



Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Jan V. Wirth / Heiko Kleve

Von der gespaltenen zur verbundenen Lebensführung

Systemische Wege für das
alltägliche Leben

V&R



Jan V. Wirth/Heiko Kleve: Von der gespaltenen zur verbundenen Lebensführung

Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Herausgegeben von
Jochen Schweitzer und
Arist von Schlippe

Jan V. Wirth/Heiko Kleve

Von der gespaltenen zur verbundenen Lebensführung

Systemische Wege für das alltägliche Leben

Mit 10 Abbildungen und 3 Tabellen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2020, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: Chosovi, La Casa Danzante de Praga (»Tančící dům«,
Rašínovo nábřeží 80, 120 00 Praha 2; Architekten: Vlado Milunić, Frank Gehry)

Das Bild ist im Sinne der Creative-Commons-Lizenz BY-CC BY-SA 2.5
(»Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen – Keine weiteren
Einschränkungen«) lizenziert. Um eine Kopie dieser Lizenz zu sehen, besuchen Sie
<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/2.5/deed.de>. Das Bild wurde für die Ver-
wendung als Coverbild beschnitten.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISSN 2625-6088

ISBN 978-3-647-40681-7

Inhalt

Zu dieser Buchreihe	7
Vorwort	9

I Der Kontext

1	Einleitung	14
	Spaltung hat »Konjunktur«	14
	An wen richtet sich das Buch?	15
	Wer sind wir, die Autoren?	16
2	Leben führen – eine widersprüchliche Angelegenheit	18
	Wie läuft »Leben führen« ab?	24
	Digitaler werdende Lebensführung der Gesellschaft – Segen und Fluch	27
	Vier Merkmale von Lebensführung	28
	Zentrale Aufgabe der Lebensführung: Widersprüche und Übergänge konstruktiv gestalten	29
3	Menschenbilder, die Sinn machen	32
	Homo Systemicus – ein <i>sinnvolles</i> Menschenbild	32
	Die Grundlagen: Ermöglichen, Gestalten, Verwirklichen	33
	Mehrdeutigkeit erzeugen	35
	Auswahl durch Vielfalt erzeugen	36
	Ambivalenz erzeugen	37
	Interventionsbeispiele	41
4	Im Ermöglichen navigieren	44
	Wissen – berufsethische Prinzipien	44
	Erkennen – ethische Maximen der ermöglichenden Beratung in Anlehnung an Heinz von Foerster	46
	Reflektieren – der professionelle Umgang mit Menschen als psychosozialen Sinnsystemen mit der Systemischen Charta der Menschenrechte (SCM)	50
	Agieren – die vier Arten von Anliegen und Aufträgen sinnhaft bearbeiten	57

II Die systemische Beratung

5	Lebensführung aneignen: Die Familie als (zu viel) schützendes System	62
	Familie ist nötig als Entwicklungsraum, kann aber auch einengen	62
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Anschluss finden und Unterstützung bieten	66
6	Lebensführung erweitern: Das Erziehungssystem als förderndes bzw. überforderndes System	71
	Schule und Familie – ein Leben zwischen An- und Überforderung	71
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Stützen und Beteiligen	79
7	Lebensführung relativieren: Die Kultur der Lebensführung am Beispiel der Migration	82
	Migration als kulturell verbundene oder gesplante Lebensführung	82
	Psychosoziale Arbeitsaufgabe: Einführen von Vielfalt und Perspektivität – mithilfe des Culturagramms	88
8	Lebensführung verändern: Sinn vermehren durch Aufstellungsarbeit	101
	Ein Rahmen für Aufstellungsarbeiten: Das Sechs-Schritte-Ablaufschema	102
	Der Prozess des Aufstellens	103
	Wirklichkeit erweitern und Möglichkeiten vermehren durch <i>Sinn</i> -Aufstellungen	105
	Systematische Erläuterung der <i>Sinn</i> -Aufstellung	109
	Beispielinterventionen für <i>Sinn</i> -Aufstellungen mit Bodenankern	113
9	Lebensführung selbst entscheiden: Möglichkeiten auswählen und entscheiden	118
	Spaltungen auflösen und Positionen verbinden – die Tetralemmaaufstellung	118
10	Fazit	126

