

Fit fürs Leben



FIT FÜRS LEBEN
Weiterkommen durch Bildung

In Zusammenarbeit mit

Osterberg-Institut
der Karl Kübel Stiftung

sh:z das medienhaus

Veranstaltung

„Wertschätzung und Respekt – eine Stilfrage“

BÜDELSDORF Themen aus der Lebens- wie der Berufswelt stehen im Mittelpunkt der landesweiten Bildungskoope-ration „Fit fürs (Berufs-) Leben“ von Osterberg-Institut und Schleswig-Holsteinischem Zeitungsverlag (sh:z). „Wertschätzung und Respekt – eine Stilfrage“ ist der Titel des nächsten Erlebnistvortrags dieser Reihe am **Dienstag, 10. November**, im sh:z-Druckzentrum (Fehmarstraße 1, 24782 Büdelsdorf).

Referent ist Maximilian Freiherr von Düring, der auch die nebenstehenden Texte verfasst hat. Die Gäste erwartet die bewährte Mischung aus Vortrag und kleinen Übungselementen. Rege Beteiligung ist erwünscht!

Die Veranstaltung beginnt um 19 Uhr und dauert rund zwei Stunden.

Die Teilnahme ist kostenfrei – wie immer bei der Reihe „Fit fürs (Berufs-) Leben“. Allerdings ist wegen der begrenzten Teilnehmerzahl unbedingt eine Anmeldung per E-Mail unter der Adresse info@osterberginstitut.de erforderlich.

Wer das Thema näher erkunden möchte, hat dazu Gelegenheit beispielsweise in dem Seminar „Business-Knigge: Kann ich mal die Butter haben?“. Es findet statt am 14./15. April 2016 beim Osterberg-Institut in Niederkleveez (Holsteinische Schweiz), Tel. 04523/99 29-0.

Literaturtipps

> Asfa-Wossen Asserate: „Manieren“, Frankfurt am Main 2003, Taschenbuch, erschienen 2005;

> Jan Schaumann: „Richtig ist wichtig – der kleine Stilberater“, Münster, aus dem Jahr 2010;

> René Borbonus: „Respekt“, Berlin, Erscheinungsjahr 2011.

Unsere Partner

Osterberg-Institut der Karl Kübel Stiftung

Das Osterberg-Institut in Niederkleveez in der Holsteinischen Schweiz ist eine Bildungseinrichtung der Karl Kübel Stiftung, die Bildungs- und Entwicklungsarbeit im In- und Ausland betreibt. Das Institut bietet Qualifizierungen für den privaten wie den beruflichen Bereich an. Die Seminare und Weiterbildungen zielen stets zugleich auf berufliche Kompetenzerweiterung und persönliches Wachstum. Nähere Informationen sind erhältlich unter Tel. 04523/9929-0 oder im Internet unter der Adresse www.osterberginstitut.de

Sokrates und der gute Anstand

Höflichkeit ist eine Frage des Stils: Auch bei den grundlegenden Benimm-Regeln kommt es auf die innere Haltung an

FLENSBURG Neulich hörte ich ein Urteil über junge Menschen, das mir wie ein pauschales Fallbeil erschien: „Die Jugend liebt heutzutage den Luxus. Sie hat schlechte Manieren, verachtet die Autorität, hat keinen Respekt vor älteren Leuten und schwatzt, wo sie arbeiten soll. Die jungen Leute stehen nicht mehr auf, wenn Ältere das Zimmer betreten.“

Mich hat dieses einseitige Urteil beschäftigt. Und wissen Sie was!? Es macht mich sogar wütend, denn ich mag keine Pauschalverurteilungen, auch wenn sie natürlich leicht sind und ich diese Beobachtung selber tatsächlich bei Jugendlichen gelegentlich mache. Irgendetwas darf aber geschehen, damit wir in unserer Gesellschaft, in der privaten Begegnung wie auch an unseren Arbeitsstätten, mehr respektvolle und wertschätzende Umgangsformen der Höflichkeit pflegen.

Wer nach den 10 goldenen Regeln des guten Umgangs (landläufig wird gerne von „Knigge“ gesprochen) sucht, wird zwar fündig, doch Stil und gutes Benehmen sind keine bloßen Techniken. Sie sind vielmehr Ausdruck einer inneren Haltung von Wertschätzung und Respekt dem Leben im Allgemeinen und in Besonderem dem Andersartigen gegenüber. Sie zeigen sich in Form von Höflichkeit und Rücksichtnahme, guten Manieren im Umgang und achtsamen Worten. Gleichwohl gehört es dazu, einiges über gute Umgangsformen zu wissen: Wie trete ich beim Essen mit Geschäftspartnern auf? Welches Glas passt zu welchem Getränk? Wen begrüße ich zuerst, und wie kleide ich mich dem Anlass entsprechend? Wie führe ich angemessenen Smalltalk?

