

Predigtscript

22.09.2024

Schwierige Beziehungen – Kommunikationsschwierigkeiten und -lösungen

Wir sind in der Predigtserie mit dem Thema «Schwierige Beziehungen».

Vielleicht denkt ihr, es ist ein bisschen unpassend heute drei Mitarbeiterinnen einzusetzen und dann gleich über schwierige Beziehungen zu sprechen.

Doch das ist nicht der Grund, weshalb wir darüber reden.

Manchmal sind Beziehungen gut und trotzdem tauchen immer wieder Schwierigkeiten in den Beziehungen auf. Einem dieser Themen widmen wir uns heute:

Kommunikationsschwierigkeiten und -lösungen.

Sprache ist eine der wichtigsten Fähigkeiten der Menschen. Es ist eine der komplexesten Dinge, die wir tun.

Eine Sprache zu lernen gehört zu den kompliziertesten Dinge, die wir Menschen machen können. Dies gilt nicht nur für eine Fremdsprache, sondern noch mehr bei der allerersten Sprache, die wir lernen. Die Muttersprache zu lernen ist für ein Kleinkind etwas vom schwierigsten überhaupt - von nichts eine Sprache aufzubauen.

Kommunizieren ist einerseits reden, andererseits hören. Das Gehörte verständlich umzusetzen, also nicht nur einfach Geräusche zu hören, wie wenn du eine Fremdsprache hörst.

Neben den Wörtern, der Grammatik, Aussprache.

Emotionen können mit Sprache ausgedrückt. Du hörst einer Stimme die Freude, Traurigkeit, Wut, Ängstlichkeit an.

Wenn jemand zu dir sagt (*wütend*): «*Ich liebe dich.*» Was kommt dann bei dir an?

Denkst du dann: «Ja, da bin ich super geboren.»

Sprachmelodie ist wichtig. Du kannst alleine mit deiner Betonung und deiner Sprachmelodie den

Sinn deiner Aussage umkehren. Das nennt sich Ironie. Das verstehen kleine Kinder noch nicht.

(*Ironisch*) «*Bei minus 5 Grad ist es sicher eine gute Idee barfuss auf die Strasse zu gehen.*»

Kommunizieren hat mit Gestik zu tun, Mimik ist wichtig. Das Gegenüber zu lesen.

Und dann gibt es noch, dass wir Sprache sehen. Abstrakte Striche haben wir definiert als Laute.

Das nennt sich dann Lesen und Schreiben.

Was denkst du, wenn du dies siehst:

📖	Singhalesisch	Pota
📖	Chinesisch (vereinfacht)	Shu
📖	Chinesisch (traditionell)	Shu
📖	Arabisch	Kitab(on)
Buch	Deutsch	

Wahrscheinlich hast du beim Singhalesischen nicht direkt an ein Buch gedacht. Vielleicht fandest du die Zeichen spannend oder es hat einfach wie ein Gekritzelt ausgesehen. Aber beim deutschen Wort «Buch» hast du dir keine Gedanken gemacht, was das jetzt bedeuten könnte. Es war für dich wohl klar, dass es um ein Buch geht. Und nicht um einen Elefanten.

Das ist alles eine grosse Hirnleistung, weil die Sprache etwas so Komplexes ist. Und häufig denken wir gar nicht darüber nach, sondern nehmen es häufig unbewusst als selbstverständlich, dass wir uns verstehen.

Wir sind in einer Welt, die voller Kommunikation ist. Einerseits persönliche direkte Gespräche, Telefonieren, Videochat, Briefe, E-Mails, Fernsehen, Radio, Podcasts, soziale Medien. Noch nie war die Welt so voller Kommunikation wie heute.

Und ich habe das Gefühl, noch nie waren die Kommunikationsschwierigkeiten so gross wie heute. Wir verstehen uns häufig nicht oder falsch und es kommt zu Missverständnissen.

Sprache ist machtvoll

Reden können Hoffnung geben. «I have a dream», die Rede von Martin Luther King hat sehr vielen Menschen Hoffnung gegeben.

Aber es geht auch anders.

Mit Kommunikation kann Hass geschürt werden, sogenannte Hatespeech. Der Gegner wird verunglimpft und Leute werden durch Reden aufgewiegelt und tun dann irgendwelche unüberlegten Dinge, weil sie denken, sie müssten jetzt mal zum rechten sehen.

Es gab vor einigen Jahren den Fall von einer Frau, die auf Twitter eine Nachricht geschrieben hat, ins Flugzeug gestiegen ist und 8 Stunden später aus dem Flugzeug ausgestiegen ist, ihr Handy wieder angeschaltet hat und sie erfahren hat, dass ihr gekündigt wurde.

