

Andersdenker



Danke schön
Mama, dass Du
den Tisch gedeckt
und gekocht hast!

Bitte schön mein
Schatz, das habe ich
sehr gerne gemacht!



Umgangsformen

Inhaltsangabe

Was hat das Bild mit dem Thema zu tun?	3
Vorwort	3
Was gibt es Neues?	3
Hauptthema: Umgangsformen	4
Was mich bewegte	8
Herr Knigge stellt sich vor	9
Skills mit "L"	11
Stadtschnack 1	12
Projekt Fürsprache und Beschwerde	13
Umgangsformen in verschiedenen Ländern	13
Stadtschnack 2	16
Timis Welt	16
Umgangsformen Damals/Heute	17
Puzzlerätsel	18
Rezept: Blitz-Schinken-Käse-Auflauf	19
Spruch zum Hauptthema	20
Lied: "Knigge 2.0" von Ben Bohnert	20
Praktischer Tipp: Tischunterlage mit Blüten	22
Leserbrief 1	23
Sinnlose Gesetze aus aller Welt	24
Umgangsformen im Internet	26
Puzzlerätsel	28
Rezept: Geschmorte Steaks in Champignonsoße	29
Ergebnis der Umfrage zum Thema Umgangsformen	30
Praxistipps für Restaurants	31
Leserbrief 2	32
Interview mit der Deutsche-Knigge-Gesellschaft e.V.	32
Umfrage zum Thema "Ängste" (Ausgabe 13)	38
Terminkalender	39
Selbsthilfegruppen	40
Bitte beachten	41
Im Falle einer Krise	42
Impressum	44

Was hat das Bild mit dem Thema zu tun?

Wenn man Hilfe von jemandem annimmt, hat man sich zu bedanken! Das gehört sich einfach so!

Vorwort

Erstmal ein frohes Eiersuchen Euch allen! Ich hoffe, Ihr werdet gut fündig!

Heute gibt es das Thema Umgangsformen, welches ein schwieriges Thema. Nicht nur, dass wir arge Probleme hatten ein Lied dazu zu finden, auch sonst ist es kompliziert, da es eine Auslegesache ist. Doch was ist richtig und falsch? Ich hoffe, das Interview mit der Deutsche-Knigge-Gesellschaft kann da weiterhelfen, es ist wirklich interessant!

Viel Spaß beim Lesen und Nachdenken!!

Was gibt es Neues?

Ob Ihr es glaubt oder nicht, es ist mal 3 Monate nichts passiert!!

NA okay, eine kleine Sache hat sich doch geändert! Steffi ist von einer offiziellen Mitarbeiterin zur Redaktion gewechselt und hilft Britta und mir ein wenig! Herzlich willkommen und viel Spaß Steffi!

Deshalb gehe ich auf die nächste Ausgabe ein. Wenn Ihr die Juli-Ausgabe in den Händen haltet, existiert die Zeitung schon 3 Jahre! Deshalb wollen wir auch ein bisschen was verändern. Wenn Ihr Vorschläge habt, was wir mit aufnehmen oder weglassen sollen, lasst es uns wissen, denn immerhin lest Ihr ja die Zeitung! Also hoffen wir auf viel Post von Euch! Jeder Vorschlag wird bei uns diskutiert, versprochen!

Auch möchten wir gerne einmal im Monat unser Büro für Euch öffnen. Schreibt uns bitte bei Interesse sehr gerne an, damit wir uns darauf einstellen können!

Und noch eine Kleinigkeit! Britta feiert in diesem Quartal ihren 25jährigen Hochzeitstag! Und das mit ein und demselben Mann! Respekt Euch beiden, alles Liebe und Gute!

Hauptthema Umgangsformen

„Hallo liebe Leser, ich wünsche Euch einen schönen Tag, wie ist Euer wertenes Befinden?“

So hoffe ich, dass es beim Thema Umgangsformen korrekt ist. Doch was sind Umgangsformen?

Bei meinem Freund dem Duden habe ich dieses Mal nichts gefunden und somit zitiere ich jetzt mal Wikipedia:

“Umgangsformen sind Formen sozialer Interaktionen.

Eine Gesellschaft bewertet bestimmte Verhaltensformen negativ (z. B. als derb, roh, ungehobelt, unhöflich, ungesittet, feige) oder positiv (z. B. als gut erzogen, höflich, kultiviert, edel, tapfer) und unterscheidet „gute“ und „schlechte“ Umgangsformen.“

Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Umgangsformen>

Okay, das klingt doch ganz nett und ich könnte Euch jede Menge über „schlechte“ Umgangsformen berichten, denn da kenne ich mich gut aus!

Ich gebe z.B. niemanden gerne die Hand, frage nicht sofort, wie es jemandem geht und kann wunderbar Leute ignorieren, auch wenn sie neben mir stehen.

Mir wurde z.B. erklärt, dass man jemanden die Hand gibt, um ihm zu signalisieren, dass von mir keine Gefahr ausgeht. Aber woher soll ich das vorher wissen, wenn ich jemanden nicht kenne?

Kann man dann gleich sagen, dass ich schlechte Umgangsformen habe?

Auch wenn mich jemand gleich fragt, wie es mir geht, finde ich es komisch. Ich hatte auf meiner Arbeit die Situation, dass ich zum Dienst kam, es mir sehr schlecht ging (Fieber, Bronchitis) und eine Kollegin von mir kam, sagte Hallo und wie geht es dir. Ich antwortete mit, nicht so gut und als Antwort hörte ich nur, dass es sie freut und sie mir einen schönen Tag wünscht! Na danke, habe ich nur gedacht, sie hat überhaupt nicht zugehört!

Deshalb frage ich jemanden nur nach seinem Befinden, wenn es mich auch wirklich interessiert! Ansonsten käme es mir doch sehr verlogen vor!

Für mich ist es hingegen ein Zeichen absolut schlechter Manieren, wenn man jemanden beim Reden unterbricht. Ich kann dann wirklich stocksauer werden, wenn das häufiger passiert. Wenn es mich zu sehr ärgert, beende ich das Gespräch einfach oder ich werde, nett ausgedrückt, extrem unhöflich. Für andere ist das jedoch völlig normal!

Ich habe vor einiger Zeit ein schönes Zitat in einer Illustrierten gefunden, wo man sich auch mit dem Thema Umgangsformen beschäftigte:

„Zu viele Leute halten ihre Gewohnheiten für Grundregeln der Welt.“
(Verfasser unbekannt)

Ich finde, das drückt es sehr gut aus, denn jeder hat andere Umgangsregeln nach denen er lebt und auf die er Wert legt!

Außerdem habe ich in dieser Zeitung noch die 5 goldenen, neuen Regeln nach dem „neuen“ Knigge gefunden. Im Internet habe ich so viele neue Formen gefunden, dass man damit ein ganzes Buch füllen könnte. Ich denke, jeder geht auch nach seinem Umfeld.

5 goldene Regeln:

* Zu Tisch: Einmal benutztes Besteck darf den Tisch oder das Tischtuch nicht wieder berühren. Nach dem Essen die benutzte Stoffserviette neben den Teller, Papierservietten auf den Teller legen.

* Zu Besuch: Der „Knigge“ sieht unangekündigte Besuche kritisch. Man sollte sich immer mindestens 30 Minuten vorher ankündigen.

* Niesen: wenn eine Person niest, wird das heutzutage ignoriert. Es sollte nicht durch „Gesundheit“ sagen zusätzlich darauf aufmerksam gemacht werden.

* Im Restaurant: Der Mann betritt das Restaurant vor der Frau, denn er prüft die Sicherheitslage.

* Distanz: Laut „Knigge“ sollte man von fremden Menschen – zum Beispiel an der Supermarkts Kasse – aus Höflichkeit mindestens 60 cm Abstand halten.

Die Kunst des lässigen Anstandes, Alexander, Graf von Schönburg – Glauchau. Verlag Pieper

Quelle: Zeitschrift „Neue Post“ Ausgabe 30.9.2018

Mit 4 Regeln könnte ich ja klar kommen, aber die Regel mit dem Restaurant finde ich mehr als merkwürdig!

Ich muss gestehen, wenn ich mit jemanden Essen gehe, er vorausgeht und mir dabei die Tür vor der Nase zuschlägt, weil er die Sicherheitslage prüfen muss, geht das Essen schon gut los, denn ich werde ziemlich sauer werden!

Aber ich versuche es mal etwas zusammen zu fassen: Wenn man bitte und danke sagt, dem anderen Respekt entgegenbringt und auch etwas Toleranz übt, kann eigentlich nicht viel schief gehen!

Und auch mal über etwas hinwegsehen, es geht nicht die Welt unter, nur weil einer mal ein Bäuerchen macht!!

Wie seht Ihr das?

Antje

Wie schon erwähnt, lege ich auf Respekt viel Wert und dass man mich ausreden lässt. Bitte und Danke schadet auch nichts und auch Höflichkeit gegenüber Älteren oder Hilfesuchenden schadet nichts.

Aber sonst stelle ich da eigentlich keine großen Ansprüche und werde eher sehr nervös, wenn jemand viel Wert auf Etikette legt.

Britta

Mir wurde als Kind schon beigebracht, dass die beiden Wörter Bitte und Danke so schnell ausgesprochen sind und dass es sich einfach gehört, sie zu sagen! Das Gleiche habe ich auch an meine Kinder weiter gegeben, weil ich es sehr wichtig finde! Kinder machen das nach, was sie bei uns Erwachsenen sehen. Gute Umgangsformen der Eltern sind die beste Voraussetzung, um Höflichkeit und Respekt zu vermitteln.

Für mich gehören Pünktlichkeit, Höflichkeit und gegenseitiger Respekt einfach zum vernünftigen Miteinander dazu! Wenn aber jemand meint, mich verbal angreifen zu müssen, bleibe auch ich nicht mehr höflich, weil diese Person in diesem Augenblick einfach keine Höflichkeit und keinen Respekt verdient!

Genauso wie Antje hasse ich es wahnsinnig, wenn mir jemand ins Wort fällt und mich so beim Reden unterbricht! Da kann ich richtig fuchsig werden!

Susanne

Jeder meint, dass Umgangsformen zum täglichen Alltag gehören. Da frage ich mich: was sind eigentlich Umgangsformen. Reicht es, wenn man höflich guten Tag sagt, einem die Tür aufgehalten wird oder man immer freundlich ist. Ich denke, dass es darauf ankommt wo man lebt, wie man lebt und was man selbst für Vorstellungen von Umgangsformen hat. Meiner Meinung nach sollte man respektvoll und höflich miteinander umgehen, dann ergeben sich Umgangsformen von ganz allein. Ich finde es selbstverständlich, dass man guten Tag, bitte und danke sagt und rücksichtsvoll Anderen gegenüber benimmt.