III Am Ende

Literatur	130
Die Autoren	133

Zu dieser Buchreihe

7

Die Reihe »Leben. Lieben. Arbeiten: systemisch beraten« befasst sich mit Herausforderungen menschlicher Existenz und deren Bewältigung. In ihr geht es um Themen, an denen Menschen wachsen oder zerbrechen, zueinanderfinden oder sich entzweien und bei denen Menschen sich gegenseitig unterstützen oder einander das Leben schwermachen können. Manche dieser Herausforderungen (Leben.) haben mit unserer biologischen Existenz, unserem gelebten Leben zu tun, mit Geburt und Tod, Krankheit und Gesundheit, Schicksal und Lebensführung. Andere (Lieben.) betreffen unsere intimen Beziehungen, deren Anfang und deren Ende, Liebe und Hass, Fürsorge und Vernachlässigung, Bindung und Freiheit. Wiederum andere Herausforderungen (Arbeiten.) behandeln planvolle Tätigkeiten, zumeist in Organisationen, wo es um Erwerbsarbeit und ehrenamtliche Arbeit geht, um Struktur und Chaos, um Aufstieg und Abstieg, um Freud und Leid menschlicher Zusammenarbeit in ihren vielen Facetten.

Die Bände dieser Reihe beleuchten anschaulich und kompakt derartige ausgewählte Kontexte, in denen systemische Praxis hilfreich ist. Sie richten sich an Personen, die in ihrer Beratungstätigkeit mit jeweils spezifischen Herausforderungen konfrontiert sind, können aber auch für Betroffene hilfreich sein. Sie bieten Mittel zum Verständnis von Kontexten und geben Werkzeuge zu deren Bearbeitung an die Hand. Sie sind knapp, klar und gut verständlich geschrieben,

allgemeine Überlegungen werden mit konkreten Fallbeispielen veranschaulicht und mögliche Wege »vom Problem zu Lösungen« werden skizziert. Auf unter 100 Buchseiten, mit etwas Glück an einem langen Abend oder einem kurzen Wochenende zu lesen, bieten sie zu dem jeweiligen lebensweltlichen Thema einen schnellen Überblick.

Die Buchreihe schließt an unsere Lehrbücher der systemischen Therapie und Beratung an. Unsere Bücher zum systemischen Grundlagenwissen (1996/2012) und zum störungsspezifischen Wissen (2006) fanden und finden weiterhin einen großen Leserkreis. Die aktuelle Reihe erkundet nun das kontextspezifische Wissen der systemischen Beratung. Es passt zu der unendlichen Vielfalt möglicher Kontexte, in denen sich »Leben. Lieben. Arbeiten« vollzieht, dass hier praxisbezogene kritische Analysen gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ebenso willkommen sind wie Anregungen für individuelle und für kollektive Lösungswege. Um klinisch relevante Störungen, um systemische Theoriekonzepte und um spezifische beraterische Techniken geht es in diesen Bänden (nur) insoweit, als sie zum Verständnis und zur Bearbeitung der jeweiligen Herausforderungen bedeutsam sind.

Wir laden Sie als Leserin und Leser ein, uns bei diesen Exkursionen zu begleiten.

Jochen Schweitzer und Arist von Schlippe

Vorwort

Wer sich unter dem Titel dieses Buches einen »Ratgeber« vorstellt, wird vom Inhalt enttäuscht sein. Nein, das Wort passt eigentlich nicht. Enttäuscht wird man nicht sein, eher wohl angenehm überrascht. Denn auch wenn der Begriff »Lebensführung« im Titel zu finden ist, wird hier kein Bild vom richtigen Leben präsentiert. Es geht nicht darum, wie man sein Leben optimieren kann, abgesehen davon, dass bei dem Thema Lebensführung ohnehin die Frage ist, wer da eigentlich wen »führt«. Hier wird vielmehr darüber nachgedacht, wie man durch die Komplexität menschlicher Lebens- und Erlebenswelten spielerisch und reflexiv sozusagen »surfen« kann. Es geht darum, die Ambivalenzen und Mehrdeutigkeiten, die dem Leben innewohnen, zu begrüßen und sie nicht durch vorschnelle Entschiedenheit in die eine oder die andere Richtung aufzulösen. Es geht auch nicht darum, sie nur auszuhalten. Der Reiz des Lebens besteht darin, mit ihnen spielen zu lernen. Die Antwort auf die Komplexität des Lebens besteht hier also nicht darin, dass vereinfachende Regeln angeboten werden. Stattdessen wird Komplexität mit Komplexität beantwortet. Unsere Lebenswelten sind mehrdeutig und ambivalent, ungewiss und unabgeschlossen und so ist es auch mit den vielen möglichen Weisen der Lebensführung. Wenn wir das nicht nur hinnehmen, sondern aktiv bejahen, wird es möglich, im wahren Wortsinn lebendig zu sein.

