



Regeln für konstruktives Streiten

Zur Lebensweise der GCL

erschienen in: Werkheft GCL 2/2015, 8-11

„Streitet miteinander so wie ich mit euch gestritten habe“: das hat Jesus von Nazareth nicht gesagt. Aber streiten konnte er und trägt Streit und Zwietracht sogar in die Familien hinein. Er wird zornig, als er sieht, dass man aus dem Jerusalemer Tempel ein Shopping-Center und Bankinstitut gemacht hat, in dem sich alles nur ums Geld dreht. Voller Wut wirft er die Marktstände und Tische um und jagt die Händler und Geldwechsler aus dem Tempel. Jesus war nicht nur ein friedlicher Mensch. Er setzte sich mit seinen Gegnern aggressiv auseinander und hatte Feinde, die ihn schließlich ans Kreuz brachten.

Auch Ignatius von Loyola beherrschte die Kunst der Konfrontation und der konstruktiven Auseinandersetzung in hohem Maße. Zeit seines Lebens hatte er Mühen und Kämpfe zu bestehen. Neunmal war er von der Inquisition angeklagt. Auf schwierigen Reisen zu Schiff und durch viele Kampfgebiete hindurch, als Spion verdächtigt, verhaftet und in Ketten gelegt, geriet er oft in Todesgefahr. Er kämpfte um seine soziale Position, um die Zuneigung von Frauen, um sein Selbstbild, um Gesundheit, um einen gnädigen Gott, gegen Selbstmordgedanken, um kirchliche Anerkennung, um Gewinnung von Gefährten und vor allem um und für Menschen und deren „Heil“.

Den Orden, den er gründete, sah er in der Nachfolge des „kämpfenden Jesus“. Seine Mitbrüder schickte er dorthin, wo die Lage in Kirche und Welt besonders schwierig und herausfordernd war. Für ihre Aufgaben und Aufträge sind sie vorbereitet durch die Erfahrungen der Exerzitien.

Zugleich ist Ignatius sehr realistisch, wenn es darum geht, sich und andere nicht zu überfordern. Schmerzliche Erfahrungen haben ihn gelehrt, die eigenen Grenzen zu respektieren und mit sich selbst und anderen barmherzig umzugehen. Von niemandem soll etwas verlangt werden, was über die eigene Fassenskraft geht. Er respektiert die Einmaligkeit und Einzigartigkeit eines jeden Menschen und ist überzeugt davon: „Es gibt keinen größeren Fehler in den geistlichen Dingen, als die anderen nach sich selbst leiten zu wollen“.

Von ihm lässt sich über alle Unterschiede von Zeiten und Kulturen hinweg einiges lernen über konstruktives Streiten. Die folgenden Überlegungen sind von seiner Spiritualität inspiriert und gehen davon aus: Streiten ist im Leben und Zusammenleben unvermeidlich. Das beginnt im eigenen Herzen, wenn Werte und Bedürfnisse im Widerstreit miteinander liegen. Das geht weiter in Beziehungen, in Teams und Gruppen und Organisationen.

Und hoffentlich sind in unserer Gesellschaft die Zeiten unumkehrbar vorbei, in denen eine selbsternannte oder sich auf göttliche Erwählung berufende Instanz in einem geheimen Zirkel zusammentritt und am nächsten Morgen einer erstaunten Öffentlichkeit verkündet, was zu tun und zu lassen ist und wie das von oben nach unten umgesetzt werden muss. Öffentliche Diskurse und politische Auseinandersetzungen sind ohne Streiten schlichtweg nicht denkbar.

Es gilt also, eine gute eigene „Streitkultur“ zu entwickeln, die in diesen verschiedenen Lebensbereichen brauchbar ist. Dazu wollen diese zehn „Regeln“ helfen.

- *Finden Sie heraus, zu welchem Streitverhalten Sie spontan am ehesten neigen.*

Kein Mensch muss sich künstlich Situationen schaffen, in denen er streiten lernen kann, sondern das Leben liefert die Gelegenheiten dazu sozusagen „frei Haus“. Versuchen Sie wahrzunehmen, ob Sie eher ein „Beziehungstyp“ oder eher sach-orientiert sind. Weder die eine noch die andere Ausrichtung ist besser oder schlechter als die andere. Und achten Sie dann darauf, ob Sie eher dazu neigen, einen Streit auf die Spitze zu treiben, ob Sie ihm eher ausweichen oder ihn zudecken oder ob Sie eher bereit sind, Kompromisse zu schließen.

- *Lernen und üben Sie zu konfrontieren.*

Weil die Wahrheit nicht immer in der Mitte liegt, ist diese Weise zu streiten die wirksamste. Sie zu praktizieren gelingt jedoch nicht von allein. Eine konstruktive Konfrontation baut darauf auf, Ich-Botschaften zu senden statt Du-Botschaften oder allgemeine Appelle. Man muss sich außerdem Zeit nehmen, um Beobachtungen, Gefühle und Überlegungen mitzuteilen. Erwartungen und Forderungen wollen besprochen und geprüft werden. Gut gemeint ist dabei nicht gut genug!