Steffi

Gutes Benehmen wird uns nicht angeboren. Wir lernen es im Laufe unserer Kindheit und Jugendzeit – hoffentlich. Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr; dieser bestimmt vielen bekannte Satz trifft nur teilweise zu. Auch in späteren Jahren kann, ja muss man sogar lernen, denn, nur der Höfliche hat auf Dauer Erfolg. Das mag in unserer Ellenbogengesellschaft seltsam klingen, aber es stimmt. Wem schlägt Ihr eher einen Gefallen ab, dem der höflich fragt oder dem der brüllend fordert?

Wir Älteren haben zum Teil unsere Umgangsformen noch mit der Muttermilch aufgesogen.

„Das macht man nicht!“

„Das sagt man nicht!“

„Du kannst die Dame doch nicht einfach duzen!“

oder der Klassiker „Was sagt man, wenn man etwas bekommt?“

Und wer behauptet eigentlich immer, die Jugend von heute hätte keine Umgangsformen mehr? Auch ältere Semester können sich sehr fleghaft verhalten, wenn sie wollen. Ich sage nur Omi/Opi, Rollator, Bus. Wenn man da nicht rechtzeitig an die Seite springt...

Meine Mutter dagegen erlebt es immer mal wieder im Bus, dass ihr ein Sitzplatz angeboten wird. Ob sie denn wirklich schon so alt aussehe, fragt sie mich dann.

Aber wisst Ihr, was auch zu guten Umgangsformen zählt? Um Hilfe zu bitten. Habt den Mut, um Hilfe zu bitten, wenn Ihr sie benötigt. Und vergesst niemals das DANKE am Schluss.

Kerstin Lena

Ich habe früher als Kind gelernt, dass man älteren Menschen oder benachteiligten Menschen (mit Behinderung oder kleinen Kinder) hilft, in den Bus zu kommen oder einen Sitzplatz frei macht.

Heutzutage wirst du von der Jugend nur dumm angeguckt und angepöbelt. Klar gibt es auch Jugendliche, die es durch ihre Erziehung gelernt haben. Dafür bin ich auch dankbar.

Beim Sanitätsdienst ist man nicht auf psychisch Beeinträchtigte geschult was auch sehr schade ist. Man verhält sich wie bei Menschen ohne Beeinträchtigung, Blutdruck messen und Puls messen.

Dabei ist es wichtig auf die Menschen einzugehen, einfühlsam sein, ruhig und gelassen drauf eingehen. Manche Personen haben einen Krisenpass mit sich. Was sie dabei haben sollten, damit die Sanitäter Bescheid wissen, wie sie mit denen umgehen sollen.

Christine

Ich bin der Meinung, dass gute Umgangsformen sehr wichtig sind. Sei es auf der Arbeit, Zuhause oder in der Schule, aber auch im Internet. Aus diesem Grund sollte man mit anderen so umgehen, wie man selber behandelt werden möchte!

Was mich bewegt

Im Moment bewegt mich gerade so vieles. Als wir in der letzten Ausgabe über Freundschaft geschrieben haben, musste ich mich kurz darauf von meiner besten Freundin verabschieden, die plötzlich viel zu jung und vollkommen unerwartet gestorben ist. Ich verstehe dies bis heute nicht und vermisse sie total.

Ich danke Dir für deine Freundschaft. RIP

--- --- --- ---

Die junge Ehefrau kommt zu ihrer Mutter: "Er hat gesagt, ich soll mich zum Teufel scheren." Da entfährt es der Mutter: "Und da kommst du ausgerechnet zu mir?"

--- --- --- ---

Herr Knigge stellt sich vor

Verehrte Leser,

wenn ich mich kurz vorstellen dürfte, meine Name ist Adolph Franz Ludwig Freiherr von Knigge.

Aber bitte, nennen Sie mich nur Adolph Knigge.

Was sind schon Namen und Titel.

Ich selbst habe mich zu Zeiten

nach der frz. Revolution von dem Zusatz „von“ getrennt.

Ich wurde gebeten, Ihnen etwas aus meinem Leben zu erzählen.

Geboren wurde ich im Jahre des Herrn 1752 auf Schloss

Bredenbeck bei Hannover. Ich war der Spross der uradligen niedersächsischen, aber dummerweise verarmten Adelsfamilie Knigge.

Selbstverständlich wurde ich standesgemäß erzogen. Meine Mutter starb, als ich zehn war. Drei Jahre danach folgte ihr mein Vater und ich erbe...

...eine Riesensumme an Schulden. Unser Familiensitz wurde unter Zwangsverwaltung genommen und ich erhielt eine kleine jährliche Rente. Ich bekam einen Vormund und wurde nach Hannover geschickt. Dort erhielt ich Privatunterricht, sodass ich in der Lage war, Jura und Kameralistik zu studieren.

Ach so, Sie kennen Kameralistik gar nicht. Stellen Sie es sich einfach als einen Teil der öffentlichen Verwaltung vor. Ist ja auch nicht so wichtig.

Bald darauf begann dann meine Karriere. Ich diente Landgrafen und Herzögen, meist aber nie sehr lange. Das Leben als Höfling war mir zuwider. Ich war schließlich immer ein Freigeist, was sollte ich bei diesen Hofschranzen mit ihrem Getue. Aber ich beobachtete – und ich schrieb. Ich sah mich immer lieber als Schriftsteller und Aufklä-



rer. Die Französische Revolution, die Abschaffung des Adels, all das trug dazu bei, das „von“ in meinem Geburtsnamen zu löschen. Der Adel ist ein Überfluss. Leider hat er hierzulande noch bis in das 20. Jahrhundert überlebt.

Sie werden verstehen, dass ich Ihnen keine Auskunft über meine Tätigkeiten in verschiedenen Logen und Orden geben werde. Ja, ich war Mitglied im mittlerweile bekannten Illuminatenorden, bin aber kurz vor seiner Auflösung ausgeschlossen worden. Ich hatte schon immer ein Talent dafür, überall anzuecken. Sogar die Obrigkeit war hinter mir her. Hielten die mich doch glatt für einen Jakobiner oder einen Demokraten (...lacht).

Wo war ich stehengeblieben...ach ja...mein Buch *über den Umgang mit Menschen*. Haben Sie das schon einmal gelesen? Ach...noch nicht...naja, gut.

Ich hatte Ihnen ja bereits berichtet, dass ich mich gerne unter Leute mancher Art und Stände mischte und sie unauffällig beobachtete. Ich wollte darüber schreiben, wie der Bürger effektiv handeln kann, ohne moralisch verwerflich zu sein. Es sollte ein Leitfaden sein, ein philosophischer Leitfaden für den unmittelbaren gesellschaftlichen Lebensalltag. Er erschien dann auch 1788. Ja, so sollte das sein. Dann kam da irgend so ein Pfarrer, fügte ein Kapitel dazu und machte aus meiner Aufklärungsschrift einen Benimmratgeber. Pfui... Die haben mich völlig missverstanden. Was interessiert es mich, aus welchem Glas ich welchen Wein trinke und ob dieses Glas links oder rechts steht. Und mein Name muss nun für Anstandsregeln herhalten, an die ich mich sowieso nie gehalten habe. Dabei schrieb ich einfach nur meine Empfehlungen nieder, wie sich jeder im Umgang mit schwierigen Leuten verhalten könnte, z.B. im Umgang mit Ärzten, Jähzornigen, Schurken, vor allem aber mit sich selbst. Ja, denn das ist das wichtigste Kapitel im Buch. Gutes Benehmen beginnt immer bei sich selbst. Wie soll ich denn erwarten können, dass mich andere respektieren, wenn ich mich selbst nicht achte. Achten Sie auf sich, verehrte Leser, pflegen Sie sich, entwickeln Sie eine entspannte Lebenshaltung und nehmen Sie sich selbst nicht zu wichtig. Gutes Benehmen sollte keine Grenzen kennen.

Das wollte ich nur mal loswerden. Leider muss ich mich jetzt wieder von Ihnen verabschieden. Ich hoffe, ich konnte Ihnen einen kleinen Einblick in mein Leben verschaffen.

Und verbleibe
herzlichst
Ihr Adolph Freyherr Knigge

P.S. Wenn Sie mich mal besuchen möchten, Sie finden mich im
Bremer Dom.

Skills mit L

* Lutschen, Lollys

Das ist eigentlich ganz einfach! Ihr nehmt einen Lutscher oder
Bonbon in den Mund und knackt es nicht kaputt, sondern lutscht
es mit voller Andacht. Beobachtet Euch dabei!

* Laufen

Ob ihr joggt, rennt, Sprints einlegt oder für einen Marathon
trainiert ist eigentlich egal, Hauptsache laufen! Also Musik in die
Ohren, Trinken nicht vergessen und los geht's!

* Lachen

Fürs Lachen braucht man nur ein paar Muskeln, fürs ärgerlich
schauen deutlich mehr! Also guckt Euch einfach im Spiegel an
und versucht mal, die Mundwinkel nach oben zu ziehen! Das ist
gar nicht so schwierig, grins!

* Lustige Gesichter

Hierfür braucht Ihr einen Partner! Ihr setzt Euch gegenüber
und wer lacht, hat verloren! Dafür verzieht Ihr Euer Gesicht zu
den seltsamsten Fratzen. Vereinbart vorher, ob ein leichtes
Mundwinkelziehen schon ein Lachen ist oder ab wann man verlo-
ren hat!

So, nächstes Mal ist das **M** dran, bitte helft mir!!

--- --- --- ---
Guck mal ein Alien auf einem UFO." "Alter, nimm sofort meinen Hamster von dem Frisbee!"
--- --- --- ---

Stadtschnack 1

Kennt ihr das auch? Ihr müsst wegen irgendwelcher Papiere oder Unterlagen zum Amt und schon wird Euch komisch in der Magen-gegend!

Ich packe alles an Papieren ein, die sie gebrauchen können, gehe mit einem mulmigen Gefühl dahin, ziehe mir eine Marke und dann geht es los! Meine Nummer ist ständig so weit entfernt, dass ich überlege, ob ich noch einmal weg gehe, aber ich bleibe dann doch lieber, falls irgendwelche Personen ausfallen. Natürlich fällt in dem Moment niemand aus und ich sitze dann gerne mal 2 Stunden im Warteraum.

Aber dann: Die Nummer vor mir ist dran und ich kontrolliere nochmal schnell, ob ich auch alles dabei habe, müsste ja gleich losgehen! Aber Irrtum, diese Nummer zieht sich wie Kaugummi!!! Ich durfte auch schon einmal erleben, wie danach die Mittagspause eingeläutet wurde und es erst nach 2 Stunden weiter ging! Allerdings wurde meine Nummer auch schon mal übersprungen und als ich empört dann da hin ging, um mich zu melden, wurde ich angefahren, dass ich mich rechtzeitig melden sollte, nämlich wenn meine Nummer aufgerufen wird!

Wenn ich dann tatsächlich den Glücksfall erlebe und direkt beim Sachbearbeiter bin, sitze ich dann schweigend vor ihm, während er meine Papiere durchblättert, um dann fest zu stellen, dass irgendetwas fehlt! Ich könnte dann regelmäßig ausrasten!! Woher soll man wissen, was man alles mitbringen muss? Also geht es wieder nach Hause, die Formulare werden rausgesucht und ein nächster Versuch wird gestartet!