Ob Sie privat auf einer Feier eingeladen sind (vielleicht sogar im Kollegenkreis), ob Sie im Vertrieb arbeiten, ein Verhandlungsgespräch vor sich haben oder die eigene Mitarbeiterführung erfolgreich gestalten wollen: Durch fundiertes Wissen und die entsprechende innere Haltung werden Sie in herausfordernden Situationen souverän und gelassen bleiben. Sie wirken offen auf die Menschen und haben echte, authentische Ausstrahlung.

Kennen Sie auch solche Menschen, die einen Raum betreten – und Sie merken förmlich, dass sich etwas verändert? „Der oder die hat aber eine besondere Ausstrahlung“, heißt es dann im positiven Sinne. Echte Ausstrahlung ist das Ergebnis einer inneren Haltung der Offenheit, des Interesses am anderen, ja man könnte sogar philosophisch sagen: des Interesses am Leben. Solche Menschen ziehen uns in ihren Bann. Von innen strahlt es nach außen (sonst hieße es ja auch Einstrahlung), die Augen leuchten, wir sprechen dann von Charisma und echter Präsenz.



Handschlag auf Augenhöhe: Wertschätzung und Respekt äußern sich in diesem Verhalten, das nicht nur im Betrieb Richtschnur sein sollte. Diese Offenheit prägt die Ausstrahlung, die von einem Menschen ausgehen kann.

FOTOLIA

Die meisten Menschen wirken aber eher, wenn sie den Raum wieder verlassen. Zu welchen wollen Sie gehören?

bleiben wir beim Beispiel des Raumes: Ich mag es (und empfehle es dringend!), wenn man sich zur Begrüßung erhebt, sobald eine andere Person den Raum betritt.

„Echte Ausstrahlung ist das Ergebnis einer inneren Haltung der Offenheit, des Interesses am Leben.“

Es geschehen dann zwei elementare Dinge: Als Aufstehender zeige ich der Person, die den Raum betritt, dass ich sie als Subjekt wahrnehme, und schenke ihr damit Respekt, bevor das erste Wort gesprochen ist. Und zweitens erhebe ich etwas in mir: Ich nehme eine Mühe auf mich, damit ich einem anderen Menschen begegnen kann – auf Augenhöhe.

Sie finden das vielleicht antiquiert oder überkommen? Versetzen Sie sich einmal in folgende Situation (ich bin sicher, Sie haben sie schon live erlebt): Sie kommen auf eine kleine Geburtstagsfeier und be-

treten einen Raum, in dem sich einige Gäste sitzend unterhalten. Der Gastgeber verpasst es leider, Sie den anderen vorzustellen, und Ihnen wird von vereinzelten Gästen lediglich ein flüchtiges „Hallo“ mit allenthalben kurzem Augenkontakt zugeworfen. Wie fühlt sich das für Sie an, wenn Sie dann so dastehen? Und was würden Sie tun, um die Situation erträglich zu gestalten?

Wie wäre es hingegen, wenn Ihr Gastgeber Sie den anderen Gästen (mit denen Sie ihre Rolle ja teilen) kurz per Namen vorstellte, vielleicht noch erwähnte, woher Sie sich kennen, und Sie daraufhin mit den einzelnen Gästen bekannt machte, während sich diese erheben. In kleineren Gruppen geht das innerhalb weniger Augenblicke. Es belebt, es verbindet, es schafft den Nährboden für gelingende und interessante Gespräche. Und sollten Sie selber in der Rolle des Gastgebers sein: Zeigen Sie gleichzeitig Achtsamkeit und Ihre Fähigkeit als guter Netzwerker, ob es nun eine private oder geschäftliche Veranstaltung ist.

Gute Manieren wirken oft subtil, kaum merkbar. Irgendetwas ist anders, wird als

angenehm wahrgenommen, ohne es genau benennen zu können. Vertrauen Sie darauf, dass es wie von selbst aus Ihnen herauskommt, wenn Sie die richtige innere Haltung einnehmen und ein gutes Wissen der wichtigsten Regeln haben. Dann werden Sie herzliche und offen-authentische menschliche Begegnungen erfahren, die Sie wiederum stärken werden. Es ist ein Aufwärtskreislauf, der Sie immer wieder in einen Modus der erhöhten Gestimmtheit bringen wird. Ihr Selbstvertrauen und Ihr Selbstwert werden steigen.

Ach, ich bin Ihnen noch schuldig, wenn die Marotten der Jugend so auf den Nerv gingen: Es war Sokrates (470 bis 399 v. Chr.).

Maximilian Freiherr von Düring



ist Kommunikationswissenschaftler M. A., Business Coach, Etikette- und Kommunikationstrainer, Inhaber eines Familienbetriebes, Koordinator der Initiative „Männer für morgen“

Handy, Weinglas, Kartoffeln – Ein kleiner Benimm-Test

1. Sie treffen bei einem geschäftlichen Termin auf Ihren Chef samt Gattin. Wen begrüßen Sie zuerst?

- Den Chef
- Seine Ehefrau
- Ich versuche, beide gleichzeitig zu begrüßen, indem ich sie freundlich anlächle.

