

## Taktische Kommunikation für Frauen am Arbeitsplatz

Muster erkennen – Alternativen erarbeiten  
– Wirkung erzielen



# Unterbrechungen

## Checkliste

v. 1

## 1 Hintergrund

Vor allem im vertikalen Kommunikationssystem (kaum im horizontalen – wäre sehr unhöflich)  
Warum?

- Inhaltlich ist etwas unklar (bei «Vertikalen» eher selten, da etwas zu fragen meist eher die eigene Position des Fragenden schwächt)
- Rangklärung noch nicht abgeschlossen (dann meist protokollarische oder Fragen zu Nebensächlichkeiten)
- Kleine Stichelei – Art Test, wie reagiert sie, wie weit kann ich gehen, wer ist der Stärkere
- In der Fachdiskussion unterlegen – Versuch, die Oberhand zu gewinnen
- ...

## 2 Reaktion

Wichtig, ist, Unterbrechungen nicht zu ignorieren

Wer ignoriert hat aus vertikaler Sicht verloren (eigener Status reduziert, «die muss ich nicht ernst nehmen»)

Wer Unterbrechungen ignoriert, zeigt anderen, dass es ok ist zu unterbrechen (Compliance leidet)

Es gilt zu erkennen, ob die Unterbrechung einmalig ist oder sich darin ein Muster zeigt.

Wie auch immer die eigene Reaktion ausfällt, sie sollte langsam erfolgen (nicht hektisch, nicht in schnellem Sprechtempo oder leise = schwach)

Ein paar mögliche Handlungsoptionen:

### «Ich fahre fort!»

Bei erstmaligen Unterbrechungen kann mit «ich fahre fort» die Unterbrechung zurückgestellt werden. Untersuchungen haben gezeigt, dass Fragen im vertikalen Kommunikationssystem als schwach angesehen werden und den eigenen Status schwächen. Das gilt gemäss der Untersuchung sogar für alles, was auch nur wie eine Frage tönt. Z.B. «Lässt Du mich bitte ausreden?» wird als schwächer wahrgenommen als «Du unterbrichst mich!» oder «ich fahre fort!»

### Rangklärung

Wird eine noch nicht abgeschlossene Rangklärung hinter der Unterbrechung vermutet oder wird die Unterbrechung durch eine ranghöhere Rolle ausgeführt, die sich evtl. fachlich angegriffen fühlt, kann eine Rangklärung manchmal weitere Unterbrechungen unterbinden. Beispiel:

«Sie sind der Abteilungsleiter» [Pause], ich bin die Projektleiterin [Pause], ich führe das aus und wenn ich fertig bin, können wir offene Fragen klären»

### Offensichtliches benennen

Unterbricht eine Person wiederholt (z.B. auch bei jemand anderem), kann es manchmal helfen, dies zu benennen. Dazu wird das Offensichtliche angesprochen. Z.B. «Sie unterbrechen mich zum 3. Mal» - (irgend eine Antwort, ...) – «ich fahre jetzt fort».

Wichtig: keine Interpretationen oder Gefühle à la «es macht mich traurig, wenn sie mich ständig, ... ich fühle mich nicht ernstgenommen...» (verwirrt Vertikale und wirkt auf sie sehr schwach)