Konsequenterweise können dann hier auch keine Lösungen angeboten werden. Es geht ja gerade darum zu öffnen, nicht zu schließen. Der Türöffner, der hier vorgestellt wird und der in Möglichkeits-

räume hineinführt, ist Sinn. Am Schlüsselbund hängen ungewöhnlich klingende Fragen. Fragen sind hier wichtiger als Antworten – und Fragen sind in diesem Buch in Hülle und Fülle zu finden, sehr interessante Fragen. Es geht hierbei um eine besondere Klasse von Fragen, von systemischen Fragen, die die Gedanken auf die Reise schicken können, die neue Möglichkeitsräume öffnen und verfestigte Vorstellungen vom Leben verflüssigen können. Und damit man mit den Fragen nicht allein dasteht, wird Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, auch ein »Kompass« an die Hand gegeben, der bei der Suche nach Antworten Anhaltspunkte bietet.

Die Fragen der Lebensführung sind dabei alles andere als eine Aufforderung zum Rückzug ins Private. Eine »systemische Charta der Menschenrechte« zeigt, welche Konsequenzen es auch im öffentlichen Raum haben kann, Leben nicht als Privatvergnügen anzusehen, sondern die Erschließung von Möglichkeitsräumen als so etwas wie eine Grundbedingung für die menschliche Existenz wie auch für Beratung und Therapie an sich zu sehen. Nahezu folgerichtig ist es dann, auch die Frage danach zu stellen, wie eine verflüssigte Lebensführung unter besonders schwierigen Lebensumständen aussehen kann, etwa im Kontext von Migration und Flucht, und wie Beratung damit umgehen kann.

Nach der Lektüre dieses Buchs, so wage ich vorauszusagen, werden Sie als Leserin/Leser anders auf das eigene Leben schauen als vorher. So wie im Märchen von tausendundeiner Nacht der Geist, der einmal aus der Flasche entwichen war, nicht mehr zurückkonnte, so kann man einmal gestellte Fragen an das eigene Leben nicht einfach wieder rückgängig machen. Auch ein einmal aufgestelltes Bild – etwa das einer Tetralemmaaufstellung – bleibt vor dem inneren Auge auch dann noch bestehen, wenn die »Anker«, die Personen oder Symbole, die sich als Repräsentanten für die eigene Frage zur Verfügung gestellt hatten, bereits wieder entlassen wurden. Innere Bilder und

damit Denken und Erleben verändern sich. Lassen Sie sich von diesem Buch einladen, entweder selbst neu auf Ihr Leben zu schauen und Vielfalt aktiv zu bejahen oder Unterstützung dabei zu bekommen, in beratender Position dieses Denken anderen nahezubringen. Ich bin sicher, Sie werden es nicht bereuen.

Arist von Schlippe



Der Kontext

1 Einleitung

Spaltung hat »Konjunktur«

Vermutlich wird jeder solche oder ähnliche Erfahrungen kennen: die gesplattene Loyalität etwa als Kind in von Scheidung betroffenen Familien oder als Vermittler zu fungieren zwischen unversöhnlichen Positionen. Und in größeren Kontexten kennen wir etwa den Zusammenprall der Kulturen im »Clash of Cultures« (Huntington, 2002) oder die Spaltung von Kirchen im Schisma, die bis heute erkennbar nachwirkt.

