

Über das Unbewusste in der Systemischen Therapie

Jürgen Kriz

Zusammenfassung

Der vorliegende Beitrag skizziert zunächst das Eingebettetsein psychischer und interpersoneller Prozesse in einflussreiche Wirkungen aus der somatischen und der kulturellen Prozessebene. Aus der lebhaften Wechselwirkung dieser Prozesse lässt sich die Bedeutsamkeit des Unbewussten in der Systemischen Therapie nachvollziehen. Es spricht einiges dafür, dass wir als Menschen ständig mit zwei bedeutungsgebenden Systemen unterwegs sind, welche in einer „objektiven“ Welt physikalischer Reize eine sinnvolle Lebenswelt erschaffen: Zum einen das System organismischer Bedeutungszuweisungen, zum anderen das System intersubjektiver Symbolwelten, das vor allem auf kognitiv-sprachlichen Interpretationen beruht. Das organismische System operiert weitestgehend ohne Bewusstsein – wirkt aber erheblich auf die kognitiven Prozesse ein. Wenn wir um professionelle Hilfe gebeten werden, tun wir gut daran, die Ganzheit aller vier Prozessebenen – der somatischen, psychischen, interpersonellen und kulturellen – in Rechnung zu stellen und zu berücksichtigen, dass besonders von der somatischen und der kulturellen Prozessebene starke Wirkungen ausgehen, welche dem Bewusstsein weitgehend verborgen sind. Wenn man sich klar macht, dass es hier jeweils um die Arbeit mit unbewussten Wirkeinflüssen auf das komplexe Gesamtgeschehen geht und als Metapher die doppelte Perspektive auf der „Bühne des Bewusstseins“ nutzt, kann man die systemischen Grund„techniken“ vielleicht leichter kreativ an die konkreten Bedürfnisse anpassen und ressourcenorientiert ausgestalten.

Schlüsselwörter: Systemische Therapie, Unbewusstes, Personenzentrierte Systemtheorie, (somatische, psychische, interpersonelle, kulturelle) Prozessebenen, Systemdynamik

Abstract

Systemic Therapies and the Unconscious

The present paper outlines the embeddedness of psychic and interpersonal processes within influential effects out of the somatic and cultural process levels. The interdependency of these processes

comments on the significance of the unconscious in realms of systemic therapies. There seems to be evidence that we as human beings are constantly engaged in two meaning-building systems creating a meaningful life milieu (Lebenswelt) out of physical stimuli: On the one hand the system of organismic meaning assignment, and on the other hand the system of intersubjective symbols basing mainly on cognitive-lingual interpretations. The organismic system is largely operating without consciousness – but is heavily influencing cognitive processes. When asked for professional help we better should take into account the wholeness of all four process levels – somatic, psychic, interpersonal, and cultural – and to consider the strong influence especially from somatic and cultural process levels being mostly hidden for conscious attention. Thinking of our profession as working with unconscious influence on complex proceedings we could benefit from the metaphor of a double perspective in acting on a “stage of consciousness”. And basing on that we might fit systemic basic “techniques” creatively to the concrete needs more easily, and develop them oriented to resources.

Keywords: systemic therapies, unconscious, person centered systems theory, (somatic, psychic, interpersonal, and cultural) process levels, systems dynamics

Befunde und Befindlichkeiten: Bedeutungsgebung im Netz komplexer Wechselwirkungen

Als SystemikerInnen legen wir in Therapie, Beratung oder Coaching gewöhnlich den Fokus unserer Arbeit auf interpersonelle und psychische Prozesse sowie auf deren gegenseitige Beeinflussung. Denn gleichgültig, ob wir mit Einzelnen, Paaren, Familien oder Teams arbeiten: „Symptome“ und „Probleme“ sind eingebettet in soziale Prozesse, deren Strukturen erheblichen Einfluss auf Befindlichkeiten, wahrgenommene Handlungsmöglichkeiten oder die konkrete Verfügbarkeit von Ressourcen haben. Andersherum verlaufen diese (mikro-)sozialen Prozesse bei jedem Beteiligten stets durch das „Nadelöhr persönlicher Sinndeutungen“ (Kriz 1990). Denn die jeweiligen Anschlusshandlungen in den Interaktionen sind wesentlich davon mitbestimmt, wie Bisheriges verstanden wurde, welche Intentionen vermutet werden oder welche Erwartungen der anderen man erwartet und meint, diese erfüllen oder sich davon abgrenzen zu sollen (v. Schlippe 2017) usw.

Dieser Fokus auf psychische und interpersonelle Prozesse ist anspruchsvoll genug. Denn es geht nicht nur um die Veränderung von (Über-)Stabilität auf jeder der beiden Prozessebenen – also um bestimmte überstabile Ansichten als „Sinnattraktoren“ (Kriz 2017) oder um überstabile Interaktionsmuster als selbstorganisierte Regeln bzw. Muster, zu deren Verstörung und adaptiver Neujustierung an gegebenen Entwicklungsaufgaben wir als SystemikerInnen beitragen. Sondern wir wissen und erleben, dass sich diese beiden Prozessebenen gegenseitig stabilisierend oder verändernd beeinflussen – etwa, wenn bestimmte „rigide Deutungsmuster“ eine maligne Interaktionsstruktur perpetuieren, oder aber, wenn eine im *reflecting team* (Andersen 1990) vorgetragene neue Sicht- und Verstehensweise bisheriger Handlungen neue Optionen für Veränderungen öffnet.

Psychische und interpersonelle Prozesse sind in ein weit umfangreicheres Geschehen eingebettet

Trotz dieser pragmatischen Wahl des Fokus ist es SystemikerInnen prinzipiell klar, dass die psychischen und interpersonellen Prozesse in ein weit umfangreicheres Geschehen eingebettet sind. Stellen wir uns einen Konflikt zwischen zwei Teammitgliedern Peter und Paul vor: Das, was Peter aktuell denkt, von Paul versteht und wie er selbst diese Situation deutet, ist nicht nur vom unmittelbaren Interaktionsgeschehen beeinflusst. Vielmehr hängt dies auch von Peters Affekten in dieser Situation ab. Die Affekte werden zwar ihrerseits von der aktuellen Interaktion und von Peters Deutung beeinflusst – systemisch gesehen stehen eben stets alle Prozesse in Wechselwirkung miteinander. Aber ebenso können die aktuellen Affekte bereits von längerfristigen Stimmungen beeinträchtigt sein. Oder sie sind mit inneren Bildern verbunden, welche ggf. auf weit zurückliegende Erfahrungen von Peter zurückgehen und durch das aktuelle Geschehen nur angetriggert wurden.

Diese enge Verbindung von kognitiven Prozessen – also von Wahrnehmen, Erinnern, Verstehen usw. – mit den Affekten hat bereits Luc Ciompi (1982) mit seinem Konzept der „Affektlogik“ betont und konzeptuell ausgearbeitet. Im Zentrum der „Affektlogik“ steht das komplexe Zusammenspiel von Fühlen und Denken, wobei sowohl „Affekte“ wie auch „Kognitionen“ (oft kurz als „Logik“ gekennzeichnet) in einem weiten Sinn zu verstehen sind: Da es in der Fachliteratur keine einheitlichen Definitionen für Begriffe wie Gefühl, Emotion, Affekt, Stimmung, Befindlichkeit etc. gibt, verwendet Ciompi „Affekt“ als Oberbe-

griff für gefühlsartige Befindlichkeiten auf der Basis umfassender psycho-physischer Prozesse. Es geht um ganzheitliche, körperlich-seelische Gestimmtheiten von unterschiedlicher Dauer, Intensität, Qualität und Bewusstseinsnähe.

Auch „Kognition“ verwendet Ciompi im Rahmen der Affektlogik als Sammelbegriff für eine Reihe von Einzelfunktionen, darunter insbesondere Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Gedächtnis und kombinatorisches Denken. Der Begriff „Logik“ geht (im Rahmen dieses Ansatzes) noch darüber hinaus und bezeichnet die Art und Weise, wie einzelne kognitive Elemente zu einem umfassenden Ganzen (zum Beispiel zu einem Denkgebäude oder zu einer bestimmten Theorie, Weltsicht, Mentalität oder Ideologie) verbunden werden. Um zu betonen, wie stark der (systemische) Einfluss von affektiven Grundstimmungen auf Wahrnehmen, Denken und Verhalten gesehen werden muss, führt Ciompi (2016) aus: „[...] im Zustand der Angst zum Beispiel sehen wir die Welt vorwiegend im Rahmen einer (bewussten oder unbewussten) Angstlogik. Entsprechend gibt es eine Logik der Wut oder des Hasses, eine Logik der Freude, der Liebe, der Trauer usw.“¹ Dabei sind für unser Thema besonders jene Aspekte interessant, die nicht einfach eine Widerspiegelung der von Beobachtern feststellbaren aktuellen interpersonellen bzw. psychischen Prozesse verstanden werden können, sondern auf andere Quellen zurückgehen, wie noch gezeigt werden wird.

