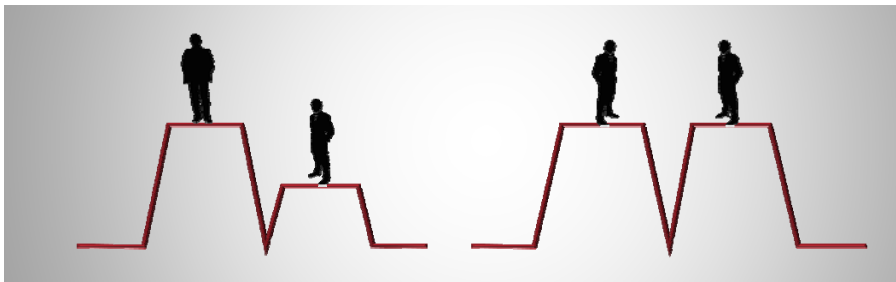


Erwin Huber

Begegnung auf Augenhöhe



„Sich auf Augenhöhe zu begegnen, hat nichts mit körperlichen Größenunterschieden zu tun.“

Begegnung auf Augenhöhe öffnet den Dialog zwischen Menschen. Sie ist auch Voraussetzung dafür, etwas Gemeinsames zu schaffen. Begegnung auf Augenhöhe hat nichts mit „Gleichmacherei“ zu tun – sie respektiert die Unterschiede, betont aber die Gleichheit im sozialen Leben.

Ob sich zwei Menschen auf Augenhöhe begegnen, zeigt sich in der Körpersprache, im Prozess des Redens und Zuhörens, im Mitgehen mit den Gedanken und Empfindungen des anderen, wodurch gegenseitiges Verstehen erst möglich wird.

Damit man davon sprechen kann, dass zwei Menschen sich auf Augenhöhe begegnen, ist es notwendig, dass sie vorurteilsfrei aufeinander zugehen und sich von Bewertungen lösen. Botschaften, die hinter den Worten stehen, beruhen auf Achtung, Ebenbürtigkeit und Respekt, Autonomie ist selbstverständlich und jeder nimmt sein Gegenüber ernst.

Die innere Haltung ist ausschlaggebend

Ob nun ein Mensch dem anderen auf Augenhöhe begegnet, hängt von der „inneren Haltung“ ab. Sie ist etwas, was nicht sichtbar ist, sondern im Verborgenen wirkt. Man könnte sie auch als „geistiges Konzept“ bezeichnen, das ständig interpretiert, was wir für gut ansehen und was nicht. Darüber hinaus bestimmt dieses geistige Konzept (innere Haltung) unser Handeln und Wollen unsere Überzeugungen und Grundannahmen.

Begegnet ein Mensch dem anderen nicht auf Augenhöhe, so liegt meist ein gestörter oder gekränkter Selbstwert vor. Dieser hat zur Folge, dass sich eine Person der anderen von seiner Haltung her ängstlich unterordnet oder sich bestimmend „darüber“ stellt und das Gegenüber abwertet.

Bearbeitung der eigenen Haltung braucht eine tiefere Auseinandersetzung

Menschen, die mit der Begegnung auf „Augenhöhe“ ein Thema haben, ist es unumgänglich sich mit den eigenen, oft weit zurückliegenden Kränkungen des Selbstwertes erneut auseinanderzusetzen. Das führt oft in die Kindheit zurück, wo die Interaktion mit den Bezugspersonen geprägt hat.

Fragen, die uns hier auf „die Spur“ bringen können sind beispielsweise: Wie sind die Eltern miteinander und mit uns Kindern umgegangen? War der Umgang wertschätzend, liebe- und respektvoll? Musste ich um Anerkennung und Liebe kämpfen? Habe ich mich gegen einen dominanten Elternteil aufgelehnt, oder habe ich mich letztendlich untergeordnet? Wurde ich immer wieder verglichen und darauf hingewiesen, dass der Bruder oder die Schwester es besser können als ich? ...?

Ein Grundverständnis welche inneren Dynamiken in der Kindheit erzeugt werden, kann durch die Auseinandersetzung mit Konzepten der Transaktionsanalyse (Ich-Zustände und O.K.-Positionen) bringen.