

Psychotherapeut
<https://doi.org/10.1007/s00278-017-0243-3>

© Springer Medizin Verlag GmbH 2017,
korrigierte Publikation November 2017

Redaktion
Bernhard Strauß, Jena



Arist von Schlippe

Private Universität Witten/Herdecke gGmbH, Witten, Deutschland

Lebenswelt des Subjekts

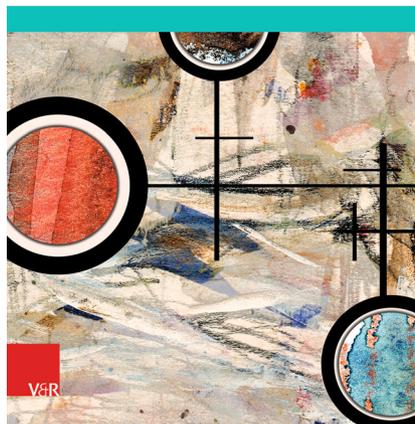
Buchbesprechung

Kriz J (2017) *Subjekt und Lebenswelt*.
Personzentrierte Systemtheorie für
Psychotherapie, Beratung und Coaching.
Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen,
300 Seiten, Preis: € 30,00, ISBN 978-3-525-
49163-8

Jürgen Kriz

Subjekt und Lebenswelt

Personzentrierte Systemtheorie
für Psychotherapie, Beratung und Coaching



Dies ist ein besonderes Buch; es ist die Zusammenfassung eines Lebenswerks. Es enthält die Überlegungen eines Professors für Psychologie, der sein berufliches Leben an verschiedenen Universitäten und verschiedenen Fakultäten verbracht und der sich selbst dabei tiefgreifend veränderte. Vor etwa 35 bis 40 Jahren entschied er sich dazu, seinen Schwerpunkt „empirische Sozialforschung und Wissenschaftstheorie“ zu verlassen, nachdem er sich intensiv damit auseinandergesetzt

hatte, dass die der quantitativen Methodik inhärente Logik vielfach weniger belastbare Erkenntnisse hervorbrachte als vielmehr ihre eigenen „Artefakte“ produzierte, wie ausführlich in dem Buch *Methodenkritik empirischer Sozialforschung* (Kriz 1981) ausgearbeitet. Danach begann er, sich für Psychotherapie und klinische Psychologie zu interessieren. Mit dieser besonderen Kombination aus fundierten methodischen Grundlagen einerseits und einer tiefen Verwurzelung in Philosophie und Erkenntnistheorie bewegte Jürgen Kriz sich in den letzten Jahrzehnten genau zwischen den philosophischen, sozialwissenschaftlichen und naturwissenschaftlichen Denkfeldern, in denen die Psychologie zu Hause ist bzw. eigentlich sein sollte, denn sie wird inzwischen von einem einseitig naturwissenschaftlichen Denken und dem damit verbundenen Primat einer objektivistischen Perspektive dominiert. Kriz gilt heute als profiliertes Mitglied eines humanistisch-systemischen Ansatzes, dem jeder Schulstreit ein Graus ist. Vielmehr schaut er aus einer verbindenden „Helikopterperspektive“ auf seine Disziplin und auf die Psychotherapie – dies ist auch Anliegen seines Buches *Grundkonzepte der Psychotherapie* (Kriz 2014), das seit seinem Erscheinen zahlreiche Neuauflagen erlebte. Nicht zuletzt verdanken die systemische Therapie und die humanistische Psychotherapie seinem engagierten Einsatz in verschiedenen gesellschaftlichen Feldern ihre Anerkennung oder zumindest ihre Respektierung als wissenschaftliche Verfahren.

Kompetent und überzeugend wird in diesem Buch für die Einbeziehung des erkennenden Subjekts in die Psychologie im Allgemeinen und in die Psycho-

therapie im Besonderen argumentiert. Interessanterweise geht Kriz dabei von einer Theorie aus, die von dem Physiker Hermann Haken zunächst für naturwissenschaftliche Fragestellungen entwickelt wurde, der Synergetik oder auch Theorie dynamischer Systeme. Ähnlich wie Niklas Luhmann (1984) die Theorie Maturanas auf soziale Systeme hin anwendete, setzt er die Theorie Hakens auf psychische (und interpersonelle) Prozesse hin um (in diesem Anliegen verbunden mit Forschern wie u. a. Günter Schiepek, Wolfgang Tschacher, Ewald J. Brunner) und entwickelt sie zur „personzentrierten Systemtheorie“ weiter. Auch hier zeigt er sich als Verbinder, denn die beiden großen Systemtheorien der Gegenwart, zumindest in unserem Kulturkreis, die Theorie sozialer Systeme Luhmanns und die Synergetik Hakens, berühren einander ansonsten kaum; Kriz bezieht sich wertschätzend und zugleich durchaus auch kritisch auf beide.

