



Konflikt als Chance

Eine systemische Perspektive auf den ‚Kampf der Geschlechter‘

In: Schriften zur Geschlechterdemokratie, Nr. 7. Konflikt und Geschlecht.

Heinrich Böll Stiftung. S. 39 - 52 (2003)

Kontext

- Vergangenheits-, Gegenwarts- und Zukunftsorientiert

Kontext. Dieses Wort ist ebenso viel und nichtssagend wie das Wörtchen systemisch. Kontext kann alles sein. Die Vergangenheit, die Gegenwart oder die Zukunft. Kontext kann sich beziehen auf meine Geschichte, auf die Geschichte meiner Eltern, meine Familiengeschichte, meine Beziehung zu meiner Frau, der Beziehung zu meinen Eltern heute, meinen Kolleginnen und Kollegen. Ich kann aber auch an meine Zukunft denken, meine Visionen, meine Hoffnungen und Ängste. Also was meine ich denn eigentlich wenn ich sage dass die Systemische Psycho – Somatik kontextorientiert ist.

Für mich geht es in allen Begriffen und deren Verwendung um eine stimmige Balance zwischen den verschiedenen Wirklichkeiten die ein Begriff transportiert. Das Wort Kontext nur zur Beschreibung der aktuellen Beziehungskonstellationen zu verwenden finde ich ebenso verkürzt, wie eine einseitige Verwendung im Sinne von Kontext als Geschichte des Klienten, der Kontext aus dem jemand kommt. Ich fände es jedoch ebenso tragisch wenn die Vision der zukünftigen Beziehungskontexte innerhalb derer ich mein Leben gestalten möchte außer Acht gelassen würde.

Wenn ich also sage die Systemische Psycho – Somatik ist kontextorientiert, dann meine ich damit dass ich bemüht bin eine stimmige Balance zu finden für die Aufmerksamkeit die wir der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft einer Person widmen. Einen Menschen ohne Geschichte zu begreifen, ihn nicht immer auch als einen Gewordenen zu sehen, als Jemanden der sich aus seinen Kinderschuhen heraus zu demjenigen entwickelt hat, der er heute ist, halte ich für zu kurz gegriffen. Natürlich ist es sinnvoll die Möglichkeiten des Umlernens im hier und jetzt zu betonen, aber eben nur solange ich dabei eine stimmige Balance zur Entwicklungsgeschichte des Individuums und seinen Visionen beibehalte.

Individuum oder System ?

- Systeme gestalten Individuen und Individuen gestalten Systeme

Die systemische Therapie und Beratung hat für sich den Zugang zu den Problemstellungen und Konflikten des Menschen über dessen Beziehungen gewählt. Systeme gestalten Individuen und Individuen gestalten Systeme. Innerhalb der moderneren Ansätze wird noch einen Schritt weiter gegangen indem davon ausgegangen wird, dass nicht Systeme Probleme generieren, sondern dass reden über Probleme Systeme generiert. Das bedeutet dass diejenigen Personen die im Moment über ein Problem reden das System bilden, welches die Möglichkeit hat das sogenannte ‚Problem‘ – sprechen wir hier besser von Entwicklungsaufgaben – aufrecht zu erhalten, oder zu verändern.

Das ist ein wunderschöner Gedanke da davon ausgegangen wird, dass sich die Entwicklungsaufgaben eines Menschen innerhalb der verschiedensten Kontexte inszenieren können. Und das wäre eine neue Sicht. Plötzlich haben wir wieder ein



Individuum, plötzlich haben wir wieder eine individuelle Persönlichkeit die ihre Entwicklungsaufgaben gerade an Ort und Stelle inszeniert, meist unbewußt. Das bedeutet also ohne dass irgend jemand um seine Meinung gefragt würde im Sinne von: ‚Entschuldigen Sie bitte, aber wäre es Ihnen Recht wenn ich mit Ihnen meine Entwicklungsaufgaben inszeniere?‘, wird inszeniert, wird als Bühne genutzt was gerade so vorbei kommt. Unschuldige, ungefragte Ehemänner und Ehefrauen, Kinder, Kollegen und Freunde müssen irgendeine Inszenierung aufführen, obwohl sie vielleicht gar keine Lust dazu haben. Man hat sie ja noch nicht einmal gefragt: ‚Du ich habe da ein spannendes Stück in der Kiste. Ich bin Autor, Dramaturg und Regisseur, Schauspieler bin ich und du. Na, hast du Lust?‘

Nun ist es aber so, dass jeder sein Drehbuch mit sich rumschleppt. Was dann in der Regel passiert ist dass mein Drehbuch auf dein Drehbuch stößt. Das ergibt dann ein drittes Drehbuch, ein ganz neues, welches sich aus meinem und deinem Drehbuch zusammensetzt. Insofern haben wir also drei Größen, drei Autoren. Mich, Dich und die Synergie unserer Beziehung. Der Begriff der Synergie meint für mich an dieser Stelle so viel wie die nicht zu steuernden positiven Effekte die beim aufeinandertreffen zweier Geschichten entstehen. Von positiven Effekten möchte ich sprechen, da allen lebenden Systemen der Impuls zu Wachstum und Entwicklung inne wohnt, da alle lebende Systeme ganz werden wollen, sich entwickeln wollen.

Lassen wir demnach meine Geschichte oder in meiner Sprache, meine Entwicklungsaufgaben und deine Geschichte, deine Entwicklungsaufgaben, sich zu einer gemeinsamen Geschichte und gemeinsamen Entwicklungsaufgaben vereinigen, erhalten wir eine in der Regel sehr spannende, vielleicht sollte man besser sagen spannungsgeladene dritte Geschichte: unser gemeinsames Drehbuch. Man könnte auch sagen, wir erhalten dann einen sehr spannenden Kontext, mit vielen dazugehörenden Abenteuern. Der Unterschied ist wahrscheinlich der dass wir den Geschichten im Theater und Kino gerne beiwohnen. Inszenieren sich diese Themen in unserer gemeinsamen Beziehungsgeschichte, innerhalb der Ehe, der Freundschaft oder der kollegialen Beziehung, den Beziehungen zu unseren Kindern, Eltern und Großeltern, finden wir das nicht mehr lustig, geschweige denn spannend.

Also was ist gemeint mit dem Wörtchen Kontext, der Orientierung der Systemischen Psycho – Somatik am Kontext? Für mich ließe sich das Wort Kontext am ehesten mit Balance übersetzen, einer stimmigen Balance in der Fokussierung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, und einer stimmigen Balance in der Fokussierung meiner, deiner und unserer ‚neuen‘, gemeinsamen Geschichte. An dieser Stelle wird deutlich wie wertvoll sich tiefenpsychologisch-analytische, humanistische, behaviourale und systemische Ansätze der Psychotherapie ergänzen können. Die Orientierung an der Geschichte, der Entwicklungsgeschichte und vor allem der Kindheit eines Menschen, die Betonung von dem was hier und jetzt zwischen dir und mir geschieht und die Frage nach den Zielen und Visionen eines Menschen, gehen hier eine kreative und ressourcenreiche Ehe ein.

