



Jürgen Kriz

# Chaos, Angst und Ordnung

Wie wir unsere Lebenswelt gestalten

Vandenhoeck & Ruprecht

# Inhalt

Vorwort zur 3. Auflage .....	9
<b>I Die (Ver-)Bannung des Chaos .....</b>	<b>13</b>
Angst vor dem Chaos .....	13
Chaosvermeidung durch Reduktion .....	17
Menschliche Chaosvermeidung .....	19
Zwischen Chaos und Ordnung .....	22
Die gesellschaftliche Chaosverbannung .....	26
Über »Law and Order« .....	29
Die Erstarrung des Miteinander .....	32
<b>II Schöpferisches Chaos in der Psychotherapie .....</b>	<b>37</b>
Von lebenden Steinen und versteinertem Leben ....	37
Die Dynamik von Opfern und Tätern .....	41
Die Perspektive der systemischen Therapie .....	45
Die allzu einfache Ordnung der ersten Systemiker ..	49
<b>III Chaos, Angst und Wissenschaft .....</b>	<b>59</b>
Mensch, wo bist du? .....	59
Über Angst und Logik .....	66
Communicare versus disputare .....	70
Das Problem der Dignität .....	73
Die Ordnungsideologie der Wissenschaft .....	76
Die Macht der alten Ordnung .....	80
Psychotherapie als Wegweiser einer lebensgerechteren Wissenschaft? .....	85
<b>IV Ist die Welt in Ordnung? .....</b>	<b>91</b>
Von Wissen und Unwissen .....	91
Grenzen der Ordnung .....	97

Archetypische Ordnung .....	99
Mensch und Ordnung .....	107
<b>Anmerkungen</b> .....	113
<b>Literatur</b> .....	115

## II Schöpferisches Chaos in der Psychotherapie

### Von lebenden Steinen und versteinertem Leben

*Seit langer Zeit schon lag im Vorgarten des alten Mannes ein Findling. Rund und trotz unzähliger Poren erstaunlich glatt, nicht besonders groß, höchstens 20 Kilogramm schwer, unscheinbar grau, nur an manchen Stellen Andeutungen einer anthraziten Maserung. Der Vorbesitzer des Hauses hatte ihn sicher nicht gezielt in den Vorgarten gelegt, sondern vermutlich irgendwann dorthin entsorgt. Kurz: Es war kein Edelstein, nicht einmal ein edler Stein, sondern einfach ein Stein, über den es eigentlich nichts zu sagen gäbe.*

*Daher war der Mann auch jahrelang an ihm vorübergegangen, wenn er das Haus verließ oder wieder nach Hause kam. Bei der Umgestaltung des Vorgartens hatte er den Stein zwar bemerkt, ihn sich sogar angesehen und überlegt, ob er dort bleiben solle, in seiner ganzen Unscheinbarkeit. Aber da er auch nicht besonders störte, ließ er ihn einfach dort liegen.*

*Was sollte an einem solchen Stein auch schon sein, dass es sich lohnen würde, ihn zu beachten. Ein Stein ist ein Stein – der Inbegriff von etwas Unveränderlichem. Noch unveränderlicher und langweiliger als die Planeten auf ihren Bahnen oder das Pendel einer Uhr. Diese bewegten sich zumindest, wenn auch völlig gleichmäßig, absolut berechenbar und ohne jeden Neuigkeitswert. Aber immerhin stellten sie eine Herausforderung für den Geist der Naturwissenschaftler in unterschiedlichen Kulturen und Epochen dar und wurden zeitweilig sogar zu Hauptdarstellern auf den Bühnen für Naturschauspiele deklariert. Der Findling aber lag einfach bloß da – als eine träge Masse. In der*

*stets auf Neuigkeiten ausgerichteten Wahrnehmungswelt des alten Mannes war er denn längst im Hintergrund entschwunden.*

*Doch dies änderte sich radikal, als der Mann sich einmal an einem wolkigen Maimorgen auf der Treppe vor seinem Haus ausruhte und mit halb geöffneten Augen vor sich hin döste. Unbewusst und zufällig war der Findling ins Zentrum des Blickfeldes geraten. Und plötzlich trat der Stein aus dem Hintergrund hervor und begann gar zu leben: In unregelmäßigen Abständen leuchtete er in bunter Farbenpracht auf. Dieses funkelnde Schauspiel vollzog sich mal langsam von links kommend, manchmal auch von vorne rechts, dann auch wieder fast an allen Stellen des Steines gleichzeitig.*

