

## **Lob und Anerkennung - Schulsekretärinnen II**

**Reinhard Hollunder, Dipl.-Psych.**

Wir wissen, die Arbeit im Schulsekretariat ist sehr vielseitig, oft sehr turbulent und vor allem sehr menschen- und beziehungsorientiert. Eine gute Beziehungsfähigkeit ist daher in diesem Beruf äußerst hilfreich und auch notwendig.

**Was heißt das?**

Der Anspruch einer guten Beziehung geht von einem inneren Verstehen-Wollen des anderen aus, von der Aufmerksamkeit und Achtsamkeit für das Wertvolle des Miteinanders, für das zusammengehörige Empfinden und für die gegenseitige Wertschätzung. Dass dies von der anderen Seite des Tresens oft nicht in gleicher Weise so entgegen gebracht wird, wird im dritten Beitrag auch Thema sein.

Trotzdem, eine gute Beziehung achtet auf die notwendige Unterstützung und Hilfestellung für das „Tagesgeschäft“ und die Tagesgestaltung, für den inneren und äußeren Dialog miteinander.

Gerade für Frauen bedeutet Beziehung ein Sich-Öffnen füreinander, ein Hineinhören in das Bewegende der/s anderen, ein Aufmerksam-Werden und Aufmerksam-Machen über die Alltagsgeschehnisse hinaus, wie es nicht selten auch in informellen Gesprächen anklingt. Frauen sind in der Regel sehr hellhörig und empfindsam, welche Beziehungsverhältnisse und Beziehungsqualitäten sich auch im Lob und in der Anerkennung ausdrücken.

**Welche Bedeutung kann in ein Lob hineingelegt werden, sowohl vom Lobenden als auch von der Gelobten aus gesehen?**

Eine lobende Anerkennung ohne Hintergedanken, ohne einen bestimmten Zweck damit zu verbinden, drückt ein doppeltes Selbstbewusstsein aus im Sinne der gegenseitigen Gleichwertigkeit.

Im Lob wird eine Wertschätzung „auf Augenhöhe“ ausgedrückt. Dabei werden gleichsam die besonderen Handlungen bzw. das Verhalten der gelobten Person zurückgegeben durch dieses wirkliche Heraus- und Hervorheben.

Ist die Anerkennung jedoch ein Mittel zum Zweck, etwa um die Arbeitsatmosphäre oder die Arbeitsmoral zu verbessern, dann wird die Gleichwertigkeit der Partner aufgehoben. Das Lob bekommt dann ein „G`schmäcke“. Die Belobigte wird nicht in ihrem Selbstwert gestützt, eher festgenagelt im „So-will-ich-Dich-immer-haben“, als eine in seinem Dienst Stehende. Lob verbietet somit eine Instrumentalisierung zu einem bestimmten Zweck, den anderen zum Werkzeug für sich zu machen. Lob ist daher in sich ein feinsinniger Vorgang, weil sich darin das jeweilige Beziehungsverhältnis scheinbar unmerklich, jedoch meist offensichtlich verbirgt. Lob bleibt deshalb weitgehend wirkungslos, wenn ein „Dienstbotenverhältnis“ vorliegt, wenn der eine sich als achtenswerter, um nicht zu sagen, bedeutungsvoller Mensch fühlt und dies auch zum Ausdruck bringt, der/die andere sich als wertvoller Mensch jedoch nicht anerkannt fühlt. Das Lob findet dann keinen Zugang zur Seele oder zum Herzen der/des anderen. Es verpufft wirkungslos oder wird erst gar nicht wirklich zur Kenntnis genommen, eher „runtergecoolt“.

Nehmen wir ein anderes Beispiel: In der Liebe verstehen sich zwei verschiedene Menschen als liebenswerte Wesen. Sich gegenseitig Lob und Wertschätzung zu schenken ist daher eine ganz natürliche Selbstverständlichkeit, weil wir den anderen Menschen wirklich in seinem Wesen für wertvoll halten. Verlieren diese Menschen das Wertvolle in ihrem Wesen, durch den Verlust von Achtsamkeit, Fürsorglichkeit oder einer gewissen Selbstlosigkeit, verlieren sie unweigerlich auch das Wohlwollen, das Anerkennen, letztlich auch eine wertschätzende Beziehung, worauf wir Menschen eigentlich in unserem Miteinander angewiesen sind und uns darauf auch wirklich freuen. Setzt sich eine Beziehungsverminderung fort oder verlieren wir gar eine zugewandte Beziehung, werden wir Lob und Anerkennung meist nicht mehr spontan äußern und auch vermissen. Wir werden, wenn wir einen weiteren Beziehungsverlust vermeiden wollen, Lob und Anerkennung eher gezielt einsetzen, um den anderen „bei Laune“ zu halten oder um unsere Beziehungen wieder zu beflügeln.

