

Florian Koschitz

# Ich will so bleiben, wie ich bin – nur anders!

## Paradoxien als ein Zugang zu systemischer Therapie

### EINIGE VORBEMERKUNGEN

**M**an könnte sagen, die Befassung mit Paradoxien hat eine lange, tausende Jahre alte Tradition in der Philosophie, der „Mutter der Wissenschaften“, und die dabei entstandenen Denkweisen wurden und werden in eine Vielzahl von Disziplinen und Anwendungen einbezogen – gleichermaßen in den Natur- wie in den Geisteswissenschaften.

Paradoxien haben einen besonders vielseitigen Charme. Ihre Strukturen gehören mit zu den herausforderndsten Gedankengängen, deren der menschliche Geist fähig ist, denn wenn es um das Paradoxe geht sind wir unmittelbar mit der Grundlage unseres eigenen Denkens – der Logik – befasst. Sie lassen uns immer wieder an die Grenzen des eigenen Denkens stoßen.

Gleichzeitig eröffnen sie uns ein unglaubliches kreatives Potenzial. Gerade dort, wo wir an unsere Denkgrenzen stoßen finden wir die Chance, diesen Raum zu erweitern, neue Perspektiven und Dimensionen zu erschließen und damit Neues zu entdecken, auf das uns eine vorangegangene Paradoxie auf schmerzliche oder auch lustvolle Weise hinzuweisen vermochte.

Wir können auch feststellen, dass die Befassung mit Paradoxien nicht etwa ein lokales Phänomen ist. In der griechischen Philosophie finden wir sie gleicher-

maßen wie in beispielsweise der buddhistischen Lehre – man denke etwa an buddhistische Koāns. Ebenso stoßen wir in den Schriften anderer Weltreligionen auf sie. So finden wir in der christlichen Theologie beispielsweise im Gottesbegriff die Heilige Dreifaltigkeit, als gleichzeitige Triade und Einheit aus Vater, Sohn und dem heiligen Geist. Der Vater ist nicht der Sohn, der Sohn nicht der Heilige Geist und der Heilige Geist nicht der Vater. Wir drücken eine Unterscheidung in einer unauflösbaren Einheit – dem Gottesbegriff – aus.

Im Koran wird Allah beispielsweise als „der Erste und der Letzte, der Offenbare und der Verborgene“ bezeichnet. In den jüdischen Schriften finden wir Gott, der Mose als Dornbusch erscheint, brennend aber nicht verbrennend. In der jüdischen mystischen Tradition der Kabbala bezeichnet der Begriff Tzimtzum die Selbstkontraktion Gottes aus seiner eigenen Mitte, wobei ein mystischer Hohlraum entsteht, durch den die Existenz des Weltalls überhaupt erst möglich gemacht wird.

Und das ist „bei Gott“ keine vollständige Darstellung, sondern bloß ein Appetithappen für die weitere Befassung mit der Materie durch interessierte Lesende.

Paradoxien scheinen nicht „bloß“ eine Herausforderung logischer Denkgrundlagen darzustellen. Während sie schlicht nicht zu Ende zu denken sind erlauben sie uns, Zusammenhänge auszudrücken, die sich streng genommen im gesprochenen Wort nicht aus-

drücken lassen. Die Bedeutung und Wirkung entsteht im Zwischenraum des Gesagten. Das Satz selbst bildet den Sachverhalt nicht ab, er wird aber möglicherweise genau dadurch zu dem Hinweis auf etwas, das nicht mehr in der gedachten und gesprochenen Welt liegt, sondern im Bereich der Erfahrung.

Ludwig Wittgenstein schreibt in seinem *Tractatus Logico Philosophicus* bereits im Vorwort (und greift diesen Gedanken im siebten Satz des Tractatus wieder auf): „Was sich überhaupt sagen lässt, lässt sich klar sagen; und wovon man nicht reden kann, darüber muss man schweigen.“<sup>1</sup>

Damit ist jedoch nicht gesagt, dass – wie dieser Satz gelegentlich scherzhaft interpretiert wird – man gefälligst den Mund zu halten habe, wenn man sich nicht klar ausdrücken kann.

Vielmehr können wir Wittgensteins Satz als einen Hinweis darauf verstehen, dass es über die Welt des Denkens hinausgehend etwas geben mag, das in der Welt des logischen Denkens nicht abgebildet werden kann: Empfindungen, Erfahrungen und Haltungen. Sie entstehen im Handeln.

Sie kommen nicht durch logische Beschreibung zustande. Sie sind bisweilen in Sprache benennbar aber nicht in Sprache erlebbar. So wie es auch beim Benennen geschieht, kann man nur auf sie in dieser und anderer Form hinweisen und dabei im Grunde genommen „darüber schweigen“.

In Paradoxien drücken wir uns literarisch, spirituell, philosophisch immer wieder aus, wenn wir Hinweise auf etwas geben, das wir nicht in das gesprochene und geschriebene Wort einzwängen können. So finden wir Formulierungen wie beispielsweise „Das Wesentliche sagte Franz in dem, was er nicht sagte.“

Logisch gesehen ein Paradoxon. Dennoch für uns irgendwie verständlich, oder?

Das Paradoxon gibt einen Hinweis. Den Hinweis können wir verstehen und wir haben wohl auch ein Gefühl zu diesem Hinweis, vielleicht sogar Erfahrungen, aufgrund derer uns ein Satz wie der obige vertraut sein mag, selbst wenn ich ihn in dieser Form eben erst gebildet habe und er in genau dieser Form dem Leser zum ersten Mal begegnen mag.

Wir bemerken: Die Paradoxie kann als eine Brücke zwischen Denken und Empfindung verstanden werden, insbesondere dort, wo im Denken die Idee eines Grabens überhaupt erst entstand, den es dann vermeintlich zu überbrücken gilt. Nun, mir scheint, wir sind im Territorium der Psychotherapie angekommen.

## MÖGLICHER NUTZEN DIESES ARTIKELS

Die Frage „Wozu kann es gut sein, diesen Artikel zu schreiben?“, führte mich wieder dorthin, worin ich in meiner therapeutischen Arbeit immer wieder Nutzen dieser Denkform finde. Ich hoffe, dass Sie Ähnliches (wieder) zu entdecken beginnen können und es so möglich sein mag, paradoxe Strukturen besser zu erkennen, indem Sie Klientenanliegen aus einer Paradoxienperspektive betrachten können und Sie möglicherweise auch erste Ideen und sogar weitere Schritte für ein noch reichhaltigeres Zusammenwirken mit Ihren Klient\*nnen entdecken können.