Was ist passiert? Sie hat etwas ironisches auf Twitter geschrieben. Die Ironie wurde nicht erkannt (fehlendes Smiley). Während dem Flug gab es einen Shitstorm, wie man nur so etwas schreiben kann. Und ihr Chef hat ihr dann die direkte Kündigung geschickt. Wegen einer einzigen Nachricht.

Was sagt die Bibel dazu? Denn anscheinend ist dies nicht ein ganz neues Phänomen, sondern gab es schon seit es Kommunikation gibt.

Jakobus schreibt:

Ihr sollt wissen: Ein jeder Mensch sei schnell zum Hören, langsam zum Reden, langsam zum Zorn. Denn des Menschen Zorn tut nicht, was vor Gott recht ist. Jakobus 1,19-20

Und in den Sprüchen steht:

Siehst du einen, der schnell ist zu reden, da ist für einen Toren mehr Hoffnung als für ihn. Sprüche 29,20

Schnell zum Hören, langsam zum Reden.

Ich denke, dazu gehört, dass wir nicht sofort etwas in das Gehörte hineininterpretieren. Zuerst einmal nachfragen, wie es wirklich gemeint ist.

Häufig machen wir die Abkürzung

-> vom Hören zur Meinung.

Doch da ist viel Interpretation dabei und vielleicht hat der andere gar nicht gemeint, was ich schlussendlich verstanden und bewertet habe.

Und auch, wenn du selbst redest, bist du vielleicht irritiert, wie der andere auf dein Gesagtes reagiert.

Konrad Lorenz hat mal folgendes gesagt:

*„Gesagt ist noch nicht gehört,
gehört ist noch nicht verstanden,
verstanden ist noch nicht einverstanden,
einverstanden ist noch nicht getan,
getan ist noch nicht beibehalten.“*

Weil Sprache so komplex ist, gibt es auch viele Möglichkeiten für Fehlerquellen. Dem müssen wir uns bewusst sein. Bevor wir voreilig unsere Schlüsse aus einer Situation ziehen und sofort handeln. Müssen wir uns selbst verlangsamen, reflektieren, nachfragen, nachdenken. Unsere Gefühle in der Situation wahrnehmen und einordnen.

Schon in den Sprüchen steht:

Ein zorniger Mann richtet Streit an, und ein Grimmiger tut viel Sünde. Sprüche 29,22

Und gerade mit Sprache kann man viel Streit anfangen und schüren. Denn die Sprache ist machtvoll.

Jakobus schreibt dazu in Kapitel 3,2-6a:

Denn wir verfehlen uns alle mannigfaltig. Wer sich aber im Wort nicht verfehlt, der ist ein vollkommener Mensch und kann auch den ganzen Leib im Zaum halten. Wenn wir den Pferden den Zaum ins Maul legen, damit sie uns gehorchen, so lenken wir ihren ganzen Leib. Siehe, auch die Schiffe, obwohl sie so groß sind und von starken Winden getrieben werden, werden sie doch gelenkt mit einem kleinen Ruder, wohin der will, der es führt. So ist auch die Zunge ein kleines Glied und rechnet sich große Dinge zu. Siehe, ein kleines Feuer, welch einen Wald zündet's an! Auch die Zunge ist ein Feuer.

«Wer sich aber im Wort nicht verfehlt, der ist ein vollkommener Mensch und kann auch den ganzen Leib im Zaum halten.»

Jakobus schreibt, dass wir vollkommen sind, wenn wir unser Reden im Griff haben.

Ich selbst muss zugestehen, dass ich weit weg von vollkommen bin. Weil ich manchmal schneller etwas sage, als ich sollte. Unbedacht etwas gesagt, einen unpassenden Spruch gemacht, nicht genügend nachgedacht, bevor ich etwas sagte.

Es ist anscheinend etwas vom Schwierigsten.

Und gerade darum müssen wir uns bemühen, damit wir unsere Kommunikation in den Griff bekommen.

Was hilft dabei gut zu kommunizieren?

Eine direkte Kommunikation, Klartext reden, nachfragen, wie der andere etwas verstanden hat, damit das, was gesagt wurde, auch vom anderen so verstanden wurde.

Was stört die Kommunikation?