Mittlerweile ist es schon etwas besser geworden, denn sie lassen einen auf ihrem Anschreiben wissen, welche Papiere sie alle brauchen. Aber mit diesem „Amtsdeutsch“ kann ich immer noch nichts anfangen!

Habt Ihr auch Erfahrungen damit gemacht?

--- --- --- ---

“Weshalb tragen sie einen Kopfverband?” fragt der Lehrling den Gärtnermeister. “Mich hat eine Mücke gestochen. “Und deshalb verbinden sie sich gleich den ganzen Kopf?”
“Meine Frau hat sie mit dem Spaten erschlagen!”

--- --- --- ---

Projekt Fürsprache und Beschwerde

Das bis Ende 2019 laufende Projekt gibt Euch die Chance, die Psychiatrie-Angebote zu verbessern, indem Ihr Eure Erfahrungen anderen mitteilt! Es kann sich nur etwas verändern, wenn alle offen darüber sprechen.

- * Gibt es positives oder negatives mit Erlebtem in der Psychiatrie, mit Ämtern, Ärzten, Pflegern, Institutionen, Wohngemeinschaften oder Selbsthilfegruppen?
- * Wird Hilfe oder Abhilfe von Euch gewünscht?

Wir versuchen, zu vermitteln und kümmern uns!

Telefonisch sind wir für Euch unter folgender Telefonnummer erreichbar:

0173 - 687 14 80

Sprecht bitte auf die Mail-Box und wir melden uns dann schnellstmöglich bei Euch!

Persönlich könnt Ihr Euch **freitags von 18-19 Uhr** im Nachtcafé (Boje) an uns wenden.

Am **letzten Mittwoch im Monat von 17.30-19.15 Uhr** könnt Ihr uns auch gerne beim Dialog im Haus der seelischen Gesundheit ansprechen!

Gabriele

Umgangsformen in verschiedenen Ländern

“Andere Länder, andere Sitten“, das stimmt tatsächlich!

Gutes Benehmen lässt sich nicht nach Bedarf abrufen. Stil hat man oder nicht. Gute Manieren sind allerdings erlernbar!

Deutschland

Wer zu einer Runde dazu kommt oder den anderen zuerst sieht, der begrüßt grundsätzlich als Erster!

“Wer hält die Tür auf“ oder “Wer hilft wem in den Mantel“? Bei diesen Fragen gilt heute: Er kann helfen, sie aber auch. Falsch wäre nur, solche Gesten barsch abzulehnen!

Höfliche Menschen sind pünktlich!

England

Immer und überall gilt in Großbritannien: Höfliche Umgangsformen stehen an erster Stelle. Die Briten sind sehr zuvorkommend gegenüber ihren Mitmenschen und erwarten dies auch im Gegenzug von ihrem Gegenüber. Bei jeder Frage oder Bitte sollte daher auch das Wort “Please” enthalten sein sowie als Reaktion das Wort „Thank you“. In der Regel gilt es als sehr unhöflich, jemanden im Satz zu unterbrechen. Falls dies unvermeidbar ist, sollte man sich sofort entschuldigen.

Frankreich

Der Handkuss ist schon lange aus der Mode! Wer eine Frau besser kennt, begrüßt sie mit je einem angedeuteten Kuss links und rechts auf die Wange. Aber nie beim Erstkontakt!

Fehler sollte man ruhig mal zugeben, das gilt hier als Tugend. Es ist wichtig, diplomatisch zu bleiben und das Gesicht des anderen zu wahren. Offener Streit wird vermieden!

Einladungen sollten nie abgelehnt werden. Bei Zeitmangel kann man aber auf ein Bistro ausweichen. Am Tisch zahlt immer nur einer für alle, getrennte Rechnungen gibt es nicht in Frankreich!

Zeit ist hier in Frankreich ein dehnbare Begriff, deshalb beginnen Veranstaltungen selten pünktlich.

Lateinamerika

Hier ist die Anrede mit dem Vornamen geläufig. Üblicherweise gibt man sich die Hand und klopft sich dabei auf die Schulter.

Bei Privatpartys sollte man nur pünktlich sein, wenn der Gastgeber dazu ausdrücklich auffordert! Bis zu einer Stunde Verspätung wird erwartet!!

Wer spüren lässt, dass er sich für etwas Besseres hält, hat verloren. Gegenseitiger Respekt ist oft wichtiger als Ehrlichkeit

Am Tag wird öfter geduscht und die Kleidung gewechselt, weil Schweißgeruch ein absolutes Tabu ist.

Bei einem Streit darf man nicht laut werden, damit der andere die Chance hat, sein Gesicht zu wahren. Schwächen im sozialen Umgang werden in Südamerika kaum verziehen!

Russland

Wer zum Abendessen einlädt, darf nicht knausern! Hierbei werden Freundschaften vertieft!

In Russland ist es ein Sympathiebeweis, wenn man während eines Gespräches sein Gegenüber am Arm berührt oder auf die Schulter klopft. Je besser man sich kennt, desto freundlicher wird der Ton.

Kleine Hilfestellungen fördern das Vertrauen und werden erwartet. Ein Russe versteht es nicht, wenn Sie ihm die Bitte abschlagen, beim Visumantrag zu helfen oder sich in Deutschland über Ausbildungschancen für seine Kinder zu erkundigen. Umgekehrt werden Gefälligkeiten nicht vergessen.

Zugeständnisse sollten Sie nur mit Gegenleistungen machen. Begründen Sie Ihr Einlenken mit persönlicher Sympathie und dem Interesse an einer langfristigen Beziehung. Wer zu schnell Kompromisse eingeht, wirkt schwach – und wird nicht geschätzt.

Deutsche stehen im Ruf, pünktlich, verlässlich und diszipliniert zu sein. Das ist ein Bonus, der genutzt werden sollte. Wer hingegen die Erwartungen enttäuscht, verliert enorm an Sympathie.

Wer etwas erreichen will, sollte Russisch sprechen, zumindest aber einen Dolmetscher haben. Viele Russen halten es so wie die Amerikaner: unsere Sprache oder keine.

Japan

Umarmen, Schulterklopfen, Händeschütteln sind außer bei Trinkgelagen unüblich. Man hält Distanz. Wer in diese Distanzzonen eindringt, löst tiefes Unbehagen aus. Präsente werden mit der Formel „Es ist zwar wertlos, nehmen Sie es aber bitte trotzdem an!“ überreicht. Der Beschenkte legt das Mitbringsel ungeöffnet beiseite – alles andere zeugt von Habgier.

Streiten Sie nie! Japaner lehnen offene Konflikte ab. Unterdrücken Sie persönliche Gefühle; unfein ist, sie auszusprechen oder sie sich anmerken zu lassen. Die Einladung in eine Karaoke-Bar darf man nicht absagen. Punkte sammelt, wer deutsche Volkslieder trällern kann. Wem das zu peinlich ist, sollte eine Ersatzshow bieten: Trommeln oder Zungenbrecher vom Typ „Fischers Fritze“.

Wenn Sie nicht wollen, dass Japaner bezahlen, müssen Sie das dem Kellner sagen, sonst geht die Rechnung an den Einheimischen. Der würde sie nie weiterreichen, auch nicht öffentlich prüfen. Es ist unfein, sich mit Gelddingen zu befassen.

Quelle: <https://www.wiwo.de/erfolg/knigge-die-wichtigsten-benimm-regeln-fuer-13-laender/5494642.html>

Stadtschnack 2

Ich freue mich schon auf Ostern! Oder besser gesagt, auf die Woche vor Ostern! Ich würde mich dann zu gerne mit einer Kanne Kaf-

fee und einem bequemen Stuhl in ein Kaufhaus setzen und die Leute beobachten!

Vor jedem Feiertag müssen viele denken, dass es nach den Feiertagen nichts mehr zu kaufen gibt! Anstatt sich den Einkauf vorher etwas aufzuteilen, rennen viele los und es wird wagenweise Sachen eingepackt, einfach unglaublich!! Und wie alle im Stress sind!! Anstatt sich die Tiefkühlsachen, Dosen usw. schon einen Monat vorher zu holen und kurz vor dem Feiertag nur eben Obst, Gemüse und frische Sachen holen müsste, nein, es wird wirklich alles geholt! Und dann steht man an der Kasse, hat nur ein paar Teile und diese Leute wollen dann auch noch vor gelassen werden! Und wie frech die dann teilweise werden, wenn man nein sagt! Sie wären im Stress, hätten noch so viel zu tun usw., einfach unglaublich!

Ich muss jedoch auch gestehen, dass ich solche Leute gerne ärgere, indem ich mir extrem viel Zeit lasse, sie nicht vorlasse und mich auch liebend gern etwas in den Weg stelle.

Wann geht Ihr einkaufen? Gehört Ihr auch zu denen, die alles einen Tag vorher besorgen?

Timis Welt

Hallo Freunde des neuen Jahres, wie sieht es bei Euch aus?

Das kann auch nur meinen Kollegen hier passieren, sich über das Thema Umgangsformen zu unterhalten! Bei uns ist das überhaupt kein Thema, das versteht sich doch alles wohl von selbst! Beispiel gefällig?

Ich gehe mit meinem Frauchen eine Straße entlang. Dann rieche ich doch einen anderen Hund. Also stellen wir uns beide hin, heben die Schnauze, wedeln mit dem Schwanz und signalisieren dem anderen damit, dass wir ihn gerne kennen lernen möchten und freundlich gesinnt sind!

Dann gehen wir aufeinander zu, schnüffeln aneinander, um uns besser kennen zu lernen und dann spielen wir gemeinsam, so einfach geht das!

Und wenn man schlecht drauf ist oder keine Lust hat zu spielen, wird halt nicht mit dem Schwanz gewedelt und leicht geknurr, dann weiß der andere, dass er nicht kommen sollte. Das ist doch dann nett, oder?

Viel schwieriger gestaltet sich das aber mit Menschen! Mein Frauchen hat z.B. nicht so den richtigen Überblick beim Thema Umgangsformen.

Sie ist in der Küche und macht sich ein Brot. Also setze ich mich lächelnd neben sie, wedele mit dem Schwanz, halte meine „Sitz“ - Position, was würdet Ihr dann machen? Richtig, die Wurst mit mir teilen!!

Warum wisst Ihr denn sowas, nur mein Frauchen nicht? Denn bei ihr kann ich froh sein, wenn sie nur „Nein, Timi, hör auf“ sagt! Völlig übertrieben finde ich dann auch, wenn sie mich wegschiebt oder lauter wird! Geht es noch? Ich bin doch nicht irgendein Hanswurst, den sie so behandeln kann!

Und ein nettes: „Timi, darf ich dich auf die Couch bitten“ habe ich auch noch nie gehört! Vielleicht melde ich sie mal bei einem Knigge Kurs an, damit sie mich besser behandelt!

