

In 30 Minuten
wissen Sie
mehr!

30 **MINUTEN**

Natalie Schnack

Selbst- behauptung

GABAL



30 MINUTEN

Was ist Status?

Seite 10

Wieso kann man einen bestimmten Status nicht „haben“?

Seite 16

Welche Status-Ausprägungen gibt es?

Seite 17

1. Die Idee von Status

In jeder Begegnung, in jedem Gespräch, überhaupt in jeder Situation, in die mindestens zwei Personen involviert sind, wird **Status ausgehandelt**, meist ohne es zu merken. Diese Tatsache hat Keith Johnstone, der Begründer des modernen Improvisationstheaters, in seiner Arbeit mit Schauspielern entdeckt.

Status gehört also zu unserer Kommunikation. In ihm spiegelt sich die Beziehung der Gesprächspartner untereinander wider. Es ist wie ein ständig ablaufender Vergleich, ein Messen um die Gunst, um den Respekt, um die Sympathie oder den Wunsch nach Distanz oder Nähe. In allem, was ausgedrückt wird – ob in der Körpersprache, Stimme oder Sprache –, transportiert man neben dem Inhalt das aktuelle Status-Verhältnis zum Gegenüber.

Das Erkennen von Status-Zusammenhängen bildet eine ausgezeichnete Basis, um sich wirkungsvoll anderen gegenüber behaupten zu können.

1.1 Status in unserem Leben

Stellen Sie sich folgende Situation vor:

Es regnet. Sie gehen auf einem ziemlich schmalen Fußgängerweg, als Ihnen eine Person entgegenkommt. Sie kennen sich nicht. Schon aus der Entfernung sehen Sie, dass Sie auf dem Weg nicht aneinander vorbeigehen können, einer muss in den Matsch ausweichen. Wie verhalten Sie sich?

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, zum Beispiel:

Möglichkeit 1: Sie sind fest entschlossen, standhaft zu bleiben und nicht auszuweichen. Warum auch? Soll doch der andere aus dem Weg gehen! Sie gehen also zielstrebig weiter und schauen ernst geradeaus, ohne Ihr Gegenüber zu beachten. Ihr Anblick lässt keinen Zweifel an Ihrer Entschlossenheit aufkommen. Der andere macht bereits einige Meter vorher einen Schritt zur Seite und lässt Sie vorbei, während er selbst sich nasse Füße im Matsch holt.

Status-Vorgänge: Sie nehmen einen höheren Status ein. Das Gegenüber ordnet sich unter und nimmt bereitwillig den tieferen Status an.

Möglichkeit 2: Sie bekommen schon in einiger Entfernung Panik und schauen sich nach einer Möglichkeit zum Ausweichen um. Vielleicht bleiben Sie an einer Stelle stehen, wo es etwas trockener aussieht, und las-

sen verschämt lächelnd, nach unten blickend die andere Person vorbeigehen. Vielleicht drehen Sie sich sogar ängstlich um und überlegen, ob Sie dieser unangenehmen Begegnung komplett aus dem Weg gehen können. **Status-Vorgänge:** Hier nehmen Sie einen tieferen Status ein und der andere nimmt den ihm dadurch zugewiesenen höheren Status an.

Möglichkeit 3: Sowohl Sie als auch die entgegenkommende Person sind der Überzeugung, dass der jeweils andere gefälligst auszuweichen hat. Sie treffen sich und quetschen sich so aneinander vorbei, dass Sie sich sehr nahe kommen. Keiner geht zur Seite, beide machen sich die Füße dreckig. Man schaut sich böse an, lässt spitze Kommentare fallen, warum der andere hätte zur Seite treten sollen, und geht genervt weiter, wenn der „Seiltanz“ vorbei ist.

Status-Vorgänge: Beide beanspruchen für sich selbst einen höheren Status, als sie ihn der entgegenkommen Person zugestehen. Da keiner bereit ist, den eigenen Status zugunsten der anderen Person zu senken, geraten Sie aneinander.

Möglichkeit 4: Beide landen ehrfürchtig in der Pfütze, weil sich niemand behaupten will. Das kann dazu führen, dass Sie sich beschämt fühlen und sich im Nachhinein ärgern.

Status-Vorgänge: In diesem Fall nehmen beide einen tieferen Status zugunsten der anderen Person ein. Kei-

ner ist bereit, den ihr dadurch zugewiesenen höheren Status einzunehmen.

Möglichkeit 5: Sie lassen dem anderen den Vortritt – ganz Gentleman/ganz die Dame –, in Würde und ohne sich selbst dabei herabzusetzen. Dabei schauen Sie die andere Person offen, wertschätzend und interessiert an und lächeln charmant. Beide gehen gut gelaunt weiter ihren Weg.

Status-Vorgänge: Sie handeln selbstbewusst und übernehmen die Initiative. Das spricht für den Hochstatus. Sie lassen das Gegenüber vorbeigehen, was für eine eigene Tieferpositionierung spricht. Andererseits geschieht es würde- und respektvoll, sowohl sich selbst als auch dem Interaktionspartner gegenüber. Es entsteht eine sogenannte Win-win-Konstellation.