*Natürlich sagte dem Alten sofort sein Verstand, dass diese unerwartete Lebendigkeit auf jeweils unterschiedliche Risse in der Wolkendecke zurückzuführen war, welche die Strahlen der Sonne für kurze Momente freigaben und dann die vom Morgentau übriggebliebenen Tröpfchen erglitzern ließen. Aber dieses Wissen störte nur wenig die Faszination des ablaufenden Schauspiels.*

*Für den Alten gehörte seitdem der Findling zu den Freunden, die ihr Leben mit ihm teilten. Selten ging er achtlos an dem Stein vorüber, sondern er genoss und bewunderte die Lebendigkeit der Begegnungen. Nachdem er sich auf diese erst einmal eingelassen hatte, entdeckte er fast täglich die Veränderungen, die durch die Schatten von Zweigen und Blättern umgebender Bäume hervorgerufen wurden; er entdeckte unterschiedliche Färbungen im Rhythmus der Jahreszeiten – beispielsweise die leicht grünlichen Schattierungen durch winzige Organismen im Frühjahr, die dann zeitweilig von trockenen Staubschichten im Sommer überdeckt wurden.*

*Noch stärker aber beeindruckte den Alten, wie der Stein seine Stimmungen mit ihm teilte: An der Art, wie sie sich begegneten, konnte er erkennen, wie es um ihn selbst stand. So wie auch ein Musikinstrument uns oft erstaunlich ehrlich und unbestechlich mitteilt, wie wir uns fühlen. Auch wenn wir uns selbst noch so gut betrügen, meinen, wir seien ausgeruht, Stress und Hektik des Tages hätten uns nichts ausgemacht, kündigt der Klang des Instruments von den Tiefen unseres Befindens.*

*Mehr und mehr begann der Mann auch seine anderen Be-*

ziehungen zu hinterfragen. Da war zum Beispiel sein Bruder, den er inzwischen höchsten ein- oder zweimal im Jahr anlässlich irgendwelcher Familienereignisse traf. Waren nicht diese Begegnungen durch eine ebenso große Achtlosigkeit im Vorgarten des Lebens bestimmt wie einst die Beziehung zwischen dem Stein und ihm? Ließ er sich dabei überhaupt noch auf etwas Neues und Lebendiges ein, ließ er dem Gespür von Interesse und Anteilnahme Raum – oder war nicht vielmehr alles so versteinert wie der Findling? Mit Schrecken musste er eingestehen, wie er vieles um sich herum hatte erstarren lassen. Doch mit dieser Einsicht war es nicht getan: Er musste auch feststellen, wie schwer es war, die eingefrorenen Beziehungen wieder zu verflüssigen. Den Findling einst zum Leben erweckt zu haben, erschien ihm oftmals geradezu leicht im Gegensatz zur Mühsal, nun die versteinerten Beziehungen zwischen den Menschen wieder zu verändern. Aber der Findling half ihm, nicht aufzugeben.

Als der Mann gestorben war, fanden seine Freunde in seinem Tagebuch eine Eintragung aus letzter Zeit. »So lange ich lebe«, hieß es darin, »wird, so hoffe ich, auch dieser Findling mit mir leben. Wenn ich mich je wieder seinem Schauspiel, seiner stets einmaligen Veränderlichkeit, seinen lebendigen Mitteilungen verschlüsse, dann, so weiß ich, wäre mein Leben wieder versteinert und ich hätte aufgegeben, an der Welt als etwas stets Schöpferischem teilzuhaben. Das wäre für mich schlimmer als der physische Tod«. Und seine Freunde verstanden, warum der Mann trotz seines hohen Alters und einiger Gebrechen bis zuletzt eine tiefe Lebendigkeit ausgestrahlt hatte.

Sie nahmen den Findling und legten ihn auf sein Grab als ein Symbol des Lebens.

Von allen Reduktions- und Kategorisierungsmechanismen, mit denen wir der Einmaligkeit der geschehenden Welt Regelmäßigkeiten abtrotzen, ist in unserer Gesellschaft wohl am meisten die *Verdinglichung* verbreitet: Unter Verdinglichung wird verstanden, dass wir Prozessen und Phänomenen, die durch Akte der Erkenntnis und Sprache von uns erst geschaffen wurden, dann faktisch wie »Dingen« gegenüber treten und sie als etwas An-sich-Seiendes behandeln. Unsere Patienten *haben* dann eine

Schizophrenie und unsere Kinder *haben* Verhaltensstörungen – wie feststehende Eigenschaften. Und doch weiß jeder Kliniker, dass beispielsweise unter »Schizophrenie« eine Unmenge jeweils sehr unterschiedlicher Momente, Erlebens- und Verhaltensweisen eines Patienten subsumiert wird – und dass für den nächsten Patienten, mit derselben Diagnose, deutlich andere Aspekte relevant und beobachtbar sind. Eine solche diagnostische Kategorie dient also eher dazu, in diese Fülle unterschiedlicher Situationen, Verhaltensweisen und Aspekte eine Ordnung zu bringen, mit der dann alle Beteiligten – Patienten, Angehörige, Behandler – dieses Erlebenschaos reduzieren.