Neben diesen, m. E. oft unterschätzten, Einflüssen aus somatischen Prozessen auf das Geschehen werden auch die Einflüsse von einer ganz anderen Ebene ebenfalls nur bedingt beachtet: Gemeint sind die kulturellen Prozesse, die als makro-soziale, historisch gewordene und als „Kulturwerkzeuge“ manifestierte Sinn- und Deutungsstrukturen in hohem Maße die Regeln mitbestimmen, wie eine physikalische Reizwirklichkeit ständig zu einer humanen Bedeutungsrealität transformiert wird. Ein geradezu erdrückender Anteil in der menschlichen Wahrnehmungswelt wird von materiellen Kulturgegenständen eingenommen: Kleidung, Häuser und ihre Einrichtungen, Fahrzeuge und Straßen, Maschinen, Werkzeuge und Gebrauchsgegen-

Kulturelle Prozesse bestimmen in hohem Maß die Regeln mit, wie eine physikalische Reizwirklichkeit zur Bedeutungsrealität transformiert wird

1) Web-Text ohne Seitenangabe; das Zitat befindet sich im Abschnitt „Affektlogik und Alltagslogik“, 1. Abs.

stände, Zeitungen, Radio und Fernsehen, öffentliche Gebäude etc. – all dies umgibt uns ständig und dient u. a. dazu, die intersubjektiven Strukturen lebensweltlicher Prozesse zu stabilisieren. Denn es handelt sich ja um kulturelle Errungenschaften, die im Laufe vieler Generationen hervorgebracht worden sind und die an die jeweils nachfolgenden Generationen mit Anweisungen über deren sinnvolle Verwendung weitergegeben werden – auch wenn viele dieser Werkzeuge stetiger Veränderung in Form von Anpassung an neue Gegebenheiten unterworfen sind und zudem der Vorrat (und damit der mit Sinn erfüllte Lebensbereich des Menschen) ständig erweitert wird.

Bei den genannten materiellen Kulturwerkzeugen ist uns zwar gewöhnlich deren Bedeutsamkeit mehr oder minder bewusst, wir haben aber gleichwohl die Vorstellung, dass diese uns in unseren Alltagsprozessen als etwas „Äußeres“ gegenüberstehen. Dies ist bei einem anderen Kulturwerkzeug, nämlich der *Sprache*, deutlich anders: Wir können die „Welt“, die anderen Menschen und auch uns selbst nur verstehen, indem wir Sprache verwenden. Dabei handelt es sich beim Kulturwerkzeug „Sprache“ keineswegs nur um die grammatikalische Abfolge von Sprachlauten oder um die semantische Bedeutung von Wörtern oder um deren situativ angemessene Verwendung. Dies alles ist fraglos wichtig. Aber genauso bedeutsam sind die mit der Sprache „selbstverständlich“ vermittelten Bedeutungsbilder, Prinzipien, Regeln, Verstehensweisen, Appelle, Lebens- und Handlungsanweisungen. Doch obwohl diese innerhalb einer bestimmten Kultur typisch sind und zwischen unterschiedlichen Kulturen (und partiell auch zwischen Subkulturen, Familien, Organisationen usw.) stark differieren können, werden sie im Alltag üblicherweise kaum in ihrer Wirkung bemerkt. Immerhin ist ja eine wesentliche Funktion der Kulturwerkzeuge, eine vertraute und sichere Alltagsrealität bereitzustellen, die viele mögliche Reibungsverluste verringert, indem Deutungen als „Selbstverständlichkeiten“ angenommen und wenig oder gar nicht hinterfragt werden.

So sind denn psychische und interpersonelle Prozesse, auf die wir als SystemikerInnen in unserer Arbeit fokussieren, eingebettet in starke Wirkungen aus zwei weiteren Prozessebenen, die wir üblicherweise etwas weniger im Auge haben. Die Dynamik sowohl auf diesen vier Prozessebenen – der somatischen, psychischen, interpersonellen und kulturellen – als auch ihre

gegenseitige Interaktion und Vernetzung zu beschreiben und daraus Entwicklungsmöglichkeiten (und -hemmnisse) zu erklären, ist das Anliegen der „Personenzentrierten Systemtheorie“, die kürzlich in einer umfassenden Publikation vorgestellt wurde (Kriz 2017). Allerdings hat diese noch ein zweites Anliegen, nämlich die Komplementarität von subjektiver und intersubjektiver Perspektive hervorzuheben – also weder beide zu vermengen noch alles allein auf die intersubjektive (oft „objektiv“ genannte) Perspektive zu reduzieren. Die *Befindlichkeiten* von Menschen charakterisieren die eine, medizinische, testpsychologische oder sonst wie beobachtbare *Befunde* die andere Perspektive. Beide korrelieren oft nicht sehr hoch (Kriz 1994), sind nicht gegeneinander auszuspielen und daher als komplementäre Aspekte beide wichtig. Für die obigen Erörterungen ist diese Komplementarität beispielsweise dahingehend wichtig, als durch die konkrete systemische Arbeit mit Einzelnen oder Teams bzw. Familien zwar nicht die „objektiven“ gesellschaftlichen Bedeutungsfelder wesentlich geändert werden können, sehr wohl aber die subjektive Bedeutungsgebung in belastenden Bereichen. Die narrative Neuerzählung bestimmter erlebter Zusammenhänge oder auch die Bewusstmachung kultureller Leit- und Leidprinzipien, denen man bisher „selbstverständlich“ gefolgt ist, zielt beispielsweise auf eine solche Entkopplung der beiden Perspektiven.

*Komplementarität
von subjektiver und
intersubjektiver
Perspektive*

Klassische Konzepte zur Bedeutsamkeit des Unbewussten in der Systemischen Therapie

Die Beachtung des Unbewussten ist in der Systemischen Therapie bereits seit ihren Anfängen zu finden – verständlicherweise zunächst bei den psychoanalytisch orientierten Familientherapeuten der 1940er und 1950er wie Nathan Ackerman, Murray Bowen und Lyman Wynne, Ivan Boszormenyi-Nagy und James Framo sowie Theodore Lidz. Dabei wird das Unbewusste übergreifend als ein Geflecht von Wirkungen verstanden, welche dem Bewusstsein nicht zugänglich sind – unabhängig von dem psychoanalytischen Konzept der Verdrängung. Diese unbewussten Wirkungen können somit über individuelle Quellen hinaus wesentlich mit interpersonellen, familiären und mehrgenerationellen Dynamiken verbunden sein.

Beispiele für solche Konzepte sind etwa „marital schism“ (Ehespaltung) und „marital skew“ (eheliche Strukturverschie-

bung) von Theodore Lidz, „pseudomutuality“ (Pseudo-Gegenseitigkeit) von Lyman Wynne oder „emotional fusion“ (emotionale Verstrickung) bzw. „undifferentiated family ego mass“ (undifferenzierte Familien-Ego-Masse) von Murray Bowen. Wie Nichols (1984) ausführt, dient Freuds Theorie der Objektbeziehungen als Verbindungsglied zwischen der individuellen Psychodynamik klassisch-psychoanalytischer Prägung und dem Fokus auf *Beziehungen*: Die Interaktion zwischen Personen wird demzufolge als Manifestation der internalisierten frühen Mutter- (bzw. Eltern-) Kind-Beziehung gedeutet.

Stärker funktionell geprägt sind Konzepte wie das über mehrere Generationen hinweg geführte „Konto-Buch“ angefallener „Schuldverschreibungen“ mit genauen Aufzeichnungen über Schuld und Sühne (Boszormenyi-Nagy & Framo 1975), wobei besonders eine zu große Anhäufung von Ungerechtigkeit am „Konto“ einer Person auf Konfliktdynamiken wirkt. Auch Lyman Wynnes Konzept der „Pseudogegenseitigkeit“ betont funktionelle Aspekte, indem nämlich die individuellen Interessen dem Überleben der Gruppe bzw. Familie geopfert werden – etwa, wenn das heranwachsende Kind durch Festhalten an der Mutter-Kind-Symbiose die Mutter vor dem Zusammenbruch bewahrt, oder wenn das Kind Symptome produziert, „damit“ die Eltern statt zu streiten sich gemeinsam um es kümmern.

