

Leseprobe ‚Sprachlos‘

In diesem Kapitel geht es um faires Kritisieren. Die Coach beginnt:

„Die kritische Vorhaltung beinhaltet keine Interpretationen, keine Vorwürfe, keine Anklagen und keine Verurteilungen. Ich möchte das am konkreten Beispiel mit Ihnen gemeinsam erarbeiten und noch mal zurückkommen auf Ihren Vorwurf, Frau Meister, dass Ihr Mann immer dann Stress aufbaut, wenn es um Ihr soziales Netz geht, weil er Ihre Leute nicht mag. Bei der fairen Kritik würden wir dies zerlegen. In Ihre Beobachtungen, Ihre Gefühle, Ihre Befürchtungen und in Ihre Ziele.“

Ich stehe auf, gehe zum Whiteboard, notiere ‚Beobachtungen‘, ‚Gefühle‘, ‚Befürchtungen‘ und ‚Ziele‘, drehe mich mit einem auffordernden Nicken zu Sonja Meister um.

Sie reagiert sofort. „Beobachtungen: Jedes Mal, wenn es um meine Leute geht, machst du Theater.“

Ich nicke mehrmals sehr kurz. Es ist kein abwägendes, kein zustimmendes Nicken. Es soll sagen: ‚Ja, so etwas Ähnliches habe ich erwartet.‘ Denn Sonja Meister versetzte sich in die Streitsituation zurück und wiederholte ihren Vorwurf. Dass sie so spontan reagiert, keinen Moment lang zögert, sondern sofort den Konflikt benennt, bestätigt mich in meiner Annahme über die Brisanz des Konfliktes.

„Jedes Mal?“, erinnere ich an die Diskussion über Wahrheit und Lüge.

„Nein, natürlich nicht. So habe ich das auch nicht gemeint. Also, dann eben so: ‚Mir fällt auf, dass du in letzter Zeit häufiger ein Riesentheater veranstaltest, wenn es um meine Leute geht.‘ Besser?“

Auch das ist nicht ungewöhnlich. Die Enttäuschung, der Zorn, die Frustration sind innerlich nicht bearbeitet und suchen einen Ausdruck. Da sie ‚immer‘ und ‚jedes Mal‘ aus ihrer Formulierung herausstrich, wurde aus dem Theater ein Riesentheater. Innerlich lache ich. „Es ist noch immer ein Vorwurf.“

„Warum?“

„‚Riesentheater‘ ist kaum neutral, oder?“ Ich spreche das ‚oder‘ mit sehr offenem ‚o‘ aus und verschlucke das ‚e‘.

Sie beantwortet meinen kleinen Ausflug ins Schweizerdeutsche mit einem erheiterten Lächeln. „Gar nicht so einfach, dieses Kritisieren“, nickt sie mir zu. „Also gut. Noch ein Versuch. Neutral.“

Roland Meister verfolgt unseren Dialog amüsiert, verzieht den Mund zu einem spöttischen Grinsen, unverhohlenen Lachen in den Augenwinkeln. Ich lasse ihm den kleinen Triumph, doch Sonja Meister springt sofort darauf an. „Du brauchst gar nicht so zu lachen. Wenn du es besser kannst, mach du doch!“

Sein Grinsen wird noch breiter, seine Rechte öffnet sich und schiebt ihr die Aufgabe zurück. Sonja Meister seufzt leicht auf, wendet sich wieder zu mir: „Also gut. ‚In letzter Zeit musste ich immer wieder Verabredungen mit meinen Leuten absagen, weil du so gestresst warst.‘ Das ist jetzt aber wirklich neutral.“

„Wie kommt das bei Ihnen an?“, will ich von Roland Meister wissen.

„Gut. Ich würde ihr antworten, dass es mir leid tut, aber dass ich nichts dafür kann. Geschäft ist eben Geschäft, und da gibt es Stress. Es wird ja auch mal wieder besser.“

Während er spricht, gehe ich mit meiner Hand in die Zeile ‚Gefühle‘.

