

Hermann K gler SJ

Zusammen streiten: Freundschaft als „Kultur des Konflikts“

„Sie müssen ihren Partner nicht schonen“, sagte ich vor einiger Zeit einer Kursteilnehmerin. Und als sie weiter skeptisch blieb, wies ich darauf hin, dass sogar Jesus persönlich sich mit anderen gestritten und seine Gegner ‚Natterngez cht‘ und ‚übertünchte Gr ber‘ genannt hat. Dass Konflikte am besten zu vermeiden sind, gehört immer noch zu den Überzeugungen vieler – nicht nur kirchlich sozialisierter – Menschen.

Meine Erfahrung und Überzeugung ist dagegen, dass Konflikte zwischen Menschen unvermeidbar ist, mehr noch: dass in einer Freundschaft und erst recht zu einer erwachsenen Liebesbeziehung die Fähigkeit zu streiten dazu gehört.

in einer Freundschaft miteinander streiten

Nehmen wir das Beispiel, dass ein Mann und eine Frau sich ineinander verlieben. Anfangs werden sie sich nur ihre „Schokoladenseite“ zeigen, um beim anderen den allerbesten Eindruck zu machen. Das beginnt bei der Auswahl von Kleidung und Outfit, betrifft den Inhalt der Konversation und das ganze äußere Verhalten.

Wer verliebt ist, übersieht die kleinen Schwächen und Fehler des anderen und findet sie womöglich sogar „s  “. Er sieht sein Gegenüber so, wie er/sie ihn gerne haben möchte; das ist die rosarote Brille. Damit aus Verliebtheit Liebe werden kann, ist es notwendig, den anderen so zu sehen, wie er/sie tatsächlich ist. Der Frosch muss wie im Märchen an die Wand geworfen und entzaubert werden, damit der Prinz zum Vorschein kommen kann; das ist ein ern chternder und bisweilen schmerzhafter Prozess.

Was für eine Liebesbeziehung gilt, das gilt auch für eine Freundschaft: Wenn ich meinem Freund / meiner Freundin so begegnen will, wie er/sie wirklich ist und nicht, wie ich ihn/sie gerne haben möchte, dann muss ich Irritationen, Störungen und Konflikte ansprechen. Ich muss dem anderen die Chance geben, mein Bild von ihm zu revidieren. Aber wie geht das, ohne dass ich ihn/sie verletze?

Wie kann man zusammen streiten und sich versöhnen?

Einerseits empfinden Menschen Streit als unangenehm: Er kostet Zeit und Kraft und stört die Harmonie des Miteinander. Vielleicht haben Sie schon selbst erfahren, dass Freundschaften nach einer heftigen Auseinandersetzung zerbrochen sind. Andererseits wirkt ein richtiger Streit wie ein reinigendes Gewitter, wenn geklärt werden kann, was schon lange in der Luft liegt.

Ziel wäre es also, beim Streiten die destruktiven Seiten zu begrenzen und die konstruktiven zu entfalten. Leider ist das einfacher gesagt als getan. Wenn starke Emotionen ins Spiel kommen - was beim Streit meist der Fall ist – dann gerät die Sach- und die Beziehungsebene schnell durcheinander.

Untersuchungen haben gezeigt, dass es letztlich fünf Konfliktstile gibt: wir können *forcieren*, *ausweichen*, *zudecken*, *einen Kompromiss eingehen* oder *konfrontieren*.

Wer einen Konflikt *forciert*, der will um jeden Preis gewinnen. Ihm geht es um die „Sache“, die Beziehungsebene ist ihm mehr oder weniger egal. Dieser Stil ist bei Beziehungsklärungen nicht sehr erfolgreich.

Der „*Ausweichler*“ geht dem Konflikt aus dem Weg; er spricht weder die Sach- noch die Beziehungsebene an. Der „*Zudecker*“ versucht, eine freundschaftlich-harmonische Atmosphäre auf der Beziehungsebene zu erhalten. Aber machen Sie mal die Probe aufs Exempel und stellen Sie sich vor, dass jemand zu Ihnen sagt: „Du siehst richtig niedlich aus, wenn du so wütend bist!“ Die wenigsten Menschen werden sich über ein solches Kompliment freuen. M.a.W.: Wer *ausweicht* oder *zudeckt*, streitet eigentlich gar nicht, sondern entzieht sich dem Konflikt.

Für viele Menschen scheint die Suche nach einem *Kompromiss* der Königsweg zu sein: Beide Seiten stecken ein wenig zurück; man versucht auf der Sach- wie auf der Beziehungsebene zu einer Verabredung zu kommen, mit der beide leben können. Aber hier liegt auch die Grenze: weil die Streitparteien weder sachlich noch gefühlsmäßig voll auf ihre Kosten gekommen sind, ist die Gefahr groß, dass der Konflikt bei der nächsten Gelegenheit wieder aufflammt und der erreichte Kompromiss sich als faul erweist.

Konfrontieren dagegen bedeutet, ein Problem so offen und klar wie möglich anzusprechen und sich dabei auch die eigenen Gefühle mitzuteilen. Wenn ich eineN andereN konfrontiere, mache ich ihn auf Aspekte seines Verhaltens aufmerksam, die er selber nicht sieht, und teile mit, was sein Verhalten bei mir auslöst. Dieser Konfliktstil ist der wirksamste: die Wahrheit liegt eben nicht immer in der Mitte.

Grenzen für Streit und Versöhnung

Nun mag, wer bis hierher gelesen hat, einwenden, diese Überlegungen seien doch zu idealtypisch und im konkreten Leben gebe es leider auch verfahrenere Streitsituationen, die sich nicht verändern lassen.

Ich bin sofort bereit, dies zuzugeben. Manchmal bleibt uns Menschen nur anzuerkennen, dass auch beim besten Willen aller Betroffenen ein konstruktiver Streit nicht gelingt und eine Versöhnung unmöglich ist. Dies mag uns helfen, mit ein wenig mehr Demut und Geduld die eigenen Schwächen und die der anderen zu ertragen. Es gibt eben schmerzhaft Trennungen, die nicht immer so diskret und loyal verlaufen wie die Ehescheidung von Tom Cruise und Nicole Kidman.

Doch noch einmal zurück zum Anfang: für die oben erwähnte Kursteilnehmerin veränderte die „Erlaubnis“ zu streiten ihre Beziehung zu ihrem Partner spürbar. Beide haben seitdem einmal im Monat einen festen „Konfrontations-Abend“ eingeplant, an

dem die „unerledigten Reste“ auf den Tisch kommen; und wie sie einige Zeit später berichteten, vertiefte das ihre Beziehung deutlich.

Hermann Kügler SJ

www.jesuiten.org/hermann.kuegler