Indem wir Letzteres heute als „Triangulation“ bezeichnen, wird deutlich, dass es sich bei den genannten Konzepten nicht einfach um historische Entwicklungen handelt, die heute keine Rolle mehr spielen. Sondern sie sind nach wie vor Aspekte unserer kognitiven Landkarten, mit denen wir auf inner- und zwischenmenschliches Geschehen aus systemischer Sicht blicken – auch wenn vielen jüngeren SystemikerInnen weder die Namen noch die Konzepte explizit bekannt sein dürften.

Von den deutschsprachigen Vertretern wären Horst-Eberhard Richter (1962) mit seiner psychoanalytisch begründeten Rollentheorie zu nennen: Diese Rollen sind durch die unbewussten und bewussten gegenseitigen Erwartungen der Partner charakterisiert, wobei diese Erwartungsstrukturen oft Abwehrprozessen dienen, um sich kompensatorisch von intraindividuellem Konfliktspannung zu entlasten. Statt Konflikte also selbst auszutragen, wird der Partner manipuliert, als ent-

Das Weiterwirken von Konzepten, nachdem ihre AutorInnen nicht mehr geläufig sind

schädigendes Ersatzobjekt zu fungieren. Auch die „Dynamische Familientherapie“, der frühe Ansatz von Helm Stierlin (1982), verband psychoanalytische und systemische Aspekte miteinander.

Für unsere Thematik ist allerdings das Konzept der „Kollusion“ von Jürg Willi (1975) besonders interessant. Mit „Kollusion“ bezeichnet Willi das (nicht bewusste) Zusammenspiel zweier Partner hinsichtlich derselben Grundthematik. Diese Grundthematiken beinhalten bei Willi klassisch-psychoanalytisch formulierte Bedürfnisse – „oral“, „anal“, genital“ und „narzisstisch“. Diese lassen sich aber allgemeiner auch als Fragen von „Umsorgen versus Umsorgtwerden“, „Machtausübung versus -unterwerfung“, „Identifikation mit einer männlichen versus weiblichen Geschlechtsrolle“ und „Bewunderung versus Bewundertwerden“ verstehen – also als jene großen Themen, denen sich jeder in seiner Entwicklung stellen muss. Während idealerweise in einer Beziehung alle Themen und Positionen je nach Situation hoch flexibel gehandhabt werden (sollten), kann es eben auch vorkommen, dass eine Thematik eine besondere Wertigkeit aufgrund früherer Erfahrungen besitzt.

Scheinbar zusammenpassende Wertigkeiten haben großen Einfluss auf die Partnerwahl. So könnte beispielsweise bei einer „oralen“ Thematik Ute, für die es sehr wichtig ist, dass sie einen fürsorglichen Partner hat, auf Ernst treffen, der gerne für jemand sorgt (weil er dafür ggf. früher als Kind seine Zuwendung und Beachtung erhalten hat). Unter vielen Alternativen scheinen somit Ute und Ernst „füreinander geschaffen“ zu sein. Zumal Ute gegenüber Ernst und anderen schwärmt, wie fürsorglich doch ihr Partner ist. Und Ernst hat endlich jemand, die seine „Art“ zu schätzen weiß – wo er also sein bisheriges Muster, um Zuwendung zu erhalten, sehr erfolgreich fortsetzen kann. Da beide das gegenseitige Verhalten mit Begeisterung verstärken und belohnen, wird sich dieses kollusive Muster im unbewussten Zusammenspiel zunehmend deutlich ausprägen.

*Beispiel
Partnerwahl*

Damit ist absehbar, dass die anfänglich für beide Partner so beglückende Kollusion in der weiteren Entwicklungsdynamik zu einem massiven Konflikt umschlagen kann. Denn eine Kollusion ist systemtheoretisch als ein Attraktor zu beschreiben, der die Eigenschaft hat, top-down die gesamte weitere Mikrodynamik in seine Ordnung zu ziehen (vgl. Kriz 2017). Konkret

bedeutet dies hier, dass diese Ordnung quasi „übermächtig“ wird und die vielen kleinen Verhaltenssequenzen entsprechend ausrichtet. So toll es für Ute auch war, umsorgt zu werden: zu viel „des Guten“ ist dann eben zu viel und nimmt ihr die eigenen Initiativen. Zudem merkt sie zunehmend, dass es Ernst gar nicht nur – vielleicht nicht einmal primär – um sie geht, sondern um sein Bedürfnis nach Anerkennung, Lob und Zuwendung. Also wird Ute anfangen, dieses Muster zu torpedieren – mit abfälligen Bemerkungen, mit Verweigerung überschwänglichen Lobes etc. Und auch Ernst fühlt sich von der Rigidität des eingeschlichenen Musters überfordert: Fürsorglich zu sein ist ja schön – aber irgendwo muss das auch seine Grenzen haben. Wo bleibt sein eigenes (bisher weitgehend verdrängtes) Bedürfnis, auch mal umsorgt zu werden? Also wird er vielleicht zwar zunächst weiterhin auf Handlungsebene die vielen eingeschliffenen „Fürsorgeakte“ für Ute ausführen – dies aber zunehmend mit deutlich erkennbarer Unlust, eben rein aus Pflichtbewusstsein. Umso ärgerlicher ist es da, wenn Ute dann auch zunehmend stichelt und weniger Dankbarkeit zeigt.

Die Relevanz unbewusster Prozesse für eine attrahierende Entwicklungsdynamik

Willis Kollusions-Konzept, das beschreibt, wie eine scheinbar „optimale“ Partnerschaft in einen Paarkonflikt umschlagen kann, gilt sinngemäß nicht nur für andere Kollusionen zentraler Lebensthemen, sondern es ist leicht nachzuvollziehen, dass diese Betrachtungsweise darüber hinaus auch auf Mehr-Personen-Systeme, wie Familien, Teams, Gruppen etc., erweitert werden kann. Systemtheoretisch ist an diesem Konzept besonders bedeutsam, dass hier nicht nur die Beziehung zwischen interpersonellen und psychischen Prozessen betont und die Probleme einer attrahierenden Entwicklungsdynamik aufgezeigt werden. Sondern es wird auch die Relevanz unbewusster Prozesse für dieses Geschehen deutlich, deren Herkunft man selbst wiederum zwei unterschiedlichen Bereichen zuordnen kann: Zum einen geht es um frühkindliche Erfahrung, die gemäß psychoanalytischer Theorie bei bestimmten Defiziten in den entwicklungspsychologischen Phasen zu entsprechend strukturellen Bedingungen mit fixierten Thematiken führt.

Allgemeiner könnte man sagen, dass bestimmte unbewältigte Entwicklungsaufgaben (besonders) in der frühen Kindheit den Raum an Freiheitsgraden in den menschlichen Lebensprozessen übermäßig verengt bzw. dysfunktional strukturiert haben.

Zum anderen aber geht es um vor der individuellen Entwicklung liegende archetypisch-evolutionspsychologische Präformierungen des Erfahrungsraumes. Denn damit überhaupt von typischen „Trieben“ (Freud) bzw. Grundbedürfnissen wie Nahrung, Sexualität, Sicherheit, Bindung, Anerkennung usw. gesprochen werden kann, deren mangelhafte Erfüllung dann zu dem führen, was wir als Konfliktthemen, Phasen, Defiziten (aber auch Leistungen!) usw. bezeichnen, müssen die Grundlagen für solche typischen Strukturierungen offenbar evolutionär vorkonstelliert sein. Dies wiederum führt uns zu der Berücksichtigung der evolutionären Strukturen organischer Prozesse. Diese große Leistungsfähigkeit des Organismus – auch für Gestaltung psychischer, interpersoneller und kultureller Prozesse – wurde erst in den letzten Jahrzehnten durch umfangreiche Forschung in vielen Bereichen entdeckt und unter Stichworten wie *Social Brain*, Biosemiotik, Evolutionspsychologie usw. diskutiert. Auch ältere Konzepte wie Bindung oder Universalgrammatik (s. u.) gehören in diese Reihe.

