

2020

*Klubzeitung des
Chi-Too-Ryu Kampfkunstzentrums
Erdberg*

**Wir sind Mitglied des ASVÖ, World Kobudo Federation,
World Kickbox Federation, Wushu Verband Österreich,
Kyokushin Kan, Chitooryu Karate/Kobudo Renmai**





Die Kampfkunst der Rhetorik oder Wie hält man Widerspruch aus?

Ihr alle kennt den Moment, in einem Gespräch emotional zu werden, das Gefühl zu haben, dass nicht mehr zugehört und nur mehr gestritten wird. Oft ist gar nicht klar, worum es wirklich geht. Haben wir nicht alle schon mühsame Diskussionen über Corona, den Klimawandel oder vielleicht die Radwege in Wien geführt? Meistens fallen einem die besten Argumente danach ein. Oder man ärgert sich, und vermeidet sogar den Kontakt mit manchen Freunden, die neuerdings an seltsame Theorien glauben, Medien für nicht glaubwürdig halten oder andere Menschengruppen abwerten.

Was uns im Alltag begegnet, zeichnet sich schon länger in sozialwissenschaftlichen Studien ab. Eine wachsende Zahl an Menschen verabschiedet sich davon, den Wert demokratischer Instanzen und die Erkenntnisse der Wissenschaften anzuerkennen. Nicht zuletzt der Blick in die Vereinigten Staaten zeigt, dass wir mitten im Zeitalter des Postfaktizismus sind. Das bedeutet, dass Fakten, Wissen, Vernunft und das Bemühen um Rationalität zunehmend in den Hintergrund treten, und dass Behauptungen ohne Evidenz, Gerüchte und Fakes, das Denken dominieren. Immer mehr Menschen glauben das, was in den sozialen Medien kommuniziert wird, sie misstrauen anderen Informationsquellen. Dies hat mehrere Gründe. Die wesentlichen Themen unserer Zeit sind mit dem Gefühl verbunden, dass wir uns in einer Krise befinden, die

von der Politik offensichtlich nicht bewältigt wird. Das Gefühl der Ohnmacht, nicht zuletzt ausgelöst durch eine zunehmende soziale Ungleichheit, erzeugt Realitätsverweigerung und Wut. Es gibt einen Zusammenhang zwischen Kontrollverlust und Verschwörungstheorien. Die nun auf uns zukommende enorme wirtschaftliche Rezession und der lebensbedrohliche Klimawandel werden diese Entwicklung beschleunigen.

In einer Gesellschaft, die sich intellektuell und emotional in selbstgewählte virtuelle Räume zurückzieht, verkommt eine wesentliche Säule der Demokratie: der politische Streit. Wenn Kontroversität als Feindseligkeit oder Bedrohung empfunden wird, kommt es zu Polarisierung, Andersdenkende werden gemieden. Doch Demokratie ist im Grunde ein gelungener Wettstreit der Meinungen, wären wir nämlich alle einer Meinung, lebten wir längst nicht mehr in freien Verhältnissen.

Wie also kann über schwierige Themen gestritten werden, ohne dass man nach wenigen Minuten aufgeben möchte? Wenn der „Gegner“ aggressiv auftritt, Behauptungen aufstellt und nicht mit sich reden lässt? Ob ein Gespräch für alle Beteiligten gelingt oder nicht, entscheidet sich in den ersten Minuten. Dafür gibt es einige Grundregeln, die sich bewährt haben. Am Anfang jeder Auseinandersetzung sollte die Erkenntnis stehen, dass ihr niemanden, der eine andere Meinung hat, überzeugen möchtet. Dies mag überraschen, und auch die Strategie, nicht gleich zu reagieren und stattdessen tief zu atmen, ist ungewohnt. Wohltuend ist es auch, nicht sofort „dagegen“ zu argumentieren, sondern zunächst ausführlich nachzufragen, was denn überhaupt gemeint sei. Dies sollte nicht abprüfend sein, „woher weißt du das überhaupt?“, es genügt, echtes Interesse zu zeigen. Einer der wesentlichen Momente in einem Gespräch ist, wenn es gelingt, das gegenseitige Vertrauen herzustellen, sodass alle Meinungen gehört und verstanden werden können. Augenhöhe und Respekt sind die Voraussetzungen für einen Meinungsaustausch, nicht Belehrung und Abwertung. Ihr könnt dabei zusehen, wie sich das Gegenüber entspannt, und euch vielleicht ein Zeitfenster für gute Argumente öffnet. Vermeidet, dass Themen vermischt werden, und diskutiert nicht über Verallgemeinerungen wie „die Politiker“. Achtet auf das Tempo, und vor allem darauf, den Gesprächspartner nicht in die „rechte Ecke“ zu drängen. Dort kommt er nämlich kaum mehr heraus, vor allem wenn moralisiert wird. Was auch immer Menschen dazu bringt, aggressiv zu argumentieren, antwortet nicht mit Tiefschlägen. Wer einen Streit als freundschaftliches Sparring und nicht als Kampf um Punkte sieht, hat bereits gewonnen. Gute Kommunikation ist Beziehungsarbeit, kurz gesagt, von wem man geschätzt wird, dem glaubt man eher. Nicht recht haben zu müssen, öffnet Spielräume, in denen es zu einem sachlichen Gespräch kommen kann. Wenn das Gegenüber sich dem völlig verweigert, dann könnt ihr noch immer das Thema wechseln oder das Gespräch beenden. Aber ihr habt es zumindest versucht.

Es bedarf manchmal des Mutes, seine Meinung zu sagen, mit der Chefin zu diskutieren, im Freundeskreis zu widersprechen, und zu intervenieren, wenn über andere Menschengruppen gehetzt wird. Und vielleicht sind wir ja selbst manchmal im Irrtum, an diese Möglichkeit denken wir oft zuletzt. Doch es geht nicht um Niederlage oder Sieg, sondern um ein gutes Miteinander, gerade wenn uns die Unterschiedlichkeit scheinbar im Wege steht. Kampfkunst bedeutet eine Haltung einzunehmen, die vieles möglich macht, und vor allem, als Freunde auseinanderzugehen.

Marion Wisinger
www.zeitweise.at