Kommunikation und Konfliktbewältigung

Datum: 18. April 2021 | **Prediger/in:** Matthias Altwegg
Serie: Metamorphose **| Bibeltext:** Epheser 4,25-27, Kolosser 3,13-14

Zusammenfassung
Zusammenfassung: Viele Christen haben hunderte von Predigten gehört, aber sind erstaunt und begeistert, wenn sie in einem Mitarbeiterseminar der Firma viel über sich selbst, über gute Kommunikation und Konfliktbewältigung erfahren. Dabei hat die Bibel viel Alltagstaugliches zu sagen. Diese Predigt bringt Bibeltexte mit den erwähnten Themen in Verbindung.

Einst hatte eine Frau über ihre Nachbarn Gerüchte verbreitet und sie verleumdet. Das richtete viel Unheil an. Lange Zeit später bereute sie es und bat ihren Nachbarn um Vergebung. Er vergab ihr gern, bat sie aber um einen Gefallen: «Geh heim und schlachte ein Huhn und rupfe ihm alle Federn aus, auch die kleinsten, lege sie in einen Korb und dann geh langsam durch das Dorf und streue alle drei Schritte ein wenig von den Federn aus. Alsdann steige auf den Kirchturm und schütte den Rest von dort oben herab. Dann komm wieder zu mir!» Die Frau tat, wie ihr gesagt worden war. «Schön», meinte der Nachbar freundlich, «jetzt gehe durch die Strassen und sammle alle ausgestreuten Federn wieder auf.» Die Frau erschrak und sagte: «Aber das ist unmöglich! Der Wind hat sie in alle Richtungen zerstreut.» Federleicht verbreitet sich unser Geschwätz. Wieviel lebendige Nachbarschaft und echte Gemeinschaft wird zerstört, weil wir uns am Geschwätz über andere beteiligen. Andere kleinreden, lässt uns selbst scheinbar wachsen. Sprechen ist ein «Zeugungsvorgang», der lebensspendend oder -zerstörend wirken kann, der wachsen lässt oder kleinhält. «*Wer gern redet, muss die Folgen tragen, denn die Zunge kann töten oder Leben spenden*» (Sprüche 18,21 NLB). **Ich hoffe, dass bei uns keine spitzen Federn durchs Dorf geweht werden!**

Manchmal werden in Firmen Seminare über Kommunikation und Konfliktbewältigung angeboten. Anschliessend erzählen Leute begeistert über neue Horizonte, die aufgegangen sind. Darunter auch Menschen, die schon hunderte von Predigten gehört haben. **In der Bibel gibt es viel relevante und weise Lebenshilfe gerade auch zu diesem Thema.** Es ist unsere Aufgabe, diese Texte mit unserer Lebenswirklichkeit in Verbindung zu bringen. **Was sagt die Bibel über hilfreichen Umgang miteinander?**

Rede…

«*Deshalb legt die Lüge [Falsche, Unwahre] ab und redet Wahrheit, ein jeder mit seinem Nächsten! Denn wir sind untereinander Glieder*» (Epheser 4,25 ELB).

Leg das Falsche und Unwahre ab und rede die Wahrheit! Heisst: Mach dir und dem anderen nichts vor. **Wenn dich die Worte oder das Verhalten eines anderen verletzt oder verärgert haben, dann rede das nicht schön.** Tu nicht so, als hätte dir das Ganze nichts ausgemacht und häng auch nicht einfach nur ein Deckmäntelchen der Liebe drüber. Das ist nämlich in den meisten Fällen kein Deckmäntelchen der Liebe, sondern eher eines der Konfliktvermeidung. Die Wahrheit reden bedeutet überdies: **Mach aus der Mücke keinen Elefanten, erfinde nichts dazu und interpretier in die Dinge, die gesagt oder getan wurden, nichts hinein, was so nie stattgefunden hat.** Aber vor

allem: Rede! Friss die Dinge nicht in dich hinein, verschliess dich nicht und verbarrikadiere dich nicht einfach nur hinter einer Mauer des Schweigens und der Verweigerung.

Warum? Weil wir als Glieder eines Leibes miteinander verbunden sind. Jede Unwahrheit, der wir folgen oder die wir verbreiten, aber auch jedes Nicht-Aussprechen und «Einfach-nur-in-den-Rückzug» gehen, beschädigt diese Verbindung. Und dann besteht die Gefahr, dass der Teufel diese dünne Stellt nutzt, um Gemeinschaft zu zerstören. Mein Verhalten gegenüber anderen Menschen beeinflusst die ganze Gemeinschaft. Dieses Verständnis ging im Zuge der Individualisierung leider verloren. Wir sind Glieder eines Leibes und sind auf Gedeih und Verderb miteinander verbunden. Deshalb sind zwischenmenschliche Probleme nicht nur Privatsache.

