

SABINE KLAR

MATERIALIEN ZUR
ANGEWANDTEN MENSCHENKUNDE

II. ABTEILUNG
REFLEXIONEN

TEIL 2

ETHOLOGISCHE ZUGÄNGE ZUM ANIMALISCHEN
IM KONTEXT THERAPEUTISCHER GESPRÄCHE

ETHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN

2006

INHALT

1	ETHOLOGISCHE ZUGÄNGE ZUM ANIMALISCHEN IM KONTEXT THERAPEUTISCHER GESPRÄCHE	3
1.1	ZUSAMMENFASSUNG	4
1.2	ZUR INTERPRETATION VON ZUSTÄNDEN.....	5
1.3	ZUGANG ZU ZUSTÄNDEN IM KONTEXT THERAPEUTISCHER GESPRÄCHE	7
1.4	WAS IST ÜBERHAUPT „ZUGANG“?	8
1.5	DAS VIECH ALS ADRESSAT FÜR DIE FRAGE NACH DEM ANIMALISCHEN.....	9
1.6	ÜBER DIE „WELT“ MENSCHLICHER VIECHER	10
1.7	Blicke und Stimmen	11
1.8	BEZIEHUNGEN ZUM ANIMALISCHEN – LIEBÄUGELN, SCHIELEN UND SCHEEL ANGESEHEN WERDEN	13
1.9	EXKURS: DAS TIER BEI FRIEDRICH NIETZSCHE.....	14
1.10	WIE ICH AUF DAS VIECH GEKOMMEN BIN – ETHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN.....	16
1.11	ÜBER DIE VORTEILE, SEIN VIECH FACHGEMÄSS ZU BEHANDELN.....	17
1.12	WIE WERDE ICH ZUM HÜTER MEINES VIECHS?.....	18
2	ETHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN	19
2.1	ZUSAMMENFASSUNG.....	20
2.2	EINLEITUNG: EINE KURZE CHARAKTERISTIK DES MENSCHLICHEN VIECHS.....	21
2.3	TERRITORIEN – DAS BESITZERGREIFENDE VIECH	22
2.4	IMPONIEREN UND BESCHWICHTIGEN – DAS STARKE UND DAS SCHWACHE VIECH.....	23
2.5	INDIVIDUALDISTANZ – DAS UNNAHBARE VIECH.....	24
2.6	KOMMENTKÄMPFE – DAS STREITENDE VIECH	25
2.7	FLIRT- UND PAARUNGSVERHALTEN – DAS GEILE VIECH.....	26
2.8	JUNGENFÜRSORGE – DAS PFLEGENDE VIECH	28
2.9	EXPLORATION UND APPETENZ – DAS SCHNUPPERNDE UND DAS SUCHENDE VIECH ...	30
2.10	SELBSTVERGEWISSERUNG UND GEWOHNHEITEN – DAS SICH SELBST ERHALTENDE VIECH	32
2.11	LAUTGEBUNG – DAS QUATSCHENDE UND DAS SPRECHENDE VIECH	34
2.12	STÖRUNGEN – DAS KRANKE VIECH	36
	ARBEITSBLATT ZUGÄNGE ZUM VIECH	
	ARBEITSBLATT NÄHE UND DISTANZ	
	ARBEITSBLATT BEZIEHUNGSVERHÄLTNISSE	

1 ETHOLOGISCHE ZUGÄNGE ZUM ANIMALISCHEN IM KONTEXT THERAPEUTISCHER GESPRÄCHE

„UNSELIG HEISSE ICH ALLE, DIE NUR EINE WAHL HABEN: BÖSE TIERE ZU WERDEN
ODER BÖSE TIERBÄNDIGER: BEI SOLCHEN WÜRDE ICH MIR KEINE HÜTTEN BAUEN“

FRIEDRICH NIETZSCHE, ALSO SPRACH ZARATHUSTRA

1.1 ZUSAMMENFASSUNG

Zustände und Impulse eines Lebewesens ergeben sich aus dem physiologischem Status, den Empfindungen und der aktuellen Stimmung sowie dem allgemeinen Lebensgefühl. Menschen haben Zustände, die ihre Gedanken beeinflussen und sie haben Gedanken, die ihre Zustände beeinflussen. Davon sichtbar wird schließlich ihr Verhalten – Mimik, Gestik, Körperhaltung, Bewegung, Lautgebung – und zwar beeinflusst und modifiziert von dem konkreten Lebensraum und sozialen Kontext, in dem es sich abspielt. Aus therapeutischer Sicht ist es wichtig, einen geeigneten Zugang zu animalischen Zuständen von Menschen zu finden. Die Metapher des Viechs, das mit dem Menschen als seinem Hüter in seiner Welt unterwegs ist, kann dabei hilfreich sein. Sie vermittelt einen spezifisch ethologischen Zugang zum Animalischen.

1.2 ZUR INTERPRETATION VON ZUSTÄNDEN

Zustände, Impulse, Stimmungen, Lebensgefühle tauchen auf, verschwinden wieder und beeinflussen, was wahrgenommen, gedacht und gesprochen wird. Sie lassen sich in ihrem jeweiligen Charakter und Ablauf oft nicht verändern. Die Elemente, aus denen sie sich zusammensetzen, sind schwer voneinander zu trennen, weil sie dem menschlichen Bewusstsein nur als Gedanken über innere Ereignisse zugänglich sind. Schon wenn eine körperliche Empfindung bemerkt und nonverbal verortet wird, handelt es sich um das Ergebnis einer Unterscheidung eines bedeutsamen Ereignisses vor einem abgesetzten Hintergrund. Wenn sie dann sprachlich gefasst wird, ist sie bereits ein Urteil eines Beobachters. Interpretationen beziehen sich auf Hypothesen über den Auslöser der Empfindung (innen oder außen, vergangen oder gegenwärtig, real oder gedanklich), ihren Charakter (was fühle ich?), ihre Intensität (wie stark empfinde ich sie?) und ihre Bewertung (will ich sie oder nicht?). Abgesehen von der Zuhilfenahme diverser Gerätschaften, die physiologische Bedingungsfaktoren messen und anzeigen, können Eindrücke über Zustände nur über Beobachtung und bei Menschen über Befragung gewonnen werden. Da Menschen in ihrer exzessiv kommunizierenden Lebensweise darauf angewiesen sind, das Ausgesprochene im Hinblick auf das Gemeinte zu verstehen, sind sie ständig in einer mehr oder minder bewussten Weise damit befasst, sich und andere im Hinblick auf ihre Zustände einzuschätzen.

Beobachtungen über Zustände beziehen sich meistens auf das Ausdrucksverhalten (Mimik, Gestik, Körperhaltung), das in seinem Signalcharakter geradezu dafür geschaffen ist, die aktuelle Stimmung eines Lebewesens zu vermitteln. Emotionen können als nach innen wirkendes Ausdrucksverhalten verstanden werden, das dem Organismus dabei hilft, sich seines eigenen Zustands zu vergewissern. Dennoch ergeben sich gerade bei Menschen wegen der kulturellen und geistigen Formbarkeit ihrer Verhaltensweisen – man könnte auch sagen: wegen ihrer Fähigkeit zu lügen und zu verbergen - hier oft Missverständnisse.

Fragen nach Zuständen lassen den Blick ins Innere des Organismus wandern und, je nach Fragestellung, sehr unterschiedliche Phänomene fokussieren. Man kann topografisch gebunden fragen, wie sich der Körper als ganzes, die Haut, einzelne Zonen oder Organe anfühlen. Man kann sich auf einfach wahrnehmbare Körpersensationen, wie Wärme, Enge, Druck, Schmerz konzentrieren. Der Differenzierungsgrad der Antworten ist hier meist nicht sehr hoch: Empfindungen in Bauch, Kopf, Herz, Gliedmaßen, Muskulatur lassen sich gerade noch unterscheiden - Gewebe, Moleküle, Blut und Lymphe usw. spielen angesichts der Unbewusstheit der meisten körperlichen Abläufe in den Erzählungen über Zustände kaum eine Rolle. Beim Versuch konkreter zu formulieren tritt dann meist Sprachlosigkeit ein. Man kann sich auch nach dem Lebensgefühl oder der Stimmung, nach Lust und Unlust, Aggressivität und Anspannung und damit jenen Pool diffuser Empfindungen erkundigen, aus denen in der Folge - in Verbindung mit dem sozialen Ereignishorizont und der Vorstellungswelt - Geschichten über Gefühle und Befindlichkeiten konstruiert werden.

Was sich dadurch erfahren lässt, ist die Platzierung einer Mischung von Empfindungen, Affekten, Bedürfnissen, Beschwerden und Wünschen in einem psychischen und sozialen Beobachtungskontext - also letztendlich Erzählungen, sowohl über den Zustand als auch darüber, wie sich dieser in dem konkreten Umfeld erhalten hat oder verändern könnte.

Erzählungen über Zustände richten sich als Adressaten an das soziale Umfeld oder an die eigene Person. Auch Selbstbeobachtungen und Selbstbeschreibungen von Zuständen sind Ergebnisse vielschichtiger Interpretationsvorgänge. Als situationsbezogenes Urteil beeinflusst die Art und Weise, wie im jeweiligen psychischen Kontext über Zustände gedacht und im jeweiligen sozialen Kontext über sie gesprochen wird, ihre Wahrnehmung, ihr Erleben und ihre Interpretation. Manche dieser Erzählungen eignen sich besser, manche schlechter, das Lebensgefühl oder die Stimmung dessen zu erfassen, der hier von seinem Erleben berichtet. Einige Interpretationen (sozusagen „Blicke“ auf den Zustand) beeinflussen – bzw. beeinträchtigen – ihn unmittelbar selbst.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie werden Sie sich über Ihren jeweiligen Zustand klar? Anhand welcher Kriterien ordnen Sie in ein? Was empfinden Sie konkret, wenn Sie von einem bestimmten Gefühl bewegt sind?
- Wie schauen Sie auf Ihr Viech, wenn es sich in unterschiedlichen Zuständen befindet? Welchen Charakter hat Ihr Blick und wie wirkt er auf Ihr Viech?
- Wie beschreiben Sie Ihre Zustände in unterschiedlichen sozialen Situationen? Wie wirkt die Art und Weise, wie Sie Ihren Zustand interpretieren und beschreiben auf Ihre Empfindungen zurück?
- Was können Sie dazu tun (Mimik, Gestik, Körperhaltung, Sprache, Blick darauf), um den Zustand selbst hervorzurufen, der Ihnen unangenehm oder angenehm ist?

1.3 ZUGANG ZU ZUSTÄNDEN IM KONTEXT THERAPEUTISCHER GESPRÄCHE

In den Erzählungen der Menschen, mit denen ich im Zuge meines Berufs so oft zu tun bekomme, geht es um Lebenseinschränkungen, um Sehnsucht nach Lebensfülle – sie kreisen darum, weisen darauf hin, lenken aber auch davon ab. Der Körper selbst kommt in den meisten gar nicht explizit vor, nach körperlichen Empfindungen muss ich oft erst fragen – und selbst dann höre ich mehr über Gefühle und Bedürfnisse als darüber, wie diese konkret spürbar werden. Ich bekomme gesichtete, vorbereitete, wiedergekäute, mit Interpretationen versetzte, mehr oder weniger schmackhaft und ansprechend zugerichtete Erinnerungs- und Vorstellungsbilder zur Bearbeitung vorgelegt, so dass ich beim Zuhören manchmal den Eindruck gewinne, bloß mit Geschichten zu tun zu haben und nicht mit einem Menschen, der aus einem spezifischen Zustand heraus erzählt. Dieser konkrete Mensch aber – jener, der vor- und zurückweicht, sich bei bestimmten Sätzen verkrampft, der zusammenzuckt, dessen Gesicht zu strahlen beginnt, der mit einem bestimmten Tonfall und Tempo redet, dessen Stimmbänder und Atem etwas von seinen Empfindungen im Brustbereich zeigen, der sich verlegen kratzt – vermittelt in seiner Mimik, Gestik, Haltung und seinem Tonfall viel mehr als seine Worte und Sätze ausdrücken können. Sein Zustand zeigt sich im Klang der Stimme, im Glanz der Augen, im Zittern der Hände, in den Bewegungen des Gesichts. Ich wollte einen möglichst direkten und einfachen Zugang zur Befindlichkeit und Stimmung dieser Menschen bekommen. Dabei stellte sich heraus, dass Fragen die sich mit einem sehr unmittelbaren, impulsiven Wollen befassen, das sich durch innere Kräfte bewegt und durch Umgebungssituationen angezogen bzw. abgestoßen erlebt, dafür besonders geeignet sind. Über die Fragen: „Wo will es hin?“; „Wo will es weg?“ lässt sich erfahren, wo sich die Energien des auf diese Weise angesprochenen Wollens hinbewegen, was dabei zu Zwiespältigkeiten führt und wie sich diese äußern. Sie beziehen das Wollen des menschlichen Lebewesens auf „Orte“ im weitesten Sinn und meinen damit seine räumliche, materielle, geistige, psychische, soziale und zeitliche Umgebung - Lebensraum im weitesten Sinn des Wortes, seine Welt.