Diese simple Situation, die uns so oder ähnlich im Alltag immer wieder begegnet, zeigt bereits die Systematik, die hinter der Palette an möglichem Statusverhalten steckt.

Übung 1:

- Überlegen Sie: Wie verhalten Sie sich üblicherweise in solchen Situationen?
- Welcher der geschilderten Möglichkeiten kommt Ihr eigenes Verhalten und das Verhalten, das Sie in Ihrem Umfeld beobachten, am nächsten?
- Beobachten Sie sich die nächsten Tage einmal intensiv selbst: Wie ordnen Sie Ihr Verhalten beim Zusammentreffen mit anderen ein (oft schwankt der Status, dazu kommen wir noch)?

Ein weiteres Beispiel gibt einen tieferen Einblick in das Thema. Es geht um ein Projektteam. Die Teammitglieder haben den gleichen hierarchischen Rang im Unternehmen und arbeiten an einem bereichsübergreifenden Thema. Wir sind Zeugen einer Projektteam-Besprechung:

Während die meisten Teammitglieder pünktlich da sind, kommt Frau A. 15 Minuten später. Sie begrüßt in aller Ruhe die Anwesenden und lässt sich einen Kaffee servieren, was zu einer Unterbrechung der Besprechung führt. Dann lässt sie sich den bereits erläuterten Stand der Dinge darlegen, äußert zu jedem Punkt ihre Meinung und lässt keine Zweifel aufkommen, dass sie die Entscheidung treffen wird. Als am Ende ein Termin für das nächste Treffen vereinbart wird, macht sie unmissverständlich klar, dass der Termin dann stattfinden wird, wenn sie Zeit hat. Dann verlässt sie den Raum, ohne den Einwänden der anderen Beachtung zu schenken.

Status-Vorgänge: Dass Frau A. für sich selbst einen hohen Status beansprucht und den restlichen Teamkollegen einen deutlich tieferen Status zuweist, ist offensichtlich.

Interessant ist hier darüber hinaus das Verhalten der weiteren Teammitglieder und deren Umgang mit der Situation:

Herr B. wirft Frau A. bewundernde Blicke zu, findet ihre Ideen toll und würde nie auf die Idee kommen, ihr oder

einem anderen im Team zu widersprechen. Er übernimmt auch gern das Schreiben des Protokolls und versorgt alle mit Kaffee.

Status-Vorgänge: Herr B. nimmt gezielt eine Tiefstatus-Position an und „bedient“ Frau A. in ihrem Hochstatus. Er positioniert sich tiefer als alle anderen Teammitglieder.

Frau C. eifert der selbstbewusst wirkenden Frau A. nach. Sobald diese den Raum betritt, spielt sie ihre Freundin und buhlt um ihre Anerkennung. Kaum ist Frau A. jedoch aus dem Raum, äußert sie sich abfällig über sie. Den anderen Teammitgliedern begegnet sie arrogant und von oben herab.

Status-Vorgänge: Frau C. nimmt bewusst einen tieferen Status als Frau A. ein. Durch das „freundschaftliche“ Verhältnis zu ihr will sie jedoch von deren Hochstatus profitieren. Durch ihre Abwertungen im Nachhinein demonstriert sie ihren eigenen höheren Status gegenüber den restlichen Gruppenmitgliedern.

Herr D. wiederum kommt mit der Art von Frau A. gar nicht klar. In ihrer Gegenwart hat er das Gefühl, respektlos von ihr behandelt zu werden. Darüber ärgert er sich und versucht, sich massiv dagegen zu wehren, was zu einer Auseinandersetzung in der Teambesprechung führt. Seine Art wird von den Kollegen als „schnippisch“ und „aggressiv“ bezeichnet; Frau A. beachtet ihn kaum.

Status-Vorgänge: Herr D. ist mit dem ihm von Frau A. zugewiesenen tieferen Status nicht einverstanden. Er fühlt sich der Situation nicht gewachsen, versucht dennoch mit aller Macht, sich einen hohen Status zu erkämpfen, indem er umgekehrt Frau A. den Status streitig zu machen versucht. Doch mit seiner aggressiven Art setzt er sich in seinem Status nur selbst herab, denn er wird so von Frau A. in seinem Bestreben nach Hochstatus nicht ernst genommen.

Diese Situation zeigt, wie komplex die Status-Vorgänge werden, wenn mehrere Personen gleichzeitig miteinander interagieren.

Übung 2:

Finden Sie sich in den beschriebenen Verhaltensweisen wieder? Das Verhalten welcher der Personen kommt Ihrem eigenen am nächsten?

Beobachten Sie Situationen, in denen mehrere Personen beteiligt sind, ob im privaten oder beruflichen Bereich. Können Sie schon erste Unterschiede im Statusverhalten feststellen?

Unsere Kommunikation ist durchzogen von Status. Er ist allgegenwärtig in jeder Situation, wo mindestens zwei Menschen miteinander interagieren. Durch Beobachtung kann man lernen, diese sonst unbewussten Status-Abläufe wahrzunehmen und nachzuvollziehen.