## EINE KURZE HISTORISCHE HINFÜHRUNG

Es kommt nicht von ungefähr, dass *eine* bedeutsame Quelle systemischer Sichtweisen und Interventionen in der Befassung mit Lebenskontexten von als schizophren diagnostizierten Menschen liegt, vor allem, wenn man den griechischen Wortstamm in Betracht zieht und darin die Bedeutung „Spaltung der Seele“ findet. Bateson et al. begannen etwa ab 1953 am Mental Research Institute (MRI) damit, Schizophrenie unter paradoxientheoretischen Gesichtspunkten zu betrachten.

Wenn man einen Blick auf die Quellen von Batesons Unterfangen wirft stellt man fest, dass hier die von Bertrand Russell und Alfred North Whitehead 1910 in ihrem Buch „Principia Mathematica“ veröffentlichte „Typentheorie“ zur Anwendung auf soziale Kontexte kam.

Verkürzt kann man sagen, dass diese Theorie die Idee einführt, *Aussagen und Aussagen* über Aussagen als zwei unterschiedliche Ebenen zu betrachten, die nicht miteinander vermengt werden dürfen. *Aussagen über Aussagen* sind dabei höheren logischen Typs, als einfache Aussagen. Sie definieren damit, dass sich eine Menge nicht selbst zum Element haben kann. Dieses „Verbot“ kommt einer Vermeidungsregel für Paradoxien gleich.<sup>2</sup>

Verkürzt in soziale Kontexte übertragen könnte man eine Essenz dieser Theorie so verstehen, dass ein Gespräch und ein Gespräch über ein Gespräch zwei sehr unterschiedliche Sachverhalte sein können, und vielleicht können Sie augenblicklich oder auch in späteren eigenen Erfahrungen bemerken, dass es zu interessanten, bisweilen lustigen, bisweilen fürchterlichen Missverständnissen kommen kann, wenn man die Ebenen von Kommunikation und Meta-



**MAG. (FH) FLORIAN KOSCHITZ** ist Wirtschaftswissenschaftler, Absolvent der Lehranstalt für systemische Familientherapie (LG 29), Unternehmensberater für Organisations- und Teamentwicklung

<sup>1</sup> Wittgenstein (2006), S. 9.

<sup>2</sup> Vgl. Schöppe (1995), S. 50f.

Kommunikation im Miteinander (und gelegentlich – hier jedoch vielleicht schwieriger – auch im Mit-sich-selbst) verwechselt.

Aus dieser Forschungsarbeit am MRI entstand eine Idee, die wir heute als „Doppelbindungstheorie“ kennen. Vielfach wird verkürzt und dabei inkorrekt behauptet, diese Theorie wäre widerlegt. Richtig ist vielmehr, dass diese Theorie nicht empirisch operationalisierbar ist, wohl jedoch dem Beobachter relevanter Kontexte in seiner Wahrnehmung zugänglich ist. Es sei darauf hingewiesen, dass der Fehlschluss, „nicht überprüfbar“ mit „widerlegt“ gleichzusetzen, als erkenntnistheoretischer Irrtum entstehen kann, wenn man versucht, auf ungeeignete Weise soziale Kontexte innerhalb des Wissenschaftsparadigmas des Kritischen Rationalismus zu betrachten.

Die Anwendung der Typentheorie trug im Übrigen noch weitere Früchte, die – wenn auch nicht allzu häufig in detail rezipiert – teilweise im Alltags-Jargon systemischer Beschreibungen zu finden sind: Lösungen erster und zweiter Ordnung.

Diese Beschreibung entstammt dem Aufsatz „Die logischen Typen von Lernen und Kommunikation“ – erschienen 1964 – der unter anderem später in Batesons „Ökologie des Geistes“ – im engl. Original „Steps to an Ecology of Mind“ im Jahr 1972 einer breiteren fachlich interessierten Öffentlichkeit verfügbar wurde.

Batesons Denkweisen wurden in weiterer Folge von heute beziehungsweise historisch bedeutsamen Therapeuten in ihre Arbeit übernommen und fortgeführt. Mara Selvini Palazzoli, die 1979 in einem Interview mit Klaus G. Deissler in vielleicht italienisch leidenschaftlicher Weise Bateson als „ihren Gott“ bezeichnet und ihn den „Genius maximus der Humanwissenschaften“ nennt<sup>3</sup>, veröffentlichte 1977 gemeinsam mit L. Boscolo und G. Cecchin das Buch „Paradoxon und Gegenparadoxon“. Bereits zehn Jahre zuvor publizierte Paul Watzlawick zusammen mit J. Beavin und D. Jackson sein bekanntestes Werk „Pragmatics of human communication“, das uns in der deutschen Übersetzung als „Menschliche Kommunikation“ bekannt ist und durch die „fünf Axiome menschlicher Kommunikation“ auch deutlich über die Grenzen der therapeutischen Fachwelt auf Interesse stieß. Man kann es folglich sicherlich auch als ein Verdienst Watzlawicks bezeichnen, dass vor allem in der deutschsprachigen Welt paradoxientheoretisch fundierte Ansätze Eingang in unterschiedlichste Formen systemisch-therapeutischer Praxis gefunden haben. Beispielsweise sind uns Symptomverschreibungen, Reframings/Umdeutungen, Ordeals, Verschlimmerungsfragen und Therapeutische Doppelbindungen geläufig. Wenn es um Quellen von

Interventionstechniken geht, mag es für viele interessant sein, sich mit Milton Ericksons Arbeitsweisen vertrauter zu machen. Hier finden wir ein Repertoire, das zeigt, dass Erickson auch bereits vor einer formal paradoxientheorie-gerechten Beschreibung durch Bateson, Watzlawick, Nardone usw. derartige Strukturen zu nutzen wusste.

## WOZU THERAPIE AUS DER PERSPEKTIVE VON PARADOXIEN BETRACHTEN?

Wenn wir uns mit Psychotherapie befassen, so meine ich, sprechen wir von einer Wissenschaft und Kunstfertigkeit, die sich der Linderung menschlichen Leids und der Entfaltung menschlicher Lebendigkeit zuwendet. Wie auch immer Psychotherapie beschrieben wird – alle mir bekannten Beschreibungen haben zumindest eines gemein: Psychotherapie ist eine Tätigkeit, die sich der Veränderung widmet. Einer Veränderung von leidvoll erlebtem Leben hin zum nicht (oder zumindest weniger) leidvollen – mit welchen Attributen man auch immer das nicht-leidvolle ausschmücken mag.

