

Feedback-Interview

Brigitte Moosbrugger ist Unternehmensberaterin und zertifizierte Moderatorin für Dialogprozesse. Im Nachgang ihres Seminars „Bewusste Sprache – bewusst im Dialog“ sprach Insa Lüttke mit ihr über ihre Eindrücke.

Frau Moosbrugger, ihr Seminar war auf zweite Tage im Abstand eines Monats angelegt, warum?

Mit diesem Setting habe ich sehr gute Erfahrungen gemacht. Menschen sind sehr stabil in ihrem Verhalten. Die eigenen Muster wahrzunehmen und zu reflektieren sind schon zwei entscheidende Schritte auf dem Weg zur Veränderung. Dann erst kann ich beginnen, gewohnte Wege zu verlassen - das braucht Zeit! Allerdings kann sich selbst in diesem recht kurzen Zeitraum schon etwas spürbar verändern. Ein Teilnehmer konnte im zweiten Teil davon berichten: Statt gleich zur Agenda überzugehen, wendete er die dialogische Form an und erkundigte sich als Sitzungsleiter zunächst bei jedem, wie es ihm gerade geht – die Besprechung verlief viel konstruktiver und effektiver als gewohnt.

Im Umkehrschluss: Im Zweifel auch mal unangenehme Zeitgenossen ins Herz schließen, und alles wird gut?

Sicher nicht. Wertschätzung heißt, jemanden zu nehmen, wie er ist – realistisch aber ohne zu verklären. Menschen haben aber viele Facetten. Für den Umgang miteinander ist es sinnvoll, einen Zugang – im besten Fall auf Augenhöhe – auszumachen. Im Kurs haben wir uns mit Situationen beschäftigt, in denen es dennoch Sinn machen kann, in den Widerstand zu gehen. Aber auch hier gilt es, dem anderen gegenüber wertschätzend zu agieren und zu erkennen, was Auslöser und was Ursache für meinen Ärger ist und dies voneinander zu trennen. Letztlich geht es bei den Übungen darum, in einem geschützten Raum Erfahrungen zu machen und für das echte Leben beweglicher zu werden, um erst einmal Wahlmöglichkeiten zu haben. Patentrezepte gibt es von mir dagegen nicht, auch wenn dieser Wunsch immer wieder an mich herangetragen wird.

Im Fokus des Seminars stand die Sprache. Welche Rolle spielte der Körper?

Körperübungen sind wichtiger Teil des Seminars. Der Körper ist schließlich unmittelbarer Resonanzraum unserer Emotionen. Hier erleben wir die Situation, die wir etwa über die Art, wie wir miteinander kommunizieren, auslösen. Insofern ist der Kontakt mit dem eigenen Körper essentiell. Das wiederum stärkt die eigene Präsenz – eine gute Voraussetzung der dialogischen Begegnung.