1.4 WAS IST ÜBERHAUPT „ZUGANG“?

Wenn ich zu einem anderen Lebewesen Zugang finde, dann erschließt sich mir etwas von seiner Eigenart, das mir vorher verschlossen war, sodass ich meine Beobachtungen und eigenen Erfahrungen in einer Weise für die Interpretation seines Zustands verwenden kann, die ihm gegenüber adäquates Handeln ermöglicht. In meiner Arbeit ergibt sich die „Wahrheit“ des eigenen Wahrnehmens und Tuns aus dem Zugang zu den Gegenübern, mit denen die Aufmerksamkeit gerade beschäftigt ist, und ist ein subjektives Urteil eines Menschen, der sich um die Erfassung der Eigenart dessen bemüht, mit dem er sich konfrontiert sieht. Ich nehme etwas wahr, erkenne es wieder, empfinde es nach und teile versuchsweise mit, was ich beobachtet habe. Erweist sich meine Schilderung als stimmig, dann fühlt sich das Gegenüber verstanden und führt sie weiter aus, indem es mittels seines nunmehr veränderten Beobachtungsfokus den eigenen Zuständen auf neue Art begegnet. Es bestätigt sozusagen durch sein Interesse an der Weiterführung dieser Beobachtungen, dass ihm dadurch Neues aufgegangen ist, das ihm andere Handlungs- und Erzähloptionen eröffnet.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Was erleben Sie, wenn Sie den Eindruck haben, Zugang zu einem anderen Menschen zu bekommen? Woran wird deutlich, dass Sie ihn in Ihrem Wahrnehmen und Sprechen erreichen? Wie fühlt es sich an, verstanden worden zu sein? Wie fühlt es sich an, unverstanden zu bleiben?

1.5 DAS VIECH ALS ADRESSAT FÜR DIE FRAGE NACH DEM ANIMALISCHEN

Auf der Suche nach einem geeigneten Adressaten für meine Fragen nach Zuständen und Impulsen, experimentierte ich mit Externalisierungen, wie „Bauch“, „Gefühl“, „inneres Kind“, „Körper“, „Es“, „Ungeheuer“ – und entdeckte schließlich, dass es sinnvoll sein kann, ihn als „Viech“ anzusprechen. Das „Viech“ ist eine Metapher für all das am Menschen, das unverständlich bleibt, wenn man ihn nur auf der Basis seiner eigenen Selbstdefinition als vernunftbegabte und sprechende Person betrachtet. Im Unterschied zu den Metaphern „Bauch“ oder „Körper“, ist es ein vollständiges Lebewesen, man kann es gern haben, es kennen lernen und sich mit ihm vertraut machen. Es ist bereits erwachsen, muss es also - anders als das gebräuchliche „innere Kind“ - nicht mehr werden. Es verdient als eigenständige Lebensform Respekt und unterliegt als Tier keiner gesellschaftlichen Norm. „Tier“ wirkt sprachlich neutral, „Viecher“ können einem auf die Nerven gehen, man kann sie mögen, zähmen, nutzen, prügeln, pflegen - eben Beziehung zu ihnen gewinnen. In der Metapher, die ich durch die spezifische Verwendung des Begriffs „Viech“ in den Raum stelle, ziehen sozusagen der „Homo sapiens“ und sein „Viech“ gemeinsam durch ihre Welt, bekommen miteinander zu tun und entwickeln ein Beziehungsverhältnis zueinander.¹ Das „Viech“ ist die Externalisierung des Animalischen, das sich in Menschen zeigt. Es ist eine sprachliche Form, um die alte Frage nach dem Leiblichen auf neue Art stellen zu können. Wenn Welt über begriffliches Denken gestaltet wird, dann kann die neue sprachliche Fassung eines alten Themas neue Perspektiven dazu eröffnen. Dann geht es in der Folge auch nicht mehr um die Auseinandersetzung darüber, ob Menschen Tiere sind oder ob sich Tiere und Menschen vergleichen lassen, sondern nur darum, was sich durch diese sprachliche Fassung an Möglichkeiten eröffnet und gleichzeitig auch verschließt. Ich hoffe, dass sie zu einem nüchternen und gleichzeitig herzlichen Zugang zu menschlichen Lebewesen führen kann.

¹ Die Frage, ob es in der therapeutischen Arbeit Sinn macht, mit mehreren oder bloß einem Viech im Menschen zu arbeiten, wird noch zu klären sein. KlientInnen versuchen manchmal ihre widersprüchlichen Zustände und Impulse unterschiedlichen Viecher-Charakteren in sich selbst zuzuschreiben. Ich habe den Eindruck, dass das in einer ersten Explorationsphase Sinn macht, dass es aber in weiterer Folge durchaus von Interesse ist, wie das eine Viech – sozusagen als Existenzial des einen Körpers – mit Übergängen und Ambivalenzen zurechtkommt.

1.6 ÜBER DIE „WELT“ MENSCHLICHER VIECHER

Für tierische Organismen ist Welt einfach Lebenswelt des Organismus: die Eigenart und Strukturiertheit des Lebensraums und seine Lage darin, z.B. die Stellung im sozialen Gefüge mit seiner Mischung aus Ressourcen im Bereich Jungenaufzucht, Nahrungsbeschaffung, Fortpflanzung, Geselligkeit und mit seinen Konkurrenten um Futter, Raum und mögliche Sexualpartner, auch die jeweiligen materiellen Möglichkeiten der Befriedigung existenzieller Bedürfnisse und die Gefährdung durch ungeeignete Lebensbedingungen und Fressfeinde.

Für Menschen ist „Welt“ ist das andere, das Nicht-Ich, das dem Subjekt gegebene Gegenüber, das sich über Prozesse der Welterfassung des Subjekts als auf das Subjekt bezogene konstituiert. Gleichzeitig ist Welt das, was das Subjekt konstituiert, indem es ihm in seinem Werden als Gegenüber, als Nicht-Ich erscheint. Das Subjekt schafft seine Welt durch seine Urteile über sie und wird durch seine Welt mittels seiner Achtsamkeit für sie geschaffen. Angesichts dessen, dass alles „Äußere“ über neuronale Verarbeitung zum „Innen“ wird, das „Innere“ aber gleichzeitig als Kontrahent – etwa des eigenen Wollens, das es ablehnt – erscheinen kann, scheint mir bei menschlichen Lebewesen eine prinzipielle Unterscheidung zwischen einer inneren und einer äußeren Welt schwierig zu sein.

Wenn ein Mensch in Unruhe ist, will sein „Viech“ weg aus einem Lebensmilieu, in dem es sich nicht wohl fühlt und hin zu Umständen, in denen es ihm besser geht. Das Problem besteht darin, dass es nicht in freier Wildbahn lebt – dort ginge es bei der Frage der Lebensqualität primär um Nahrung, Raum, Entspannung und Lustbefriedigung. Bei Menschen findet es sich üblicherweise eingesperrt in einem mehr oder minder engen Käfig vor, den ihm Gedanken und soziales Umfeld – Gesellschaft, Zeitgeist und die eigene Psyche - in gemeinsamer Anstrengung gebaut haben.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- In welchem Lebensraum lebt Ihr Viech? Wonach ist ihm? Wo will es weg? Wo will es hin? Und woran merken Sie das?
- In welcher geistigen Welt lebt Ihr Viech?

1.7 BLICKE UND STIMMEN

Der eigene Zustand wird durch seine spezifische begriffliche Fassung manchmal zu einem expliziten Gegenüber, was bewirkt, dass er von der Person, die ihn an sich wahrnimmt, mit einem mehr oder minder distanzierten, kritischen oder verständnislosen Blick von außen beobachtet wird. Sie „haben“ dann Angst oder Lust, werden von Schmerz oder Wut „überwältigt“. Der Mensch erlebt sich damit als etwas anderes als z.B. seine Krankheit, Müdigkeit, Eifersucht, Anspannung oder Trauer – es entwickeln sich Besitz- und Herrschaftsverhältnisse unterschiedlicher Art. Zustände können unterworfen, sich zurückziehen, klein begeben oder unterworfen, besessen und bezwungen werden. Man beherrscht sich und lässt sich gehen. Wenn Zustände durch einen Beobachter bemerkt, in den Blick genommen und verortet werden, ergibt sich daraus ein Beziehungsverhältnis. Der eigene oder fremde Blick auf den Zustand kann vielfältigen Charakter haben und unterschiedlichen Zugang zu ihm ermöglichen.

Tendenziell habe ich den Eindruck, dass Blicke, die sich von außen auf den Zustand richten – gleich ob durch andere oder den Zustandsbesitzer selbst – dazu tendieren, eher distanzierend und sezierend zu wirken. Sie öffnen ihn als wäre er etwas Festes und Starres, kramen in ihm herum und ermöglichen kein Verständnis für seine Dynamik und Lebendigkeit. Blicke, die sich aus dem Inneren eines einzelnen Zustands nach außen richten und die Welt ausschließlich aus seiner Perspektive heraus betrachten, helfen umgekehrt nicht dazu, ihn zu begreifen und handhabbar zu machen. Angesehen werden ist für alle sozialen Lebewesen, die sich ohnmächtig erleben, ein Problem, weil der direkte Blick der anderen deren Dominanz konstituiert und nicht entsprechend zurückgeblickt werden darf, wenn ein Angriff vermieden werden soll. Menschen haben aus diesem Phänomen die Angst vor dem „bösen Blick“ entwickelt, die als weltweite Universalie eine Fülle an Umgangsformen und Abwehrritualen hervorgerufen hat. Der böse Blick wirkt beschämend, er macht klein und abhängig, führt bei manchen Menschen zu einer Auflösung der eigenen Ich-Integrität und unabhängigen Urteilsfähigkeit und damit zu Depersonalisationsstörungen im weitesten Sinn. Er ist ein beschämender Blick, der menschliche Lebewesen zappeln, sich im Kreis drehen, an sich nagen oder sich in dumpfe Teilnahmslosigkeit zurückziehen lässt. Die ungeheure Dichte, in denen menschliche Lebewesen vor allem in Städten leben müssen, produziert schon alleine deswegen Stress – man wird ständig angesehen und ist potentiell immer dem Blick einer Umgebung ausgesetzt, deren Erwartungen und Normen man nicht entsprechen kann. Viecher in Menschen spiegeln in ihren Reaktionen außerdem den eigenen Blick auf sich selbst. Sie reagieren nicht nur darauf, was gesehen, sondern auch wie geschaut wird. Das Viech ist umgeben von Stimmen und Blicken, die es beobachten, hetzen, missverstehen und einsperren – Gedankenkomplexen und Diskursen, die sich in bestimmten Situationen aus dem Zusammenspiel der biologischen, psychischen und sozialen Ebene eines menschlichen Individuums ergeben. Interpretation und Urteil der Gedanken eines menschlichen Individuums schaffen in seinem Milieu Kälte und Wärme,

Stress und Ruhe, Angst und Entspannung. Manche der Stimmen – vor allem jene, die keinen Zugang zum Viech haben – wollen einfach weg aus dem Einflussbereich dieses lästig animalischen Zustands, der mit seiner Angst, Wut, Lust und seinen unvermittelten Bedürfnissen und Impulsen verhindert, was ihnen ein Anliegen ist, was ihnen in der spezifischen Logik ihrer Werte gut tun würde. Sie versuchen das Viech einzusperren oder wenden angewidert den Kopf ab um es nicht zu sehen. Solche Gedanken können dann auch zu den animalischen Anteilen anderer Personen keinen Zugang finden. Treffen sie auf ein aufmüpfiges Kind, dann nehmen sie es nicht wahr, reden über seine Bedürfnisse hinweg und tragen damit zu weiteren Eskalationen im innen und außen bei. Gedanken, denen vor allem an Harmonie in sozialen Bezügen gelegen ist, wollen weg aus einer emotionalen Umgebung, die bei ihnen ständig Aggressivität und Ungeduld produziert. Sie wollen hin zu sozialen Orten, in denen es friedlich genug ist, das Viech in sich zu beruhigen und drängen es auf diese Weise in eine Enge, in der es depressiv versacken oder bissig werden muss. Eifersüchtige Stimmen wollen weg aus einem Zustand, in dem sich das Viech durch Konkurrenten bedroht fühlt und hin zu der Sicherheit, eine klar etablierte Rangposition zu haben – leider produzieren sie mit ihren flüsternden und eindringlichen Gedankengängen eine Dramatik und Dringlichkeit, die sich für die Gesprächspartner kommunikativ bedrängend erweist und das Viech weiterhin in Alarmbereitschaft versetzt. Leistungsorientierte Stimmen wollen weg aus der Unzufriedenheit mit sich selbst, hin zu Lorbeerkränzen, auf denen sie sich endlich ausruhen können - und hetzen dabei das Viech von einer Anforderung zur nächsten. Viele der Stimmen bauen mittels ihrer Kriterien für Zufriedenheit und Unzufriedenheit an Orten, die sich für das Viech zutiefst unangenehm erweisen. Und sie verharren trotz allem Schreien, Toben, Versacken, trotz aller Verspannungen und Krankheiten, die sich aus dieser Schiefelage ergeben darin, weil sie keine Möglichkeit finden, aus ihrer eigenen Logik und Umgebung auszusteigen.