Im Sinne von Gregory Batesons Beschreibung des binokularen Sehens als Metapher für die Emergenz der Perspektiven<sup>4</sup> halte ich es für nützlich, für die Phänomene des Lebens vielfältige, unterschiedliche Beschreibungen und Beschreibungsformen zu wählen. Jede Beschreibung ist Ausdruck einer Perspektive, die Perspektive daher notwendigerweise implizit in die Beschreibung verwoben, und aus dieser Perspektive kann eine Darstellung als zutreffend oder unzutreffend klassifiziert werden.<sup>5</sup> Wer allerdings wäre so verwegen, zu behaupten, ein einziger Betrachtungspunkt würde es ermöglichen, etwas von allen Seiten zu betrachten? In der Vielheit der Beschreibungen wird uns das Wesen des Beschriebenen klarer, als es eine einzige, noch so detaillierte Beschreibung ermöglichen würde.

Ich behaupte, dass sich sehr viele Anliegen, mit denen Klienten einen psychotherapeutischen Entwicklungsprozess beginnen, als ein innerer Widerspruch, oft sogar als Paradoxon beschreiben lassen. Freilich, wie nachfolgend vielleicht klar werden wird, erfüllen nicht alle Widersprüche die formalen Kriterien des Paradoxiebegriffs. Dabei ist ungeachtet dessen das, was wir über Paradoxien wissen und was über Paradoxien an Denk- und Handlungsmöglichkeiten zugänglich wird, gleichermaßen nützlich.

Man kann die Ausgangslage therapeutischer Anliegen auch so beschreiben:

Es gibt ein Anliegen eines Klienten, ein Ziel zu erreichen. Nennen wir es „Ω“. Ungeachtet dessen, wie klar

<sup>3</sup> Vgl. Ritscher, W., Levold, T., Foertsch D., Bauer, P. (Hg). (2017), S. 34.

<sup>4</sup> Vgl. Bateson (1979), S. 82f.

<sup>5</sup> Vgl. Wittgenstein (2006), S. 16, Sätze 2.173 und 2.174.

das innere Bild des Klienten von „ $\Omega$ “ ist, erhofft sich der Klient (Er-)Lebensqualitäten, die sich von seinem Erleben heute – nennen wir es „ $\alpha$ “ – unterscheiden. Immer wieder – vor allem zu Beginn eines Entwicklungsprozesses – wird „ $\Omega$ “ auch einfach nur als „nicht  $\alpha$ “ beschrieben. Nun sehen wir aber, dass der Klient sich immer noch im „ $\alpha$ “-Erleben befindet. Wir können wohl davon ausgehen, dass es gute Gründe dafür gibt, dass „ $\alpha$ “ noch immer *ist*, während „ $\Omega$ “ noch immer *nicht ist*. Dabei begreife ich „sein“ hier nicht als ontologischen Ausdruck, sondern als prozessuale Qualität.

„Gute Gründe“ bedeutet freilich nicht, dass der Klient ob der Art solcher Beschreibungen in Begeisterungstürme ausbricht. Er wird das, was ich hier „Gute Gründe“ nenne, vielleicht eher als Notwendigkeiten, Rahmenbedingungen, unveränderliche Tatsachen oder ähnliches bezeichnen, soweit ihm eine solche Dynamik überhaupt im bewussten Denken zugänglich ist.

Man könnte also sagen, der Klient befindet sich in einem Spannungsfeld, in dem „ $\Omega$ “ gewünscht ist und „ $\alpha$ “ zumindest teilweise gleichzeitig notwendig.

Den psychotherapeutischen Entwicklungsprozess des Klienten können wir auch als ein Auflösen des Leids dieses Spannungsfeldes oder ein Heraustreten daraus (aus dem Feld und / oder dem Leid) verstehen. Als einen Dimensionsgewinn oder auch als eine andere Form der Bedeutungszuschreibung oder als eine Hinwendung zu etwas ganz anderem, das ein Verlassen der Leid-mit-sich-bringenden Sichtweise ermöglicht. Ich skizziere die Ausgangslage hier also als ein Paradoxon aus „gleichzeitig  $\alpha$ “ und „nicht  $\alpha$ “.

## EINE FALLVIGNETTE

Eine Klientin beispielsweise hatte bereits in ihrer Kindheit, deutlich vor der Pubertät, Aufgaben ihrer Mutter gegenüber ihren ein paar Jahre jüngeren Geschwistern zu übernehmen. Sie hatte für sie zu sorgen, Hausaufgaben mit ihnen zu machen, den Haushalt zu führen, sie ins Bett zu bringen. Ihre Mutter führte währenddessen ein – euphemistisch ausgedrückt – vielfältiges und wechselhaftes Beziehungsleben. Natürlich wurde der Klientin hier eine Rolle zuteil, die man kaum für altersadäquat halten kann. Natürlich musste sie, um die Rolle zu erfüllen, ihren Geschwistern gegenüber eine Position einnehmen, die sie in der Geschwisterreihe gewissermaßen exponierte. Und gleich-

zeitig wurde sie von der Mutter angeherrscht, sie dürfe sich ihren Geschwistern gegenüber „nicht so einen Ton erlauben“, und sie habe ihnen gar nichts zu sagen. Diese Darstellung ist stark verkürzt, aber ich vermute, es wird klar, worauf die Geschichte hinausläuft. Die Klientin beschreibt ihre Situation so, dass sie einerseits den Auftrag hatte, für die Geschwister die Mutter zu sein, gleichzeitig aber vermittelt bekam, sich nicht wie eine Mutter benehmen zu dürfen. Und wiederum gleichzeitig wurde ihr damit vermittelt, sie müsse sich erwachsen verhalten, um die Aufgabe bewältigen zu können – sie dürfe also kein Kind sein, bekam dann aber von der Mutter zu hören, dass immer noch die Mutter selbst die Erwachsene im Haus wäre.

Ich behaupte, dass sich sehr viele Anliegen, mit denen Klienten einen psychotherapeutischen Entwicklungsprozess beginnen, als ein innerer Widerspruch, oft sogar als Paradoxon beschreiben lassen. Freilich, erfüllen nicht alle Widersprüche die formalen Kriterien des Paradoxiebegriffs.

Die Erfahrung und das Ziel der Klientin entsprechen gleichermaßen der Struktur:

„gleichzeitig  $\alpha$ “ und „nicht  $\alpha$ “.

Die Erfahrung könnte man beschreiben als:

*Sei eine Mutter aber sei keine.*

*Sei kein Kind aber sei eines.*

Sie hat das Gefühl, sie habe den Kontakt zur Mutter abbrechen müssen, um sich deren Einfluss zu entziehen, um Stabilität in ihrem Leben zu schaffen. Bei alledem bemerkt sie, dass in ihrer Kindheit das Kindsein zu kurz gekommen ist. Sie musste und muss erwachsen sein, um ihr Leben alleine zu bewältigen und doch täte es so gut, keine Verantwortung zu haben und sich gut geborgen und umsorgt wiederzufinden. Einmal loslassen dürfen und einfach nur sein, einfach nur Kind sein.