Wenn wir Konfliktprophylaxe betreiben wollen, müssen wir in Beziehungen investieren. Wenn wir in guten stabilen Beziehungen leben, können wir belastende Situationen und manche Kontroverse miteinander aushalten, ohne dass es uns aus der Kurve haut. Aus diesem Grund hat Paulus nicht nur gepredigt, sondern Leben geteilt. «*Wir haben euch so sehr geliebt, dass wir euch nicht nur Gottes gute Botschaft brachten, sondern auch unser eigenes Leben mit euch geteilt haben*» (1Thessalonicher 2,8 NLB). Gerade in einer Kirche wie wir es sind, ist es so wichtig, dass wir mehr voneinander wissen als nur Name und Beruf. **Wenn uns die Einbrüche in der Biografie, der Stress am Arbeitsplatz oder der Zoff in der Ehe bekannt sind, verstehen wir einander besser und können das Verhalten anders einordnen.**

…noch heute

Ein Zeitfenster für diesen Klärungsprozess wird und hier direkt mitgeliefert: **Wir sollen die Dinge noch am gleichen Tag klären**: «*Sündigt nicht, wenn ihr zornig seid, und lasst die Sonne nicht über eurem Zorn untergehen. Gebt dem Teufel keine Möglichkeit, durch den Zorn Macht über euch zu gewinnen!*» (Epheser 4,26f NLB). Lass nichts anbrennen. **Je länger wir die Aussprache hinausschieben, umso grösser ist die Gefahr**, dass dieses zunächst neutrale Gefühl des Zorns oder der Verärgerung uns zu sündigen Handlungen und Gedanken verleitet, so **dass der Teufel einen Fuss in die Tür bekommt**. Von mir weiss ich, dass ein Nicht-Ansprechen häufig dazu führt, dass ich in meinem Inneren **die Dinge immer mehr aufbausche**. Was der andere vielleicht unbedacht und ohne es *so* zu meinen gesagt oder getan hat, wir von mir willentlich genau *so* interpretiert. «*Der will mir war…*» «*Der weiss doch genau…*» «*Der hat schon wieder, das macht der extra…*» usw. Nach solchen Gedanken hat der Teufel nicht nur einen Fuss in der Tür, sondern hat sich tatsächlich schon häuslich bei mir eingerichtet.

Ein anderes Einfallstor für den Teufel ist das Sprechen mit anderen über die Situation – etwas, was man unter allen Umständen vermeiden sollte. Der Konflikt, den du mit jemandem anderen hast, geht nämlich nur dich und diese Person etwas an. Dritte, Vierte oder gar Fünfte haben in diesem Konflikt nichts zu suchen. Wenn wir dennoch andere mit in das Thema hineinziehen, werden diese von deinem Ärger angesteckt und fangen ebenfalls an, Aversionen gegen die betreffende Person zu entwickeln. **Wie durch ein Krebsgeschwür werden jetzt Metastasen gebildet, die andere Glieder befallen, so dass der ganze Leib krank wird – sterbenskrank.**

Meine Erfahrung bei Konflikten in der Gemeinde: Wenn sie endlich ans Licht kommen, haben sie oft schon eine monate-, ja vielleicht sogar jahrelange Geschichte hinter sich. **Dabei stand oft an deren Beginn nur eine unbedachte Äusserung oder ein unüberlegtes Verhalten.** Vermutlich hätte sich die kleine Störung recht problemlos beheben lassen – wenn man sich bereits an dieser Stelle entschieden hätte, dem Rat der Bibel zu folgen, die Dinge ehrlich und vor allem zügig mit der

betreffenden Person zu klären und somit dem Teufel keinen Raum zu geben.

Ertrage und vergebe

Wir kommen aus einer Zeit – und das gilt vor allem für die Generation 70+ – in der man sich vorwiegend gefügt hat. Es war eine Zeit, in der es um Unterordnung und Gehorsam ging: gegenüber den Eltern, dem Vorgesetzten, dem Lehrer, den Ältesten der Gemeinde oder dem Pastor. Aus dieser Zeit kommt der Spruch: «*Kinder, die was wollen, kriegen eins auf die Bollen!*» Heisst: Du hast nichts zu wollen, sondern hast zu tun, was die gesagt wird! Du hast zu gehorchen, hast dich ein- bzw. unterzuordnen und dich zu fügen.

Unterdessen wurden wir zur Kritikfähigkeit erzogen und dazu, eine eigene Meinung zu vertreten. **Bei aller positiven Entwicklung fallen wir heute tendenziell auf der anderen Seite vom Pferd: Die Fähigkeit, uns zu fügen und eine schwierige Situation zu ertragen, geht gegen Null.** Wenn es uns nicht mehr passt, wenn wir uns gegen den Strich gebürstet fühlen, wenn die Dinge nicht so laufen, wie wir uns es vorstellen, dann können wir das kaum noch aushalten und brechen aus. In diese Situation spricht ein Wort von Paulus: «*Ertragt einander und vergebt euch gegenseitig, wenn einer Klage gegen den anderen hat; wie auch der Herr euch vergeben hat, so auch ihr! Zu diesem allen aber zieht die Liebe an, die das Band der Vollkommenheit ist!*» (Kolosser 3,13f ELB).

