

Zur kreativen Integration von Divergenzen in Paarbeziehungen

Simone Fopp Müller, Pfrn. Dr. theol. und Christoph Müller, Prof. Dr. theol., Köniz/Bern

Ein Beitrag zur Werkstatt-Tagung *Ambivalenz weiter denken...* Heidelberg, 15./16. Juni 2015
(veranstaltet vom Heidelberger Institut für systemische Forschung und Therapie e.V.; Zentrum für systemische Forschung und Beratung, Heidelberg; Exzellenzcluster „Kulturelle Grundlagen von Integration“, Universität Konstanz)

1. Ausgangspunkt

Wir gehen aus vom Ambivalenz-Diagramm¹, das Kurt Lüscher vorgeschlagen hat (Diagr. 1).

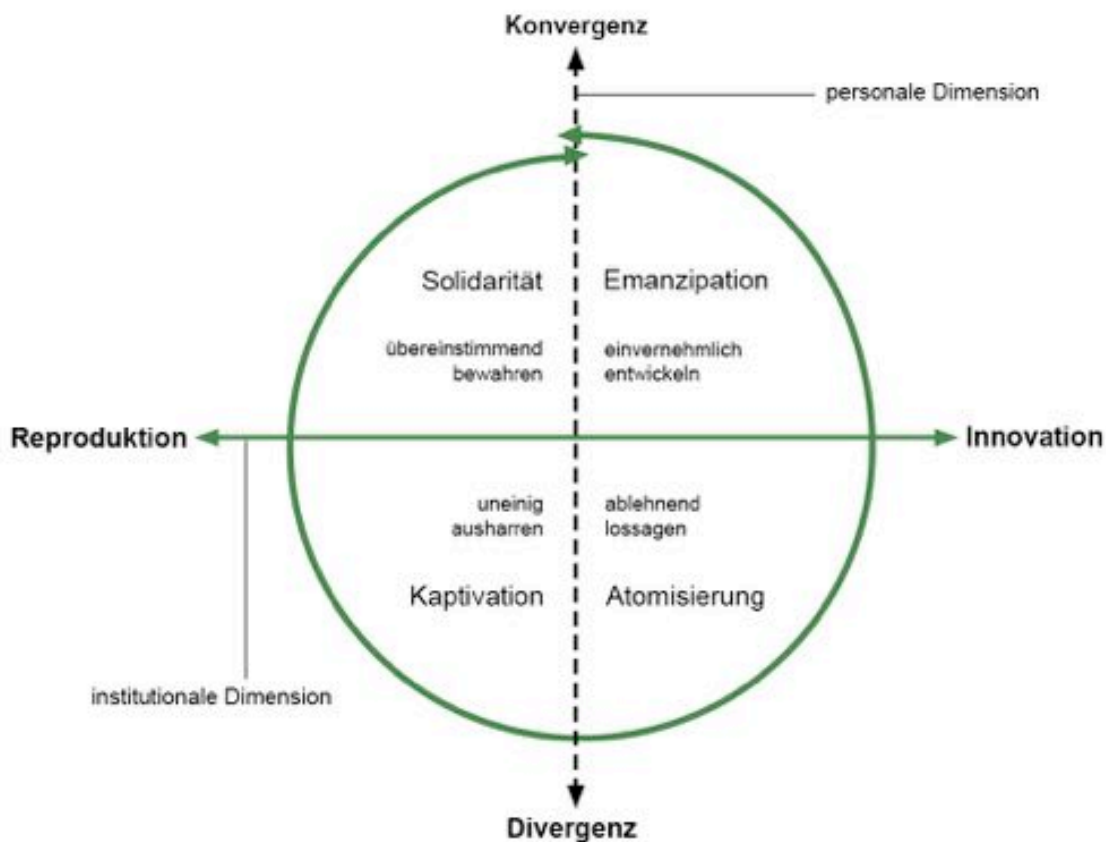


Diagramm 1

Definition

„Das Konzept der Ambivalenz bezeichnet Erfahrungen des ‚Vaszillierens‘ zwischen polaren Gegensätzen des Fühlens, Denkens, Wollens und sozialen Strukturen in der handlungsrelevanten Suche nach Bedeutung und Sinn sozialer Beziehungen, Fakten und Texten, die für Konstitution und Rekonstitution von Facetten persönlicher und kollektiver Identitäten wichtig sind.“ (K.Lüscher 2015)

¹ Wir verstehen Diagramme als kognitive Orientierungssysteme; sie können dazu verhelfen, Standortbestimmungen vorzunehmen, Varianten zu entdecken und spielerisch damit zu experimentieren. Natürlich meinen wir nicht, damit einen Universalschlüssel für alle Paarprobleme gefunden zu haben.

Wir möchten dieses Diagramm modifizieren und erweitern, indem wir dafür plädieren, die Dimension der Divergenz nicht nur auf negativ konnotierte Phänomene zu beziehen („uneinig ausharren“, „ablehnend lossagen“), sondern als unverzichtbare Beziehungsqualität einzubringen und deutlicher sichtbar zu machen.