*Sei kein Kind mehr und sei ein Kind.*

Ihr Ziel beschreibt die Klientin etwa so:

Trotz aller Ressentiments ihrer Mutter gegenüber vermisse sie ihre Mutter sehr und wünsche sich eine gute Beziehung zu ihr, obwohl das gleichzeitig nicht ginge, da sie den Einfluss ihrer Mutter immer wieder als sehr schmerzlich erlebe.

*Hab eine Beziehung zu deiner Mutter und habe keine.*

Vollständig als Paradox formuliert, könnte man den Sachverhalt so ausdrücken:



„Um eine gute Beziehung zu meiner Mutter zu haben zu können, muss es mir gelingen, KEINE Beziehung zu ihr zu haben.“ Ich werde diese Fallvignette später wieder aufgreifen, um die dem Anliegen innewohnende Paradoxie gut zugänglich zu machen.

So kann man als *eine* von vielen möglichen Perspektiven auf menschliches Leid eine Perspektive der dem Anschein nach unvereinbaren oder unauflösbaren Widersprüche einnehmen.

Etwas verkürzt könnte man metaphorisch sagen, dass es innere Teile gibt, die die Veränderung wünschen und andere, die den Status quo bewahren wollen oder wollen zu müssen glauben.

Mir ist dabei bewusst, dass meine Beschreibungen

- Verzweiflung, ohne sagen zu können worüber
- Anspannung, häufig vor allem in der Magengegend
- Wut, ohne sagen zu können worauf
- Verwirrung, oft begleitet von einem Gefühl von Schwindel oder latenten visuellen Einschränkungen (etwa wie ein „Flirren am Bildrand“ oder unscharfes Sehen) oder latenten auditiven Phänomenen (etwa wie ein Rauschen oder auch Flirren in den Ohren)
- Angst und ein Bedürfnis nach Rückzug in völlige Isolation
- Sehnsucht nach Geborgenheit und Akzeptanz
- Ein Gefühl, keinen Boden unter den Füßen zu haben und orientierungslos einem leeren, in alle Richtungen unendlichen Raum nicht entfliehen zu können.

Freilich sind diese Beschreibungen einem vergleichsweise sehr kleinen Sample entnommen und können keinen Anspruch auf Vollständigkeit haben. Unterschiedliche Menschen mögen hier einerseits ähnliche und andererseits individuell

verschiedene Empfindungen haben.

Interessant finde ich dabei, dass Klient\*innen mit von Widersprüchen oder Paradoxien geprägten Anliegen selbst häufig ein besonders intensives Bedürfnis nach Eindeutigkeit von Kommunikation zu haben scheinen. Im Extremfall zeigen Menschen konkretistische Interpretationsweisen. Wenig überraschend wirkt das vielleicht, wenn man die Wirkung von Paradoxien mit hypnotherapeutischen Konfusionstechniken vergleicht.

Konfusionen werden typischerweise durch Musterunterbrechungen oder Überladungen erwirkt.<sup>6</sup>

Paradoxien sind in nützlicher wie auch leidvoller Weise in der Lage, beides zu leisten. Man kann den Wirkungsvorgang von Konfusionstechniken so beschreiben, dass der Klient in einer Kommunikation keinen roten Faden mehr findet, weil sie entweder so angelegt ist, dass es keinen zu finden gibt, oder weil die Kommunikation so komplex ist, dass sie den kognitiven Verstand in der Kürze der Zeit schlicht überfordert. So oder so lädt man damit eine Reaktion ein, sich an dem Nächstbesten, das wieder begreifbar ist „festzuhalten“. In der Hypnosetherapie ist das dann eine spezifische Suggestion. Im Fall des Kontexts der hier geschilderten Klienten und ihrer Herkunftssysteme ist es einfach der nächste Satz, der von ihnen in einen Sinnzusammenhang gebracht werden kann, oder die Reduk-

<sup>6</sup> Vgl. Revenstorff, Freund (2015), S. 205.

## Oft lassen sich in wenigen, einer Paradoxie- struktur folgenden Sätzen Überzeugungen oder Glaubenssätze formulieren, die von Klienten als zutreffend beschrieben werden. Vielfach geht damit ein Moment der Erleichterung einher.

hinter Ansprüchen an Vollständigkeit zurückbleiben werden. Ich treffe eine Auswahl von Inhalten und Zusammenhängen, mit deren Hilfe hoffentlich eine Annäherung gelingt, die verständlich und dabei verhältnismäßig übersichtlich bleibt.

### PARADOXIEN ERKENNEN

#### HINWEISE AUF SOMATISCHE ASPEKTE

Auf somatischer Ebene fällt das Erkennen paradoxer Strukturen relativ leicht – wir brauchen uns kaum zu bemühen, denn unsere Leiber erledigen das wie von selbst.

Falls Sie Interesse an einem Selbstversuch haben, erinnern Sie sich an die letzte für Sie bedeutsamere Entscheidungssituation, in der Sie vielleicht nicht wussten, welche Alternative Sie wählen sollten, da in jedem Fall bei der Entscheidung für eine Option zu bemerken war, dass der Wegfall anderer Optionen für Sie gewichtige Nachteile mit sich brachte (oder es immer noch tut?) und Sie irgendwie alle Optionen brauchen, Sie aber nicht alle haben können. Achten Sie während Sie sich erinnern auf Ihre körperlichen Empfindungen. Was spüren Sie?

Meine Klient\*innen und andere Menschen, mit denen ich mich in hier relevanten Zusammenhängen unterhalte, beschreiben ihr akutes Erleben oft als

tion des Gesagten auf den wortwörtlichen Inhalt und damit ein „Begreifbarmachen“ von etwas, das in einem größeren oder gar metaphorischen Zusammenhang überwältigend mehrdeutig und eventuell von als gefährlich erlebtem Inhalt wäre.

## STRUKTURMERKMALE VON PARADOXIEN

Wenn wir von paradoxen Zusammenhängen sprechen, befassen wir uns bereits mit Inhalten, die ziemlich herausfordernd sein können. Meinem Eindruck nach gilt das teilweise auch für die Beschreibung paradoxer Strukturen. Hat man sich eine solche Sichtweise jedoch zu eigen gemacht, so scheint es mir, als würde manches in einer zuvor ungewohnten Klarheit hervortreten, und es kann damit gelingen, in oft sehr verzweigten Klientengeschichten sehr nützliche Hypothesen zu bilden, die sich aus einem Paradoxien-Strukturverständnis ableiten lassen.

