

Wie man Konflikte löst – oder vermeidet

Buchhandlung Schlapp: Die Coaches und Autoren Susanne Beckmann und Ralph Lange gaben neue Denkanstöße und praxisnahe Tipps für Privatleben und Arbeitswelt

Von Gerlinde Scharf

Bensheim. Lorient, der unerreichte Altmeister des feinen Humors, hat mit dem Zeichentrick-Sketch „Das Frühstücksei“ mit dem ihm ganz eigenen scharfen Blick für das Zwischenmenschliche ein Paradebeispiel misslungener Kommunikation aufgezeigt. Für die Coaches, Trainer und Buchautoren Susanne Beckmann und Ralph Lange war die populäre Episode des Humorstücken der perfekte Einstieg in den interaktiven Vortrag zum Thema Konflikte in der Kommunikation mit dem Titel „Let's Talk - Wenn die anderen das Problem sind“. Eingeladen zu dem Abend „mit neuen Denkanstößen und praxisnahen Tipps für das Privatleben und die Arbeitswelt“ hatte die Buchhandlung Schlapp.

Von Anbeginn an war klar, ohne Humor geht nichts. Und dass die emotionale Ebene der Sachlichkeit oftmals ein Schnippchen schlägt und ausschlaggebend für Missverständnisse, langwierige Dispute, verletzte Gefühle, Überforderung und ungerechte oder falsch verstandene Kritik ist, wurde im Laufe der munteren und lebendigen Beteiligung des Publikums an der Problemlösung ebenfalls deutlich.

„Jeder hat eine Chance, aus dem Disput herauszukommen oder ihn gar zu vermeiden, indem er ihn mit seinem eigenen Verhalten ein Ende setzt. Konflikte entstehen, wenn beide weiter machen“, gaben die beiden Unternehmensberater den Besuchern die Zielrichtung vor und



Susanne Beckmann und Ralph Lange hielten in der Buchhandlung Schlapp einen interaktiven Vortrag zum Thema Kommunikation.

BILD: THOMAS ZELINGER

nannten als Grundlage gelungener Kommunikation die Steuerung von Emotionen, Empathie, die innere Haltung, den anderen verstehen (was nicht gleichbedeutend ist mit recht geben) und „als schärfste Waffe“ Humor und Selbstironie. Allerdings sagten sie auch, „ohne Empathie wird Humor gefährlich“ und könne missverstanden werden.

Als „kommunikatives Werkzeug“

und Lösungsansatz, um sich aus dem Konflikt einer gescheiterten Kommunikation mit einhergehenden Vorwürfen, aneinander Vorbeireden, falschen Verdächtigungen und bitteren Dialogen zu befreien sowie als Basis für eine Einigung, empfahlen Beckmann und Lange Übungen wie das „Innehalten, sich in den anderen hineinversetzen, Fragen stellen und zuhören. Jeder

hat einen guten Grund für sein Verhalten“.

Über Emotionen reden, anstatt emotional zu reagieren, Wertschätzung, Komplimente machen „als kürzesten Weg zum Herzen“ – und diese auch annehmen – stärkten die Beziehungsebene. Das berühmte Zitat des österreichischen Neurologen und Psychiaters Viktor Frankl „Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein

Raum“ ebnet nach Überzeugung der Referenten ebenfalls den Weg aus einem Konflikt und lässt die Freiheit, die eigene Reaktion zu wählen.

Noch so ein Satz, den Beckmann und Lang an das Ende des lebhaften Austauschs mit dem Publikum stellten, der nicht neu ist, aber zeigt, wie eine funktionierende Kommunikation gelingen kann. „Veränderung beginnt bei uns selbst.“

Fastnachtliche Spendenübergabe bei der Behindertenhilfe

Auerbach: Bei der Bürgermeister-Fastnachtssitzung in Mörlenbach waren 8.000 Euro zusammengekommen

Bensheim. Ein bisschen – wenn auch ohne Eijo und Helau – klang die zurückliegende Fastnachtsskizzen dieser Tage in den Räumen der Behindertenhilfe Bergstraße (bbh) in Auerbach nochmals an. Da nämlich wurde in großer Runde eine ansehnliche Summe an die bbb übergeben: Geld, das bei der Bergsträßer Bür-

germeister-Fastnachtssitzung 2025 zusammengekommen war. Einnahmen und Spenden summierten sich auf 8.000 Euro. Symbolisch übergeben wurde die Summe vom Mörlenbacher Bürgermeister Erik Kadesch, in dessen Gemeinde die Fastnachtssitzung diesmal veranstaltet wurde, an bbb-Geschäftsführer

Christian Dreiss. Mit dabei waren mehrere Bürgermeister, Spender aus der Wirtschaft und Unterstützer aus Vereinen sowie Helfer, die im Hintergrund die Sitzung möglich gemacht hatten.