In diesem Vorgehen zeigen sich unsere Interessen und Optionen: Wir lesen das Diagramm von K. Lüscher von unseren Erfahrungen in seelsorglichen Paar-Begegnungen (und von entsprechenden praktisch-theologischen Theoriekonzepten und Forschungsergebnissen²) aus, also mit lebenspraktischem Interesse – und dem Ziel, einen kreativen Umgang mit Ambivalenzen zu ermöglichen. Wir rezipieren das Ambivalenz-Konzept von einer Theologie aus, die sich verabschiedet hat von (indiskutabel erscheinenden) Eindeutigkeiten und als unfehlbar deklarierten Systemen (welcher Art auch immer).

Damit sind Wertungen³ impliziert, die wir mit dem Ambivalenzkonzept klarer benennen und transparent machen können: Wir gehen davon aus, dass eine Paarbeziehung lebendig bleibt, bzw. diese Lebendigkeit weiter entwickelt, wenn Spannungsverhältnisse wahrgenommen und gemeinsam gestaltet und in einer flexiblen Balance gehalten werden können.

Selbstwirksamkeit (Selbstzuständigkeit) *und* Verbundenheit (Angewiesensein) werden dann ebenso in einer für beide Partner sinnvollen wie fragilen Balance gehalten wie das Bewahren der Spielräume *und* die Lust an ihrer Erweiterung oder ggf. an nicht system-konformen Veränderungen.

2. Ambivalenzen in Paarbeziehungen

Es ist ein Kennzeichen des Ambivalenzkonzepts von K. Lüscher zu zeigen, wie grundlegend es für Beziehungen (und so auch für Paarbeziehungen) ist, dass die Beteiligten ambivalente Spannungsverhältnisse nicht nur zulassen, sondern auch kreativ gestalten können. K. Lüscher hat sich von Familienmodellen distanziert, welche v.a. die Generationensolidarität fokussieren⁴. Die kreativen Spannungsverhältnisse resultieren aus polaren Erfahrungsfeldern. Das von K. Lüscher vorgelegte Diagramm fokussiert die Polaritäten von Konvergenz und Divergenz, von Reproduktion (Bewahrung) und Innovation. Die Ausgestaltung der Balancen

² Fopp, Simone (2007): Trauung - Spannungsfelder und Segensräume. Empirisch-theologischer Entwurf eines Rituals im Übergang (Praktische Theologie heute 88), Stuttgart, 462 S.; Müller, Christoph (2010): Taufe als Lebensperspektive. Empirisch-theologische Erkundungen eines Schlüsselrituals (Praktische Theologie heute 106), Stuttgart, 300 S.; ders. (2009): Ambivalenzen in Kasualien. Wahrnehmungen und Umgangsweisen bei Taufen, kirchlichen Trauungen und Bestattungen, in: W. Dietrich /K. Lüscher /Chr. Müller: Ambivalenzen erkennen, aushalten und gestalten. Eine neue interdisziplinäre Perspektive für theologisches und kirchliches Arbeiten, Zürich, 123-192.

³ Wertungen (anthropologische Grundannahmen, normative Optionen usw.) sind in theoretischen Konzepten wie in der Praxis immer impliziert; das ist in der Seelsorge nicht anders als in psychologischer Beratung usw. Die Frage ist nur, ob diese Wertungen offengelegt oder intransparent gehalten werden.

Wissenschaftlich diskutabel sind Wertungen bzw. Basis-Annahmen dann, wenn sie benannt, reflektiert und in ihren Auswirkungen empirisch zugänglich gemacht werden.

K. Lüscher's elaboriertes Ambivalenzkonzept impliziert ebenso anthropologische (Plessner!) wie erkenntnistheoretische Optionen, z.B. durch die nicht-essentialistische Ausrichtung, durch ein prozesshaftes Denken in Spannungsfeldern, Möglichkeitsräumen usw.

In der Begleitung von Paarbeziehungen zeigen sich Wertungen bzw. ethische Orientierungen in vielfältiger Art; in den vorliegenden Überlegungen z.B. in unserem Plädoyer für Divergenz als wertvolle Beziehungsqualität – im Unterschied zu einer beziehungs- oder lebensfeindlichen Form der Divergenz; in der Wahl basaler Ambivalenzen wie: Nähe ⇔ Distanz; Bewahrung ⇔ Innovation; Selbstwirksamkeit ⇔ Verbundenheit; Autonomie ⇔ Bezogenheit; Lebenswirklichkeit als (gesellschaftlich, biografisch, milieuspezifisch usw.) konstruierte ⇔ Lebenswirklichkeit als unverfügbare, kontingente, überraschende, herausfordernde usw. Eine Wertung impliziert auch unsere Unterscheidung zwischen *Ambivalenzen* und gekappten Polaritäten (= „Brüchen“).

⁴ Z.B. Lüscher, Kurt/Liegler, Ludwig: Generationenbeziehungen in Familie und Gesellschaft (UTB 2425), Konstanz 2003, 263ff

ermöglicht unterschiedliche Konfigurationen: jetzt braucht es mehr Nähe, jetzt mehr Distanz, für den einen ist jetzt Bewahrung stärker gewichtet, für die andere eher Innovation usw.

3. Divergenz im Modus von „Führung / Anpassung“ und „Selbstverwirklichung“

Freilich erscheint uns durch die Benennungen „Kaptivation“ bzw. „Atomisierung“ und ihre Beschreibung der Aspekt der „Divergenz“ schwergewichtig negativ konnotiert: beziehungshinderlich bzw. beziehungsfeindlich. Wir gehen zwar davon aus, dass es Erfahrungen in Paarbeziehungen gibt, die als „Kaptivation“ bzw. „Atomisierung“ beschrieben werden können. Diese charakterisieren aber u.E. diejenigen Situationen, in denen Divergenz vorherrscht und Konvergenzen kaum noch oder überhaupt nicht mehr integriert werden können – ein Pol ist weggebrochen.

