

Kolumne: Respekt!



Eigentlich ist der Anlass geradezu traurig, über so ein Thema schreiben zu müssen, allerdings ist es mir eine Herzensangelegenheit ein paar Worte dafür zu finden.

Respekt! Ich könnte das nicht!

Ein Satz den Menschen aus dem Rettungsdienst, der Pflege oder der Medizin mehr als einmal in unserem (Berufs-)Leben gehört haben.

Was ist das eigentlich? Dieser Respekt?

Dafür möchte Ich vorher noch einmal zeigen, was das Wort „Respekt“ eigentlich bedeutet:

Das Wort leitet sich von dem lateinischen Verb "respicere" ab, was zunächst bedeutet: zurückblicken.

Gemeint ist aber vielmehr: Rücksicht nehmen.

Rücksicht: Nein, damit ist nicht das nach „Hinten-blicken-beim-ausparken“ gemeint, sondern „auf Andere achten und sie ernst nehmen.“

Schon wird es für ein *gefühltes Drittel* der Bevölkerung zu schwierig.

Wo es doch vielen heutzutage darum geht sich selbst der nächste zu sein.

„ME *first*“ sozusagen.

Wobei: „Horst *first*“ oder „Ulrike *first*“ auch nicht danach klingt, dass es laut gesagt werden sollte.

Ellbogen-Ellie trifft auf Egoisten-Erich quasi.

Es ist ein wenig so als würde man durch verschiedene Nachrichten-Ticker oder Nachrichten-Feeds in seinem Smartphone schauen: Bereits nach 10 Minuten beschleicht einen das Gefühl, die Gesellschaft befindet sich eine Hand breit vor dem Untergang und man ist von **Irren** umgeben.

(Schöne Grüße an die Kollegen im Dienst, ja **IHR** habt ja Recht, an manchen Tagen **IST** es so)

Ein großer Fehler dabei ist es, diesen Leuten zu viel Aufmerksamkeit zu schenken.

Gerade die guten Ereignisse, Dinge die einem zeigen, dass es noch mehr Menschen gibt, denen die Welt oder andere Menschen nicht egal sind, gehen dabei zu gern unter.

Mit drei einfachen Schritten zu mehr Respekt im Umgang mit Anderen:

1) Beobachtet andere Menschen aufmerksam und hört Ihnen zu.

Hört zu, schaut hin und versucht zu verstehen. Verändert die Perspektive und macht euch ein Bild von eurem Gegenüber. Die Person mag vielleicht das Gegenteil von euch sein, kann aber dennoch Werte und Erfahrungen besitzen, die etwas Besonderes sind.

2) Seid ehrlich, zu Ihnen aber vor allem zu euch selbst.

Gut, vielleicht passt euch seine Art nicht, oder Sie erinnert euch irgendwie an eure zickige Ex-Freundin, allerdings hat dies rein gar nichts damit zu tun, dass Sie dennoch herausragende Fähigkeiten besitzen oder tolle Dinge erreicht haben.

Eure Erfahrungen haben nicht unbedingt etwas mit dieser Person zu tun.

(Er/Sie kann schließlich auch nichts für eure(n) Ex)

3) Nehmt euch die Zeit andere Menschen zu loben

„Lob ist keine Einbahnstraße“, eines der elementaren Zitate in meinen Seminaren und Vorträgen.

Wir können nicht selbst erwarten gelobt zu werden, wenn wir diese Form der Wertschätzung nicht auch anderen entgegen bringen.

Egal ob im Freundeskreis, der Familie oder im Team auf der Arbeit:

Es sollte das Ziel sein, jeden Tag einen Menschen mit einem Kompliment zum Lächeln zu bringen.

Ein Lächeln tut nicht weh, erfordert fast keinen Aufwand und sein Effekt auf Andere ist unglaublich.

In diesem Sinne,

Schön dass es EUCH gibt!