

## Stefan Schumacher

### Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners. Oder: Wie wirklich ist die Wirklichkeit?

Ich möchte in den folgenden Zeilen, auf der Grundlage des kommunikationspsychologischen Ansatzes von Paul Watzlawick<sup>1</sup> ein wenig über die Konstruktion unserer subjektiven Erfahrung philosophieren mit dem Ziel eine weitere Perspektive zum Thema „Inszenierungen“ zu gewinnen, die weniger den Inszenierer (Anruferin oder Anrufer) im Blick hat als vielmehr den quasi „Inszenierten“ (TSler oder TSlerin). Die Überlegungen fußen auf den Gedanken des so genannten „radikalen Konstruktivismus“. Der Konstruktivismus liefert keine neue Weltanschauung, sondern ein Modell der Erkenntnis in kognitiven Lebewesen, die imstande sind, sich auf Grund ihres eigenen Erlebens eine mehr oder weniger verlässliche Welt zu bauen - eine von vielen möglichen: Wir erzeugen die Welt, in der wir leben, buchstäblich dadurch, dass wir sie leben<sup>2</sup>.

Eine solche Betrachtungsweise räumt mit der Vorstellung einer absoluten Realität, die durch unsere Sinne erfasst werden kann, gründlich auf: Wahrnehmung ist nicht Abbildung einer ontologischen Wirklichkeit, sondern kognitive Konstruktion. Oder, wie Heinz von Foerster es provokant formuliert hatte: Die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, ist unsere Erfindung<sup>3</sup>.

Das wichtigste Axiom, dem jene Kommunikationstheorie unterliegt heißt: „*Die Landkarte ist nicht die Landschaft*“. Was heißt das genau? Ich will dies am Beispiel einer Autofahrt mit Landkarte oder Navigationssystem verdeutlichen: Im Bild beschrieben bedeutet das, weder Anrufende am Steuer noch wir als TS-Beifahrer kennen die reale Route, die wir fahren, sondern wir orientieren uns im Gespräch über unsere „Landkarten“, die wir dabei haben. Normalerweise gelingt das ganz gut, denn es gibt unter den Landkarten viele Übereinstimmungen – so als ob man das gleiche „Navigationsgerät“ benutzen würde. Menschen mit einer abweichenden psychischen Verfassung haben allerdings häufig eine sehr ungewöhnliche „Navigationslösung“. Sie benutzen keine gängigen Karten, sondern schwören auf ihre eigene Intuition und Wahrnehmung (mal unter uns – nicht nur die: lassen Sie nicht auch manchmal die Straßenkarte zuhause weil Sie dachten, dass Sie die Strecke von damals noch im Kopf haben ... und dann stellen Sie fest, dass die Gegend doch ganz anders aussieht als im Sommer und ... die neue Straße war eigentlich auch noch nicht da... und die Tankstelle, an der Sie immer abgebogen sind ... wo ist die denn plötzlich?...). Die Inszenierung eines Anrufenden beschreibt natürlich eine Route, die einen hochdramatischen Verlauf nimmt: manche Straßen sind wahrscheinlich noch gar nicht fertig gestellt oder gar abgerissen, es gibt jede Menge Wendemanöver und gefährliche Kurvenverläufe oder die Straße führt direkt in einen Kanal. Im Extremfall verlieren wir die Orientierung (beim Navigationssystem die Satellitensteuerung unseres GPS) und bewegen uns zeitweise „blind“ weiter. Wer wird da nicht unsicher, nervös oder ärgerlich, besonders wenn man sich als Beifahrer auch noch auf einem thematischen Streckenabschnitt bewegt, den man noch nie gefahren ist? Das Problem ist: wir hätten natürlich die bessere Navigationssoftware, aber sie ist inkompatibel mit dem Gerät des Fahrers. Eines ist jedoch nicht zu leugnen: obwohl beide unterschiedliches Kartenmaterial benutzen, gelingt es beiden, sich auf der „wirklichen Route“ zu orientieren ohne sie jedoch tatsächlich zu kennen.

Um wieder auf die Sinnkonstruktion unserer Lebenswirklichkeit zurückzukommen: Das alles hat mit dem neurophysiologischen Mechanismus unserer Wahrnehmung zu tun<sup>4</sup>. Aus einer

immensen Fülle verschiedenster Wahrnehmungen werden im Gehirn möglichst stabile, sinnstiftende "Wirklichkeiten" systematisiert. Jene Konstruktion erfolgt weder wertfrei noch objektiv, sondern ist von unserer individuellen mentalen Struktur, unseren Zielen, Wünschen und Erwartungen bestimmt. Watzlawick unterscheidet daher die Wirklichkeit erster Ordnung (die direkte Wahrnehmung) sowie Wirklichkeit zweiter Ordnung (die Zuschreibung von Bedeutung, Sinn und Wert).