Der Organismus als Leistungsträger systemischer Prozessdynamiken

Eine typische Alltagsszene soll in die zu diskutierenden Phänomene dieses Abschnitts einführen. Diese Szene mag zwar besonders markant sein. Gleichwohl wird wohl jede/r bei etwas Nachdenken täglich ähnliche – wenn auch weniger auffällige – Szenen finden, die den eigenen Alltag begleiten (um nicht zu sagen: bestimmen):

Als meine beiden jüngsten Kinder (inzwischen längst erwachsen) im Alter von etwa 4 bis 7 Jahren waren, fuhr ich sie unregelmäßig, aber etwa einmal in der Woche zu meiner Schwiegermutter, die sich sehr über den Besuch ihrer Enkel freute. Der Weg dorthin war zu etwa zwei Drittel identisch mit dem Weg zu meinem Universitätsinstitut. Für das letzte Weg-Drittel musste ich zu meiner Schwiegermutter links abbiegen, während es zur Universität rechts herum ging.

Ich „packte“ also die Kinder hinten ins Auto, fuhr los – und in vielen Dutzend Fällen fand ich mich mit den Kindern vor dem Institut wieder. Nach einem leichten Aufschrecken machte ich dann kehrt und fuhr die Kinder zu ihrer Oma.

*Das Zusammenspiel
von Organismus
und reflexivem
Bewusstsein*

Typisch ist, dass wir wohl täglich mehrfach mit unserem Organismus bestimmte „Dinge verrichten“, während wir uns in unserem Bewusstsein mit anderem beschäftigen – etwa mit jemandem intensiv reden, in Gedanken Probleme lösen (wie im obigen Beispiel beim Autofahren) oder in Erinnerungen bzw. Zukunftsbildern schwelgen. Daran scheint nichts Bemerkenswertes zu sein. Vieles können wir – wie man so sagt – „routinemäßig“ oder „automatisch“ verrichten. Doch diese Begrifflichkeit ist wenig zutreffend. Sie passt höchstens dann, wenn wir beispielsweise beim allmorgendlichen Frühstück auf immer demselben Stuhl sitzen und weitgehend die gleichen Brote mit weitgehend der gleichen Butter bestreichen. Doch in dem Beispiel der Autofahrt muss der Organismus komplexe, situationspezifische und im Einzelnen nicht vorhersagbare Wahrnehmungsaufgaben lösen. Er muss beispielsweise das Verhalten der anderen Verkehrsteilnehmer selektiv erfassen, gezielt auf umfangreiche im Gedächtnis gespeicherte Information zugreifen und diese in adäquater Weise verarbeiten (die Bedeutung von Schildern, Ampeln und anderen Zeichen adäquat zu deuten). Auf der anderen Seite muss der Organismus darauf mit ebenfalls komplexen, situationsspezifischen und im Einzelnen nicht planbar-vorhersagbaren Körperkoordinationen reagieren – beispielsweise mit Lenken, Bremsen, Schalten, Zeichen geben etc. Dies alles ist ein kaum zu fassender komplexer kognitiver und motorischer Koordinationsprozess, mit dem wir uns auch dann in interaktive und kulturelle Prozesse (z. B. Ampeln) einfädeln, wenn unsere bewusste Aufmerksamkeit mit ganz anderen Inhalten beschäftigt ist. Selbst typische Wegveränderungen (z. B. Hindernisse) werden koordiniert und adaptiv bewältigt, ohne dass wir dabei aus unseren Gedanken (oder einem Gespräch mit dem Beifahrer) gerissen werden. Wir vertrauen freilich darauf, dass wir die Führung wieder bewusst übernehmen würden, wenn eine wirklich gefährliche oder absolut neue Situation entstehen würde. Das allerdings liegt in der Erfahrung und nicht in fundierten Kenntnissen über die Beziehung zwischen Organismus und Bewusstsein begründet. Jedenfalls fehlen bisher überzeugende Modelle dafür, wann der Organismus und wann das reflexive Bewusstsein bei solchen Aufgaben die Steuerung übernimmt und wie jeweils die Übergabe funktioniert.

Zweck dieses Beispiels ist es, darauf hinzuweisen, dass unser menschlicher Organismus auch ohne reflexives Bewusstsein

zu beträchtlichen Koordinationsleistungen von Wahrnehmungen und entsprechenden Aktionen in der Lage ist. Diese Fähigkeiten wurden lange Zeit weit unterschätzt. Erst in den letzten Jahrzehnten liefert die Forschung eine rasant anwachsende Zahl an Befunden zu diesen Fähigkeiten, mit denen der Organismus über sensorische und motorische Prozesse sowie deren Koordination in das Geschehen seiner Lebenswelt eingebettet ist. Dass dabei meistens Begriffe wie „automatisch“ oder „routinemäßig“ inadäquat sind, wird schon deutlich, wenn wir viel einfachere Organismen betrachten, denen wir fraglos kein reflexives Bewusstsein unterstellen: Bedenkt man beispielsweise die große Flexibilität, mit welcher eine Spinne ihr Netz zwischen sehr unterschiedlichen Zweigformationen spinnt und gar beim Zerreißen durch einen Sturm oder ein großes Lebewesen dieses wieder zwischen den im Wind bewegten Zweigen „flickt“, so wird deutlich, dass es sich um eine dynamische Abstimmung der evolutionär erworbenen Netzwebstrukturen mit den gegebenen Strukturen der Umgebung (Zweigformationen) handelt und keineswegs um ein mechanisches Abspulen enger motorischer Programme.

In einer umfassenden Darstellung sowohl von empirischen Ergebnissen als auch von phänomenologischen Befunden und Analysen hat Julian Jaynes (1993) recht eindrucksvoll belegt, zu welcher umfassenden und differenzierten Leistungen der Mensch auch ohne reflexives Bewusstsein fähig ist. Selbst viele beachtliche Kulturleistungen sind demnach keineswegs an die Voraussetzung eines reflexiven Bewusstseins gebunden. Wie immer man zu der Analyse von Jaynes stehen mag: Gemeinhin überschätzen wir für unser Alltagsverhalten die Rolle bewusster Vorgänge ebenso, wie wir die Bedeutsamkeit von affektiven – und noch basaler: von allgemein körperlichen – Prozessen auf das Bewusstsein und unser Handeln unterschätzen.

Immerhin wiesen aber schon die dichterischen und philosophischen Vorläufer des „Unbewussten“ im 19. Jahrhunderts – wie u. a. Schopenhauer, Dostojewski, Nietzsche – und dann Sigmund Freud zu Beginn des 20. Jahrhunderts auf den hohen Anteil nicht-bewusster Prozesse in den Aktivitäten der alltäglichen Lebenswelt hin. Freud (und später auch andere Psychoanalytiker und Therapeuten) zeigten, wie wenig wir bei unseren Entscheidungen und unserem Verhalten „Herr im eigenen

*Koordination von
Wahrnehmung
und Verhalten auch
ohne reflexives
Bewusstsein*

*Steuermann, Boot,
der Strom des
Unbewussten und
Embodiment*

Haus² sind. Stattdessen manövrieren wir eher wie ein Steuer-mann³ auf einem kleinen Boot, das auf dem ungeheuren Strom des Unbewussten dahintreibt. Doch obwohl diese Erkenntnis zentrale Basis einer über hundertjährigen Entwicklung und Praxis besonders der Psychoanalytischen und (zeitverzögert, seit fünfzig Jahren) der Humanistischen Psychotherapie ist, hat diese Sichtweise eigentlich erst in letzter Zeit durch Diskurse über die Bedeutsamkeit von „Bauchentscheidungen“ oder „Embodi-ment“ größere Aufmerksamkeit und Akzeptanz in breiteren Kreisen gefunden.

Dabei sind hier besonders jene Befunde relevant, die in den letzten Jahrzehnten zunehmend unter dem Begriff des „sozia-len Gehirns“ (*social brain*) diskutiert werden (z. B. Fuchs 2008, Adolphs 2009, Pawelzik 2013) und die essentielle evolutionär entwickelte soziale Ausrichtung des menschlichen Gehirns belegen. Dies betrifft zunächst besonders die Abstimmung zahlreicher organischer Prozesse zwischen dem Neugeborenen und seiner Mutter, wie sie von Stern (2005) oder Trevarthen (2011) beschrieben werden. Allgemeiner geht es aber um die Passung zwischen Lebensprozessen des Neugeborenen mit denen der Eltern bzw. Vorgeneration. Das Baby sucht in den Erfahrungen mit frühen Bezugspersonen in Stresssituationen nach Mustern verlässlicher Unterstützung, um daraus innere Arbeitsmodelle über „sinnvolles“ Bindungsverhalten (Bowlby 1988) zu generieren. Es sucht die Lautwelt nach Phonemen ab, um daraus die Grammatik seiner Sprachkultur zu parametrisieren (Chomsky 1968). Und es sucht die soziale „Welt“ sogar dahingehend ab, welche Erwartungen andere an sein Verhalten richten – wobei die auf diese Weise entstehenden Strukturen von Erwartungs-Erwartungen (Mead 1924/1987) sowohl für die Herausbildung des „Selbst“ als auch für Sozialsysteme auf allen Komplexitätsebenen (Paare, Familien, Institutionen, Gesellschaft) relevant sind. Im Gegenzug finden Erwachsene, besonders Eltern, kleine Kinder, Teddys und Stofftiere (mit ent-

sprechenden Merkmalen) „süß“, reagieren sehr spezifisch auf die Lautäußerungen des Neugeborenen und zeigen umfangreiches Fürsorgeverhalten.