In meiner Arbeit mit Menschen erkundige ich mich danach, wie Körper und Stimmung auf das reagieren, was sie bei sich sehen, über sich sagen und denken, und versuche mit ihnen gemeinsam herauszufinden, wie es sich anfühlt, so einen Blick zu haben wie sie. Manchmal ist es dann nicht die Beschäftigung mit Wahrnehmungen, Gedanken oder Sprache, die Veränderungen im Blick auf sich und die Welt ermöglicht, sondern konkrete Anregungen, die dazu verhelfen, körperlich intensiver und differenzierter zu empfinden – also das „Viech“ besser zu spüren.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Welcher Blick auf sich selbst bzw. auf das eigene Viech in seinen unterschiedlichen Zuständen fühlt sich gemäß der eigenen Eigenarten und Bedürfnisse körperlich besser bzw. schlechter an? Wie könnte es gelingen, den guten Blick öfter einzunehmen? Was müssen Sie über sich denken, um sich in unangenehmer Weise unter Beobachtung zu fühlen? Wie sieht ihr böser Blick aus? Wodurch ist er gekennzeichnet?
- Wie reagieren andere Menschen auf Ihren bösen Blick?

1.8 BEZIEHUNGEN ZUM ANIMALISCHEN – LIEBÄUGELN, SCHIELEN UND SCHEEL ANGESEHEN WERDEN

Die Externalisierung der eigenen animalischen Anteile eröffnet eine Fülle mehr oder minder geeigneter Beziehungsformen zu ihnen: man kann das „Viech“ nutzen, verkommen lassen, verwöhnen, hochpäppeln, vorführen, dressieren, domestizieren, mit ihm experimentieren, es in Ketten legen. Man auch ganz einfach mit ihm zusammenleben, ihm genau zuschauen, es kennen lernen und ihm eine passende äußere und innere Umgebung schaffen, weil es nur dort die Lebendigkeit und Kraft entwickelt, deren man als sein Mensch bedarf. Leider gestehen sich viele Menschen eine solche Bezugnahme zu ihrem animalischen Anteil nicht zu - das Missverhältnis im Verhältnis zum Animalischen hat vor allem im Einflussbereich des Christentums eine lange Tradition. Sie verwehren sich dagegen, allzu viel mit seinen Empfindungen konfrontiert zu werden, verkrampfen sich bei diesen Bemühungen, verlieren Kraft und Energie und verstehen nicht, was es ihnen zu sagen hat. Ihr Gerede wirkt zwar oft vernünftig, lässt aber ihr inneres Zappeln nicht mehr erkennen. Sie produzieren mit ihrer Sprache für ihre im Untergrund lauende Unruhe eine Art Korsett oder sozial akzeptablen Mantel, der dabei hilft sie zu verschleiern, um sich ihrer nicht schämen zu müssen, verraten aber dann in Bewegungen, Körperhaltung, Blick, Mimik, Gestik, Tonfall und Stimmlage, wie es in ihnen aussehen könnte. Oft zeigen sie das typische Übersprungsverhalten, das bei unauflösbaren Konflikten zwischen unvereinbaren Impulsen auftritt und sich in stereotypen Bewegungen oder eingestreutem bzw. exzessivem Kratzen, Zupfen und in anderen Zwangshandlungen bzw. in einer Dissonanz verschiedener Ebenen des Ausdrucksverhaltens äußert. Die Frage: „Wonach ist denn dem Viech?“ führt dann meistens zu mehr Klarheit in Bezug auf das eigene Wollen als die Frage: „Was willst du?“ Sie ist viel einfacher zu beantworten.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Welche Beziehung haben Sie zu Ihren Haustieren? Wie geht es Ihnen mit dem Verhältnis anderer Menschen zu Ihren Haustieren? Was zieht Sie an? Was stößt Sie ab?
- Welches Verhältnis pflegen Sie zu Ihrem eigenen Viech? Ist es Nutztier, wird es domestiziert? In wessen Dienst geschieht das? Wird es anderen wie ein Zirkustier vorgeführt? In welchen Situationen hängt es an der Kette? Ist es in einem Käfig eingesperrt? Trägt es einen Beißkorb? Ist es ein wildes Tier?
- Welches Biotop würden Sie ihm bauen, wenn Sie viel Platz zur Verfügung hätten? Welchen Käfig würden Sie ihm in einem Zoo bauen, wenn Sie wenig Platz haben und ihm dennoch etwas Adäquates schaffen wollen??

1.9 EXKURS: DAS TIER BEI FRIEDRICH NIETZSCHE

Nietzsche vertritt eine äußerst nüchterne, amoralische Sichtweise über den Menschen, die ihn in seinen so genannten spezifisch „menschlichen“ Eigenschaften historisch relativiert, vom Stockerl der „Krone der Schöpfung“ stürzt und auf die Ebene der Tiere zurück bzw. zurecht rückt. „Wir haben umgelernt. Wir sind in allen Stücken bescheidner geworden. Wir leiten den Menschen nicht mehr vom »Geist«, von der »Gottheit« ab, wir haben ihn unter die Tiere zurückgestellt. Er gilt uns als das stärkste Tier, weil er das listigste ist: eine Folge davon ist seine Geistigkeit. Wir wehren uns andererseits gegen eine Eitelkeit, die auch hier wieder laut werden möchte: wie als ob der Mensch die große Hinterabsicht der tierischen Entwicklung gewesen sei. Er ist durchaus keine Krone der Schöpfung: jedes Wesen ist, neben ihm, auf einer gleichen Stufe der Vollkommenheit...“ Der Mensch ist für ihn „das mißratenste Tier, das krankhafteste, das von seinen Instinkten am gefährlichsten abgeirrte - freilich, mit alledem, auch das interessanteste!“ Der „Wille“ gilt ihm als Resultante, eine Art individueller Reaktion, die notwendig auf eine Menge teils widersprechender, teils zusammenstimmender Reize folgt, das Bewusstwerden, der »Geist« als „Symptom einer relativen Unvollkommenheit des Organismus, als ein Versuchen, Tasten, Fehlgreifen, als eine Mühsal, bei der unnötig viel Nervenkraft verbraucht wird.“² In gewisser Weise rehabilitiert er auch die menschliche Bosheit und Niederträchtigkeit - das schlimme wilde Tier im Menschen. Er will es zumindest nicht mehr verumumt sehen. „.... mein Gedanke ist umgekehrt, daß wir gerade als zahme Tiere ein schändlicher Anblick sind und die Moral-Verkleidung brauchen - daß der »inwendige Mensch« in Europa eben lange nicht schlimm genug ist, um sich damit »sehen lassen« zu können (um damit schön zu sein -). Der Europäer verkleidet sich in die Moral, weil er ein krankes, kränkliches, krüppelhaftes Tier geworden ist, das gute Gründe hat, »zahn« zu sein, weil er beinahe eine Mißgeburt, etwas Halbes, schwaches, Linkisches ist... Nicht die Furchtbarkeit des Raubtiers findet eine moralische Verkleidung nötig, sondern das Herdentier mit seiner tiefen Mittelmäßigkeit, Angst und Langeweile an sich selbst. Moral putzt den Europäer auf - gestehen wir es ein! - ins Vornehmere, Bedeutendere, Ansehnlichere, ins »Göttliche« ...“³ „Es bleibt in jenen späten Zeitaltern, die auf Menschlichkeit stolz sein dürfen, so viel Furcht, so viel Aberglaube der Furcht vor dem »wildem grausamen Tiere« zurück, über welches Herr geworden zu sein eben den Stolz jener menschlicheren Zeitalter ausmacht, dass selbst handgreifliche Wahrheiten wie auf Verabredung jahrhundertlang unausgesprochen bleiben, weil sie den Anschein haben, jenem wilden, endlich abgetöteten Tiere wieder zum Leben zu verhelfen.“⁴ Das Animalische im Menschen, den Leib bezeichnet er als die große Vernunft, welches die kleine Vernunft, den Geist bzw. das Ich, in seinem eigenen Dienst hervorbringt und bestimmt. „»Leib bin ich und Seele« - so redet das Kind. Und warum sollte man nicht wie die Kinder reden? Aber der Erwachte, der Wissende sagt: Leib bin ich ganz und gar, und nichts

² alle Zitate dieses Absatzes: Friedrich Nietzsche: Der Antichrist, 14, (Werke, Ed. Schlechta, Bd. II, S. 1174f.).

³ F. Nietzsche: Die fröhliche Wissenschaft. Fünftes Buch, Wir Furchtlosen 352 (Werke II, S. 218).

⁴ F. Nietzsche: Jenseits von Gut und Böse. Siebentes Hauptstück, Unsere Tugenden, 229 (Werke II, S. 693).

außerdem; und Seele ist nur ein Wort für ein Etwas am Leibe. Der Leib ist eine große Vernunft, eine Vielheit mit einem Sinne, ein Krieg und ein Frieden, eine Herde und ein Hirt. Werkzeug deines Leibes ist auch deine kleine Vernunft, mein Bruder, die du »Geist« nennst, ein kleines Werk- und Spielzeug deiner großen Vernunft. »Ich« sagst du und bist stolz auf dies Wort. Aber das Größere ist, woran du nicht glauben willst – dein Leib und seine große Vernunft: die sagt nicht Ich, aber tut Ich. Was der Sinn fühlt, was der Geist erkennt, das hat niemals in sich sein Ende. Aber Sinn und Geist möchten dich überreden, sie seien aller Dinge Ende: so eitel sind sie. Werk- und Spielzeuge sind Sinn und Geist: hinter ihnen liegt noch das Selbst. Das Selbst sucht auch mit den Augen der Sinne, es horcht auch mit den Ohren des Geistes. Immer horcht das Selbst und sucht: es vergleicht, bezwingt, erobert, zerstört. Es herrscht und ist auch des Ichs Beherrscher. Hinter deinen Gedanken und Gefühlen, mein Bruder, steht ein mächtiger Gebieter, ein unbekannter Weiser - der heißt Selbst. In deinem Leibe wohnt er, dein Leib ist er. Es ist mehr Vernunft in deinem Leibe, als in deiner besten Weisheit. Und wer weiß denn, wozu dein Leib gerade deine beste Weisheit nötig hat? Dein Selbst lacht über dein Ich und seine stolzen Sprünge. »Was sind mir diese Sprünge und Flüge des Gedankens?« sagt es sich. »Ein Umweg zu meinem Zwecke. Ich bin das Gängelband des Ichs und der Einbläser seiner Begriffe.« Das Selbst sagt zum Ich: »hier fühle Schmerz!« Und da leidet es und denkt nach, wie es nicht mehr leide - und dazu eben soll es denken. Das Selbst sagt zum Ich: »hier fühle Lust!« Da freut es sich und denkt nach, wie es noch oft sich freue – und dazu eben soll es denken...“⁵ In der Sprache unserer Metapher wäre es das mehr oder minder kranke bzw. domestizierte Viech, das Ich und Verstand konstituiert und sich damit seine Bändiger und seine Welten schafft.

⁵ F. Nietzsche: Also sprach Zarathustra. Von den Verächtern des Leibes (Werke II, S. 301).

1.10 WIE ICH AUF DAS VIECH GEKOMMEN BIN – ETHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN...

Was mich als Ethologin in meinem Umgang mit Viechern ganz grundsätzlich prägt, ist eine gewisse Haltung, die ich mir in meinen Jugendjahren in der Forschungsstation „Wilhelminenberg“ angeeignet habe. Man lebte dort mit den beobachteten Tieren in unmittelbarer Nähe zusammen, interessierte sich auf eine respektvolle und nüchterne Art für sie, versuchte ihnen ein möglichst adäquates Umfeld zur Verfügung zu stellen und sich als Partner in einer Wohngemeinschaft möglichst freundschaftlich zu verhalten. Es wurde, durchaus mit einer gewissen Muße, zugesehen, viel entspannter Kontakt gepflegt und nur wenig experimentiert und theoretisiert. Einer der wesentlichsten Aspekte der von meinem Lehrer Otto Koenig ins Leben gerufenen Kulturethologie, war es schließlich, menschlichen Lebewesen mit dem gleichen Beobachtungsinteresse gegenüber zu treten, wie tierischen, sie also – etwa bei diversen Festen und Gelegenheiten dorfinernen Brauchtums - in ihrem Lebensumfeld möglichst wenig zu stören und gleichzeitig genau hinzuhören, hinzuschauen um die Funktion von Verhaltensweisen in ihrem biologischen und sozialen Kontext zu verstehen. Die Zuordnung der Elemente des Verhaltens in Kategorien spielte demgegenüber eine marginale Rolle, genauso wenig, wie die Frage nach den Aspekten phylogenetischer Abstammung - wie etwa in der von Eibl-Eibesfeldt gegründeten Humanethologie. Der Fokus des Interesses lag nicht auf Herkunftsähnlichkeiten, sondern auf Funktionsähnlichkeiten. Man befasste sich beim Versuch, menschliches Verhalten aus dem Vergleich mit tierischem zu verstehen mit der Spezifität der Lebenswelt, der Lebenssituation, der Formen der Sicherung des Lebenserhalts und des Aggressions-, Jungenaufzucht-, Sozial- und Sexualverhaltens, sowie mit Elementen nonverbaler Signale, also Gestik, Mimik, Körperhaltung, Kleidung und Komfort- und Wohnverhalten.