Insofern bezeichnen »Spaltungen« Strukturveränderungen, die im sozialen Leben wie auch im Denken und Fühlen nicht zu übersehen sind. Auf der symbolischen Ebene meint die Rede von »Spaltungen« *Unterscheidungen, die im Verfestigen begriffen sind*. Beides sind Dramen, die bei krisenhaften Problemen nach Entscheidungen rufen: »So oder so, aber die Spalterei muss aufhören!«

Wir schlagen die Gegenrichtung vor: Im Verbinden liegen unseres Erachtens unsere Beratungschancen. *Was sich verfestigt hat, kann verflüssigt und verbunden werden*. Dadurch wird ein beweglicheres Denken, Fühlen und Handeln möglich.

Unser Ausgangspunkt ist postmodern. *Postmodern* soll heißen, einen Gemütszustand und eine Arbeitshaltung einzunehmen, die Widersprüche, Unvereinbarkeiten und Dilemmata, also *Ambivalenzen*, als die Quelle für Veränderungen schlechthin ansehen (Kleve,

1999/2007; Wirth, 2014). Mit diesem Gemütszustand geht außerdem die Annahme einher, dass die uns erkennbar werdende Wirklichkeit nicht natur- oder gottgegeben ist. Sie ist vielmehr das Ergebnis unseres aufeinander bezogenen und gemeinsam *konstruierten* Handelns, Denkens und Fühlens (Luhmann, 2002/2008).

Was konstruiert wurde, kann auch anders konstruiert werden. Vertrautes und Selbstverständliches rücken in ein neues Licht. Dies geht mit anderen Weisen des Denkens, Fühlens und Handelns einher. Genau das ist die Aufgabe der Beratung: *Menschen dabei zu unterstützen, dass sie ihre Welt, in unserem Fall: ihre Lebenssituationen durch andere emotionale, kognitive und aktionale Operationen besser, konstruktiver, lebbarer als bisher gestalten können.*

Unsere allgemeinen Handlungsmaximen sind:

- Eindeutige Wirklichkeiten in ihren Begrenzungen zu akzeptieren.
- Wenn wir Mehrdeutigkeiten erkennen, thematisieren wir sie auf positive Weise.
- Indem wir Möglichkeiten beobachten, machen wir mehr davon.

An wen richtet sich das Buch?

Das Buch richtet sich an alle, die ihr Leben selbst, eigenverantwortlich und aktiv führen oder andere dabei unterstützen wollen, dass deren Lebensführung besser als bisher möglich wird. Die *berufliche* Zielgruppe dieses Buches sind Fachkräfte der Beratung. Sie interessieren sich nicht störungs- oder krankheitsbezogen, sondern entwicklungs- und kompetenzorientiert für Probleme der Lebensführung in der heutigen Gesellschaft, um ihre Beratungsarbeit weiterzuentwickeln. Im *privaten* Bereich sind vor allem Menschen angesprochen, die ihren Horizont erweitern und über die eingängigen Spalten der Feuilletons

und Lebenskunst-Ratgeberliteratur hinausgehen möchten, um ihr eigenes Leben oder das Leben der Familie positiver zu gestalten.

Wer sind wir, die Autoren?

Wir verfügen über praktische wie wissenschaftliche Erfahrungen. Wir beraten, coachen und unterstützen Menschen in unterschiedlichen Bereichen. Unsere kleinen Fallgeschichten haben wir aus unserer Praxisbegleitung von Einzelpersonen, Familien, Teams und von Fachkräften aus ganz unterschiedlichen Handlungsfeldern gewonnen. Diese haben wir aus Gründen von Anschaulichkeit und Verständlichkeit, aber auch der Anonymisierung, nur mit den nötigsten Details ausgestattet.

Um diesen Text zu erstellen, brauchten wir das Rad nicht neu zu erfinden, sondern nur das Fahrzeug etwas umzugestalten, die Funktionalität zu verändern und die Reichweite zu erhöhen. Insofern sind wir weniger Schriftsteller gewesen als *Schriftumsteller*, weniger Erfinder, sondern mehr Verbinder. Wir bewegen uns mit dieser Einsicht im Paradigma der postmodernen Arbeit, die Bekanntes auf neue Weise verbindet, eher Misch- statt Monokulturen, eher Dialoge statt Monologe, statt Probleme eher Wünsche, statt Lösungen eher Entwicklung, insgesamt eher *Vielfalt statt Einfalt* bevorzugt.