Wir gehen zudem davon aus, dass es Erfahrungsweisen von Divergenz gibt, welche mit Erfahrungen von Konvergenz in ein *kreatives* Spannungsfeld treten; sie sind für eine Paarbeziehung nicht nur förderlich, sondern auch notwendig – analog zu den Erfahrungsweisen, die Kurt Lüscher als „Solidarität“ bzw. „Emanzipation“ bezeichnet, in denen Bewahrung/Konvergenz bzw. Innovation/Konvergenz (zeitweilig) stärker gewichtet werden.

Wir schlagen für diese Beziehungserfahrungen, in denen Bewahrung/Divergenz bzw. Innovation/Divergenz (zeitweilig) stärker gewichtet werden, behelfsmässig die Begriffe „Führung/Anpassung“ bzw. „Selbstverwirklichung“ zur Diskussion vor.

Dabei scheint uns der „Nutzen“ des Diagramms noch stärker zum Ausdruck zu kommen, wenn wir berücksichtigen, dass bei Paaren die beiden Partnerinnen nicht selten unterschiedliche Gestaltungen der Spannungsverhältnisse aufweisen – und eine wichtige Aufgabe der Beratung auch darin liegt, diese Unterschiede wahrnehmbar, bewusst und der Reflexion zugänglich zu machen⁵ – und die „Differenzverträglichkeit“⁶ zu stärken. Die Befähigung, Konvergenz und Differenz als Ambivalenz wahrzunehmen, die nicht vermieden werden soll, vielmehr kreativ gestaltet werden kann, ist nach unserer Sicht für menschliche Beziehungen elementar. Diese Sicht markiert einen wichtigen Aspekt unseres anthropologischen „belief-system“. Sie visualisiert auch die Fruchtbarkeit des Konzepts in der Hinsicht, dass es „Bewahrung“ nur „gibt“, wenn auch Innovation im Spiel ist, „Konvergenz“ nur, wenn auch „Divergenz“ als Spannungspol Gewicht erhält usw.

Führung / Anpassung

Die Divergenzerfahrung wird in der situativ unterschiedlichen Verteilung von „Führung“ bzw. „Anpassung“ zwischen den Partnern kreativ gestaltet; dadurch können auf beziehungsförderliche Art divergente Haltungen, Erfahrungen oder Meinungen durch Führen und Bestimmen bzw. Sich-führen-Lassen und Nachgeben gelebt und in das ambivalente Paar-Spannungsverhältnis eingebracht werden.

Selbstverwirklichung

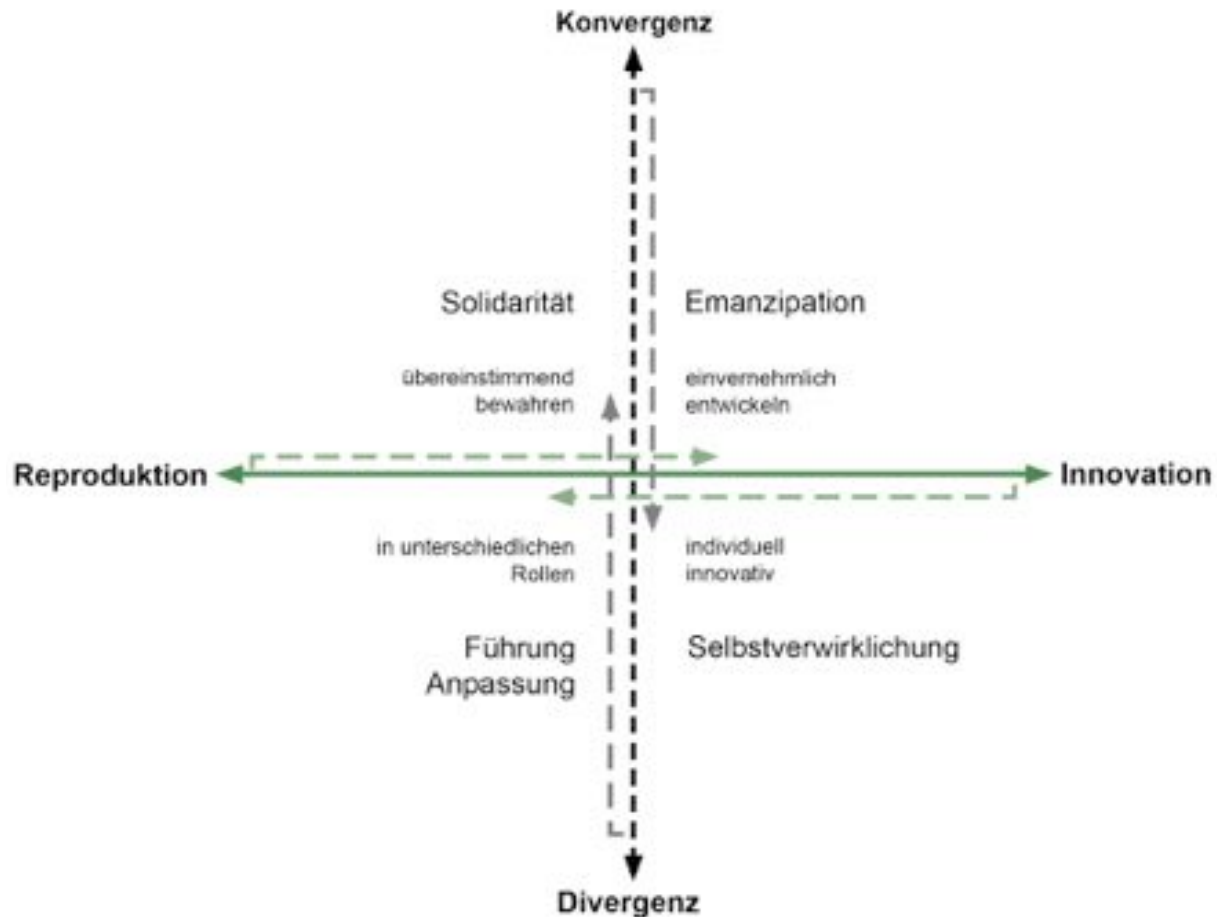
Gemeint ist die Erfahrung von Divergenz durch die starke Gewichtung der je eigenen individuell-innovativen Besonderheiten, ohne dadurch das gemeinsam zu Bewahrende zu verlieren.