Auch hier auf der Arbeit! Ich muss mich hier in die Ecke auf den kalten Boden legen, meine Arbeitskollegen sitzen auf bequemen Stühlen, haben immer ein Getränk vor sich usw. und eine Tür wird mir auch selten aufgehalten!

Und, da gleichen sie meinem Frauchen, die Worte „Bitte“ und „Danke“ sind nicht im Wortschatz enthalten, jedenfalls bei mir nicht!

Wie gut würden mal Sachen wie „Timi, bitte geh mit mir raus“ oder „Timi, möchtest du ein Stück Wurst haben“ in meinen Ohren klingen!

Vielleicht passiert das ja noch mal, ich habe zwar die Hoffnung fast aufgegeben, aber vielleicht passiert ja noch ein Wunder!

Danke, dass Ihr meine Worte gelesen habt, steht mal auf, wenn jemand anderes den Stuhl nötiger braucht als Ihr und Bitte und Danke tut nicht weh.

Ich danke Euch für alles, bis zum nächsten Mal!!

Euer Timi

Umgangsformen Damals/Heute

Mit dem neuen Thema Umgangsformen früher / heute habe ich mich schon sehr oft beschäftigt. Früher gab es noch sowas wie Nachbarschaftshilfe, heute wohnt man für sich, man ist anonym, was sehr sehr schade ist, denn wenn man alleine ist (Single) freut man sich wenn man ein Nachbar als Gesprächspartner hat, oder jemand hat der mit jemanden Kaffee trinkt, was zusammen unternimmt, ins Kino oder Theater und und und.

Unter die Arme greifen bei bestimmten Situationen wie z. B mit Lebensmittel aus-helfen oder bei Garten arbeiten helfen, oder man hilft im Haushalt. Wenn der Nachbar krank ist kann man sich unterstützen in dem man für die Person mit ein-kauf.

--- --- --- ---

Schon nach wenigen Wochen hat das frisch verheiratete Paar den ersten großen Streit. Sie ruft weinend ihrer Mutter an: "Wir hatten heute unseren ersten Krach." "Das passiert in jeder guten Ehe." "Vielleicht. Aber was machen die anderen Frauen denn dann immer mit der Leiche?"

--- --- --- ---

Puzzlerätsel

Bali, Fuerteventura, Groenland, Irland, Island, Jamaika, Java, Kreta, Kuba, Madagaskar, Mallorca, Mauritius, Neufundland, Sardinien, Sri Lanka, Sumatra, Tahiti, Teneriffa, Zypern

B	A	L	I	E	R	J	K	M	Z	S	Y	W	X	R	G	T	S	L	O	
F	R	A	O	I	S	L	A	N	D	N	A	L	N	E	O	R	G	P	P	
Q	A	W	E	D	A	Q	C	Y	X	V	X	N	Z	U	M	K	L	G	T	
Q	K	L	O	I	I	K	R	E	T	A	E	E	A	X	F	D	G	L	K	
Y	H	J	Z	U	I	B	N	M	T	R	Z	H	F	D	S	A	S	L	O	
W	E	R	F	D	S	A	F	H	J	N	G	Z	T	U	I	O	A	P	L	
S	F	Q	F	H	T	T	H	Z	K	I	Z	R	J	N	V	C	R	S	S	
V	G	U	R	T	A	E	S	K	O	R	I	U	I	P	P	L	D	U	D	
W	Q	G	E	Y	H	Y	C	X	T	L	Z	E	D	J	K	I	I	Q	F	
F	G	S	D	R	I	K	L	U	G	A	D	G	H	N	V	C	N	B	N	
N	M	M	M	G	T	F	F	E	R	N	A	S	C	X	F	Y	I	Y	N	
J	K	L	L	J	I	E	T	U	Z	D	W	G	M	K	M	L	E	U	Z	
Z	U	J	R	E	W	E	V	U	J	I	H	S	A	D	X	V	N	N	M	
L	A	K	U	T	D	T	T	E	H	F	V	U	B	B	J	L	P	O	K	
D	S	A	Q	E	H	J	U	F	N	E	J	M	M	V	Y	Y	E	V	Q	
N	K	J	D	F	R	Z	Q	W	L	T	Z	A	A	R	T	T	K	L	R	
S	R	I	L	A	N	K	A	W	Q	A	G	U	T	H	T	T	E	Q	R	E
G	F	J	K	L	U	I	L	W	S	C	G	R	N	M	H	N	G	F	R	
W	Y	V	C	X	Y	B	N	G	H	T	Z	A	A	Q	E	E	R	R	G	
L	P	I	Z	H	F	R	E	R	E	R	T	Q	W	X	Y	R	A	S	R	
J	K	O	W	S	E	Q	F	H	T	R	E	V	V	B	B	I	N	M	A	
Q	Y	C	Y	P	C	B	G	M	A	L	L	O	R	C	A	F	Z	T	K	
K	A	D	Y	A	S	D	V	B	H	F	Z	T	R	E	W	F	O	I	S	
U	R	Z	J	A	M	A	I	K	A	R	R	Q	F	G	H	A	J	Z	A	
B	G	B	N	M	K	J	H	G	F	R	T	Z	U	H	Z	H	K	U	G	
A	Y	X	A	S	X	Y	C	F	T	T	E	Q	D	W	F	B	N	N	A	
V	M	K	L	I	Z	U	H	G	N	E	U	F	U	N	D	L	A	N	D	
A	V	Y	X	A	S	W	Q	R	T	Z	U	I	O	P	M	H	G	F	A	
J	A	D	F	G	S	U	I	T	I	R	U	A	M	Q	Q	W	W	E	M	

--- --- --- ---

Ein Bauer stöhnt abends am Stammtisch: "Ich bin ruiniert. Bevor ich zur Kur fuhr, sagte ich zu meinem Knecht, er solle die eine Hälfte der Kartoffeln auf den Markt bringen, und die andere Hälfte einlagern." "Na und?" "Der Idiot hat sie alle durchgeschnitten!"

--- --- --- ---

Blitz-Schinken-Käse-Auflauf

Zutaten

1 Baguette
4 Scheiben gekochter Schinken
4 Scheiben Bergkäse
2 Tomaten
1 Knoblauchzehe
250 g Crème Fraîche
250 g Schlagsahne
Salz, Pfeffer

Zubereitung

Backofen vorheizen (E-Herd: 225 °C/Umluft: 200 °C).
Baguette waagerecht halbieren, dann jede Seite in 4 Stücke schneiden.
Schinken- und Käsescheiben halbieren.
Tomaten waschen, in je 4 Scheiben schneiden.

Knoblauch schälen, fein hacken. Crème fraîche, die Hälfte Sahne und Knoblauch verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Jeweils 2 Stücke Baguette in eine kleine Auflaufform legen. Mit Rest Sahne beträufeln. Schinken, Käse und Tomaten darauf verteilen. Sahne Mix darüber gießen und im heißen Ofen ca. 10 Minuten backen.

<https://www.lecker.de/blitz-schinken-kaese-auflauf-37938.html>

Spruch zum Hauptthema

„Respektiere Dich selbst, wenn Du willst, dass andere Dich respektieren sollen.“

Adolph Freiherr Knigge

Lied „Knigge 2.0“ von Ben Bohnert

Hey Knigge 2.0 sagt:

„Nimm nicht Teil an fremdem Spotte“ ey das musst du wissen,
diss nicht nur weil alle dissen, läster nicht weil alle lästern,
sei ein Vorbild, hab den Mut, was zu ändern.

Sag mir, was würdest du fühlen, wenn dir folgendes passiert,
du addest jemanden auf Facebook, wartest dass er reagiert,
du bist dir sicher ihr seid Freunde und du ahnst nicht was geschieht
und du erlebst, wie er dich als Freund mit einem Klick ausschließt.

Was würdest du fühlen, es gibt ne Gruppe bei Whatsapp,
deine ganze Klasse ist da drin, doch nur du bist nicht im Chat
und kein einziger reagiert auf deine Frage „Wieso ich nicht?“
keiner schaut dir in die Augen, jeder ignoriert dich.

Was würdest du fühlen, du findest im Netz ein Profil,
mit deinem Namen, deinen Daten und vielen Bildern von dir,
mit der Betitelung „ey, das hier ist der Loser der Schule“
Beliebtheitsskala 0 - 100, du auf der untersten Stufe.

Es ist nicht egal was du tust und nicht egal was du machst,
nicht egal was du klickst und nicht egal was du sagst,
du kannst Herzen zerschmettern, Worte sind scharf wie Wasabi,
denn du bist wertvoll und teuer, hab Style, Niveau wie Armani.

Du entscheidest, wer du bist im Netz, du hast das Wort,
Gefühle sind im Netz Realität, du hast das Wort.
Verbale Feuerkraft trägst du, denn du hast das Wort,
Netzcourage Verantwortung „klick“, du hast das Wort.

Sag mir, was würdest du fühlen, wenn du mit harter Arbeit einen Artikel verfasst
und ihn fast jeder dissliked , mit bösen Worten zerreißt.

Ihn als sinnlos beschreibt und du erkennen musst, kein einziger respektiert deinen
Fleiß.

Sag mir, was würdest du fühlen, auf deiner Pinnwand im Netz
Steht, du wärst ne Bitch, ne Schlampe, alles gepostet vom Ex,
Fast tagtäglich schickt er Hasstiraden und beleidigt dich
und alle reden öffentlich und lachen heimlich über dich.

Sag mir, was würdest du fühlen, deine Daten werden geraubt,
jede kleinste Info von dir an große Firmen verkauft.
Du keine Kontrolle mehr hast, was man mit deinem Namen macht
und deine Identität zerrinnt langsam wie Sand in der Hand .

Es ist nicht egal, was du tust und nicht egal, was du machst,
nicht egal, was du klickst und nicht egal, was du sagst,
du kannst Herzen zerschmettern, Worte sind scharf wie Wasabi,
denn du bist wertvoll und teuer, hab Style, Niveau wie Armani.

Du entscheidest, wer du bist im Netz, du hast das Wort,
Gefühle sind im Netz Realität, du hast das Wort,
verbale Feuerkraft trägst du, denn du hast das Wort ,
Netzcourage, Verantwortung, „klick“ du hast das Wort.

Werte machen dich aus, sag mir welche sind dir wichtig,
dein Gewissen lässt erahnen, was ist falsch, was ist richtig,
überlege erst und warte bevor du bereust, was du tust,
sei ein Vertreter für's Gute, bleib immer stolz auf dein Tun .

Quelle: <https://www.klicksafe.de/ueber-klicksafe/safer-internet-day/sid-2015/rap-song-knigge-20/>
<https://www.youtube.com/watch?v=pjqrz-IFkn8>

Antje

Im Internet passiert ja viel Mist! Da man dort ja alles vortäuschen kann und sich nicht direkt ins Gesicht sehen muss, meinen einige, sie können sich alles leisten!

Ich denke, wenn man nur das macht, was man sich auch für sich selbst wünscht, kann nichts passieren, also dass man andere nicht beleidigt usw. Und man sollte auch mal vorher seinen Kopf einschalten, wenn man sich über etwas zu sehr ärgert!