Geschäftsführer Dreiss zeigte sich glücklich über die Unterstützung und sprach dabei nicht nur von der

finanziellen Hilfe für die Behindertenhilfe, die im Odenwald, an der Bergstraße und im Ried Einrichtungen betreibt und zahlreichen Menschen Arbeitsplätze und vielen auch Wohnungen gibt. Zudem unterstrich er die Bedeutung, die die bbb-Angebote durch die öffentlichkeitswirksame Veranstaltung der Bürgermeister seit vielen Jahren erfährt.

Dreiss nutzte das Beisammensein, um die Gesichte und die Gegenwart der Behindertenhilfe zu skizzieren und bei einem Rundgang den Gästen die Einrichtung mit ihren Werkstätten in Auerbach zu zeigen. Kadesch sprach gleichermaßen über die Bedeutung der Bürgermeisterfastnacht, auch für das kommunale Miteinander, und die Wichtigkeit der Behindertenhilfe mit ihrem großen Leistungsspektrum und den engagierten Menschen.

Zudem übergab er eine Fackel an Heppenheim's Erste Stadträtin Christine Bender. Hintergrund: Im kommenden Februar wird die Neuaufgabe der Bürgermeisterfastnachtssitzung in der Kreisstadt veranstaltet.

thz

Vortrag zum Thema „Onleihe“

Bensheim. Für Mittwoch, 9. April, lädt die Stadt Bensheim um 14.30 Uhr zur offenen Sprechstunde „Digital im Alter“ in das Mehrgenerationenhaus, Café Klostergarten, Klostergasse 5 a, Bensheim, ein. Im Rahmen der Veranstaltung hält Alexander Weiß, Mitarbeiter der Bensheimer Stadtbibliothek, einen Impulsvortrag zum Thema „Onleihe von Medien“.

Mit einem aktiven Leseausweis lassen sich die umfangreichen digitalen Angebote der Stadtbibliothek Bensheim nutzen. Stöbern, ausleihen, streamen oder herunterladen rund um die Uhr ist immer und überall in der Online-Bibliothek des Onleihe Verbunds Hessen möglich. Eine Anmeldung zum Vortrag am 9. April ist nicht erforderlich.

Wer mehr über das Projekt „Digital im Alter“ erfahren oder als Ehrenamtlicher aktiv mitarbeiten möchte, kann per Mail an senioren@bensheim.de oder Telefon 06251/8699160 mit dem städtischen Team Familie, Jugend, Senioren und Vereine Kontakt aufnehmen. Weitere Unterstützung ist immer willkommen.

ps



Mörlenbachs Bürgermeister Erik Kadesch übergab die Summe an bbb-Geschäftsführer Christian Dreiss (Mitte). BILD: THOMAS ZELINGER

BdV-Ortsgruppe mit vielfältigem Programm

Bund der Vertriebenen: Bei der Hauptversammlung wurde eine positive Bilanz des vergangenen Jahres gezogen

Bensheim. Wenn Vorsitzende Brigitte Sattler zur Mitgliederversammlung des BdV-Ortsverbandes Bensheim einlädt, ist auch der BdV-Kreisvorsitzende Gerhard Kasper ein gerngesehener Gast. Kasper kommt ebenfalls gerne nach Bensheim, denn bei dem Ortsverband handelt es sich um eine der wenigen Gruppierungen des Bundes der Vertriebenen (BdV) mit einem attraktiven Veranstaltungsprogramm, zu dem auch Gäste zahlreich kommen.