⁵ Vgl. u. 4. Das Diagramm als Instrument der Selbst- und Fremdwahrnehmung und die weiteren Abschnitte.

⁶ Hans Saner plädiert für Differenzverträglichkeit – in Abgrenzung von einer immer mit einem einseitigen Machtverhältnis verbundenen „Toleranz“.

Entsprechend schlagen wir folgendes Diagramm vor :

Diagramm 2



4. Das Diagramm als Instrument der Selbst- und Fremdwahrnehmung (Empathie) – und der Einsicht in einen wichtigen Aspekt der Paar-„Wahrheit“

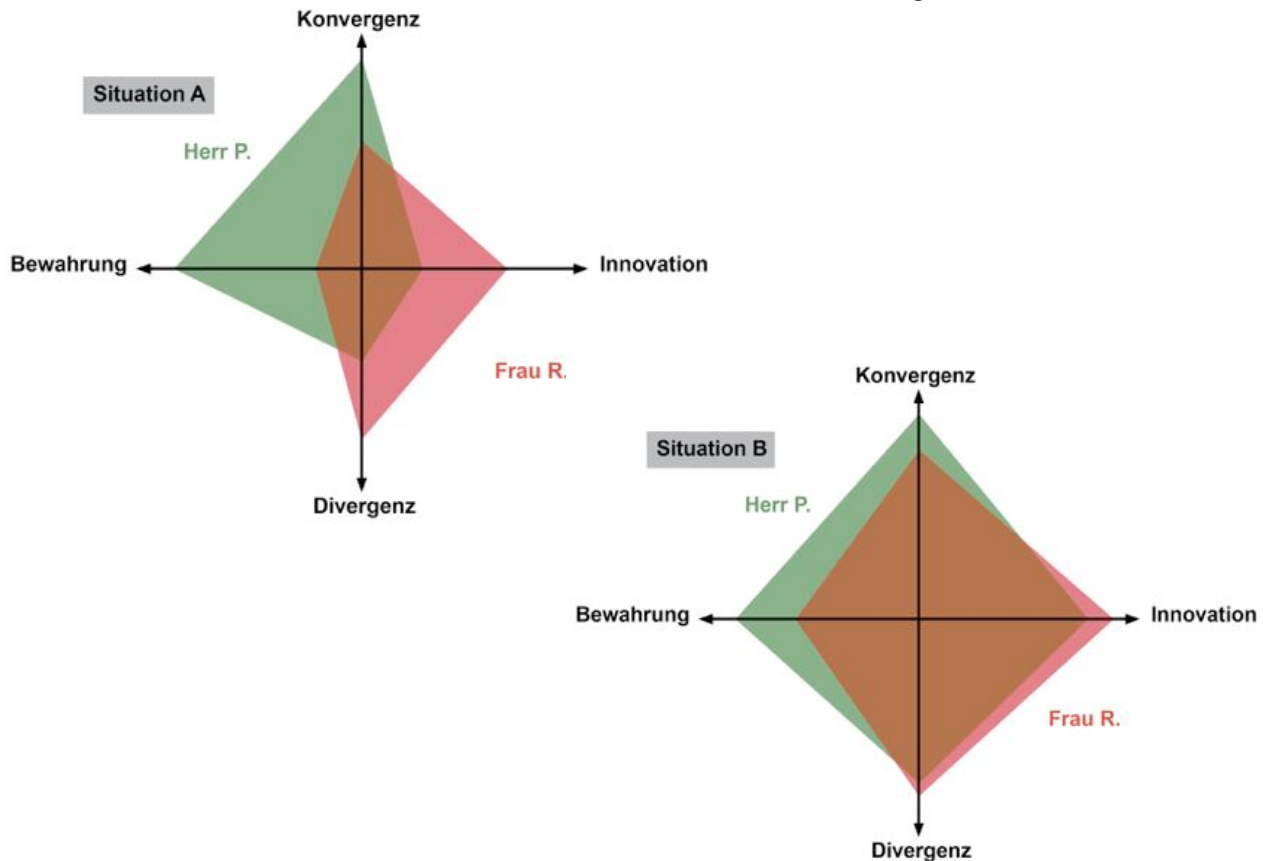
Das Diagramm (als ein gleichsam „Drittes“) ermöglicht ein auch spielerisches Erwägen von Fragen und Nachzeichnen von Fragen, gemeinsam mit dem Paar (bzw. der Partnerin/dem Partner). Die Skizzen können sich je nach Situation ändern und veranschaulichen Spielräume und Wahlmöglichkeiten.