Ein konstruktives Gespräch, in dem Sie Ihr Gegenüber konfrontieren wollen, lässt sich nicht zwischen Tür und Angel führen. Man muss sich dazu wie zu einem großen Dienstgespräch verabreden. Und dann gilt es, das Wichtige wirklich klar und deutlich anzusprechen und nicht darauf zu vertrauen, dass es von allein geschieht. Das braucht Zeit und Übung. Man muss „dran bleiben“, um sich durch Misserfolge nicht abschrecken zu lassen.

- *Finden Sie vor einem Streit so klar wie möglich heraus, was in der Konfliktlage Ihre Werte und Bedürfnisse sind.*

Dabei hilft es sehr, die Bedürfnisse, Gefühle und Begierden zunächst einmal wahrzunehmen, sie aber nicht moralisch zu bewerten. Eine frühzeitige Bewertung verhindert in der Regel das Wahrnehmen aller Regungen. Viele Menschen haben verlernt, bestimmte Regungen bei sich wahrzunehmen. Unbequeme oder unerträgliche Gefühle werden im Laufe der Entwicklung oft verdrängt. Versuchen Sie doch einmal, Gefühle und Wünsche in sich wahrzunehmen und zuzulassen, die mit Ihrem Wertesystem *nicht* übereinstimmen!

Es kommt dabei sowieso nichts zu Tage, was nicht ohnehin der Fall ist! Vielleicht entdecken Sie dabei sogar: „Die Wahrheit wird euch frei machen“ (Joh 8,32).

- *Riskieren Sie in nahen und bedeutungsvollen Beziehungen, auch heikle und schwierige Themen möglichst offen und klar anzusprechen.*

Es ist ein Irrtum zu meinen, dass in einer Freundschaft oder Liebesbeziehung irgendwann einmal alles geklärt sei. Wie langweilig wäre das! Die großen Themen des Lebens sind nie und nimmer geklärt. Sind sie es einmal anscheinend, so ist das ein Stillstand. Über Interessen und Bedürfnisse, Sympathie und Antipathie, Zuneigung und Ablehnung, Vertrauen und Misstrauen, Gefühle und Beziehungsgestaltung, persönliche Wertvorstellungen und Tabus müssen wir in nahen Beziehungen immer wieder neu nachdenken und „verhandeln“. Was muss als gegeben hingenommen werden und was ist veränderbar?

Wer eher ein „Reh“ ist, versucht besser nicht, zum „Tiger“ zu werden – und umgekehrt. Rechnen Sie beim Streiten in nahen Beziehungen mit der geballten Wucht von starken und heftigen Gefühlen, die wir im bürgerlichen Alltag gern verdrängen. In wirklich schwierigen und verfahrenen Lebenssituationen ist es keine Schande, externe Unterstützung und Beratung in Anspruch zu nehmen.

- *Versuchen Sie bei jedem Streit so klar wie möglich zu erfassen, in welchem Bereich die Streitpunkte vorrangig angesiedelt sind.*

Es ist sehr hilfreich und nützt überaus viel, Sachfragen auf der Sachebene anzusprechen und zu klären und Beziehungsfragen auf der Beziehungsebene. Das ist eine allererste Unterscheidung zum Sortieren und Analysieren, was wohin gehört. Und weiter: welche Aspekte eines Streites haben ihre Ursache in den Besonderheiten einer beteiligten Person und sind also vorrangig dort zu klären? Was liegt an unzureichender Kommunikation? Wo ist man bei aller menschlichen Wertschätzung in der Sache uneins und will das auch nicht verschleiern? Und wo verhindern schlechte oder unzureichende Strukturen, dass eine Organisation oder ein System sich weiterentwickeln?

Eine Störung in einem dieser Bereiche nicht zu beachten führt oft dazu, dass sie sich wie ein Lauffeuer verbreitet und der Streit die anderen Bereiche auch noch infiziert.

- *Im Berufsfeld hat das Sachlich-Fachliche den Vorrang vor dem Persönlich-Individuellen.*

Nicht selten entstehen im Berufsfeld Freundschaften, und manches Ehepaar hat sich im Arbeitsfeld kennengelernt, nachdem man lange und intensiv am selben Projekt miteinander zu schaffen hatte. Aber zunächst haben sich Menschen, die durch einen Arbeitsvertrag im Berufsfeld zusammengeführt sind, nicht gegenseitig ausgesucht. Was sie verbindet, ist nicht in erster Linie die persönliche Sympathie. Sie „müssen“ nicht Freunde werden, sondern konfliktarm und einigermaßen konstruktiv miteinander zusammenarbeiten.

Oft ist schon viel gewonnen, wenn man sich das Leben nicht schwerer macht, als es ist. Nicht alle können sich lieben und müssen sich auch nicht sympathisch sein! „Einer trage des anderen Last; so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen“ (Gal 6,2), sagt der Apostel Paulus.