In unserer Schreibweise wollen wir an die Art und Weise anknüpfen, in der wir gemeinsam das Buchprojekt »Die Ermöglichungsprofession. 69 Leuchtfeuer für systemisches Arbeiten« angegangen sind (Wirth u. Kleve, 2019). Dabei versuchen wir, komplexe praktische und theoretische Zusammenhänge so einfach und klar wie möglich darzustellen.

Im Folgenden stellen wir einige Grundüberlegungen voran, die über Kennzeichen und Zielsetzung von Gesprächsführung, Beratung

und Therapie zur Lebensführung aufklären (Kapitel 2). Dies wird verknüpft mit dem systemischen Menschenbild »SEEKER«, dem systemischen Wertekompass »WERA« (Kapitel 4) und der Entfaltung der »Systemischen Charta der Menschenrechte (SCM)«. Darauf folgen mit systemischen Interventionen versehene Erläuterungen zu Entwicklungsaufgaben in der Lebensführung (Kapitel 5 und 6).

Sodann veranschaulichen wir praxisnah drei systemische Verfahren:

- das *Culturagramm* für die Arbeit mit immigrierten Personen und ihren Familien (Kapitel 7),
- die *Sinnaufstellung* für die Entwicklung von Möglichkeiten und Fähigkeiten (Kapitel 8),
- das *Tetralemma* für die Bearbeitung von Entscheidungssituationen (Kapitel 9).

Wir wollen Sie einladen, die Welt aus bisher ungewohnten Blickrichtungen und Perspektiven zu sehen. Dazu sind mitunter zunächst ungewohnte Betrachtungsweisen und theoretische Begriffe erforderlich, die bezwecken, die Welt des praktischen Handelns klarer und zielangemessener sehen zu lernen.

2 Leben führen – eine widersprüchliche Angelegenheit

Lebensführung verweist auf Leben, Bewegen, Gestalten. Als Lebewesen ist der Mensch angewiesen auf einen beweglichen Körper, um seine Position im Raum zu verändern. Er ist angewiesen auf sein Bewusstsein, das es ihm erlaubt, sich in der Umwelt zu orientieren und Quellen für sein Überleben zu erkennen bzw. zu sichern. In diesem Wunsch ist er angewiesen auf Möglichkeiten der Teilnahme und Nichtteilnahme an sozialen Zusammenhängen, an menschlichen Beziehungen. Die Kopplung seines Bewusstseins (psychisches System) an soziale Zusammenhänge, an Beziehungen ist hierbei von besonderer Bedeutung. Die Entwicklung von Identität, Mitgefühl, Sprache und Kooperation ist ein aussichtsloses Unterfangen, wenn nicht wiederkehrend und regelmäßig an gemeinsam wertschätzender Kommunikation teilgenommen wird.

Was ist Leben, wie geht Leben? Unsere Antwort lautet: *durch das Bewegen*. Das Leben eines Individuums ist gekennzeichnet durch die gleichzeitige Aktivität von biologischem, psychischem und sozialem System. Der Mensch lässt sich demnach als ein *biopsychosoziales* Lebewesen beschreiben. Manchmal geht es nur darum, zu überleben, wie etwa in Zeiten der Not und des Terrors. Zu überleben bedeutet, ein Minimum an eigener Handlungsfähigkeit aufrechtzuerhalten. Ein Leben zu führen bedeutet: über sein Leben *sinnhaft* zu bestimmen. Dazu braucht es ausgewählte Aspekte der Lebensführung (s. Abbildung 1).



Abbildung 1: Der Person zugeordnete Aspekte der Lebensführung

Häufig steht im Zentrum, sich aufdrängende Probleme zu lösen, den Alltag zu meistern und in der Gegenwart zurechtzukommen. In einem *sinnhaften* Leben geht es um mehr, um das Andersmögliche. Menschen leben nie nur in der Gegenwart, auch wenn das so scheint.

Als über Sinn verfügende Wesen stehen wir mit einem Fuß in der Wirklichkeit und mit dem anderen Fuß in der Möglichkeit.