Natürlich reicht die Bezugnahme auf das Animalische im Menschen nicht aus, um ihn in seinen konkreten Lebensvollzügen verstehen zu können. Ein biologisch orientierter Beobachtungsfokus verhilft dazu, jene oft schwer begreifbaren Impulse und physiologischen Zustände besser zu verstehen, die sich gegen das vernünftige Wollen sträuben, Motivation rauben und zu Leidenschaften und diversen, am sozialen Kontext und am eigenen Lebenskonzept gemessenen Verrücktheiten und scheinbaren Abartigkeiten führen. Doch er kann die kognitiven Wege nicht erfassen, mittels derer Menschen bedenken, besprechen und begründen, was sie wollen. Er kann nichts darüber in Erfahrung bringen, welche Werkzeuge geistiger und materieller Natur sie entwickeln, woran sie sich erinnern und was sie sich vorstellen und mittels Sprache erfinden werden. Die Idee, Menschen auch als Viecher in den Blick zu bekommen, bedeutet, dass man eine bestimmte Vorstellung vom Lebewesen Mensch als denkendes, sprechendes und handelndes Lebewesen überschreiten muss, um sich – denkend, sprechend und handelnd - für das Leibliche interessieren zu können. Man gibt der Idee eines, in gewissem Maße eigenständigen agierenden biologischen Substrats Raum und kümmert sich in der Folge als eine Art reflektierender Hüter darum, damit es sich entspannt und das Denken in Ruhe arbeiten lässt.

1.1.1 ÜBER DIE VORTEILE, SEIN VIECH FACHGEMÄSS ZU BEHANDELN

Menschen auch in ihren animalischen Aspekten sehen zu können, schafft einen sehr nüchternen Zugang zu vielen ihrer Probleme, während die Verleugnung dieser Anteile zu zahlreichen Missverständnissen im Umgang miteinander und mit sich selbst führt. Es wird ausgehend davon leichter verständlich, weshalb sie sich in manchen zeitgenössischen Lebensformen und geistigen Welten nicht wohl fühlen, starr und steif, nervös und unglücklich sind und was sie brauchen würden, um lebendiger zu sein. Indem man sie als „Viecher“ zu verstehen vermag, bringt man sie auch in ihrem Selbstverstehen auf den Boden zurück und eröffnet eine Form der Selbstbeschäftigung, die sich nicht an Vorstellungen, sondern am unmittelbaren Verhalten und Erleben orientiert. Zugang zum Viech zu finden, hilft vor allem bei der bei der Überwindung der Angst. Man schreckt vor den eigenen Zuständen und denen der anderen nicht mehr so zurück, weil man sie kennt. Dem Viech im eigenen Erleben ausreichend Raum zu geben, kann sehr entspannend sein - Menschen genießen es zuweilen, ihren Impulsen mittels Fauchen, Zischen, Knurren und Schnurren, Zähne zeigen oder Körperbewegungen bzw. Phantasien, in denen sie endlich treten, würgen und kratzen dürfen, Ausdruck zu geben. Sie werden sich selbst begreifbarer und können sich anderen gegenüber klarer positionieren. Weil das Viech oft recht heftig und unmittelbar auf mentale Prozesse, die ihm nicht gut tun, reagiert, kann es die Verortung von Gedankengängen als ich-zugehörig bzw. ich-fremd unterstützen und die Entwicklung einer basalen Sicherheit im eigenen biologischen Substrat fördern. Das sich dann so entwickelnde Ich wirkt überzeugender, wenn es in Resonanz mit biologischen Interessen steht. Doch auch der Zugang zu anderen Menschen wird über die Wahrnehmung des Viechs in ihnen konkreter, humorvoller, direkter und ehrlicher. Ein nüchterner Zugang zu sich selbst als dem einzigen beständigen Zentrum des eigenen Lebens hilft dabei, die eigene Kraft in allen Lebenslagen zu spüren. Eine Selbstsorge, die dem eigenen heißen Bauchgefühl vertraut, ist notwendig um in schwierigen Lebenslagen frei handeln zu können. Letztlich dient es der eigenen Menschwerdung, wenn man sich in geeigneter Weise mit seinem „Viech“ beschäftigt. Gerade wenn ein Mensch mit einer gewissen Dringlichkeit Veränderungsbedürftigkeit thematisiert, tut es gut danach zu fragen, wonach sein zappelndes Viech dabei aus ist. Das eigene Wollen wird dadurch klarer erkennbar.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Probieren Sie in unterschiedlichen Situationen tierische Geräusche aus: Fauchen, Knurren, Zischen, Schnurren, Fiepen – wie wirken dieser Geräusche und die dazugehörige Mimik, Gestik und Körperhaltung auf Sie und Ihren Zustand?
- Was sagt Ihnen Ihr Viech über die Eigenart Ihrer Persönlichkeit? Wie geht es Ihrem Viech, wenn Sie sich echt und authentisch fühlen?
- Wonach ist Ihrem Viech in diversen unangenehmen Situationen?
- Wie organisiert Ihr Viech, dass es von Ihnen das bekommt, was es benötigt? Wie erfolgreich ist es mit seinen Versuchen, Sie zu einem guten Hüter werden zu lassen?

1.12 WIE WERDE ICH ZUM HÜTER MEINES VIECHS?

Man hütet sein Viech, wenn man es in seiner Lebenswelt und -lage begreift und mit ihm auf eine Weise umgeht, die ihm in seiner spezifischen Eigenart entspricht. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, auch die geistigen und sozialen Welten, in denen dieses Viech leben muss, in den Blick zu bekommen und die eigenen „Stimmen“ und „Geister“ zu unterscheiden, um herauszufinden, welche Gedankengänge Lebendigkeit fördern und welche nicht. Es tut gut, jene Gedanken und jene Beobachterperspektive zu bestärken, die im Sinn des inneren Milieus ökologisch denken und ein Biotop schaffen können, in dem menschliche Viecher auf entspannte Weise leben können. Das Viech findet auf diese Weise Lebensraum im Gefüge der geistigen und sozialen Welten, die es umgeben.

Wenn das Viech von seinem Menschen als seinem Hüter angemessen behandelt wird, kann es davon ablassen, sich aufgrund eines unangenehmen Zustandes zu beunruhigen. Die Beschäftigung mit dem inneren Milieu verliert an Bedeutung, die Kräfte bündeln sich und das ängstliche Interesse an sich selbst schwindet. Das Viech entspannt sich und beginnt schließlich, interessiert und forschend seine Welt zu erkunden und seine Lebensenergien den Projekten zur Verfügung zu stellen, die sein Mensch gerade verfolgt. Banal gesagt - wenn es einem Menschen gut mit sich selber geht, wendet er sich stattdessen seiner Welt zu, orientiert seine Bewegungen an dem, was ihm dort gefällt und missfällt und beginnt sie zu gestalten.

2 ETHOLOGISCHE PERSPEKTIVEN

„O DER VERHÄNGNISVOLLEN NEUBEGIER DES PHILOSOPHEN, DER DURCH EINE SPALTE
EINMAL AUS DEM BEWUSSTHEITS-ZIMMER HINAUS- UND HINABZUSEHEN VERLANGT:
VIELLEICHT AHNT ER DANN, WIE AUF DEM GIERIGEN, DEM UNERSÄTTLICHEN,
DEM EKEKHAFTEN, DEM ERBARMUNGSLOSEN, DEM MÖRDERISCHEN DER MENSCH RUHT,
IN DER GLEICHGÜLTIGKEIT SEINES NICHTSWISSENS
UND GLEICHSAM AUF DEM RÜCKEN EINES TIGERS IN TRÄUMEN HÄNGEND.“

FRIEDRICH NIETZSCHE, ÜBER DAS PATHOS DER WAHRHEIT

2.1 ZUSAMMENFASSUNG

Themen von Viechern sind Lust und Appetit, Spannung und Gier, Befriedigung und Mangel, Neugier und Spiel, Schwäche und Stärke, Konkurrenz und Rangordnung, Platz und Enge, Aggressivität und Furcht, weiblich und männlich, Geselligkeit und Raum. Schwierigkeiten von Viechern haben mit ihren Zuständen zu tun, z.B. mit so etwas wie Angst, Entbehrung, Unruhe, Spannung, Ekel, Schmerz, Krankheit, Bedrängnis, blockierter Wut - und mit nichts sonst. Das menschliche „Viech“ hat Interessen, Abneigungen, Vorlieben, Stimmungslagen, Aktivitätszustände, Gewohnheiten und ein grundlegendes Wahrnehmungs-, Verarbeitungs- und Verhaltensrepertoire. Es ist das biologische Substrat eines Menschen, seine oft sehr einfachen Empfindungen, Triebe, Bedürfnisse und Impulse, der Körper mit seinem Verhalten und seinen Ausdrucksmöglichkeiten, der organismische Kern seiner Motivation, Lebendigkeit und Kraft. Jenseits ihrer intellektuellen, sprachlichen und kulturellen Fähigkeiten, mit denen sie ihre biologische Grundstruktur umkleiden können und müssen, bekommen Menschen mit dieser Existenzform zu tun. Da ihnen jedoch ein entsprechendes Verständnis dafür abgeht, gehen sie inadäquat mit sich und anderen um.

2.2 EINLEITUNG: EINE KURZE CHARAKTERISTIK DES MENSCHLICHEN VIECHS

Die Personen, mit denen ich üblicherweise zu tun bekomme, interessieren sich nach wie vor auch für Dinge, welche ihnen wahrscheinlich schon als Affe oder zumindest als Altsteinzeitjäger wichtig gewesen wären, nämlich dafür, ob sie gut aussehen und bei Sexualpartnern Anklang finden, sich eine geeignete Rangposition und ein eigenes Revier erhalten können und in ihrem sozialen und räumlichen Umfeld genügend Nahrung und Sicherheit vorfinden. Es geht ihnen um ein gutes Leben mit anderen, also um Wohlbefinden, Zufriedenheit, Entspannung und geeignete Abgrenzung. Sie hängen im Alltag an sehr einfachen Dingen – an Nahrung, Sicherheit in überschaubaren Kleingruppen oder Beziehungsverhältnissen, sexueller Befriedigung, Komfort und Jungtieren mit entsprechendem Kindchenschema, die sich lieb und herzlich zeigen. Sie wollen in irgendeinem Bereich wichtiger, stärker und mächtiger als ein anderer sein und sozial attraktiv wirken. Sie legen Wert auf eine geeignete Nähe bzw. Distanz zueinander, auf einen eigenen selbst gestalteten Bereich und eine überschaubare Umgebung, in die keine Feinde eindringen können. In entspannten Lebenslagen spielen und forschen sie gerne, in Konfliktsituationen zeigen sie Stereotypen und Übersprungsverhalten. Wenn sie sich fürchten, laufen sie davon oder ziehen sich zumindest in sich selbst zurück. Das menschliche Viech konkurriert vor allem mit gleich Starken, bewacht eifersüchtig fauchend sein Revier, seine Geschlechtspartner und seine Kinder und wehrt sich grollend und knurrend dagegen, wenn seine Individualdistanz überschritten wird.

Grundsätzlich stehen Kontaktwünsche und Selbstbehauptungswünsche in einem ambivalenten Verhältnis – man will einander nahe sein und gleichzeitig den besten Zugang zu Orten, Nahrung, Sexualpartnern oder anderen Ressourcen haben und eine gute Position in der eigenen Gruppe einnehmen. Man kämpft um sich selbst, aber auf eine Art, welche die eigene Identität als soziales Wesen nicht gefährdet. Im Bereich des verbalen wie nonverbalen Verhaltens ergeben sich dadurch natürlich Zwiespältigkeiten, Ambivalenzen, Doppeldeutigkeiten und Missverständnisse.

In therapeutischen Gesprächen scheint es mir deshalb wichtig, nicht nur auf das zu achten, was ausgesprochen bzw. offen gezeigt wird. Angesichts dieser grundsätzlichen Ambivalenz ist damit zu rechnen, dass die eigenen Anliegen diplomatisch verbrämt, Unangenehmes verborgen und in vielen Bereichen so getan wird als ob. Man sollte sich über die Lügen menschlicher Viecher nicht wundern.

2.3 TERRITORIEN – DAS BESITZERGREIFENDE VIECH

Der eigene Bereich - das Heim erster Ordnung, in dem man zuhause ist und sich ganz sicher fühlt - wird mit Türen, Schildern, Gegenständen markiert und zur Not verteidigt. Die Größe dieses Territoriums hängt von der jeweiligen Position in der sozialen Gruppe ab, wie man an Chef- und Kinderzimmern oft sehen kann. Auch spontane Assoziationen von Menschen entwickeln recht schnell, sozusagen als erstes Phänomen eines "Wir-Gefühls", ein Bewusstsein der Gemeinsamkeit bezüglich eines bevorzugten Platzes – man denke an den gemeinsamen Ärger in Zugabteilen, der von an sich Fremden geteilt wird, wenn ein noch Fremder eindringen will. Gruppen schließlich markieren Territorien etwa dadurch, dass sie sich nach außen besonders laut und auffällig geben. Gemeinsames Lachen hat dabei sowohl einen im Sinn der "Stimmföhlungs-laute" gruppenbildenden als auch gruppenabgrenzenden Charakter und ist im Unterschied zum Lächeln eher aggressiv getönt. Das Thema berührt den Bereich: eigener Platz, Wohnung und Besuche; Türen, Schlüssel und Schwiegermütter; Zonen der Selbstbestimmung im Privatleben und in der Arbeit. Für TherapeutInnen ist es meist recht angenehm zu wissen, dass sie im eigenen Territorium arbeiten. Sie können zumindest die Rahmenbedingungen des eigenen Tuns selbst bestimmen und damit bei aller Offenheit für die KlientInnen ihren eigenen Bereich markieren. Eine besonders schwierige Situation ergibt sich bezogen auf diesen Aspekt menschlichen Verhaltens bei Therapien, die in der Wohnung der KlientInnen – oft verstärkt durch Zwangskontexte - stattfinden müssen. TherapeutInnen und beauftragende Institutionen sollten sich in diesem Fall darüber klar sein, dass sie die Reviergrenzen ihrer KlientInnen räumlich wie thematisch überschreiten und mit entsprechenden Reaktionen rechnen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Welche Territorien verteidigt Ihr Viech? Wo dürfen welche Personen eindringen, wo nicht? (Es geht um den eigenen Platz, um Wissens- und Kompetenzbereiche, um die Heimat...)