- *Vermischen Sie nicht die Rolle des Vorgesetzten mit der Rolle des Freundes oder des Beraters.*

Bei den Indianern gibt es den Häuptling und den Schamanen. Ein Stamm braucht beide Funktionen. Aber klugerweise vermischt man sie nicht in einer Person. In den Priesterseminaren der katholischen Kirche gibt es den Regens und den Spiritual. Der eine ist für den äußeren Bereich der Ausbildung und für die Disziplin zuständig, der andere für den Gewissensbereich und das persönliche Wachstum. Ein Rechtsanwalt hat andere Aufgaben als ein Staatsanwalt, ein *Ermittler* soll die Wahrheit herausfinden, ein *Vermittler* Menschen ins Gespräch bringen.

Sicher ist es zu einfach, die jeweils beiden Rollen nach dem Modell von Sankt Nikolaus und Knecht Ruprecht zuzuordnen: Der eine bringt die Geschenke, der andere haut mit der Rute zu. Aber klug ist es, die eigene Rolle und Funktion klar zu erfassen und nicht zu vermischen mit Tätigkeiten, die mit ihr nicht vereinbar sind.

- *Lernen Sie von Jesus von Nazareth.*

Von Jesus lässt sich eine Menge darüber lernen, wie man miteinander konstruktiv streiten kann. Er hat bei einem Streit die schwierigen Punkte klar und deutlich angesprochen und nicht drum herum geredet. Er konnte meisterhaft andere konfrontieren. Er hat nicht auf das Amt oder die Funktion eines Gegners geschaut, sondern die „Sache“ angesprochen, um die es ihm ging. Er kannte keine Menschenfurcht. Er machte anderen keine Angst und ließ sein Leben nicht von Angst bestimmen.

Jesus war sich seiner Gefühle bewusst und zeigte sie situations- und menschenangemessen. In Auseinandersetzungen erkannte er die Fallen, die seine Gegner ihm stellten, und tappte nicht in sie hinein. Und wenn es sein musste, beendete Jesus ein Streitgespräch, statt fruchtlos weiter zu diskutieren und sich im Kreise zu drehen.

- *Schließen Sie Frieden.*

In einem Streit können Christen das Risiko des ersten Schrittes auf sich nehmen. Die theologische Begründung dafür ist, dass der vermeintlich erste Schritt in der Sicht des Glaubens tatsächlich bereits der zweite ist. Denn nach Auskunft der christlichen Botschaft ist Gott selbst es, der als Erster auf uns zukommt und „bittet“, wir möchten uns durch das Angebot seiner Beziehung heilen und versöhnen lassen. Die Antwort des Glaubens – der „zweite Schritt“ Gott gegenüber – besteht darin, dass wir anderen Menschen gegenüber zum Risiko des ersten Schrittes bereit sind.

-
- *Entwickeln Sie die Bereitschaft zum Scheitern.*

Die beste Streit-Fähigkeit ist keine Garantie dafür, dass man im Leben nicht dennoch scheitern kann. Für glaubende Menschen ist Scheitern nicht weniger schlimm als für Nicht-Glaubende. Sie verdrängen diese Möglichkeit nicht, sondern erkennen sie mit allen Konsequenzen wirklich an. Doch wer nach menschlichen Maßstäben scheitert, ist deswegen vor Gott nicht weniger wert, als wenn sein Leben gelingt. Mit den Augen des Glaubens gesehen, ist irdisches Scheitern nicht eine solche Katastrophe, dass sich an ihr Sein oder Nichtsein entscheidet.

Vor den Menschen keine Angst mehr zu haben, gibt eine große innere Freiheit. Sie besteht darin, sich durch keine Macht der Welt mehr zu unmenschlichem Verhalten erpressen zu lassen. Sie macht es möglich, sich für die Rechte der Schwachen einzusetzen ohne Angst um sich selber. Eine Lebensaufgabe ist es, diese „christliche Gelassenheit“ zu entwickeln, die im Glück nicht übermütig wird und im Unglück nicht verzweifelt.

Die Lektüre dieser zehn „Streit-Regeln“ wird Ihnen die persönliche Auseinandersetzung mit diesen Fragen nicht ersparen können. Aber sie kann vielleicht ein wenig dazu beitragen, dem eigenen Streitverhalten auf die Spur zu kommen. Und sie kann ermutigen, Streiten und Auseinandersetzungen als etwas Positives zu sehen, das uns bereichert und zu mehr „Leben in Fülle“ führt – was ja nicht nur den

Christenmenschen verheißen ist (vgl. Joh 10,10).

Hermann Kügler SJ

Und für die, die sich noch weiter interessieren, ein Buchtip:

Streiten lernen. Von der Rivalität zur Kooperation, Ignatianische Impulse Bd. 56, Hermann Kügler SJ, Echter-Verlag Würzburg 2012