Sonja Meister nickt, überlegt kurz und fährt dann, zu ihrem Mann gewandt, fort: „Damit habe ich mich am Anfang auch immer beruhigt. Statt besser wurde es nur schlechter. Am Anfang war ich nur enttäuscht, inzwischen macht es mich wütend.“

„Warum denn wütend?“, fragt er, schon leicht erbost. „Ich mach das doch nicht absichtlich! Ich kann doch auch nichts dafür.“

Meine Hand rutscht in die Zeile ‚Befürchtungen‘.

„Inzwischen glaube ich das nicht mehr.“ Sonja Meisters Stimme bleibt ganz ruhig und gelassen. „Wenn du es bist, der die Verabredungen getroffen hat und es um deine Freunde geht, kommt das so gut wie nie vor. Ich habe hier schon ziemlich viel gelernt und habe verschiedene Erklärungen für dein Verhalten.“

„Ach ja? Dann hast du mich also schon seziert? Lass mal hören!“ Noch bevor er zum Sprechen ansetzt, haben meine Hände das Auszeit-Zeichen geformt, doch leider zu spät. Er ist schon mitten im Angriff, und mein Auszeit-Zeichen blockt nur noch die heftige Gegenwehr seiner Frau ab, die ich an ihrem scharfen Einatmen erkenne.

Ich nicke vielsagend. „Bis zu den Befürchtungen war es perfekt. Und genau an diesem Punkt passieren die meisten Fehler. Vielleicht hilft es, wenn Sie sich im Streitgespräch immer wieder selbst auffordern, strikt auf der Erwachsenen-Ich-Ebene zu bleiben. ‚Ich habe verschiedene Erklärungen für dein Verhalten‘ – welche Ebene?“

Eben noch sprang die Empörung nur so aus Sonja Meisters Gesicht heraus, jetzt ist sie bestürzt. „Eltern-Ich! Ich kann dein Verhalten erklären. Du bist zu blöd dazu!“

„Nein, nein, nein“, wehre ich lachend ab. „Sooo haben Sie es nicht gesagt. Und auch nicht gemeint.“

„So ist es aber bei mir angekommen.“ Der Vorwurf in seiner Stimme ist nicht zu überhören, und Sonja Meister zieht die Stirn kraus. Formuliert langsam, überlegend:

„Also gut, noch mal zurück. Befürchtungen. Also was befürchte ich? Ich habe ja nicht nur eine. Ich sag es jetzt erst mal so ins Blaue. Ich fürchte, dass er meine Leute nicht mag; dass er über mich bestimmen will. Ich glaube, dass er mich vor die Frage stellt, ob er mir mehr bedeutet als meine eigenen Leute. Und ob das, was er will, mir wichtiger ist als das, was ich selbst will. Ich fürchte, dass er mich total isoliert, damit er mit mir machen kann, was er will. Dass ich abhängig werde. Ich habe die totale Panik, und er merkt es nicht einmal!“ Sonja Meister redet sich in Rage. Betroffen weicht ihr Mann zurück.

Ich nicke vielsagend, meine Augen lächeln bedauernd, meine zusammengepressten Lippen und meine krause Stirn bestätigen die Dringlichkeit dieser Befürchtungen.

„Gut. Wie sagen Sie das jetzt Ihrem Mann, so dass der Himmel nicht gleich über ihm zusammenstürzt?“

Beide müssen gleichzeitig lachen. Ihre Hände finden sich kurz, wie um sich gegenseitig zu versichern, dass sie zusammengehören. Dann kehren ihre Sorge und seine Betroffenheit zurück. Der kurze Moment der Entspannung ist vorbei.

„Ja, wenn ich das wüsste“, kommt es zögernd und unschlüssig von Sonja Meister.

„Hinter jeder Kritik steht ein verunglückter Wunsch oder eine Befürchtung“, helfe ich.