Wenn wir Kontext als Balance zwischen einer Vergangenheits-, Gegenwarts- und Zukunftsorientierung, sowie als Balance zwischen Individuum und System begreifen, dann entsteht die Frage nach dem Individuum neu. Die Systemische Therapie und Beratung hat für sich als Quelle der Veränderung die Beziehungsgestaltung im ‚hier und jetzt‘ gewählt. Aus dem Wissen heraus, dass über die Beziehungsgestaltung immer wieder Chancen zur Krise resultieren, die weitere Entwicklung ermöglichen.



Die Möglichkeit Veränderung und Entwicklung über den Weg des individuellen Zugangs anzuregen, so wie dies die analytischen, behaviouralen und humanistischen Psychotherapieverfahren versuchen, wurde dabei weniger betont.

Fremdgehen.

- Fluch oder Segen ?

Nehmen wir an der Konflikt zweier Personen besteht darin, dass einer von beiden immer wieder fremd geht. Ich wähle das Thema des fremdgehens als eine der verletzendsten Formen sich auf unbewußtem Wege zu sagen: wir müssen etwas ändern! Sie können das fremdgehen jedoch durch beliebige andere Konflikte oder Verletzungen die wir uns innerhalb von Beziehungen zufügen ersetzen. Versuchen wir dieses Beispiel einmal in die zuvor geschilderten Gedanken einzuordnen. Was würde es bedeuten das Geschehen in seinen Auswirkungen in die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gleichermaßen einzuordnen. Als erstes müßten wir dann fragen: wessen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft? In Anlehnung an mein Verständnis von Kontext, in die von ihm und ihr, oder ihm und ihm, oder ihr und ihr, und die der dritten Person im Bunde, der gemeinsamen Beziehung.

- Ich müßte mich demnach fragen für wen in seiner Familie geht einer der Partner fremd? Mit wem innerhalb der eigenen Familie konfrontiert dies den Anderen?
- Anhand welcher Beziehungsbeiträge schickt der Andere Denjenigen der fremd geht unbewußt zum fremdgehen? Und inwiefern ist dies ein unbewußter Versuch Desjenigen der fremd geht einen Leibwächter für die gemeinsame Entwicklung in die Beziehung zu holen?
- Welche Vision von Beziehung verbindet Derjenige der fremd geht mit dem fremd gehen und welche Angst vor der Zukunft entwickelt Derjenige der den anderen unbewußter Weise weg geschickt hat?
- Und, welche Auswirkungen haben diese Antworten auf das gemeinsame Baby Beziehung?

Widmen wir uns Schritt für Schritt jeweils einer Frage.

Für wen in seiner Familie geht einer der Partner fremd?

- mit der Liebe der Kinderseele

Für wen in seiner Familie geht einer der Partner fremd? Hier ordnen wir das Geschehen also in die Vergangenheit, in die Familiengeschichte des Individuums ein. Zuerst einmal ist festzustellen dass niemand eine Antwort auf diese Frage geben kann, außer der Person selbst. Um diese erste Frage zu beantworten, für wen in seiner Familie einer der Partner fremd geht – sofern wir uns auf diese systemische Perspektive einlassen wollen – müssen wir dem Klienten einen Erfahrungsraum anbieten, einen emotionalen Suchraum, der ihm die notwendige Ruhe, Zeit, Langsamkeit und Sanftheit zur Verfügung stellt, die er für eine Antwort aus seinem Erfahrungsraum heraus braucht. Auch hier gilt es eine Balance zwischen Einsicht, Handlung und emotionalem Suchprozeß zu finden. Darauf möchte ich jedoch an anderer Stelle näher eingehen (siehe Erfahrungsorientierung).



Bedeutsam für mich ist zu wissen dass nur einer die gestellten Fragen beantworten kann: der Klient selbst. Also keine Deutungen, keine pathologisierenden Beschreibungen, kein objektives Außen. Immer wieder muß ich meine Aufmerksamkeit auf den Prozeß selbst lenken, auf die Frage wie ich den Klienten in seiner eigenen Suchbewegung unterstützen kann die Wege, vor allem auch die Irrwege zu gehen, die er auf seiner Suche gehen möchte, ja, gehen muß. Diesen Selbstbewegungen zu folgen, kann, insbesondere wenn wir die körperlichen Selbstbewegungen des Klienten miteinbeziehen, zu lösenden Bewegungen führen, die Antwort darauf geben können, für wen der Klient in seiner Familie fremd geht. Es gilt also noch einmal deutlich zu sagen: auch wenn wir uns hier diese Fragen stellen, Rat und Deutungen sind im psychotherapeutischen Prozeß schlicht und Ergreifend eine Frechheit. Durch Rat wird der Klient zum Hilflosen gemacht, der den starken Vater, die starke Mutter, den Berater braucht um weiter zu kommen. Der Klient braucht jedoch lediglich den Kontakt zu seinen eigenen Ressourcen um auf diesem Wege eigenständig Antworten und Lösungen für seine Fragestellungen finden zu können.

Also lasse ich meine Phantasien spielen. In dem fremd gehen könnte zum Beispiel eine unendliche Liebe der kleinen Tochter zum früh gestorbenen Vater, zur früh gestorbenen Mutter liegen, des kleinen Jungen zum liebevollen, liebenden Vater, zur liebevollen, liebenden Mutter, des Jugendlichen im Klienten zu seiner geliebten, oder auch gehaßten Schwester. Die Sehnsucht in der Familie kann jedem gelten, nie erlebten leiblichen Eltern, den sozialen Eltern, Geschwistern aber auch Großvätern und Großmüttern.

Man könnte also sagen, derjenige der fremd geht liebt sich seiner Familie, seiner Mutter, seinem Vater entgegen. Hierbei ist keineswegs klar dass die Sehnsucht zum Mann dem Vater gilt, die Sehnsucht zur Frau der Mutter gilt. Ich kann ebenso gut in meiner Liebe zu einer Frau die Liebe meines Vaters suchen, wie ich in der Liebe zu einem Mann, die Liebe meiner Mutter suchen kann, um gerade auf diesem Wege um so schmerzvollere Erfahrungen zu machen.

Die Frage ließe sich aber auch noch in eine andere Richtung verstehen. Für wen, also stellvertretend für wen, geht jemand fremd? Es kann also sein, dass derjenige der fremd geht innerhalb seiner Familie, ob durch ein Familienmitglied, oder das Familienklima, etwas darüber gelernt hat, was fehlt. Da Kinder ein unendlich feines Gespür dafür haben was Vater oder Mutter fehlt, werden sie versuchen dieses Fehlende ‚herzustellen‘. Als Erwachsene tun sie dies immer noch, in der Regel auf unbewußte Weise. Wenn ich also frage für wen derjenige fremd geht, dann würde hier die Suche in die Richtung gehen: welche Bedürfnisse von Vater oder Mutter, welche Sehnsüchte von Bruder oder Schwester, welche Hoffnungen von Oma oder Opa werden hier erfüllt? Stellvertretend für die Personen und deren Beziehungen wird dann fremd gegangen, in dem unbewußten Wunsch der Kinderseele, dadurch wieder gut zu machen, und auf diesem Wege das Fehlende innerhalb der eigenen Familie nachträglich ‚einbringen‘ zu können.

