

IMPRESSUM

Erste Auflage, Ulm 2023

© Ulm 2023 Verlag Klemm+Oelschläger, Ulm

www.klemm-oelschlaeger.de

Alle Rechte vorbehalten!

Ohne ausdrückliche Genehmigung des Verlages und des Autoren ist es nicht gestattet, das Buch oder Teile daraus auf fotomechanischem Weg (Fotokopie, Mikrokopie usw.) zu vervielfältigen oder in elektronische Systeme einzuspeichern, zu verarbeiten oder zu verbreiten.

ISBN 978-3-86281-186-1

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek: Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über www.dnb.d-nb.de abrufbar.

Layout und Satz: Kathrin König

Druck und Bindung: digitaldruck leibi.de, Neu-Ulm

Mit freundlicher Unterstützung des Vereins interpunktionen e.V. und der abriporta Stiftung.

'nterpunkt'onen

WIR VERSETZEN ZEICHEN
FÜR DEMOKRATIE



INHALT

Vorwort _____ 9

Warum wir Streitförderer brauchen _____ 13

Fehler 1: Streitvermeidung _____ 15

Streitvermeidung macht unglücklich _____ 17

Streitvermeidung verhindert Kreativität _____ 19

Streitvermeidung zerstört Beziehungen _____ 21

Streitvermeidung schwächt den Zusammenhalt _____ 23

Streitvermeidung führt zu feindseligem Streit _____ 25

Fehler 2: Feindseliger Streit _____ 27

Feindseliger Streit macht unglücklich _____ 31

Feindseliger Streit verhindert Kreativität _____ 33

Feindseliger Streit zerstört Beziehungen _____ 35

Feindseliger Streit schwächt den Zusammenhalt _____ 37

Feindseliger Streit führt zu Streitvermeidung _____ 40

Wie Sie ein Streitförderer werden _____ 43

Streitförderer interessieren sich _____ 45

Streitförderer zeigen sich _____ 57

Streitförderer befreien sich aus Teufelskreisen _____ 65

Streitförderer überwinden das Schwarz-Weiß-Denken _____ 70

Streitförderer gestehen sich Scheitern zu _____ 80

Für Streitförderer ist Streit ein Ausdruck von Wertschätzung _____ 93

VORWORT

„Jetzt streitet Euch nicht!“ – Wie oft haben wir als Kind diese Aufforderung gehört? Was haben wir dadurch gelernt? Und wie denken wir heute über Streit?

Streit ist für viele Menschen etwas Unangenehmes, etwas Problematisches, etwas Gefährliches und etwas zu Vermeidendes. Streit ist aber auch für jeden Menschen, für jede Beziehung und letztlich für jede Gesellschaft nicht nur etwas Unvermeidbares, sondern auch etwas Positives.

Streit ist das offene Austragen einer Meinungsverschiedenheit. Und ja: Streit *kann* feindselig sein, aber er *muss nicht* feindselig sein. Feindseliger Streit ist destruktiv. Aber die Vermeidung von Streit, die Vermeidung einer offenen Auseinandersetzung kann nicht die Lösung sein, da sie nur weitere Probleme verursacht.

Ein Gedankenexperiment: Stellen wir uns zunächst eine Partnerschaft, eine Familie und eine Gesellschaft vor, in denen wir Meinungsverschiedenheiten gar nicht mehr austragen, also *überhaupt nicht mehr streiten*. Was wären die Konsequenzen? Wenn wir Meinungsverschiedenheiten nicht mehr austragen, gäbe es bei unterschiedlichen Meinungen zwei Möglichkeiten: Einer gibt nach, indem er seine andere Meinung gar nicht erst äußert. Oder man geht getrennte Wege. Das Nachgeben hat auf Dauer die gleiche

Konsequenz, wie die Trennung: Ständiges Nachgeben führt zu aufgestautem Frust und Stresssymptomen, was zwischenmenschliche Beziehungen zerstört.

