



Die Grenzen respektieren

Eine Kollegin fragte mich kürzlich im Rahmen einer Beratung zu einer Lehrveranstaltung, wie man mit einer Frage der TeilnehmerInnen umgehen könnte, die sich immer wieder stellte:

Wie kann man sich als Person gut abgrenzen?

Immer wieder kommen Menschen offensichtlich zu diesem Punkt bzw. der erfahrenen Notwendigkeit sich gegenüber einer Situation oder gegenüber andern Menschen abgrenzen zu wollen, in der Annahme, dass dadurch das eigene wirken können freier und entlasteter sich vollziehen könne.

Zu dieser Frage sind bei mir ein paar Überlegungen entstanden, die möglicherweise auch zu einem didaktischen Handeln führen.

“Du bist ein Begrenzter”, sagt Peter Gruber in einem Vortrag . Wir sind in Grenzen, sind Endliche, Sterbliche, so wie wir auch stets Geburtliche sind. Immer wieder neu gilt es, die eigene Grenze und Begrenztheit zu entdecken, zu erkennen und zu akzeptieren. In der Annahme dieser Grenze und Begrenzung liegt der Schlüssel für die Kraft der Persönlichkeit. Begegnung findet zwischen Begrenzten statt, also zwischen Menschen, die um ihre Grenze wissen. Kommunikation, vor allem gute, findet an der Grenze, eben zwischen, statt. Kooperation nutzt die Begrenzung, die jeweilige Eigenart, für gemeinsame Leistung.

“Sich abgrenzen...” Ich muss es tun, um wirklich selbst und eigen sein zu können. Und – das ist das Paradoxe- ich muss es auch aufgeben, um das Du – als Voraussetzung und Bedingung des Ich – im Gegenüber erleben zu können. Die Grenze ist wichtig: sie umfasst und sie rahmt ein, sie hält zusammen, in ihr ist Zugehörigkeit, sie schützt nach außen und wahrt nach Innen die Identität, durch sie werde ich als ich ansprechbar, sie erst ermöglicht Verantwortung, auch im Sinne einer Antwort, auf Fragen, die an mich gerichtet sind. Mit der Grenze wird das Unterschiedene, das Andere-Fremde, Neue, die Möglichkeit des Anderssein sichtbar, das es sonst so nicht gäbe.

“Sich abgrenzen...” dahinter höre ich den Wunsch des Geschützt sein Wollens, des Bei sich sein Könnens. Es soll die Grenze nicht mehr durch andere überschritten oder verletzt werden. Die Sehnsucht danach , selbst zu sein, und nicht vorrangig auf etwas zu reagieren. Ich handele aus meinen Grenzen, ich bin der Handelnde.

Erst wenn die Stärke aus sich heraus, die Gewissheit des Selbst sich Raum geschaffen hat, wenn ich selbst-verständlich bin, dann erst werde ich bereit sein, auf andere zuzugehen und Anliegen, Welt und Vorstellung zu teilen, schaffen, vermehren. Dann bin ich sicher in meiner Begrenzung und lasse zu, weil ich geschützt bin.

Was ich mit Menschen die diese Frage haben im Rahmen einer solchen Veranstaltung tun würde?

- Über Grenzen reden: Assoziationen, Vorstellungen, Erfahrenes, Erlittenes
- Impuls zu Grenzen und Selbstwerdung: was sind Grenzen und welche Funktion erfüllen sie? (siehe auch R. Gardini, M. Frisch (Stiller, z.B. S. 536))
- eigene Bilder entwickeln zur Ist/Soll-Situation (was ist derzeit, wie steht es um die Grenzen, wie ist die Vorstellung der Zukunft)
- “Marktwirtschaftliche” Betrachtung dieser Situationen: Kosten und Nutzen-Aspekte des Ist bzw. des Solls: Was ist der Gewinn, was der Preis? Was habe ich davon, dass es so ist wie es ist, bzw. nicht so ist?
- persönlicher Austausch untereinander in Kleingruppen, insbesondere unter dem Fokus dessen, was das jeweilige persönliche Ziel ist: was will ich erreichen?
- Handlungstransfer jedes Einzelnen: wofür entscheide ich mich? Und was werde ich konkret tun?

Genau in dieser konkreten Handlung und Entscheidung liegt dann die Kraft und Souveränität von uns „Begrenzten“, die lebenssicher macht.

Stefan Latt