Für unser Thema sind allerdings die noch grundlegenden allgemeinen biologisch-evolutionären Prästrukturierungen der kognitiven Leistungen des Organismus interessant. Es geht dabei um die Art und Weise, wie der Organismus Bedeutungs-zuweisungen in seiner (von außen gesehenen) „Umgebung“ vornimmt, um daraus seine (subjektive) Lebenswelt zu kreieren – eine Perspektive, welche die seit einigen Jahren aufkeimen-den Diskurse der Biosemiotik beschäftigt (Uexküll 1980, vgl. Kriz 2017) und durch neuere Befunde der Evolutionspsychologie befeuert wird. Diese zeigt, wie in der evolutionären Entwicklung des menschlichen Hirns eigentlich getrennte System-kreisläufe aus Wahrnehmungskanälen und entsprechenden motorischen Aktivitäten zunehmend integriert werden. Für diese Intergrations- und Koordinationsleistung sorgen die Neuro-nenverbände eines evolutionär immer komplexer werdenden Gehirns. Damit werden nun aber auch Aspekte der Außenwelt erfassbar, für die es keine sensorischen Rezeptoren gibt. Mausfeld (2005) zeigt dies für distale Objektkategorien wie „Nah-rung“, „Gesicht“, „Feind“, „Paarungspartner“ oder verborgene Attribute von Objekten wie „essbar“, „gefährlich“. Aber es geht auch um Kategorien wie „unbelebte Gegenstände“, „Beleb-tes“, „Meinesgleichen“, „Artefakte“ (also Gegenstände, die zu einem bestimmte Zweck hergestellt wurden, wie Stuhl, Ham-mer, Haus), „Körperteile“, „Früchte“, „Gemüse“, „Kausalität“ und „Intentionalität“ (Be-Deutung der raum-zeitlichen Verän-derungen in der Konfiguration von belebten Objekten): All dies sind nach Mausfeld (2005) Bedeutungskategorien, die bereits in der Architektur des menschlichen Organismus angelegt sind. Wobei darauf hingewiesen werden soll, dass schon die frühen Gestaltpsychologen mit den sog. „Gestaltgesetzen“ eine ähnliche Forschungsrichtung verfolgten und beispielsweise nachwiesen, dass wir „kausale Verursachung“ *beobachten* (Heider 1944) – und keineswegs nur kognitiv-analytisch *erschließen* – und dass „soziale Beziehungen“ wie „Aggression“ oder „Fürsorge“ selbst bei Bewegungsmustern zwischen ab-strakten Formen (Michotte 1954) unmittelbar *erfahrbar* werden.

Bedeutungskate-gorien, die in der Architektur des menschlichen Organismus angelegt sind

2) Zu Zeiten Freuds, der dieses Bild wählte, um die dritte der fundamentalen Krän-kungen des Menschen durch Erkenntnisfortschritt zu illustrieren, war das „an sich“ verständlich. Das kulturelle Eingebettetsein von Bedeutungsgebungen (s. o.) bringt es jedoch mit sich, dass das Zitat nur noch die halbe Miete wiedergibt. Das Ganze wird erst zum Problem, wenn neben dem Herrn auch die Herrin, respektive die Besit-zerin des Hauses ihre Verfügungsgewalt los ist (Anm. d. Red.)

3) Dito, jetzt ist auch Kapitänin ein Beruf (Anm. d. Red.)

Wenn Mausfeld (2005, S. 66) quasi resümierend formuliert: „Durch die Entstehung eines Gehirns kann der Organismus

also Dinge und Attribute wahrnehmen, die eigentlich seinem Sinnensystem verborgen sind, er gewinnt gleichsam „übersinnliche Fähigkeiten“, so wird für SystemikerInnen indirekt eine mögliche Lösung des „Rätsels“ der Strukturaufstellungen (Sparrer u. Varga von Kibéd 2000) angeboten, deren Vorläufer bereits in der Skulptur-Arbeit zu sehen sind, wie sie in der Tradition der entwicklungsorientierten Familientherapie entwickelt wurde (z. B. Satir 1990). Es ist nicht gerade unwahrscheinlich, dass mit der Entwicklung eines „Social Brain“ und „übersinnlicher Fähigkeiten“ in der bedeutungszuweisenden Wahrnehmung von Strukturen gerade auch die für den Menschen so essentiellen *sozialen Strukturen* im Sinne sozialer Archetypen evolutionär verankert sind.

Ständig mit zwei bedeutungsgebenden Systemen unterwegs

Wenn wir dies ernst nehmen, so müssen wir akzeptieren, dass wir als Menschen ständig mit zwei bedeutungsgebenden Systemen unterwegs sind, welche in einer „objektiven“ Welt physikalischer Reize eine sinnvolle Lebenswelt erschaffen: Zum einen das System organischer Bedeutungszuweisungen (im Sinne der Biosemiotik und Evolutionspsychologie), zum anderen das System intersubjektiver Symbolwelten, das vor allem auf kognitiv-sprachlichen Interpretationen beruht. Das organische System operiert weitestgehend ohne Bewusstsein – wirkt aber erheblich auf die kognitiven Prozesse ein. Allerdings kann dieses Operieren zum Gegenstand bewusster Achtsamkeit und Beobachtung gemacht und somit zumindest teilweise ebenfalls vom Bewusstsein interpretiert werden. Das kognitive System hingegen ist weitestgehend bewusstseinsfähig, auch wenn der Fokus der Aufmerksamkeit jeweils nur einen kleinen Bereich erhellt. Es ist interessant, das Zusammenspiel der beiden Systeme näher zu betrachten:

Wie das Animal Symbolicum sich seines Unbewussten bemächtigt (und umgekehrt!)

Trotz der erstaunlichen Fähigkeiten des menschlichen Organismus, eine bedeutungsvolle Lebenswelt zu erschaffen und an den sozio-kulturellen Errungenschaften der Gemeinschaft teilhabend mitzuwirken, ist das besondere Kennzeichen des Menschen, dass er seine Lebenswelt dadurch erweiterte, dass er einen geradezu unendlichen kognitiven Raum aus Symbolen erschuf.

Mit „Symbolen“ sind dabei nach Cassirer (1944/1960) solche Zeichen gemeint, die ganz oder weitgehend an die Bedeutungszuteilung durch eine Sozialgemeinschaft gebunden sind, egal, ob dies völlig willkürlich und konventionell erfolgt – wie die Buchstabenfolge „HUND“ für das bellende Tier – oder aber noch mehr oder minder unmittelbare Einsichten aufgrund von Ähnlichkeitsbezügen zwischen Symbol und Symbolisiertem bestehen mögen – wie bei kultischen Symbolen oder bei Piktogrammen oder bei lautmalerischen Wörtern wie „eine Muh und eine Mäh“⁴.

Die Verwendung von Symbolen, besonders die der menschlichen Sprache, ermöglicht es, solche Inhalte („propositionale Aussagen“) auszudrücken und mit anderen auszutauschen, die nicht unbedingt mit einer darauffolgenden Handlung verknüpft sind. Symbole treten zwischen die Unmittelbarkeit von Wahrnehmung und Reaktion und gestalten daher wesentlich den Bezug zur Wirklichkeit mit. Aussagen können sich zudem auf Sachverhalte beziehen, die außerhalb der konkreten Wirklichkeit liegen (z. B.: „Nächstes Jahr werde ich nicht in die USA reisen“ oder gar die Formelsprache der Mathematik). Damit kann, so betont auch Cassirer, der Mensch anhand der Symbole nicht nur ein faktisches, sondern auch ein ideales, rein im Denken bestehendes Bild seiner Welt entwerfen. Er bezeichnete den Menschen daher als „Animal Symbolicum“. Zu dieser menschlichen Denkwelt gehört als wesentliche Funktion, dass die *subjektiven* Umwelten der menschlichen Organismen um (zusätzliche) Aspekte einer *intersubjektiv* geteilten Bedeutungswelt erweitert werden: Nur durch die Symbole als Kulturwerkzeuge wird somit Subjektivität auf der Basis reflexiven Bewusstseins intersubjektiv verhandelbar.

