

20. Februar 2014

THE HUFFINGTON POST

IN ZUSAMMENARBEIT MIT **FOCUS**

Edition: DE ▾

Seite durchsuchen



f Gefällt mir

18 Tsd.

t Folgen

+1

STARTSEITE

POLITIK

WIRTSCHAFT

GOOD

ENTERTAINMENT

LIFESTYLE

TECH

SPORT

BLOGS

VIDEO

**Prof. Dr. Martin-Niels Däfler***Selbstmanagement, Kommunikation, Konfliktlösung*

UPDATES ERHALTEN VON PROF. DR. MARTIN-NIELS DÄFLER



Kommunizieren Sie wie ein Reiter!

Veröffentlicht: 18/02/2014 13:22



Erfolgreiche Menschen wenden (unbewusst) die gleichen Kommunikationsregeln an wie gute Reiter - wer sich an fünf einfachen Regeln orientiert, kann seine Ziele leichter durchsetzen.

Vor einigen Monaten begann ich damit, reiten zu lernen. Meine Reitlehrerin trichterte mir von Anfang an ein: „Wenn du ein guter Reiter werden willst, musst du dich immer auf dein Pferd einlassen, du musst jederzeit versuchen, es zu verstehen und ‚richtig‘ mit ihm reden.“ Je öfter ich diesen Satz hörte, desto klarer wurde mir, dass die Kernaussage auch auf die zwischenmenschliche Kommunikation zutrifft. Allmählich wurde mir bewusst, dass ich durch das Reiten endlich die Metapher gefunden hatte, nach der ich schon so lange gesucht hatte, ein bildhafter Vergleich, mit Hilfe dessen sich die wichtigsten Kommunikationsregeln einfach und anschaulich erläutern lassen.

Das war nämlich ein Problem, vor dem ich sowohl in meinen Vorlesungen als auch in meinen Unternehmensseminaren immer wieder stand: Einen Erklärungsansatz zu finden, der es meinen Studenten/Teilnehmern erleichtern würde, a) die Bedeutung einer Kommunikationsregel zu verstehen und b) sich im Alltag leicht daran erinnern zu können. Beides lässt sich durch die Analogie Pferd-Reiter/zwischenmenschliche Kommunikation hervorragend erreichen.

Regel 1: Wer sich als Reiter seinem Pferd verständlich machen will, muss seine Sprache erlernen, muss wissen, wie die so genannten Zügel-, Gewicht- und Schenkelhilfen eingesetzt werden. Im übertragenen Sinn heißt das: Wenn ich von meinen Gesprächspartnern verstanden werden will, dann ist das meine Aufgabe und nicht die meiner Empfänger. **Ich sollte die Sprache meines Gegenüber sprechen, und zwar hinsichtlich Wortwahl, Satzbau, Komplexität, verwendeten Beispiele ...!**

Regel 2: Ein Pferd wiegt ca. 600 Kilogramm und ist zweifellos stärker als jeder Mensch. Das heißt: Man kann es zu nichts zwingen. Ähnliches gilt für Menschen: Ich kann meinen Gesprächspartner nicht gegen seinen Willen dazu bringen, etwas zu tun. Mir muss es gelingen, nachvollziehbare Argumente zu liefern. **Ich sollte mich bemühen, mein Gegenüber von meiner Position sachlich zu überzeugen und es nicht durch (verbale) Gewalt zu überreden!**

Regel 3: Je besser sich Pferd und Reiter kennen, je mehr sie aufeinander eingespielt sind, desto komplikationsloser verläuft die Kommunikation, desto eher reichen leichte Andeutungen, um zu verstehen, was gemeint ist. Nicht anders unter Menschen: Dort, wo sich die Gesprächspartner kennen, wo man einander vertraut, sind nur wenige Worte nötig, um zu wissen, was gemeint ist. **Ich sollte Vertrauen zu meinem Gegenüber aufbauen, indem ich mich öffne, und stets authentisch sowie ehrlich bin!**

Regel 4: Pferde reagieren höchst sensibel auf die Tagesverfassung des Reiters. Verspannte, gestresste Reiter haben oft Schwierigkeiten, Zugang zum Pferd zu finden. Nicht viel anders ist es in der zwischenmenschlichen Kommunikation: Diese ist in aller Regel entspannter, wenn sich die Gesprächspartner in einer (emotional) guten Verfassung befinden. Und: Das Gegenüber ist oft unser Spiegel - das, was uns am anderen stört, hat sehr viel mehr mit uns als mit dem anderen zu tun. **Ich sollte immer zuerst mich fragen: Was ist mein Anteil daran, wenn die Kommunikation nicht gelingt? Was habe ich verkehrt gemacht? Was kann ich ändern?**

Regel 5: Ein aufgestelltes Ohr, ein ängstlicher Blick, ein nervöses Zucken - die Körpersprache des Pferdes gibt dem Reiter wichtige Hinweise darauf, wie es gerade fühlt und welche Reaktion angebracht ist. Längst ist bekannt, dass die Non-verbale-Kommunikation unter Menschen mindestens so bedeutsam zum Verständnis ist, wie die verbale. Sie liefert erst den Schlüssel dazu, die Botschaft des anderen zu verstehen. **Ich sollte auf die körpersprachlichen Signale meines Gegenübers achten, um besser einschätzen zu können, was er/sie wirklich meint.**



Martin-Niels Däfler ist Professor für Kommunikation an der FOM Hochschule in Frankfurt/Main. Die genannten Regeln - und zahlreiche weitere Inhalte - vermittelt er in seinen Pferde-Workshops: www.sattelfeste-manager.de

Quelle: www.huffingtonpost.de/martinniels-dafler/kommunizieren-reiter_b_4806913.html

Veröffentlicht: 2014-02-18