Nichts ist für den Menschen bedrohlicher als lebendig begraben zu sein, sich innerhalb seiner Beziehungen als lebender Toter zu erleben. Als Kinder lernen wir viel über die Ängste von Vater und Mutter. Als Erwachsene haben wir dieses Kinderherz immer noch und versuchen, aus Liebe zu Vater oder Mutter, jene Sehnsüchte zu erfüllen, auch indem wir fremd gehen, um dadurch dem Vater eine



Lebendigkeit zu schenken die er sich nie erlaubt hat, wegen der er vielleicht sogar viel zu früh gestorben ist, der Mutter eine (Lebens-)Lust zu schenken die sie sich nie gönnen könnte, vielleicht aus einem verzweifelten Schmerz, einer verzweifelten Wut der eigenen Mutter gegenüber, dem Vater zu zeigen dass man ihm in seinem Herzen, seiner Kinderseele immer noch treu ist, dass kein anderer Mann, keine andere Frau ihn ‚wirklich‘ binden kann. Der Möglichkeiten gibt es hier viele und es liegt nicht am Psychotherapeuten Antworten auf diese Fragen zu finden. Es ist, sofern dies der Klient wünscht, Aufgabe des Klienten. Als Psychotherapeut unterstütze ich meinen Klienten lediglich bei seinem Prozeß der Suche.

Mit wem innerhalb der eigenen Familie konfrontiert dies den Anderen?
- Expeditionen in das Familienunbewußte

Bleiben wir bei dem Gedanken dass ein stimmiges therapeutisches Geschehen die Konflikte des Klienten in den Kontext der Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft des Klienten und seiner Beziehungspartner einordnet. Bisher haben wir die erste Frage zu beantworten versucht: für wen in seiner eigenen Familie geht einer der Partner fremd?

Gehen wir einen Schritt weiter und fragen uns: Mit wem innerhalb der eigenen Familie konfrontiert dies den Anderen? In dieser Frage liegt eine Suchbewegung, sie könnten auch sagen eine Expedition in die Psyche des Partners, der betrogen wird. Wenn ich davon ausgehe, dass der Partner der betrogen wird, seinen Partner auf unbewußte Weise weggeschickt hat, also längst den Auftrag erteilt hat einen dritten in den Bund zu holen, um auf diese Weise mit den eigenen Themen, mit den eigenen, wie ich es genannt habe, Entwicklungsaufgaben, konfrontiert zu werden, dann muß ich mir die Frage stellen: in welche noch nicht abgeschlossenen Auseinandersetzungen mit der eigenen Entwicklungsgeschichte wird der ‚betrogene‘ Partner, man sollte besser vom unbewußt aktiven Partner sprechen, geschickt? Mit welchen abgelehnten Anteilen seiner eigenen Person konfrontiert ihn das fremdgehen? Mit welchen Anteilen seiner selbst und seiner prägenden Bezugspersonen wird er durch diesen fremden Partner konfrontiert? Der gelebten oder ungelebten Lebenslust seiner Mutter oder seiner selbst, der gelebten oder ungelebten Leidenschaft seines Vaters oder seiner selbst, der gelebten oder ungelebten Zärtlichkeit seiner Schwester oder seiner selbst? Der gelebten oder ungelebten Aggressivität seines Bruders oder seiner selbst?

Ich frage nach den gelebten oder ungelebten Anteilen, weil sowohl die Verachtung der gelebten Anteile, wie die Unterdrückung der nicht gelebten Anteile gleichermaßen den unbewußten Wunsch erzeugen kann, diese zu integrieren. Ob ich also die gelebte Lebenslust der Mutter als kleiner Junge, als kleines Mädchen, stillschweigend verachtet habe, oder ob ich unter der unterdrückten und nicht gelebten Lebenslust des Vaters gelitten habe, ist unerheblich. Ob ich heute diese Lebenslust lebe um sie meinem Vater, meiner Mutter zu schenken, oder ob ich sie heute bekämpfe um meinen Eltern zu zeigen wie es besser geht, ist ebenfalls unbedeutend. Entscheidend bleibt der unbewußte Umgang mit der, bleiben wir mal bei dem Beispiel, Lebenslust. Versuche ich mich mit allen zur Verfügung stehenden Mitteln gegen die Lebendigkeit des Lebens zu sichern, hole ich mir ‚das Leben‘ eben auf unbewußten Wegen herein, z.B. indem ich meinen Partner unbewußter Weise dazu einlade fremdzugehen.



Ich frage auch immer nach den gelebten oder ungelebten Anteilen seiner Schwester, Mutter, Vater, etc. oder seiner selbst, da auch dies gleichbedeutend ist. Lehne ich jene Seiten in meinem Vater ab, lehne ich sie auch in mir ab und umgekehrt. Das Fremdgehen des anderen konfrontiert also immer auch mit den eigenen Themen innerhalb der eigenen Familie. Es bleibt festzuhalten, dass der betrogene Partner längst seinen Glauben an seine Männlichkeit, seine Weiblichkeit verloren hat, bevor der andere fremdgeht. Er holt sich nur die Verletzung seiner Wunde ab, mit der Chance diese dadurch wahrzunehmen. Mit der Chance dadurch einen liebevolleren Umgang mit seiner wunden Stelle, hier seiner Männlich- oder Weiblichkeit, zu finden. Mit diesen beiden Fragen haben wir den vorgebrachten Konflikt in die Vergangenheit von beiden Partnern eingeordnet, dem fremd gehenden und dem betrogenen.

Anhand welcher Beziehungsbeiträge schickt der Andere Denjenigen der fremd geht unbewußt zum fremdgehen?

- Was du hasst, das hast du.

Gehen wir noch eine Frage weiter und ordnen den Konflikt in die Gegenwart von ihm und ihr ein: Anhand welcher Beziehungsbeiträge schickt der Andere Denjenigen der fremd geht unbewußt zum fremdgehen? Mit dieser Frage wenden wir uns dem hier und jetzt der Beziehung zu, der Frage was machen die beiden eigentlich im Moment miteinander. Wie reden, gehen, stehen, streiten, lachen, freuen, weinen, schreien, wüten, schluchzen, kämpfen, ringen, toben, freuen, spielen, brauchen, halten, verwöhnen, lieben sich, etc. die beiden eigentlich im hier und jetzt, jetzt gerade in diesem Augenblick, in welchem sie beim Therapeuten sitzen und versuchen ihren Konflikt zu lösen? Wie gestalten die beiden ihre Lebendigkeit, jetzt und hier, in diesem Augenblick? Auch diese Frage, wie alle bisherigen, kann kein objektives Außen beantworten, können immer nur die Klienten selbst beantworten. Als Therapeut helfe ich lediglich in der Richtung der Suchbewegung, die Antworten müssen die Klienten dann selbst finden.

