

Logotherapeutische
Übungen & Methoden
© Marco Kargl

Übung für Paare: **Visionsfragen**

Folgende Fragen dienen der Auseinandersetzung mit der Beziehungsvision¹, die das Paar individuell in Bezug auf das Gemeinsame hat. Diese Fragen sollte zuerst jeder für sich beantworten, ehe dann ein Austausch der gefundenen Antworten stattfindet. Das Vortragen findet ohne Zwischenkommentare statt. Danach sollte in einem Gespräch überprüft werden, wie sehr die Perspektiven ähneln oder wie sehr sie voneinander abweichen und ob eine gemeinsame Basis für eine bewusste Weiterführung der Beziehung entdeckt werden konnte.

Beziehungsbio-
graphie

- ❁ Welche individuellen Entwicklungen ermöglichte, die sich entfaltende Partnerschaft, bei mir?
- ❁ Welche (Sinn-)Spuren hinterlässt die Partnerschaft bis jetzt in der (Um-)Welt in der wir leben?
- ❁ Gibt es Entwicklungs- und Beziehungsaspekte, die sich dem Ende zu neigen? Was soll ich abschließen, loslassen oder verzeihen?²

Übergang

- ❁ Welche partnerschaftliche Kraft oder Ressource will ich in die gemeinsame Zukunft lenken.

Vision & Aufgabe & Entwicklung

- ❁ Welche Vision von Beziehung, die sich am bisher Gewesenen anbinden lässt, könnte uns in Zukunft aus meiner Perspektive erwarten?
- ❁ Welche gemeinsame sinnvolle Aufgabe, die mit uns als Personen zu tun hat, kann ich für uns entdecken?
- ❁ Worin sehe ich das größte Entwicklungspotential meines Partners / meiner Partnerin in der kommenden Zeit innerhalb der Partnerschaft? Wie will ich diese Entwicklung unterstützen?
- ❁ Worin sehe ich mein größtes Entwicklungspotenzial in der kommenden Zeit innerhalb der Partnerschaft? Wo könnte ich die Unterstützung meines Partners / meiner Partnerin gebrauchen?

¹ Die Beziehungsvision ist kein Ziel, die der Einzelne in die Beziehung einbringt und dem der andere Partner nur mehr zustimmen muss und umgekehrt. Die individuellen (Lebens-)Ziele unterscheiden sich von der Beziehungsvision. Die Beziehungsvision, die der Einzelne in der Beziehung vor sich trägt, hat zwei Aspekte im Blick: die **Beziehungsbio-
graphie**, aus der heraus die Visionen gespeist werden und die **Entwicklungsmöglichkeiten der eigenen und der anderen Person**, welche zur Verwirklichung drängen. Daraus entsteht die Vision, in welche sich die Beziehung hinein entfalten soll.

² Gemeint sind auch persönliche Einstellungen und Haltungen dem anderen Partner und der Beziehung gegenüber, die nicht mehr zutreffen.