

Fremdgehen – Fluch oder Segen? Ein systemisches Unterfangen.

Dieser Text ist ein Auszug aus dem Buch: Choreographien der Seele. Lösungsorientierte Systemische Psycho – Somatik und ist im Kösel Verlag, München, 2005, erschienen.

Kontext: vergangenheits-, gegenwarts- und zukunftsorientiert

Kontext. Dieses Wort ist ebenso viel- und nichtssagend wie das Wort 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, an meine Visionen, Hoffnungen und Ängste. Was bedeutet also, 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 schade, wenn die Vision der zukünftigen Beziehungskontexte, innerhalb derer ich mein Leben gestalten möchte, außer Acht gelassen würde.

Die Systemische Psycho – Somatik ist kontextorientiert, weil sie sich bemüht, 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, 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 zwischen der Entwicklungsgeschichte des Individuums und seinen Visionen halte.

Individuum oder System ?

Systeme gestalten Individuen und Individuen gestalten Systeme. Die moderneren Ansätze gehen noch einen Schritt weiter, indem sie davon ausgehen, dass nicht Systeme Probleme generieren, sondern dass das Reden über Probleme Systeme generiert. Diejenigen Personen, die im Moment über ein Problem reden, bilden das System, das die Möglichkeit hat, das sogenannte Problem – sprechen wir hier besser von Entwicklungsaufgaben – aufrechtzuerhalten oder zu verändern.

Das ist ein wunderschöner Gedanke, da davon ausgegangen wird, dass sich die Entwicklungsaufgaben eines Menschen innerhalb der verschiedensten Kontexte inszenieren können. Das ist eine neue Sicht. Plötzlich haben wir wieder eine individuelle Persönlichkeit, die ihre Entwicklungsaufgaben gerade an Ort und Stelle inszeniert, meist unbewusst. Das bedeutet also, ohne irgendjemand um seine Meinung zu fragen, 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 sich gerade anbietet. Unschuldige, ungefragte Ehemänner und Ehefrauen, Kinder, Kollegen und Freunde müssen irgendeine Inszenierung aufführen, obwohl sie gar keine Lust dazu haben. Man hat sie ja noch nicht einmal gefragt: ‚Du, ich ha-

be da ein spannendes Stück im Kopf. Ich bin Autor, Dramaturg und Regisseur, Schauspieler sind wir beide. Na, hast du Lust?’

Nun trägt aber jeder sein Drehbuch mit sich herum. In der Regel trifft mein Drehbuch auf dein Drehbuch. Das ergibt dann ein drittes Drehbuch, ein ganz neues, das 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 bedeutet so viel wie die nicht zu steuernden positiven Effekte, die beim Aufeinandertreffen zweier Geschichten entstehen. Diese Effekte möchte ich als positiv bezeichnen, da allen lebenden Systemen der Impuls zu Wachstum und Entwicklung innewohnt, da alle lebenden 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, besser spannungsgeladene dritte Geschichte: unser gemeinsames Drehbuch. Das spielt dann in einem sehr spannenden Kontext, mit vielen dazugehörigen 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, sondern meist sehr schmerzhaft.

Also was ist gemeint mit Kontext, der Orientierung der Systemischen Psycho – Somatik am Kontext? Für mich ließe sich das Wort Kontext am ehesten mit einer stimmigen Balance von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft und von meiner, deiner und unserer ‚neuen‘, gemeinsamen Geschichte, übersetzen. An dieser Stelle wird deutlich, wie wertvoll sich tiefenpsychologisch-analytische, humanistische, behaviorale und systemische Ansätze der Psychotherapie ergänzen. Die Orientierung an der Geschichte, der Entwicklungsgeschichte und vor allem der Kindheit eines Menschen, die Betonung von dem, was gegenwärtig 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, entsteht die Frage nach dem Individuum neu.

Fremdgehen: Fluch oder Segen?

Nehmen wir an, der Konflikt zweier Personen besteht darin, dass einer von beiden immer wieder fremdgeht. Ich wähle das Thema Fremdgehen 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 in die zuvor geschilderten Gedanken einzuordnen. Was würde es bedeuten, das Geschehen in seinen Auswirkungen auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft gleichermaßen einzuordnen? Als Erstes müssten wir fragen: wessen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft? In Anlehnung an mein Verständnis von Kontext, die von ihm und ihr, ihm und ihm, 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 fremdgeht, unbewusst zum Fremdgehen? Und inwiefern ist dies ein unbewusster Versuch desjenigen, der fremdgeht, einen Leibwächter für die gemeinsame Entwicklung in die Beziehung zu holen?
- Welche Vision von Beziehung verbindet derjenige der Fremdgeht, mit dem Fremdgehen und welche Angst vor der Zukunft entwickelt Derjenige, der den anderen unbewusster Weise weggeschickt hat?
- Schliesslich: Welche Auswirkungen haben diese Antworten auf das gemeinsame Baby Beziehung?