Wenn man sich dieses Lied anhört, wird es sehr deutlich, denn es beginnt immer mit „wie würdest du dich fühlen“ und das ist sehr gut ausgedrückt!

Britta

Das Lied sagt aus, dass man nicht immer das Gleiche machen sollte, wie die anderen, besonders, wenn dadurch Menschen wehgetan wird, egal ob mit Worten oder

Taten! Man sollte sich immer vor Augen halten, wie man sich selber fühlt, wenn man geärgert oder gemobbt oder gar geschlagen wird.

Also behandle JEDEN so, wie Du auch behandelt werden möchtest!!

Susanne

Das Lied sagt alles aus, was ich auch denke. Man soll mit anderen so umgehen, wie man selber behandelt werden möchte!

Steffi

Ich bin nicht gerade ein Freund von Rap, daher konzentriere ich mich auf die Textpassagen.

Aus meiner Sicht, geht es in diesem Lied nicht vorrangig um Umgangsformen, sondern betrifft mehr das Thema Mobbing im Netz. Angesprochen wird der zukünftige oder potentielle Täter, noch bevor er zu diesem wird. Er wird gezielt angesprochen, sich in sein Opfer hineinzusetzen, den Schmerz zu fühlen und nachzudenken, bevor er Hassbotschaften ins Internet setzt.

Ich bin da nicht ganz der Meinung des Texters, obwohl ich natürlich die Beweggründe nachvollziehen kann. Leider kann man den Hass nicht aussperren oder gar zensieren. Dafür ist das Netz einfach zu groß. Immer wird es jemanden geben, der die Anonymität des Netzes ausnutzt, um zu beleidigen, zu hetzen und zu provozieren.

Ich bin der Meinung, wenn man im Netz aktiv ist, sei es nun in den sozialen Netzwerken oder auch woanders, sollte man immer überlegen, was man von sich preisgibt, warum man das tut und wer es sehen wird. Dann muss man aber auch damit rechnen, dass besonders Dumme dann auch besonders dumme Kommentare abgeben. Nebenbei, man muss nicht immer alles liken oder kommentieren, egal, ob es einem gefällt oder nicht. Einfach mal Augenrollen und darüber scrollen.

Christine

Ich finde das Lied „Knigge 2.0.“ super, da die gesamten Liedzeilen einfach die heutige Situation beschreiben was das Verhalten im Internet angeht.

Praktischer Tipp **Tischunterlage mit Blüten**

Wer hätte nicht gerne selbstgemachte Tischunterlagen mit Blüten passend zum Frühling auf dem Tisch liegen? Sie sind ganz leicht selber zu machen.

1. Schritt:

Dafür sammelt man verschiedene Blüten und Blütenblätter und, wenn man mag, auch ein paar Gräser und grüne Blätter

2. Schritt:

Als erstes müssen die Blüten und so weiter gepresst werden.

Dazu legt man die Blüten usw. individuell angelegt auf eine blanke DinA4 Seite und legt noch eine zweite Seite obendrauf zum Abdecken.

Man legt es irgendwohin wo es nicht im Weg liegt und beschwert es gleichmäßig z.B. mit großen schweren Büchern

3. Schritt:

Nach 1-2 Tagen sollten die Blüten usw. gepresst sein, so dass man das obere DinA4 Papier vorsichtig wegnehmen kann...

Die Blüten sollten am unteren DinA4 Papier platt gepresst sein.

4. Schritt:

Nun kann man das Papier mit dem gepressten Blüten noch laminieren mit einem Laminiergerät oder, wenn man kein Laminiergerät zur Verfügung hat, man kann auch sehr viel durchsichtiges Klebeband rundherum wickeln, so dass es, wenn es ordentlich gemacht wurde, eine wasserfeste Tischunterlage ergibt oder man benutzt durchsichtige Klebefolien.

Leserbrief 1

Liebe Andersdenker,

auch wenn, bis ihr meinen Leserbrief lest, das Jahr schon lange angefangen hat, wünsche ich euch alles Liebe und vor allem Gesundheit für den Rest des Jahres 2019. Ihr habt es hoffentlich alle gut beginnen können.

Die Zeitung wächst und wächst, immer mehr Beiträge, in der letzten Ausgabe 3 Leserbriefe, etc.!

Das freut mich für das gesamte Team sehr und zeigt wieder einmal umso mehr, wie toll ihr das alles macht. Weiter so!

Danke allen für die vielen interessanten Beiträge zum Thema Freundschaft. Auch zum Thema wiedergefundene Schulfreundschaft: Es freut mich, dass ihr euch wieder gefunden habt.

Zum Thema Umgangsformen.....

Große Bandbreite, zu der wohl jeder unterschiedliche Vorstellungen hat. Wird sicher wieder sehr interessant, in der nächsten Ausgabe eure Meinungen zu lesen.

Ich persönlich finde es fängt mit ganz Banalem, wie: Danke, Bitte, Guten Tag, auf Wiedersehen, an.

Für mich gehört dies einfach zum guten Ton, ob privat oder geschäftlich und hat bei mir einen hohen Stellenwert. Natürlich gehört es auch dazu, dass man ehrlich seine Meinung sagen darf, aber auch da spielt der Ton eine große Rolle und zeigt deutlich die Umgangsformen im Miteinander auf.

So, für heute tschüss und ich bin gespannt auf eure Meinungen!

Eure Senftante

--- --- --- ---

In der Pause nimmt sich der Boxtrainer seinen Schützling vor. “Hör mal zu, Paule”, sagt er. “Wir müssen uns jetzt über eines klar werden. Was willst du eigentlich gewinnen? Den Meistertitel oder den Friedensnobelpreis?”

--- --- --- ---

Sinnlose Gesetze aus aller Welt

Sicherlich ganz oben in der Hitliste der sinnlosen **Gesetze: Australien!** Dort ist der Sex mit Kängurus nämlich nur erlaubt, wenn man betrunken ist. Betrunken heißt, einen Promillegehalt von mindestens 0,8 intus zu haben. Na dann, viel Spaß!

In China haben Schüler wenig zu lachen. Wer den Unterricht stört, darf vom Lehrer mit einem über den Mund geklebtem Pflaster zum Schweigen gebracht werden.

Im Iran ist ja schon seit Jahren nicht alles eitel Sonnenschein, aber zumindest scheint die Welt sonntags in Ordnung zu sein. Da heißt es nämlich: Augen auf bei der Wahl des Sonntagsbratens. Es ist nämlich unter Strafe verboten, am Sonntag Schlangen zu essen.

Ein wirklich sinnloses Gesetz herrscht noch immer bei unseren Freunden auf der britischen Insel! Dort ist es für alle männlichen Engländer ab 14 Jahre verpflichtend, täglich zwei Stunden in der Woche an Pfeil und Bogen unterrichtet werden. Man kann ja schließlich nie wissen, ob ein Wikinger oder Römer als nächstes die Landesgrenze bedroht.

Da heißt es immer, Frankreich und Paris und die Liebe und so. Und nun das: In französischen Zügen ist das Küssen verboten. Das war's dann wohl mit der romantischen Zugfahrt. Dasselbe gilt für romantische Küsse auf Bahnübergängen - ebenfalls verboten. In der Vergangenheit haben wohl zu viele Verliebte die Situation vergessen und sind von Zügen überrollt worden. Aber in Frankreich gibt es nicht nur sinnlose Gesetze. Dass es verboten ist, sein Schwein Napoleon zu nennen, klingt ja wohl logisch!!!

Quelle: https://rp-online.de/leben/reisen/news/20-sinnlose-und-dumme-gesetze-aus-aller-welt-lustig-und-verrueckt_iid-10962347#22

--- --- --- ---

Ein Rentner-Ehepaar kauft ein Haus im Allgäu für seinen Lebensabend. Nach ein paar Wochen kommt der Bürgermeister sie besuchen.

”Wie geht es Ihnen? Gefällt es Ihnen in unserem kleinen Dorf, auch wenn wir etwas ab vom Schuss sind? Sie langweilen sich hoffentlich nicht bei uns? Was machen Sie denn so den ganzen Tag?”

Der Opa antwortet: “Wecken um 7h: sexuelle Aktivitäten, danach Frühstück, wieder sexuelle Aktivitäten, duschen. Dann gehen wir auf den Markt einkaufen. Um 11h Rückkehr vom Markt, sexuelle Aktivitäten, kochen und wieder sexuelle Aktivitäten, Vorspeise, Essen, und sexuelle Aktivitäten zum Nachtisch. Um 15h kleiner Spazier-

gang mit Madame. Um 18h Rückkehr: sexuelle Aktivitäten, um nicht aus der Übung zu kommen. Um 19h Abendbrot, sexuelle Aktivitäten. Um 20h30 Abwasch und sexuelle Aktivitäten am Spülbecken. Um 21h ins Bett, da sehr müde...“

Der verblüffte Bürgermeister fragt: “Wie alt sind Sie denn?”

”Ich bin 86 und Margarete wird 78 im Frühling“

”Glückwunsch!“ sagt der Bürgermeister besorgt, “Und was exakt verstehen Sie unter sexuellen Aktivitäten?”

”Sie geht mir auf den Sack...“

--- --- --- ---

Kaum ist das Ehepaar am Strand angekommen, stürzt es sich ins Meer. Nach einiger Zeit ruft die Frau: “Schatz, siehst du, wie die Wellen mich küssen?” “Ja”, antwortet er, “und draußen brechen sie dafür!”

--- --- --- ---

Umgangsformen im Internet

Die Frage nach den Umgangsformen im Internet ist relativ leicht zu beantworten, man braucht sich dafür nur die Facebook Kommentare und co. ansehen und man sieht, wie feindselig Menschen im Internet miteinander umgehen.

Durch die Anonymisierung hat jeder Mensch ein zweites Gesicht im Internet, dadurch kann man seinen Gedanken freier ausdrücken und man wird nicht verurteilt durch die Meinung der Öffentlichkeit.

Die Umgangsformen sind im Internet mittlerweile so schlecht, dass vereinzelt Personen Suizid begangen wegen Hassnachrichten und Hetze wie im Fall von Rehtaeh Parsons (Bravo.de Cybermobbing: Die 5 schlimmsten Fälle)

Die Frage bleibt auch, was sich die Täter dabei denken, wenn sie solche Hassnachrichten verfassen...

-ist es ein Schrei nach Aufmerksamkeit?

-ist es, weil man die andere Person hasst oder etwas gegen die Persönlichkeit hat?

-ist es reines Vergnügen?

-oder ist es, weil man sich hinter der Anonymität verstecken kann und man keine Konsequenzen erwarten muss?

Das Internet kann auch für Verbreitung von Angst genutzt werden, wie z.B. es macht dem Täter leichter sein Opfer zu stalken. Aber auch für die schnelle Verbreitung von Nachrichten ist das Internet gut, jedoch nur wenn man damit umgehen kann, denn das Internet vergisst nie was einmal eingetragen wurde...