- Zieht es mich jetzt eher zum Konvergenz- oder zum Divergenz-Pol?
- Zieht es mich eher zum Bewahrungs- oder zum Innovations-Pol?
- Was vermute ich bei meinem Partner/ meiner Partnerin?
- In welcher Situation habe ich mich auch anders erlebt? Wie?
- Was bräuchte ich, damit ich mich auch zum anderen Pol hin bewegen kann?
- Was brauche ich für die Stabilität? Welche Routinen/Gewohnheiten sind sinnvoll?
- Was ermöglicht mir/uns Bewegungsspielraum?
- Wie würde ich die (für mein Verständnis von Paarbeziehung) lebenswichtigsten Spannungsverhältnisse konkret benennen?
- Welche Spannungsfelder nehme ich in unserer Paarbeziehung wahr? Z.B.: Ordnung ⇔ Chaos; Spontaneität ⇔ Durchdachtheit (vgl. auch Absatz 6.1.).

- Was vermute ich beim Partner/bei der Partnerin?
- Welche Divergenzen motivieren uns zu Flexibilität und neuen Entdeckungen? Welche sind eher lähmend oder provozieren Widerstand und Abwehr?
- Wo ist es uns schon gelungen, gute Alternativen (Andersmöglichkeiten) zu den eingespielten und gewohnten Handlungs-, Denk- und Gefühlsmustern zu kreieren?
- Möchten Sie überhaupt etwas verändern?
- Was befürchten Sie bei einer Veränderung ihres Verhaltens in dieser Situation?

Herr P und Frau R haben in den folgenden Diagrammen ihre Selbstwahrnehmung in der Situation A bzw. Situation B eingezeichnet.

Diagramme 3 und 4



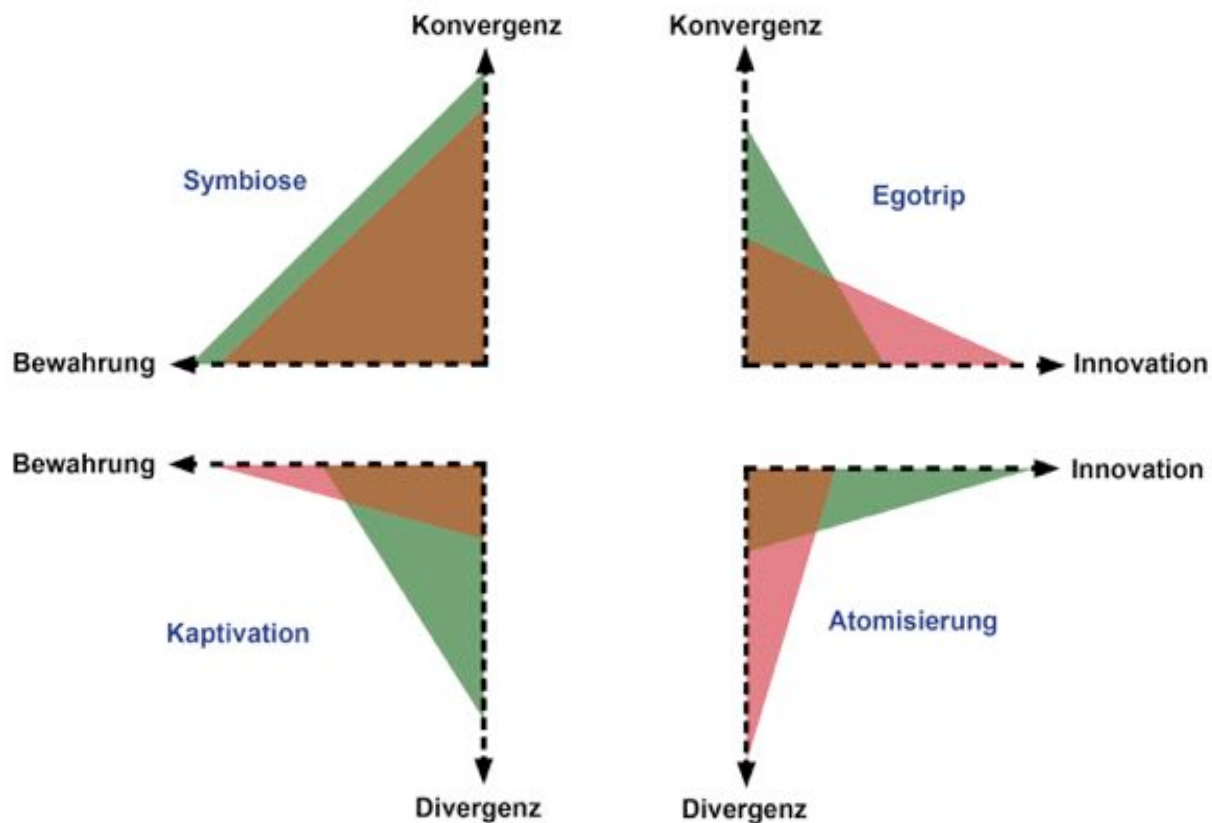
In der Situation A zeigt sich die Tendenz, dass sich Herr P ganz auf Bewahren und Konvergenz konzentrieren und Frau R sich vor allem innovativ bewegen will und Divergenzen dabei in Kauf nimmt. Situation B zeigt eine Verschiebung zu einem grösseren gemeinsamen „Ambivalenzraum“. – Eine gegenteilige Verschiebung kann zu zerbrechenden Polaritäten führen.