Bereits gemachte Erfahrungen, aber auch Zukünfte bestimmen den Horizont mit, vor dem diese Möglichkeiten als auswählbar/realisierbar eingeschätzt werden. Dabei spielt es zunächst keine Rolle, ob wir es absichtsvoll tun. Das Gefühl und der Gedanke, dass die jeweilige Situation, unsere Lebensbedingungen auch anders sein und in diesen auf andere Weise gehandelt werden könnte, laufen ständig mit. Dieses Phänomen wird von uns als »über Sinn zu verfügen« beschrieben. Jeder Mensch ignoriert oder nutzt sie, leidet an ihnen oder frohlockt über sie: verwirklichte oder ausgelassene Möglichkeiten, *anders* leben zu können.

In der Gegenwart versuchen Einzelne, Familien, Teams bzw. deren Organisationen, ja sogar Staatenverbände sich für die unbekannt bleibende Zukunft abzusichern und dementsprechend Vorsorge zu treffen, Pläne zu entwickeln, Vorgehensweisen auszuprobieren und Ziele zu erreichen. Es geht uns Menschen bestenfalls um ein langes, sicheres, gesundes und glückliches Leben. Wir können uns in unser Schicksal ergeben, von Situation zu Situation jeweils versuchen, glücklich zu sein, oder unsere Zukunft dem Zufall überlassen. Wir sind sinngetriebene Lebewesen – diese Unruhe lässt sich nicht abschalten. Sie treibt die Menschen in ihren sozialen Zusammenhängen dazu an, ihr Leben zu führen, es gemeinsam zu gestalten und ihr Fortkommen auch in der Zukunft zu sichern.

Diese Diskrepanz zwischen Wirklichkeit und Möglichkeit nennen wir Ambivalenz. Ambivalenz heißt, dass wir einen Sachverhalt oder ein Ereignis mehr als nur einer Kategorie zuordnen können: Weder ist die Wirklichkeit so wirklich, wie wir dachten – noch ist die Möglichkeit so unmöglich, dass sie sich nicht verwirklichen lassen könnte. Weder ist die Lebensführung ein rein individueller noch ein rein sozialer Zusammenhang, sondern sie lässt sich sowohl individuell als auch sozial kennzeichnen.

Sinnhafte Lebensführung ist mit Ambivalenz und dem aktiven Umgang mit ihr verbunden.

Ambivalenz entsteht im Gefolge von sozialer Differenzierung. Sogar der größte soziale Zusammenhang, die Weltgesellschaft, bildet kein einheitliches Ganzes. Sie ist in sich vielgestaltig. Sie hat in sich verschiedene Sozialformen und Sozialstrukturen ausgebildet. Die wichtigsten Sozialformen in dieser Gesellschaft sind soziale Systeme wie Funktionssysteme (z. B. Wirtschaft, Politik, Rechtssystem, Kunst,

Religion), Organisationen, Netzwerke und Interaktionen, wie sie z. B. in Teams, Familien und bei Paaren zu beobachten sind.

Mit sozialen Systemen sind Kommunikationen gemeint, die sich aus den Elementen, aus denen sie bestehen, fortwährend selbst erzeugen. In ihrer Anschlussfähigkeit füreinander bilden diese Elemente Systeme. Als Funktionssysteme werden die Sozialsysteme bezeichnet, die in ihren Handlungsorientierungen für die Gesellschaft und ihre Mitglieder jeweils besondere Funktionen und Aufgaben übernehmen, wie das Erziehungssystem, die Kunst, die Wirtschaft, die Krankenversorgung, die Politik, die Massenmedien, die Religion, die Familie und nicht zu vergessen die Wissenschaft.

Die Teilnahme des Menschen an den meisten Funktionssystemen ist für seine Lebensführung nicht grundsätzlich verhandelbar. Als Beispiel sei hier die Schule genannt. Die meisten Kinder gehen zur Schule und sie werden dabei in der Regel keinem äußerlich sichtbaren Zwang unterworfen. Wenn sie es nicht tun, wird auf die Schulpflicht verwiesen, sie werden von zu Hause oder anderswo abgeholt. Nehmen wir die Wirtschaft: Wer nicht arbeitet, muss Rechenschaft ablegen, wird womöglich zügig sanktioniert. Die anhaltenden Debatten um das bedingungslose Grundeinkommen stehen für einen Paradigmenwechsel in der gesellschaftlichen Steuerung der Lebensführung in einer kulturell erwerbszentrierten Gesellschaft.

