

Konstruktives Potenzial von Konflikten nutzen

Vorsicht: Harmonie-Falle: Vortrag von Diplom-Psychologin Nathalie Krahé an der Fachhochschule

Friedberg (fh). Der dritte Vortragsabend der laufenden Reihe zum Generalthema »Studienabschluss-Berufseinstieg« an der Fachhochschule in Friedberg beschäftigte sich mit dem Entstehen von und dem Umgang mit Konflikten in der Arbeitswelt. Nathalie Krahé, selbstständige Diplom-Psychologin und Fairness-Coach aus Gießen, warnte davor, in die sogenannte »Harmoniefalle« zu tappen. Häufig seien es erst Konflikte, die uns weiterbrächten und einen echten Fortschritt ermöglichten. Ein Grund dafür, dass dieses Potenzial von Konflikten zu wenig erkannt und vor allem auch zu wenig genutzt werde, sei die häufige Tabuisierung des Themas Aggression.

Der Begriff Aggression bedeute in seinem lateinischen Ursprung »herangehen, angreifen« und vermittele damit eine positive Form von Antriebsenergie. So verstandene Aggression sei damit lebenserhaltend und ermögliche erst anderen gegenüber, die so wichtige Klarheit über die eigenen Bedürfnisse und auch Grenzen zu signalisieren. Diese konstruktive Kraft von Ärger und Wut gelte es zu nutzen, natürlich ohne dabei die Grenze zu der destruktiven, gewalttätigen Seite von Aggression zu überschreiten. Krahé regte an darüber nachzudenken, warum wir in vielen Situationen vor diesem Schritt, zu sagen, was wir meinen und dann auch zu tun, was wir sagen, Angst haben. Die Kunst, Klartext zu sprechen, liege darin, das richtige Verhältnis von Wertschätzung und Verletzung zu finden. Der Versuch immer nur wertschätzend zu sein, erleichtere zwar die Aufrechterhaltung einer friedlichen und höflichen Atmosphäre, die aber auch schnell zu einer allzu »fried-höflichen« Stimmung kippen könne. Jeder müsse sich die Frage stellen, welchen Preis er für die Aufrechterhaltung der Harmonie zu zahlen bereit sei und entsprechend einer der drei grundsätzlichen Alternativen »love it, change it or leave it« handeln.

Die Alternativen Kompromiss und Konsens

Hierzu gehöre auch Verantwortung für die eigenen Gefühle zu übernehmen und bewusst zu entscheiden, welche Möglichkeit der Konfliktlösung in welcher Situation für einen selber am besten ist. So kann einmal die beste Lösung sein, sich einer Situation zu entziehen, ein anderes Mal vielleicht, sich der Meinung eines anderen unterzuordnen oder wieder in einer anderen Situation die Entscheidung an einen Dritten zu delegieren. Krahé differenzierte in diesem Zusammenhang auch die Konfliktlösungsalternativen Kompromiss und Konsens. Bei einem Kompromiss mache jede Seite Zugeständnisse, und man finde einen Mittelweg der Positionen. Bei der Konsenslösung suchen die Streitparteien nach einem dritten, neuen Weg. Diese Variante erfordere, so Krahé, die größte Bereitschaft aller Beteiligten, sich mit der eigenen und der Position des Gegenübers auseinanderzusetzen. Aber ohne Leidenschaft und persönliche Power sei ein konstruktives Streiten auch nicht denkbar.

Zum Abschluss ermutigte Krahé die Zuhörer, Reibungsfläche zu bieten und Profil zu zeigen, denn nur so sei ein selbstbestimmtes, facettenreiches Leben möglich, indem man immer wieder lerne, seine Möglichkeiten zu erweitern und sich weiterzuentwickeln. Für die Harmonie gelte eben auch: Die Dosis macht das Gift.

Die Vortragsreihe wird am kommenden Mittwoch, 23. April, um 17.15 Uhr im Raum C 10 der Fachhochschule in Friedberg fortgesetzt. Es spricht Prof. Dr. Zielke, FH Gießen-Friedberg, zum Thema »Berufs-Knigge – die ersten 100 Tage im Beruf«. Infos: www.fh-friedberg.de/fachbereiche/suk/feyerabend/veranst.html
<<http://www.fh-friedberg.de/fachbereiche/suk/feyerabend/veranst.html>> .

(c) Textarchiv Giessener Allgemeine Zeitung, 19.04.2008