Dies bedeutet jedoch eine Instrumentalisierung von Lob. Erkennen wir, dass Lob und Anerkennung nur Mittel zum Zweck sind („Vordermannfunktion“), reagieren wir mit einem faden Beigeschmack. Das Lob verwandelt sich dann in eine gewisse Machtdynamik, es geht die Gleichwertigkeit verloren. Es gibt ein „Oben“ und ein „Unten“. Die Symmetrie der „gleichen Augenhöhe“ geht verloren. Der Wert von eingebrachtem Fleiß, Einsatz oder sozialer Kreativität wird dann eher zur Nebensache. Das spüren wir und macht uns bestenfalls etwas reservierter. Wir ziehen uns dann lieber zurück.

Eine solche Reserviertheit findet bei bestimmten Menschen schon viel früher statt, die mit Lob und Anerkennung schon schlechte Erfahrungen gemacht haben, vielleicht schon in ihrer Kindheit oder überhaupt.

Davon sind besonders Frauen betroffen. Meist sind sie (in ihrer Kindheit?) insbesondere auch gegenüber ihren männlichen Geschwistern zurückgesetzt worden oder die Eltern hielten es überhaupt nicht für nötig, sie in irgendeiner Weise zu loben. Oder Frauen bzw. Mädchen, die früher zu wenig oder eine zu geringe Beachtung erfahren haben oder die vergeblich auf Anerkennung gewartet haben, haben häufig ihren Schmerz und ihre Trauer noch nicht vollständig überwunden. Sie haben resignativen Abschied von Lob und Anerkennung nehmen müssen, weil sie nicht mehr länger auf einen Zug warten wollten, der schon lange abgefahren zu sein schien oder wirklich abgefahren war.

Übrig blieb die vergebliche Hoffnung und Trauer über eine erwartete, aber nicht erhaltene Wertschätzung, die sich eigenartiger und in gewisser Weise in solchen Biografien immer wieder neu ereignen. Das macht auf der einen Seite resignativ, depressiv und führt gelegentlich in ein Sinnlosigkeitsgefühl, „wozu noch anstrengen?“.

Auf der anderen Seite härten solche schmerzhaften Achtlosigkeits-, Zurücksetzungs- oder Herabsetzungs- oder Mißachtungserfahrungen meist nur scheinbar ab. Der Schmerz sitzt oft sehr tief. Er wird zudem häufig nicht als solcher erkannt und anerkannt. Nicht verstanden und nicht geliebt zu werden, hinterlässt einen unmittelbaren Schatten in der Seele. Die damit individuell registrierte Persönlichkeits- und soziale Achtungsempfindung liegt zwischen Unterordnung und Aufopferung. Das macht hart. Man lebt dann von der Gnade des „Siegere“, eher jedoch von der abschätzigen Unmittelbarkeit der „Erniedrigten“.

Wenn solche Erfahrungen im Unbewussten bleiben, leben solche Menschen - und das sind besonders Frauen, weil sie diese Erfahrungen vor allem resignativ oder aufopfernd meist nur gefühlsmäßig erlebt haben - in einem Spannungsfeld weitgehend unreflektierter Ich- und Fremdbestätigung. Anders ausgedrückt, die weitgehend darauf zurückzuführende zu geringe Fähigkeit, sich selbst zu lieben, an sich auch etwas Besonderes zu erkennen und festzuhalten und die Zugehörigkeit zu einer bestehenden Gemeinschaft auch selbstbewusst zu gestalten, liegt häufig in solch erlebten schmerzhaften Verweigerungs- und Ablehnungserfahrungen begründet. Ein angreifbarer zu geringer Selbstwert ist nicht zuletzt die Folge. Die bewusste Übernahme von Eigen- und soziale Verantwortung wurden an die Stelle von Anerkennung und Wertschätzung gesetzt, gleichsam als eine Form der Aufarbeit.