Und stellen wir uns nun eine Partnerschaft, eine Familie und eine Gesellschaft vor, in denen wir *Meinungsverschiedenheiten immer feindselig austragen*. Das Recht des Stärkeren würde sich durchsetzen und die Schwächeren würden so lange unterdrückt, bis sie irgendwann selbst zu den Stärkeren werden, die dann womöglich ihrerseits wieder unterdrücken. Völlige Erschöpfung und Rückzug oder maximale Eskalation wären auf Dauer die drohenden Konsequenzen.

Das Gedankenexperiment macht deutlich: Nicht Streit an sich ist das Problem. Vielmehr zerstören sowohl Streitvermeidung als auch feindseliger Streit auf Dauer soziale Beziehungen.

Wir brauchen deshalb Menschen, die Streit annehmen, für Streit einstehen und konstruktive Auseinandersetzungen ermöglichen: Wir brauchen Streitförderer.

Streitförderer stärken die offene Auseinandersetzung und helfen feindseligen Streit zu überwinden. Warum das so wichtig ist und wie das gelingen kann, wird in diesem Buch beschrieben. Streit bezieht sich hier insbesondere auf Streit in unserem persönlichen Umfeld, sei es in der Familie, im Freundeskreis, am Arbeitsplatz oder im Verein. Thematisiert wird darüber hinaus die gesellschaftliche Bedeutung unserer individuellen Streitkultur.

Dieser Text basiert auf einer langjährigen Auseinandersetzung mit dem Thema Streit und auf 50 Interviews mit Bürgerinnen und Bürgern aus dem Jahr 2023, die im Rahmen eines Forschungsprojekts mit Student*innen geführt wurden. Bei den Befragten wurde darauf geachtet, möglichst unterschiedliche Menschen auszuwählen, etwa was Alter, Familienstand, Schulabschluss und Beruf anbelangt. Die Namen aller Interviewpartnerinnen und -partner wurden selbstverständlich geändert.

Mehr zu den geführten Interviews, zu Forschung, Literatur und Angeboten rund um das Thema Streit finden Sie unter <http://www.streitfoerderer.de/>. Und wenn Sie sich über das Thema Streit streiten wollen, freut sich der Autor über Ihre Mail.

In diesem Buch wird bewusst inkonsequent gendersensible Sprache verwendet. Dies soll der Verständlichkeit dienen und im Sinne eines Kompromisses allen Lesern, allen Leserinnen und Lesern sowie allen Leser*innen entgegenkommen.

WARUM WIR STREITFÖRDERER BRAUCHEN

*„Im Grunde haben wir das Streiten gar nicht verlernt:
Man hat es uns nie beigebracht.“*

Mareike Nieberding, Journalistin

Im Privaten wie auch in unserer Gesellschaft machen wir oftmals zwei Fehler: Wir vermeiden Streit oder wir streiten feindselig miteinander. Tragischerweise verstärken sich diese beiden Fehler wie in einem Teufelskreis gegenseitig.

Viele Menschen verbinden mit Streit zunächst etwas Negatives, so auch die meisten der im Sommer 2023 befragten 50 Bürgerinnen und Bürger. Auf die Frage: „Was denken sie, wenn sie das Wort ‚Streit‘ hören?“, werden ganz spontan etwa folgende Assoziationen genannt: Streithahn, Krieg, Eskalation, Geschrei, hochroter Kopf, Feindseligkeit, Gewalt, Beleidigung, sich gegenseitig anmachen, schlechte Stimmung, geschädigte Personen, sich laut anschreien, sich beleidigen, sich gegenseitig niedermachen, Aggression, Unhöflichkeit, harsche Ausdrucksweise, unangenehmes Gefühl, böser Gesichtsausdruck, Kontrollverlust, Krach, verletzte Gefühle, Unrecht, Wut, Traurigkeit, unangenehme Situation, kaputtes Geschirr, nervig, Stress und Kränkungen.

