

P O L A R I T Ä T

1) Definition

Polarität ist ein Gegensatz zwischen zwei Polen, die zusammen ein Ganzes ergeben (z.B. Bindung - Trennung)

2) Arten

1. unveränderbare (z.B. Geschlecht), veränderbare (z.B. Verhal)
2. ergänzungsbedürftige (z.B. Geschlecht), nicht notwendig ergänzungsbedürftige (z.B. Verhalten)
3. wichtige (z.B. Liebe/Haß), unwichtige (z.B. Nicht-/Schwimmer)
4. problematische (z.B. Liebe/Haß), unproblematische (z.B. Bindung/Trennung)
5. elementare? (vielleicht Bindung/Trennung)

3) Einzelmensch

1. Der Mensch ist eine Ganzheit zweier Pole A und -A
(es gibt aber problematische Polaritäten, bei denen nicht unbedingt beide Pole zur Ganzheit gehören, z.B. Liebe/Haß, jedenfalls nicht dauerhaft/nicht in starker Ausprägung).
2. Wenn ein Mensch bewußt nur einen Pol lebt, ist der andere also unterdrückt (im Bewußtsein und Verhalten).
3. Theorie 1: Es gibt Menschen, die ganz extrem nur 1 Pol leben
Theorie 2: Nur Menschen, die zu beiden Polen Zugang haben, können zeitweilig 1 total leben (sonst immer Gegensteuerung)
4. Der verdrängte Pol ist ambivalent: Bewußt wird er abgelehnt, unbewußt wird er einerseits gefürchtet, andererseits gesucht
5. Der abgelehnte Pol läßt sich nicht ganz unterdrücken: Er äußert sich unterschwellig, in Krisen (Umkippen), Beziehung.
6. Gründe dafür: a) kausal: Bewußtseins- und Ausdrucksstreben alles Abgewehrten. b) final: Suche nach Ganzwerdung, Heilung
7. Ein Mensch, der beide Pole bewußt lebt, ist ganz, heil, bedarf daher weniger der Ergänzung durch andere (gilt aber eben nicht für alle Polaritäten, nicht für Geschlecht etwa).
8. Typologie: Ablehner (Trennung), Annehmer (Bindung)
Theorie 1: Ein Mensch ist nur in 1 Pol gestört
Theorie 2: Ein Mensch kann in beiden Polen gestört sein
Theorie 3: Wen man in Pol A gestört ist, dann auch in -A

4) Beziehungen

1. Der gesunde, bipolare Mensch kann wahlfrei Beziehungen eingehen zu anderen Bipolaren oder Monopolaren (Typ A oder -A).
2. Der gestörte, monopolare Mensch geht Beziehungen ein nach:
 - a) "Gleich zu gleich gesellt sich gern" (Pol-Gleichheit)
 - b) "Gegensätze ziehen sich an" (Pol-Ergänzung)
3. Pol-Gleichheits-Kontakte, meistens zu Freunden:
 - Angenehm: sich gegenseitig in seinem Pol bestätigen
 - Unangenehm: derselbe Mangel: es fehlt etwas
 - Chance: selbst zur Entwicklung des Gegenpols gezwungen sein
 - Risiko: es fehlt Vorbild zur Ausbildung des Gegenpols

4. Pol-Ergänzungs-Kontakte, meistens zu Partnern
 - Angenehm: der andere ergänzt einen, gleicht Fehlendes aus
 - Unangenehm: der starke Gegenpol des anderen irritiert
 - Chance: es gibt Vorbild zur Ausbildung des Gegenpols
 - Risiko: nicht zur Entwicklung des Gegenpols gezwungen sein

5) Entwicklung

1. Anfang: Einheit, Pole A und -A noch nicht unterschieden
2. Trennung: Aus der Einheit bilden sich Pol A und -A heraus. Dies scheint notwendig zu jeder Entwicklung zu gehören.
3. Entwicklung
 - Dauerhaft Fixierung eines Pols (Fehlentwicklung)
 - Direkt Integration beider Pole (Idealentwicklung)
 - Auf Umwegen zur Integration (Normalentwicklung)
4. Umwege
 - Dauernder, übertriebener Wechsel zwischen den Polen
 - Erst einen Pol extrem, dann den anderen extrem
5. Ende (Möglichkeiten reifer Zustände)
 - Wechsel zwischen den Polen (Wellenbewegung)
 - Mitte zwischen den Polen
 - Betonung eines Pols (z.B. Liebe gegenüber Haß)
 - Aufhebung, zurück zur Einheit (?)