

**Zeitschrift:** Schweizer Spiegel  
**Herausgeber:** Guggenbühl und Huber  
**Band:** 36 (1960-1961)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Gegen den faulen Frieden : von der oft aufbauenden Bedeutung des Streites  
**Autor:** Guggenbühl-Craig, Adolf  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1074224>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 16.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Weg die familie Frieden

## Von der oft aufbauenden Bedeutung des Streites

von Dr. med. Adolf Guggenbühl-Craig

«Wo ist Feuer ohne Rauch, wo ist Leben ohne Streit?» heißt ein persisches Sprichwort. Und wie den Rauch, der in den Augen brennt, betrachten wir den Streit als etwas zwar vielleicht Unabwendbares, aber eigentlich Unerwünschtes. Daß es aber auch ein aufbauendes Streiten gibt, das unerlässlich ist für eine liebende Beziehung, bleibt oft unbeachtet. Menschen, seien es nun Kinder oder Erwachsene, die zusammenleben und sich lieben, sollten sich unbedingt von Zeit zu Zeit streiten. «Liebi mueß zangged ha» kommt der Wahrheit sehr nahe, auch wenn man unter Liebe nicht nur Zuneigung zwischen Männern und Frauen, sondern zwischen den Menschen ganz allgemein versteht.

Das Zusammenspiel der Menschen, ihre gegenseitigen Zu- und Abneigungen, das Hin- und Herpendeln des Einzelnen zwischen dem

Willen, seine Art durchzusetzen und dem Bedürfnis, sich den andern anzupassen, das gesamte menschliche Zusammenleben, sei es in der Ehe zwischen Mann und Frau, sei es zwischen Geschwistern oder zwischen Freunden und Freundinnen, ist ein erregendes Schauspiel. Leider wird es von den Schauspielern oft falsch verstanden und schlecht gespielt, weil bestimmte vorgefaßte Meinungen das Verständnis des Spieles beeinträchtigen. Vor allem die Ansicht, Streit sei auf jeden Fall unerwünscht, ist es, die das Spiel verdirbt.

**E**s ist eine Binsenwahrheit, daß jeder einzelne Mensch von Geburt an völlig verschieden ist von jedem seiner Mitmenschen. Es gibt nicht zwei Menschen, deren seelischer Aufbau derselbe ist. Trotzdem fühlen sich die

Menschen zueinander hingezogen, bilden Gruppen und sind fähig, Gemeinschaften – zum Beispiel Familien oder Freundschaften – zu bilden. Im Zusammenleben dieser Gruppen wird nun aber leider das Streiten als etwas Böses angesehen, als etwas, das unbedingt vermieden werden sollte. Ein sinnvolles, befriedigendes Zusammenleben von Menschen ohne Streit ist aber sehr schwer zu verwirklichen.

Jeder ist schon älteren Eheleuten begegnet, die ohne zu erröten behaupteten: «Nun sind wir dreißig Jahre verheiratet, und noch nie ist zwischen uns ein böses Wort gefallen.» Eine solche Aussage soll die Vorzüglichkeit der betreffenden Ehe beweisen. In Tat und Wahrheit ist es so, daß, falls es sich nicht einfach um eine Frisierung der Wahrheit handelt, ein solch streitloses Zusammenleben oft ein Zeichen des Fehlens einer echten Gemeinschaft, eines wirklichen Zusammenlebens ist.

Freundschaftliche und familiäre Beziehungen, die wirklich auf Liebe und Zuneigung beruhen, setzen voraus, daß die geliebten Mitmenschen ernst genommen werden. Alles, was ein Ehegatte, ein Bruder oder eine Schwester tun, muß den Partner deshalb beschäftigen, erfreuen oder kränken. Kaum ein Verhalten des geliebten Mitmenschen kann uns gleichgültig sein. Da wir aber von ihm grundsätzlich verschieden sind, ist es unvermeidlich, daß er uns immer von neuem aufregt und beunruhigt.

Andererseits erstrebt die echte Liebe nicht die zwanghafte Angleichung des Geliebten, sondern will, daß er seine eigenen Möglichkeiten entwickele und seinen ihm bestimmten Weg finde. Die Auseinandersetzungen, die sich aus diesem Sachverhalt ergeben, können nicht ohne Streit erfolgen.