Oft lassen sich in wenigen, einer Paradoxiestruktur folgenden Sätzen Überzeugungen oder Glaubenssätze formulieren, die von Klienten als zutreffend beschrieben werden. Vielfach geht damit ein Moment der Erleichterung einher. Wenn ich frage: „Könnte man vielleicht sagen, bei Ihnen verhält es sich als ob ...“ und dabei etwas in 1–2 Sätzen formuliere, die solchen Strukturgesichtspunkten entsprechen, ist die Klientenantwort fast immer zustimmend und von einer augenblicklichen Erleichterung begleitet. Ich meine, auch für unsere Beziehung hat das bedeutenden Wert – der Moment, in dem es gelingt, oft jahrelanges, (auch sprachlich) kaum fassbares Leid in einem Satz zum Ausdruck zu bringen und sich darin so grundlegend verstanden zu fühlen, ist oft einer des fast magischen allseitigen Berührt-Seins.

## FORMALE PARADOXIEN-BESCHREIBUNG

Eine der kürzesten Formulierungen, die ich als Beschreibung der Paradoxie im engeren Sinne finden konnte – und aus meiner Sicht eine praktische – ist folgende:

„Ein Paradox ist ein Satz, der durch regelgerechte (logische) Ableitung seiner für sich wahren Prämissen trotzdem in einem Widerspruch mündet.“<sup>7</sup>

„Prämissen“ könnte man etwa als Vorannahmen beschreiben, die den Rahmen der Betrachtung bilden. Diese Vorannahmen werden jede für sich überprüft und als wahr betrachtet. In ihrer Verknüpfung – der logischen Ableitung – landet man dennoch in der Widersprüchlichkeit.

Corsi äußert sich über Paradoxien mit Bezug auf Luh-

mann wie folgt: „Paradoxien entstehen, wenn die Bedingungen der Möglichkeit einer Operation zugleich auch die Bedingungen ihrer Unmöglichkeit sind. Eines der bekanntesten Beispiele einer Paradoxie ist diejenige des Epimenides, die in der Aussage auftaucht: »Dieser Satz ist falsch«. Es wird dann unmöglich zu entscheiden, ob die Aussage wahr oder falsch ist, weil die Bedingungen ihrer Falschheit zugleich auch die Bedingungen ihrer Wahrheit (und umgekehrt) sind: wird der Satz als wahr angenommen, dann widerspricht er zugleich dem, was er aussagt (der Satz ist dann falsch). Wird dagegen die Aussage als unwahr bezeichnet, sieht man sich gezwungen, mit ihrem Inhalt einverstanden zu sein (der Satz ist dann wahr). Die Paradoxie hat also nicht die Form: »A = nicht A«, die eine sich widersprechende, aber nicht paradoxe Aussage darstellt. Sie hat vielmehr die Form: »A weil nicht A«, wobei die Bedingungen der Aussage zugleich die Bedingungen ihrer Negation sind. Für einen Beobachter besteht die Unentscheidbarkeit darin, daß es unmöglich ist, einen der Werte zu bezeichnen, ohne auch den anderen zu bezeichnen; der Beobachter beginnt zwischen den beiden Seiten zu oszillieren, und es wird unmöglich, die Beobachtung weiterzuführen.“<sup>8</sup> Nach den allgemeinen Gepflogenheiten der Logik müssen Aussagen aber entweder wahr oder falsch sein. „Tertium non datur“ – ein Drittes gibt es nicht.<sup>9</sup> Paradoxien sprengen dieses Verständnis gewissermaßen. Dabei zeigen sich einige Aspekte, die maßgeblich dazu beitragen dürften, dass uns Paradoxien wieder und wieder Kopfzerbrechen bereiten: Selbstbezug und Unendlichkeit. Genauer gesagt: Unendliche Rekursion durch negativen Selbstbezug. In diesem Zusammenhang finde ich auch eine eigene Beschreibung bzw. Facette paradoxer Zusammenhänge recht nützlich: Unterscheidungen, die den Rahmen/Kontext der getroffenen Unterscheidung nicht verlassen lassen.

Aus Gründen des Umfangs und der Praktikabilität mögen diese Beschreibungen hier ausreichen. Eine vollständigere Analyse des formalen Paradoxiebegriffs würde eine eingehende Befassung etwa mit der Russellschen Mengenantinomie oder dem Gödelschen Unvollständigkeitstheorem erfordern.

## SCHEMATISCHE DARSTELLUNG PARADOXER ZIRKULARITÄT

Die zuvor genannte unendliche Rekursion durch negativen Selbstbezug lässt sich schematisch als Multiplikation mit  $(-1)$  darstellen. Man könnte sagen, für ein grundlegendes Verständnis von Paradoxien braucht es

<sup>7</sup> Propst, Schröder, v. Kutschera (1989), zitiert nach Schöppe (1995), S. 43.

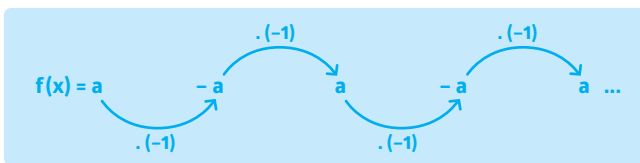
<sup>8</sup> Baraldi, C., Corsi, G., Esposito, E. (1998), S. 131f.

<sup>9</sup> Vgl. Schöppe (1995), S. 43.

daher kaum mehr, als die Beherrschung der Grundrechnungsarten. Wir wissen, wenn wir eine Zahl mit  $(-1)$  multiplizieren, ändert sich einfach das Vorzeichen der Zahl. Wieder und wieder – mal positiv, mal negativ. Stellen wir uns vor, wir wenden diese Idee auf eine Aussage an:

„ $f(x)$ “ sei dabei eine Aussage und „ $a$ “ deren Bedeutungsgehalt,  $(-1)$  Ausdruck des negativen Selbstbezugs. Setzt man „ $a$ “ für „ $x$ “ ein, ändert das Ergebnis einfach sein Vorzeichen.

In alltäglicherer Sprache ausgedrückt: Wendet man die Aussage des Satzes auf den Satz selbst an – wird also der negative Bezug einfach immer wieder auf die Aussage selbst angewendet – verkehrt sich der Bedeutungsgehalt immer wieder ins Gegenteil.



