

# Die **MEDIATION**

Fachmagazin für Konfliktlösung – Entscheidungsfindung – Kommunikation



**Dämmert's  
schon?**

## **Beratung**

**Wenn man allein  
nicht weiterkommt**

Wissenschaftliche  
Politikberatung in  
bewegten Zeiten

Eine Schutzzone für Querdenker –  
Wie Unternehmen innovatives  
Denken fördern können

Verzeihen als  
magischer Moment  
in der Mediation

## Die Kolumne

# Sich in die Unsicherheit trauen, Zweifel zulassen, in Fluss kommen

Stottern wird oftmals als ein Makel betrachtet. Wer sich traut, diese Abweichung von der Norm zuzulassen, der zeigt Verletzlichkeit – und zugleich Stärke. Denn wer stottert, wer zweifelt und Unsicherheiten offen zeigt, der versetzt sich selbst in die Lage, zu reflektieren. Und das hilft uns letztendlich dabei, selbstbewusst zu agieren – auch wenn der Redefluss vielleicht von Zeit zu Zeit ins Stocken gerät. Verstecken Sie sich also nicht, wenn Sie zweifeln!

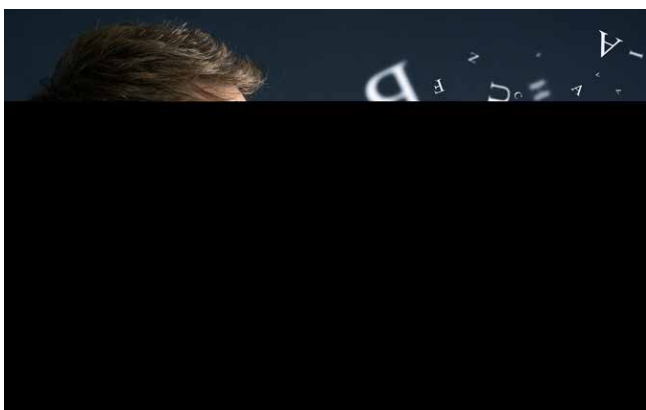
Jochen Waibel

*„If the sun and moon should doubt /  
They'd immediately go out.“*

William Blake

Worüber man nicht sprechen könne, davon müsse man stottern, meinte Askan von Hardenberg in seinem Romandebüt *Die innere Gegend* (1998). Nicht flüstern und sich verstecken wollen, sondern laut sprechen, das Wort gebrochen richten, gegebenenfalls stottern. Diese Art Gebrauchsanweisung wird komplexen Phänomenen wie dem Stottern (oder zwischenmenschlichen Konflikten) nicht gerecht. Doch sehe ich hierin eine selbstbewusste Persönlichkeit (Persönlichkeitsfunktion), die sagt: „Ich bin Stotterer.“ Anstatt also Anteile der eigenen Persönlichkeit abzuspalten, gilt es, diese als Charaktereigenschaft zu akzeptieren. So wird etwas Wesentliches von sich selbst, von der eigenen Sprache benannt. Selbst mit Witz!

Letztendlich stottern wir wohl alle, es ist nur die Frage, wann und wie. Aus Gewohnheit nehmen es die Betroffenen oft selbst nicht wahr, ebenso erlebt eine lauschende Person das Sprechende gegenüber nicht als unzureichend. Mit großer Toleranz überhört man großzügig die vielen „Ähs“, klokkloknische Wiederholungen und tonische Spannungen – vorausgesetzt, das Gesagte wirkt inspirierend.



Es gibt Familien, da reden alle gefühlt gleichzeitig. Kürzlich erzählte mir eine alte Dame von ihrer Großfamilie mit sieben Geschwistern. Wenn alle redeten und die Stille durchbrachen, fühlten sie sich sicher. Sie redeten miteinander, nicht gegeneinander. Keine Atmosphäre der Unsicherheit. Nicht in der Lautstärke, nicht in der Gleichzeitigkeit der Rede, sondern im Tonfall wurde deutlich: Das müssen wir jetzt ernst nehmen. „So lernten wir mit der Zeit, dass keiner machen kann, was er will.“ Sonst hätte die Großfamilie nicht funktioniert. Das System wäre verstimmt gewesen und irgendwann kollabiert. Über gegenseitiges Wohlwollen entstand befreiende Redefreude. Energisch brachten sich alle ein, letztendlich wurde aber keiner übersehen oder übergangen. Das gab Sicherheit.

Konflikte wiederum geben keine Sicherheit. Manche reagieren darauf mit Geschrei, andere verstummen oder provozieren. Das Dilemma beginnt damit, dass Konflikte unerwünscht sind. Als würden sie die Harmonie stören. Dabei verunsichern Konflikte lediglich, bringen uns ins Stottern – emotional und sprachlich.

Da Sicherheit und Schutz Grundbedürfnisse sind, ist es lohnenswert, sich der eigenen (Un-)Sicherheit bewusst zu werden, sich Unsicherheit zu erlauben, durcheinanderzureden, sich zu trauen, mal laut, mal leise zu sein. Unsicherheit ermöglicht einer Person, das eigene Erleben zu (be-)stimmen und zu regulieren, und sich bewusst zu machen, dass man gerade etwas manifestiert. Hauptsache, es kommt zu Fragen. Dabei kann jeder sein Gegenüber aktiv mit einbeziehen in seiner Deutung und Festlegung. Unsicherheiten und Zweifel ermöglichen es, sich selbst und sein Umfeld genauer zu betrachten und in Ruhe zu bewerten.

Stottern Sie also, wovon Sie sprechen möchten. Entdecken Sie Ihre Redefreude und pflegen Sie Ihre Unsicherheiten, gerade in Konflikten. Es wird Ihnen Sicherheit geben und über alle Zweifel erheben.