Ich behandelte eine Patientin, deren Ehepartner vom Geschäft völlig verschlungen wurde. Er arbeitete Tag und Nacht und fand keine Zeit für Freunde, für die Familie oder für kulturelle Interessen. Als Student hatte dieser Mann einen großen Freundeskreis gehabt, er war sehr interessiert in Malerei gewesen und hatte auch selber gemalt. Damals war ihm vorgeschwebt, wenn auch nicht selber ein großer Maler zu werden, so doch, wenn er einmal viel verdiente, den Mäzen zu spielen.

Im Zeitpunkt, als ich seine Frau kennen lernte, waren aber alle jugendlichen Träume dieses Mannes begraben. Seine Frau fühlte sich darüber sehr enttäuscht, drückte dies aber nie aus. Die Ehe klappte scheinbar ausgezeich-

net; nie wurde gestritten. Ganz dumpf fühlte die Frau zwar, daß ihr Mann an seiner Bestimmung vorbeilebe und sie gerade deshalb die Beziehung zu ihm verloren habe. Ein einziges Mal hatte sie versucht, ihn auf die Schwierigkeit hinzuweisen. Er war damals nach einer Sitzung spät abends nach Hause gekommen. Da hatte sie ihn verärgert aufgefordert, doch zu versuchen, wenigstens hie und da mit der Familie das Nachtessen einzunehmen. Der Mann hatte sich sehr aufgeregzt und erklärt, sie begreife nicht worum es gehe; schließlich müsse er vorwärts kommen und Karriere machen. Es sei doch unmöglich, daß er, wenn er abends müde heimkehre, sich noch mit ihr herumzanken könne. Für Streitereien habe er keine Zeit, sie würden ihn nur ablenken. Die Frau fand diese Argumente vernünftig und paßte sich ihrem Manne ohne weiteren Widerstand an.

Im Verlaufe der psychotherapeutischen Behandlung, bei der es nicht vor allem um Eheschwierigkeiten ging, gab Frau X dann aber ihrem Ärger über die Überbeschäftigung ihres Mannes doch wieder Ausdruck. Es kam zu schweren Auseinandersetzungen; nächtelang stritten sich die beiden mit viel Bitterkeit. Immer wieder warf der Mann der streitenden Frau vor, sie verstehe nicht, daß er sich einfach hundertprozentig für seine Arbeit einsetzen müsse und keine Zeit für irgend etwas anderes vergeuden dürfe. Sie wiederum hielt ihm vor, er vernachlässige sie, die Familie und sich selber. So könne es nicht weitergehen.

Die beiden stritten heftig und lange – bis sie einander schließlich begriffen. Der Mann begann, sich hie und da etwas Freizeit zu gönnen, und die Frau zeigte mehr Verständnis für die geschäftlichen Pläne ihres Mannes. Die beiden leben nun nicht etwa im Frieden. Immer wieder wird von Zeit zu Zeit bitter und heftig gestritten, nämlich immer dann, wenn irgend etwas am Verhalten des Ehepartners den andern stört und aufregt. Das Streiten hilft den beiden aber, ihr Leben sinnvoll zu gestalten, und es dient der Bereicherung und Vertiefung der Ehe.

**V**iele Moralisten und Psychologen gestehen durchaus ein, daß eine gesunde Auseinandersetzung zwischen geliebten Menschen notwendig ist. Sie betonen aber, daß erwachsene Menschen diese vernünftig gestalten soll-

ten, und daß es wünschenswert sei, sie würde in Form von ruhigen Diskussionen über Meinungsverschiedenheiten ausgetragen. Nach meiner Erfahrung ist es aber oft so, daß gerade leidenschaftlich geführte Streitereien sehr fruchtbar sein können.

Eine ältere Frau meines Bekanntenkreises kam sehr schlecht mit ihrer Schwiegertochter aus. Aber sie verstand es, immer ruhig und freundlich mit der Frau ihres Sohnes zu reden und die Diskussion sozusagen auf einem «hohen Niveau» zu halten. Die Schwiegertochter hingegen war sehr oft unsachlich, griff die Schwiegermutter mit giftigen Bemerkungen an und reagierte auf den leisesten Vorwurf mit Tränen und Türenzuschlagen. Nach jedem Gefühlsausbruch gegenüber ihrer Schwiegermutter empfand sie aber ein schlechtes Gewissen und kam sich minderwertig vor. Sie stand unter dem Eindruck, es sei ihre Pflicht, zu lernen, eine Auseinandersetzung so kühl und überlegen wie die Mutter ihres Mannes zu führen.