**Negativer Selbstbezug paradoxer Sachverhalte**

(Quelle: Eigene Abbildung)

**ZUR VERDEUTLICHUNG:  
FORTFÜHRUNG DER FALLVIGNETTE**

Am oben beschriebenen Klientinnenbeispiel können wir uns diese Aspekte verdeutlichen. Dazu werde ich den Satz „Um eine gute Beziehung zu meiner Mutter haben zu können, muss es mir gelingen, KEINE Beziehung zu ihr zu haben“ und dessen impliziten Kontext in kleinere Teile – beziehungsweise in die zugrundeliegenden Prämissen – zerlegen:<sup>10</sup>

Zielsetzung: Ich will eine gute Beziehung zu meiner Mutter haben. ( $\Omega$ )

Prämisse 1: In einer guten Beziehung brauche ich keinen Schmerz erleben. ( $\Omega$ )

Prämisse 2: Eine Beziehung zu meiner Mutter ist mit Schmerz verbunden. ( $\alpha$ )

Im Umkehrschluss ist eine Nicht-Beziehung nicht mit Schmerz verbunden. (Nicht  $\alpha$ )<sup>11</sup>

In der Verbindung der Prämissen, der logischen Ableitung, entstehen nun die paradoxen Effekte:

Wenn sie eine Beziehung zu ihrer Mutter hat, erleidet sie Schmerzen. (Siehe Prämisse 2)

<sup>10</sup> Ich möchte darauf hinweisen, dass ich diese Aussagen keineswegs für allgemein wahr halte, jedoch für die betreffende Klientin als in diesem Augenblick gültig respektiere.

<sup>11</sup> Dass hierin trotz logischer Ableitung ein schmerzlicher Irrtum liegt, mag der Außenstehende leichter sehen als die Betroffene. Man kann ihr Verhalten betrachten, als hätte sie einen klassisch dualen logischen Schluss vollzogen, wonach wenn „A“ gleich „B“ gilt, „nicht A“ nicht gleich „B“ sein kann.

Das ist also keine gute Beziehung. In einer guten Beziehung erleidet man keinen Schmerz. (Prämisse 1)

Eine Nicht-Beziehung jedoch ist nicht schmerzvoll. (Prämisse 2)

Schlussfolgerung: Eine Nicht-Beziehung ist also eine gute Beziehung.

(Hier sehen wir den negativen Selbstbezug der Aussage. Selbstbezug heißt hier, die ursprüngliche Aussage bezieht sich auf sich selbst.)

Sie entscheidet sich also für eine Nicht-Beziehung, da dies Schmerzfreiheit verspricht. Eine Nicht-Beziehung ist aber eben keine Beziehung. Sie will aber eine Beziehung. Eine Beziehung ist aber schmerzvoll ...

Wir sehen schnell, dass diese Ableitung immer wieder zum Ausgangspunkt führt und man sie in alle Ewigkeit perpetuieren kann, ohne zu einem Ergebnis zu kommen. Denn hat sie keine Beziehung, so hat sie eine, und hat sie eine, so hat sie keine. Die Ableitung führt in eine Oszillationsbewegung aus Annäherung und Entfernung, letztlich also in einen dynamischen Stillstand. Man beachte das Paradoxe in dieser Formulierung und wie sie dennoch völlig klar sein kann. Man kann es beispielsweise als eine Dynamik betrachten, die als starrer Zustand erlebt wird.

**PARADOXIEN ALS HINWEIS  
AUF EINEN „FEHLER“ IM SYSTEM**

Man kann sich nun fragen, wie es dazu kommt, dass paradoxe Widersprüche derartige Dynamiken mit sich bringen können. Aus einem formal logischen Gesichtspunkt kann man sagen, dass das Zulassen paradoxer Widersprüche in logischen Systemen mit sich brächte, dass alles möglich wäre und damit keine Systemregel ihre Gültigkeit behielte.<sup>12</sup> Folglich sind Paradoxien in formalen Systemen für die damit Arbeitenden sehr unangenehme Phänomene. Ließe man Paradoxien zu, wäre alles, wirklich alles beweisbar.

Bertrand Russel soll die nachfolgende Erläuterung in einer Vorlesung an der Universität Cambridge als Antwort auf die Frage eines Studenten nach der Problematik des Auftretens von Paradoxien in logischen Systemen gegeben haben:

Ginge man davon aus, dass  $(2 + 2 = 5)$  wahr wäre, dann wäre ich der Papst. Der Beweis ist einfach geführt. Die Gleichung ist zu vereinfachen auf  $(1 = 2)$  oder  $(1 = 1 + 1)$ . Der Papst ist einer, ich bin einer. Einer und einer ist in Summe der obigen Behauptung nach einer. Also sind der Papst und ich ein und dieselbe Person.

Interessant finde ich vor allem, dass der Umgang mit Paradoxien im Zusammenhang mit formalen Systemen erstaunliche Ähnlichkeiten damit aufweist, wie Menschen in sozialen Situationen damit umgehen.

<sup>12</sup> Vgl. Schöppe (1995), S. 55.

Den Umgang in formalen Systemen in wissenschaftlichen Kreisen skizziert Schöppe so<sup>13</sup>:

1. Es hat im Verlauf der vergangenen Jahrhunderte Bestrebungen gegeben, durch Vermeidung geschriebener und gesprochener Sprache das Auftreten von Paradoxien zu unterbinden.
2. Auch das Bestreiten der Relevanz ist eine Möglichkeit, da man behaupten kann, der praktische und theoretische Wert wäre nicht gegeben.
3. Manchmal werden jene, die sich mit Paradoxien befassen, einfach als Spinner betitelt.
4. Oder aber man sorgt für sprachliche Verwirrung, in dem man sich in einer Form ausdrückt, in der die Paradoxie unsichtbar wird und dieses Vorgehen selbst maskiert, in dem man etwa der Paradoxie selbst Unsichtbarkeit, Unerfassbarkeit, Unerreichbarkeit unterstellt.
5. Weiters können auch Deutungsregeln eingeführt werden, die dogmatische „Hilfestellungen“ im Sinne eines bestimmten Interpretationsmusters geben, von dem nicht abgewichen werden darf. Es wird sozusagen eine Regel zur Benutzung ausgegeben.

#### BEOBACHTBARE VERHALTENSWEISEN IN ZUSAMMENHANG PARADOXER KONTEXTE

Man kann diese Aspekte auf einen pragmatischen Kontext sozialer Systeme übertragen. Das sähe aus meiner Perspektive in etwa wie folgt aus:

1. Abbruch der Kommunikation mit den anderen Beteiligten
2. Leugnen des Sachverhalts oder dessen Widersprüchlichkeit
3. Attribution in die Person anderer Systemmitglieder, beispielsweise eines „Indexpatienten“. Jemandem werden auftretende Unannehmlichkeiten als Eigenartigkeit dieser Person zugeschrieben – häufig als Verrücktheit oder Börsartigkeit.
4. Unklare Bezugnahme auf andere Kommunikationen, sodass keine konkrete Deutung des Gesagten möglich wird. (Indem ich hierfür kein konkretes Beispiel anführe und vage bleibe, führe ich gleichzeitig ein Beispiel an. In dieser Hinsicht ist in diesem konkreten Fall die vage Erklärung völlig konkret.)
  - a) Rigorose sprachliche Beibehaltung systemeigener Glaubenssätze bei gleichzeitig abweichendem Verhalten. Man kann beispielsweise behaupten, „bei uns wird über alles völlig offen

geredet“, während implizit allen klar ist, welche Themen tabu sind und eine unausgesprochene Einigkeit herrscht, dass das, worüber gesprochen wird, auch ALLES ist, worüber man sprechen könne.