Was machen die beiden miteinander? Erst wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf das lenken was wir im Moment miteinander machen, wird es uns möglich an der Art und Weise wie wir das machen, etwas zu ändern. Bleibt also die Frage: anhand welcher Beziehungsbeiträge schicke ich dich unbewußt zum fremdgehen? Oder einfacher gefragt: wodurch fühlst du dich weggeschickt? Durch meine Art dir zuzuhören oder dir nicht zuzuhören, dich zu berühren, dir in die Augen zu schauen, mit dir zu schlafen, durch die Art und Weise wie ich rede, stehe, gehe oder mit meinen Freunden umgehe, durch meine Dominanz oder meine Kraftlosigkeit, die Art und Weise wie ich mit dir streite oder nicht streite, etc.?

Ganz egal was genannt wird, hier gilt immer: was du hasst, das hast du. Das bedeutet, das, was ich am anderen so entschieden ablehne, ist eine Seite meiner eigenen Person, die ich nicht ausstehen kann, die ich schon bei meinem Vater oder meiner Mutter oder sonst wem meiner prägenden Bezugspersonen, nicht ausstehen konnte. Um wachsen zu können muß ich mit dieser Seite, mit diesen ungeliebten Seiten konfrontiert werden. Gelingt es uns beiden nicht dies täglich immer wieder in einer alltagsverträglichen Form zu tun, wird sich unser Beziehungsunbewußtes andere Wege ausdenken, in der Regel schmerzvollere.

Wenn ich dir sagen kann wie sehr ich dich hasse, dann weißt du wie sehr ich dich liebe



Wenn du mir zeigen kannst wie sehr du mich hasst, dann weiß ich wie sehr du mich liebst. Das ist ein Geheimnis. Ich glaube, meine Partnerin, meinen Partner schonen zu müssen, meinen Hass verstecken zu müssen um ihr, um ihm, nicht weh zu tun. In Wirklichkeit zeigt die Intensität meiner Wut die Intensität meiner Liebe. Nur der Partner den ich wirklich liebe, kann mich so verletzen, dass ich ihn hassen kann. Einfach weil sie, weil er, mich abhängig macht, weil ich mich verletzbar und angreifbar fühle, weil ich merke wie verwundbar ich bin, wieviel Sehnsucht nach Zärtlichkeit, Nähe, Spiel, Kampf, Wut und Liebe ich habe, wieviel Sehnsucht ich nach Beziehung, nach bezogen sein, nach einem Gegenüber habe. Weil sie, weil er mir zeigt, wie sehr ich den anderen, wie sehr ich Andere brauche. Zeige ich meine Wut, zeige ich mein verletzt sein, meine Verwundbarkeit, dann zeige ich wie sehr ich dich liebe, wie sehr ich dich brauche. Wenn ich dir sagen kann wie sehr ich dich hasse, mache ich dich stark, weil du dann weißt wie sehr ich dich liebe. Verstecke ich meine Wut, verstecke ich meine Liebe. Letztendlich aus Angst mich so verletzbar, so abhängig von dir zu zeigen. Aber das ist ein tieferes Geheimnis von Beziehung: in meinem Hass liegt meine Liebe für dich.

Sexualität ist Konflikt, und ohne Konflikt keine Sexualität

Beziehung ist eigentlich etwas ganz einfaches. Die Frau schenkt dem Mann die edleren, vor allem aber auch die unedleren, man könnte auch sagen Schattenseiten des Weiblichen, damit sich der Mann von der Mutter lösen kann, und der Mann schenkt der Frau die edleren, vor allem aber auch die Schattenseiten des Männlichen, damit sich die Frau vom Vater lösen kann. Alle laufen wir einem Bild von Mann, einem Bild von Frau, hinterher das frei sein soll von den Schattenseiten des männlichen und weiblichen. Wie sähe denn so eine, von den niederen Instinkten, den Schattenseiten befreite Welt, aus? Sie wäre entsetzlich langweilig. Händchen haltende Paare, die sich höflich und respektvoll miteinander unterhalten und auf eine Art und Weise miteinander schlafen, dass sie dabei einschlafen.

Bleiben wir bei der Sexualität. Was ist denn so magisch an ihr? Eben gerade die Möglichkeit mit den machtvollen Impulsen meiner selbst und des anderen in Kontakt zu kommen, gerade die Möglichkeit in symbolischer Form gemeinsam das Reich des Bösen und der dunklen Kräfte zu betreten. Sexualität ist in symbolischer Form immer auch Machtspiel zwischen Weiblich und Männlich; natürlich wird mit anderen Mitteln gekämpft, dennoch, es geht immer auch um die Macht des eigenen und des anderen Geschlechtes. Gerade das macht Sexualität so reizvoll. Je mehr ich mein Bedürfnis nach einem machtvollen Anderen ins Reich des Unbewußten verdamme, um so mehr Kraft kann es in destruktiver Weise auf mich ausüben. Um so weniger kann ich einen bewußten, lebendigen, vielleicht sogar humorvollen Umgang damit finden.

Dieses Bedürfnis zu verleugnen kann nicht gut ausgehen. Es geht eher darum diese Seiten in meine Beziehung einzuladen, in Form von einem bewußten und daher um so weniger destruktiven Spiel mit der Macht. Natürlich, Sexualität kann alles sein, leicht, verspielt, humorvoll, zärtlich, verschmust, ausgelassen. Entscheidend bleibt jedoch, wo Sexualität verniedlicht wird um das leidenschaftliche Machtspiel der Geschlechter zu entschärfen, verliert sie ihre Spannung. Sexualität ist Konflikt und ohne Konflikt keine Sexualität. Versuchen sie mal miteinander zu kämpfen, anstatt miteinander zu schlafen. Ich meine raufen so wie früher, wie sie das



als Kind auch gemacht haben. Vielleicht werden sie schneller und leidenschaftlicher miteinander schlafen als ihnen lieb ist.

Im Konflikt schenkt der Mann der Frau die Entheiligung des Vaters, schenkt die Frau dem Mann die Entheiligung der Mutter. Nicht alle Frauen sind so lieb, so unterstützend, so voller Hingabe und Verehrung wie Mama, nicht alle Männer sind so stark, so groß, so liebevoll und sanft wie Papa. Wird der Konflikt vermieden, der alltägliche Konflikt zwischen dir und mir, bleiben wir in einer kindlichen Wut und in einer kindlichen Sehnsucht nach dem heiligen Vater, der heiligen Mutter gefangen, die der Partnerschaft gefährlich werden kann.