5. Typisierungen von Paarbeziehungen mit schwachen bzw. wegbrechenden Polaritäten („Brüchen“)

Wenn Paare bzw. die einzelnen Partner einen der beiden Ambivalenz-Pole nicht mehr zu integrieren verstehen, ihn meiden oder wegbrechen (lassen), dann tendieren sie dazu, sich in

einem Verhaltensmuster zu „arrangieren“, um die Beziehung auch ohne Spannungsfeld (oder mit den erinnerten) zu halten. Wir gehen davon aus, dass die Beziehung in einem vereinbarten oder irgendwie eingespielten „Arrangement“ weitergeführt wird. Die Paare können sich auch in einem bestimmten oder unterschiedlichen Verhaltensmuster(n) separieren, was zur Trennung führt. Solche Arrangements typisieren wir als „Atomisierung“, „Kaptivation“, „Egotrip“ oder „Solidaritätsdruck“.

Diagramme 5 - 8



5.1 Solidaritätsdruck / Symbiose (Diagramm 5)

Motto: „Wir brauchen einander und möchten, was uns verbindet, nicht verlieren“. Das Paar achtet auf seine Konvergenz-Konventionen. Die Beiden verpflichten sich zu gegenseitigem Einverständnis. Innovation und Divergenzen werden vermieden. Ohne sie wird es für die Partner schwer, sich als einzelne Personen mit ihren Bedürfnissen wahrzunehmen. Aber sobald Divergenzen oder das Bedürfnis nach Veränderung zum Vorschein kommen, scheint die Beziehung grundlegend gefährdet.

5.2 Gemeinsamer Egotrip (Diagramm 6)

Das Paar lebt nach dem Motto: „Wir erfinden uns ständig neu. Jede/r geht seinen/ihrer Weg, jede/r nach seiner/ihrer Façon, und dabei bleiben wir gute Kumpels.“ Ohne Divergenz ist eine wirkliche Innovation kaum möglich. Wenn die Pole Bewahrung und Divergenz gekappt sind,

ist der gemeinsame „Ambivalenz-Raum“ verlassen; damit geht auch die Chance des kreativen Umgangs mit den Spannungsfeldern verloren.

5.3 Kaptivation (Diagramm 7)

Motto: „Es geht nicht ohne Über- und Unterordnung“: Die Rollenverteilung ist klar festgelegt und fixiert die ambivalenzfreie Distanz. Eindeutige Machtverhältnisse garantieren Sicherheit und Stabilität; Innovation und Konvergenz sind gekappt. Ohne Konvergenz und Innovation bleibt die Beziehung nur äusserlich erhalten. Die Nachbarn sagen vielleicht: „Sie ergänzen sich gut.“

5.4 Atomisierung (Diagramm 8)

Motto: „Wir lassen einander frei. Jeder ist sich selbst der Nächste, alles andere ist nur anstrengend. Wir brauchen einander zum Glück nicht mehr, bleiben aber vorderhand aus pragmatischen Gründen beieinander, als Partner eines Vertrags, der jederzeit gekündigt werden kann.“ Diese Paare entfremden sich zusehends voneinander. Die Pole Bewahrung und Konvergenz sind gekappt.

6. Symptome der Gefährdung bzw. des Zerfalls von Ambivalenzen

Einige Beispiele:

- Vorwürfe, welche die (in der Sicht des Partners) einseitige Gewichtung der Spannung zum Thema haben. „Du schaust nur für dich!“ – „Du bist immer zu spät!“
- Konfliktsituationen, die für den einen verletzend, für den anderen unverständlich-befremdend sind. „Ich bin im falschen Film.“ – „Ich muss hier weg.“ – „Ich werde heruntergemacht“
- Gefühl des Absterbens einer lebendigen und noch innovativen, nicht völlig routinisierten Beziehung. „Gäh!“ – „Wir dümpeln nur noch so vor uns hin“
- Auseinandersetzungen nach dem immer gleichen Konflikt-Schema
- Gefühl, sich immer wieder anzupassen, um Konflikte zu vermeiden; die Empfindung, lieber im vertrauten Elend zuhause zu sein als sich zusammen in unvertraute Gefilde zu wagen
- Diffuses Gefühl von Verlorenheit. „Siehst du mich überhaupt noch?“
- Sehnsucht nach etwas ganz anderem als der jetzigen Beziehung
- Angst, Divergenzen/ Differenzen schon nur zu thematisieren
- Angst, das Bedürfnis nach Nähe zu benennen
- Eifersucht (s. Absatz 7.1.)
- Angst allein zu bleiben, wenn man etwas Neues wagt.