Auf Sozialen Netzwerken wie Facebook und Twitter wird wenig gegen dieses Problem unternommen.

Es werden vielleicht einzelne Aussagen gelöscht oder Personen für eine Weile gesperrt, aber jeder weiß wie leicht es ist ein neues Konto zu erstellen und weiter Hass im Internet zu verbreiten.

Die Sozialen Netzwerke müssen gerade für dieses Problem ein größeres Verantwortungsbewusstsein entwickeln.

Meiner Meinung nach müssen sich die Umgangsformen im Internet drastisch ändern damit so etwas wie der Suizid von Rehtaeh Parsons und das Mobbing im Internet gemindert wird.

Auch die Eltern haben eine hohe Verantwortung, da sie den Kindern den richtigen Umgang im Internet beibringen müssen, deshalb bräuchten wir vielleicht einen Knigge für das Internet.

--- --- --- ---

Eine alte Dame sitzt mit einem Neonazi zusammen im Wartezimmer. Lange mustert sie ihn von oben bis unten, schaut immer wieder auf die Glatze und anschließend auf die Springerstiefel. Nach einer Weile spricht sie ihn an: "Ach Sie Armer! Erst die Chemo und jetzt auch noch orthopädische Schuhe!"

--- --- --- ---

Puzzlerätsel

Antrag, Anzug, Braeutigam, Braut, Brautstrauss, Eheringe, Einladungskarten, Feier, Flitterwochen, Fotograf, Gaesteliste, Geschenke, Hochzeitstag, Hochzeitstorte, Junggesellenabschied, Kleid, Polterabend, Standesamt, Trauung, Trauzeugen

J	W	E	R	F	O	T	O	G	R	A	F	J	K	U	I	P	K	L	B
U	A	Y	S	W	Q	F	G	V	B	N	B	B	C	V	X	Y	V	R	S
N	F	H	A	J	J	L	Z	T	R	U	J	N	R	F	A	S	A	Q	Q
G	K	L	Z	N	R	T	E	T	T	Z	U	J	H	A	Y	E	C	V	Y
G	M	T	K	L	Z	J	U	O	B	B	G	Z	I	K	U	B	Y	X	D
E	A	M	W	G	D	U	E	A	J	N	M	H	G	T	D	T	K	U	T
S	R	A	R	E	E	R	G	Z	H	V	N	X	I	M	R	B	B	H	R
E	D	S	A	E	K	N	E	H	C	S	E	G	J	A	K	M	C	V	A
L	D	E	F	G	L	Z	Z	J	L	I	A	U	U	E	G	H	J	O	U
L	S	D	S	G	E	W	Q	F	C	M	Q	U	S	C	V	F	R	H	Z
E	T	N	Z	A	I	A	A	A	K	M	N	M	M	B	B	B	H	F	E
N	N	A	N	E	D	N	M	K	K	G	T	R	E	W	Q	A	S	R	U
A	N	T	K	S	F	D	N	E	B	A	R	E	T	L	O	P	H	E	G
B	A	S	G	T	J	K	I	L	P	O	G	D	E	H	B	N	M	I	E
S	V	Y	Q	E	I	N	L	A	D	U	N	G	S	K	A	R	T	E	N
C	N	F	M	L	F	E	H	J	T	R	Q	W	S	D	F	E	V	F	N
H	A	L	Y	I	B	D	S	W	J	T	D	C	V	B	T	N	H	J	K
I	Z	I	U	S	Q	A	A	S	W	E	E	R	F	R	H	J	K	L	S
E	R	T	T	T	W	X	Y	C	V	B	N	G	O	M	M	L	L	J	S
D	A	T	Q	E	Q	D	A	D	X	Y	F	T	F	Z	J	B	G	D	U
E	H	E	R	I	N	G	E	L	L	I	S	O	P	A	E	E	R	R	A
F	H	R	G	D	A	R	M	M	B	T	N	N	Y	G	K	I	O	K	R
A	F	W	R	G	B	V	C	R	I	R	H	S	G	Q	Y	Q	Y	X	T
M	H	O	U	L	P	Z	Z	E	W	R	E	G	A	J	G	S	D	G	S
T	U	C	I	I	O	K	Z	K	G	F	D	S	R	W	Q	B	N	M	T
Y	X	H	W	F	G	H	O	C	H	Z	E	I	T	S	T	A	G	H	U
K	K	E	D	T	C	A	Y	V	V	C	D	G	N	L	P	I	Z	T	A
T	Z	N	T	O	Z	U	I	H	J	G	F	D	A	F	K	L	J	Z	R
D	S	A	H	Q	E	R	W	T	Z	H	G	F	D	V	B	N	N	M	B

Geschmorte Steaks in Champignonsoße

Zutaten (4 Personen)

170g	Möhren
250g	kleine Champignons
170g	Zwiebeln
1	Knoblauchzehe
4	Schweinenackensteaks (à ca. 200g)
	Salz
	Pfeffer
1	Ei (Größe M)
70g	Semmelbrösel
6 EL	Butterschmalz
2/3 TL	getrockneter Rosmarin
85g	Schlagsahne
2/3 TL	Speisestärke

Zubereitung

Möhren schälen, waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Pilze putzen, Zwiebeln und Knoblauch schälen. Zwiebeln in Streifen schneiden, Knoblauch hacken.

Fleisch waschen, trocken tupfen, in verquirltem Ei wenden, mit Salz und Pfeffer würzen und dann in Semmelbrösel wenden.

4 EL Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen. Steaks darin portionsweise von jeder Seite goldbraun braten, herausnehmen und in einer großen Auflaufform oder auf der Fettpfanne verteilen.

Pfanne säubern und 2 EL Butterschmalz in der Pfanne erhitzen. Möhren und Pilze darin ca. 10 Minuten braten. Rosmarin, Zwiebeln und Knoblauch kurz mitbraten. Mit 3/4l Wasser und Sahne ablöschen und aufkochen. Stärke und etwas Wasser glatt rühren, die Soße damit binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gemüse samt Soße auf den Steaks verteilen. Im heißen Ofen (E-Herd: 175 °C, Umluft: 150 °C/Gas: s. Hersteller) ca. 3/4 Stunden schmoren. Dazu schmeckt Brot.

Quelle: <https://www.lecker.de/geschmorte-steaks-champignonsosse-70195.html>

Ergebnis der Umfrage zum Thema Umgangsformen

1) Seid Ihr männlich oder weiblich, wie alt seid Ihr?

Dieses Mal ist die Umfrage sehr frauenlastig, denn nur 2 Männer trauten sich, die Fragen zu beantworten. Das Alter schwankte zwischen 19 – 74 Jahren.

2) Was hältst Du von Umgangsformen, sind sie wichtig für Dich?

Hier haben alle mit wichtig geantwortet, also 100% Übereinstimmung.

3) Welche Umgangsformen sind wichtig für Dich?

Hier steht Ehrlichkeit ganz oben an der Spitze, gefolgt von Höflichkeit und Pünktlichkeit. Auch die Begrüßung wie Hallo, guten Tag und Tschüss waren wichtig.

4) Haben Umgangsformen etwas mit Respekt zu tun?

Hier gibt es wieder ein 100% Antwort nämlich „Ja, immer“

5) Hältst Du Dich immer an Deine Umgangsformen?

Nicht immer, besonders wenn andere sich auch nicht daran halten waren die meisten Antworten.

6) Was muss passieren, damit Du Dich nicht daran hältst?

Hier war der meiste Punkt, dass Familie, Freunde oder man selbst angegriffen wird. Gefolgt von Lügen, wenn jemand „dumm“ kommt oder man übelst beschimpft wird.

7) An welche Umgangsformen sollte sich jeder halten?

Hier waren auch wieder die drei Sachen wichtig, angeführt von Ehrlichkeit, Pünktlichkeit und Höflichkeit.

8) Wie reagierst Du, wenn einer keine Umgangsformen hat?

Die meisten antworteten mit ignorieren. Dann wird auch noch diskutiert, auf schlechte Manieren hingewiesen, man gibt es genauso zurück oder es interessiert einen nicht.

9) Sollten Umgangsformen einheitlich festgehalten werden (z.b. wie im Knigge).

Die meisten denken, dass es nichts bringt. Jeder sollte wissen, wie man sich zu benehmen hat, die Eltern sollten es an die Kinder weitergeben und es wäre Blödsinn, es fest zu halten.

Der Praxistipp für Restaurants

Für alle, die tatsächlich mal in die Bredouille geraten sollten, in einem höherklassigem Restaurant zu speisen - und das kann schneller kommen, als Ihr denkt - hier ein paar praktische Tipps: Sollten Gabeln und Messer in mehreren Formaten vorhanden sein, wird ein Menü serviert. Merkt Euch einfach nur, es wird von außen nach innen benutzt. Habt Ihr etwa Fisch bestellt, bekommt Ihr ein extra Fischbesteck. Löffel und Gabel im Kleinformat sind für das Dessert und liegen über dem Teller. Befindet sich nicht nur ein Glas am Platz, wird zu den Gängen Wein serviert. Das erste Glas ist ein Wasserglas, danach wird immer das nächste Glas von rechts benutzt. Ist ein Gang beendet, räumt das Personal das benutzte oder nicht benutzte Glas/Geschirr/Besteck wieder ab.

Eine Serviette wird ausgefaltet auf den Schoß gelegt. Zwischen- durch kann man sich damit den Mund abtupfen. Wohlbemerkt, leicht abtupfen und nicht abwischen. Eine Papierserviette kann nach dem Gebrauch auf dem Teller geknüllt werden, eine Stoffserviette wird gefaltet neben dem Teller gelegt. Solltet Ihr mit dem Essen fertig sein, legt Ihr das Besteck in die Zwanzig - nach-vier Stellung (Ja, der Begriff war mir auch neu).

Und die Ellenbogen immer schön am Körper halten! :-)

Alleine die Tatsache, dass Ihr das Wissen habt, Euch in solchen Momenten unauffällig verhalten zu können, lässt Euch selbstbewusster agieren, ohne ängstlich auf den Nebenmann zu starren.

Ich weiß Bescheid, könnt Ihr Euch sagen, ich habe Euch entschlüsselt.

Niemand hat das Recht, auf Euch hinabzusehen, nur weil Ihr Dinge noch nicht kennt oder wisst. Denn, die da kochen auch alle nur mit Wasser.

Leserbrief 2

Umgangsformen, was sind schon Umgangsformen? Für den einen ist es Knigge, der erklärt, wie Menschen nach Verhaltensregeln höflich gut miteinander auskommen und umgehen sollen. Für mich ist es eine positive christliche Art zu leben, die mich menschlich bleiben lässt, wenn mich verbale permanente Gewalt, wie in den letzten Jahren geschehen, von anderen unter Druck setzt. Jeder ist nicht unbedingt seines Glückes Schmied, aber meistens seines Unglückes.