2.4 IMPONIEREN UND BESCHWICHTIGEN – DAS STARKE UND DAS SCHWACHE VIECH

Durch Imponiergehabe wird sowohl von Gruppen wie von Individuen Wichtigkeit behauptet. Man macht sich groß und breit oder nimmt auf andere Weise, z.B. mittels Tonfall bzw. Lautstärke Raum ein. Individuen, die sich dominant zeigen, lenken mittels eines imponierenden Äußeren Blicke auf sich. Eine entsprechend tiefe Stimme hat dabei eine ähnliche Wirkung, wie eine langsame, erhabene Bewegungsweise und direkter Blickkontakt. Demgegenüber wird mit einer hohen Stimme, Lächeln und Kichern, dem Schiefhalten des Kopfes und verschränkten Gliedmaßen Freundlichkeit bzw. Harmlosigkeit und damit oft auch Schwäche assoziiert, also Beschwichtigungsverhalten gezeigt. Männliche und weibliche Menschen haben leider damit schon von den Gegebenheiten ihrer Stimme sehr unterschiedliche Möglichkeiten, Dominanz verbal auszudrücken.

Imponiergehabe und Beschwichtigungsverhalten wirken als Ausdrucksverhalten unmittelbar auf den eigenen Zustand zurück: man fühlt sich in der Folge so, wie man sich nach außen präsentiert, und reagiert entsprechend auf das Gehabe der anderen - ist sich dessen aber oft nicht bewusst. In Therapien ist es u.a. im Bereich der depressiven und Angststörungen, sowie kommunikativer Missverständnisse hilfreich, auf die Wirkung dieser Verhaltenselemente zu achten und das eigene Verhalten in der Rolle als TherapeutIn dahingehend im Blick zu behalten.⁶

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie stellt Ihr Viech dar, dass es wichtig und stark ist? Welches spezifische Imponiergehabe zeigt es? Wie reagiert es auf das Imponiergehabe anderer? (Es geht um Stolz, Würde, Wichtigkeit und Scham, um weibliche und männliche Formen der Selbstdarstellung, um die Präsenz von Stimme und Körperhaltung ...)
- Wie präsentieren Sie sich in diesem Zusammenhang als Therapeutin?

⁶ Ein exzellentes Buch zur Ethologie depressiver Störungen ist: Hell, D. (Hrsg.): Ethologie der Depression. Familientherapeutische Möglichkeiten. Fischer – Stuttgart, Jena 1993

2.5 INDIVIDUALDISTANZ – DAS UNNAHBARE VIECH

Individuen, die in der jeweiligen Rangordnung als dominant gelten, wird auch bezüglich ihrer Individualdistanz mehr Platz zugestanden. Diese erweitert - als mobiles Territorium sozusagen - die Außengrenzen des eigenen Selbsterlebens, und ist je nach Kontext, Befindlichkeit und persönlicher Eigenart unterschiedlich groß. Wird sie, etwa in Situationen aufgezwungener räumlicher Nähe, gegen den eigenen Wunsch unterschritten, so steigen innere Anspannung und Aggressionspotential. In der Folge können diverse Distanzierungsmechanismen, z.B. Wegschauen, mürrischer Gesichtsausdruck, aber auch Versuche beobachtet werden, einen der räumlichen Nähe entsprechenden sozialen Kontakt aufzunehmen - in Warteschlangen und Wartezimmern wird deshalb manchmal ganz gerne auch geredet.

Die meisten KlientInnen haben Erfahrungen mit Grenzüberschreitungen - sie können sich nicht gut abgrenzen, werden vereinnahmt, erreichen andere die sich zurückziehen nicht, fühlen sich „im luftleeren Raum“. Das Thema der Grenze nach außen hat - bei Einzelwesen wie bei Menschengruppen - immer auch mit dem Thema der eigenen Identität zu tun. Grenzüberschreitungen lösen Schuldgefühle bzw. Schamgefühle aus, je nachdem, wer der Überschreiter oder der Überschrittene ist. Die Thematik berührt Fragen des Geruchs, der Kleidung und der Intimität bzw. Obszönität von Fragen und therapeutischen Interventionen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Was ist Ihrem „Viech“ im Zusammenhang mit der Frage „Nähe-Distanz“ wichtig? Welche unterschiedlichen Formen der Individualdistanz pflegt es? Wie zeigt es auf nonverbale Weise, welchen räumlichen Abstand es möchte? Wie reagiert es auf das Unterschreiten der jeweiligen Individualdistanz? (Es geht um Gedränge, körperliche Nähe, Aufdringlichkeit, Einmischung, die kritische Distanz ...)
- Wie gehen Sie mit der Individualdistanz Ihrer Klienten-Viecher um?

2.6 KOMMENTKÄMPFE – DAS STREITENDE VIECH

Kommentkämpfe dienen bei sozialen Lebewesen der Klärung von Konflikten ohne Selbst- und Fremdschaden zu riskieren. Dabei steigert sich die Intensität abgrenzender bzw. aggressiver Verhaltensweisen in Form von Reaktionsketten sukzessive und langsam. Im Unterschied zum Beschädigungskampf sind die Zeiträume zwischen den einzelnen Steigerungsformen verlängert, was den Konfliktpartnern die Chance gibt, sich gemäß der eigenen momentanen Befindlichkeit in den Phasen der Auseinandersetzung für eine frühere Beendigung derselben zu entschließen - etwa durch Ablenkung, Verlassen des Konfliktfeldes oder beschwichtigende Signale. Diplomaten können das anscheinend besonders gut.

Für Ethologen sind aggressive Äußerungen etwas sehr Normales – sie ermöglichen bei sozialen Lebewesen die Positionierung in einem sozialen Gefüge, schaffen also Klarheit und damit einhergehend Entspannung. Im therapeutischen Kontext tut es einerseits gut, KlientInnen Erlaubnisräume für einen unmittelbareren Bezug zu ihrer eigenen Aggressivität zu schaffen und ihnen andererseits Wege zu eröffnen, aggressive Konflikte auf eine weniger beschädigende Art und Weise – also meist langsamer und ritualisierter - auszutragen. Ausschließlich über einen Konflikt zu sprechen, bringt das worum es geht, oft nicht auf den Punkt – es wird aus Angst vor eskalierenden Ausschreitungen darüber hinweg geredet. Zuweilen genießen es Klientinnen, ihre Empfindungen mittels Fauchen, Knurren, Zähnefletschen Ausdruck zu verleihen bzw. zu schildern, wonach ihrem Viech eigentlich wäre, wenn sie es loslassen würden. Bewegte Beziehungsskulpturen⁷, in denen neben den unterschiedlich beteiligten Personen auch eigene und fremde Viecher agieren dürfen, können Klarheit darüber vermitteln, worum es auf der Ebene der Zustände, Stimmungen und Impulse eigentlich geht, welche Missverständnisse auftreten und welche Möglichkeiten der Konfliktlösung im Raum stehen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie reagiert Ihr Viech, wenn es um eine bestimmte Rangposition kämpft? Was empfindet und erlebt es, wenn es mit Konkurrenzsituationen konfrontiert ist oder wenn es um Kampf und Auflehnung geht? Auf welche Weise kämpft es? (Es geht darum, jemanden über sich bzw. unter sich zu haben, um Macht und Verantwortung...)
- Was empfindet Ihr Viech, wenn ihm etwas weggenommen wird oder wenn es mit anderen konkurriert? Was würde es dann am liebsten tun? Wonach wäre ihm? (Es geht um Eifersuchts-, Neid-Situationen und Gewaltphantasien ...)

⁷ Diese sind weniger mit den aktuell trendigen „Aufstellungen“ zu vergleichen als mit den altbekannten „Skulpturen“ von V. Satir. Zu den Aufstellungen siehe den Beitrag in Teil 4.

2.7 FLIRT- UND PAARUNGSVERHALTEN – DAS GEILE VIECH

Zum Thema des menschlichen Flirt- und Paarungsverhaltens und in diesem Zusammenhang auch des geschlechtstypischen Verhaltens gibt es ausführliche ethologische Untersuchungen. Gleichzeitig handelt es sich um jenen Bereich, der aufgrund des Einflusses gesellschaftlicher Normen und Vorstellungen einer starken kulturellen Überformung unterliegt. Das männliche genauso wie das weibliche Viech können oft nicht so tun, wie sie wollen oder wonach ihnen ist. In die zum Werbeverhalten gehörenden Formen der Selbstdarstellung mischen sich Moden, Strategien und Höflichkeitsformen bzw. bestimmte zu erreichende oder zu vermeidende Bilder über Männer und Frauen und das ihnen zukommende Erscheinungsbild. Außerdem unterliegen ethologische Beobachterperspektiven einer spezifisch feministischen Kritik, wenn sie typisch männliche bzw. weibliche Verhaltensweisen zu charakterisieren versuchen. Ausgehend von diesen Studien wirkt tendenziell bei männlichen Menschen Imponiergehabe und dominantes Gehabe sexuell attraktiv, während bei weiblichen Menschen Elemente des Beschwichtigungs- und submissiven Verhaltens (Lächeln, Kopf schief halten, Schulter hochziehen, von der Seite oder von unten schauen, gesenkte Lider, Selbstberührungen) dieselbe Wirkung haben. Diese Verhaltensweisen haben jedoch

im Zuge des Balzverhaltens keine die Rangordnung bestimmende Funktion, sondern schaffen bloß einen Rahmen, in dem es möglich wird, sich ohne zu große Missverständnisse anzunähern. Ein weiteres Ergebnis vieler Studien ist, dass sich Männer präsentieren und Frauen auswählen, wer herankommen darf. Unbewusste Aspekte, z.B. die Wirkung des Geruchs spielen bei der sexuellen Partnerwahl eine große Rolle. Frauen scheint außerdem mehr als Männern an einer Bindung zu ihrem Sexualpartner gelegen zu sein – eine Deutung geht in die Richtung, dass schließlich sie es sind, die für das Kind sorgen müssen, wenn der zugehörige Vater verschwindet. Diese Hypothese lässt allerdings außer Acht, dass die Unterstützung beim Aufziehen der Kinder in den – allerdings wenig verbreiteten – matrilinearen Paarungstypen nicht durch den Vater, sondern durch die leibliche Verwandtschaft der Mutter erfolgt (die auf diese Weise in die Verbreitung ihres Genmaterials investiert). In solchen Kulturen zeigen Frauen nur wenig Tendenzen, ihre Sexualpartner an sich zu binden und auch auf die in patrilinearen Kulturen so verbreiteten Werte der Jungfräulichkeit vor der Ehe und der sexuellen Treue wird hier weit weniger Wert gelegt. Man sollte im Auge behalten, dass soziale Viecher aus drei Motiven heraus in der Nähe der anderen leben: Geselligkeit, Jungenfürsorge und Geschlechtlichkeit – und dass die Individuen, mit denen geschlechtliche Nähe gepflogen wird, nicht dieselben sein müssen, mit denen man seine Kinder groß zieht. Im Unterschied zu früher machen Ethologen weniger klischeehafte Äußerungen über die, den Bereich der Paarbildung und Sexualität überschreitenden, geschlechtstypischen Begabungen menschlicher Lebewesen.

Im therapeutischen Kontext sind ethologische Perspektiven u.a. dabei hilfreich, sich dem Thema Sexualität und Liebe auf einer sehr nüchternen Basis anzunähern und es auf diese Weise von der Überfrachtung mit Werten und Mythen zu entlasten. Es darf einfach bloß um

Sex und Viechereien gehen! Paare, denen die Sexualität abhanden gekommen ist, verstehen besser, was im Umgang miteinander dazu beigetragen haben könnte. Fragen der sexuellen Anziehung und Abstoßung bzw. Gestimmtheit werden auf einer anderen Ebene besprechbar. Im Bereich des Werbeverhaltens bzw. versuchter oder gescheiterter Annäherungen schaffen bewegte Beziehungsskulpturen Klarheit über das eigene Empfinden und eröffnen neue Möglichkeiten der Interaktion miteinander. Die heftigen, aggressiven Gefühle, die im Zuge des Fremdgehens eines Partners auftreten können, werden nun auch ausgehend von Aspekten des Territorial- bzw. Abgrenzungsverhaltens verstehbar (anderes Weibs- bzw. Mannsbild im Revier bzw. in der Nähe der eigenen Haut). Jeder, der mit Paaren arbeitet, wird Kenntnis über immer wiederkehrende Problemmuster haben, z.B. Frau fühlt sich sexuell unattraktiv und nähert sich dem Mann mittels Vorwürfen an, Mann zieht den Schwanz ein und sich zurück. Man kann nun diesen Mustern auf der Ebene des Viechs Platz geben, ohne damit gleich einengende und lang tradierte Rollenbilder zu reproduzieren. Natürlich überformen Menschen die Zustände und Impulse ihres jeweiligen Viechs mit ihren Vorstellungen, Werten und Normen – junge Männer stürzen sich ja auch nicht gleich auf jede sommerlich gekleidete Frau, auch wenn ihrem Viech eigentlich danach wäre. Gerade wegen dieser Kontrolle und Überformung durch den Geist, tut es andererseits gut, einmal in sehr expliziter Form über die Bedürfnisse dieses Viechs ins Gespräch zu kommen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie zeigt Ihr Viech, dass es lustvoll oder geil auf etwas ist?
- Wie zeigt ihr Viech, wenn es sexuell frustriert ist?
- Wie erlebt Ihr Viech spezifisch männliche bzw. weibliche Verhaltensweisen?
- Wie reagiert es auf diverse sexuelle Auslöser? (wohin geht der geile Blick?, was gefällt, obwohl es vielleicht nicht gefallen sollte? ...)
- Wie nähert es sich an einen möglichen Sexualpartner an bzw. zeigt sein Interesse an ihm?
- Wie reagiert Ihr Viech, wenn es eifersüchtig ist? Was würde es dann am liebsten tun?

