

**Wie lässt sich erklären, was eine Subjekt-Subjekt-Beziehung ist?
Versuch einer Begriffsklärung im Dialog zwischen Daniel Hunziker und Gerald Hüther**

Daniel: Ich würde gern mit Dir zu klären versuchen, was wir unter einer Subjekt-Subjekt-Beziehung verstehen? Ich habe schon bei verschiedenen Autoren darüber gelesen. Sie brauchen mitunter andere Begriffe dafür - ja wieder einmal die Begriffe. Jesper Juul beispielsweise spricht von gleichwürdigen Beziehungen, was mir sehr gut gefällt. Der persische Sufi-Mystiker Rumi hat das auch mal ganz schön formuliert: »Jenseits von richtig und falsch liegt ein Raum, dort treffen wir uns.« Mich erinnert das an Otto Scharmers Theorie-U, auf die ich gerne noch etwas mehr eingehen möchte. Er beschreibt dort unterschiedliche Formen des Zuhörens:

Die erste Stufe nennt er DOWNLOADING. Menschen nehmen in diesem Modus das, was ihr gegenüber ihnen sagt eigentlich nur insofern wahr, als dass es ein Impuls für sie ist, in ihren eigenen Erfahrungs- oder Ideologienrucksack zu greifen. Jeder erzählt dann von sich selber. Es ist eigentlich die Beziehungslosigkeit per se - ein kollektiver Monolog sozusagen. Ich glaube, das ist oft Standard in 0815-Kommunikationen. Ein wenig in diese Richtung hatten wir das zu Beginn unserer Diskussion auch, wenn wir darüber sprechen, ob Potenzialentfaltungsangebote gut oder schlecht sind: Der eine sagt schlecht, der andere meint gut. Wir tendieren ganz schnell unsere Meinung zu verteidigen, anstatt uns für die für uns fremde andere Meinung zu interessieren. Aber das haben wir ja zum Glück bemerkt. Zurück zu Scharmer: Wenn man zu bemerken beginnt, das man im Downloadmodus kommuniziert, folgt als Nächstes die Stufe des SEEING, nach Scharmers Theorie ein: Ich beginne nicht immer gleich mein eigenes Zeug, das mir in den Sinn kommt zu sagen oder muss zwanghaft mit meiner Ansicht Recht haben, sondern ich beginne kurz inne zu halten und bemerke den Impuls meiner »alten« Kommunikationsmechanismen und belagere den anderen damit eben nicht. Dieses Bewusstsein ermöglicht mir zumindest kognitiv aufzunehmen, was mein Gegenüber mir sagt. Gordon würde dem »Aktives Zuhören« sagen. Auf dieser Ebene kann das dann bedeuten: Ich höre was du sagst, bemerke auch, dass ich beispielsweise eine andere Meinung haben, kann mich deshalb auch nicht in deine Ansicht einfühlen oder verurteile dich sogar. Auf dieser Ebene mache ich mein Gegenüber immer noch zum Objekt, in dem ich es be- oder verurteile und mich und meine Meinung besser finde als seine. Der nächste Schritt bei der Theorie U ist der des »SENSING« - das Öffnen des Fühlens. Ich höre nicht nur, was der andere mir sagt, sondern ich beginne zu ahnen, was der andere fühlt, wenn er etwas meint. Da beginnt Empathie. Die Indianer würden sagen, du musst mal einen Tag in den Mokassins des Anderen laufen oder bei uns: Man muss durch die Brille des Anderen sehen können. Eigentlich können wir erst dann davon sprechen, dass ich meinem Gegenüber als Subjekt begegne. Es wird ja auch dann erst möglich, dass ich mich für mehr öffne, als für das, was ich in mir steckt oder erst dann ist ja wirklich etwas mehr Hirn, als nur meines möglich.