„Also, hinter jeder Kritik steht ein verunglückter Wunsch oder eine Befürchtung“, wiederholt sie, lässt den Blick von mir hinüber zum Whiteboard gleiten, liest, was ich bis jetzt notiert habe:

Beobachtungen: Stress des Ehemannes → Absage an die eigenen Leute

Gefühle: Enttäuschung und Wut

Befürchtungen: will mich bestimmen, mit mir machen, was er will, mich abhängig machen

„Na ja, ganz so dramatisch, wie ich das vorhin in der Erregung gesagt habe, ist es auch wieder nicht.“ Und zu ihrem Mann gewandt: „Mit mir machen, was du willst, das ist wohl etwas überzogen.“

Sonja Meister hat noch nicht zu Ende gesprochen, da haben meine Hände bereits wieder das Auszeit-Zeichen geformt. Was sie sagt, ist ein Ausweichmanöver. Sie verniedlicht ihre Befürchtungen. Eben noch kam die geballte Enttäuschung aus ihrem Mund. Sie habe die totale Panik, und er merke es nicht einmal. Und jetzt banalisiert sie ihre Aussagen, macht sie und sich selbst klein. Sie geht am Ende ihrer Feststellung mit ihrer Stimme hoch, setzt damit ein kleines Fragezeichen, zeigt ihre Unsicherheit, stellt infrage, stellt zur Diskussion, will eine Antwort, eine Hilfestellung von ihm. Was wäre ohne meine Intervention gefolgt? Er hätte gesagt, dass er das doch wisse, dass er ja gespürt habe, wie erregt sie war, und dass er von sich selbst wisse, dass man da die Worte nicht auf die Goldwaage legen dürfe, und natürlich sei es das Geschäft und der Stress, und er entschuldige sich auch, werde das in Zukunft berücksichtigen und so weiter. ‚Problemlösung‘ wie gehabt. Er löst ihr Problem.

Aber hier gibt es einen echten Konflikt, kein Problemchen, welches ‚Papi wieder richtet‘. Das ist das alte Muster, welches mir häufig bei Paaren begegnet, die in einer Konfliktsituation sind: Ein Partner geht entweder in die Dominanz-Ebene und macht dem anderen Vorwürfe oder in die Kindheits-Ich-Ebene, bleibt passiv und lässt den anderen die Sache richten. Das kann es nicht sein.

Weil ich nicht zulassen darf, dass sie in die Kindheits-Ich-Ebene geht, konfrontiere ich sie. „Frau Meister, ich habe den Eindruck, dass Sie sich selbst nicht ernst nehmen.“

Roland Meister ist bereits in die Vater-Rolle geschlüpft, reagiert für seine Frau. „Wie können Sie so etwas behaupten?“ Es ist mehr Vorwurf und Zurückweisung als Frage. Dominanz-Ebene, stelle ich fest. Ihr Fragezeichen in der Stimme hat seine Hilfsbereitschaft auf den Plan gerufen, er geht für sie in die Verteidigung, stellt mich quasi

zur Rede, gebietet mir Einhalt. Seine Reaktion macht mich lächeln, bestätigt sie doch meine unausgesprochenen Vermutungen. Und mein Lächeln auf seinen Angriff verunsichert ihn.

Ich nicke, beantworte seine ‚Frage‘, indem ich mich halb zum Whiteboard drehe und auf den Punkt ‚Gefühle‘ deute: „Vor wenigen Minuten hat Ihre Frau noch von Wut und Enttäuschung gesprochen, Herr Meister. Ja, Sie haben sogar von Panik gesprochen“, wende ich mich nun direkt an Sonja Meister, „und ich habe diese Panik auch in Ihrer Stimme gehört. Und jetzt soll alles nicht mehr so dramatisch sein? Ihre Aussagen überzogen? Das kann ich nicht glauben. Kommen wir zurück auf den Informationsgehalt von Gefühlen. Bei Wut, haben wir gesagt, sind mindestens vier unserer psychischen Grundbedürfnisse frustriert. Ist Ihnen diese Frustration plötzlich nicht mehr wichtig? Enttäuschung ist ein spezifisches Gefühl, wenn der Selbstwert erniedrigt wird. Sie fühlen sich entwertet und stehen nicht dazu.“