Die Geißeln unserer Zeit sind Selbstmitleid, Schuldzuweisungen und Entschuldigungen, die dazu führen, selbst ein Kreuz zu schaffen, was man trägt.

Ureinwohner von Hawaii haben da eine viel einfachere Lösung:

„Du sollst keinen in Gedanken verletzen, keinen in Worten verletzen und keinen in Taten verletzen.“ Das Gegenteil erlebe ich jeden Tag. Das führt zur Frage: „Wo ist einer noch gesund und wo gilt einer als krank?“

Stefan

Interview mit der Deutsche-Knigge-Gesellschaft e.V.

Frau Linda Kaiser, stell. Vorsitzende DKG e.V. und IHK-zert. Trainerin für Business-Etikette, hat sich freundlicherweise bereit erklärt, uns einen Fragenkatalog über die Deutsche-Knigge Gesellschaft zu beantworten.

Das Ergebnis könnt Ihr hier lesen.

Seit wann gibt es die Deutsche-Knigge-Gesellschaft und wer hat sie gegründet?

Die Deutsche-Knigge-Gesellschaft e.V. wurde 2009 von Dr. Michael Klein gegründet. Michael Klein war ein Pionier für die Vermittlung von modernen Umgangsformen fernab von strenger Regelmäßigkeit. Er setzte sich, im Sinne Adolph Freiherr Knigges dafür ein, dass Herzensbildung wichtiger als strenge Etikette ist. Michael Klein ist 2014 verstorben.

Wie viele Mitglieder hat die Gesellschaft?

Die Deutsche-Knigge-Gesellschaft e.V. hat aktuell ca. 270 Mitglieder. Mehr als die Hälfte davon sind selbstständige Trainer für Business-Etikette, die sich mit der Vermittlung von Wissen und Philosophie zum Thema Umgangsformen beschäftigen. Zielgruppe für Seminare, Coachings, Einzelberatungen und Vorträge der Mitglieder sind Schüler, Studierende, Unternehmen und Privatpersonen.

Wie finanzieren Sie sich?

Die Deutsche-Knigge-Gesellschaft erhebt keine Mitgliedsbeiträge. Unsere Aktionen sind alle privat finanziert. Die Mitarbeit im Verein erfolgt ehrenamtlich.

Finden regelmäßige Treffen mit den Mitgliedern statt?

Satzungsgemäß führen wir einmal jährlich eine Mitgliederversammlung durch, die an wechselnden Standorten in Deutschland stattfindet. In diesem Jahr treffen wir uns in Düsseldorf. Ergänzend gibt es über das Jahr verteilt Regionaltreffen in ganz Deutschland. Aber auch über digitale Kanäle kommunizieren die Mitglieder regelmäßig miteinander.

Wenn ja, wie kann man sich diese vorstellen und welche Sitzungspunkte gehen Sie da durch?

Die Mitgliederversammlung ist zunächst einmal formal geprägt. Es wird zum Beispiel über die Aufnahme neuer Mitglieder abgestimmt. Zudem werden aktuelle Themen in Form von Vorträgen präsentiert. Das Spektrum reicht hier von didaktischen Fachbei-

trägen über politische oder ethische Exkurse bis hin zum Gastbeitrag des Protokollchefs einer Landesregierung. Des Weiteren prüfen wir jedes Jahr ein bis zwei gängige Empfehlungen auf ihre Aktualität und publizieren unser Ergebnis.

Bei den Regionaltreffen werden hingegen alltägliche Fragestellungen aus dem Seminarbetrieb oder der Öffentlichkeitsarbeit behandelt oder auch mal ein Auffrischkurs für nicht alltägliche Etikette-Fragen angeboten, wie zum Beispiel das Tranchieren von Geflügel.

Werden die Regeln regelmäßig überarbeitet und kommen oft neue Regeln hinzu?

Es gibt nicht das eine Regelwerk für den guten Umgang miteinander. „Moderner Knigge“ ist eine Mischung aus gesellschaftlich gesetzten, sozial gewachsenen und philosophisch bzw. ästhetisch begründeten Empfehlungen. Deshalb gibt es bei jeder Regel die wir kennen, Gestaltungsspielraum der situations- und adressatenbezogen genutzt werden kann. Die Grundlage für die Evaluierung ist das soziologisch-philosophische Hauptwerk „Über den Umgang mit Menschen“ (1788) von Adolph Freiherr Knigge.

Neue Regeln kommen immer dann hinzu, wenn es gravierende Neuerungen im täglichen Miteinander gibt. Das war vor ca. 20 Jahren beispielsweise der Themenkomplex Netiquette. Zunächst ging es um das Verfassen von E-Mails, dann kam der Umgang mit dem Mobiltelefon, aus dem das Smartphone wurde, dazu. Hier nach der Auftritt in den Sozialen Medien und aktuell steht das Thema Datensicherheit im Raum.

Weitere Trendthemen im regen Wandel sind stets auch Kleidungsempfehlungen. Der erste optische Eindruck war schon immer ein zentrales „Knigge-Thema“, insbesondere wenn es um Kleidung im Berufsleben geht.

Welche Werte möchten sie mit ihrer Gesellschaft vermitteln?

Ein wertschätzender Umgang miteinander steht im Mittelpunkt unseres Interesses, verbunden mit dem Respekt vor dem anderen, kulturell wie personell. Wir begleiten Menschen und Gesellschaft in ihrem steten Wandel und vermitteln das Wissen um verbindliche Regeln, die uns im Umgang miteinander Sicherheit und Verlässlichkeit im Alltag geben.

Halten sich die Mitglieder auch selber genau an das Kniggebuch?

Jeder, der Umgangsformen vermittelt, sollte bestrebt sein, ein gutes Beispiel abzugeben. Die meisten Empfehlungen erleichtern das Miteinander und werden alleine deshalb schon gerne und wie selbstverständlich gelebt.

Des Weiteren haben gute Manieren, das Handwerkszeug des höflichen Menschen, mit einem ästhetischen Anspruch an sich selbst und das eigene Umfeld zu tun. Wer hat es nicht gerne schön, geordnet und friedlich um sich herum?

Aber auch Etikette-Trainer sind nur Menschen und halten sich nicht immer ganz genau an jede Empfehlung. Es gilt hier das schöne geflügelte Wort: „Wer die Regeln kennt, darf Sie brechen“.

Was sind für Sie die wichtigsten Umgangsformen?

Für mich persönlich ist es am wichtigsten, aufmerksam und tolerant miteinander umzugehen.

Warum sind gerade diese Umgangsformen die Wichtigsten für Sie?

Aufmerksam sein bedeutet für mich, dem anderen Raum und Zeit zu geben, sich in die Gesellschaft einzubringen. Toleranz ermöglicht es uns dann, den anderen zu akzeptieren wie er ist und von ihm zu lernen. Solange dies in gegenseitigem Einverständnis und unter Einhaltung eines sozialverträglichen und ästhetischen Rahmens passiert, können beide Seiten davon profitieren.

Gibt es Seminare, wo man so etwas erlernen kann?

Es gibt zahlreiche Seminare und auch Fachliteratur zum Thema Umgangsformen. Über die Website der Deutschen-Knigge-Gesellschaft können Sie ganz leicht Etikette-Trainer mit verschiedenen Arbeitsschwerpunkten und Seminarterminen ausfindig machen.

Unsere Mitglieder vermitteln alle nicht nur Regeln, sondern legen großen Wert darauf, auch den praktischen Nutzen und die Idee hinter den Empfehlungen zu erklären.

Was hat sich bei den Umgangsformen im Gegensatz von früher zu heute geändert?

Umgangsformen sind heute weniger selbstverständlich als früher. Das hat zum Beispiel mit der Verschiebung der Geschlechterrollen zu tun, Stichwort „Damen die Tür aufhalten oder in den Mantel helfen“ und mit dem Wandel der Alltagskultur allgemein. Wer sein Abendessen aus dem Karton auf dem Sofa sitzend verzehrt, macht sich kaum noch Gedanken über den korrekten Umgang mit der Serviette.

Der Stellenwert guter Manieren hat sich verschoben. Allerdings ist auch zu verzeichnen, dass zwar weniger Etikette-Regeln nachgefragt werden, dafür aber umso mehr praktische Lebenshilfe, weil wir durch die Digitalisierung und die damit einhergehende Anonymität vielfach verlernt haben, wie wir mit echten Menschen umgehen sollen.

Was halten Sie von dem Satz: "Früher war alles besser"?

Umgangsformen sind ein Spiegel ihrer Zeit. Was früher funktioniert hat, ist heute nicht immer 1:1 umsetzbar. Dies auch, weil die Bereitschaft fehlt, auf Bequemlichkeit und Lässigkeit zu verzichten. Wobei Lässigkeit oft mit Nachlässigkeit verwechselt wird.

Macht sich Ihre Arbeit bei der Deutschen-Knigge-Gesellschaft auch in Ihrem Privatleben bemerkbar?

Ich habe in einem anderen Interview einmal gesagt: „Knigge macht einsam“. Sobald Menschen, die mich noch nicht gut kennen, erfahren, dass ich Etikette-Trainerin bin, reagieren sie oft unsicher und vermeiden es, mit mir beim Essen an einem Tisch zu sitzen. Sie haben Angst, dass ich sie beobachte und bewerte.

Achten Sie bei anderen strikt auf die Umgangsformen?

Nein. Jeder Mensch soll sich so geben und so leben, wie es ihm gefällt. Wichtig ist mir, dass niemand dabei verletzt oder benachteiligt wird.

Weisen Sie Gesprächspartner auch darauf hin, wenn sie die Umgangsformen nicht beachten?

Grundsätzlich weise ich niemanden ungefragt darauf hin, wenn eine Etikette-Regel nicht eingehalten wird. Wenn sich jemand unsozial verhält, mache ich mich hingegen schon bemerkbar, nach Möglichkeit im Vier-Augen Gespräch.

Gibt es noch etwas, was Sie persönlich zu unserem Thema "Umgangsformen" sagen möchten?

Im Mittelpunkt beim Thema Umgangsformen steht, entgegen der allgemeinen Meinung, der Mensch. Es geht darum, auf welche Art und Weise wir am besten respektvoll und wertschätzend miteinander umgehen. Die vielzitierten Knigge-Regeln bilden dabei den sicheren Rahmen für unser Handeln, eine verlässliche Grundlage, auf die wir aufbauen können. Wenn wir uns wohl und sicher fühlen, eine Situation formal beherrschen, ist es einfacher sich auf die wesentlichen, zwischenmenschlichen Dinge zu konzentrieren.

Damit das Miteinander gelingt, ist es hilfreich entspannt und offen aufeinander zuzugehen und die Bedürfnisse des Gegenübers zu erkennen, zu respektieren und darauf zu reagieren. Gleiches dürfen wir dann auch von anderen erhoffen. Auch wenn sich dieser Ansatz ein wenig unrealistisch anhört, ist es doch

einen Versuch wert, zunächst einmal mit guten Absichten in die Welt hinauszugehen, um Gutes zurückzubekommen. Das klappt nicht immer, aber öfter als man denkt.