Widmen wir uns Schritt für Schritt jeweils einer Frage.

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 Perspektive einlassen wollen – müssen wir dem Klienten einen Erfahrungsraum anbieten, einen emotionalen Suchraum, der ihm die notwendige Ruhe, Zeit, Langsamkeit und Sicherheit 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 fremdgeht.

Also lasse ich meine Phantasien spielen. Im Fremdgehen 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 Fremdgeht 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. 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 anders verstehen. Für wen, also stellvertretend für wen, geht jemand fremd? Es kann sein, dass derjenige, der fremdgeht, 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 einzubringen. Als Erwachsene tun sie dies immer noch, in der Regel auf unbewusste Weise. Wenn ich also frage, für wen jemand fremdgeht, dann würde 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 erfüllt? Stellvertretend für die Personen und deren Beziehungen wird dann fremdgegangen, mit dem unbewussten Wunsch der Kinderseele, dadurch wieder gutzumachen, 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 fremdgehen. Dadurch schenken wir dem Vater eine Lebendigkeit, die er sich nie erlaubt hat, wegen der er vielleicht sogar viel zu früh gestorben ist. Oder wir schenken der Mutter eine (Lebens-)Lust, die sie sich nie gönnen konnte. Oder wir zeigen dem Vater, dass man ihm in seinem Herzen, seiner Kinderseele, immer noch treu ist, dass kein anderer Mann, keine andere Frau uns ‚wirklich‘ binden kann. Der Möglichkeiten gibt es viele und es ist nicht Aufgabe des 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 Suchprozess.

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, man könnte 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, der unbewußt aktive Partner, geschickt? Mit welchen abgelehnten Anteilen seiner eige-

nen 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 können, 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 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 unbewusst dazu einlade fremdzugehen. Ich frage auch immer nach den gelebten oder ungelebten Anteilen seiner Schwester, Mutter, Vater 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 oder 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 Fremdgehenden und dem Betrogenen.

Was du hasst, das hast du.

Gehen wir noch weiter und ordnen den Konflikt in die Gegenwart von ihm und ihr ein: Anhand welcher Beziehungsbeiträge schickt der andere denjenigen, der fremdgeht 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 die beiden im Hier und Jetzt, gerade in diesem Augenblick, in dem 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, können immer nur die Klienten selbst beantworten. Als Therapeut helfe ich lediglich bei der Richtung der Suchbewegung. Die Antworten müssen die Klienten selbst finden.

Wie gehen die beiden miteinander um? 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?

Ganz egal, was genannt wird, hier gilt immer: was du hasst, das hast du. Das bedeutet, dass das, was ich am anderen so entschieden ablehne, eine Seite meiner eigenen Person ist, die ich nicht ausstehen kann, die ich schon bei meinem Vater oder meiner Mutter oder einer 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.

In meinem Hass liegt meine Liebe für dich

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, wie viel Sehnsucht nach Zärtlichkeit, Nähe, Spiel, Kampf, Wut und Liebe ich habe, wie viel 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 meine Verletzung, 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, ohne Konflikt keine Sexualität

Beziehung ist eigentlich etwas ganz Einfaches. Die Frau schenkt dem Mann die edleren, vor allem aber auch die unedleren, die Schattenseiten des Weiblichen, damit sich der Mann von der Mutter lösen kann. Der Mann schenkt der Frau die edleren, vor allem aber auch die unedleren, die Schattenseiten des Männlichen, damit sich die Frau vom Vater lösen kann. Dies gilt für hetero- und homosexuelle Beziehungen gleichermaßen. Es ist unerheblich ob es sich bei meinem Partner, meiner Partnerin um einen Mann oder um eine Frau handelt. 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 einen oder anderen, unabhängig davon, ob es sich um die Sexualität von Mann und Frau, zweier Männer oder zweier Frauen handelt. Es ist der Kampf zweier Prinzipien, der Kampf des Männlichen gegen das Weibliche. Gerade das macht Sexualität so reizvoll. Je mehr ich mein Bedürfnis nach einem machtvollen anderen ins Reich des Unbewussten verdamme, umso 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, dass Sexualität ihre Spannung verliert, wenn sie verniedlicht wird, um das leidenschaftliche Machtspiel der Geschlechter zu entschärfen. Sexualität ist Konflikt und ohne Konflikt gibt es keine Sexualität. Versuchen Sie mal, miteinander zu kämpfen, anstatt miteinander zu schlafen, zu raufen wie als Kind. Vielleicht werden Sie schneller und leidenschaftlicher miteinander schlafen, als Sie es für möglich gehalten hätten.