Ein Beispiel für eine Konfliktsituation mit der Tendenz zu Atomisierung bzw. Solidaritätsdruck

Ein Hochzeitspaar⁷ fühlt sich gestresst: die Sonne brennt unerbittlich und sie sind verschwitzt und müde. Da das Restaurant direkt am See gelegen ist, entscheidet sich der Bräutigam spontan, mit einigen Freunden kurz ins Wasser zu steigen. Seine Frau kann/will nicht mit und ist verletzt; es kommt später deswegen zum Streit. Aufgrund anderer Erzählungen dieses Paares, ist folgendes Verhaltensmuster erkennbar: Sie hätte von ihm mehr Solidarität erwartet. In dieser Situation konnte

⁷ Beispiel nach: S.Fopp (o.Anm.2), 237-239.

sie – aufgrund ihres Kleides, der Frisur etc. – nicht am Baden teilnehmen. Er fühlt sich unter Druck gesetzt und vertritt die Haltung der Individuation, auch mit dem Risiko der Atomisierung. Im Beispiel wird deutlich, dass das Paar nicht alleine sein Verhaltensmuster lebt, sondern dass die Gruppe der Freunde wie auch Gender-Fixierungen (Kleid etc.) zu bestimmten Verhaltensmustern beitragen. Wie hätten beide zufrieden Entspannung finden können? Wie könnte es dem Paar in Zukunft gelingen, Alternativen zum Solidaritätszwang bzw. zur Atomisierung zu finden?

7. „homo ambivalens“ als befreiende Einsicht – am Beispiel von Eifersucht und Projektionen

Die Aufmerksamkeit für Ambivalenzen stärkt die anthropologisch elementare „Differenzverträglichkeit“ – und die damit in Sicht kommenden „Andersmöglichkeiten“. Sie führt oft dazu, neue Spannungsverhältnisse zu entdecken – und Phänomene, die bisher als hinderlich oder als Gegensatz des Gewünschten oder Ersehnten betrachtet wurden, neu zu „interpunktieren“⁸: nicht als Gegensatz (//), sondern als Ambivalenz (↔).

7.1 Beispiel Eifersucht:

Wenn Eifersucht als heftige und meist zuerst als „negativ“ gewertete Gefühle wie Ungenügen, Verlust des Selbstwerts, Wut, heftige Aggressionen, bodenlose Enttäuschung, Ekel usw. nicht geleugnet, ausagiert, gegenattackiert, pathologisiert oder lächerlich gemacht werden, sondern als wichtiges Signal, als „Feuermelder“ (so K.Heer) und damit als „wesentlicher Klärungsinhalt“⁹ wahrgenommen werden können, erscheint der Partner nicht mehr als „Gegner“, sondern als Mensch, als verletzlicher „homo ambivalens“.

Das führt zu *spezifischen Diagrammen*, die präzise auf die jeweiligen Konfliktsituation abgestimmt sind: welche Polaritäten verhelfen dazu, dem Konflikt möglichst nahe zu kommen? Z.B.:

- Geborgenheitssehnsucht ↔ Abenteuer
- Sicherheitsbedürfnis ↔ etwas Verrücktes wagen
- Intimität ↔ Allein-Sein
- oder...?

Oder meint das Paar oder eine/r der beiden, eine dauerhafte Beziehung, gar eine Ehe, sei inkompatibel mit solchen Spannungsverhältnissen?

Bei der Diskussion dieser Fragen zeigen sich auch unterschiedliche (meist unbewusste) Wertungen von Konventionen. Ein Beispiel: Der Partner küsst eine Kollegin zur Begrüßung auf den Mund; für ihn ist das selbstverständlich – für die Partnerin nicht: für sie ist eine ihr wichtige Intimitäts-Grenze überschritten.

7.2 Projektionen

„Im Partner begegnet man nicht nur einem anderen Menschen, der einen ergänzt, sondern auch sich selbst; wobei dies gerade ein Teil des Selbst ist, den man oft nicht wahrhaben

⁸ Schulz von Thun, Friedemann: Miteinander reden. 1. Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der Kommunikation (rororo Sachbuch 7489), Reinbek b. Hamburg 1981 [zahlreiche Neuauflagen], 85ff. – Damit wird (um eine andere Metapher ins Spiel zu bringen) ein folgenreicher *Perspektivenwechsel* vollzogen.

⁹ Kramer, Barbara/Thomann, Christoph: Klärungshilfe: Ein kurzer Überblick über die Methode, in: dies. (Hg.): Klärungshilfe konkret. Konfliktklärung im privaten, beruflichen und öffentlichen Bereich, Reinbek b. Hamburg 2013, 13-25.15.

möchte und deshalb besonders bitter verfolgen und im andern kritisieren kann¹⁰.¹⁰ Oder bei einer überhöhenden Projektion: man sieht im anderen etwas, was man bei sich selber als unerreichbar einschätzt; man hält es deshalb von sich selber fern bzw. macht sich gar nicht erst auf den Weg dorthin.

Wenn wir davon ausgehen, dass unser bewusstes bzw. erwünschtes Selbstbild oft von einem „Schatten“ begleitet ist – und dies als Ambivalenzverhältnis interpunktiert werden kann, werden solche Entdeckungen in der Paarbeziehung einer weniger angstbesetzten Auseinandersetzung zugänglich und können eine Erweiterung des Ambivalenzraums eröffnen.

8. Mobile-Balancen

Beziehungen gehen auch dann ihrer Lebendigkeit verlustig, wenn die Spannungsfelder durch *einseitige Delegationen* aufgelöst werden, indem z.B. ein Partner fast nur noch den konvergenten und der andere fast nur noch den divergenten Pol lebt. Ebenso wird die Spannung gekappt bzw. werden Rollen fixiert, wenn beide sich auf ein Verhaltensmuster festlegen und gegenwirkende Pole negieren.