An dieser Stelle möchte ich nun eine erste vielleicht provokative Schlussfolgerung für die Frage der Inszenierungen formulieren: Es gibt nicht den Unterschied zwischen Anruferinnen und Anrufern, mit „normalen“ Themen und jenen Anrufenden, die inszenierte Geschichten präsentieren. *Alle* Anrufe, die wir entgegen nehmen sind inszenierte Geschichten, denn *alle* Geschichten basieren auf der Konstruktion des subjektiven Erlebens der Anrufenden und die Dramaturgie ist geleitet von den Gefühlen, Motiven, Absichten, Perspektiven und Rollenstrukturen der Betroffenen. Der Unterschied, der uns bisweilen zu schaffen macht liegt in dem Maß der Dramatisierung. Gegenüber den so genannten „Testanrufen“ sind inszenierte Geschichten auch nicht bewusst für „unser Ohr“ gestaltet worden. Sie folgen vielmehr der unbewusst-intuitiven Dynamik des psychischen Geschehens und den zugehörigen neurologischen Abläufen. In der Fachsprache nennt man das „selbstreferenziell“. Das ist das eigentlich Irreführende an dem Begriff „Inszenierung“, der ja so etwas wie ein bewusstes Drehbuch, geschrieben für andere, suggeriert. Die Inszenierung dient jedoch zu allererst sich selbst, indem sie immer wieder eine auf sich selbst bezogene Sinnhaftigkeit sucht oder erzeugt (die natürlich mehr oder weniger gut gelingt). Erzählungen am Telefon, im Chat oder in der Mailberatung entsprechen also nie der Realität, jedoch immer der Wirklichkeit, denn sie ist wahr im Auge des Betrachters und hinterlässt ihre Wirkung – auch bei uns Zuhörerinnen und Zuhörern. Keine Erzählung, die wir am Telefon hören oder bei Mail und Chat lesen kann daher in den Kategorien wahr oder erfunden, gut gemeint oder schlecht erdacht, echt oder unecht in Bezug auf die objektive Welt oder gar meine Welt bewertet werden – d.h. das geht natürlich schon, macht aber keinen Sinn! Und damit sind wir bei der Wirklichkeitskonstruktion von uns als Zuhörenden („vermeintlich Inszenierten“) angekommen.

Je merkwürdiger eine Geschichte zu sein scheint, um so mehr steigt auf Zuhörerseite das Bedürfnis nach der Realitätsprüfung: Ist die Geschichte wirklich wahr? Besonders, wenn sich herausstellt, dass ein solcher Anruf immer wieder in der gleichen Art und Weise sich zu wiederholen scheint, regen sich Gefühle der Verärgerung, Enttäuschung oder kühlen Distanzierung weil deutlich wird, dass die ganze Geschichte so nicht stimmen kann. Wir fühlen uns möglicherweise manipuliert, bedroht oder in unserer Rolle missbraucht. Mindestens aber regen sich Gefühle von Ärger, Verwirrung, Hilflosigkeit, Beklemmung. In dem Maße, wie wir beginnen uns unauffällig immer mehr mit der Geschichte zu beschäftigen, statt mit dem Anrufer oder der Anruferin, umso mehr gleiten wir auch in einen „schlechten“, d.h. eingeschränkten Zustand, der die Souveränität meiner Beratungs- und Seelsorgerolle beeinflusst.

Hier ist nun eine ganz wichtige Unterscheidung zu machen: Indem ich mich mit der Stimmigkeit der Geschichte auseinandersetze, bin ich nicht mehr beim Ratsuchenden sondern bei mir – ich versuche gewissermaßen eine scheinbar erfundene Wirklichkeit in meinem Landkartensystem zu vermessen. Das klappt natürlich nicht und deshalb leidet mein Gefühlserleben darunter.

An diesem Punkt lässt sich eine zweite provokative These formulieren: Für unsere Gefühle sind nicht die Anrufenden und ihre Inszenierungen verantwortlich; sie sind höchstens der

Anlass für unseren Zustand. Die Empfindungen sind vielmehr der Ursprung unserer eigenen Bewertungen und Vorannahmen über Realität und Wirklichkeit: Die Geschichte ist der Auslöser für unsere Zweifel. Die Zweifel sind Auslöser für unsere Bewertungen und die Bewertungen erzeugen unsere Empfindungen. Umgekehrt reproduzieren und steigern unsere Empfindungen (z.B.: Ärger, Skepsis, Hilflosigkeit, Druck) nun die Inszenierungsintensität und diese verstärkt wiederum unsere Zweifel, die Vorannahmen und damit unser Gefühlserleben. Während die Geschichte immer mehr Raum einnimmt, gerät der Anrufer / die Anruferin immer mehr aus dem Blick. Das wird spätestens dann deutlich, wenn das Gespräch beendet wird und wir uns noch über Stunden oder Tage mit dem Anruf beschäftigen und das unabhängig von der Gegenwart des Anrufenden gelingt - willkommen in meinem selbstreferenziellen System!