Da aber verlor eines Tages auch die Schwiegermutter ihre nüchterne Überlegenheit und die beiden Frauen fuhren sich sehr scharf und grob an. Zu beider Verblüffung war nachher das gegenseitige Verhältnis besser. Das ist gar nicht erstaunlich. Ein Streit zwischen sich liebenden Menschen wirkt meistens nur dann aufbauend, wenn er mit viel Gefühl geführt wird. Menschen, die sich gern haben, sollten sich nicht nur mit ihrem Verstand und mit überlegten Argumenten auseinandersetzen, sondern es sind die Gefühle, die aufeinander prallen müssen. Unser Seelenleben wird ja letztlich nicht vom Verstande, sondern von Gefühlen bestimmt, und deshalb können wir auf andere auch nur mit unseren Gefühlen wirken und nicht mit klugen Diskussionen.

Menschen, die sich lieben, sollen ihren gegenseitigen Gefühlen, selbst wenn sie feindlich und völlig unvernünftig sind, Ausdruck geben. Auch das unvernünftigste Gefühl gegenüber einem geliebten Mitmenschen hat einen wirklichen psychologischen Hintergrund, der auf alle Fälle sehr wichtig ist und nicht einfach übersehen werden darf.

Ein junger Mann regte sich immer sehr auf, wenn ihn sein Vater einer wichtigen Persönlichkeit vorstellte. Verstandesmäßig wußte er, wie nützlich es für ihn beruflich war, die Bekanntschaft einflußreicher Männer zu machen. Und dennoch ärgerte er sich, wenn der Vater ihm dabei half. Er sagte aber nie etwas, und

## **Texierbild.**

aus der Zeit des Jugendstils



Wo ist die Lauscherin?

schluckte den Ärger in sich hinein, da ihm dieser unsinnig und unwürdig vorkam. Als er aber einmal müde und überreizt war, konnte er sich nicht mehr beherrschen und erklärte dem Vater rundweg, er wolle durch ihn niemanden kennenlernen. Dieser war tief empört und beleidigt. Es kam zu einem heftigen Streit, in dessen Verlauf der Sohn zum erstenmal verstand, wie berechtigt sein Ärger war. Der Vater wollte nämlich, wenn auch zum Teil unbewußt, mit seinen Bemühungen dem Sohn beweisen, wie sehr er von ihm abhängig sei. Oberflächlich gesehen, war es sehr freundlich und vernünftig von ihm, den Sohn mit wichtigen Leuten bekannt zu machen. In Tat und Wahrheit aber wollte er dadurch den Sohn als möglichen Rivalen ausstechen und sich in die Position eines Vaters setzen, der zu seinem Sohne sagen kann: «Ohne mich wärest du nichts geworden.»

Auch dem Vater leuchtete dann schließlich diese Begründung ein, und als Ergebnis des ausgefochtenen Streites löste sich die bittere Spannung, die unterirdisch zwischen ihnen geherrscht hatte. Besser wäre es gewesen, wenn

der Sohn gleich von Anfang an seinem ihm unerklärlichen Ärger gegenüber dem Vater Luft gemacht und einen Streit provoziert hätte.

Menschen, die sich lieben, sollen sich also ruhig hie und da heftig, mit Gefühl und «unvernünftig» streiten. Dadurch kommen sie sich wieder näher und helfen einander, sich selber zu finden.

**E**s gibt freilich auch eine zerstörerische Art zu streiten. Sehr gefährlich ist es zum Beispiel, wenn man sich mitten im Streit zurückzieht, um zu schmollen. Gewisse Ehemänner verlassen während eines Streites oft wütend das Haus. Frauen schließen sich hie und da in ihr Zimmer ein. Viele Ehepaare brechen oft einen Streit durch Schweigen ab und sprechen sich tagelang nicht mehr. Dies und ähnliches ist ein Ausweichen, das niemandem hilft. Man könnte die Regel aufstellen, es müsse so lange gestritten werden, bis sich die Streitenden wieder in die Arme fallen. Auf alle Fälle ist es besser, sich vom Partner verletzen zu lassen oder ihn zu verletzen, als sich einfach zurückzuziehen und der Auseinandersetzung aus dem Wege zu gehen.

