

Die Beziehungsbalance

Franz Sedlak

Sozialpsychologen wie z.B. Fritz Heider haben sich mit der Ausgewogenheit von Dreiecksbeziehungen befasst. Das Beziehungsdreieck wird aufgespannt von P (person), O (other person) und von X, einer x-beliebigen, jeweils zu bestimmten Variablen. Jede Beziehung kann von P negativ oder positiv beurteilt werden. Wenn das Produkt der Relationen (-) ergibt, dann ist die triadische Beziehung in einem Ungleichgewichtszustand, der meist spannungsreich erlebt wird. Ein Beispiel: Hans (P) mag (+ = positive Beziehung) Gerhard (O), Gerhard mag (+ = positive Beziehung) Opern, Hans mag Opern nicht (- = negative Beziehung); Opernmusik: (+) mal (+) mal (-) ergibt (-). Mit anderen Worten: Die beiden Freunde haben zumindest eine konträre Einstellung zu einem Kulturgut.

Wenn sich die Frage von Gerhard an Hans ergibt, ob er einen bestimmten Opernabend erleben möchte, wird er das verneinen. Denn die Oper ist für die beiden Freunde ein kontroverses Beziehungsobjekt.

Wie löst man diese Spannung auf?

Möglichkeit 1: Kann Gerhard Hans für die Oper gewinnen?

Möglichkeit 2: Kann Hans Gerhard zu einer Ablehnung der Oper bewegen?

Möglichkeit 3: Können die beiden einen Bereich ihrer Beziehung für Unterschiede reservieren?

Welche Unterschiede sind tolerierbar (z.B. unterschiedliche Geschmacksvorlieben), welche bereichernd (z.B. Spielen unterschiedlicher Musikinstrumente), welche inkompatibel mit der sonstigen Beziehung (z.B. unterschiedliche Einstellungen zum ethischen Verhalten)? Allgemein gesagt: Extremhaltungen machen diesen Reservierungsbereich zu einer auf Dauer nicht tolerierbaren Belastung.

Eine andere Beziehungsdarstellung ist unmittelbarer verständlich: Zwei Kreise symbolisieren zwei Personen. Wenn die beiden Kreise total übereinanderliegen, sieht man nur mehr einen; wenn sie ganz auseinanderliegen, sieht man zwei Kreise ohne eine Verbindung miteinander. Zumeist überschneiden sich die beiden Kreise mehr oder weniger. In nicht wenigen Beziehungen wandern die Kreise auseinander, wenn man nicht bemüht ist, neue Verbindungsmöglichkeiten zu entdecken. Oder sie verschmelzen zu einem einzigen Kreis, indem alles Individuelle wegkorrigiert wird und nur mehr das Gemeinsame gelebt wird. Wie groß die Überschneidungsfläche sein muss, damit das Gemeinsame das Trennende überwiegt, ist individuell verschieden und muss in der konkret gelebten Beziehung ausbalanciert werden.