Wenn ich mich frage was ich tue, um meine Partnerin, meinen Partner zum fremdgehen zu schicken, muß ich mich fragen welche Seiten meiner Selbst ich so entschieden ablehne, dass ich meine Partnerin, meinen Partner unbewußt dazu einlade diese Seite in unsere Beziehung zu holen. An welchen Stellen habe ich in unserem Beziehungsalltag Konfliktchancen ungenutzt gelassen, aus Angst mich oder dich zu verletzen, zu klein zu werden, mich zu verlieren, mißbraucht zu werden, beschämt zu werden, etc., und daher mit meinem Beziehungsverhalten meinen Partner, meine Partnerin dazu eingeladen den Konflikt von außen in die Beziehung zu holen.

Inwiefern ist dies ein unbewußter Versuch Desjenigen der fremd geht einen Leibwächter für die gemeinsame Entwicklung in die Beziehung zu holen?
- aua, Papa, du tust mir weh!

Insofern als auch der Partner der das ‚Symptom‘ produziert, um einmal auf eine allgemeinere Form zu erweitern, sich danach sehnt zu wachsen, d.h. die Sehnsucht hat ganz zu werden und jene Seiten seiner Person zu integrieren, die bisher als die ungeliebten Seiten im Konfliktgeschehen des Alltags nicht lebendig werden durften. Jene Schattenseiten sind letztendlich, werden sie an den Verhandlungstisch geholt, Lebensenergie, Kreativität, Kraft und Lebendigkeit. Erst wenn sie vom Verhandlungstisch ausgesperrt werden, beginnen sie in unbewußter Form destruktiv zu werden. Holen wir diese Seiten in die ‚Konferenzen unserer inneren Familie‘, in die Konferenzen unserer Persönlichkeitsanteile, d.h. an den Familientisch, dann können Auseinandersetzungen entstehen, die uns beide immer wieder lebendig werden lassen, die uns beiden immer wieder die Chance geben etwas über unsere gemeinsamen und individuellen blinden Flecken zu lernen. ‚Blind‘, weil wir andere brauchen um über diese etwas zu lernen. Erst wenn ich durch meinen blinden Fleck einem gegenüber weh getan habe, und erst wenn mein Gegenüber ‚aua‘ sagt, kann ich verstehen wie ich nicht nur meinem Gegenüber, sondern insbesondere auch mir selbst weh tue.

Beziehung bedeutet demnach auch sich weh zu tun und immer wieder, immer und immer wieder ‚aua‘ zu sagen, und das ziemlich kraftvoll. Erst wenn wir lernen in konstruktiver Form ‚aua‘ zu sagen wird es uns möglich im Beziehungsalltag lebendig zu bleiben. Was heißt konstruktiv? Mit konstruktiv meine ich eine Art und Weise der Mitteilung die weder Angriff noch Rückzug in destruktiver Form zuläßt. Mit konstruktiv meine ich ein im Konflikt bleiben, ein im Konflikt lebendig bleiben, ohne zu vernichten oder weg zu laufen.



Aber warum ist es so schwer im alltäglichen Beziehungsleben die Lebendigkeit zu erhalten die benötigt wird um immer und immer wieder in den Konflikt gehen zu können. Warum ist es so schwer nicht die konfliktlosen Zeiten zum Normalzustand der Partnerschaft zu machen, sondern den mit Freude, Lust, Kraft und Lebendigkeit gelebten Konflikt? Es ist so schwer weil in dem verbalisieren dessen was mich verletzt immer wieder auch der Mut zur eigenen Kinderseele enthalten ist. Und meine Kinderseele funktioniert nicht so wie sich das die erwachsene Seite in mir wünscht.

Sie ist traurig, obwohl ich gerade überhaupt keine Lust habe traurig zu sein. Sie ist beleidigt, obwohl ich mir denke, mein Gott ist das peinlich jetzt beleidigt zu sein. Sie ist sehnsüchtig, einsam und verlassen, obwohl ich mir denke, das kann doch wohl nicht wahr sein dass du jetzt solche Gefühle hast. Und sie ist eifersüchtig, sie will besitzen, sie will immer gehört werden, spielen nach Lust und Laune, sie will frei sein, bestimmen, manchmal auch beherrschen oder zerstören; eine Kinderseele eben, in all ihrer Unschuld und Naivität.

Diese Gefühle im täglichen Leben meiner Partnerschaft immer wieder zu bejahen fällt so schwer, weil wir eingestehen müssen, dass wir nicht so erwachsen, vernünftig und kontrolliert sind, wie wir das gerne wären. Je mehr ich nach außen hin fest- und zurückhalte, um so mehr werde ich von meiner Umwelt mit eben jenen ungeliebten Seiten meiner Kinderseele konfrontiert. Insofern bedeutet der Mut zur eigenen Kinderseele, und d.h. zur eigenen Irrationalität der Bedürfnisse, Impulse und Gefühle, immer auch der Mut zur eigenen Verletzlichkeit und, und das ist noch viel entscheidender, zur eigenen Lebendigkeit.

Wenden wir uns der Frage zu, wie das Geschehen in den aktuellen Beziehungskontext eingeordnet werden kann, in die Frage: was tun die beiden hier und jetzt miteinander? Und warum benötigen sie einen Leibwächter in Form von ‚Symptomen‘? Was passiert denn wenn einer fremd geht? Es tut dem anderen meist sehr weh, vielleicht sogar auch demjenigen der fremd gegangen ist. Und was sagen dann beide? Beide sagen: ‚aua‘, du tust mir weh! Verlassen wir noch einmal das hier und jetzt und fragen uns zu wem sie dieses ‚aua‘ denn noch sagen? Meine Vermutung ist: ‚aua‘ Mama, du tust mir weh, und: ‚aua‘ Papa, das verletzt mich. Es tut mir weh wenn du *auf diesem Weg* jene Seiten in unsere Beziehung holst die ich an dem Bild eines beschützenden Vaters, die ich an dem Bild einer liebevollen Mutter, so entschieden ablehne.

Ich will nichts wissen davon, dass Papa genauso langweilig, dumm, primitiv, unsensibel, schwach, etc, wie alle Männer war. Und wenn Papa so war, dann will ich nicht glauben dass es nicht irgendwo auf dieser Welt einen ‚besseren‘ Mann gibt. Ich will nicht wissen dass Mama genauso menschlich war wie alle Frauen, dass es auch in ihrem Reich des Unbewußten die Themen Macht, Mord und Sexualität gab. Und weil ich es so entschieden nicht wissen will, weil ich mich so entschieden dagegen wehre, weil ich so entschieden an der Sehnsucht meiner Kinderseele festhalte, werde ich um so entschiedener verletzt. Solange, bis ich diese sogenannten ‚niederer‘ Seiten oder auch Schattenseiten zum Bestandteil meiner Persönlichkeit, meines Lebens, meiner Kraft und Lebendigkeit werden lasse; ‚nieder‘ nur deshalb, weil sie nicht dem Bild eines guten Vaters, einer guten Mutter und meiner selbst entsprechen.



