

Auf Augenhöhe

Es gibt Begrifflichkeiten, die sich in den Wortschatz unserer Gesellschaft spülen und fortan zu einem Modebegriff werden: wie "auf Augenhöhe" zum Beispiel.

Aber was heißt das eigentlich ? Welche Bedeutung hat dieser Begriff wirklich?

Dazu schauen wir uns das Wort einmal genauer an:
auf Höhe der Augen kann bedeuten, dass wir einander in die Augen sehen, also uns visuell wahrnehmen. Wir sehen uns an.

Es kann aber auch bedeuten, dass wir auf gleicher Höhe, also auf gleichem Niveau, miteinander reden: In dem Kommunikationsmodell "Transaktionsanalyse" von Eric Berne würde es synonym bedeuten, dass beide Gesprächspartner aus dem Erwachsenen-Ich kommunizieren. Das bedeutet, dass beide ohne emotionale Verstrickungen miteinander sprechen. Sie sprechen klar und sachlich, ohne verdeckte Botschaften wie beispielsweise Schuldzuweisungen.

Würde ein Gesprächspartner aus dem Kind-Ich und der andere aus dem Eltern-Ich kommunizieren, wäre diese Kommunikation nicht "auf Augenhöhe". Beide Partner würden aus ungleichen Positionen heraus sprechen. Damit wäre der Kind-Ich-Gesprächspartner dem Eltern-Ich-Gesprächspartner möglicherweise unterlegen oder fühlte sich nicht ernst genommen.

Und genau darum geht es in der Kommunikation: wir wollen von unserem Gegenüber ernstgenommen werden.

In speziellem Kommunikationstrainings lässt sich eine Kommunikation "auf Augenhöhe" erlernen.