2.8 JUNGENFÜRSORGE – DAS PFLEGENDE VIECH

Viecher verfolgen sehr unterschiedliche Strategien, um das Überleben ihrer Nachkommenschaft bis zur Geschlechtsreife und damit die Verbreitung ihres eigenen Genmaterials zu gewährleisten. Manche produzieren eine große Menge Nachkommen und kümmern sich wenig darum, während andere ihre ganze Energie in die Aufzucht weniger Kinder investieren. Die Jungtiere selbst sind entweder früh selbständige so genannte „Nestflüchter“ oder länger auf die Elterntiere angewiesene „Nesthocker“. Vielen Jungtieren gemeinsam ist das „Kindchenschema“, das als Signal für ein ungefährliches, zu behütendes Lebewesen auch zwischen unterschiedlichen Arten wirkt. Ähnlich wie im Aggressionsbereich das Fauchen oder Zischen, löst das klägliche Fiepen, Weinen oder Schreien eines Tierkindes fürsorgliches Verhalten aus. Gegenüber hilflos erscheinenden Artgenossen entwickeln sich Beißhemmungen. Sobald sich das Kindchenschema im Zuge der Geschlechtsreife verliert, werden Jungtiere immer weniger und weniger betreut und schließlich sich selbst überlassen. Betteln sie dann nach wie vor um Nahrung oder entwickeln sich zu Konkurrenten um Sexualpartner und Raum, so werden sie vertrieben, was letztlich der Verbreitung der Spezies und der Durchmischung des Genmaterials bzw. der Vermeidung von Inzucht dient. Nur in Gefangenschaft und bei übermäßigem Futterangebot bleiben herangewachsene Kinder in der Nähe der Eltern. Menschen sind einerseits durch eine extrem lange Jugendphase ausgezeichnet, die letztendlich die Voraussetzung für Lernen und kulturelle Entwicklung ist – andererseits dadurch, dass etwa im Unterschied zu den Affen die sexuelle Bereitschaft der Frauen trotz der Pflege eines Kindes erhalten bleibt. Es werden mehrere Geschwister gleichzeitig aufgezogen, was eine hohe Arbeits- und Funktionsteiligkeit und ein engmaschiges soziales Unterstützungsnetz verlangt. Gleichzeitig findet der weibliche Eisprung versteckt statt – Männer wissen nicht, wann ihre Frauen empfängnisbereit sind, was dazu führt, dass sich Sexualität und Fortpflanzung entkoppeln und unabhängige Bedeutungen bekommen können. Menschliche Kinder wachsen unter natürlichen Bedingungen in einer überschaubaren Gemeinschaft von Kindern und Erwachsenen unterschiedlichen Alters und Geschlechts auf – sie spielen mit anderen Kindern und üben die Arbeitstechniken, die sie als Erwachsene benötigen, indem sie von klein an daran beteiligt werden.

In der sozialen Gruppe zeigen rangniedere Individuen oft kindliches Verhalten, weil das die Aggressionen hemmt und trotzdem hohe pflegerische Aufmerksamkeit gewährleistet. Man spricht in diesem Zusammenhang dann von einer Omega-Hierarchie (der Schwächste steht im Zentrum einer bestimmten Art von Beachtung) im Unterschied zur Alpha-Hierarchie (der Stärkste zieht die meisten Blicke auf sich). Altruistisches Verhalten kann als Abkömmling des fürsorglichen Verhaltens Kindern gegenüber gesehen werden.

Eines der Hauptthemen in Familientherapien ist der fehlende Zugang der Eltern zu ihren Kindern. Diese werden mit Beziehungspartnern oder Konkurrenten verwechselt, in Rangkonflikte und Konkurrenzsituationen verwickelt oder in irgendeiner Form nicht

angenommen.⁸ Manche Kinder scheinen ihre Eltern nicht ausreichend zu spüren bzw. zu begreifen und suchen in ihrer panischen Angst, allein gelassen zu sein, mit Gewalt nach der Stärke und Kraft, die ihnen Sicherheit geben kann. Die meisten Kinder leben heutzutage unter für sie völlig ungeeigneten Lebensbedingungen – sie sind z.B. dazu verdammt, in einer Zeit hohen spielerischen Bewegungsdrangs, exzessiver Neugier und dem Bedürfnis, Rangstreitigkeiten untereinander auszutragen, frühmorgens aufzustehen, und den ganzen Tag über zusammen mit 30 anderen gleichaltrigen Kindern in einem Raum zu sitzen um einer erwachsenen Person beim Reden zuzuhören. Ich persönlich gehe in meinen Therapien im Fall einer Störung eines Kindes ganz grundsätzlich davon aus, dass es in einer aus irgendeinem Grund störenden Lebenswelt existieren muss und messe den Erfolg meiner Arbeit keinesfalls bloß daran, dass sich auf der Erwachsenenenseite keiner mehr über ihr Verhalten beschwert. Kindliches Verhalten bei Erwachsenen zeigt sich z.B. bei Depressionen und anderen Krankheiten und führt einerseits zu hohem pflegenden Engagement, andererseits aber auch zu Beißhemmungen, unterdrückter Wut und einer bloß scheinbaren Freundlichkeit, die letztlich nicht gut tut. Es ist wichtig, die kranke Person wieder als Erwachsenen in den Blick zu bekommen, der für sich alleine sorgen oder die Hilfe Außenstehender in Anspruch nehmen kann. Mitleidiges und helfendes Verhalten birgt eine hochbrisante Spannung – dominante Viecher helfen primär Schwächeren, Elterntiere betreuen primär Kinder. Mitleid und Hilfeleistungen konstituieren deshalb gleichzeitig auch Schwäche und Kindlichkeit bzw. verführen dazu.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie wirkt das Kindchenschema auf Ihr Viech?
- Wie wurden Sie als Kind von Ihren Eltern angenommen?
- Wie nehmen Sie Ihre Kinder an? Was trägt dazu bei?
- Welchen Lebensraum hatte Ihr Viech zur Verfügung als es noch klein war? Welchen Lebensraum bieten Sie den Viechern ihrer Kinder heute?
- Versteht das Viech Ihres Kindes, was Sie ihm vermitteln wollen?
- Wie zeigt Ihr Viech Ihrem Kind, dass es stark ist, ohne es gleichzeitig damit zu unterwerfen?
- Was will Ihr Viech mit dem Viech Ihres Kindes tun? Wonach wäre ihm?
- Wann fühlen Sie sich bemüßigt mitzuleiden oder zu helfen? Welche Auslöser sind da wirksam? Wie fühlt sich Ihr Viech, wenn Sie helfen? Wie fühlt es sich, wenn Sie Hilfe unterlassen, obwohl jemand weint, schreit, bettelt, sich hilflos zeigt?
- Was tun Sie dazu, um Ihre erwachsenen Kinder aus dem Nest zu werfen?

⁸ Eine solche Ablehnung des eigenen Nachwuchses kann es auch bei tierischen Lebewesen geben, etwa bei Stress, Nahrungsmangel, wenn die Geburt mit besonderen Schmerzen verbunden war oder in der eigenen Kindheit ein gestörtes Eltern-Kind-Verhältnis bestand. Ein sehenswerter Film dazu ist „Die Geschichte vom weinenden Kamel“.

2.9 EXPLORATION UND APPETENZ – DAS SCHNUPPERNDE UND DAS SUCHENDE VIECH

Man könnte meinen, dass auch Tiere, wenn sie nach etwas Ausschau halten, das im Moment nicht gegenwärtig ist, eine wenn auch unbewusste Vorstellung einer anderen Lebenswelt haben, nach der sie suchen. Je nach Bedürfnislage lässt sich zwischen Suchen und Explorieren unterscheiden. Lebewesen suchen, wenn ihnen etwas abgeht und sie explorieren, wenn sie einfach neugierig sind.

Bei spielenden oder explorierenden Lebewesen hat sich der Wunsch nach etwas, das im Augenblick nicht vorhanden ist erübrigt, weil sie haben was sie brauchen. Da sie kein Mangel bewegt, beschäftigen sich lustvoll mit dem Gegebenen und entdecken es in seinen, für sie relevanten Eigenschaften und Reaktionsweisen. Ein Mensch, der seinen Zustand als befriedigend erlebt, kann sich mit dem befassen, was ihn unmittelbar umgibt und seine Aktivität darauf richten, sich selbst und die unterschiedlichen Wesen seiner Welt kennen zu lernen und zu begreifen.

Beziehungskrisen sowohl bei Paaren als auch bei Familien sind geradezu geprägt vom Verlust der Neugier aufeinander und vom Erleben zunehmender Bedrohung. Systemische Psychotherapie eröffnet – schon bedingt durch die neugierige Haltung des Therapeuten – einen Raum für gegenseitige spielerische Exploration. Voraussetzung ist, dass TherapeutInnen wie KlientInnen sich in einem mittleren Aktivitätsniveau befinden und in der aktuellen Situation keine unaufschiebbaren unbefriedigten Bedürfnisse haben bzw. sich ärgern, fürchten oder einander sexuell begehren müssen. Zu beachten ist vielleicht auch, dass KlientInnen unterschiedliche Spiel- und Explorationsinteressen haben können: meine männlichen Klienten interessieren sich z.B. tendenziell mehr für etwas Drittes – ein Objekt, Thema oder Problem – meine weiblichen KlientInnen haben großen Spaß daran, an anderen Menschen herum zu schnuppern und Beziehungsdynamiken zu erfassen. Das Thema „Exploration“ berührt Aspekte des „jung Seins“ (nur junge Viecher spielen und explorieren), des Spiel-Ernst-Übergangs bzw. der Verwechslung von Spiel und Ernst usw..

Viecher, die von Furcht, Hunger, Durst, dem Bedürfnis nach Körperpflege und Schlaf überfallen werden oder sich von Lust und Angst da und dorthin gezogen fühlen, halten Ausschau nach einer Gegebenheit, die im Augenblick nicht vorhanden ist. Sie haben Appetit, verengen ihren Blick auf das Ersehnte und schnuppern mehr oder minder lust- und angstvoll den Spuren der Zustände und Umstände nach, deren sie bedürfen. Was sie wahrnehmen, bezieht sich auf das, was sie sich wünschen oder was sie befürchten. Was sie tun, verengt sich darauf, Mittel im Dienst eines Zieles zu werden. Wenn ein Mensch anhand seiner Befindlichkeit bemerkt, dass er seine Lage als unbefriedigend erlebt, so beginnt er sich mit sich selbst zu beschäftigen und sich darum zu sorgen, wie er finden könnte, was ihm zusagt. Dabei stehen ihm seine Gedanken, Erinnerungen und Vorstellungen zur Verfügung. Er setzt bei seiner Suche Brillen auf und entwickelt Bilder, verfolgt Strategien und versucht zu beeinflussen, erklärt anderen seine Unzufriedenheit und positioniert sich

immer sicherer darin, je mehr er davon begreift. In einem Prozess der Verfestigung und Verengung werden Besorgtheiten und Erwünschtheiten begrifflich gefasst, begründet, besprochen, aufgeschrieben, normativ festgelegt, sozialisiert. Im Zusammenhang mit der Unruhe anderer, befasst er sich mit fremden Interessen, wendet den Blick auf das was sie beschäftigt und folgt ihnen dorthin, wohin sie gerade unterwegs sind. Umfeld und Gesellschaft geben im Zuge der Sozialisation Themen der Unruhe und damit einhergehende besorgte Fragen vor, denen der Einzelne sich kaum entziehen kann, und bestimmen damit über Wegweiser und Markierungen Momente der Unterbrechung, in denen er schließlich stehen bleibt um sich zu erkundigen, was in seiner Welt als wichtig gilt.

In meinen Therapien ist es immer wieder hilfreich, bei diversen Suchprozessen Ziele von Mitteln zu unterscheiden und in den Raum zu stellen, dass das Ersehnte auch durch weniger vorgefasste Wege erreichbar sein könnte (man ist nicht auf markierte Pfade verpflichtet, sondern kann auch wild gehen). Das spezifische Suchinteresse eines Menschen beinhaltet jedenfalls eine hohe motivierende Kraft, weshalb es wichtig ist, den elementaren Kern dieser Sehnsucht zu erfassen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Unter welchen Umständen kann auch mein Viech wirklich neugierig sein?
- Unter welchen Umständen spiele ich bzw. werden im Zusammenhang mit anderen Verhaltensweisen „spielerisch“?
- Wonach und wie sucht Ihr Viech – wie ist es dann drauf?
- wie verhält sich das Viech bei Hunger, Durst, Lust nach ...