Obwohl ich meiner Stimme einen betont sachlichen Klang gebe, fast ein wenig doziere, sehen mich beide Meisters betroffen an. Erklärend fahre ich fort: „Deshalb habe ich Ihnen die Rückmeldung gegeben, dass ich den Eindruck habe, dass Sie sich selbst nicht ernst nehmen. Was denken Sie: Welches psychische Bedürfnis war bei Ihnen aktiv, dass Sie einen solchen Rückzieher gemacht und Ihren Mann von all Ihren Vorwürfen entlastet haben?“

Sonja Meister nickt nachdenklich. „Mein Bindungsbedürfnis. Als ich ihm die Vorwürfe gemacht habe, habe ich wirklich gespürt, wie die Wut in mir hochgekocht ist und sich immer mehr gesteigert hat. Dann sind wir in die Analyse gegangen, und auf neutralem Boden habe ich mit einem Schlag ganz anders empfunden.“

Ihr Redefluss stockt; sie schaut durch mich hindurch und ich weiß, dass sie tief in sich diesem Gefühl auf neutralem Boden nachspürt. Leise schnaufend fährt sie fort: „Ich hatte so ein Gefühl, dass ich ungerecht zu Roland bin. Und dass ich die ganze Sache aufbausche. Mich wichtig mache.“

„Und deshalb haben Sie erst mal alles abgeschwächt und sich und Ihre Gefühle und Bedürfnisse kleingemacht.“ Während ich spreche, lächle ich freundlich, ziehe die Augenbrauen leicht hoch, signalisiere Verstehen und Verständnis, wende mich dann zu Roland Meister. Meine Augen lächeln immer noch: „Herr Meister, Sie haben mich

gefragt, wie ich dazu käme zu behaupten, dass Ihre Frau sich selbst nicht ernst nimmt. Auf welcher Kommunikationsebene waren Sie da?“

Er reflektiert mein Lächeln, grinst erkennend, anerkennend: „Ich habe mir schon gedacht, dass Sie mich das fragen. Es war die Dominanz-Ebene. Ich war bereit, wie ein echter Mann für meine kleine Frau zu kämpfen.“ Er betont ‚echter Mann‘ und ‚kleine Frau‘, macht sich damit über sich selbst lustig, wird dann abrupt ernst: „Begriffen. Ich hab’s begriffen.“

Auch ich bin ernst geworden. „Wenn Sie beide jetzt an Gefühle wie Wut als Ausdruck von psychischen Schmerzen denken, dann können wir sehr stark davon ausgehen, dass in Ihnen, Frau Meister, nicht nur das Bedürfnis nach Bindung aktiv war, sondern auch das Bedürfnis nach Schmerzvermeidung. Sie wollten Ihre Wut dadurch regulieren, dass Sie sich sagen: ‚So schlimm ist es nun auch wieder nicht‘. Sehen Sie das?“

Beide schweigen. Sonja Meister nickt. Sie ist an der Reihe, sie muss sich ihrem Konflikt stellen. An einem kleinen Ruck ihres Körpers nach oben und dem Zurückwerfen ihres Kopfes sehe ich, dass sie zu einem Entschluss gelangt ist und Verantwortung übernimmt. Innerlich atme ich auf, lehne mich zurück, gebe quasi ‚die Arena‘ frei.

„Ja“, sagt sie entschlossen, „ich fühle mich in meinem Bedürfnis, mit meiner Familie und mit meinen Freunden zusammen zu sein, von mir selbst, aber auch von dir nicht ernst genommen. Ich befürchte, dass ich durch dein Verhalten ganz von ihnen isoliert werde. Und bin wütend über mich, dass ich das erkenne und mitmache. Ja, ich mache es mit. Und ich mache es mit, weil ich diese schlimme Angst habe, dich zu verlieren. Sie blockiert mich total.“

Ihre Stimme wird mit jedem Satz drängender, nimmt an Lautstärke zu, bekommt eine trotzig-färbung. Der letzte Satz ist an mich gerichtet, anklagend, wütend, aber ihre Schultern ziehen sich hoch und ihre Handflächen drehen sich hilflos nach außen. Ihr ganzer nonverbaler Ausdruck vermittelt mir, dass sie glaubt, dies nicht ändern zu können.