Dass so strukturierte Persönlichkeiten nicht zuletzt auch Hindernisse haben, sich von Herzen auch über ein uneigennütziges Lob zu freuen, liegt auf der Hand. Stattdessen verbinden sich eher Ungläubigkeit, Misstrauen, Dienstbotenmentalität mit dem Erahnen oder Wissen über solch erfahrene Ungerechtigkeiten oder Demütigungen. Sie münden in häufig nicht ausgedrückten Beziehungsvorbehalten oder in große Beziehungszurückhaltung. Misstrauen ist angesagt!

Es könnte aber auch ganz anders sein: verwöhnte und eher sorglose Menschen, die es gewöhnt sind, anerkannt, gemocht und geschätzt zu sein, auch diese Menschen finden am Lob nicht etwas Außerordentliches oder Außergewöhnliches. Eine solche oder ähnliche Wertschätzung gehört für diese Personen einfach (fast) zum Alltäglichen. Auch diese Menschen können das Lob wirklich nicht angemessen wertschätzen.

Was bleibt uns dann mit dem Lob?

- \* Uneigennütziges Lob oder Anerkennung, ebenso wie Zuneigung und Liebe können wir uns nicht erkaufen oder erzwingen. Es ist jedoch außerordentlich wichtig, die Qualität eines Lobes in ihrer Bedeutung wirklich zu erfassen und sie als solche wertzuschätzen.
- \* Da unser aller Bedürftigkeit von Lob und Anerkennung bleibt, gilt es, die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zunächst einmal in ihrer Stärke und nach ihrer Herkunft zu erfassen und ggf. bewusst für sie in vorhandene und zukünftige Beziehungen einzubringen.
- \* Darüber hinaus gilt es, Körper, Geist und Seele in einen Einklang zu bringen, etwa durch Sport, Yoga oder achtsame und spirituelle/meditative Lebensgestaltung. Auch über das eigene positive Körpergefühl gelingt der Identitätsaufbau!
- \* Es ist meist sehr hilfreich, zurückliegende oder verlorene Beziehungen in ihren Auswirkungen ebenso auf die gegenwärtigen Beziehungsqualitäten zu hinterfragen. Wie gelang es, wie gelingt es jetzt (auch), die eigenen Wünsche und Bedürfnisse in eine zufriedene Beziehungsbalance zu integrieren? Wie gehen meine Partner/Innen in unserer Beziehung mit ihnen um und wie gelingt es mir, sie ggf. auch zu ändern oder sie anzupassen.

- \* Es ist notwendig, auf gute Beziehungen auch im Beruf nicht zu verzichten, auch dafür zu arbeiten, z.B. durch eigenen Profilaufbau, durch Initiativen, Zugewandtheit und im Miteinander.
- \* Es ist äußerst hilfreich, ähnliche Situationen (mental und emotional) festzuhalten und ihnen einen erklärenden Namen zu geben: z.B. „Sturm im Anmarsch“ (bei zu erwartenden Attacken); „Schleimer“, jemand, der vor allem seinen Vorteil sucht; der „Unangenehme“, „Unnachgiebige“.
- \* Sich scheinbare oder wirklich wiederholende Situationen bewusst machen und Lösungen dafür vorzubereiten.
- \* Es bedarf großer Geduld, mit sich selbst im Reinen zu sein und dieses immer wieder neu in neue Beziehungsqualitäten zu verwandeln.
- \* Anerkennung und Freiheit sind ein wertvolles spannungsbezogenes Paar, den eigenen gestaltungsaktiven Platz darin zu finden, bleibt unsere immerwährende Aufgabe.

Reinhard Hollunder, Dipl.-Psych.

**Literatur:**

- HALPERN, Howard:           Abschied von den Eltern, 2010  
  Liebe und Abhängigkeit, 2012
- ZSOK, Otto:                    Anerkennung, St. Ottilien 2016

Im 3. und letzten Essay: wie und wo finden Lob und Anerkennung im gruppodynamischen Netz eines Schulsekretariats ihren Platz?