



VERBORGENE SCHÄTZE DES REPARIERENS

Wir sind zu einer Gesellschaft geworden, die sich (zu) schnell von Dingen trennt, die Mängel und Defekte schwer aushält oder auch oft zu bequem ist, Dinge zu reparieren. Doch genau in diesem Vorgang steckt viel mehr als uns bewusst ist.

Bereits kleine Kinder verspüren den Drang, Dinge auseinander zu nehmen und zu entdecken, was dahintersteckt. So wird ihre Neugierde gestillt und sie beginnen den Gegenstand zu begreifen.

Der Autor Wolfgang Heckl beschreibt viele Vorzüge des Reparierens in seinem Buch „Die Kultur der Reparatur“. Er weist darauf hin, dass wir beim Reparieren etwas in die Hand nehmen, wir müssen versuchen den Gegenstand „lesen“ zu lernen. Dies ist

gleichzeitig eine gute Schulung unserer Kreativität, Konzentrationsfähigkeit und Neugierde. Und haben wir



einmal als Kind gelernt eine Fahrradkette selbst einzuspannen, bleibt uns das ein Leben lang erhalten.

Genau diese Fähigkeiten können in einem Repair Café eingesetzt und weiterentwickelt werden. Vielleicht gelingt es uns so, die Chance zu ergreifen, etwas für uns selbst, für unsere

Mitmenschen und unsere Umwelt zu tun. Entdecken wir die Kultur der Reparatur neu, lernen wir die Wertschätzung für ein Gerät, für seine Komplexität und die Menschen, die es erfunden haben, neu zu denken.

Der Psychoanalytiker und Paartherapeut Wolfgang Schmidbauer überträgt die Kunst des Reparierens sogar auf unsere menschlichen Beziehungen. Da tragfähige Beziehungen Qualitäten benötigen wie Empathie, Verlässlichkeit, Einsicht und auch Geduld, ist es notwendig, Unsicherheit zu ertragen, abzuwarten, nachzudenken, konstruktive Lösung zu suchen.

So haben wir es selbst in der Hand, ob wir bei menschlichen Schwächen und auch bei kaputten Dingen genauer hinschauen oder wir uns von ihnen verabschieden.

MIT DEM HERZEN SPRECHEN: IM STREIT DIE RICHTIGEN WORTE FINDEN

Häufig führen verschiedene Meinungen zu einem Konflikt. Dabei geht es vordergründig nicht um inhaltliche Differenzen, sondern um unsere Art und Weise der Kommunikation. Eine gewaltfreie Kommunikation kann helfen, in schwierigen Situationen die richtigen Worte zu finden.

Es kann schnell passieren, dass sich aus einer harmlosen Situation oder einem kleinen Missverständnis eine heftige Auseinandersetzung entwickelt, die man kaum mehr beilegen kann. Grund dafür ist, dass wir oft nicht angemessen kommunizieren: eine gute Kommunikation umfasst nicht nur den Inhalt, sondern besonders die Art und Weise, wie wir unserem Gegenüber etwas mitteilen. Leider verwenden wir viel zu häufig eine wertende und vorurteilsbehaftete Sprache, ohne dass wir uns dessen überhaupt bewusst sind.

Denn ob gut Durchdachtes oder schnell Dahingesagtes-Worte wirken,

Fordern, drohen, ungefragt Ratschläge erteilen, beleidigen oder mit Worten auf jemanden „einschlagen“,



all dies sind Beispiele für sprachliche Gewalt. Dabei verlassen wir dieselbe Augenhöhe und stellen uns über unser Gegenüber. Häufig führt dies zu Konflikten und Streitereien. Ziel sollte es sein, dass sich unser Gegenüber verstanden fühlt. Das kann ich erreichen, indem ich zunächst ohne Schuldzuweisung und wertfrei den Sachverhalt wiedergebe. Ich kann dem Gegenüber auch mitteilen, welche Gefühle ich selbst in dieser Situation empfinde und welche eigenen Bedürfnisse ich daraus ableiten kann,

also was ich mir wünsche oder was ich brauche. Diese Art zu kommunizieren löst im Regelfall beim Empfänger eine ganz andere Art der Empathie aus und lässt eine effiziente Bearbeitung des Konflikts zu. Das gelingt aber nicht von heute auf morgen, sondern es ist ein ständiger Lernprozess. Denn erst in fortlaufender Selbstreflexion kann ich lernen, die Wahrnehmung zu schulen, Bedürfnisse zu erkennen und die notwendigen Strategien zu erlernen.