Roland Meister ist bestürzt. Ich fühle, dass er ihr beistehen, sie trösten möchte, und doch nichts tun kann, weil er mit seinem Handeln die Initiative ergreifen würde und somit automatisch auf der Dominanz-Ebene wäre.

Ich danke ihm innerlich für sein Zögern und für sein Vertrauen in mich. Er muss nicht handeln. Dies hier ist mein Part. „Sehen Sie irgendeine willentliche Absicht Ihres Mannes dahinter?“, frage ich, und sie schüttelt sofort den Kopf: „Nein. Das habe ich zwar die ganze Zeit. Aber jetzt? Nein. Nein, mir ist eben bewusst geworden, wie bequem es für Roland ist, dass ich ihm so die Kontrolle lasse. Wir passen da zusammen wie ein Schlüssel ins Schloss. Vor dieser Sitzung habe ich noch gedacht, dass er immer egoistischer wird, immer selbstüchtiger Entscheidungen für uns trifft. Jetzt sehe ich, dass ich das durch mein passives Akzeptieren fast in ihm hervorrufe. Dass ich ihn durch mein Handeln – oder vielmehr durch mein Nicht-Handeln – regelrecht dazu bringe. Und irgendwie weiß ich noch nicht so richtig, wie ich das in Zukunft steuern kann.“

Ich bin erleichtert und froh über diese Erkenntnis und über den impliziten Wunsch, das eigene Verhalten zu verändern. Der Dreh- und Angelpunkt bei Sonja Meister ist mir ziemlich klar. Sie hat Angst, ihren Mann zu verlieren. Dieser Angst begegnet sie dadurch, dass sie so viel Zeit wie möglich mit ihm gemeinsam verbringt. Dieses Alles-gemeinsam-tun mindert zwar ihre Angst, birgt jedoch verschiedene Risiken. Die größte Problematik dürfte darin liegen, dass ihr Bedürfnis nach gemeinsamer, weil angstfreier Zeit mit ihm immer größer wird und sich in ihr Eifersucht auf die Zeit, die er mit anderen verbringt, herausbildet. Die Folge? Er fühlt sich immer mehr eingengt. Diese Einengung dürfte noch dadurch verstärkt werden, dass sie überall dabei sein möchte. Was in ihm wiederum den Eindruck erwecken würde, dass sie ihn kontrolliert oder dass sie ‚klammert‘.

Dicht darunter rangiert die zweite Problemzone: Die Einstellung, dass diese gemeinsame Zeit konfliktfrei bleiben muss. Hier vermute ich in Sonja Meister eine Idealvorstellung über die Paarbeziehung – so etwas wie: ‚ein Herz und eine Seele‘, Harmonie, Glück. Ab und zu ein kleiner Streit. Der wird vielleicht noch von ihr toleriert. Aber ein Konflikt? Er würde ihre Verlustangst zur Panik anwachsen lassen. Lieber gibt sie im Streitfall klein bei.

„Möchten Sie, dass wir gemeinsam Handlungsalternativen erarbeiten?“

„Ja gerne!“, kommt es spontan von Sonja Meister, und auch an Roland Meisters ernstem Nicken erkenne ich deutliche Zustimmung.

