

Rösselsprünge, Improvisation und die Möglichkeit des Andersseins

Arist v. Schlippe

„Die Welt soll so dargestellt werden, dass sie veränderbar erscheint“ (Bertolt Brecht)

Zusammenfassung

„Rösselsprünge“ sind die Züge beim Schach, die einer anderen Logik folgen als der der anderen Figuren. Diese „andere Logik“ wird zum Ausgangspunkt dafür genommen, über die Frage nachzudenken, wie Unvorhersehbarkeit, Improvisation und eine gewisse Unberechenbarkeit in therapeutische Gespräche eingebracht werden können. Eine Reihe von Heuristiken für die Gesprächsgestaltung wird vorgestellt, verbunden mit der Warnung, zum einen nicht die Unvorhersehbarkeit so weit zu treiben, dass bereits diese erwartet wird, und zum anderen nie den stabilisierenden vertrauensvollen Rahmen zu vergessen, ohne den keine therapeutische Intervention gesetzt werden sollte.

Vielleicht kann man sagen, dass Systemische Beratung eher dem Jazz vergleichbar ist als der klassischen Musik: es gibt einen Rahmen, der die Möglichkeiten begrenzt, doch gibt es keine „richtigen“ Töne, es geht nicht darum, sich einem verpflichtenden Klangbild anzupassen. Die Kunst liegt eher darin, die Spannung zwischen Arrangement und Improvisation zu nutzen und darin, ein kreatives Feld zu schaffen. Dazu ist es gut zu wissen, welche Töne nicht passen, – doch sogar diese können manchmal verwendet werden, wenn sie als Ausgangspunkt einer neuen Klangfolge genommen werden. In anderen Ansätzen von Therapie und Beratung mag es, so gesehen, viel mehr darum gehen, genau „den richtigen Ton zu treffen“. Vielleicht macht ja das den Dialog der „Schulen“ auch untereinander manchmal so schwierig. Doch auch in der „klassischen Musik“ gibt es Freiräume der Gestaltung, muss es sie geben. Ein mir gut bekannter Kollege, Verhaltenstherapeut und Professor für Klinische Psychologie sagte einmal, dass er in seiner jahrelangen Praxis noch keinen Fall erlebt habe, der wirklich „nach Manual“ verlaufen sei. Im Gegenteil, man müsse „immer improvisieren“.

Improvisation bedeutet, immer wieder die eigenen Vorannahmen in Frage zu stellen und dem „Wie-es-sein-sollte“ zu misstrauen. Ken Gergen warnte einmal „vor der potenziell blind machenden Akzeptanz des Üblichen“ und empfahl, sich offen zu halten für jeweils andere Möglichkeiten, die Wirklichkeit zu beschreiben und die unterschiedlichen Folgen verschiedener Standpunkte zu bedenken. Das ist besonders bedeutsam im Umgang mit Beschreibungen, denen man in therapeutischen und beraterischen Kontexten häufig be-

gegnet. Denn hier können Positionen vertreten werden, fest und eindeutig, ohne die eingebaute Möglichkeit, eigene Vorannahmen zu hinterfragen. Die Beschreibung der Wirklichkeit hat sich festgefahren, das Denken folgt vorgegebenen Linien, die sich nicht verändern lassen. Dann ist, um in der Metaphorik zu bleiben, die „Musik“ ein-tönig geworden, immer wieder dasselbe: immer dasselbe öde Gesicht des Partners am Frühstückstisch, immer dieselbe unverständliche Angst in sozialen Situationen, immer dasselbe Gefühl von Schwere und Ausweglosigkeit, schon ehe man morgens die Augen geöffnet hat. Was verloren gegangen ist, ist die Perspektive, dass die Dinge sich möglicherweise auch ganz anders beschreiben lassen, also das Veränderungspotenzial, das in der „Möglichkeit des Andersseins“¹ liegt.

Improvisation bringt hier eine gewisse „Unberechenbarkeit“ in den therapeutischen Diskurs hinein. Ein Denken in „Rösselsprüngen“ führt Ungewohntes in gewohnte Beschreibungen ein. Bekanntlich ist im Schach das Pferd die einzige Figur, die um die Ecke springt. Alle anderen Figuren ziehen jeweils schräg oder gerade in einer Linie. So kann das Pferd als einziges über die Reihen des Gegenspielers hinüberspringen und liefert so die überraschendsten Züge von allen Figuren. Vorhersagbarkeit ist eine Tugend, doch braucht ein kreativer Prozess immer wieder auch zumindest ein gewisses Quantum solcher Überraschung, ein bisschen von dem Wissen, dass alles auch ganz anders sein könnte. Rösselsprünge bringen die gewohnten Beschreibungen des Gegenübers durcheinander, getreu dem Motto: „Wenn du den anderen schon nicht verändern kannst, dann verwirr ihn wenigstens ...“²

Ich möchte an dieser Stelle einige Varianten des Rösselsprungdenkens und Improvisierens in Form von „Imperativen“ darstellen. Zwei Warnungen vorab: zum einen können Imperative auch gefährlich sein, falls sie nicht von dem paradoxen „Metaimperativ“ begleitet werden, dass es manchmal auch sehr sinnvoll sein kann, ihnen nicht zu folgen; zum anderen sollte bei allen Rösselsprüngen nicht vergessen werden, dass sie den Rahmen einer stabilen und tragenden therapeutischen Beziehung voraussetzen, um nicht zu „Tricks“ zu degenerieren. Wie in der Metapher des Jazz angedeutet, braucht es einen Rahmen, innerhalb dessen Improvisation geschieht, Improvisation hat nichts mit Beliebigkeit zu tun.