Das Beispiel der Theorie U zeigt doch, dass das Wissen, um diese Bewusstseinsstufen und dem qualitativ unterschiedlichen Vermögen mit anderen Menschen zu kommunizieren, erwerb- und übbar ist - ganz im Sinne von andere Menschen dafür einzuladen, dies kennenlernen zu wollen. Seit ich mit diesem Bewusstsein durch meinen Alltag laufe, beginne ich immer mehr überhaupt zu bemerken, wenn ich im Downloadmodus bin oder dass es mir nicht gelingt, mich in mein Gegenüber einfühlen. Ich finde das ist der erste

Schritt, dass ich mich entwickeln kann, immer mehr Subjekt-Subjekt-Beziehungen zu führen. Die Theorie U ist ein Beispiel von vielen anderen, die sehr dienlich sind, um immer besser in der Lage zu sein, anderen Menschen als Subjekt zu begegnen und mich nicht mehr als Objekt zur Verfügung zu stellen.

Ich bin sehr gespannt darauf, was du unter Subjekt-Subjekt-Beziehung verstehst.

Gerald: Von Außen betrachtet, sehe ich das genauso, und was Du anhand dieser Stufen der U-Theorie von Otto Scharmer beschreibst, ist auch ein geeigneter Weg, um andere Menschen nicht länger als Objekte zu betrachten und zu behandeln, sondern ihnen von Subjekt zu Subjekt zu begegnen. Wer sich auf diesen Weg begibt, macht eine neue Erfahrung. Er erlebt zunächst sich selbst wieder als Subjekt (das sich zu öffnen und auf sein Gegenüber zuzugehen vermag). Er macht dabei aber auch die Erfahrung, dass dieses Gegenüber eigene Vorstellungen hat und eigene Ziele verfolgt, also ebenfalls ein Subjekt ist. Und indem sich beide dann auf eine Begegnung in dieser jeweils eigenen Subjekthaftigkeit einlassen, machen sie dann beide die Erfahrung, dass sich aus dieser Begegnung und dem offenen Austausch etwas entwickeln kann, was keiner von beiden vorher für möglich gehalten hätte.

Daniel: Und was meinst Du mit dem Hinweis „von Außen betrachtet“?

Gerald: Von außen lässt sich so ein Prozess beobachten und beschreiben. Aber das Entscheidende in diesem Prozess spielt sich nicht auf dieser sichtbaren Ebene der Beziehung zwischen zwei Menschen ab. Das Entscheidende vollzieht sich dabei – von außen unsichtbar – im Inneren der beiden Personen. Sie machen beide eine neue Erfahrung, die in ihrem jeweiligen Gehirn verankert wird. Wenn sie intensiv genug ist, verfestigt sie sich als eine neue innere Einstellung und Haltung – sich selbst gegenüber und auch dieser anderen Person gegenüber. Die Herausbildung dieser anderen inneren Einstellung ist für mich das Entscheidende. Wenn sie nicht entsteht, kann jemand endlos üben, was Otto Scharmer beschreibt, er oder sie kann sich anstrengen und sich Mühe geben, so sehr es geht. Eine wirkliche Begegnung wird so nicht zustande kommen. Und umgekehrt wird eine Person, der es auf irgendeine Art und Weise gelungen ist, sich selbst wieder zu mögen und die deshalb keine Angst mehr davor hat, sich gegenüber anderen zu öffnen, eine Subjekt-Subjekt-Beziehung eingehen können, ohne dazu irgendeine Anleitung zu brauchen. Sie wird andere einladen, ermutigen und inspirieren können, weil sie nicht nur sich selbst, sondern auch diese anderen Menschen mag, weil sie es spannend, bereichernd und faszinierend findet, zu entdecken, was in ihnen verborgen ist und darauf wartet, sich entfalten zu können.

Daniel: Das, was du beschreibst, ist eigentlich die Kraft der Liebe in der Begegnung mit anderen Menschen, die vermag im Gegenüber eine Öffnung des Herzens zu bewirken, nicht? In der Gegenwart solcher Menschen, fühle ich mich dann irgendwie aufgehoben, angenommen und willkommen so wie ich bin und ich habe dann nicht das Gefühl, ich müsse irgend etwas tun, um geliebt zu werden. Das sind ja dann Menschen, die mich als Subjekt wahrnehmen, weil sie mich nicht ändern oder manipulieren wollen, vielleicht auch, weil sie nicht Einfluss auf mich nehmen wollen, um sich selber vor eigenen Ängsten zu schützen.