Nur durch Symbole wird Subjektivität intersubjektiv verhandelbar

Die Relevanz dieser Erkenntnis hat bereits Uexküll (1980) am Beispiel einer Sommerwiese erläutert: Dort leben die vielen Tiere miteinander – beispielsweise Ameisen, Blattläuse, Bienen, Spinnen usw. – und teilen somit dieselbe *Umgebung*. Doch für jedes Tier existiert nur das, was es mit seinen Sinnen wahrnehmen und mit seinen „Wirkorganen“ erfassen kann (so wie dem, was das Nervensystem jeweils daraus integrierend

4) Es sei darauf hingewiesen, dass der Gebrauch des Wortes „Symbol“ in den einzelnen Disziplinen und von unterschiedlichen Autoren sehr heterogen bis gegensätzlich erfolgt.

macht). Kurz: Für keines der Tiere existiert so etwas wie das, was wir mit „Ameisen“, „Blattläusen“, „Bienen“, „Spinnen“ usw. meinen – und schon gar keine „Sommerwiese“. Dies sind vielmehr von konkreter sinnlicher Erfahrung losgelöste Abstraktionen im Raum unserer Symbolwelten. Wir verbinden manches zwar partiell mit sinnlicher Erfahrung (falls wir uns gerade auf einer Sommerwiese befinden) oder meist mit konstruktiven Erinnerungen an solche Erfahrungen. Aber sowohl die Erfahrungen als auch die konkreten Bedeutungen sind bekanntlich sehr unterschiedlich, je nachdem, ob sich ein spielendes Kind, ein Bodenspekulant, ein Biologe oder der bäuerliche Wiesenbesitzer auf seine Erfahrungen mit dieser „Sommerwiese“ bezieht. Im Gegensatz zur subjektiven Erfahrung, welche an die Sinneseindrücke gekoppelt ist, sind „Sommerwiese“, „Ameisen“ usw. intersubjektive Konstruktionen mit einem „Blick von nirgendwo“ („a view from nowhere“), wie der Philosoph Thomas Nagel (1989) so treffend herausgearbeitet hat.

Das Bemerkenswerte an diesen Ausführungen ist nun, dass wir uns unserem eigenen Unbewussten nur dadurch nähern können und uns auch in unserer Subjektivität nur dadurch selbst sehen und verstehen können, indem wir die intersubjektiven Werkzeuge unserer Kultur auf uns selbst anwenden. Diese Feststellung mag erstaunen, denn gewöhnlich wird die subjektive (oder 1.-Person-) Perspektive scharf gegenüber einer objektiven (oder 3.-Person-) Perspektive abgegrenzt. Meine gefühlten Zahn- oder Magenschmerzen, meine Traurigkeit oder Sehnsucht unterscheidet sich in der Tat prinzipiell von den Beobachtungen und Beschreibungen anderer über meine inneren Zustände – noch mehr unterscheiden sie sich von physiologischen, medizinischen oder testpsychologischen Parametern (oder gar von den Ergebnissen sog. Gehirn-Scans!).

Im Zentrum des Subjekts stehen somit zunächst intensives Spüren und Erleben. Doch wie macht sich das Subjekt dieses, sein Spüren und Erleben, überhaupt zugänglich und verständlich? Geht man dieser Frage nach, so wird deutlich, dass unsere Gefühle von Traurigkeit, von Stolz, von Sinnlosigkeit oder Einsamkeit zwar auf unser ureigenstes Erleben verweisen, gleichwohl aber die Symbolisierung, also das verstehende Einordnen unseres Spürens und Erlebens, auf der Verwendung von Wörtern, Begriffen, Kategorien etc. beruht, die aus unserer Kultur stammen.

Das Letztere ist besonders wichtig zu beachten. Denn das, was wir als Sprache erlernen und verwenden, beschränkt sich ja keineswegs auf deiktische⁵ Lautverweisungen, mit denen Dinge oder Befindlichkeiten angezeigt werden. Es beschränkt sich auch nicht auf den Bedeutungsgehalt von Wörtern. Sondern es transportiert z. B. über die spezifische Grammatik der indoeuropäischen Sprachen kognitive Einladungen zur Verdinglichung. Damit ist gemeint, dass Prozesse wie z. B. psychische Krankheiten oder Persönlichkeitseigenschaften wegen der Substantivierung eher als Dinge gesehen werden und man entsprechend damit umgeht. Kulturwerkzeuge transportieren ferner Metaphern, Vorstellungen und Verstehensprinzipien, die in unterschiedlichen Gesellschaften und Gruppen (z. B. in Familien) ebenso unterschiedlich wie hoch bedeutsam sein können. Und sie transportieren über Familiengeschichten sowie über kulturelle Narrationen, die gleichzeitig mit der historischen Geschichte der jeweiligen Gesellschaft verwoben sind, weitere Bilder, Prinzipien, Werte usw. Diese vermitteln Wahrnehmungs-, Interpretations-, Denk-, Fühl- und Handlungsprozesse dahingehend, wie man leben und was man fürchten soll, wie man mit Krisen umgeht oder wofür es sich zu kämpfen lohnt bzw. wann Flucht, Erstarren oder Resignation angesagt ist. Gerade unsere Kultur in Mitteleuropa, die durch zwei Weltkriege mit Millionen Toter, Zerstörungen und Vertreibungen, das Naziregime und den Holocaust usw. innerhalb nur eines Jahrhunderts mit geprägt wurde, ist übervoll von solchen Leit- und Leidgeschichten. Deren Bewältigungsprinzipien geistern u. a. als implizite Verstehensbilder „der Welt“ und „der Anderen“ durch unsere Kultur und werden von Einzelnen, Familien, Gruppen oder Teams als Folien der Wirklichkeitsbeschreibung aufgegriffen.

In unseren Alltagsaktivitäten sind uns aber weder die somatischen noch die kulturellen Einflüsse auf unsere Lebensprozesse in nennenswertem Umfang bewusst. Und solange alles zufriedenstellend verläuft, gibt es auch wenig Grund, sich mit diesen Prozessen auseinanderzusetzen. Wenn wir freilich als SystemikerInnen um professionelle Hilfe gebeten werden, tun wir gut daran, die Ganzheit aller vier Prozessebenen – der so-

*Kulturell geprägte
implizite Verstehens-
bilder*

5) „deiktisch“: die eigene Position im räumlichen, zeitlichen, personellen Kontext verdeutlichen (z. B. durch Begriffe wie „ich, du, dort, hier, morgen, heute“ etc.); zur Vertiefung siehe z. B. <https://de.wikipedia.org/wiki/Deixis> (Anm. d. Red.)

matischen, psychischen, interpersonellen und kulturellen – in Rechnung zu stellen und zu berücksichtigen, dass besonders von der somatischen und der kulturellen Prozessebene starke Wirkungen ausgehen, welche dem Bewusstsein weitgehend verborgen sind.

Zur Arbeit mit dem Unbewussten

Albert Pesso (1999) hat dem, was aus Sicht der vorangegangenen Argumente für die Arbeit mit dem Unbewussten essentiell ist, eine treffende metaphorische Bezeichnung gegeben, nämlich: Arbeit auf der „Bühne des Bewusstseins“ (Pesso & Perquin 2007, vgl. auch Kriz 2017). Pesso betont dabei besonders den Aspekt, dass die Inszenierungen des Bewusstseins im Hier und Jetzt wesentlich durch Schlüsselszenen aus der frühen Biografie beeinflusst werden. Diese Schlüsselszenen hängen wiederum mit dem Ausmaß sowie der Art und Weise zusammen, wie zentrale organismische Grundbedürfnisse des Menschen sichergestellt – oder oft eben auch nicht sichergestellt – wurden: Es geht um Bedürfnisse, die mit „Platz“, „Raum und Verbundenheit“, „Nahrung und Anerkennung“, „Unterstützung“, „Schutz und Geborgenheit“ sowie „Begrenzung“ umschrieben werden. Dabei spielen allerdings nicht nur Missachtung oder Vernachlässigung seitens der Eltern eine Rolle, sondern Kinder übernehmen oft Rollen, um wahrgenommene familiäre Defizite (z. B. Tod, Krankheit oder andere schwere Belastung eines Elternteils) auszugleichen. Doch diesen Rollen sind sie selten gewachsen, weil diese ihnen zu wenig Raum für ihre eigenen Bedürfnisse lassen (hier finden sich Ähnlichkeiten zum o. a. Rollenkonzept von Horst-Eberhard Richter).

