

CoSaVie Quartiercoach

Checkliste – Wie sage ich es meinem Nachbarn?

Anhand des untenstehenden Beispiels «musizierender Klavierspieler» erhalten Sie eine Idee wie Sie vorgehen können, bevor es zum Konflikt zwischen Ihnen und dem neuen Nachbarn kommt.

Ausgangslage

In Ihrer Nachbarschaft pflegen Sie einen guten Kontakt, daher eröffnet Ihnen Ihre Nachbarin persönlich, dass sie und ihre Familie zum nächsten Termin ausziehen werden. Abschied nehmen und sich auf einen neuen Mieter einstellen ist nicht einfach, aber mit unserer Checkliste fällt es bestimmt leichter.

Der neue Mieter zieht ein und mit ihm ein Klavier. – Das Kopfkino beginnt. Was ist, wenn er Klavier spielt, wenn ich schlafen will. Ich arbeite in der Nachtschicht und bin auf meinen Schlaf angewiesen. Was, wenn er stundenlang übt?



Tipp

Stellen Sie fest, dass etwas nicht gut läuft, suchen Sie zuerst das Gespräch mit Ihrem Nachbarn. Bleiben Sie sachlich, erheben Sie keine Vorwürfe und kommunizieren Sie in der Ich-Form. («Ich wünsche mir» statt «Sie müssen»).

Mit einem freundlichen ersten Gespräch halten Sie sich alles offen.

Führen Sie das Gespräch nicht zu einem Zeitpunkt, wo Sie sich gerade über Ihren Nachbarn ärgern – das kommt nicht gut. Achten Sie darauf, dass Sie konkrete Beispiele für Ihr Anliegen vorbringen können. So fällt es dem Nachbarn leichter, mit Ihnen eine Lösung zu finden.

Vorgehen

1) Beispiele für das Problem sammeln:

- wann, wie lange und wie oft in der Woche spielt der Nachbar Klavier?
- Werden die Ruhezeiten eingehalten?
(vielerorts gilt: Nachtruhe: 22.00-06.00 Uhr / Mittagsruhe: 12.00-13.00 Uhr)
- Was sagt die Hausordnung dazu?
- Fragen Sie auch Ihre anderen Nachbarn, fühlen die sich auch von der Musik gestört?

- Bedenken Sie, dass Ihr Nachbar nicht weiss, wie Ihr Tag aussieht, er kann nicht wissen, dass Sie in der Nacht arbeiten und am Tag schlafen. Daher ist es wichtig, ihn hier erst um Verständnis zu bitten.

Achten Sie darauf, dass Sie einmalige Vorkommnisse nicht zu einem Problem werden lassen. Nehmen Sie sich etwas Zeit und beobachten Sie, wie sich Ihr neuer Nachbar verhält, bevor Sie ihn zur Rede stellen. Notieren Sie Ihre Beobachtungen während zirka 3 Wochen. So können sie ihm für Ihr Anliegen konkrete Beispiele geben.

2) Gespräch führen

(Basis bilden die zusammengetragenen Beispiele).

- Bereiten Sie sich gut auf das Gespräch vor. Nutzen Sie dazu unser Gesprächsvorbereitungsformular. Was haben Sie beobachtet, was davon wollen Sie im Gespräch erwähnen?
- Welches Gefühl löst diese Lärmbelästigung bei Ihnen aus?
(fühle mich unausgeschlafen, desorientiert, gestört, aufgeschreckt etc.)
- Was möchten Sie erreichen (Ihr Bedürfnis)?
(genügend Schlaf, um wieder fit zu sein, Ruhe beim Schlafen etc.)
- Was wünschen Sie sich als Lösung? (dies positiv in einer Bitte formulieren).

Wichtig: führen Sie das Gespräch in der *Ich-Form* und führen Sie es *sachlich* (ohne die Beobachtungen zu bewerten oder zu deuten).

Wählen Sie den richtigen Zeitpunkt für das Gespräch (für sich und Ihren Nachbarn). *Sie sollten Ihren* Nachbarn nicht mit Ihrem Anliegen im Treppenhaus überfallen, wenn er gerade nach Hause kommt. Achten Sie auch darauf, dass Sie nicht wütend sind, wenn Sie das Gespräch beginnen.)



Tipp

Das Gespräch könnten Sie beispielsweise so führen:

Guten Tag Herr Amsler. Ich bin Ihre Nachbarin von gegenüber, Frau Müller. Freut mich Sie kennenzulernen. Ich habe ein persönliches Anliegen (*Einleitung*). Wie ich gehört habe, spielen Sie Klavier. Ich arbeite während des Monats an verschiedenen Tagen in der Nachtschicht und komme morgens um zirka 08.30 Uhr nach Hause. Von 09.00-16.00 Uhr schlafe ich dann. Sie spielen jeweils von 10.00-11.00 Uhr Klavier. Mir ist bewusst, dass Sie ausserhalb der Ruhezeit musizieren. Ich wache von Ihrem Klavierspiel regelmässig auf, da mein Schlafzimmer direkt an Ihr «Musikzimmer» grenzt (*Beobachtung*).

Ich kann dann nicht einschlafen und fühle mich wie gerädert sowie desorientiert (*Gefühl*). Ich brauche jedoch genügend Schlaf, um für die nächste Nachtschicht wieder fit zu sein (*Bedürfnis*). Ich bitte Sie daher, das Klavierspiel an den Tagen wo ich Nachtschicht habe, auf einen anderen Zeitpunkt zu verlegen z. B. 16.30 Uhr (*Wunsch/Bitte*)?

Ziel des Gesprächs: eine gute Basis für eine gegenseitige, verbindliche Vereinbarung schaffen

Mit diesem Vorgehen verbauen Sie sich nichts. Im Gegenteil, mit dieser Haltung legen Sie unter Umständen den Grundstein für eine gute Nachbarschaft.

Probieren Sie es aus!

Sie möchten sich auf das Gespräch vorbereiten? Laden Sie sich das Formular «Gesprächsvorbereitung» herunter.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg.

Wenn Sie Unterstützung benötigen, oder einen Austausch über Ihr Thema wünschen, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

13.01.2021/coa