

# *Entlastungsstöhnen ohne Erlösungshintergedanken*

*(Daily Dueck 245, Juli 2015)*

Gunter Dueck, [www.omnisophie.com](http://www.omnisophie.com)

„Ach, die Schule ist so mühsam.“ – „Leider macht mir mein Beruf keinen Spaß.“ – „Ich sollte mal reinen Tisch machen, ich ersticke.“ – „Meine Ehe ist schon so lange unglücklich.“ – „Wir sollten die Modernisierung endlich in Angriff nehmen.“ – „Meine Kinder leiden die ganze Zeit über entweder unter dem Zahnen, der unleidlichen Kindsmüdigkeit oder der Pubertät – ich meine, ICH leide irgendwie immer.“ – „Ich will mit dieser Zimtzigke nicht mehr im selben Büro sitzen.“

Das mit der Zimtzigke kam bei und in der Managerausbildung vor. Man fragte mich als Jungmanager, was ich tun würde, wenn sich meine Sekretärin (so etwas gab es früher noch) mit einer anderen in die Haare geriete. Würde ich

- Richter
- Staatsanwalt
- Rechtsbeistand

sein wollen?

Der Staatsanwalt geht sofort zu der angeblichen „Zimtzigke“ und stellt sie zur Rede, erhebt die Fakten und schlägt Maßregelungen vor. Der Richter beraumt ein Meeting mit beiden Streitenden an, klärt den Fall weise auf und entscheidet, was zu tun ist. Der Rechtsbeistand unterstützt die Sekretärin, geht zur „Zimtzigke“ und faucht sie an, sie solle Ruhe geben, sonst würde eine Anklage erfolgen.

Die meisten Teilnehmer des Managementkurses fanden es am vornehmsten und gerechtesten, Richter zu sein, meinten aber, sie würden in der Praxis eher wie ein Rechtsbeistand agieren – aber eigentlich hatte niemand eine klare Haltung, wie das Problem wirklich zu lösen wäre.

Dann fragte man uns in der zweiten Phase der Übung, was denn unsere Sekretärin selbst meinen würde. Was erwarte sie denn von uns? Wir meinten: „Rechtsbeistand oder Ankläger.“ Das war leider falsch. Echt falsch, ganz und gar!

Hören Sie die Wahrheit: 85 Prozent (!) der Betroffenen fanden, sie wollten einfach nur mal kurz bedauert werden und Verständnis finden, weil sie ja gerade einen Streit mit der „Zimtzigke“ hatten. Zum Beispiel könnte ich zu ihr sagen: „Ach, die schon wieder! Da geht es dir heute bestimmt nicht gut. Komm, wir gehen in die Cafeteria, ich geb’ dir einen Latte Macchiato aus.“

Typisch Mann? Ein Manager kommt nach der Arbeit heim, mitten in ein Kaffeekränzchen. Er hört gerade beim Hereinkommen diesen Satzketzen: „Ich weiß nicht, was ich mit dem Bengel tun soll, schon wieder ist die Versetzung gefährdet.“ Manager: „Nimm ihn vom Gymnasium, es hilft ja doch nichts.“ Darauf ist die theoretisch denkbar gutmütigste Reaktion der Kaffeetrinkenden: „Hast du denn deine Mails schon alle beantwortet?“

Niemand will jetzt gerade eine Lösung! Die Lösung ist doch oft auch klar! Wer eine Lösung herzlos schnell vorschlägt, sagt dem anderen ja auch mehr oder weniger, dass dieser ein Versager zu sein scheint. Wer mit Patentlösungen kommt, kränkt tief und verschärft die Sicht auf das Problem.

Hilfe! Es geht fast nie um eine Lösung des Problems, man tauscht seinen Jammer aus und stöhnt. Dann geht es einem besser, und man erleidet das Leben weiter so fröhlich wie bisher.

Die klassische Psychologie kennt nur „Aggressionen abreagieren“, aber die meist genutzten Blitzableiter sind wohl Stöhnen und Klagen. Und wehe, da kommt jemand dazwischen und schlägt ernstgemeinte Problemlösungen vor! Da haut das Hirn doch nur brutal auf die tränenden Herzen! Viele „Manager-artige“, oft Männer, verstehen diesen Punkt nicht. Sie werden wahnsinnig, wenn die Mitarbeiter im Meeting stöhnen, und fordern sie dann sofort auf, mit dem Gejammer aufzuhören und gleich von

selbst Lösungen vorzuschlagen. Manager verbeißen sich selbst ganz eisern das Stöhnen, weil sie sonst alles sofort mit Hand und Fuß regeln müssten – das erwarten sie von sich selbst wie von jedermann. „Wer stöhnt, ist ein Loser.“ Deshalb finden Manager im Zweifel alles toll. Sie sind notorisch und ostentativ begeistert. „Alles ist so gut, wie es nur sein kann!“ Das ist eine perverse Art des Stöhnens, eine solche, die hohe Fassaden vor dem eigenen Nichthandelnwollen oder der eigenen Ohnmacht errichtet. Die führt zum Burnout, sie entlastet nicht. Sie beschäftigt sich zu sehr mit der Erhaltung der Fassade und verliert damit entsetzlich viel Energie.

Wer einen Gott hat, kann zu ihm beten. Gott erlöst ihn nicht, aber er hört ihm zu. Das allein bringt immerhin Licht ins Leben. Und manchmal hilft ein bisschen Licht schon weiter, eine Lösung sehen zu können.

Ich will jetzt kein Wort zum Sonntag sprechen, nur sagen: Hauen Sie nicht auf jeden drauf, der Ihnen etwas zu seiner seelischen Entlastung nervig vorstöhnt. Hören Sie ihm doch einfach zu. Schlagen Sie keine Lösung vor! Das ist herzlos. Bitte keine Lösung! Es stempelt den anderen zum Versager oder zum Sünder. Stellen Sie sich vor, Jesus würde uns gleich beim Beten eine echte Lösung vorschlagen! Die wäre absolut zu herb, und wir kennen sie ja insgeheim. Nein, nur Zuhören. Lösungen verlangen viel Tatenergie, die hat der Klagende doch gerade nicht. Das Wissen um Lösungen zaubert keine Energie herbei. Das Zuhören schon. Nicht viel, aber immerhin.