Pessos Vorgehen besteht wesentlich darin, diesen Szenen mangelnder Bedürfniserfüllung nun ideale Situationen bzw. Konstellation und Verhaltensweisen mithilfe inszenierter Rollenspiele als eine Art „Gegengift“ (Antidot) im Gedächtnis zur Seite zu stellen. Wegen der üblicherweise starken emotionalen Beteiligung des Klienten beim Wahrnehmen und Miterleben der inszenierten Szenen werden diese als relevante Aspekte genauso im Gedächtnis gespeichert wie die ursprünglichen Szenen. Die inszenierten idealen Geschehnisse dienen somit der „Bühne des Bewusstseins“ als eine Art zweite Blaupause für das, was in Zukunft erinnert wird.

*Arbeit auf der
„Bühne des
Bewusstseins“*

Jenseits dieser konkreten Arbeitsweise ist die „Bühne des Bewusstseins“ deswegen eine gute Metapher, weil die Arbeit der SystemikerInnen mit dem Unbewussten meist von der doppelten Perspektive Gebrauch macht, mit welcher der Mensch auf der Lebensbühne spielt: Weitgehend spielen wir – wie die o. a. LenkerIn des Autos – ohne besondere bewusste Aufmerksamkeit unsere Rolle(n), die in beträchtlichem Maße von anderen, oft den Vorgenerationen, geschrieben wurden und vor Kulissen abgespult werden, die ebenfalls weitgehend andere dort hingestellt haben. Sofern wir das Bewusstsein bemühen, stellen wir damit vorwiegend den abstrakten Blick „*from nowhere*“ her, um uns intersubjektiver Realität gemeinsam mit anderen zu versichern. Ein großer Teil der Kräfte – besonders aus der somatischen und der kulturellen Prozessebene – bleibt uns dabei unbewusst. Und solange dies zufriedenstellend funktioniert, sehen wir wenig Grund, dies zu ändern.

Wir können aber auch als Beobachter mitspielen – uns quasi in den Zuschauerraum begeben und das reflexive Bewusstsein und die Kulturwerkzeuge dafür einsetzen, uns zu fragen, was wir da auf der Bühne eigentlich tun und was uns leitet. Allerdings ist für ein effizientes Arbeiten darauf zu beachten, dass die Antworten darauf nicht aus einem „*view from nowhere*“ gegeben werden, sondern aufgrund achtsamer Erfahrung und entschleunigter Wahrnehmung des Geschehens.

Viele systemische „Techniken“ lassen sich so verstehen, dass diese zweite Perspektive unterstützt wird. In der Genogrammarbeit wird beispielsweise zur erfahrenden Betrachtung der Wirkkräfte angeregt, welche sich aus den Mehrgenerationsfamilien und ihren historischen Verstrickungen ergeben (wobei „Wirkkräfte“ im phänomenalen Feld gemeint sind – unabhängig von einer „objektiven“ Realität). Bei „Aufstellungen“ geht es um die achtsame Zuwendung zu jenen Wirkkräften, welche sich aus den räumlich symbolisierten sozialen Konstellationen ergeben (die, wie oben skizziert wurde, womöglich mit evolutionären Bedeutungszuweisungen verbunden sind). Selbst zirkuläres Fragen kann als Anregung verstanden werden, das Agieren auf der Alltagsbühne und die damit verbundenen Bedeutungszuweisungen der einzelnen Akteure aus unterschiedlichen Blickwinkeln in Augenschein zu nehmen und bisherige Vermutungen zu überprüfen. Lösungsorientiertes Arbeiten wiederum lässt die „selbstverständliche“ Begrenzung eingeschliffener Rollen

*Die Bedeutung
achtsamer
Erfahrung und
entschleunigter
Wahrnehmung*

durch unterschiedliche Perspektiven aus dem „Zuschauer-raum“ hinterfragen und lädt ein, als Regisseur mit Kulissen und Rollen spielerisch Neues zu erproben und zu erfahren.

Dies ist, in der hier notwendigen Kürze, nicht mehr als eine andere Narration von ohnedies verwendeten Vorgehensweisen. Wenn man sich aber klar macht, dass es hier jeweils um die Arbeit mit unbewussten Wirkeinflüssen auf das komplexe Gesamtgeschehen geht und die Metapher von der doppelten Perspektive auf der „Bühne des Bewusstseins“ nutzt, kann man solche systemischen Grund„techniken“ vielleicht leichter kreativ an die konkreten Bedürfnisse anpassen und ressourcenorientiert ausgestalten.

Hilfreich ist allerdings, wenn man präzisere Vorstellungen über stabilisierende und destabilisierende Dynamiken für die Arbeit nutzen kann – wie sie die Personzentrierte Systemtheorie mit dem Konzept der „Sinnattraktoren“ anbietet (Kriz 2017). Dies soll abschließend anhand einer Fallgeschichte verdeutlicht werden (gekürzt aus Kriz 2017, S.188 f.), womit sich der Kreis zur anfangs skizzierten Affektlogik von Ciompi schließt:

Thomas – oder: Die „Wutlogik“ in der Praxis

Im Rahmen eines 5-Tage-Seminars mit Professionellen aus dem psychosozialen Bereich berichtete am Morgen des 3. Tages ein Gruppenmitglied, Thomas, es ginge ihm recht schlecht. Er habe kaum geschlafen, sondern sich die ganze Nacht über eine Bemerkung des Seminarleiters am Abend zuvor geärgert. Die habe ihn sehr verletzt.

Der Leiter bat Thomas, sich nahe zu ihm, Face-to-Face, auf den Boden zu setzen und ihm zunächst direkt ins Gesicht zu sehen. Dann sagte er: „Nun schließen Sie bitte Ihre Augen und versuchen das Bild meines Gesichts vor Ihrem inneren Auge zu behalten – gleichzeitig aber Ihre Wut möglichst deutlich zu spüren. Lassen Sie sich Zeit – und wenn Sie diese Wut intensiv im ganzen Körper spüren können, heben Sie ganz leicht die rechte Hand, damit ich Bescheid weiß.“

Es dauerte – wie erwartet – etwa 4–5 Minuten, bis Thomas leicht seine Hand hob. Der Leiter sagte: „Nun öffnen Sie Ihre Augen und schauen mich an!“ Thomas öffnete die Augen.

Dann runzelte er etwas die Stirn, schüttelte leicht den Kopf und schaute verwundert drein. Plötzlich kam ein leichtes Lachen über sein Gesicht. Der Seminarleiter sagte: „Okay – schließen Sie noch mal die Augen. Lassen Sie sich Zeit – und gehen der Differenz der Bilder nach.“

Was war geschehen?

Unter „normalen“ Bedingungen ist es nicht schwer, sich ein Bild über einige Minuten „vor Augen“ zu halten. Doch während wir subjektiv den Eindruck haben „etwas vor Augen“ zu halten, läuft im Gehirn unbemerkt ein interessanter Prozess ab: Das „Arbeitsgedächtnis“ kann Information, also auch ein solches Bild, nur wenige Sekunden präsent halten. Daher wird es immer wieder im Langzeitgedächtnis zwischengespeichert, von dort neu aufgerufen, zwischengespeichert etc. Auch wenn unser Bewusstsein davon nichts mitbekommt: Es handelt sich um einen rekursiven Prozess zwischen Arbeits- und Langzeitgedächtnis. Solche rekursiven Prozesse führen typischerweise zu „Sinnattraktoren“ (Kriz 2017). Diese sind allerdings für bedeutungsvolle Veränderungen der Systemumgebung recht sensibel.

Ein rekursiver Prozess zwischen Arbeits- und Langzeitgedächtnis

Sich auf diese Weise einige Minuten lang das gerade gesehene Bild eines Gesichts zu „vergegenwärtigen“ ist also zwar normalerweise kein Problem. Doch wenn die rekursiven kognitiven Prozesse in einer „Umgebung“ von massiven Affekten ablaufen, wird der Sinnattraktor davon erheblich beeinflusst. In der Regel merken wir dies allerdings nicht einmal selbst.