2.10 SELBSTVERGEWISSERUNG UND GEWOHNHEITEN – DAS SICH SELBST ERHALTENDE VIECH

Wenn sich in den eigenen Lebensbewegungen oder in denen der relevanten Umgebung Unruhe oder Verwirrung ergibt, suchen menschliche Lebewesen nach einem Zustand, der Entspannung, Interesse und Achtsamkeit bezüglich der konkreten gegenwärtigen Situation erlaubt. Der Zugang zu sich selbst als dem einzigen beständigen Zentrum seines Lebens hilft aber auch anderen Tieren dabei, ruhig zu werden und die eigene Kraft und Lebendigkeit spüren und nutzen zu können. Er hat mit jenen Formen angenehmen Selbstbezugs zu tun, den Katzen treiben, wenn sie sich strecken, dösen oder ausführlich pflegen. Indem sie ihr Fell berühren bzw. die Bewegungsfunktion ihrer Muskulatur regelmäßig prüfen, gewinnen sie eine jenseits von Sprache und Selbstbeschreibung gelagerte Bewusstheit ihrer Existenz, die ihnen die nötige Achtsamkeit im Umgang mit ihrem Körper vermittelt, die sie für seine entsprechende Verwendung benötigen. Wenn man sich ansieht, was Menschen dabei hilft, sich vollständig auf den Augenblick zu konzentrieren, dann handelt es sich dabei oft um die Beschäftigung mit bestimmten Körperhaltungen und -bewegungen. Denken Sie an Feldenkrais-Übungen oder an die unterschiedlichen Kampfsportarten, die sich im fernöstlichen Kulturkreis, oft im Umfeld des Zen-Buddhismus, entwickelt haben! Man nimmt eine aufrechte Haltung ein, bewegt den Körper langsam und äußerst genau, bringt den Atem in einen entsprechenden Rhythmus mit der Abfolge der Bewegungen, kommt darüber zu seiner Mitte - wird wacher, effizienter, klarer und letztlich auch schneller in den Reaktionen. Diese innere Wachheit und gleichzeitige Ruhe vermittelt sich auch über die konzentrierte Beschäftigung mit einem Gegenstand, wie zum Beispiel einem Werkstück oder Musikinstrument. Singen aktiviert – ähnlich wie das tiefe Atmen – das Sonnengeflecht, durchblutet den Körper, lässt Glücksgefühle entstehen. Eine ähnliche Wirkung haben Laufen, Schwimmen, langes Gehen und ausführlicher Sex.

Menschliche Viecher sind außerdem Gewohnheitstiere, die manche Veränderungen nur schwer verkraften und ihre Bequemlichkeit nur unterbrechen, wenn es einen Grund dafür gibt. „Fremdes“ ist für sie gewöhnungsbedürftig. Sie fühlen sich mit dem Lebensraum, den Lebensweisen und den Menschen verbunden, mit denen sie aufgewachsen sind. Auch auf den komplexesten Ebenen ihrer sozialen Strukturen schaffen sie sich Situationen, in denen ihnen die vertrauten Verhaltensmuster begegnen können. Zumindest in den Geschichten, die sie einander auf sehr unterschiedliche Art immer wieder erzählen, kehren die altbekannten Grundmotive in äußerst vorhersehbarer Weise wieder.

Im therapeutischen Kontext besteht das Problem oft darin, dass auch an einengenden Verhaltensmustern in gewohnheitsmäßiger Weise festgehalten wird. Neue Perspektiven und Umgangsformen haben gegenüber solchen eingefahrenen Formen der Interpretation und Gestaltung oft keine Chance, wenn sie nicht in neue Gewohnheiten eingebettet werden. Ein Mensch wird in seiner Eigenart besser verständlich, wenn man sich mit ihm darüber

unterhält, womit er in seiner Welt Vorhersagbarkeit, Vertrautheit und damit Heimat schafft. Das Thema berührt Aspekte der Selbstvergewisserung (Selbstpflege, Komfortverhalten, soziale Körperpflege), des Lebensrhythmus (Wirkung der Zyklen, des Wetters, der Verdauung; Schlaf- und Ruheverhalten; Winter- und Sommerverhalten), der Heimat (vertraute Pfade, Rituale, Vorstellungen). Interessant ist in diesem Zusammenhang auch das spezifische Verhalten in fremden Umgebungen und bei Anspannung (Übersprungsverhalten, Stereotypen und Zwänge). Tiefe Atmung und aufrechte Haltung scheint sich bei menschlichen Lebewesen jedenfalls positiv auf Selbstsicherheit und Entspannung auszuwirken, während eine bloße Selbstartikulation (Reden und Nachdenken über sich selbst) keine unmittelbare Auswirkung auf die Selbstgewissheit, Bewusstheit oder Entspanntheit eines Menschen haben muss .

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie verhält sich Ihr Viech, wenn es sich seiner Sache nicht sicher ist oder einer Situation ambivalent gegenüber steht? (Es geht um das Übersprungsverhalten in ambivalenten Situationen, um Zupfen, Kratzen, Umherwandern, Stereotypen ...)
- Wie reagiert Ihr Viech auf das „Fremde“ und „Ungewohnte“? (Es geht um Reisen, Umzüge, Jobwechsel, Ausländer ...)
- Welchen Lebensraum braucht Ihr Viech, um sich zu entspannen und wohl zu fühlen? Was braucht es, um wieder spontan neugierig und spielerisch zu sein? (Es geht um Zeit, Raum, spezifische Aktivitäten und Ressourcen ...)

2.11 LAUTGEBUNG – DAS QUATSCHENDE UND DAS SPRECHENDE VIECH

Auch über Sprechen und Zuhören lässt sich natürlich ein Gespür für die eigene Existenz entwickeln. Wenn menschliche Lebewesen anderen über sich und ihre Bewegungen bzw. ihre Unruhe erzählen, nehmen sie gleichzeitig Kontakt mit sich auf. Sie produzieren mittels Gerede „Stimmfühlungslaute“, um in der Gruppe eine Atmosphäre der Entspannung und des Wohlbefindens herzustellen bzw. zu erleben. Das Eintreten von Stille wird dann oft als Signal von Gefahr gesehen - solange „gezwitschert“ wird, ist alles in Ordnung. Freundlicher „Smalltalk“ könnte als eine Art verbaler „Fellpflege“ betrachtet werden – man redet statt sich gegenseitig zu streicheln, zu lausen, sich aneinander zu schmiegen. Wenn das spannungsfrei gelingt, hört sich diese „Musik“ meist gar nicht so unangenehm an.

Das Reden von Menschen ist allerdings nicht immer dazu geeignet, ruhiger zu werden und sich auf den gegenwärtigen Moment zu konzentrieren. Da sich bei ihnen ein Großteil ihres Verhaltens zusätzlich auch verbal äußert, wird mittels „Gerede“ auch um die eigene Position und Abgrenzung von den anderen gerungen. Die Formen des selbst behauptenden und aggressiven Redens sind dabei genauso vielfältig wie die die Ausdrucksweisen im nonverbalen Bereich. Laufen Versuche der Kontaktnahme ins Leere, so kann es sein, dass sich der Redende nicht einfach zurückzieht wie es jedes andere Tier tun würde, wenn seine sozialen Angebote nicht ankommen, sondern seine Äußerungen, das Desinteresse seines Gegenübers missachtend, stereotyp weiter produziert. Dass der Kontakt, der sich daraus ergibt, ein oft eher verkrampfter und halbherziger ist, wird anscheinend oft nicht wahrgenommen oder nicht respektiert, man hat zumindest zu murmeln oder zu nicken, wenn man angesprochen wird. Vielleicht liegt das daran, weil sowohl das Phänomen sozialer Isolation - mit der damit einhergehenden Sprachlosigkeit oder dem damit verbundenen Redebedürfnis - als auch das Phänomen sozialer Überforderung durch allzu viel menschlichen Kontakt, ein historisch eher junges ist. Das Problem besteht darin, dass die Erzählungen, die sich während des Redens über Beunruhigendes ergeben, zusätzliche Unruhe produzieren können, wenn sich die Geister alter Bilder und Vorstellungen daran beteiligen und vor allem Angst, Wut, Sehnsucht und Empörung artikulieren. Die mitredenden Anderen reagieren entsprechend darauf, bestärken diese Stimmen oder verwehren sich dagegen. Schließlich zappelt in dem Menschen, der sich über Reden beruhigen wollte, mehr als zuvor und er muss in der Folge neben dem Rucksack seiner eigenen unklaren Gedanken über sich und seine Welt auch die Aussagen der anderen und seine eigenen im Gespräch getroffenen sprachlichen Festlegungen mitschleppen, die ihn womöglich verpflichten und schwer bzw. unbeweglich werden lassen.

Eine der Aufgaben von TherapeutInnen ist es, ein gutes Gespräch in Gang zu bringen. Dazu gehört sicher auch die Fähigkeit, sich mittels angenehmem Smalltalks an die KlientInnen heranzuschnuppern und heranzuschmeicheln. Bei KlientInnen, die wenig sprechen oder mit ihrem Reden Konflikte produzieren, besteht die Aufgabe immer wieder darin, mittels eines angenehmen Gesprächsangebots zu einer geeignet entspannten sozialen Nähe

beizutragen. Ist das gegenseitige Vertrauen gegeben, kann man sich dann auch verbal reiben und ein wenig kämpfen. Mir ist es im Gespräch mit KlientInnen zunehmend wichtiger geworden, nicht nur die Inhalte ihrer Erzählungen, sondern auch die spezifische Erzählform und ihren Zustand als Erzählende in den Blick zu bekommen. Handelt es sich bei dieser Erzählung um ein Plädoyer, ein Märchen, eine Chronik, ein Gedicht? Wird hier einfach mittels Gebrüll oder schönen Worten eine Grenze markiert oder imponiert? Wird mittels Worten gebettelt, beschwichtigt, gedroht oder schön getan? Geht es überhaupt um die Inhalte der Erzählungen oder will die Lautgebung dieses menschlichen Wesens etwas anderes: kratzen und fauchen, weinen und stöhnen, schnurren und schön tun? Manchmal scheint die Stimme des Viechs bloß in der Kehle versteckt zu sein – der Mensch klingt dann gepresst oder rau. In der Therapie versetze ich mich in ein Viech, das in einer Welt lebt, in der das Gehörte zu einem Eindruck und zu bestimmten Lebensäußerungen führt und fasse dieses mögliche Erleben versuchsweise in Worte, Laute und Bewegungen.

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wann gibt Ihr Viech Laute von sich? Wann schweigt es? Was will es damit erreichen? (Es geht um eigenes und fremdes Reden und Schweigen, vor allem um Smalltalk – und um die damit einhergehende Unruhe bzw. Entspannung ...)

2.12 STÖRUNGEN – DAS KRANKE VIECH

Unter ungeeigneten Lebensbedingungen und in ständiger Anspannung zeigen viele Lebewesen ein gestörtes Verhalten.⁹ Dieses stellt oft eine Extremform der verschiedenen sozialen Reaktionsweisen: Anpassung, Kampf, Flucht und Kontaktsuche dar. Sie passen sich auf eine domestizierte, schwächende Weise an, kämpfen exzessiv oder beschädigend, flüchten indem sie starr und leblos werden, suchen stereotyp und lästig nach Nähe. Wenn sie erleben, dass ihre Individualdistanz unterschritten wird und sie keinen Ausweg mehr finden, also „im Eck stehen“, werden sie entweder aggressiv und greifen an oder sie erstarren und stellen sich tot. Wenn sie sich schwach und ohnmächtig fühlen und gleichzeitig auf die Aufmerksamkeit ihres sozialen Umfelds angewiesen sind, dann nehmen sie eine exzessiv beschwichtigende, depressive Position ein und verursachen damit Beißhemmungen und Engführungen und Unehrllichkeiten im Umgang miteinander. Wenn sie sich aus ihren inneren Spannungen und Ambivalenzen nicht lösen können, dann wird ihr Übersprungsverhalten exzessiv und stereotyp, also zwanghaft und selbstverletzend. Manche hören in Stresssituationen auf, zu essen, ihren Körper zu pflegen und sich zu bewegen. Ein aus verschiedenen Gründen gestörtes Umfeld produziert fortdauernde eskalierte Rangkämpfe und territoriale Abgrenzungskonflikte, lässt die sexuelle Lust aufeinander schwinden, blockiert neugieriges und spielerisches Verhalten und die Ausdrucksfähigkeit. Kinder, die ihre Elterntiere nicht spüren können oder von ihnen nicht artgemäß behandelt werden, bekommen Angst, werden unruhig, zappelig und aggressiv.