Die eine Frage in diesem Zusammenhang ist ja: Wie gelangen Menschen wieder zu dieser Selbstliebe und Entspanntheit, so dass sie aufhören können, andere als Objekte zu behandeln? Und dann aber auch die zweite Frage, die mich mindestens ebenso beschäftigt: Wie können Menschen aufhören, sich als Objekte behandeln zu wollen? Kinder wachsen in den Familien und spätestens in den Schule so auf, dass sie laufend gesagt bekommen, dass sie so, wie sie sind, nicht in Ordnung sind und angeleitet werden, was sie tun müssen, um richtig zu sein. Darin werden sie ja oft auch richtig gut, weil sie auch abhängig von den ihren Eltern und Lehrpersonen sind. Wer also einigermaßen »unbeschadet« durch die Kindheit kommen will, muss sich zumindest den Schaden zufügen lassen, sich selber zugunsten anderer Ideale und Ansprüche aufzugeben – das heißt sich zum Objekt von anderen machen zu lassen. Das war doch die Strategie, mit der die meisten Menschen Erwachsen wurden. Ich erlebe deshalb immer wieder, dass es eine ganz große Herausforderung ist, das Menschen überhaupt merken, dass sie sich als Objekt von anderen behandeln lassen. Sie sind dies ja auch gewohnt und es ist auch bequem und sicher, weil die Verantwortung für Entscheidungen an andere Personen abgegeben werden kann und man sich schön in seiner Opferrolle als Objekt verkriechen kann. Ich habe auch schon erlebt, dass Menschen regelrecht böse werden können, wenn man sich nicht zur Verfügung stellt, sie als Objekte zu behandeln, zum Beispiel indem man ihnen nicht abnimmt eigene Entscheidungen zu treffen, ihnen nicht zu sagen, was sie tun könnten, etc.

Wie glaubst du kann es gelingen, dass einerseits Menschen aufhören möchten, sich als Objekte zu behandeln und andererseits die ständige Reproduktion in den Familien und Schulen unterbrochen werden kann, dass von Generation zu Generation wieder neu Subjekt-Objekt-Beziehungen aufgebaut werden?

Gerald: Der Begriff „Liebe“ wird heutzutage für so vieles benutzt, was nichts mit einer wirklichen Begegnung von Menschen zu tun hat. Deshalb eignet er sich vielleicht nicht so gut, um zu beschreiben, worum es geht und worauf es ankommt. Aber eines ist sicher zutreffend: Wer sich als Kind und auch später im Leben wirklich bedingungslos geliebt fühlt, erlebt sich zwangsläufig aus sich selbst heraus als bedeutsam. Sie oder er mag sich dann auch selbst.

So jemand hat nicht das Bedürfnis, durch irgendwelche Leistungen die Aufmerksamkeit anderer anzuziehen und auf diese Weise endlich Bedeutsamkeit zu erlangen. Du hast sicher recht mit Deiner Vermutung, dass das für die Mehrzahl der Heranwachsenden in unserem Kulturkreis schon seit Generationen eher nicht zutrifft. Deshalb gibt es ja so viele, die sich ständig anstrengen, irgendwie aufzufallen, Anerkennung zu finden und damit Bedeutsamkeit zu erlangen. Und die bringen dann mit diesem Bemühen andere in eine Situation, in der diese sich als unzulänglich, inkompetent, bevormundet oder ohnmächtig erleben. Oft bleibt denen dann nichts anderes übrig, als sich mit derartigen Objektrollen abzufinden. Und wenn sie diese Rollen lange genug gespielt haben, identifizieren sie sich meist irgendwann damit. Sie fühlen sich in ihren jeweiligen Objektrollen sicher und sie haben dann auch verständlicherweise Angst davor, sie aufzugeben. Lieber wird dann geklagt und sich weiter angepasst, als das eigene Leben noch einmal in die eigene Hand zu nehmen. Wenn wir das so betrachten, wird auch schnell deutlich, was beiden, den „Tätern“ wie auch den „Opfern“ helfen könnte, aus ihrem jeweiligen Rollenverhalten herauszufinden:

Sie müssten auf jemand treffen, der ihnen hilft, in ihre eigene Kraft zurückzufinden und sich selbst wieder anzunehmen und zu mögen, sich selbst wieder als bedeutsam zu erleben.

Mit anderen Worten: Sie müssten jemand begegnen, der sie mag. So wie Sie sind.
Bedingungslos.