Antwort a) ist korrekt. Im beruflichen Kontext wird zuerst nach Hierarchie und Position begrüßt. Träfen Sie zu einem privaten Anlass auf Ihren Chef nebst Gattin, begrüßen Sie zuerst die Dame. Im Privaten gilt generell: Ladies first!

2. Ein Kollege muss während einer Besprechung niesen. Wie reagieren Sie?

- Ich sage deutlich hörbar „Gesundheit!“
- Gar nicht.
- Ich nicke ihm kurz zu.

Es hat sich in der modernen Etikette durchgesetzt, nicht mehr „Gesundheit“ zu wünschen. Ein leichtes Zucken ist freundlich, denn Sie zeigen, dass Sie Ihr Gegenüber wahrgenommen haben. Jedoch würde ich mich nie über ein ehrlich gemeintes dezentes „Gesundheit“

mokieren. Sie müssen es ja nicht durchs Zugabeil grölen. Regeln dürfen spielerisch ausgelegt werden, solange die Haltung der Höflichkeit gewahrt bleibt.

3. Sie befinden sich im angeregten Gespräch auf einem Empfang. Ihr Handy klingelt, da Sie vergessen haben, es auf „lautlos“ zu schalten. Was tun Sie?

- Ich sage „Entschuldigung“ und verlasse zum Telefonieren den Raum.
- Ich entschuldige mich und telefoniere ganz kurz.
- Nach einer Entschuldigung klicke ich das Gespräch kommentarlos weg.

Hier gibt es nur eine einzige Möglichkeit: sich in aller Form entschuldigen und schnell den Anruf wegdrukken. Der Person, mit der Sie sich auf dem Empfang unterhalten, gilt Ihre Aufmerksamkeit. Ausnahme: Sie haben vorher angekündigt, dass Sie von Ihrer Frau einen Anruf erwarten, da sie im neunten Monat schwanger ist – aber dann würde ich Sie fragen, was Sie eigentlich auf einem Empfang machen.

4. Was sollte bei Tisch nicht mit dem Messer, sondern mit der Gabel geteilt werden?

- Salat
- Kartoffeln
- Fisch

Antwort b) ist korrekt. Diese Sitte stammt aus einer Zeit, in der die Messerklingen durch die Stärke in den Kartoffeln noch anliefen. Heute sind sie aus Edelstahl, doch die Sitte wurde beibehalten. Der geigte Esser demonstriert dadurch, dass er diese Regel noch kennt. Und auch beim Salat gibt es etwas zu beachten. Er wird mit dem Messer auf die Gabel gefaltet – aber niemals geschnitten.

5. Wie hält man ein Weinglas korrekt?

- am Stil
- am bauchigen Teil
- nur mit Daumen und Zeigefinger, der Bereich ist nicht entscheidend.

Das Weinglas wird immer am Stil gehalten, damit sowohl Weißwein als auch Rotwein ihre Temperatur behalten können. Der Weißwein gekühlt, der Rotwein etwa bei Zimmertemperatur. Außerdem

klings es natürlich beim sachten Anstoßen viel schöner, wenn das Glas in Schwingung kommt.

6. Sie sind neu im Team und die Jüngste. Alle anderen duzen sich. Wie verhalten Sie sich?

- Da das „Du“ offenbar üblich ist, stelle ich mich mit meinem Vornamen vor und duze die übrigen Teammitglieder.
- Ich frage nach, ob ein „Du“ auch von meiner Seite gewünscht ist.
- Da ich die Jüngste bin, warte ich, bis jemand das Thema anspricht und bleibe so lange beim „Sie“.

Das „Du“ anzubieten ist stets dem Älteren oder Ranghöheren vorbehalten. Sie sollten hier Ihre Bescheidenheit zeigen, indem Sie warten, bis Ihnen das „Du“ angeboten wird. Alles andere könnte als aufdringlich erachtet werden.

7. Sie verfassen einen Brief an Professor Dr. Dr. Mayer. Wie sprechen Sie ihn in Ihrer Grußformel korrekt an?

- Sehr geehrter Herr Prof. Dr. Dr. Mayer

- Sehr geehrter Herr Mayer
- Sehr geehrter Herr Professor Mayer

Richtig ist Antwort c). In der Anrede entfällt bei Professoren der Doktorgrad.

8. Sie werden auf einem politischen Neujahrsempfang dem örtlichen Bürgermeister Ludwig Graf zu Senckefeld vorgestellt. Wie sprechen Sie ihn korrekt an?

- Guten Tag, Graf Senckefeld!
- Guten Tag, Herr Graf zu Senckefeld!
- Guten Tag, Herr Bürgermeister!

Die Antworten a) und c) sind beide richtig. Bei Anrede einer Person mit Adelstitel (der nach heutigem Gesetz Bestandteil des Namens ist) entfällt das „zu“, bzw. „von“. Ebenso ist die Nennung des Amtes korrekt (Herr Präsident, Frau Bundeskanzlerin). Bei privaten und informellen Anlässen würden Sie eher nicht die Variante c) wählen, denn dann ist die betreffende Person auch privat und nicht in der Rolle ihres Amtes unterwegs.