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. Selbst bei Kindern, die von ihren Eltern abgelehnt worden sind, verhält es sich im Erwachsenenalter nicht anders. Je mehr der Partner, die Partnerin als heiliges Gegenbild zum Vater, zur Mutter dienen soll und je mehr die dunklen Seiten des Männlichen und Weiblichen verleugnet werden, um so machtvoller und verletzender, drängen diese ans Licht.

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 oder beschämt zu werden und daher mit meinem Beziehungsverhalten meinen Partner, meine Partnerin dazu eingeladen, den Konflikt von außen in die Beziehung zu holen.

Auch der Partner, der das ‚Symptom‘ produziert, um einmal auf eine allgemeinere Form zu erweitern, sehnt sich danach, zu wachsen, d.h. hat die Sehnsucht, ganz zu werden und jene Seiten seiner Person zu integrieren, die bisher als die ungeliebten Seiten im Konfliktgeschehen des Alltags nicht lebendig werden durften.

Du tust mir weh

Jene Schattenseiten sind letztendlich, werden sie an den Verhandlungstisch geholt, Lebensenergie, Kreativität, Kraft und Lebendigkeit. Erst wenn sie vom Verhandlungs-

tisch 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, also an den Familientisch, dann können Auseinandersetzungen entstehen, die uns beide lebendig werden lassen, die uns beiden 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 wehtue.

Beziehung bedeutet demnach auch, sich weh zu tun 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. Mit konstruktiv meine ich eine Art und Weise der Mitteilung, die weder Angriff noch Rückzug in destruktiver Form zulässt. Ein im Konflikt bleiben, ein im Konflikt lebendig bleiben, ohne zu vernichten oder wegzulaufen.

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 uns 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 zur eigenen Irrationalität der Bedürfnisse, Impulse und Gefühle, immer auch der Mut zur eigenen Verletzlichkeit und noch viel entscheidender, zur eigenen Lebendigkeit.

Wenden wir uns der Frage zu, wie das Geschehen in den aktuellen Beziehungskontext eingeordnet werden kann: was tun die beiden hier und jetzt miteinander? Und warum benötigen sie einen Nachhilfelehrer in Form von ‚Symptomen‘? Was passiert denn, wenn einer fremd geht? Es tut dem anderen meist sehr weh, vielleicht sogar auch demjenigen, der fremdgegangen 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‘ 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.

Die Kinderseele im Mann, der Frau, will nichts wissen davon, dass Papa genauso langweilig, dumm, primitiv, unsensibel oder schwach 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 so genannten ‚dunklen‘ Seiten oder auch Schattenseiten zum Bestandteil meiner Persönlichkeit, meines Lebens, meiner Kraft und Lebendigkeit werden lasse; ‚dunkel‘ nur deshalb, weil sie nicht dem Bild eines guten Vaters, einer guten Mutter und meiner Selbst entsprechen. Der Unterschied besteht darin, dass das erwachsene Selbst um das ‚Böse‘ im Menschen weiss und dennoch an das ‚Gute‘ in ihm glaubt. Die Kinderseele vertraut hingegen, in einer unschuldigen und naiven Weise, auf das ‚Gute‘ im Menschen, ohne um das ‚Böse‘ zu wissen.

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 fremdgeht mit dem Fremdgehen und welche Angst vor der Zukunft entwickelt derjenige, der den anderen unbewusst weggeschickt 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 körperlicher, geistiger und seelischer Ebene bisher nicht leben konnte.

Der neue Partner wird zum Symbol für all die ersehnten Anteile, 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 ungeliebten Seiten im alten Partner und meiner Selbst. Man kann sich das Verliebtsein ein bisschen wie Rinderwahn vorstellen: die Hormone spielen verrückt, die Gefühle tun es auch. Nichts ist schöner. Eine gesunde Beziehung zeichnet sich vielmehr durch die Fähigkeit beider Partner aus, im Konflikt Lebendigkeit, Kraft und Energie, 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 daran zu wachsen. Ein Tag ohne Streit ist daher ein verlorener Tag für meine Entwicklung, für deine Entwicklung, für unsere gemeinsame Entwicklung, für unser Lebendigsein 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 raus 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.

Es gibt heutzutage so viele Singles 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 Fremdgehen, ebenso wie jedes andere Symptom, das innerhalb von Partnerschaften produziert wird, als unbewussten Versuch sehe, 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.