Unser Begriff der Lebensführung bildet ab, dass Menschen über *Kommunikation* an den Funktionssystemen teilnehmen oder nicht. Durch diese kommunikative Kopplung, auch Adressierung genannt, greifen die Funktionssysteme der Gesellschaft auf Individuen zu. Durch die Teilnahme an der Kommunikation und die damit verbundenen Formen können Menschen an den Gütern, Dienstleistungen und Informationen der Funktionssysteme teilhaben – wie etwa als Patient am Wissen der Ärztinnen oder als Zuschauer an den Fähig-

keiten der Produktionsteams von Blockbustern der Filmindustrie oder als Teilnehmende des Kunstsystems etc.

Lebenspraktisch ist die Ambivalenz der Lebensführung geradezu greifbar und schwer übersehbar. Lebensführung wirft für die Personen *sachliche* Unvereinbarkeiten in den unterschiedlichen Teilnahmeformen der Funktionssysteme auf. Häufig können sie, oft sollen sie, manchmal müssen sie jedoch teilnehmen. Beispiele: Sie können eine Familie gründen, müssen es aber nicht. Sie sollen vor Gericht erscheinen, können es aber nicht. Im Falle von so manchen sozialen Erwartungen sind Auswahlmöglichkeiten gelöscht, z. B. ist jedes Individuum der Gesellschaft von Geburt an in das jeweilige Rechtssystem inkludiert, nämlich als rechtsfähige Person mit Rechten und Pflichten. Hier gibt es keine Auswahl.

Kein Mensch ist in alle Funktionsbereiche in gleicher Weise voll-inkludiert, weil die Funktionssysteme unterschiedliche, ja widersprüchliche Erwartungen an Menschen adressieren. An die Mutter stellt die Familie andere Erwartungen als es die Wirtschaft tut – jede Mutter nimmt auf möglichst für sie familiär passende Weise an der Wirtschaft teil.

Jede Lebensführung gleicht einem einzelnen Fingerabdruck – sie ist einzigartig.

Lebensführung wirft *zeitliche Probleme* auf. Die Lebensangelegenheiten lassen sich nur nacheinander erledigen. An einem Arbeitstag mit Zahnschmerzen aufzuwachen, stellt uns vor das Problem, zuerst zum Zahnarzt zu gehen und dann zur Arbeit. Beides zugleich erledigen zu wollen, ist unmöglich – es sei denn, jemand ist Zahnarthelferin und weiß, dass ihre Chefin bzw. ihr Chef sie ausnahmsweise sofort behandeln wird. Während der Behandlung im Zahnarztstuhl kann sie aber auch nicht zugleich Anrufe entgegennehmen und Patienten

versorgen. Es kommt – nach den *sachlichen* – notwendigerweise auch zu *zeitlichen* Unvereinbarkeiten der jeweils passenden Wahl der Teilnahme an relevant erscheinenden Funktionssystemen.

Schließlich hängt die je passende Kopplung zwischen Funktionssystemen, Organisationen und Individuen an den dadurch aufgeworfenen *sinnhaften* Begrenzungen und Möglichkeiten. Da nur soziale und psychische Systeme über Sinn verfügen, ist diese Kopplung eine »psychosoziale Kopplung«. Damit ist keineswegs behauptet, dass biologische Systeme in der Ausgestaltung von Lebensführung keinerlei Rolle spielen. Ganz im Gegenteil: Sie können jedoch nur als Thema relevant werden und nicht etwa selbst kommunizieren.

Kurz zusammengefasst:

- Lebensführung meint *erstens* die Möglichkeit und Notwendigkeit, als Person an den Funktionssystemen der Gesellschaft praktisch teilzunehmen.
- Lebensführung bezeichnet *zweitens* einen nicht reduzierbaren sinnhaften Horizont an verwirklichtbaren Chancen der Teilnahme an der *Gesellschaft*.
- Sinn ist *drittens* diesbezüglich Medium für Informationen und Entscheidungen, z. B. sich hier und jetzt oder später zu diesem Sachverhalt zu äußern, dort oder woanders sich sozial zu beteiligen oder auch nicht.