Am häufigsten sind Antworten, wie die von Kerstin (Ende 40, Ernährungs- und Haushaltswissenschaftlerin): „Mit Streit verbinde ich, dass es unangenehm ist, und ich keinen Streit möchte, dass sich zwei

Leute anbrüllen, und dass man nicht kompromissbereit ist.“ Ganz ähnlich die Reaktion bei Christel (Anfang 50: Verwaltungskraft): „Also ich verbinde mit Streit totale Aufregung, Herzrasen, lauter unangenehme Sachen.“

Nur wenige der Befragten haben bei der Einstiegsfrage sofort positive Bilder im Kopf. Beispielsweise Andrea (Mitte 50, Einrichtungsleitung im sozialen Bereich), die bei Streit zuerst an „Chancen“ denkt und auf Nachfrage ihren ersten Gedanken zum Thema Streit erläutert: „Da sitzen Leute zusammen, die konstruktiv eine Lösung suchen. Und die das wirklich auflösen in etwas Produktives.“

Manche verbinden mit Streit auch spontan weder etwas Positives noch etwas Negatives, etwa Walter (Mitte 50, Kaufmann): „Streit ist, wenn unterschiedliche Meinungen aufeinandertreffen. Dabei versuchen wir, einen Konsens zu finden.“ Und einige betonen, dass Streit weder einseitig positiv noch einseitig negativ ist. Theresa (Mitte 80, Rentnerin): „Das ist ja sehr komplex. Es gibt positiven Streit und negativen Streit.“

So unterschiedlich die ersten Antworten auf die Frage zum Streitbegriff auch sind, letztlich lässt sich festhalten: Auf Nachfragen nennen fast alle Interviewpartner*innen sowohl positive als auch negative Aspekte zum Thema Streit.

Auch im weiteren Verlauf der Interviews wurde ein differenziertes Verständnis von Streit zugrunde gelegt. Angelehnt an die Definition der Online-Enzyklopädie Wikipedia: „Streit ist das offene Austragen einer Meinungsverschiedenheit. Streit muss nicht feindselig sein.“

Nach der Auseinandersetzung mit dem Begriff Streit führten die Student*innen mit ihren Interviewpartnern das im Vorwort genannte Gedankenexperiment durch: Gefragt wurde nach den Konsequenzen von Streitvermeidung und den Folgen von feindseligem Streit. In der Zusammenschau der Antworten ergibt sich ein auffallendes Ergebnis: Die Antworten auf beide Fragen ähneln sich in vieler Hinsicht.

FEHLER 1: STREITVERMEIDUNG

„Viele Menschen finden Streit einfach anstrengend, verursacht er in ihren Augen doch Stress. Streit macht sie gleichsam nervös. Er lässt sie zudem an der Vernunft der anderen zweifeln. Diesen wird daher Unvernunft, wenn nicht gar Streitsucht unterstellt. Kurzum: Die meisten Menschen vermögen im Streiten keinen Sinn zu sehen. Streit gilt ihnen darüber hinaus als eine Art Sprengsatz guter sozialer Beziehungen. Er muss daher vermieden oder, wenn dies nicht möglich ist, entschärft oder aber rasch hinter sich gebracht werden.“

Joachim Detjen, Politikwissenschaftler
und Politikdidaktiker

Streit haben wir alle schon vermieden. Davon berichten auch die Befragten. Viele von ihnen beschreiben auch die damit verbundenen problematischen Konsequenzen. Beispielsweise Kerstin (Ende 40, Ernährungs- und Haushaltswissenschaftlerin), die von einem Konflikt am Arbeitsplatz berichtet, dem sie ausgewichen ist: „Es hat mich sehr belastet. Aber ich bin sehr schlecht darin, in einen Streit reinzugehen. Also gehe ich meistens aus einem Streit raus. Und dann fühle ich mich schlecht, und meine Gedanken kreisen immer um dieses Thema.“

Mit Streitvermeidung ist hier nicht gemeint, eine offene Auseinandersetzung bewusst auf einen späteren Zeitpunkt zu verschieben. So betont Claudia (Anfang 20, Studentin): „Streitvermeidung kann schon sinnvoll sein, wenn man merkt, dass die Diskussion zu nichts führt. Weil die eine Person vielleicht gerade zu aufgewühlt ist. Oder