Ertragt euch gegenseitig! Selbst dann, wenn wir in Beziehung investiert und den Konflikt direkt angesprochen haben, wird der andere nicht plötzlich ein anderer Mensch. Nach der letzten Predigt erzählte mir jemand in einem seelsorgerlichen Gespräch von einer schwierigen Beziehung und wie sie herausgefordert ist, der anderen Person zu vergeben. Und dann meinte sie: «*Aber sie ist halt immer noch gleich bevormundend.*» Wir können den anderen nicht verändern, er wird der gleiche schräge Vogel bleiben, der er schon immer war – und wir werden ebenfalls schräge Vögel bleiben. **Wir werden also damit klarkommen müssen, dass Gott diesen Menschen mit diesen eigenartigen Ansichten und unmöglichen Verhaltensweisen in unser Leben gestellt hat.** Tatsächlich ist es so: **Erst wenn wir auch die Fähigkeit mitbringen, zu ertragen und sich zu fügen, sind wir wirklich gemeinschaftsfähig.**

Kürzlich sagte eines unserer Kinder: Das Thema *Salatsauce* begleitet euch wohl bis ans Lebensende. Der Hintergrund der Geschichte ist der, dass meine Frau die Angewohnheit hat, die gekaufte Salatsauce zu verdünnen. Für mich stimmt dann der Geschmack und die Viskosität nicht mehr. Das hat bis anhin zu Diskussionen geführt. Nun will ich ertragen ;-). Zugegeben, es gibt noch wesentlichere Themen, bei denen wir auch nach 29 Jahren Ehen den gemeinsamen Nenner noch nicht gefunden haben.

Zu ertragen kommt nicht aus einer hilflosen Opferhaltung, sondern setzt einen geistlichen Entschluss voraus. Ich füge mich. Ich entscheide mich aktiv dafür, diesen Anders-Anderen zu ertragen. **Aktiv ertragen können wir aber nur, wenn wir bereit und fähig sind, zu vergeben.** Mit Vergebung schützen wir uns davor, dass wir Verärgerung und Groll in uns aufhäufen und schliesslich wie Dampfkochtöpfe durch die Gegend laufen, die jederzeit zu explodieren drohen. **Davon abgesehen: Wir leben jeden Tag davon, dass Jesus uns vergibt.** Wir nehmen ständig etwas in Anspruch, das wir dem anderen keinesfalls verweigern dürfen.

Jemand soll einmal zu einem Weisen gesagt haben: «*Höre, ich muss dir etwas Wichtiges über deinen Freund erzählen.*» «*Warte ein bisschen*», unterbrach ihn der Weise. «*Hast du schon das, was du mir*

erzählen willst, durch die drei Siebe hindurchgehen lassen?» «*Welche drei Siebe?*» «*So höre gut zu! Das erste Sieb ist das Sieb der Wahrheit. Bist du überzeugt, ob alles, was du mir sagen willst, auch wahr ist?*» «*Das nicht, ich habe es nur von anderen gehört.*» «*Aber dann hast du es wohl durch das andere Sieb gehen lassen? Es ist das Sieb der Güte.*» Der Mann errötete und antwortete: «*Ich muss gestehen, nein.*» «*Und hast du an das dritte Sieb gedacht und dich gefragt, ob es nützlich sei, mir von meinem Freund zu erzählen?*» «*Nützlich – eigentlich nicht!*» «*Siehst du*», versetzte der Weise, «*wenn das was du mir erzählen willst, weder wahr noch gut noch nützlich ist, dann behalte es lieber für dich.*»

Mögliche Fragen für die Kleingruppen

Bibeltext lesen: Epheser 4,25-27; Kolosser 3,13-14

1. Inwiefern kann Beziehungspflege Krisenprophylaxe sein?
2. Wie sieht dein persönlicher Massnahmeplan nach dieser Predigt aus, um Konflikte zu bewältigen?
3. Gibt es Beispiele, wo du Dinge von anderen erträgst? Tust du es aktiv oder fühlst du dich als Opfer?
4. Warum gehört die Vergebung unbedingt zum Thema *Konfliktbewältigung* (Kolosser 3,13)? Was passiert, wenn wir ertragen, aber nicht vergeben?
5. Sprechen ist ein «Zeugungsvorgang», der lebensspendend oder -zerstörend wirken kann. Wie und wo könntest du in der nächsten Woche ein Lebensspender sein?