Das Subjekt also, die Person in ihrer jeweiligen Lebenswelt, steht für ihn als Psychologen im Zentrum. Der Organismus, der Mensch entwickelt sich in der Sozialisation zur „Person“ – und zwar nicht im leeren Raum, er (sie) wird „am Du zum Ich“, wie Martin Buber (1923) sagt. Den vielfältigen inneren (körperlich) und äußeren (interpersonell, kulturell) Sinnangeboten, die auf sie einströmen, weist eine Person je nach Kontext sehr spezifische Bedeutungen zu: „So bin ich, so ist die Welt“. Sehr interessant ist der Bezug auf die Biosemiotik des Biologen Jakob v. Uexküll (1980), der Leben als „Zeichenprozess“ verstand und zeigte, dass bereits einfache Lebewesen ihrer Umwelt Bedeutungen zuweisen, die je nach Kontext variieren können: Auf

dem Rücken von Einsiedlerkrebse sitzen gern Seeanemonen, die mit diesen eine symbiotische Verbindung eingehen – die Anemone schützt den Krebs vor Fressfeinden und nährt sich von den Resten seiner Mahlzeiten. Je nach Kontext, je nach Grad von Hunger des Krebses jedoch sieht dieser die Anemone als Gast, als Schutz oder aber auch als Futter (etwa, wenn er sehr hungrig ist), und wenn er sie verloren hat, versucht er, in sie einzudringen und sieht sie als „Haus“ (S. 36 f). Diese Fähigkeit, seine Umwelt spezifisch, aber nicht starr, sondern kontextgebunden variabel wahrzunehmen, nennt Uexküll (ebd.) „Merkwelt“; beim Tier ist es eine angeborene und instinktive (aber zugleich durchaus dynamische) Fähigkeit der Unterscheidung, Phänomene der Außenwelt als „Zeichen“ wahrzunehmen („die „Welt“ ist für Lebendiges zeichnerhaft strukturiert“, S. 76), ihnen Bedeutung zuzuweisen und sich dadurch in einer hochselektiven und spezifischen „Wirkwelt“ zu bewegen.

Ähnlich, wenn auch viel komplexer, steht es mit der angeborenen Fähigkeit des Menschen, seine Lebenswelt auf Regelmäßigkeit abzusuchen und daraus spezifischen Sinn zu generieren. Die äußeren Sinnangebote waren ja schon da, ehe es sie gab, und auch die körperlichen Signale lernt man erst zu lesen, wenn ihnen von außen Sinn zugewiesen wird: „ein beachtlicher Teil vitaler Bedeutungen (liegt) vor aller Begrifflichkeit“ (S. 45). Kriz unterscheidet hier 4 Prozessebenen: Körperliche, psychische, interpersonelle und kulturelle Ebenen greifen ständig ineinander, und zumindest gedanklich sollte, das wird immer wieder betont, die so entstehende Komplexität einbezogen werden, wenn auch in der konkreten beratenden Arbeit meist die psychische und die interpersonelle Ebene im Vordergrund stehen. Aus den Sinnangeboten, die sich auf diesen 4 Ebenen zeigen, entwickelt die Person dann ganz spezifische „Sinnattraktoren“ (und gestaltet damit natürlich im Zeitverlauf auch ihrerseits eigene Sinnangebote für ihre Umgebung). Diese Sinnattraktoren („Attraktor“ ist in der Synergetik eine stabile Ordnung, auf die ein Prozess hinausläuft) reduzieren Komplexität und erzeugen damit das beruhigende Gefühl, dass die Welt „in Ord-