Das wären 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 oder Vernichtung. Es wird zum Freudschen ‚Es‘. 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.

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 Bedürfnisse meiner Kinderseele, die Bedürfnisse 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 zu schonen, nehme ich ihm auch die Möglichkeit, sich in der Rolle des Gebenden zu erleben. Und geben macht stark. 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. In den Konflikt zu gehen, bringt mich wieder auf meine eigenen Füße, ich nehme mir also die Chance, wieder auf meinen Füßen zu landen.

Partner wollen nicht geschont werden. Nichts ist schöner als eine klare Aussage 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. Liebe braucht klare Grenzen, auch und insbesondere in Form der Wünsche und Bedürfnisse meines Partners. Frauen verlassen schneller eine Beziehung zu einem dienenden Mann, der seiner Frau ähnlich

liebevoll dient wie seiner Mutter. Männern fliehen schneller aus einer Beziehung zu einer dienenden Frau, die ihrem Mann ähnlich liebevoll dient wie ihrem Vater. Nach einiger Zeit haben sie die Achtung verloren, ebenso wie diese Partner die Achtung vor ihren eigenen Bedürfnissen verloren haben. Auch hier handelt es sich lediglich um 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. Um 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, gegenüber den Wünschen seiner Frau, abgrenzen und sowohl der Frau als auch sich selbst wieder auf die eigenen Füße helfen. Umgekehrt verhält es sich genauso.

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 diese zu verhandeln. 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 ich im Kontakt mit meinen Eltern und ihren Verletzungen 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, die 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 handele es sich um ein kognitiv zu beantwortendes Interview.

Der zweite Irrtum läge darin anzunehmen, ich würde hier vollendete psychotherapeutische Methoden vorlegen. Vollendet würde bedeuten, dass alles enthalten ist. Vollständigkeit weist somit jede Beziehung zu anderen Dingen ab. Eben dies möchte ich vermeiden. Zirkulär zu denken bedeutet für mich, die Integration verschiedenster, auch sich gegenseitig auf den ersten Eindruck ausschliessender, Ideen. Natürlich treffe ich dabei eine Auswahl. Jede Wirklichkeitsbeschreibung basiert auf einer Auswahl. Dennoch will ich Wirklichkeit beschreiben, auch methodisch, solange ich mir bewusst bleibe, dass ich dabei bestimmte Aspekte von Wirklichkeit ausgewählt habe. Letztendlich ist meine Unternehmung, zentrale Perspektiven, Aspekte und Methoden zu beschreiben, nie mehr als ein, mit vielfältigen Irrtümern behafteter Versuch. Am Ende gilt: Menschen heilen Menschen, nicht Methoden. Jede Frage, jede Suchbewegung, jede Interaktion muss zwischen Therapeut und Klient in jedem Augenblick neu verhandelt werden können. Ich möchte sie einladen, mit mir gemeinsam weiterzuentwickeln, weiterzudenken und kreativ auszugestalten, was ich hier lediglich zu skizzieren begonnen habe.

Ein Geschehen, ein Konflikt, ein Symptom ist eingebettet in den Kontext von

- Vergangenheit,
- Gegenwart,
- und Zukunft.

- 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 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.

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 zu erzeugen?

- 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 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 die Beziehungspartner im Moment? 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 das Thema, das Symptom, der Konflikt, ein unbewusster Versuch des Klienten, einen Nachhilfelehrer 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 man im Konflikt genussfähig bleiben?

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 körperlicher, geistiger 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 raus 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?

Andras Wienands, Diplom Psychologe, verheiratet, Vater von zwei Söhnen.
Systemischer Berater, Therapeut und Supervisor. Leiter der Gesellschaft für Systemische Therapie und Beratung. Begründung der Lösungsorientierten systemischen Psycho - Somatik, einer körperorientierten Form systemischer Therapie. Studium der Psychologie in München (LMU), Berlin (HU) und den USA (Stanford). Stipendium durch die Studienstiftung des deutschen Volkes. Ausbildung in Systemischer Therapie, Beratung, Supervision und somatischer Psychotherapie am Mental Research Institute (MRI), Palo Alto, am Minuchin Center for the Family (MCF), New York und am IFW, München. Seit 2000 Tätigkeit bei Kinderland e.V. – Verein zur Förderung von Kindern, Jugendlichen und Familien – in der systemischen Beratung, Therapie und Supervision von Einzelnen, Paaren, Familien und Teamstrukturen. Geschäftsführer der Gesellschaft für Systemische Therapie und Beratung (GST).

Anschrift des Autors

GST GmbH
Kremmenerstr. 9-11
10 435 Berlin
(030) 462 69 69
wienands@gstb.org
www.gstb.org