„Gut. Zum Einstieg schlage ich die Analyse einer typischen Situation vor. Und zwar würde ich gerne mit Ihnen über das Wochenende sprechen, das Sie, Frau Meister, gemeinsam mit Ihrem Sohn verbringen wollten und absagen mussten. Ist Ihnen das recht?“, und auf ihr gemeinsames zustimmendes Nicken hin: „Wie genau ist das abgelaufen?“

Sonja Meister schaut mich nachdenklich an. Sie muss sich nicht erinnern, das weiß ich mit ziemlicher Sicherheit. Das Ereignis ist vielleicht drei Monate her, noch nicht lange genug, um vergessen zu sein. Nicht bei der emotionalen Qualität, mit der sie in einer der letzten Sitzungen darüber sprach. Und doch wirkt sie unentschlossen, wie viel sie mir erzählen soll.

Roland Meister räuspert sich, nimmt ihr den Einstieg ab: „Also, das war meine Schuld. Ich hatte meiner Frau nichts von der Spendengala gesagt. Irgendwie ist der Termin untergegangen. Ich hatte ihn auch nicht in meiner Agenda notiert. Jedenfalls hat mich nachmittags ein Kollege angerufen und sich mit ‚bis morgen Abend zur Spendengala‘ von mir verabschiedet. Da fiel es mir siedend heiß wieder ein. Ich habe sofort versucht, Sonja zu erreichen. Es war aber nur die Mailbox an.“

„Bis ich die Mailbox abhörte, war es schon Abend“, fährt sie fort. „Ich glaube, so gegen 17 Uhr. ‚Schatz, mir ist da ein Termin durch die Lappen gegangen. Du musst Sebastian und Jasmin für morgen früh absagen. Wir müssen morgen Abend zur Spendengala des Rotary Clubs.‘ Einfach so, wissen Sie. Einfach so.“

„Sebastian, Ihr Sohn, und Jasmin, seine Freundin?“, frage ich, und sie antwortet mit einem Nicken. „Was hatten Sie denn vor?“

„Wir wollten übers Wochenende zusammen in ein Wellness-Hotel in den Schwarzwald fahren. Aber daraus ist ja dann nichts geworden.“ Enttäuscht zieht sie die Schultern hoch.

Ich muss sie zum Nachdenken bringen, um sie aus ihrem Gefühlstief herauszuholen: „Gut, fragen wir nach Ihren Handlungsmöglichkeiten. Was hätten Sie alles tun können?“

Kurz schnauft sie heftig durch die Nase aus: „Was sollte ich schon tun? Ich habe das Wochenende abgesagt und bin mit meinem Mann zur Spendengala gegangen. Sebastian und Jasmin fuhren alleine in den Schwarzwald.“

„Wie ging es Ihnen damit?“

Sie zuckt mit den Schultern. „Ich habe mich eben in Schale geschmissen und bin mitgegangen. Ja, ich habe es auch genossen. Und es war ja auch wichtig. Aber trotzdem ...“

„Trotzdem?“

„Trotzdem hat es dich geärgert und du warst das ganze Wochenende schlecht gelaunt“, fährt ihr Mann fort.

Sonja Meister nickt.

„Darf ich das so interpretieren, dass am Samstagabend Ihr Selbstwert aufgrund der allgemeinen Beachtung ganz schön gestreichelt wurde, Ihre Situationskontrolle aktiviert und Ihr Bindungsbedürfnis durch die Zugehörigkeit zu einer elitären Gemeinschaft befriedigt war?“

Beide lachen. Mit einem kleinen wissenden Lächeln und Nicken fahre ich fort: „Und in der übrigen Zeit kam das enttäuschte und frustrierte mütterliche Bindungsbedürfnis zusammen mit dem gestressten Autonomie- und Kontrollbedürfnis und wütete über die verpasste Gelegenheit im Wellness-Hotel?“

Ihr Lachen vertieft sich. Roland Meister nickt heftige Zustimmung. „Genau so. Das hätte ich nicht besser beschreiben können.“

Sonja Meister gibt ihrem Mann einen leichten, freundschaftlichen Schubs: „Vor einem Vierteljahr hast du von den Bedürfnissen noch gar nichts gewusst. Jetzt trag mal hier nicht so dick auf.“ Immer noch lachend nimmt er sie in den Arm.

„Handlungsalternativen“, erinnere ich.