Das absichtliche Verletzen des Partners ist allerdings sehr gefährlich. Es ist richtig, seinem ganzen Ärger im Streit Ausdruck zu geben, aber den andern aus Machttrieb oder Bösartigkeit zu verletzen, erschwert die aufbauende Lösung und Beendigung des Streites. Ehepaare, die sich jahrelang gegenseitig durch dauerndes Gezänk auf das Grausamste quälen, kommen sich selbstverständlich nicht näher.

Vor allem aber darf das Nörgeln nicht mit jenem Streit verwechselt werden, den ich als wünschenswert betrachte. Durch Nörgeln wird einer aufbauenden Auseinandersetzung ausgewichen. Der Partner wird durch ständiges, bösartiges Kritisieren zermürbt, ohne daß irgend jemandem geholfen würde. Ein Ehemann, der ununterbrochen an kleinen Fehlern der Haushaltführung seiner Frau herumnörgelt, will ihr sicher weder bewußt noch unbewußt näherkommen, sondern sie erniedrigen und langsam vernichten.

Ebenfalls falsch ist es, im Streit mit logischen, geschliffenen und brillanten Argumenten fechten zu wollen. Es geht nicht darum zu zeigen, wie klug man ist, oder darum, mit scharfsinnigen Überlegungen eine Diskussion

zu gewinnen. Es geht überhaupt nicht um Sieg oder Niederlage.

Die Vorstellung, Streit sei nie von gutem, ist bei uns leider sehr weit verbreitet. Die meisten Eheleute der oberen sozialen Schichten schämen sich zum Beispiel, vor ihren Kindern zu streiten. Es gibt auch Erziehungsberater, die behaupten, ein vor den Kindern ausgetragener Ehestreit sei für diese schädlich. Selbstverständlich geht der Streitgrund sehr oft keinen Außenstehenden etwas an, auch die Kinder nicht. Die meisten Leute haben aber, ganz abgesehen vom Inhalt des Streites, einfach Angst, Kinder könnten Zeugen sein, daß sie sich überhaupt streiten. Man vergißt dabei immer wieder, wie feinfühlig Kinder sind. Tiefere, die Grundlagen der Ehe erschütternde Spannungen fühlen die Kinder auf alle Fälle. Ob die Auseinandersetzung nun offen oder geheim vor sich geht, ändert an ihrer Wirkung auf die Kinder nichts. Ist die Beziehung der beiden Ehegatten aber grundsätzlich gut, so spüren dies die Kinder und werden deshalb auch von den heftigsten Streitereien zwischen den Eltern kaum berührt.

Bezeichnend für die allgemeine ängstliche Einstellung dem Streiten gegenüber ist, wie sehr sich viele Ehepaare schämen von Freunden während eines Streites überrascht zu werden. Sie glauben, eigentlich sollte nicht gestritten werden und kommen sich deshalb wie Diebe vor, die beim Stehlen erwischt werden.

**P**ychologische Betrachtungen werden immer dadurch erschwert, daß etwas so ist und dann gleichzeitig wieder ganz anders. In der Psychologie ist leider alles immer Einerseits und Anderseits. C. G. Jung betont in allen seinen Werken immer wieder, wie sehr der Mensch von Gegensätzen beherrscht werde und wie deshalb jede psychologische Aussage sozusagen regelmäßig wieder durch das Gegen teil ergänzt werden muß. Ich versuchte, in meinen Ausführungen darzustellen, wie Ehepartner, Freunde und Geschwister sich ungehemmt und gefühlsbetont streiten sollen und wie sie sich dadurch besser kennenlernen und sich näherkommen. Wir sollen es fertig bringen, ohne schlechtes Gewissen aufbauend miteinander zu streiten. Anderseits gibt es aber Menschen, bei denen streiten nicht hilft. Man kann sagen: Nur sehr tiefe Liebes- und Freundschaftsbeziehungen können durch häufige Streitigkeiten

gefördert werden. Die Beziehungsfähigkeit vieler Menschen ist aber beschränkt oder bereits so erstarrt, daß Streitigkeiten nicht mehr viel helfen.