Welche Vision von Beziehung verbindet derjenige der fremd geht mit dem fremd gehen und welche Angst vor der Zukunft entwickelt derjenige der den anderen unbewußter Weise weg geschickt hat?

- ein Tag ohne Streit ist ein verlorener Tag

Versuchen wir das Geschehen neben der Vergangenheit und Gegenwart, in seine und ihre Zukunft mit der Frage einzuordnen: welche Vision von Beziehung verbindet derjenige der fremd geht mit dem fremd gehen und welche Angst vor der Zukunft entwickelt derjenige der den anderen unbewußter Weise weg geschickt hat?

Derjenige der aus der Beziehung tendiert hofft in der neuen Beziehung all das zu sein und zu werden was er in der alten Beziehung nicht sein konnte. Er hofft all das zu bekommen und im neuen Partner zu finden was der alte Partner nicht war. Der neue Partner wird so zu einer Vision wie ich mich in Zukunft gerne fühlen möchte und was ich in Zukunft in meinem neuen Partner finden möchte. All die Lebendigkeit, Ruhe, Diskussionsbereitschaft, Zärtlichkeit, Kraft, Wärme, Geborgenheit, Freiheit, eben all das was ich auf körperlich, geistig und seelischer Ebene bisher nicht leben konnte und nicht bekommen habe.

Der neue Partner wird so zum Symbol für all die ersehnten Eigenschaften die mir bei mir selbst, und die mir bei meinem alten Partner fehlen. Der neue Partner wird also zum Symbol für die Seiten des guten Vaters und meiner selbst, für die Seiten der guten Mutter und meiner selbst, im Kontrast zu den niederen Seiten im alten Partner und meiner selbst. Man kann sich das verliebt sein ein bisschen wie Rinderwahn vorstellen, die Hormone spielen verrückt, die Gefühle tun es auch. Nichts ist schöner. Solange wir jedoch glauben gesunde Beziehungen hätten etwas mit kontinuierlichem verliebtseins zu tun, gehen wir unseren Illusionen ordentlich auf den Laim. Eine gesunde Beziehung zeichnet sich viel mehr durch die Fähigkeit beider Partner aus, im Konflikt Lebendigkeit, Kraft und Energie, d.h. Lebensenergie zu finden. Liebe führt unweigerlich in den Konflikt, da wir in Beziehung gehen um uns zu verletzen, um uns unserer Wunden bewußt zu werden und um daran zu wachsen. Und ohne Konflikt keine Liebe. Ein Tag ohne Streit ist daher ein verlorener Tag, für meine Entwicklung, für deine Entwicklung, für unsere gemeinsame Entwicklung, für unser lebendig sein als Paar.

Und welche Angst vor der Zukunft entwickelt derjenige der den anderen unbewußt rausgeschickt hat? Die Angst davor wieder lebendig werden zu müssen, sich wieder rauss zu wagen, sich dem Leben und den Menschen wieder öffnen zu müssen; vor allem aber sich den abgelehnten Seiten der eigenen Person, des Partners und seiner inneren Familienmitglieder stellen zu müssen. Sei es in Form eines anderen Mannes, einer anderen Frau des Partners, der Partnerin oder in den Ängsten die damit verbunden sind.

Warum gibt es heutzutage so viele Singels wie nie? Weil wir eine Gesellschaft sind die es sich leisten kann ihren Illusionen hinterherzulaufen. Es ist doch viel schöner sich immer wieder neu zu verlieben, immer wieder das Gefühl zu haben die ‚gute‘ Mama, den ‚guten‘ Papa gefunden zu haben, als mit dem ‚bösen‘ Papa, der ‚bösen‘ Mama einen Tanz um die Abgründe des Männlichen und Weiblichen zu tanzen. Aber gerade darin liegt die Chance. Wenn ich das fremd gehen, ebenso wie jedes andere Symptom welches innerhalb von Partnerschaften produziert wird, als unbewußten Versuch sehen kann die Vision von Partnerschaft wieder in den Raum zu holen, die wir zu beginn unserer Beziehung entwickelt haben, dann wird aus der entstandenen,



meist schon längst vorhandenen Krise, eine Chance. Eine Chance für mehr Lebendigkeit, Verspieltheit, Wut, Freude, Lust, Trauer, Schmerz, Zärtlichkeit, Verliebtheit, Haß, Scham, Witz.

Und das wären dann die beziehungsgestaltenden Auswirkungen, die beziehungsgestaltenden Fähigkeiten auf das gemeinsame Baby Beziehung. Erst wenn wir uns durch die alltägliche Konfliktvermeidung bemühen, die unbewußten Wachstumskräfte, oder dramatischer formuliert, die Macht des Unbewußten, zu verleugnen, wird das Unbewußte im Sinne des alten Freud, zum Ort der ‚niederen‘ menschlichen Impulse wie Gier, Haß, Neid, Macht, Vernichtung, etc. Lernen wir diesen Impulsen im Alltagsgeschehen angemessen Raum zu geben um auf diese Weise lebendig zu bleiben, müssen wir nicht länger auf unbewußte Weise Symptome produzieren, die uns zum Wachstum zwingen. Würde man den freudschen Begriff des Unbewußten mit ein bisschen Frechheit umdeuten, so könnte man sagen, dass der alte Freud als einer der Ersten erkannt hat, dass es im Leben ohne ‚Sex, Drugs and Rock n’ Roll‘ eben nicht geht. Was er allerdings noch nicht ganz verstanden hatte war, dass ‚Sex, Drugs and Rock n’ Roll‘ nicht nur ‚niedere‘ Impulse des Unbewußten sind, sondern auch noch sehr viel Spaß machen können.

Indem ich wünsche, liebe ich

Partnerschaft bedeutet in diesem Sinne sich dem Gegenüber nicht nur in seinem erwachsenen Selbst, sondern insbesondere auch in seiner Kinderseele und seiner Schattenseite zuzumuten. Indem ich die Bedürfnissen meiner Kinderseele, die Bedürfnissen meiner Schattenseite, wahrnehme und in unsere Beziehung einbringe ermögliche ich uns beiden Entwicklung. Das Gegenüber schonen zu wollen bedeutet nicht nur meine, sondern gleichermaßen die Entwicklung des anderen zu verhindern. Halte ich meine Bedürfnisse zurück, im Glauben meinen Partner schonen zu wollen, nehme ich ihm auch die Möglichkeit sich in der Rolle des Gebenden zu erleben. Und geben macht stark. D.h. ich nehme dem anderen die Möglichkeit sich stark fühlen zu können, weil ich mich schon so geschwächt erlebe. Sollte mein Partner momentan ganz andere Bedürfnisse haben als ich, und nicht in die Rolle des Gebenden gehen wollen, nehme ich uns beiden die Möglichkeit in den Konflikt zu gehen. Und in den Konflikt zu gehen bringt mich wieder auf meine eigenen Füße, d.h. ich nehme mir die Chance wieder auf meinen Füßen zu landen.