Welche Konsequenzen ergeben sich daraus für das Zuhören? Es gibt eine schlechte und eine gute Nachricht. Die schlechte: Aus der oben genannten Perspektive des Konstruktivismus kann ich für meine Gefühlssituation nach einer inszenierten Geschichte nicht den Anrufer oder die Anruferin verantwortlich machen oder die Fragwürdigkeit der Geschichte ;-(. Die gute Nachricht: Da mein Zustand durch meine eigene Denkstruktur entstanden ist kann ich meinen Zustand völlig unabhängig vom Anrufer verändern ;-)- ich bin also nicht abhängig (es sei denn von mir selbst :-o).

Die Einsicht, dass unsere Wirklichkeit eine Konstruktion ist, darf jedoch keinesfalls zu einer sich selbst genügenden Position führen. Francisco Varela hat deshalb vorgeschlagen, anstelle des unfruchtbaren Wahr-Falsch-Schemas die Frage zu stellen, "ob ein Weg, die Welt aufzufassen, gangbar, möglich, oder wirkungsvoll ist"<sup>5</sup>. Denn einzig in der kreativen Auseinandersetzung mit einem Du können wir unsere Wirklichkeitskonstruktionen relativieren und durch übereinstimmende Landkarten unsere fundamentale Einsamkeit der eigenen Sinnstruktur überwinden. Das ist aus meiner Sicht der ureigene Auftrag von TelefonSeelsorge – sei es per Telefon, Email oder Chat: die kommunikative Begegnung auf gleicher Augenhöhe mit dem Ziel, mich und den oder die andere im Blick zu behalten. Dabei bedarf es zweier Kernkompetenzen, die ich als Seelsorgerin oder Seelsorger zur Verfügung haben muss:

1. Ich brauche einen „guten Zustand“ am Telefon bzw. am PC, d.h. einen meiner Begleitungsrolle angemessenen Grundzustand, der sich quasi ergibt aus den Basisvariablen von Rogers als einer Mischung von Entspannung – Aufmerksamkeit – Zuwendung und Selbstsorge.
2. Ich brauche eine angemessene Haltung, getragen von Respekt – Wertebewusstheit – Unterscheidungsfähigkeit und Relativität, in der ich mich nicht als Ursache (als Manipulator) für die Veränderung anderer begreife sondern als Anlass (als Katalysator), der die Rahmenbedingungen für die Entwicklung anderer zur Verfügung stellt.

Die Leitkategorien des radikalen Konstruktivismus im Umgang mit hochdramatischen Erzählungen klingen aus meiner Sicht so:

1. die Geschichte selbst in einen „Als-ob-Rahmen“ stellen (als ob sie so wäre wie sie für den/die Anrufende ist).
2. nicht die Wahrheit, sondern die Wirkung der Geschichte reflektieren, denn Abwertung führt zu Widerstand
3. die Erzählung aus dem Blickwinkel des Betrachters heraus verstehen, statt aus einer objektivierenden Perspektive
4. die positiven Absichten des Ratsuchenden aufsuchen, die hinter seinem oder ihrem Verhalten liegen, denn jedes Verhalten verfolgt eine positive Intention

5. die Wirkung des Anrufers auf die Gesprächsbeziehung und meine innere Resonanz aufmerksam verfolgen
6. sich im Gespräch so zu verhalten, dass für mich und den Ratsuchenden mehr Möglichkeiten (zu denken, zu fühlen, zu fragen, zu handeln...) entstehen
7. sich bewusst machen, dass es zwischen Ratsuchenden und mir als Begleitperson keine Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge gibt und dass beide Seiten alle nötigen Ressourcen in sich tragen, nützliche Veränderungen herbeizuführen.

**1** P. Watzlawick (Hg.), Wie wirklich ist die Wirklichkeit; ders. Die erfundene Wirklichkeit; ders. Vom Unsinn des Sinns oder vom Sinn des Unsinn; ders. u.A., Menschliche Kommunikation.

**2** Humberto R. Maturana, Erkennen; Die Organisation und Verkörperung von Wirklichkeit. Ausgewählte Arbeiten zur biologischen Epistemologie (= Wissenschaftstheorie, Wissenschaft und Philosophie, Bd. 19,1982.

**3** Heinz von Foerster, Das Konstruieren einer Wirklichkeit; in: Die erfundene Wirklichkeit. Wie wissen wir, was wir zu wissen glauben. Beiträge zum Konstruktivismus, hg. v. Paul Watzlawick, 1985.

**4** Gerhard Roths, Selbstorganisation - Selbsterhaltung - Selbstreferentialität: Prinzipien der Organisation der Lebewesen und ihre Folgen für die Beziehung zwischen Organismus und Umwelt; in: Selbstorganisation. Die Entstehung von Ordnung in Natur und Gesellschaft, hrsg. von A. Dres et al., 1986.

**5** Francisco Varela, Die Psychologie der Freiheit; in: Psychologie heute, 9/1982, S. 89.