Ich erinnere mich hier an eine Frau, die einen liebenswürdigen, anständigen, tüchtigen Mann hat, der des Abends heimkommt, das Nachtessen verschlingt, sich dann hinter seine Briefmarkensammlung setzt und sich daraufhin um nichts und niemanden mehr kümmert. Die Frau lehnte sich anfänglich gegen das beziehungsarme Verhalten ihres Mannes auf; sie machte Szenen, weinte, schrie, warf sogar einmal die Briefmarkensammlung in den Papierkorb, kurz, sie versuchte alles, um durch das Provozieren eines Streites den Mann aus seiner Abgeschlossenheit herauszureißen und ihn ihr näher zu bringen. Es gelang ihr nicht. Ihr Mann war unfähig, sich mit ihr auseinanderzusetzen und verließ sogar nach einer heftigen Auseinandersetzung die Familie für eine Woche. Die Frau streitet jetzt nicht mehr und nimmt den Mann so wie er ist, auch wenn sie darunter leidet. In dieser Ehe hat ein Streiten keinen Sinn. Das realistische und resignierte Sichabfinden der Frau mit der Begrenztheit der Beziehungsfähigkeit ihres Gatten ist richtig.

Aber auch aufbauendes Streiten ist immer sehr ermüdend, sozusagen eine Schwerarbeit, für die es auf alle Fälle Zeit und Energie braucht. Auch Menschen, die eine tiefe Beziehung verbindet, sollen versuchen, Streitigkeiten aus dem Wege zu gehen, wenn sie allzu müde sind. Es ist falsch, wenn eine Frau nachts um elf Uhr eine große Auseinandersetzung beginnen will, falls der Mann am nächsten Morgen mit dem Fünfhuhrzug verreisen muß.

**S**treit ist an sich vielleicht weder gut noch böse; alles hängt davon ab, wer ihn führt und auf welchem Hintergrund er sich vollzieht. Erfreulich ist er bei Freunden, Ehepartnern und Geschwistern, die sich innerlich wirklich nahestehen. Es kommt hie und da vor, daß man den Eindruck hat, Freunde oder Geschwister entwickelten sich auseinander, da sie sich viel streiten. Es ist dann aber nicht der Streit

an der Entfremdung schuld, sondern der Streit ist ganz im Gegenteil ein verzweifelter Versuch, sich nicht zu verlieren, sich doch wieder näherzukommen.

Bei einem Menschen aber, der mit allen seinen Untergebenen, seinen Bekannten und seiner Familie streitet, weil er sie alle beherrschen will, ist der Streit selbstverständlich unerfreulich.

Auch Streitereien mit Bekannten und Nachbarn sind fast nie fruchtbar, da man sich nicht näher kennen will, sich nicht liebt, sondern nur seine allgemeine Verstimmung an dem andern ausläßt. Mit Nachbarn und Bekannten soll man sich deshalb so wenig wie möglich streiten.

Das Sprichwort «Pack schlägt sich, Pack verträgt sich» ist nur bedingt richtig, das Schlagen und Vertragen gilt auch für alle sich liebenden Menschen und nicht etwa bloß für «Pack». Zu «Pack» werden nur die, welche sich auch mit Nachbarn und Bekannten «schlagen und vertragen».

Unser Widerstand, die aufbauende Bedeutung des Streitens anzuerkennen, hängt mit der Mühe zusammen, die uns alles Widersprüchliche macht. Wir hätten gern eine einheitliche Welt. Wir möchten, daß Menschen, die sich lieben, immer «lieb» zueinander sind, es stört unser Gefühl für Logik und Einheitlichkeit, als Liebende zu streiten. Die meisten Schweizer lehnen dazu ganz allgemein jede heftige Gefühlsäußerung mißtrauisch ab; andere Völker haben in dieser Hinsicht weniger Hemmungen. Den letzteren müßte man vielleicht eher Zurückhaltung predigen. Es wäre zum Beispiel vorstellbar, daß man den Sizilianern wünschen möchte, sich etwas weniger unmittelbar auszudrücken. Wir Schweizer sollten aber sicher unsere Gefühle zueinander, seien sie nun freundlicher oder unfreundlicher Art, deutlicher, häufiger und temperamentvoller äußern.

Meine Ausführungen stehen in keinem Gegensatz zu den Lehren des Neuen Testamentes. Dieses lehrt, neben der Liebe zu Gott, die Liebe zum Nächsten für das wichtigste zu halten. Ich habe versucht zu zeigen, daß sogar das Streiten in den Dienst der Nächstenliebe gestellt werden kann.