So gebe es von ehemals 24 Ortsvereinen im Kreisgebiet gerade noch vier, die überlebt haben. Zu verdanken ist das vor allem Brigitte Sattler, die mit ihren 85 Jahren noch voller Energie ist und die Erinnerung an die einstigen deutschen Ostgebiete und das Bewusstsein für die Geschichte wach halten möchte. Dafür sagte ihr Kreisvorsitzender Kasper herzlichen Dank und verband das mit einem nachträglichen Blumen- und Gratulationsgruß zu ihrem 85. Geburtstag.

Zuvor hatte die Ortsvereinsvorsitzende auf ein reges Veranstaltungsjahr des Ortsverbandes zurückgeblickt. Als Mitglied des BdV-Kreisvorstandes sind Brigitte Sattler und ihr Stellvertreter Kristian Hahn in unterschiedlicher Besetzung auch bei zahlreichen Veranstaltungen des Kreis- und Landesverbandes vertreten oder besuchen die Aktivitäten der Landsmannschaften. Sei es die Landeskulturtagung der Landsmannschaft der Ost- und Westpreußen in Wetzlar oder die verschiedenen Veranstaltungen anlässlich des Tages der Heimat.

Dazu kommen eigene Veranstaltungen des Ortsvereins wie die Europäische Tafelrunde, die sich im vergangenen Jahr anlässlich seines 300. Geburtstages dem Philosophen Immanuel Kant widmete. Zu den besonderen Ereignissen des vergangenen Jahres gehörte auch die auf Einladung des Bundestagsabgeordneten Michael Meister erfolgte Fahrt

nach Berlin. Fester Programmbestandteil ist ebenfalls die alljährlich im November organisierte Busfahrt zur Musical-Aufführung der Musikschule Odenwald nach Erbach.

Authentische Schilderungen aus der Zeit des Ersten Weltkriegs

In der Mitgliederversammlung in der Vettens Mühle in Zell konnte Kassenwart Wolfram Panitz von einer positiven Bilanz berichten, die ein kleines Plus in der Kasse brachte, außerdem wurde mit Pfarrerin i.R. Renate Schmidt nicht nur ein neues Mitglied im Ortsverband begrüßt, sie wurde auch zur Kassenprüferin gewählt. Der offizielle Teil der Mitgliederversammlung schloss mit dem Hinweis auf die im Juni geplante Tagung nach Ellingen in das dortige Ostpreußen-Museum. Es sind noch einige Plätze frei, so dass sich Interessierte bei Brigitte Sattler (Telefon 06251/39303) gerne informieren oder anmelden können.

Verbunden war die Zusammenkunft mit einem Vortrag von Kristian Hahn aus seiner ostpreussischen Familiengeschichte. Mit Text und Bild dokumenten aus dem Familienarchiv der „Heinrich Hahn'schen Familienstiftung“, deren Vorstandsvorsitzender Kristian Hahn ist, entführte er in die Zeit des Ersten Weltkriegs und den Untergang des Kaiserreiches am Beginn der Weimarer Republik.

Aus Briefen seiner Vorfahren verlas Hahn die authentischen Schilderungen aus den ersten Tagen des Ersten Weltkriegs und auch aus der Zeit des Umbruchs mit der Machtübernahme der Arbeiter- und Soldatenräte und der Abdankung des Kaisers.

Eine wichtige Rolle in diesen Zeiten hatte auch sein Verwandter August Hahn inne, der im Ersten Weltkrieg Oberst im Generalkommando war und nach Kriegsende an leitende Stelle in das Versorgungsamt in

Königsberg berufen wurde. Offiziere, die mit der Neuordnung nicht einverstanden waren, konnten abhandelt werden oder mussten die Forderungen der Sozialdemokraten akzeptieren. Die beinhalteten die Aufhebung der Gruppierung, ein freies Versammlungsrecht, die Aufhebung der Kriegsgerichte sowie die Entlassung der Arrestanten, die nicht gerichtlich verurteilt waren. Entlassen wurden aber trotzdem alle und der Mob war auf der Straße.

