

Ist es *okay* ...

... über andere zu reden?

Jeder stimmt natürlich zu, dass es nicht okay ist zu lästern. Es kann verletzen. Und doch: Jeder hat schon mal über andere schlecht geredet. Obwohl wir wissen, wenn diese Person hören würde, wie über sie gesprochen wird, dann wäre sie darüber traurig. Trotzdem machen wir das. Es ist wie eine Droge: Man fängt damit an, weil es andere tun, obwohl man spürt, dass es nicht gut ist. Es schädigt einen, Negatives zu verbreiten. Aber erst mal fühlt man sich dadurch besser, und es ist schwer damit aufzuhören.

Warum gibt es uns ein gutes Gefühl, schlecht übereinander zu reden? Vielleicht aus Unsicherheit: Wenn man nur auf andere schaut, sieht man auch nur noch die „Macken“ von ihnen: Ihre Kleidung, ihre Frisur, ihr Verhalten. So umgeht man die Konfrontation mit eigenen Schwächen. Oder wir lästern, um uns über andere zu stellen und auf sie herabzuschauen. Dadurch bekommen wir das Gefühl, cleverer zu sein:

Wer will nicht als besonders toll gelten? Aber wenn man dann selbst in die Situation kommt, dass über einen schlecht geredet wird, fühlt es sich gar nicht gut an. Nicht nur, dass das Gesagte uns wahrscheinlich verletzt. Ich jedenfalls verstehe nicht, wenn Menschen etwas Negatives sagen, obwohl sie mich gar nicht richtig kennen oder bei einer Situation nicht dabei waren.

Also: Lästern ist ein süßes Gift. Ganz schnell wird es bitter. Viel besser ist es, wenn man mit Menschen offen redet und versucht, sie zu verstehen. Dann erst entsteht die Chance, Gutes zu bemerken und auszustrahlen.

Philine Rieske



Foto: BuH/picture alliance/photothek | Ute Grabowsky