- Drehen Sie die Beschreibungen Ihres Gegenübers um! „Vielleicht ist es ja gerade andersherum?“ Die Kausalitäten in umgekehrter Richtung zu denken, war etwa für Derrida ein Königsweg zur Dekonstruktion: „Ich bin so traurig, weil meine Freundin mich verlassen hat!“ – „Vielleicht hat sie Sie ja verlassen, weil Sie so traurig sind?“

1) So der Titel eines Buches von Paul Watzlawick, das seinerseits ein „Klassiker“ geworden ist.

2) Ein Satz, den ich Haja Molter verdanke.

- Bleiben Sie skeptisch! Bedenken Sie das „therapeutische Hebelgesetz“, nach dem der „am längeren Hebel“ sitzt, der weniger Interesse an Veränderung hat! „Ich höre, dass Sie ganz verzweifelt versuchen, sich zwischen Ihrer Frau und Ihrer Geliebten zu entscheiden. Vielleicht haben Sie sich ja schon entschieden, sich im Moment nicht zu entscheiden – und es ist im Moment die beste Lösung, nichts zu verändern?“
- Achten Sie darauf, welchen Beschreibungen Sie selbst im therapeutischen Diskurs gefolgt sind und stellen auch diese in Frage! „Bisher habe ich mich selbst überzeugen lassen, dass die schrecklichen Erfahrungen meines Klienten in der Jugend es ihm erschweren, ein glückliches Leben zu führen – wie würde ich ihn anders erleben, wenn ich diese Erfahrungen sogar als besondere Ressource und Fähigkeit sehen und verstehen könnte?“
- Laden Sie den „kreativen inneren Teil“ ein, entweder Ihren eigenen oder den Ihres Gegenübers und lassen Sie ihn zum „Supervisor“ werden! „Können Sie sich vorstellen, dass Sie Ihren ‚inneren kreativen Anteil‘, der Sie aus vielen schwierigen Situationen herausgeführt hat, einmal dort auf den Stuhl setzen und ihm Ihre Stimme leihen, so dass er uns einen Kommentar über das geben könnte, was wir hier gerade besprechen? Wollen wir es einmal versuchen?“
- Erlauben Sie sich zu spielen! Manchmal kann beispielsweise dieser „innere Teil“ eine Erfindung sein, eine bislang noch nicht gedachte Figur. „Wie wäre es, wenn Sie sich vorstellen, dass Sie dort auf dem Stuhl sich selbst gegenüber sitzen, allerdings nicht als der Heutige, sondern als der, der Sie, sagen wir, zum Zeitpunkt Ihrer Berentung einmal sein werden? Wenn Sie sich auf den Stuhl setzen und ihm/ihr Ihre Stimme ‚leihen‘ – was ist es, was er/sie Ihnen sagt?“
- Machen Sie etwas anderes! Diese bekannte Aufforderung von Steve de Shazer eröffnet einen Raum neuer Möglichkeiten: Stellen Sie sich beispielsweise ans Bücherregal und ziehen einen Buchtitel heraus: „Wenn ich Ihnen zuhöre, fällt mir dieser Titel ein. Ich weiß selbst nicht genau warum, haben Sie eine Idee?“ Das geht auch mit Postkarten, Tarotkarten usw.
- Vielleicht wäre es immer wieder eine gute Idee, das Wort „vielleicht“ zu benutzen. „Vielleicht ist es ja alles ganz anders und die Diagnose, die man Ihnen gegeben hat, stimmt nicht oder nur zum Teil. Was würde das für Sie verändern? Wer aus Ihrer Umgebung würde am ehesten zustimmen, für wen wäre das eher schwierig?“

Querdenken wurde von Matthias Varga von Kibéd einmal als „Quelle der Veränderung“ bezeichnet. Vielleicht geht es mit unserem Denken ja ähnlich wie mit dem Wasser. Vielleicht fließt es überall hinein, wo eine Lücke ist, „umspült“ unser Bewusstsein im Alltag in jedem Moment, und vielleicht kann es unter bestimmten Kontextbedingungen wie Eis erstarren, gefrieren, hart werden, kantig und lebensverneinend. Die Aufgabe von Therapeuten ist es dann, das Denken wieder ins Fließen zu bringen, das, was „gefroren“ ist, aufzutauen, die Quelle wieder zugänglich zu machen. Wärme wäre in diesem Bild eine gute Rahmenbedingung dafür, dass wieder etwas fließt – und ist nicht auch Wärme, verbunden mit Wertschätzung und Achtung, eine schulunenabhängig geforderte Rahmenbedingung für therapeutische Veränderung?

Prof. Dr. Arist von Schlippe
 arist.schlippe@if-weinheim.de

Arist v. Schlippe: *Univ.-Prof. Dr. phil., Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut, Lehrtherapeut/Lehrender Supervisor (IF Weinheim, SG). Ausbildungen in Systemischer Familientherapie (IF Weinheim), Gesprächspsychotherapie (GwG) und Gestalttherapie/Integrativer Therapie (FPI). Mehrjährige familientherapeutische Tätigkeit in kinder- und jugendpsychiatrischen Kliniken, von 1981–2005 Tätigkeit im Fach Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Uni Osnabrück, seit 1986 nebenamtlich als Lehrtherapeut für das IF Weinheim tätig. Seit 1.4.2005 Inhaber des Lehrstuhls „Führung und Dynamik von Familienunternehmen“ an der Privaten Universität Witten/Herdecke. Mitherausgeber der Fachzeitschrift „Familiendynamik“, Co-Autor des „Lehrbuchs der systemischen Therapie und Beratung“.*