nung“ ist, ohne dass wir nicht überleben könnten; sie werden im inneren Selbstgespräch kontinuierlich aufrechterhalten. Zugleich aber neigt ein einmal entstandener Attraktor auch dazu, „überstabil“ zu werden, also neue, nicht direkt passende Information zu nivellieren („kenn ich schon“; „typisch“) und im Sinne einer „Komplettierungsdynamik“ zu integrieren. So wird etwa über eine entsprechende „Narrativierung“ eine Geschichte erfunden, die dafür sorgt, dass die oft „nicht gut fassbare Komplexität der Unordnung ... in Richtung auf vertraute Ordnung hin“ (S. 154) interpretiert wird. Sehr interessant sind hierzu die referierten Studien über „false memory“ und etwa über Zeugenaussagen, die immer prägnanter werden, je häufiger sie erzählt werden – und obwohl sie sich von dem ursprünglichen Bericht entfernen, wächst die subjektive Sicherheit: Erinnern heißt nämlich, dass immer wieder Information aus dem Langzeitgedächtnis abgerufen, ins Arbeitsgedächtnis geholt und neu abgespeichert wird – und sich somit selbstorganisiert stabilisiert.

Eine wichtige, und oft vernachlässigte (weil als „selbstverständlich“ genommene) Seite des Prozesses der Sinngenerierung ist die Sprache: Durch sie kommt Kultur in unser Innerstes hinein, denn man kann mit sich selbst nicht anders kommunizieren als mit den gelernten Kulturwerkzeugen, also mit der Sprache und mit ihr der vorgeformten Begriffe einer Kultur und der „Bedeutungsfelder“, in denen sich diese Begrifflichkeiten bewegen. Dieses bewusst zu reflektieren, ist dem Autor ein essenzielles Anliegen, auf das er mehrfach im Buch verweist: Wir können selbst nicht mit uns selbst kommunizieren, in Beziehung sein, ohne auf die Werkzeuge der Kultur zurückgreifen, die wir gelernt haben! In dem von der Kultur gegebenen Rahmen alltagsweltlicher Sinnstrukturen entwickelt eine Person ihre persönlichen inneren Bilder, und diese sind natürlich von Kultur geprägt. Sie werden in die „Gesamtgestalt der erzählbaren Lebenswelt“ (S. 158) eingeordnet und dynamisch an diese angepasst; „situative Bruchstücke“ werden unter dem Einfluss starker Affekte in plausible Geschichten überführt (S. 187). Hier zeigt sich Kriz auch gegenüber der systemi-

schen Therapie durchaus skeptisch, deren starken Bezug auf das interpersonelle Geschehen er kritisch sieht. Er wirbt für den Blick auf innere Prozesse im Individuum, in der Person: „Interpersonelle Kommunikation muss ... durch das „Nadelöhr“ persönlicher Sinndeutungen gehen, ... sowohl persönliche als auch interpersonelle Sinndeutungen sind immer schon in (Be-)Deutungsprozesse der Kultur eingebettet“ (S. 183). Erst wenn man diese Prozesse versteht, lassen sich, so Kriz, auch interpersonelle Dynamiken angemessen rekonstruieren.

Interessant sind in diesem Zusammenhang die zahlreichen Bezüge zur Gedächtnisforschung über die zirkuläre Beziehung zwischen Langzeit- und Arbeitsgedächtnis. Letzteres benötigt alle 20 s eine „Auffrischung“, indem es auf das Langzeitgedächtnis, auf das Körpergedächtnis oder auf „externe“ Speicher (Notizen, aber auch den selbst gestalteten Lebensraum, Fotos u. ä.) zurückgreift (was natürlich alles andere als ein rein kognitiver Vorgang ist). Eine einmal gefundene Ordnung (z. B. eine depressive) muss also alle 20 s wieder bestätigt werden – so gesehen ist es, wie auch in der systemischen Therapie verschiedentlich betont, eigentlich eine Leistung, dass die Dinge so bleiben, wie sie sind und sich gerade *nicht* verändern. Stabilität muss immer wieder aktiv aufrechterhalten werden; Veränderung ist eigentlich der zu erwartende „Normalfall“.