Ein Leben zu führen bedeutet, mit dem Widerspruch umzugehen der Möglichkeit der Teilnahme (*Dabeisein*) und der Unmöglichkeit der Nichtteilnahme an der Gesellschaft in ihren Sozialformen (*Nichtdabeisein*).

Wie läuft »Leben führen« ab?

Die Untersuchung von verschiedenen Teilnahmeformen an der Gesellschaft ist inzwischen sehr vielgestaltig und mehrdimensional geworden. *Teilnehmen* bedeutet adressiert, einbezogen, informiert zu werden, mitzubestimmen und bestenfalls mitzuentcheiden. *Nichtteilnahme* bedeutet nicht gesehen oder gehört, nicht berücksichtigt, nicht beteiligt zu werden oder Ausschluss – der auch von einem selbst ausgehen kann.

Wie läuft Lebensführung ab?

Zunächst ein einfach gehaltenes Beispiel

Es ist morgens um 7:00 Uhr. Der Wecker klingelt. Die Information lautet: Es ist 7:00 Uhr. Die Mitteilung erklingt deutlich zu laut und rasselnd. Während Sie geschlafen haben, hat Ihre Bank Ihre Kontoauszüge fertiggestellt und in Ihr digitales Postfach gelegt. Das digitale Verwaltungssystem in der zuletzt von Ihrem Auto durchquerten Kommune hat soeben den fälligen Bußgeldbescheid ausgedruckt und dieser wartet auf seinen Versand. In den sozialen Netzwerken haben sich eine Reihe von Postings, Fotos und Links eingefunden, deren Anzahl ins Zweistellige reicht. Aus dem Radio ertönen die neuesten Nachrichten, die durch die Massenmedien flottieren und von den Redakteuren in der Nacht mithilfe der Unterscheidung von informativ/nicht informativ zusammengestellt wurden:

Sie erwachen zwar als Einzelmensch, werden aber sofort als »Person« adressiert, und zwar beispielsweise als Bürgerin, Verkehrsteilnehmer, Konsumentin, Arbeitnehmer, Gehaltsempfänger, Wählerin, Patientin, Kind wie auch Elternteil, Haushaltspartner und – mit entsprechendem Engagement – als Geliebte.

Diese Beschreibungen und Zuschreibungen sind die Ergebnisse von Kommunikationen, an denen wir uns in einer erwartbaren Form

beteiligt oder auch nicht beteiligt haben. Wenn der Partner zu lange nicht zu Hause ist, rückt die Möglichkeit der Scheidung in den Auswahlhorizont der Paarkommunikation. Wenn der Patient sich längere Zeit nicht bewegt, läuft er Gefahr, bei lebendigem Leibe an der Kommunikation über seinen bereits eingetretenen Tod teilzuhaben, abgesehen davon, dass er nicht mehr an den Ressourcen des Krankenversorgungssystems teilhaben kann.

Die Pointe des Beispiels ist, dass es auch ohne Interaktion mit körperlich Anwesenden auskommt und dennoch sich bereits inmitten von Gesellschaft abspielt. Die Teilnahme an Gesellschaft löst sich – nicht zuletzt aufgrund von digitaler Virtualisierung – zunehmend von der körperlich-gegenständlichen Präsenz ihrer Individuen.

Sein ist das eine – Dabeisein das andere

Nur zusammen wird Leben möglich und möglichst sinnvoll. Beide Seiten der Unterscheidung verweisen aufeinander und befestigen sich aneinander. Lebensführung verweist auf ein mehr oder weniger gelungenes Verhältnis zwischen Teilnahme und Nichtteilnahme.

Lebensführung bezeichnet das möglichst sinnhafte Arrangieren von Formen der Teilnahme und Nichtteilnahme – sowohl in einer aktuellen Lebenssituation als auch im Lebensverlauf.

Es geht uns mit dieser Figur um das praktische Handeln und die sozialen Verhältnisse, die dieses Handeln einrahmen und Ambivalenzen in der Beurteilung des Ganzen.

Was hat die Arbeitslosigkeit des jungen Mannes verursacht: War es die Krise der Automobilindustrie, das Verhalten der Vorgesetzten oder sein Arbeitsverhalten?