- b) Dogmatisches Festhalten am digitalen Inhalt der Kommunikation – alles wortwörtlich nehmen.

Im Fall der obengenannten Klientin – reflektiert an der dargestellten Betrachtungsweise – spielen vor allem die Punkte eins und drei eine besondere Rolle. Sie suchte zunächst die Schuld bei sich. Sukzessive erfolgte ein Gewährwerden über die Widersprüchlichkeit im Kontext und dabei eine Zuschreibung auf die Person der Mutter. Dann erfolgte seitens der Klientin der Kontaktabbruch. Dies war die Ausgangssituation für die gemeinsame therapeutische Arbeit.

#### GRUNDLAGEN ZU AUSWEGEN AUS LEIDVOLLEN PARADOXIEN

Alle Beschreibungen zur Auflösung von Paradoxien, die ich bisher gelesen, gesehen, gehört oder erlebt habe, scheinen einen Faktor gemeinsam zu haben: Den Dimensionsgewinn, einen Blickwinkel, der vorher nicht eingenommen wurde oder werden konnte, beziehungsweise eine relevante Information, die den Kontext der vorher wahrgenommenen Paradoxie so

Aus einem formal logischen Gesichtspunkt kann man sagen, dass das Zulassen paradoxer Widersprüche in logischen Systemen mit sich brächte, dass alles möglich wäre und damit keine Systemregel ihre Gültigkeit behielte.

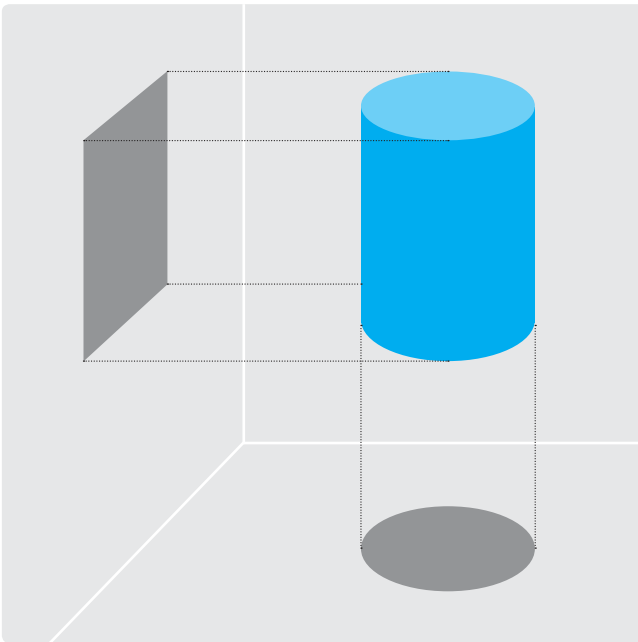
ergänzt, dass die Paradoxie schlicht entfällt. Was alle Lösungswege damit gemeinsam zu haben scheinen ist die Metapositionierung auf die Paradoxie. „Meta“ scheint die „via regia“ – der Königsweg zu sein.

Ein allgemeines Beispiel zur Verdeutlichung des Dimensionsgewinns zur Auflösung von Paradoxien: Stellen wir uns vor, zwei Menschen streiten sich darüber, wer das vor ihnen zu Beobachtende richtig beschreibe. Der eine sagt, es sei ein Kreis. Der andere sagt, es sei ein Rechteck.

Wie um alles in der Welt sollten beide recht haben? Nun stelle man sich vor, sie erhalten außerdem noch die Information, dass sie beide recht *und* unrecht hätten. Das Beispiel ist eine recht bekannte Verdeutlichung von Viktor E. Frankl.

<sup>13</sup> Vgl. Schöppe (1995), S. 55f.





**Auf- und Grundriss eines Zylinders**  
(Quelle: Darstellung nach Frankl (1985), S. 24f)

Die Lösung ist ein einfacher Dimensionsgewinn. Einer der beiden blickt auf den Aufriss und der andere auf den Grundriss eines Zylinders.

Spannend dabei: Beide würden wohl gemäß der Beschreibung des Problemkontexts davon ausgehen, dass die Lösung in der Zweidimensionalität liegen müsste. Tatsächlich ist aber erst mit dem Dimensionsgewinn die Vereinbarkeit des scheinbar Unvereinbaren zu Tage getreten.

Methodisch gesehen, kann man das auch als Erweiterung des Interpretationshorizontes beschreiben. Es wird ein bestehendes Wissenssystem aus logischen Sätzen und Regeln um eine weitere Komponente ergänzt, die die zwei Bedingungen erfüllt, das auftretende Problem zu lösen (aufzulösen) und den logischen Vorschriften des bestehenden Systems nicht zu widersprechen.<sup>14</sup>

In diesem Zusammenhang sind „Vorschriften“ und „widersprechen“ nur als logische, nicht als soziale Termini zu begreifen.

Vereinfacht gesagt: Es wird eine Grundannahme ergänzt, die das Problem anders betrachten lässt, wodurch das paradoxe Problem schlicht entfällt.

Nun gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten, Meta-Positionen anzuregen. Einige davon leiten sich unmittelbar aus den Strukturbedingungen der Paradoxie beziehungsweise der Double-Binds ab. Andere haben mehr die Qualität, neue Prämissen einzuführen. Vieles davon kann auf Wegen erfolgen, auf denen man Mög-

lichkeiten für neue Erfahrungen in den Vordergrund stellt.

Für konkrete Anregungen und tiefere Einsichten zu Interventionsmöglichkeiten, die sich auf paradoxientheoretische Überlegungen stützen, möchte ich der geeigneten Leserin / dem geeigneten Leser einige aus meiner Sicht geeignete Quellen nahelegen. Dazu zähle ich:

- Anwendungen des Tetralemmas von Matthias Varga von Kibéd und Insa Sparrer
  - Varga von Kibéd, M., Sparrer, I. (2018), *Ganz im Gegenteil: Tetralemmaarbeit und andere Grundformen Systemischer Strukturaufstellungen*.
- Anwendungen des Werte- und Entwicklungsquadrats bei Friedemann Schulz von Thun und bei SySt basierend auf dem Aristotelischen Tugend-Begriff
  - Schulz von Thun, F. (2015). „Von wem stammt das Werte- und Entwicklungsquadrat?“. *Systemischer*, Ausgabe 07/2015.
  - Varga von Kibéd, M. (2015). „Das SySt-Wertequadrat“. *Systemischer*, Ausgabe 06/2015.
- Paradoxe Interventionsformen bei Watzlawick und Palazzoli
  - Watzlawick, P., Weakland, J. H. & Fisch, R. (1984). *Lösungen*.
  - Watzlawick, P., Beavin, J., Jackson, D. (2016). *Menschliche Kommunikation*.
  - Boscolo, L., Cecchin, G., Selvini Palazzoli, M. (1977). *Paradoxon und Gegenparadoxon*.
- Therapeutische Doppelbindungen bei Milton H. Erickson
  - Erickson, M. H., Rossi, E. L. & Rossi, S. L. (2013). *Hypnose*.