Psychotherapie, Beratung und Coaching beschäftigen sich immer mit diesen dynamischen selbstorganisierenden Prozessen, in denen oft unter hohem Energieaufwand und unter Opfern eine „Überstabilität“, die mit Leid einhergeht, immer wieder neu erzeugt wird. Jede Beratung zielt daher auf „Ordnungs-Ordnungs-Übergänge“ ab: „genauso ‚Notwendig‘ wie die Ordnung der Lebenswelt, ist die phasenweise Transformation von Ordnungsstrukturen“ (S. 239). Starre, rigide Sinnattraktoren, aus denen die Betroffenen sich nicht allein befreien können, brauchen Unterstützung. Diese wird im Kern darin bestehen, dass gewohnte affektiv besetzte Ordnungen hinterfragt werden; daraus entsteht Unsicherheit (die als „schrecklich“ erlebt wird), bis aus dieser Unsicherheit heraus

ein neuer Attraktor aufgesucht wird. Hier zeigt Kriz sich wieder in seiner Nähe zur systemischen Therapie, auch wenn er dem Konzept der „Verstörung“ skeptisch gegenübersteht. Es geht ihm darum, menschliche Bewusstseinsprozesse verstehend nachzuvollziehen und Impulse zur Veränderung zu setzen: „Trotz letztlich gegenseitig nicht betretbarer subjektiver Bewusstseinsräume (sind) dennoch hilfreiche Angebote zu deren Erkundung und ggf. Neuorientierung möglich“ (S. 213). Das letzte Kapitel seines Buches ist einem Blick auf verschiedene Interventionsformen ganz unterschiedlicher Richtungen gewidmet, die er vor dem Hintergrund seiner Theorie interpretiert und für die einen neuen Verständnisrahmen anbietet.

Nach der Lektüre des Buches fühlte ich mich, als hätte ich mehrere Runden mit dem „Riesenrad“ hinter mir. Es wird eine in sich schlüssige und gut nachvollziehbare Theorie vorgelegt und mit einer großen Fülle von Information unterlegt. Der Blick richtet sich auf übergreifende Themen und auf Details; er reicht von tiefgreifenden erkenntnistheoretischen Bezügen über das Referieren spannender Forschungsarbeiten aus unterschiedlichen psychologischen Feldern bis hin zu eingängigen Fallgeschichten, die das Beschriebene lebendig werden lassen. Kurz, hier wird das Resümee eines Fachmenschen gezogen, und das mit einer geistigen Bandbreite, wie sie heute kaum noch zu finden ist – mit der Emeritierung von Jürgen Kriz wurde übrigens der letzte nicht lerntheoretisch ausgerichtete klinische Lehrstuhl in Deutschland eingestellt. Das Werk steht m. E. in einer Reihe mit den beiden anfangs erwähnten Werken über die Methodenkritik empirischer Sozialforschung und über die Grundkonzepte der Psychotherapie. Es ist explizit als engagiertes „Lehrbuch“ verfasst. In dem Sinne ist es auf der einen Seite so leicht und gut nachvollziehbar geschrieben, dass es der interessierte Praktiker jedweder „Schule“ mit Gewinn lesen wird; es geht Kriz ja gerade darum, nicht die ultimative neue Theorie vorzulegen, sondern zu helfen, dass das große Spektrum an vorhandenen methodischen Zugängen verschiedener therapeutischer Richtungen besser ge-

nutzt werden kann. Auf der anderen Seite ist es so gehaltvoll verfasst und mit so vielen Querverweisen versehen (die geschickterweise in insgesamt 177 Fußnoten verpackt sind), dass es auch höchsten wissenschaftlichen Ansprüchen gerecht wird. Es ist, im wahrsten Sinn des Wortes, ein besonderes Buch.

Korrespondenzadresse

Dr. A. von Schlippe

Private Universität Witten/Herdecke gGmbH
Alfred-Herrhausen-Str. 50, 58448 Witten,
Deutschland
Arist.vonSchlippe@uni-wh.de

Interessenkonflikt. A. von Schlippe gibt an, dass kein Interessenkonflikt besteht.

Literatur

- Buber M (1923) Ich und Du. Lambert Schneider, Heidelberg
- Kriz J (1981) Methodenkritik empirischer Sozialforschung. Eine Problemanalyse sozialwissenschaftlicher Forschungspraxis. Teubner, Stuttgart
- Kriz J (2014) Grundkonzepte der Psychotherapie (7. überarbeitete und erweiterte Neuauflage). Beltz, Weinheim/Basel
- Luhmann N (1984) Soziale Systeme. Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Uexküll T v (1980) Die Umweltlehre als Theorie der Zeichenprozesse. In: Uexküll T v (Hrsg) Jakob von Uexküll. Kompositionslehre der Natur. Ullstein, Frankfurt a.M.