



Jürgen Heinze erklärt, wie es zu Konflikten kommt.

Frauenmorgen

Kommunikation in Konflikten

REKINGEN (mz) – Konflikte gehören zum Leben. Ohne sie wäre es fade und langweilig. Und doch können sie das Zusammenleben belasten. Das Thema des Frauenmorgens Rekingen stiess auf grosses Interesse.

Schon bei der Eingangsrunde wurde klar, dass jede Frau täglich mit äusseren und inneren Konflikten zu tun hat. Jeden Tag gibt es kleinere Auseinandersetzungen mit Partner, Kindern, Eltern oder anderen Parteien, jeden Tag müssen Entscheidungen getroffen werden.

Wenn positive Werte übersteigert werden

Jürgen Heinze, Erwachsenenbildner von der Fachstelle Bildung und Propstei, untermalte die Konfliktfelder humorvoll mit anschaulichen Beispielen, so dass sich jede Frau irgendwo wiedererkannte. Konflikte ent-

stehen meist, wenn unterschiedliche Werte aufeinanderprallen, zum Beispiel Sparsamkeit und Grosszügigkeit – beides positive Eigenschaften, die in einer Spannung zueinander stehen. Weder das eine noch das andere ist besser oder schlechter, aber vielleicht in der einen oder anderen Situation angemessener. Das führt zu Diskussionen oder Auseinandersetzungen. Meist kommt es zu Streit, wenn diese grundsätzlich positiven Werte übersteigert werden. Im obigen Beispiel könnte es um Geiz und Verschwendung gehen. Es folgen Schuldzuweisungen, verallgemeinernde Vorwürfe, gutgemeinte Ratschläge und Unterstellungen, die meistens nicht zur Lösung des Problems beitragen.

Diskussionen konstruktiv führen

Am Ende des Workshops hatten die Frauen das Gefühl, dass sie besser verstehen, warum Konflikte entstehen.

Jürgen Heinze präsentierte praktikable Tipps, wie diese Diskussionen konstruktiv geführt werden können und zu besserem gegenseitigem Interesse und Verständnis führen statt zu Streit und Entzweiung. Es wurde viel diskutiert und gelacht, und man bekam richtig Lust auf die nächste Gelegenheit, das Gelernte zu erproben.

Der Frauenmorgen vom 30. März steht im Zeichen der 750-Jahr-Feier in Rekingen. Der ortsansässige Koch und Autor Felix Benz erzählt Reiseerlebnisse, Anekdoten und Küchengeschichten und stellt sein neues Buch vor. Es erwartet die Frauen ein unterhaltsamer Morgen bei Kaffee und Zopf. Informationen zu 750 Jahre Rekingen gibt es auf www.nurren.ch, zum Frauenmorgen auf www.frauenmorgen.ch.