

# Beziehungen bewusster gestalten

**Kommunikation** / Unser Umgang mit den Mitmenschen ist von bestimmten Zusammenhängen zwischen Gehirn und Verhalten beeinflusst.

**RUSWIL** ■ «Erfolgreiche Menschen verdanken ihren Erfolg zu 80 Prozent ihrer Persönlichkeit und zu 20 Prozent ihrem Fachwissen.» Im Alter von 15 oder 20 Jahren glaubt wohl kaum jemand dieser These. Je älter man wird, desto eher kann man sich vorstellen, dass an dieser Behauptung etwas Wahres ist. Schüler oder Lehrlinge werden sofort fragen, weshalb sie denn zur Schule gehen oder eine Ausbildung machen müssen, wenn diese Behauptung zutrefte. Die Antwort ist einfach: Das Fachwissen wird heute vorausgesetzt – punkten kann man aber mit der Persönlichkeit.

Was aber ist Erfolg? Hat man Erfolg, wenn man viel Geld verdient oder wenn man einen besonders gefragten Job hat? Es gibt Kreise, die das Wort Erfolg auf diese Weise definieren. Es gibt aber noch eine andere Sicht der Dinge: Erfolg heisst Zufriedenheit. Gemeint ist eine innere Zufriedenheit, die für Freude, Unabhängigkeit und auch Ruhe sorgt. Das Gegenteil wäre Unzufriedenheit: Zerrissenheit, nervöse Unruhe... Wie kommt es zu dieser Unzufriedenheit? Sicher ist es manchmal ein zu grosses Arbeitspensum, Stress usw. Sehr oft sind es aber unbefriedigende Beziehungen, die belasten.

## Verständnis und Akzeptanz als Schlüssel

Weshalb kommen wir mit einigen Menschen sehr gut klar und mit anderen beinahe nicht? Der Grund ist in der Regel, dass die Persönlichkeiten sehr unterschiedlich sind und wir nicht alle Eigenschaften gleich gut vertragen. Die Hirnforschung hat eine Erklärung für die unterschiedlichen Menschentypen.

Sie geht davon aus, dass das Hirn für die verschiedenen Eigenschaften und Reaktionen der Menschen verantwortlich ist. Alle Menschen verfügen über Stammhirn, Grosshirn und Zwischenhirn. Die verschiedenen Hirnteile engagieren sich aber unterschiedlich. Die Forschung um Rolf W. Schirm hat jedem der



Drei Gehirnregionen prägen das Verhalten des Menschen: Das Grosshirn steht für Rationalität, das Zwischenhirn für Emotionen und das Stammhirn für Gefühle.

(Bild Keystone)

Hirnteile eine Farbe zugewiesen. Für das Stammhirn steht Grün, für das Grosshirn Blau und für das Zwischenhirn Rot.

Glücklicherweise arbeiten die Hirnteile nur bei fünf Prozent der Europäer gleichmässig. Diese Persönlichkeiten sind nicht im Vorteil – sie sind nicht berechenbar, weil einmal dieser und beim nächsten Mal ein anderer Hirnteil die Herrschaft übernimmt. Das sind die Personen, die mal so und mal anders reagieren. Wichtig zu wissen ist, dass es nicht bessere und schlechtere Farben beziehungsweise Typen gibt. Die Persönlichkeiten sind lediglich sehr unterschiedlich. Dem gilt es Rechnung zu tragen. Wer es schafft, den Menschen und ihren Eigenschaften entgegenzukommen und auf sie einzugehen, hat es einfacher.

Es lohnt sich, die verschiedenen Persönlichkeiten und ihre Eigenschaften kennenzulernen und verstehen zu wollen, denn bei echtem Bemühen wird vieles einfacher.

## Von guten Kollegen und Elefanten im Porzellanladen

Ursula, Angelika und Lydia sind Kolleginnen, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Alle stehen in Beruf und Leben ihre Frau. Alle drei Persönlichkeiten sind zufrieden damit, wie ihr Leben jetzt läuft. In diesem Sinn sind sie erfolgreich.

Bei Ursulas Hirn übernimmt das Stammhirn die Führung. Sie hat Erfolg, weil sie sich auf ihre Bauchentscheide verlassen kann, eine extrem gute Menschenkenntnis hat und sehr gut mit Menschen aller Art zusammenarbeiten kann. Ursula ist

eine Kollegin, die man einfach gern haben muss. Natürlich kann es einmal vorkommen, dass Ursula etwas vergisst oder unpünktlich ist. Das nimmt ihr aber das Umfeld selten übel.

Aus anderen Gründen als Ursula ist Angelika erfolgreich. Das Zwischenhirn, das bei ihr die Führung übernimmt, prägt ihre Persönlichkeit. Angelika ist eine ausgezeichnete Motivatorin – auf sie kann man sich verlassen. Sie findet immer eine Lösung, entscheidet rasch und unbürokratisch. Diplomatie ist eher nicht ihre Stärke. Das ist nicht tragisch, denn ihre anderen herausragenden Eigenschaften machen das wett.

Ein ganz anderer Typ ist die erfolgreiche Lydia. Sie arbeitet sehr genau, kann sehr gut analysieren und ist die Pünktlichkeit in Person. Ihre Argumentationen sind

immer sehr durchdacht und sachlich. Zugegeben – manchmal muss man sehr lange warten, bis sie eine Entscheidung trifft. Ihr seriöses Schaffen lässt das aber vergessen.

## Andere Eigenschaften verlangen anderen Umgang

Wichtig zu sagen ist, dass keine dieser drei Persönlichkeiten besser oder schlechter ist. Die Persönlichkeiten sind lediglich sehr unterschiedlich. Sollen gute Beziehungen resultieren, möchten die drei Frauen unterschiedlich «behandelt» werden. Die Pflegeleichteste ist wohl Ursula – solange man nicht an ihr herumnörgelt oder ständig und unverzüglich Entscheidungen erwartet. Angelika wird Höchstleistungen bringen, solange nirgends Engelsgeduld erwartet wird oder man ihre Worte auf die Goldwaa-

ge legt. Auch Lydia arbeitet vorzüglich, wenn man ihre Neigungen nach Gründlichkeit berücksichtigt und sie nicht morgens um sieben Uhr mit neuen Ideen bombardiert.

Wer gute Beziehungen wünscht, kann selber viel dazu beitragen. Das Wichtigste ist die Haltung: «Ich bin o. k., aber du bist auch o. k. - auch wenn wir sehr unterschiedlich sind, wir sind beide für das Gegenüber und seine Persönlichkeit interessiert, wird es leichter haben. Wenn man den verschiedenen Gegenüber entgegenkommen und auf ihre Persönlichkeiten eingehen kann, gestalten sich die Beziehungen viel einfacher. Das gilt für Ehepartner genauso wie für Schwiegereltern, Mitarbeitende, Kunden...»

Agnes Schneider Wermelinger