich gewisse Teile des TZI-Dreiecks, so bin ich dafür verantwortlich, nicht der andere oder die Umwelt.

2) Störungen und Betroffenheit haben Vorrang

Antipathie oder Unklarheit können die einzelnen Gesprächspartner blockieren und unterminieren; bleibt dies unausgesprochen, so bleibt die Kommunikation oberflächlich, die Sprache trifft nicht den entscheidenden Punkt. Sprache wird so – bewußt oder unbewußt – tendenziös eingesetzt. Sprache wird Mittel zum Zweck.

Entscheidungen entstehen dann nicht auf der Basis realitätsbezogener Überlegungen und Diskussionen; sie unterliegen vielmehr der „Diktatur“ von Störungen. Die mißverständliche Sprache manipuliert uns, da wir den Störun-