„Ach ja. Stimmt ja. Also, was hätte ich noch tun können? Ich hätte natürlich fahren können. Dann wäre er das ganze Wochenende alleine gewesen.“

Ich nicke. „Warum haben Sie es nicht getan?“

„Wie sieht denn das aus, wenn er alleine kommt? Nein. Ich weiß schließlich, wo ich hingehöre. Außerdem wäre er sicher nach mir gefragt worden und hätte zugeben müssen, dass er den Termin eigentlich vergessen hatte. Oder er hätte lügen müssen.“

Ich überhöre das ‚Ich weiß schließlich, wo ich hingehöre‘. Auch die Tatsache, dass die Meinung anderer ihr so wichtig erscheint. Wir haben leider nicht die Zeit, diesen Teil ihres psychologischen Ehevertrages genauer zu analysieren. „Was wäre für Sie so schlimm daran gewesen, wenn er das hätte zugeben müssen?“ Ich betone ‚für Sie‘.

Überrascht sieht sie mich an. „Für mich? Ja, was eigentlich? Nein, eigentlich nichts.“

„Kann es sein, dass Sie hier eine Verantwortung übernommen haben, welche eigentlich Ihrem Mann gehört?“

Sie nickt, wartet. Weiß noch nicht, worauf ich hinauswill.

„Sie wollten ihn schützen“, helfe ich weiter.

Jetzt sehe ich den Groschen fallen. Bei beiden. Sie schlägt ihre flache Hand vor die Stirn, Ihr Mann reicht seine Hand zur Verbrüderung hinüber. „Ich war auf der Eltern-Ich-Ebene! O nein. Es darf nicht wahr sein. Kontrolle, Selbstwert. Ich bin nicht mit in den Schwarzwald gefahren, weil es mir so gut tut, ihn beschützen zu können. Das gibt es doch nicht.“

Ich wiege meinen Kopf skeptisch hin und her. „Kontrolle und Selbstwert dürften hier eher nachgeordnet sein. Wichtiger war meiner Meinung nach das Bindungsbedürfnis. Es gibt kaum eine engere Bindung als zwischen Mutter und Kind – noch dazu, wenn es um den Schutz des Kindes geht. Wollten Sie diese Rolle Ihrem Mann gegenüber einnehmen?“

Abrupt lösen sich ihre Hände, Sonja Meister schließt sekundenlang die Augen und sorgenvolle Dauerwellen kräuseln ihre Stirn. Halb entrüstet, halb enttäuscht schüttelt sie den Kopf, dann tritt ein frecher Schalk in ihre Augen: „Nein, ich bin keine von diesen schrecklichen Müttern, die ihre Kinder der schlimmen Kritik anderer Menschen aussetzen.“ Während sie das zynisch mit gespielter Innigkeit und Zärtlichkeit sagt, beugt sie sich zu ihrem Mann, streichelt ihm tätschelnd über die Haare. Zu dritt brechen wir in entspannendes Lachen aus. Es gibt Situationen, die lassen sich einfach nur mit Humor ertragen.

„Okay, wenn Sie nicht anders handeln konnten, als so, wie Sie es taten, wie haben Sie die Situation geklärt?“

Dies ist keine wirkliche Frage, denn ich glaube, die Antwort bereits genau zu kennen. Sprachlosigkeit. Sie haben nichts geklärt. Sie haben ‚es ausgesessen‘. Aber ich will ein Bewusstsein in ihnen wecken, dass hier Klärungsbedarf bestanden hätte.

„Wir haben nicht darüber gesprochen“, bekennt Roland Meister. „Ich war samstags tagsüber die ganze Zeit im Büro, habe Sachen aufgearbeitet, und irgendwie hat sich ihre schlechte Laune dann im Lauf der nächsten Tage wieder gegeben.“

Ich sehe Sonja Meister fragend an. „Und Sie?“

„Na ja, das Wochenende war verdorben. Da half alles nichts. Und außerdem, man kann sich ja nicht ewig böse sein. Ich habe mich eben damit abgefunden.“

„Was hätten Sie riskiert, wenn Sie miteinander gesprochen hätten?“

Sonja Meister ergreift die Initiative. „Also, ich wollte jeden Streit vermeiden.“

Ich nicke. Das kenne ich von ihr, von ihnen beiden. Streit ist das große Schreckgespenst. Streit zu vermeiden das oberste Ziel.