Partner wollen nicht geschont werden. Nichts ist schöner als eine klare Ansage des Anderen darüber was er sich momentan wünscht, braucht oder gerne tun möchte. Ob in der Sexualität, der Alltagsgestaltung, der Kommunikation oder allen anderen Bereichen. Auch wenn ich momentan etwas ganz anderes will spüre ich dass durch diesen klaren Wunsch meines Partners mein Gefühl geliebt und gebraucht zu werden wachsen kann. Brauchen ist lieben. Nicht brauchen ist nicht lieben. Die Eingrenzung die ich durch die Wünsche meines Partners erfahre, ist eine liebevolle Eingrenzung, eine Eingrenzung aus Liebe. Und Liebe braucht klare Grenzen, auch und insbesondere in Form der Wünsche und Bedürfnisse meines Partners. Aus welchen Beziehungen laufen die Frauen eher davon? Aus der Beziehung zu einem dienenden Mann, der seiner Frau ähnlich liebevoll dient wie seiner Mutter. Aus welchen Beziehungen laufen die Männer eher davon? Aus der Beziehung zu einer dienenden Frau, die ihrem Mann ähnlich liebevoll dient wie ihrem Vater. Warum? Weil sie nach einiger Zeit die Achtung verloren haben, ebenso wie diese Partner die Achtung vor ihren Bedürfnissen verloren haben. Auch hier, lediglich eine Spiegelung.



Habe ich keine Achtung vor den Bedürfnissen meines erwachsenen Selbst, meiner Kinderseele und meiner Schattenseiten wird mein Gegenüber ebenso wenig Achtung vor diesen entwickeln können. Achtung zu haben, heißt konfliktbereit zu sein. Der Harmonie willen meine Bedürfnisse zu schlucken bedeutet zu verachten. Nichts ist schöner als die Bedürfnisse meines Partners, meiner Partnerin erfüllen zu können, in dem Erleben etwas geben zu können. Vielleicht ist das das Geheimnis der Frauen die sich laufend von ihren Männern auf der bewußten Ebene etwas wünschen. Der Mann darf der Frau hier ‚offiziell‘ dienen und sich dadurch stark fühlen oder er kann sich hier auf einer ‚bewußten‘ Ebene abgrenzen und der Frau wie sich selbst wieder auf die eigenen Füße helfen. Vielleicht ist das das Geheimnis jener Männer die sich laufend von ihren Frauen auf der bewußten Ebene etwas wünschen. Die Frau darf dem Mann hier auch ‚offiziell‘ dienen und sich dadurch stark fühlen oder sie kann sich hier auf einer ‚bewußten‘ Ebene abgrenzen und dem Mann wie sich selbst wieder auf die eigenen Füße helfen.

Indem ich wünsche habe ich noch lange nicht das Recht auf die Erfüllung meiner Wünsche gepachtet, aber indem ich wünsche, liebe ich. So egoistisch mein Wünschen an mancher Stelle auch erscheinen mag - vielleicht weil es meiner Kinderseele oder meinem Schatten entspringt - indem ich wünsche nehme ich mich und dich gleichermaßen ernst, weil ich uns beiden die Möglichkeit gebe, einen bewußten Umgang mit meinen Wünschen zu finden. Und auch wenn meine Wünsche unrealistisch sind, indem ich sie einbringe ermögliche ich uns beiden Entwicklung. Wünschen heißt sich zu entwickeln. Nur so lerne ich zu entwickeln was sich im Kontakt mit den Verletzungen meiner Eltern nicht anders gestalten konnte.

Zusammenfassung

Ich möchte im folgenden versuchen die wesentlichen Fragestellungen, die wesentlichen Suchrichtungen, noch einmal kurz zusammengefasst darzustellen. Ich möchte jedoch zwei Irrtümer vermeiden. Sie müssen sich vorstellen dass die Richtungen der Suche welche ich hier in Form verschiedener Fragen aufzeige nicht innerhalb einer Stunde, im Sinne eines Interviews abgehandelt werden können. Sie sind vielmehr Bestandteil der gesamten psychotherapeutischen Begegnung. Ich möchte meine Klienten einladen sich den Antworten zirkulär anzunähern, d.h. in Kreisbewegungen die sich wiederholen und doch kontinuierlich verändern. Welche Fragen und welcher Suchprozeß nach Antworten und Lösungsmustern für den Klienten bedeutsamer sind als andere entscheidet mein Klient. Der erste Irrtum wäre also zu glauben bei den hier aufgezeigten psychotherapeutischen Suchbewegungen handle es sich um kognitiv zu beantwortende Fragen.

Der zweite Irrtum würde darin liegen anzunehmen ich würde hier vollendete Psychotherapeutische Methoden vorlegen. Erstens glaube ich nicht an Methoden, Menschen heilen Menschen, nicht Methoden, zweitens gibt es für mich kein ‚vollendet‘. Jede Frage, jede Suchbewegung, jede Interaktion muß sich zwischen Therapeut und Klient in jedem Augenblick neu gestalten. Geschieht dies nicht wird Psychotherapie zur Methode, und das schafft mehr Verletzung als alles andere. Ich möchte sie daher dazu einladen mit mir gemeinsam weiterzuentwickeln, weiter zu denken, kreativ auszugestalten was ich hier begonnen habe. Folgen sie ihrem eigenen Reichtum, ihrer eigenen Kreativität, ihrer eigenen Sensibilität im Umgang mit ihren Klienten.



Ich versuche einmal das Kapitel Kontext zusammenzufassen. Ich ordne ein Geschehen, einen Konflikt, ein Symptom in den Kontext von

- Vergangenheit
- Gegenwart
- und Zukunft

ein.

- Vergangenheit meint die Entwicklungsgeschichte, die Zeit im Bauch der Mutter, die Zeit als Säugling, die Kindheit, Jugend und das frühe Erwachsenenalter, sowie die gesamte Geschichte bis zum heutigen Tag. Hierbei wird nicht das eine auf Kosten des anderen mehr oder weniger gewichtet. Was für den Klienten bedeutsam ist, entscheidet der Klient.
- Gegenwart meint das ‚hier und jetzt‘. Die Art und Weise wie momentan in Beziehung gegangen wird, welcher Art die momentanen Beziehungsbeiträge sind.
- Zukunft meint Visionen, Hoffnungen, Wünsche und Ängste bezogen auf zukünftige Beziehungsgestaltungen.

Ich spreche hier noch nicht von ‚meiner‘ Kindheit oder ‚meinen‘ Hoffnungen, weil ich weiterhin gleichermaßen nach mir, dir und uns fragen möchte. Ich ordne das Geschehen also innerhalb

- meiner Person
- deiner Person
- und unserer gemeinsamen Beziehung

ein. Dies gilt für Partner, Freunde, Eltern und Kinder, Kollegen, Geschwister, sowie die Beziehung von Therapeut und Klient gleichermaßen.