Liebe Frau Kaiser, wir bedanken uns bei Ihnen herzlich für Ihre Unterstützung bei diesem Interview!

Jeder sollte mal etwas darauf achten, wie er mit anderen umgeht. Wir möchten doch alle vernünftig behandelt werden, also sollten wir uns auch selber an gewisse Umgangsformen halten!

--- --- --- ---

Kommt ein Mann in eine Arztpraxis und sieht, dass das Wartezimmer brechend voll ist. "Klasse!", meint er und geht wieder. Am nächsten Tag dasselbe Spiel: Das Wartezimmer ist voll, er ruft "klasse!" und geht wieder. Das wiederholt sich einige Tage.

Der Arzt bekommt das mit und wundert sich. Er bittet seine Sprechstundenhilfe, doch dem Mann einmal nachzufahren. Sie tut das am nächsten Tag, und von ihrem Chef später zur Rede gestellt, drückt sie herum.

"Und, sind Sie ihm nachgefahren?" "Ja."

"Und wohin?" "Er fuhr zu einem Einfamilienhaus."

"Ja und dann?" "Dann klingelte er an einer Tür."

"Und dann?" "Dann machte ihm eine Frau auf."

"Ja und dann?" "Dann sagte er ihr: "Liebling, wir können noch mal. Dein Mann ist noch beschäftigt!"

--- --- --- ---

Umfrage zum Thema Ängste (Ausgabe 13)

Bitte beantwortet diese Umfrage und schickt sie bis zum **25.04.2019** an andersdenker67@gmx.de oder gebt es in der ambulanten Dienste Perspektive gGmbH in der Hafenstr. 126 ab.

Wir sind auf Eure Meinung angewiesen, bitte rafft Euch auf!!!

Danke, danke, Danke, Danke, Danke, Danke, Danke, Danke, Danke, Danke!!!

- * Wie alt bist Du und welches Geschlecht hast Du?
- * Habt Ihr eine Angststörung und wenn ja, seit wann?
- * Wie sehr beschränkt sie Euch um Alltag?
- * Bei was verspürt Ihr Ängste?
- * Was empfindet Ihr dann? (Symptome)
- * Habt Ihr sie unter Kontrolle?
- * Habt Ihr schon mal eine Therapie gemacht und wenn ja, welche?
- * Wie verhaltet Ihr Euch, wenn Ihr bemerkt, dass die Angst kommt?
- * Was ist für Euch der Unterschied zwischen Panik und Angst?
- * Wie gehen Eure Partner damit um und haben Sie dafür Verständnis?
- * Wie geht Eurer Meinung nach die Umwelt damit um?

Terminkalender Januar – März 2019

•Montag – Freitag von 18.00 – 22.00 Uhr:

Nachtcafé: Die beiden Genesungsbegleiter Alexander Thiel und Birgit Kowski warten in der „Boje“ auf Euch, wenn es Euch nicht gut geht oder Ihr alleine seid.

•jeden Dienstag von 14.30 – 17.00 Uhr:

Stammtisch im ZsG mit Kaffee, Tee, netten Gesprächen, Hilfen und Spielen wie Skip-Bo, Skat u.v.m.

•jeden letzten Mittwoch im Monat ab 17.30 Uhr:

Bremerhavener Trialog im ZsG, Themen siehe Aushang, nicht an Feiertagen und im Dezember

•jeden 2. Sonnabend im Monat:

Repair Café: Bringt Eure defekten Elektrogeräte (bis zu der Größe, die Ihr tragen könnt!); wir helfen beim Reparieren.

Etwaige Terminänderungen waren bis zum Redaktionsschluss nicht bekannt. Alle Angaben sind ohne Gewähr!

Wir würden uns freuen, wenn wir auch tolle Termine mit einer kurzen Beschreibung von Euch zugeschickt bekommen:

Unsere E-Mailadresse: andersdenker67@gmx.de

Erklärung:

- ZsG= Zentrum seelischer Gesundheit:

Hafenstraße 126, 2. Stock, 27576 Bremerhaven

- **Tagesstätte „Boje“ (Nachtcafé):**

Bürgermeister-Smidt-Str. 129, 27568 Bremerhaven

- **Repair Café (Werkstatt 212):**

Bürgermeister-Smidt-Str. 212; 27568 Bremerhaven

- **Bremerhavener Topf e.V.**

Georgstr. 79; 27570 Bremerhaven

Selbsthilfegruppen (SHG) Bremerhaven

Bei diesen Selbsthilfegruppen lohnt sich ein Besuch immer, weil sie Euch helfen können!

● **SAD: Selbsthilfe Angst und Depression**

Unsere Gruppe besteht seit dem Jahr 2007 und wir treffen uns jeden Freitag, außer an Feiertagen, bei der unten aufgeführten Kontaktadresse von 19.30 - 21.30 Uhr. Wir freuen uns immer über neue Teilnehmer!

Adresse

Albert-Schweitzer-Begegnungsstätte

Fährstrasse 1-3

27568 Bremerhaven

Telefon: 0471 - 4 50 50

Ansprechpartnerin/Kontakt

Anja Menge: 0471 - 800 466 9 oder 0176 - 726 386 35

● **SHG Borderline**

Treffen alle 14 Tage mittwochs von 18.00 - 20.00 Uhr im Nachtcafé.

Ansprechpartnerin/Kontakt

Kerstin: 0176 - 301 907 21

● **SGH Borderline Angehörige**

Treffen ist 1x im Monat von 18.00 - 20.00 Uhr im Nachtcafé. Terminabfrage per Telefon!!!

Ansprechpartnerin/Kontakt

Christina Krüger: 0176 - 301 907 21

● **SHG Angehörige von psychisch Kranken**

Die Gruppe trifft sich alle 14 Tage freitags von 16.00 - 18.30 Uhr

Bitte melden unter:

0471 - 24 96 2 (bitte auf den Anrufbeantworter sprechen!!!!)

● **Gemeinsam gegen Angst und Depression**

Die Gruppe trifft sich jeden Donnerstag, außer an Feiertagen, um 18.00 Uhr in den Räumen vom Bremerhavener Topf.

Ansprechpartner/Kontakt

Werner: 0178 - 40 500 48

● **Gesprächsgruppe "Antidepressiv"**

Die Gruppe trifft sich jeden **1. Donnerstag** im Monat von 16.00 - 17.00 Uhr.

Adresse/Treffpunkt

Wursterstrasse 104
27580 Bremerhaven

Kontakt

Tel.: 0471 - 308 562 18

Bitte beachten!!!!

1. Wir sind eine Zeitung für psychisch Erkrankte. Wir wollen uns austauschen und miteinander in Kontakt treten. Wir sind **keine Psychiater** und **Therapeuten**, alles, was Ihr hier lest, spiegelt unsere eigenen Erfahrungen wider.
2. Auch wir haben Schweigepflicht. Das bedeutet, dass wir Eure Namen nicht veröffentlichen. Ihr müsst uns dann nur ein Kürzel mitteilen, unter dem wir Eure Meinung veröffentlichen dürfen. Eure Namen mit Anschrift und Kürzel sind bei uns korrekt zu hinterlegen. Ihr könnt uns unter folgender Email- Adresse erreichen: **andersdenker67@gmx.de**
3. Bei Suizidandrohungen sind wir verpflichtet, sofort die Polizei einzuschalten und werden dieses auch sofort tun. Also überlegt bitte, dass Äußerungen wie "ich will nicht mehr" oder "ich kann nicht mehr" auch von uns überprüft werden. Unten stehen Notfallnummern, die Ihr in einer Krise bitte benutzen könnt. Denn wir wollen Euch nicht verlieren und es gibt immer eine Lösung.
4. Wir sind Privatleute und keine professionellen Journalisten. Deshalb dürft Ihr gerne alle Rechtschreibfehler entdecken und behalten und auch spezielle Formulierungen sind von uns frei erfunden.
5. Auch Angehörige und Interessierte sind herzlich Willkommen.
6. Unter diesem Link findet Ihr alles Wissenswerte, was das Thema Psyche in Bremerhaven zu bieten hat

http://brels.de/files/wegweiser_psychiatrie_stand_03-07-13_neu.pdf

Im Falle einer Krise oder eines Notfalls meldet Euch bitte:

- Telefonseelsorge: 0800 - 111 0 111 oder 0800 - 111 0 222 (24 Std./Tag)
- Kinder - und Jugendtelefon: 0800 - 111 03 333 (24 Std./Tag)
- Klinikum Bremerhaven Reinkenheide: 0471 - 299 - 0 (24 Std./Tag)
- Krankenhaus Seepark: 04743 - 893 - 0 (24 Std./Tag)
- Sozial - psychiatrischer Dienst: 0471 - 590-2655
- Polizei: 110 (24 Std./Tag)
- Feuerwehr/Rettungsdienst: 112 (24 Std./Tag)
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst Bremerhaven: 116 117
Wiener Str. 1, AMEOS Klinikum St. Joseph Bremerhaven
(früher - Joseph-Hospital): 116 117

Montag, Dienstag, Donnerstag + Freitag von 19 - 23 Uhr
Mittwoch von 19 - 23 Uhr
Samstag, Sonntag + Feiertage von 08 - 23 Uhr

**Nach 23 Uhr wird die Versorgung weiterhin durch das
AMEOS Klinikum St. Joseph Bremerhaven gewährleistet!**

**Wir mussten leider unsere Homepage aufgeben und aus diesem Grund
kann der "Andersdenker" online nur noch auf folgender Seite gelesen
werden:**

www.adperspektive.de

**Unsere nächste Ausgabe vom "Andersdenker" er-
scheint zum 01. Juli 2019 und behandelt das Thema:**

Ängste

Redaktion:

Antje, Britta, Susanne, Stefanie, Christine und Kerstin Lena

Copyright:

Alle Rechte vorbehalten.

Ein Nachdruck ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion erlaubt!

Auflage:

250 Stück

Foto:

Gemeinschaftsarbeit

Service:

Die Zeitung erscheint einmal im Quartal.

Bestellung und Vertrieb:

über andersdenker67@gmx.de

Druck:

Blatt für Blatt

Postanschrift:

Ambulante Dienste - Perspektive gGmbH

Hafenstraße 126

z.Hd.: "Andersdenker"

27576 Bremerhaven

Email: andersdenker67@gmx.de

Wir bedanken uns für die regelmäßige finanzielle Unterstützung beim:

Zentrum
seelische Gesundheit



Impressum

Herausgeber:

Ambulante Dienste

Perspektive

Ambulante Dienste – *Perspektive* gGmbH
Wachmannstrasse 9
28209 Bremen

Tel: 0421 – 3403 - 260
Fax.: 0421 – 3403 – 263

Geschäftsführung: Jürgen Stehning und Dagmar Theilkuhl
Amtsgericht Bremen HRB 23414
Steuernummer: 460/ 145/08501

Homepage: www.adperspektive.de

Mailadresse: geschaeftsstelle@adperspektive.de