Im psychotherapeutischen Kontext erweitert es die Perspektive, in den KlientInnen, die von ihren Problemen berichten, auch das gestörte Viech wahrnehmen und das „störende“ Verhalten vor diesem Hintergrund interpretieren zu können. Es entdramatisiert die Problemerkählungen und Deutungen, lenkt den Blick auf die gestörte Umgebung und ermöglicht Zielsetzungen, die über den Aspekt hinausgehen, wieder normal sein und funktionieren zu wollen. Ziel ist jedenfalls das lebendige und entspannte und weniger das angepasste und domestizierte Viech. Bei Familien- und Paartherapien eröffnet es völlig andere Zugänge zu den Zuständen, Stimmungen, Impulsen, zu dem Lebensgefühl dessen, der hier über seine Perspektiven erzählt. Wenn KlientInnen über Konflikte, unerfüllte Sehnsüchte nach Nähe, unklare eigene Positionen oder Nähe-Distanzverhältnisse erzählen, bitte ich sie manchmal, sich auf einer Bühne die Szene vorzustellen, die sich zwischen den dort befindlichen Viechern abspielt. Manche der KlientInnen gewinnen aus den Bildern, die sie entwickeln zusätzliche Ausdrucksformen – man sollte nicht glauben, wie viel eher man verstanden wird, wenn man in Konflikten mit Kindern oder Partnern phasenweise faucht oder die Zähne bleckt statt lang und breit zu erklären, wieso es einem so schlecht geht. Es ist wichtig, das Viech sichtbar und erlebbar werden zu lassen. Man kann die KlientInnen auffordern, sich in eine Körperhaltung zu begeben, die ihrem Leiden entspricht – und sie

⁹ Ich verstehe „Störung“ hier weniger im diagnostischen als im wörtlichen Sinn: Viecher werden in dem, was sie tun bzw. wollen gestört, beeinträchtigt, unterbrochen, gehindert.

fragen, wonach ihnen aus dieser Haltung bzw. Bewegung heraus ist. Man kann zusammen mit dem Viech oder den Viechern auch die zugehörigen Menschen auf die Bühne bringen und auf diese Weise das Verhältnis zwischen dem Viech und seinem Hüter erkunden. Man kann dazu beitragen, Konflikte und Annäherungen auch auf nonverbaler Ebene zu verlangsamen, viech-gemäßer zu gestalten und zu mehr Bewusstheit und gegenseitigem Verständnis beizutragen. Der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt.¹⁰

FRAGEN AN DAS EIGENE VIECH:

- Wie behandeln Sie ihr Viech in Situationen, in denen es sich gestört fühlt? Helfen Sie ihm, sich einen anderen Lebensraum zugänglich zu machen oder binden sie es an, peitschen es vorwärts?
- Wie gehen Sie mit ihm ganz grundsätzlich um? Ist es Haustier, Nutztier, Streicheltier, Zirkustier, Familienmitglied oder Wildtier, Bestie, freier Vogel? In welcher Art Gehege, Käfig, Welt lebt es? Welche Lebensraum täte ihm gut? (Es geht um die Form der Beziehung zu Ihrem Viech)
- Wie reagiert Ihr Viech auf andere gestörte Viecher, denen Sie begegnen?

¹⁰ In Abgrenzung zu dem aktuellen Trend der Aufstellungen, scheint es mir wichtig, die so gewonnenen Bilder und Szenarien als Momentaneindrücke zu relativieren, jedenfalls mehrere Perspektiven und Möglichkeiten in den Raum zu bringen, sich der strukturellen Deutung diverser wahrgenommener Muster zu enthalten und eher Bewegungen als Stellungen produzieren zu helfen.

Ausgewählte Literatur ...

- Eibl-Eibesfeldt (1984): Die Biologie menschlichen Verhaltens. Grundriss der Humanethologie. Piper
- Grammer, K. (2002): Signale der Liebe. Die biologischen Gesetze der Partnerschaft. dtv
- Hell, D. (Hrsg.): Ethologie der Depression. Familientherapeutische Möglichkeiten. Fischer – Stuttgart, Jena 1993
- Klar, S.: Beiträge zum Aktionssystem von *Glossolepis incisus* (Melanotaenidae) unter besonderer Berücksichtigung des Aggressions- und Fortpflanzungsverhaltens. Unveröffentlichte Dissertation, Philosophische Fakultät der Univ.Wien, 1986
- Klar S.: Aggression und ihre Bewältigung in der Familie. Hinweise zur Gestaltung einer nicht unbedingt zerstörerischen Kraft, ausgehend von Ergebnissen der Ethologie. DIALOG SPEZIAL 3/86, Wien 1986
- Klar, S.: Mann und Frau. Biologische - psychologische - ethologische - gesellschaftliche Aspekte. DIALOG SPEZIAL 2/88, Wien 1988
- Klar, S.: Zur Verbindlichkeit von Beziehungsstrukturen und Normen. DIALOG 4/88
- Klar, S./ Hopf, S.: Zur Naturgeschichte von Gruppen- und Familienformen. DIALOG 2/89
- Klar, S.: Zur Stabilität von Paar- und Familienstrukturen. Aspekte und Hinweise aus der Systemtheorie. In: Matreier Gespräche 1988: Paarbildung und Ehe. Verlag Jugend und Volk, Wien 1989
- Martel, Yann (?): Schiffbruch mit Tiger
- Morris, D. (?): Der nackte Affe
- Nietzsche, F: Jenseits von Gut und Böse, Reclam
- Nietzsche, F.: Die Genealogie der Moral, Reclam
- Nietzsche, F.: Also sprach Zarathustra, Reclam
- Quammen, D. (2000): Die zwei Hörner des Rhinoceros. Kuriose und andere Geschichten vom Verhältnis des Menschen zur Natur. Claasen
- Rhein, H. (1994): Eine tierische Liebe. Zur Psychologie der Beziehung zwischen Mensch und Tier. Kösel
- Waal, de F. (2001): Der Affe und der Sushimeister. Das kulturelle Leben der Tiere. Hanser
- Weiner, J. (1999): Zeit, Liebe, Erinnerung. Auf der Suche nach den Ursprüngen des Verhaltens. Siedler

ARBEITSBLATT ZUGÄNGE ZUM VIECH

Wie geht's „dem Viech“ ? Wonach ist dem Viech?

- ☺ Um das „Viech“ in seinen Zuständen und seiner Bedürftigkeit besser zu verstehen, wende ich mich ihm direkt zu und frage, was es will. Es steht für mich außerhalb jeder gesellschaftlichen Norm oder Moral, was nicht bedeutet, dass ich ihm in allem folge. Natürlich schütze ich mich auch vor ihm, doch ich will es nicht domestizieren, eher sein Freund werden und es bei mir und anderen erleben, denn es scheint in seiner unmittelbaren Aktivität Lebendigkeit und Kraft zu vermitteln. Wenn ich es nachlässig behandle und nicht beachte - ihm z.B. nicht genügend Gelegenheit gebe, Komfortverhalten zu pflegen, seinen Bereich von Eindringlingen abzugrenzen, seine Individualdistanz zu wahren, seine Position zu behaupten, freundliche soziale Kontakte zu genießen, zu spielen und zu explorieren, ausreichend zu fressen und sich zu bewegen – so wird es krank, verkrampft, lustlos, mürrisch und entwickelt Stereotypen. Das „Viech“ braucht einen Lebensraum, in dem es sich entspannen und wohl fühlen kann und sich nicht allzu oft fürchten muss – und diejenige, die ihm darin geeignete Haltungsbedingungen verschaffen kann, bin letztendlich ich.
- ☺ Wenn Menschen sich mit den Empfindungen des eigenen „Viechs“ konfrontiert sehen, verwehren sie sich oft dagegen, verkrampfen sich dabei, verlieren Kraft und Energie und verstehen nicht, was es ihnen zu sagen hat. **Hier ist es manchmal hilfreich, das was das „Viech“ will, wonach ihm ist** (gleichgültig ob es sich um Fauchen, Beißen, Einrollen, Schnüffeln ...) **handelt, durch entsprechende Fragen nach Phantasien hervorzuholen und damit einen Erlaubnisraum zu schaffen, sich in seinen unmittelbaren Impulsen besser wahrzunehmen.**
- ☺ **Körperübungen:** sich eine Problemsituation plastisch vorstellen und die entsprechende Körperhaltung/ -bewegung (inkl. Gestik, Mimik) dazu einnehmen: spüren, wie sich das anfühlt; den Fokus und die Art der eigenen Wahrnehmung bemerken. Dann zur Seite treten, ausschütteln und sich eine ähnliche, aber angenehmere Situation vorstellen – zusammen mit der dazu passenden Haltung (usw. s.o.); in der Folge mehrmals probieren, wie sich möglichst leicht von der „Problemhaltung“ in die Lösungshaltung gelangen lässt; sich den kleinsten und hilfreichsten Schritt merken.
- ☺ **Bühne:** sich in den Zuschauerraum setzen und sich gemeinsam mit anderen auf einer Bühne beobachten: um welches Stück handelt es sich?; was tun die einzelnen Beteiligten miteinander?
- ☺ **Plastische Inszenierung:** sich selbst (ev. Verkörpert durch eine andere Person) und andere wie Plastilin zu einer Skulptur formen, welche die eigene Situation zum Ausdruck bringt; die anderen und sich nach den Empfindungen, Wahrnehmungen und Impulsen in der Skulptur fragen; Veränderungsmöglichkeiten ausprobieren. (Vorsicht: gruppensdynamische Prozesse, Fixierungen auf bestimmte Bilder und Vorstellungen!)

ARBEITSBLATT NÄHE UND DISTANZ

- ☺ Ich gehe davon aus, dass das **Begriffspaar „Nähe – Distanz“**, wenn es im Zusammenhang mit sozialen Prozessen genannt wird, **mehr Bedeutung enthält als ein bloß räumliches Verhältnis zweier Elemente bzw. Personen**. Mittels ein und derselben räumlichen Analogie werden Phänomene der Ähnlichkeit bzw. Unähnlichkeit, Übereinstimmung bzw. Unterscheidung, Zugehörigkeit bzw. Getrenntheit beschrieben. Das Wort „nahe“ kann positiv wie negativ konnotiert sein, je nach Perspektive dessen der es verwendet, während das Wort „distanziert“ eines zweiten Begriffs (z.B. „geeignet“) bedarf, um es in seiner Bedeutung positiver zu tönen. **Letztendlich geht es um jene Balance oder Stimmigkeit, die der Situation wie den Bedürfnissen der daran beteiligten Menschen so entgegen kommt, dass sie sich zum einen wohl fühlen und zum anderen im jeweiligen Kontext handlungsfähig erleben können**. Deutlich wird das unter anderem daran, dass das Thema in den Beschreibungen von Beziehungsverhältnissen durch Beteiligte und Beobachter nicht mehr problematisiert wird – etwa indem das Wort „zu“ („zu nahe“, „zu distanziert“) verschwindet.
- ☺ Aus systemischer Sicht steht hinter jeder Beschreibung – auch jener, die ein Beziehungsverhältnis als „zu nahe“ bezeichnet – ein Mensch, der sich in einer ganz bestimmten kontextuellen Situation sprachlich artikuliert. Zu ein und derselben sozialen Situation finden sich immer mehrere, durchaus unterschiedliche und dennoch „richtige“ Beschreibungen. **Was sich wirklich zugetragen hat, ist in diesem Zusammenhang weniger interessant als zu verstehen, was der Erzähler seinem Gegenüber über sich oder andere mitteilen möchte**.
- ☺ **Eine geeignet erlebte Balance aus Nähe und Distanz hat unmittelbar mit dem Wohlbefinden menschlicher Individuen zu tun**. Wenn sie sich diesbezüglich beachtet und respektiert fühlen, dient das ihrer Selbstbestimmung, Entspannung und Würde und schafft die Voraussetzung für frei gewählte und gestaltete Bewegungen auf andere zu. Aus ethologischer wie systemischer Sicht macht es keinen Sinn, Abweichungen von einer geeigneten Balance aus Nähe und Distanz moralisch zu bewerten oder zu ahnden, da sie weit öfter das Ergebnis von Missverständnissen und unterschiedlichen Bedürfnissen sind als das ethisch-moralischer Defizite. **Eine Entdramatisierung möglicher Schwierigkeiten, die in diesem Zusammenhang selbstverständlich auftreten, könnte bewirken, dass Konflikte klarer und konkreter besprochen werden**.

ARBEITSBLATT BEZIEHUNGSVERHÄLTNISSE

Beziehungsverhältnisse gestalten sich je nach den Gründen, die zu ihnen geführt haben, unterschiedlich. Grundsätzlich lassen sich bei Lebewesen drei Motive dafür finden zusammenzukommen

- **Geschlechtlichkeit:** Man trifft sich, um sich sexuell fortzupflanzen.
- **Geselligkeit:** Man trifft sich aus sozialen Gründen (um sich miteinander zu vergnügen, in Arbeitsteiligkeit Nahrung zu erwerben oder sich vor Feinden, Kälte, Witterung zu schützen, voneinander zu lernen, etwas miteinander zu produzieren)
- **Jungenaufzucht:** Man trifft sich, um in Funktionsteilung Kinder aufzuziehen. Geschlechtlichkeit muss mit Jungenaufzucht nicht zusammenfallen – gerade in matrilinearen Gesellschaftsformen bleibt der jeweilige Sexualpartner der Frau außerhalb der Familie – beim Aufziehen der Kinder unterstützen die Verwandten der Frau.

Bei Partnerschaften lassen sich je nach Interessensschwerpunkt unterschiedliche Formen unterscheiden (Roussell, Jahr ?):

- **Traditionelle Ehe:** Zusammenleben aus Gründen der Existenzsicherung; kaum Scheidungen, weil Ehe das Überleben gewährleistet; gestiftete Ehen;
- **Bündnisehe:** Zusammenleben um eine gesellschaftliche oder religiöse Pflicht zu erfüllen; Orientierung auf ein Drittes (z.B. gemeinsames Ziel); Scheidung mit Schuld und Scham verbunden – Rechtfertigungsgründe
- **Verschmelzungsehe:** Zusammenleben weil man sich i.S. romantischer Liebe gefunden hat und alle Lebensbereiche teilen möchte; Scheidung mit Selbstwertverlust und Sinnlosigkeitsgefühlen verbunden
- **Partnerehe/ Gefährtschaft:** Zusammenleben weil man sich gut versteht und Interessen teilt; Selbstverwirklichung wichtiger als Zusammensein; Scheidung oft undramatisch und freundschaftlich