Unklare Worte

Wenn wir Wörter verwenden, welche die andere Person nicht versteht oder etwas anderes versteht. Die Jugendlichen reden manchmal in Jugendsprache und ich verstehe die Begriffe nicht. Dann muss ich nachfragen, was sie genau damit gemeint haben. Und manchmal werde ich seltsam angeschaut, weil ich einen Begriff nicht kenne, der für sie ganz normal ist. Das muss ich in Kauf nehmen, damit die Kommunikation nicht gestört wird.

viel Reden, aber nichts sagen

Immer wieder geschieht es, dass jemand eine lange Rede hält, aber eigentlich gar nichts damit aussagt. Und das geschieht manchmal mit Absicht, damit man verwirrt ist. Das ist keine gute Kommunikation.

Hintenherum reden

Statt mit der betroffenen Person zu reden, rede ich mit jemand Dritten. Und zwar nicht jemand, der mir hilft, die Situation besser zu verstehen und danach besser mit der betroffenen Person

zu reden, sondern einfach um eine Allianz zu bilden und jemanden zu finden, der genau gleich denkt wie ich.

Das behindert die Kommunikation, vor allem wenn die betroffene Person gar nie direkt angesprochen wird, womit das Problem gelöst werden könnte.

Schweigen

Schweigen kann viele Gründe haben. Vielleicht traue ich mich nicht etwas zu sagen aus Schüchternheit; oder weil es unbequem ist und ich lieber Harmonie mit den anderen möchte, spreche ich etwas nicht an und wische es unter den Teppich. Doch das ist keine echte Harmonie, sondern eine falsche.

Vielleicht schweige ich, weil ich etwas verheimlichen will.

Oder ich habe unausgesprochene Erwartungen und denke, die muss ich gar nicht äussern: Es ist ja klar, dass das erwartet wird. Doch für die andere Person ist es nicht klar und sie kennt die Erwartungen nicht und wird sie wahrscheinlich auch nicht erfüllen.

Es gibt viele Dinge, welche die Kommunikation stören können. Und wenn die Kommunikation gestört ist, werden auch die Beziehungen gestört. Und es wird schwierig. Doch dann muss man wieder in Kontakt treten; nachfragen; vielleicht um Vergebung bitten.

Kommunikation ist komplex. Und es benötigt Zeit, bis wir jemanden richtig verstehen. Es benötigt Zeit, bis ich eine Person kenne und weiss, wie sie kommuniziert. Damit die Wahrscheinlichkeit höher wird, damit ich eine Aussage richtig interpretiere; Humor und Ironie von einer Person verstehen kann und zu wissen, wie etwas gemeint ist.

Diese Zeit benötigen wir auch in der neuen Konstellation im P-Team, untereinander aber auch mit der ganzen Gemeinde. Wir kommen aus unterschiedlichen Hintergründen. Jede Person hat ihre eigene Geschichte, ihre eigenen Erfahrungen, ihre eigenen Ausdrucksweisen und ihren eigenen Humor.

Und wenn euch etwas irritiert. Dann denkt nicht gerade das Schlimmste, sondern macht einen Schritt zurück und überlegt, was die Person vielleicht noch gemeint haben könnte, oder fragt direkt nach. Lasst nicht Misstrauen wachsen, weil die Kommunikation gestört wurde.

Lasst uns besonnen sein: nicht schlecht übereinander reden, sondern wohlwollend miteinander.

Lasst uns keinen Schaden anrichten, mit dem, was wir sagen.

Lasst uns einander ermutigen, mit Worten.

Achte dich am heutigen Tag und in den kommenden Tagen, dass du aufbauende Worte zu deinen Mitmenschen sagst. Zum Beispiel zu deinen Ehepartner, Kinder, Geschwister, deine Eltern, deinen Nachbarn, Freunden, Arbeitskollegen oder besonders auch heute zu den neuen Angestellten in unserer Kirche.

Denn Worte haben Macht und können aufbauen oder leider aber vernichten.

Epheser 4,29:

Redet nicht schlecht voneinander, sondern habt ein gutes Wort für jeden, der es braucht. Was ihr sagt, soll hilfreich und ermutigend sein, eine Wohltat für alle.

Damit Beziehungen nicht schwierig werden, sondern wir positive Beziehungen leben und uns gegenseitig positiv prägen.

Mögliche Fragen für die Lebensgruppe:

1. Was denkst du über deine Kommunikationsfähigkeiten?
2. Was stört am meisten deine Kommunikation? Welche negativen Verhaltensmuster hast du in deiner Kommunikation?
3. Wie möchtest du deine Kommunikation verbessern?

Viva Kirche Zürich

Wilfriedstrasse 5

8032 Zürich

www.vivakirche-zuerich.ch

© Viva Kirche Zürich, 2024

Predigt: Benjamin Müller, 22.09.2024

Quellen: Sprüche 29,20; Jakobus 1,19-20; 3; Epheser 4,29

Kontakt: benjamin.mueller@vivakirche.ch