

# VERÄNDERUNG BITTE! KOMMUNIKATION BITTE!

Die Protestschmiede bat um Veränderung  
oder was würdet ihr verändern.

Text: **Mario Kucher**  
gespol@htu.tugraz.at

Wie die Auswertung der Protestkartenaktion zeigt, gibt es viel zu sagen: von klaren Vorschlägen hin zu aufwühlenden Aussagen über persönliche Meinungen und verärgert scheinende Gedanken, welche den Weg an die Luft suchen.

Um was haben wir aber eigentlich gebeten?

Im Nachhinein können wir sagen, danke für eure offenen Niederschriften, die uns

zeigten, dass dies erst ein Beginn von etwas ist.

Wäre die Frage eine andere gewesen, wie etwa: „Was stört euch?“ -so hätten die Antworten wahrscheinlich ähnlich sein können. Unser Anstoß „Veränderung Bitte!“ beinhaltet vielleicht sogar für manche, das was einen stört, aufzuzählen, für andere kann es sein, zu schreiben, was einen stört und was man nicht will und für wieder andere kann es heißen, zu sagen, wie man sich fühlt und was man mit konkreten Bitten oder Vorschlägen gerne anders hätte.

Wenn jemand sagt, ihm passt das Essen an der Mensa nicht, dann ist das für mich mal eher vage und unkonkret. Ich könnte mal schätzen, dass dieser Mensch frustriert ist, weil etwas nicht so gelaufen ist wie es seiner Vorstellung bzw. Erwartung entsprach. Weiters könnte ich raten, dass diese Person des Öfteren schlecht gegessen hat oder selten ihre Lieblingspeise vorfand oder etwa zu große Portionen bekam, welche dann weggeworfen werden und dieses Vorgehen nicht deren Ideologie entspricht. Jedoch sind das alles Interpretationen, welche auch naheliegend sind, da mir nicht klar ist, wie es denjenigen geht, die das sagen und ich deshalb auch keine Ahnung habe, was diese wollen.

Unsere Gesellschaft scheint großteils darauf ausgerichtet zu sein, benennen zu können, was uns stört. Jedoch tun sich viele schwer damit zu sagen, was sie möchten. Da ist es uns Zuhörern oft nicht klar was man will, was die Absichten bzw. Anliegen sind und dies hängt eventuell mit dem zusammen, dass man selber oft nicht weiß, was man will.

Vielleicht wäre es zielbringender zu sagen: „Ja, ich fühle mich verärgert, weil ich bei den letzten zwei Prüfungsterminen keinen Platz bekam, da es mir wichtig ist mein Studium so rasch wie möglich abzuschließen um selbstständig und sicher im Leben zu stehen. Und die konkrete Bitte an die Studienabteilung wäre, das Anmeldesystem so zu gestalten, dass beim nächsten Anmeldetermin ein funktionierender Ablauf gewährleistet wird, unabhängig von meinem Anmeldezeitpunkt.“

Die Art der Kommunikation ist der Schlüssel dafür, das zu bekommen, was man will. Je klarer man sich dem ist, was man will (nicht dem was man nicht will), umso eher müsste die Chance bestehen, das zu bekommen, was man will.

Sich seiner Bedürfnisse bewusst sein und diese verständlich zu übermitteln anstatt zu kritisieren, kann vielleicht ein Weg des Miteinanders sein, wo Produktivität anstatt Schuldzuweisung und Effizienz an Stelle von Rechthaberei existieren und wo gemeinsame Ziele erreicht werden statt dass einsam, frustriert gekämpft wird. Eine konkrete Bitte mit einem gezielten Anliegen, frei von Interpretationen und Urteilen, führt zu einer Lösung, die für alle Seiten Zufriedenheit bringt.

Mir geht es in diesem Artikel um das Bewusstwerden jener Dinge, die wir tun, die wir aussprechen, und die wir leben, mit denen wir zufrieden sind - oder wollen wir etwas verändern?

Kommunikation Danke!  
Veränderung Danke!

Ich kann damit umgehen, wenn du mir sagst,  
was ich tue oder nicht.  
Und ich kann damit umgehen, wenn du interpretierst.  
Aber bitte vermische Beides nicht miteinander.

Wenn du ein Problem durcheinander bringen willst,  
kann ich dir sagen, wie das geht:  
vermische das was ich tue,  
mit deiner Reaktion darauf.

Sag mir, dass du frustriert bist,  
wenn du die ungemachte Hausarbeit siehst.  
Aber mich „unverantwortlich“ schimpfen  
motiviert mich überhaupt nicht.

Und sag mir, dass du dich verletzt fühlst,  
wenn ich „nein“ sage zu deinen Annäherungsversuchen.  
Aber mich einen frigiden Mann zu schimpfen  
erhöht deine Chancen bei mir nicht gerade.

Ja, ich kann damit umgehen, wenn du mir sagst,  
was ich tue oder nicht.  
Und ich kann damit umgehen, wenn du interpretierst.  
Aber bitte vermische Beides nicht miteinander.

**Marshall B. Rosenberg**

Wenn ich wirklich sehe,  
dass du ohne Forderung kommst,  
dann antworte ich, wenn du rufst.

Aber wenn du wie ein vornehmer und mächtiger Boss daher kommst,  
dann kriegst du das Gefühl, du läufst gegen eine Wand.

Und wenn du mich so edelmütig an all das erinnerst, was du schon für mich getan hast,  
dann stell dich besser darauf ein:  
Es geht in die nächste Runde!  
Dann kannst du schreien,  
du kannst geifern, jammern, meckern und explodieren;

Den Müll trage ich deshalb noch lange nicht raus.  
Und jetzt – auch wenn du deinen Stil änderst – werde ich ein bisschen brauchen, bevor ich vergeben und vergessen kann.

Weil es mir so schien, als ob du mich nur dann als menschliches Wesen betrachtest hast,  
wenn ich so war, wie du mich haben wolltest.

**Unbekannt**