„Roland kam an dem Freitag ziemlich aufgeladen nach Hause“, fährt sie fort, „schütete mich gleich mit seinen Problemen zu und fragte irgendwann zwischendurch in einem Nebensatz, ob ich das Hotel abgesagt hätte. ‚Na ja, wenigstens das hat geklappt. Danke, dass du mir das abgenommen hast. Du glaubst ja nicht, was heute los war.‘ Und schon war er wieder mittendrin. Keine Entschuldigung, nichts. Und dann hat er sich vor den Fernseher gesetzt und seinen Freitag-Abend-Krimi geschaut. Ich war ziemlich sauer. Deshalb habe ich mich am Samstagmorgen schlafend gestellt. Er ging ins Büro. Auf dem Esszimmertisch lag ein Zettel, dass er so viel zu tun hätte und den ganzen Tag braucht. Am Abend kam er ziemlich gut gelaunt zurück, brüstete sich damit, was er alles geschafft hatte und dass es so gesehen ganz gut für ihn war, dass wir nicht in den Schwarzwald gefahren sind. So hätte er die Zeit wenigstens sinnvoll nutzen können. Ja, und dann gingen wir zur Gala und das war’s.“

Im Augenwinkel sehe ich, dass Roland Meister mit gesenktem Kopf zuhört. Nickt, zuckt ab und zu entschuldigend die Schultern, als wolle er sagen, dass er daran auch nichts ändern könne, grinst bei ihrem Bekenntnis, sich schlafend gestellt zu haben, hebt den Kopf und prüft im Blickkontakt zu mir meine Reaktion. Ich lächle und

sage anerkennend: „Herr Meister, alle Achtung. Welch eine ausgefeilte Inszenierung!“

Beide sehen sich verblüfft an, schauen dann fragend zu mir. Ich provoziere ihn, um die nachfolgenden Wissensinhalte deutlich zu machen, lächle dabei jedoch verschwörerisch: „Herr Meister, ich möchte Sie jetzt ein wenig provozieren. Sie haben diesen Termin im Rotary Club vergessen. Sie sind intelligent und haben sich gedacht: ‚Wenn ich nach Hause komme, wird Sonja sicherlich sauer sein. Ich will aber keine Diskussion. Ich will nicht in den Schwarzwald, sondern am Samstag zur Gala. Also mache ich mal einen Riesenstress und tu so, als sei ich kurz vor dem Platzen. Dann kommt sie erfahrungsgemäß erst gar nicht auf die Idee, etwas zu sagen. Ich ...“

Grinsend fällt Roland Meister mir ins Wort, winkt mit beiden Händen ab. „Das haben Sie sich schön ausgedacht. Das glauben Sie doch selbst nicht.“

Ich schüttele lachend den Kopf: „Nein, dass Sie das so voll bewusst getan haben, glaube ich wirklich nicht. Ich habe eine andere Interpretation. Wie gesagt, Interpretation, keine Behauptung. Eine Realitätsprüfung müsste sich anschließen.“

Sonja Meister hat unser kleines Geplänkel amüsiert verfolgt. Bei meiner Behauptung, dass sie erfahrungsgemäß nicht auf die Idee käme, etwas zu sagen, wenn er Stress macht, anerkennend und bedeutungsvoll genickt. Vermutlich hat ihn dies dazu bewogen, nun doch eine Zäsur zu setzen.

Da Sonja Meister schweigt, fahre ich fort: „Bevor wir da genauer hinsehen, muss ich Ihnen erst einmal etwas Genaueres über das Funktionieren unseres unbewussten psychischen Regulationssystems sagen ...“