Anhand welcher Fragestellungen versuche ich gemeinsam mit meinem Klienten auf die Suche zu gehen?

1. Meine und deine Vergangenheit

Die allgemein formulierten Fragen lauten hier:

- Für wen in seiner Familie entwickelt der Klient das Geschehen, den Konflikt, das Symptom?

Welche Bedürfnisse von Vater oder Mutter, welche Sehnsüchte von Bruder oder Schwester, welche Hoffnungen von Oma oder Opa werden hier erfüllt? Inwiefern ist in dem Beziehungsgeschehen, dem Konflikt, dem Symptom der unbewusste Wunsch enthalten, auf diesem Wege das Fehlende innerhalb der eigenen Familie nachträglich erzeugen zu können?



- Mit wem innerhalb der eigenen Familie konfrontiert dies den oder die Beziehungspartner, d.h. den Partner, Sohn, Vater, Kollegen, Freund?

Mit welchen abgelehnten Anteilen der eigenen Person konfrontiert das Geschehen, der Konflikt, das Symptom? Mit welchen Anteilen seiner selbst und seiner Bezugspersonen (seiner inneren Familienmitglieder) wird der Beziehungspartner konfrontiert? In welche noch nicht abgeschlossenen Auseinandersetzungen mit der eigenen Entwicklungsgeschichte wird der Beziehungspartner geschickt?

2. Deine und meine Gegenwart

- Anhand welcher Beziehungsbeiträge lädt der Beziehungspartner den Klienten dazu ein, sein Beziehungsverhalten, den Konflikt, das Symptom zu erzeugen?

Wie reden, gehen, stehen, streiten, lachen, freuen, weinen, schreien, wüten, schluchzen, kämpfen, ringen, toben, spielen, brauchen, halten, verwöhnen, lieben sich, etc. die Beziehungspartner im hier und jetzt? Wie gestalten die beiden ihre Lebendigkeit, jetzt und hier, in diesem Augenblick, in welchem sie beim Therapeuten sitzen und versuchen ihren Konflikt zu lösen?

- Inwiefern ist dies ein unbewußter Versuch des Klienten einen Leibwächter für die gemeinsame Entwicklung in die Beziehung zu holen?

Welche ungeliebten Seiten können im Konfliktgeschehen des Alltags nicht lebendig werden? Wie könnte ein mit Freude, Lust, Kraft und Lebendigkeit gelebter Konflikt aussehen? Wie könnte der Mut zur eigenen Verletzlichkeit, zur eigenen Lebendigkeit, aussehen? Wie könnte im Konflikt genußfähig geblieben werden?

3. Deine und meine Zukunft

- Welche Vision von Beziehung verbindet derjenige der ein Symptom produziert mit diesem?

Inwiefern hofft der Klient unbewußt durch das produzieren der Symptomatik all die Lebendigkeit, Ruhe, Diskussionsbereitschaft, Zärtlichkeit, Kraft, Wärme, Geborgenheit, Freiheit, eben all das was auf körperlich, geistig und seelischer Ebene bisher nicht gelebt werden konnte, in die Beziehung integrieren zu können? Inwiefern wird die Symptomatik zu einer Vision dessen was ich in Zukunft in meinen Beziehungen gerne finden möchte?

- Welche Angst vor der Zukunft entwickelt der Beziehungspartner im Angesicht der Symptomatik?

Inwiefern hat der Beziehungspartner Angst davor wieder lebendig werden zu müssen, sich wieder rauss zu wagen, sich dem Leben und den Menschen wieder öffnen zu müssen? Vor allem aber sich den abgelehnten Seiten der eigenen Person, des Partners und seiner inneren Familienmitglieder stellen zu müssen?

4. Unser gemeinsames Beziehungsbaby



- Welche Auswirkungen hat die Symptomatik, der Konflikt auf das gemeinsame Baby Beziehung?

Inwiefern stellt die gemeinsam produzierte Symptomatik, der gemeinsam produzierte Konflikt einen unbewußten Versuch dar, die Vision von Beziehung in den Raum zu holen, die wir zu Beginn unserer Beziehung entwickelt haben? Inwiefern stellt die Symptomatik, der Konflikt, eine Chance für mehr Lebendigkeit, Verspieltheit, Wut, Freude, Lust, Trauer, Schmerz, Zärtlichkeit, Verliebtheit, Haß, Scham oder Witz dar?



Literatur

- Wienands, A. (2003). Systemische Lösungen. Perspektiven systemischer Theorie und Praxis. Vandenhoeck & Ruprecht Verlag, erscheint im Herbst 2003
- Wienands, A. (2002). Salvador Minuchin: „I believe in the family.“ Ein Erfahrungsbericht vom Minuchin Center for the Family. In: Kontext. Zeitschrift für Systemische Therapie und Familientherapie, Jg. 33, Heft 3/02, S. 213 - 223.
- Wienands, A. (2002). Palo Alto: die Wiege systemischen denkens. In: Zeitschrift für systemische Therapie, Jg. 20, Heft 4/02, S. 236 – 244.
- Wienands, A. (2002). Die heidelberger Konzeption systemischer Therapie an der psychosomatischen Klinik am Hardberg. In: Systeme. Interdisziplinäre Zeitschrift für systemtheoretisch orientierte Forschung, Jg. 16, Heft 1/02, S. 41 - 48

András Wienands

Diplom Psychologe, Systemischer Therapeut und Supervisor (DGSF).
Körperintegrierter Psychotherapeut (KPT). European Certificate of Psychotherapy (ECP). Leiter der Gesellschaft für Systemische Therapie und Beratung (GST).
Lehrtherapeut für systemische Therapie, Beratung (Coaching), Supervision und körperintegrierte Psychotherapie / Systemische Psycho – Somatik®. Studium der Psychologie in München (LMU), Berlin (HU) und den USA (Stanford). Stipendium durch die Studienstiftung des deutschen Volkes. Ausbildung in Systemischer Therapie, Beratung und Supervision am Mental Research Institute (MRI), Palo Alto, am Minuchin Center for the Family (MCF), New York, und am IFW, München.
Entwicklung und Begründung der Systemischen Psycho – Somatik®, einer systemisch fundierten, körperintegrierten Form der Psychotherapie. Mitglied der Europäischen Vereinigung für Psychotherapie (ECP), der Europäischen Vereinigung für Körperpsychotherapie (EABP) und der Deutschen Gesellschaft für Systemische Therapie und Familientherapie (DGSF). Autor mehrerer Fachartikel.
Psychotherapeutische Praxis in Berlin.

Anschrift des Autors

GST
Kremmenerstr. 9 – 11
10 435 Berlin
Tel/Fax (030) 462 69 69
www.gstb.org
wienands@gstb.org