Bruno Hahn, der jüngste 1885 geborene Sohn seines Urgroßvaters Heinrich Hahn, kämpfte ebenfalls im Ersten Weltkrieg. 1919 stellte er zusammen mit zwei anderen Rittmeistern in Tilsit eine Schwadron von Freiwilligen auf und beteiligte sich an der Niederwerfung der Spartakisten-Bewegung in Königsberg. Nach seiner Abdankung 1920 kehrte er auf das elterliche Gut Lapienen zurück, das er nach dem Tod seines Vaters übernahm.

red

Sperrung Parkdeck Fehlheimer Straße

Bensheim. Wegen notwendiger Baumaßnahmen wird das untere Parkdeck in der Fehlheimer Straße für zwei Tage gesperrt. Die Sperrung beginnt am 8. April und dauert bis zum 9. April an. Während dieser Zeit ist kein Parken auf dem unteren Deck möglich, teilt die Marketing- und Entwicklungsgesellschaft Bensheim (MEGB) mit.

Autofahrer werden gebeten, auf alternative Parkmöglichkeiten auszuweichen. Die Wiederfreigabe des Parkhauses ist für den 9. April im Laufe des Nachmittags geplant.

Die MEGB bittet alle betroffenen Autofahrer um Verständnis für die vorübergehende Einschränkung und bedankt sich für die Kooperation. Für weitere Informationen steht das Parkraummanagement der MEGB zur Verfügung. Kontakt: parken@megb.de

red

Mittlere Reife an der Berufsfachschule

Bensheim. Oft stellt der mittlere Bildungsabschluss eine gute Startposition zur Aufnahme einer beruflichen Ausbildung dar. Diesen Abschluss können Schülerinnen und Schüler mit Hauptschulabschluss bei entsprechenden Notenvoraussetzungen an der Heinrich-Metzendorf-Schule (HMS) in Bensheim innerhalb von zwei Jahren in Vollzeitform erwerben.

Bis 30. April bewerben

Die Berufsfachschule an der HMS bietet den Schülerinnen und Schülern vielfältige Perspektiven durch die berufliche Grundbildung in den Berufsfeldern Elektrotechnik, Metalltechnik, Holztechnik oder Ernährung/Gastronomie. Der Unterricht umfasst allgemeinbildende Fächer und den beruflichen Schwerpunkt.

Kennenlerntage, ein dreiwöchiges Praktikum im ersten Jahr, Exkursionen, mehrere sozialpädagogische Projekte, kleine Klassen uvm. sind neben dem großen praktischen Bezug weitere Merkmale der Berufsfachschule an der HMS.

Bewerbungen können noch bis zum 30. April entweder über die abgebenden Schulen oder auch direkt erfolgen: Heinrich-Metzendorf-Schule, Wilhelmstraße 91 - 93, 64625 Bensheim.

red

Infos: Tel. 06251/84790 oder www.metzendorfschule.de

„Tanztee“ in der Stadtmühle

Bensheim. Am Sonntag (30.) richten die Bensheimer DJs „The Fuzzbuzards“ und „The Gerüst“ erneut ihren „Tanztee“ aus. Los geht es um 16 Uhr in der Stadtmühle. Unter dem Motto „Vinyl von den 50ern bis heute“ dürfen Tanzfreudige sich auf einen abenteuerlichen Mix aus Rock'n'Roll, Sixties, Motown- bzw. Stax-Soul, 70er-Funk und -Disco, Punk- und Indierock und auch moderne Klänge freuen.

Der Tanztee ist seit 2023 ein bewährter Termin im Kulturkalender der Stadtmühle, der in der Regel einmal im Quartal stattfindet. Der Eintritt ist kostenfrei – und es wird immer schon zur Tageszeit getanzt.

red

Aktionstag „Starke Familie“

Bensheim. Für den morgigen Sonntag (30.) lädt die Familienkirche Heilig Geist an der Bergstraße zum Aktionstag „Starke Familie“ ein. Feuer und Flamme sein – unter diesem Motto wird an diesem Tag die Pfarreiengründung in der Kirche Sankt Laurentius nochmal kräftig „nachgefeiert“.

Um 11 Uhr ist Beginn mit einem Familiengottesdienst in der Kirche Sankt Laurentius mit der Musikband Hier und Jetzt.

Gegen 12 Uhr startet das Bringe&Share-Event und bis 14 Uhr können an vielen Mitmach-Stationen mit jeder Menge Spaß und zum Ausprobieren die sieben Geistesgaben entdeckt werden. Klein und Groß sind willkommen.

red