Auch bei Thomas veränderte sich das innere visuelle Bild des Leiters durch die starken Affekte, unter denen der kognitive Zyklus des „Vor-Augen-Haltens“ stattfand. Selbst aber bekam er von dieser Veränderung zunächst nichts mit, sondern hielt vermeintlich das „Bild“ vor Augen konstant. Erst als er nach 4–5 Minuten die Augen öffnete und sein „inneres“ Erinnerungsbild mit der Wahrnehmung des „äußeren“ Bildes konfrontiert wurde, war auch die Veränderung so offensichtlich, dass er recht verwundert reagierte.

Bei Thomas war es so, dass sein „inneres Bild“ wesentliche Gesichtszüge eines Lehrers angenommen hatte, der – vor dem Abitur und rund zwei Jahrzehnte zurückliegend – oft Witze auf Thomas Kosten gemacht und ihn so vor der Klasse gedemütigt

hatte. Das hatte Thomas inzwischen „eigentlich“ längst vergessen und selbst in der schlaflosen Nacht kam er in seiner intensiven Auseinandersetzung mit seinem Ärger nicht auf die Idee, dass hier ein Zusammenhang bestehen könnte. (Es sei auch darauf hingewiesen, dass sich ein solcher Zusammenhang keineswegs immer sofort erhellt – bisweilen muss weiter daran gearbeitet werden. Typisch ist allerdings die unmittelbare Erfahrung, dass hier unerwartete Wirkkräfte das „Erinnern“ beeinflussen).

Nach dieser kurzen Arbeit war zwar Thomas Ärger auf den Leiter weitgehend verflogen. Aber seine Stimmung hatte sich nicht gleichermaßen aufgehellt. Es war nun eine komplexe Gemengelage aus Ärger über den Lehrer, Wehmut über seine damalige Machtlosigkeit, sich nicht besser wehren zu können, und Traurigkeit darüber, keine Hilfe von Eltern oder anderen erhalten zu haben. Dies beschäftigte ihn noch eine geraume Zeit.

Mit dem letzten Absatz wird darauf verwiesen, dass affektive und kognitiv-rationale Prozesse recht unterschiedliche Zeitfenster für eine Veränderung benötigen. Wenn man von einem eng vorbeifahrenden Bus erschreckt wird, kann man zwar in Sekunden die logische Operation vollziehen: „ich bin nicht überfahren worden“. Die ausgeschütteten Hormone wirken aber noch Stunden nach und sind – wieder oft unbewusst – Basis für beeinträchtigende Befindlichkeiten.

Auch solche Erkenntnisse sollten in der systemischen Arbeit berücksichtigt werden.

Literatur

- Adolphs R (2009) The social brain: Neural basis of social knowledge. Annual Review of Psychology 60: 693–716
- Andersen T (Hrsg) (1990) Das reflektierende Team. Dialoge und Dialoge über die Dialoge. Verlag modernes lernen, Dortmund
- Boszormenyi-Nagy I, Framo JL (Hrsg) (1975) Familientherapie – Theorie und Praxis (2 Bde.) Rowohlt, Reinbek
- Bowlby J (1988) A secure base. Clinical applications of attachment theory. Routledge, London
- Cassirer E (1960) Was ist der Mensch? Versuch einer Philosophie der menschlichen Kultur (engl. Orig. 1944: An Essay on Man). Kohlhammer, Stuttgart

- Cassirer E (1923–1929/2010) Philosophie der symbolischen Formen. 3 Bde. Meiner, Hamburg
- Chomsky N (1968) Language and Mind. Harcourt, New York [deutsch 1999: Sprache und Geist. Suhrkamp, Frankfurt/M]
- Ciampi L (1982) Affektlogik. Über die Struktur der Psyche und ihre Entwicklung. Ein Beitrag zur Schizophrenieforschung. Klett-Cotta, Stuttgart
- Ciampi L (2016) Affektlogik: Das Zusammenspiel von Fühlen und Denken. www.ciampi.com/de/affektlogik.html (22.8.2016)
- Fuchs T (2008) Das Gehirn – ein Beziehungsorgan. Eine phänomenologisch-ökologische Konzeption. Kohlhammer, Stuttgart
- Heider F (1944) Social Perception and Phenomenal Causality. Psychol. Review 51: 358-410
- Jaynes J (1993) Der Ursprung des Bewusstseins. Rowohlt, Reinbek
- Kriz J (1990) Individuelles Bewußtsein und systemischer Ansatz – ein Widerspruch? In: Brunner EJ, Greitemeyer D (Hrsg) Die Therapeutenpersönlichkeit. Bögner-Kaufmann, Wildberg, S. 174-179
- Kriz J (1994) Psychisch-kommunikative Prozesse als Umgebungsbedingungen für Asthma bronchiale. Eine systemische Sichtweise der Interaktion sozialer, psychischer und körperlicher Prozedynamik. In: Könnig J, Szczepanski R, Schlippe A v (Hrsg) Betreuung asthmapatienten im sozialen Kontext. Enke, Stuttgart, S. 179-198
- Kriz J (2017) Subjekt und Lebenswelt. Personzentrierte Systemtheorie für Psychotherapie, Beratung und Coaching. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Mausfeld R (2005) Vom Sinn in den Sinnen. Wie kann ein biologisches System Bedeutung generieren? In: Elsner N, Lürer G (Hrsg) „... sind eben alles Menschen.“ Verhalten zwischen Zwang, Freiheit und Verantwortung. Wallstein, Göttingen, S. 47-79
- Mead GH (1924/1987) Die Genesis der Identität und die soziale Kontrolle. In: ders., Gesammelte Aufsätze, Bd. I. Suhrkamp, Frankfurt/M, S. 299-328
- Michotte A (1954) La perception de la causalité (Studia Psychologica). Publications Universitaires, Louvain/B
- Nagel T (1989) The View From Nowhere. Oxford University Press, New York
- Nichols MP (1984) Family therapy. Concepts and methods. Gardner, New York
- Pawelzik MR (2013) Psychotherapie des sozialen Gehirns (Teil I u. II.). Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin 34: 43-74 (Teil I), 143-177 (Teil II)
- Pesso A (1999) Dramaturgie des Unbewussten: Eine Einführung in die psychomotorische Therapie. Klett-Cotta, Stuttgart

- Pesso A, Perquin L (2007) Die Bühnen des Bewusstseins Oder: Werden, wer wir wirklich sind: PBSP – ein ressourcenorientierter, neurobiologisch fundierter Ansatz der Körper-, Emotions- und Familientherapie. CIP-Medien, München
- Richter HE (1962) Eltern, Kind und Neurose: Psychoanalyse der kindlichen Rolle. Rowohlt, Reinbek
- Satir V (1990) Selbstwert, Kommunikation, Kongruenz. Junfermann, Paderborn
- Schlippe A v (2017) Das Auftragskarussell – Ein Instrument der Klärung eigener Erwartungs-Erwartungen. In: Rösen TA, Schlippe A v (Hrsg) Dynamiken in Familie und Unternehmen. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, S. 257-262
- Sparrer I, Varga v Kibéd M (2000) Ganz im Gegenteil. Tetralemmaarbeit und andere Grundformen systemischer Strukturaufstellungen. Carl-Auer, Heidelberg
- Stern D (2005) Der Gegenwartsmoment. Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag. Brandes & Apsel, Frankfurt/M
- Stierlin H (1982) Dynamische Familientherapie. In: Bastine R, Fiedler P, Grawe K, Schmidtchen S, Sommer G (Hrsg) Grundbegriffe der Psychotherapie. edition psychologie, Weinheim, S. 98-103
- Trevarthen C (2011) What is it like to be a person who knows nothing? Defining the active intersubjective mind of a newborn human being. *Infant and Child Development* 20 (1): 119-135
- Uexküll T v (1980) Die Umweltlehre als Theorie der Zeichenprozesse. In: Uexküll T v (Hrsg) Jakob von Uexküll. Kompositionslehre der Natur. Ullstein, Frankfurt/M
- Willi J (1975) Die Zweierbeziehung: Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle. rororo, Reinbek [20. Aufl. 1990 mit dem zusätzlichen Untertitel: Analyse des unbewußten Zusammenspiels in Partnerwahl und Paarkonflikt: das Kollusionskonzept]

Prof. Dr. Jürgen Kriz
Universität Osnabrück, FB 8
Seminarstraße 20
D-49074 Osnabrück
e-mail: kriz@uos.de