Indem man gemeinsame, ja typische Prozesse und Entwicklungsverläufe identifiziert, kann man sich auf mögliches Geschehen zumindest etwas einstellen und man kann, wie ein Forscher, nach Begründungen dafür suchen, warum manche Verläufe einander mehr ähneln und sich von anderen Verläufen deutlich unterscheiden lassen. Gleichzeitig können aber solche abstrakten – da von den einzigartigen Verläufen das Gemeinsame abstrahierend – Kategorisierungen den Blick auf eben diese Besonderheiten im Beschwerdeverlauf eines bestimmten Patienten verstellen.

Dinge, Schicksalsschläge, Persönlichkeitseigenschaften der anderen Menschen, womöglich »vererbte«, haben gemeinsam, dass wir sie als etwas ansehen, das zur Umwelt gehört. Damit schaffen wir erst einmal Distanz zu ihnen: Wir haben höchstens bedingt etwas damit zu tun. Und verändern lässt sich dann auch nicht so leicht etwas. Wir nehmen es hin, versuchen vielleicht, Möglichkeiten zur »Bewältigung« zu finden – wie ein viel gebrauchter Begriff heißt. Dabei wird die Fragwürdigkeit (im guten Sinne von: frag-würdig) eines solchen Begriffes an der Frage »Lässt sich Fieber bewältigen?« deutlich. Denn wir würden einerseits bei einer Temperatur von 41,9° C alles tun, um das Fieber zu senken und somit dessen Herausforderung an den Lebensprozess bewältigen (helfen). Andererseits würden wir uns bei einem moderaten Fieber von beispielsweise 39° C vielleicht erinnern, dass Fieber selbst eine Bewältigungsreaktion des Körpers darstellt, die wir unterminieren würden, wenn wir nur das Fieber bekämpften. Wenn man daher bei Fieber ausschließlich den

Aspekt der Bewältigung im Auge hat, verliert man gegebenenfalls die eigentliche zugrundeliegende Störung der Lebensprozesse aus dem Blick.

Bei Fieber dürfte hier ein großer Konsens bestehen. Doch wie verhält es sich beim weiten Spektrum psychischer Störungen? Welche davon müssen unter welchen Bedingungen bewältigt werden und welche sind selbst als Bewältigungen zu verstehen? Was folgt jeweils aus diesem Verständnis für das konkrete Handeln?

Nicht die Dinge selbst, sondern die Meinungen darüber beunruhigen den Menschen, betonte schon in der Spätantike der römische Stoiker Epiktet. Und wenn wir dem Tenor von Kapitel I folgen, dann sind es sogar nur unsere Abstraktion und Reduktion, die so etwas wie Dinge, etwas in einem Zeitraum Konstantes, entstehen lassen. Weder Abende noch Morgen »sind« einfach so. Selbst ein Stein, Inbegriff des Toten, Unveränderlichen, ist eine Abstraktion. Statt einen toten Gegenstand können wir etwas höchst Lebendiges und Veränderliches erfahren, wenn wir uns auf die vielen unterschiedlichen Wahrnehmungen einlassen und sie nicht einfach als Wiederkehr des sattsam bekannten Dinges »Stein« informationell abhaken.

## Die Dynamik von Opfern und Tätern

Doch statt der Entfaltung von Lebendigkeit in unserem Erleben geschieht oft das Gegenteil: Unsere Wahrnehmungen und Erfahrungen lassen vieles im wahrsten Sinne versteinern. Und das gilt nicht nur für Erfahrungen mit dem, was wir anfassen können, sondern auch für unsere Erfahrungen von Beziehungen. Die Art, wie wir unsere Lebenswelt gestalten, erschafft dann nicht nur allzu feste und wenig veränderliche Gestalten; sondern diese Gestalten treten uns als etwas entgegen, das quasi von außen auf uns zukommt. Und besonders wenn uns das Gestaltete nicht gefällt, wenn wir darunter leiden, verleugnen wir gern die Täterschaft und fühlen uns als Opfer dieser Gestalten.

Ein oft zitiertes typisches Beispiel für eine solche Täter-