DIE ZWEI EBENEN DER KOMMUNIKATION

Kommunizieren zwei Menschen miteinander, so verläuft diese Begegnung immer auf zwei Ebenen gleichzeitig:

20 Prozent auf der Sachebene – das (Sach-)Thema und

80 Prozent auf der Beziehungsebene – die Chemie.

Das bedeutet, dass der Erfolg dieser Begegnung zu einem überwiegenden Teil von der Beziehungsebene abhängig ist. Ungute Gefühle in uns und Störungen im Miteinander haben regelmäßig dort ihren Ursprung. Deshalb ist es reine Energieverschwendung, auf der Sachebene nachzulegen. Es geht nicht um noch mehr Argumente, noch mehr Zahlen, noch mehr Daten. Eine Störung auf der Beziehungsebene kann auch nur auf der Beziehungsebene behoben werden.

Das Gehirn des Neandertalers

Auch im 21. Jahrhundert ist unser Gehirn zumindest noch genauso strukturiert wie zu Zeiten der Neandertaler.

Der Forscher MacLean hat herausgefunden, dass unser Gehirn immer noch einen „alten" Teil hat, der das Reptil in uns repräsentiert. Die ursprünglichen Instinkte kommen aus diesem Teil des Gehirns. Denn früher mussten wir sehr schnell – anhand weniger Angaben – entscheiden, ob wir einen Säbelzahntiger hören oder ein Kaninchen. Flucht oder Frühstück lautete die Überlebensfrage. Dieser Teil des Gehirns ist (fast) nicht lernfähig. Wir greifen dort auf uralte Instinkte zurück.

Mit unserem „neuen" Gehirnteil können wir hingegen denken. Wir können die Konsequenzen bedenken. Leider ist das Denkhirn viel langsamer als das Neandertalergehirn. Daher entscheidet das alte Gehirnteil häufig nach wenigen Augenblicken über Antipathie oder Sympathie, bevor das neue Gehirnteil überhaupt anfängt zu arbeiten. Nun liegt es nicht nur an der Schnelligkeit, dass das Denkhirn häufig nicht zum Zuge kommt – auch Stress (zu viele Gedanken, Eindrücke oder allein schon die Hochatmung) sorgen für eine Überlastung und Abschaltung des Denkhirns. Das Neandertalergehirn regiert dann allein auf weiter Flur und „entscheidet" relativ frei zwischen Kampf und Flucht.