Lebendigkeit in einer Beziehung wird erlangt, wenn es gelingt, verschiedene Aspekte von Beziehung zu integrieren. Dabei kann das Bild vom Mobile¹¹ weiterführen:

Es ist nicht immer sinnvoll, den goldenen Mittelweg finden zu wollen. Die „Balancen“ bleiben nicht stabil, sondern können sich verschieben und in neuen Mustern aufgehoben werden. Was vorher als Mitte erschien, wird dann vielleicht für diese Phase zum Aussenelement.

Gleichzeitig wird mit dem Mobile-Vergleich eine immanente Fragilität visualisiert: wenn Veränderungen nicht neu austariert werden, können die Balancen kippen und zerbrechen.

Deshalb besteht wohl manchmal eine grosse Angst vor Veränderungen, da die Gewichtsverlagerung an einem Ort oft viele Veränderungen im ganzen System mit sich bringt. Wenn aber die Beweglichkeit als Chance gesehen wird, als etwas Spannend-Spielerisches (wie bei der Umgestaltung eines Mobile), dann können auch gemeinsam Verschiebungen gewagt werden.

9. Unterschiedliche Ambivalenz-Dimensionen

In Interaktionen sind immer unterschiedliche Ambivalenz-Dimensionen im Spiel. Es ist nicht immer einfach, sie situationsadäquat zu differenzieren, nicht zu verwechseln und nicht zu vermischen:

- Ambivalenzen in der Paarbeziehung
- bei den Partnern selber
- beim Paar der Beraterin gegenüber
- bei der Beraterin dem Paar gegenüber¹²
- beim Berater selber

¹⁰ Thomann, Christoph (1986): Beiträge zu einer Theorie der Klärungshilfe. Interventionen und handlungsleitender Hintergrund zur professionellen Gestaltung von Problemgesprächen in schwierigen Beziehungen (Paare, Familien, Wohn- und Arbeitsgruppen), Frankfurt a.M., 166.

¹¹ Ein eindrückliches und faszinierendes Mobile gehörte auch zur Berner Ausstellung von Markus Raetz, vgl. Lüscher, Kurt/Fischer, Hans Rudi: Ambivalenzen bedenken und nutzen, in: Familiendynamik. Systemische Praxis und Forschung 39 (2014), Heft 2, 84-95. Abb. 3 S. 93.

¹² z.B. Akzeptation ↔ Konfrontation; oder Sicherheit ↔ Risiko.

- bei der Reflexion des Beratungsprozesses
- auf bewusster *und* unbewusster, willkürlicher *und* unwillkürlicher „Ebene“
- auf methodischer Ebene

10. Zur Frage nach „enabling conditions“

Wir finden es wichtig, nach den „*enabling conditions*“, den befähigenden Bedingungen dafür zu fragen, dass eine *Bereitschaft* zu Ambivalenzen und eine entsprechende „agency“ nicht verhindert werden, sondern überhaupt entstehen oder gestärkt werden können.

Einige (Verhinderer-) Stichworte:

- ambivalenzfeindliche (Paar- bzw. Liebes-) Ideale bzw. Wertsysteme;
- Sehnsucht nach Eindeutigkeiten (z.B. „facts“ „unmittelbare“ Erfahrungen usw.); Abwehr und Ignorieren von Widersprüchen, Abwerten von Nicht-Eindeutigkeiten;
- Einengung auf verbale Sprache
- Einengung auf bewusste und kognitiv zugängliche Aspekte
- Angst vor Veränderungen und Differenzen;
- Abwehr von (reflexiven) Meta-Positionen
- usw.

Einige empowerment-Stichworte:

- Zuwendung und Sicherheit bekommen: „Boden unter den Füßen“
- Entdecken von eigenen Erfahrungen, in denen Ambivalenzen als förderlich und kreativ wahrgenommen wurden – in der Vielfalt von Expressionsmöglichkeiten und „Sprachen“ (z.B. Körpersprache, Musik usw.);
- Stärkung von Aufmerksamkeit und Präsenz (evtl. durch entsprechende Übungen);
- Stärkung der „Differenzverträglichkeit“
- Entdeckungen in der Erinnerungs-Schatztruhe: befreiende Veränderungen aus erstarrten (Denk-, Gefühls-, belief-, Handlungs-, Interaktions-) Mustern;
- Beispielgeschichten dafür, dass „Systeme“ (z.B. bestimmte Paar-Lebens- und -Deutungsmuster, „mentale Karten“ von Paaren) wahrgenommen werden und nicht-systemkonforme Möglichkeitsräume für Neues entstehen konnten¹³
- Stärken von sozialen, emotionalen, mentalen, spirituellen, neuronalen... Ressourcen
- usw.

Die Beachtung dieser enabling conditions ermöglicht es, ggf. gemeinsam mit den Paaren auch mit den Diagrammen zu arbeiten. Die Arbeit mit den Diagrammen erfolgt auf einer Metaebene, kann damit eine gewisse Distanz zu sich selber verschaffen und auf eher spielerische und heuristische Weise die Gelegenheit geben, Situationen neu zu sehen und noch unvertraute Ambivalenzräume zu erkunden.

¹³ wobei das Spannungsverhältnis System ⇔ Nicht-systemkonform-Neues ins Spiel kommt...