



Beziehungen – beginnen, bewahren, begrenzen, beenden

- ♥ Beziehungen gründen auf Austausch, das heißt auf Geben und Nehmen. Da das Austauschpotenzial des Menschen begrenzt ist, kann er nicht beliebig viele Beziehungen beginnen und bewahren, er muss auch Beziehungen begrenzen und beenden.
- ♥ Überall, wo Menschen miteinander in Beziehung treten, hören sie auf, ausschließlich Individuen zu sein – sie werden Teil eines sozialen Systems.
- ♥ Soziale Systeme unterscheiden sich in der Art der Beziehungen, die ihre Mitglieder untereinander haben, zum Beispiel Freundschaft, Partnerschaft, Verwandtschaft, Liebesbeziehungen, Arbeitsbeziehungen oder Geschäftsbeziehungen etc.
- ♥ Arbeitnehmer treten in Arbeitsbeziehungen ein, während sie gleichzeitig noch mehr oder weniger stark durch eine Loyalitätsbindung zu ihrem jeweiligen Familienherkunftssystem befangen sind.
- ♥ Die Familie re-inszeniert sich in den Arbeitsbeziehungen, und die Arbeitsbeziehungen re-inszenieren sich im Trainingsteam, wobei wiederum im Hintergrund „heimlich“ das Familiensystem wirkt.



- ♥ Im Trainingsteam kann man gut die Probleme, die in den Arbeitsbeziehungen der Teilnehmer auftreten, in Szene setzen und bearbeiten.
- ♥ Ein wichtiger Grundsatz für die Kommunikation des Ranghöheren besteht darin, den Rangniedereren das Beziehungsgefälle (beispielsweise: Vorgesetzter – Mitarbeiter) nicht als menschliche Degradierung spüren zu lassen, sondern die Ebenbürtigkeit zur Leitlinie zu machen.
- ♥ Im team-dynamischen Workshop bilden sich die sozialen Beziehungen räumlich-körperlich ab, und die räumlich-körperlichen Konstellationen wirken sich auf die Beziehungen aus.
- ♥ Beziehungen leben von Wertschätzung und konstruktivem Feedback. Beziehungsintelligenz bedeutet, die Kommunikation und Kooperation für den anderen zu einer unverwechselbaren Begegnung und einem persönlichen Erfolgserlebnis zu machen.

Beziehung

Eine Beziehung kann persönlicher, sozialer oder auch geschäftlicher Natur sein. Sie kann gelingen, wenn beide Partner ebenbürtig sind und wenn das Geben und Nehmen ausgeglichen ist oder ausgeglichen werden kann.

Beziehung und Bindung

Eine Beziehung ist noch keine Bindung, denn sie „bindet“ nicht die Menschen aneinander, sondern sie „zieht“ sie zueinander. Sie bewegt die Menschen zum wiederholten Austausch. Die Beziehung lässt mehr Freiheit, die Bindung ist fester verankert.

Beziehungen lösen sich auf, wenn die Beteiligten nichts für sie tun – Bindungen bleiben auch ohne Zutun bestehen. Um Bindungen zu lösen, muss aktiv etwas unternommen werden, es muss zum Beispiel gekündigt, geschieden, entschieden, entbunden werden. Manche Bindungen sind unauflösbar, zum Beispiel die Bindung an die Herkunftsfamilie oder das Heimatland. Man kann sich zwar „lossagen“, aber man kann seine Herkunft nicht auslösen. In der Tiefe bleibt die Bindung bestehen.

Es ist wichtig, die Begriffe „Bindung“ und „Beziehung“ zu unterscheiden:

- **Beziehungen** gründen auf Austausch, auf Geben und Nehmen
- **Bindungen** gründen auf Zugehörigkeit zu einem System

Beziehungen können gesucht und frei gewählt werden. Sie können von vorn herein begrenzt und kurzfristig angelegt sein, als Nachbarschafts-, Geschäfts-, Kunden- oder Kolle-

genbeziehungen. Ihre Beendigung kostet daher wenig seelische Energie und verursacht wenig Kummer und Schmerz.

Bindung bedeutet, dass wir seelisch an etwas haften und mit ihm innerlich, das heißt mit Leib und Seele, verbunden sind.

Bindungen sind Grundlage für Beziehungen

Bindungen sind eine tragfähige Grundlage für Beziehungen. Durch Bindungen werden Beziehungen in Gang gesetzt und aufrecht erhalten. Beziehungen auf der Basis tiefgehender Bindungen halten ein Leben lang und bestehen sogar über den Tod hinweg fort. Wenn wir sagen: „Ich fühle mich meinem Partner tief verbunden“, so ist das eine wesentlich stärkere Aussage, als wenn wir sagen: „Ich habe eine gute Beziehung zu meinem Partner.“ Beziehungen können auch ohne Bindungen aufgebaut werden.

Aus Beziehungen können Bindungen wachsen

Im Zusammenhang mit Arbeit und Beruf sprechen wir meist von „Beziehungen“ zu Kollegen und Vorgesetzten, kaum von einer „Bindung“ an die Kollegin oder den Chef. Dennoch spielt auch in Arbeitsbeziehungen das Phänomen Bindung eine erhebliche Rolle. In manchen Berufen entstehen durch die erforderliche menschliche Nähe auch starke Bindungen, zum Beispiel zwischen einer Erzieherin und einem Kind oder einem Therapeuten und einem Patienten. Die Beendigung solcher Beziehungen verursacht deswegen auch in gewissem Umfang Schmerz, Wut, Angst und Trauer.

Bindungen und Beziehungen sind als unterschiedliche Phänomene zu betrachten. Es gibt Beziehungen mit und ohne innere Bindung der Beteiligten.

Ebenso gibt es Bindungen ohne eine Beziehung, zum Beispiel die Bindung an Verstorbene. Auch an Lebende, mit denen wir keine Beziehung pflegen, kann die Bindung stärker sein als an die Menschen, mit denen wir tagtäglich zu tun haben. Unsere Seele ist dann mehr mit den abwesenden als den unmittelbar anwesenden Menschen befasst. In einem Arbeitssystem kann auch die Bindung an einen früheren Vorgesetzten stärker wirken als an den jetzigen Chef.

(Vgl. Ruppert 2001, 34 f.)

Beziehungen pflegen

Beziehungen müssen, das wird jede erfahrene Person bestätigen, ständig gepflegt, kultiviert und betreut werden. Man kann Beziehungen nicht einfach in dem Moment aktivieren, in dem man sie braucht, wenn man sie vorher jahrelang vernachlässigt hat. Niemand ist so dumm, das nicht zu bemerken, insbesondere diejenigen nicht, die als Beziehung wertvoll sind. Vielleicht tun sie einem dann den Gefallen, aber sie bemerken die Absicht und sind meist leicht verstimmt. (Malik 2000, 242)

Nur über gute Beziehungen kommen wir zu den Menschen – und damit an die Informationen und an die Sachen: an die materiellen Dinge, die wir für unseren Erfolg brauchen. Darum setzt ein team-dynamisches Training bei der Beziehungsintelligenz der Teilnehmer an.