## ETWAS PRAKTISCHES ZUM SCHLUSS

Selbst wenn man noch keine Ideen über konkrete Paradoxien-Anwendungen hätte, könnte man bereits erkennen, dass es sich in therapeutischen Kontexten ähnlich verhalten mag, wie in anderen Kontexten, in denen man ein Geschehen beschreiben kann, als folgte es einer Art Muster oder vielleicht auch Regeln – wie in Wittgensteins Bemerkungen über die Grundlagen der Mathematik. Hier beschreibt er ein Spiel zweier Menschen, die nicht bemerkt haben, dass immer derjenige, der das Spiel beginnt, die Möglichkeit hat, durch einen Trick das Spiel mit hundertprozentiger Gewissheit zu gewinnen. Solange beide Spieler sich dieses Umstandes nicht bewusst sind, spielen sie ihr Spiel. Ab dem Moment, da sie sich der zwingenden Möglichkeit zum Sieg durch den Spieler mit dem ersten Zug gewahr werden, ist es für sie kein Spiel mehr.<sup>15</sup>

<sup>14</sup> Vgl. Schöppe (1995), S. 59.

<sup>15</sup> Vgl. Wittgenstein (1956), S. 100, zitiert nach Watzlawick, Weakland, Fisch (1984), S. 123f.

Ich habe bei Klienten und auch in der eigenen Innenschau häufig die Erfahrung gemacht, dass das Benennen der „Spielregeln“ das Spiel ändert. Mit „Spielregeln“ meine ich hier ein gelungenes Formulieren von Glaubenssätzen oder zirkulären Wirkzusammenhängen als Abbildung einer unwillkürlichen Dynamik oder Beschreibungen von Interaktionsdynamiken im Klientensystem. Mir scheint, dass der Moment, in dem das Benennen der „Regeln“ gelingt, ein Moment ist, in dem man den Kontext des gezwungenen „Spielablaufs“ bereits für einen Augenblick *verlassen* hat. In der Möglichkeit der sprachlichen Bezugnahme besteht eine erste Meta-Position.

Ein Perspektivenwechsel entsteht in just diesem Moment. Damit meine ich nicht, dass das therapeutisch ausreichend wäre. Allerdings ist zu bemerken, dass dies eine Selbst-Beobachterposition eröffnet. Man kann dabei Aspekte von Dissoziationen vom Problemlernen beschreiben, in dem man sich zumindest nicht mehr nur als „Passagier“ der Dynamik erlebt, sondern gleichzeitig als Beobachter. Diese letztere Position ist emotional deutlich weniger anstrengend und erlaubt gleichzeitig, eine Dynamik als solche weiter zu beobachten, zu differenzieren und Möglichkeiten zu alternativen Handlungs- und Sichtweisen zu entdecken und zu erfahren. Man kann auch von Aspekten von Assoziationen sprechen, da die Klientin/der Klient die Sätze und deren Wirkung (Semantische Reaktion<sup>16</sup>) mit ihren/seinen Erfahrungen im Erleben vergleicht und damit auf ihre Relevanz prüft.

Dabei ist ein In-Kontakt-kommen mit früheren Erfahrungen möglich und gleichzeitig ein Annehmen-können fundiert, da sich etwas wie ein roter Faden in der eigenen Geschichte zu bilden beginnen kann, sodass die Klientin/der Klient einen Sinnzusammenhang – als „Zusammenhang in der Lebensgeschichte“ gedacht – erkennen kann.

Von dort aus können freilich – wie Sie selbst wissen – mit der Klientin/dem Klienten viele unterschiedliche Wege eingeschlagen werden. Vielleicht bemerken Sie nach dem Lesen dieses Artikels den einen oder anderen Pfad oder inneren Hinweis auf Pfade, die neu oder gut vertraut oder möglicherweise auch schon eine Weile nicht mehr gegangen wurden.

Was auch immer Sie da entdecken, ich wünsche Ihnen und Ihren Klient\*innen gutes Gelingen dabei!

---

## LITERATUR

- Baraldi, C., Corsi, G., Esposito, E. (1998). GLU – Glossar zu Niklas Luhmanns Theorie sozialer Systeme. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bateson, G. (1972). Steps to an ecology of mind. San Francisco: Chandler Publishing Company.
- Bateson, G. (1979). Mind and Nature. New York: E. P. Dutton.
- Frankl, V. E. (1985). Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München: Piper Verlag.
- Korzybski, A. (2000). Science and Sanity – Second Printing. New York: Institute of General Semantics.
- Revenstorff, D., & Freund, U. (2015). Indirekte Induktion. In D. Revenstorff, & B. Peter, Hypnose in Psychotherapie, Psychosomatik und Medizin (S. 197-207). Berlin, Heidelberg: Springer Verlag.
- Ritscher, W., Levold, T., Foertsch D., Bauer, P. (Hg). (2017). Erkunden, erinnern, erzählen – Interviews zu Entwicklung des systemischen Ansatzes. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Schöppe, A. (1995). Theorie Paradox. Heidelberg: Carl Auer Verlag.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (2011). Menschliche Kommunikation (12. unveränderte Auflage Ausg.). Bern: Verlag Hans Huber.
- Watzlawick, P., Weakland, J., & Fish, R. (2011). Change – Principles of problem formation. New York: W. W. Norton & Company Inc.
- Wittgenstein, L. (1956). Bemerkungen über die Grundlagen der Mathematik. Oxford: Basil Blackwell.
- Wittgenstein, L. (2006). Tractatus logico-philosophicus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

---

<sup>16</sup> Als Semantische Reaktion bezeichnet Korzybski die psychologische Reaktion eines Menschen auf bestimmte Worte, Sprache und andere Symbole und Ereignisse in Verbindung mit deren Bedeutung, sowie die psychologischen Reaktionen, aus denen Bedeutungen und Zusammenhänge entstehen, in dem Moment in dem der betreffende Mensch beginnt sie zu analysieren oder jemand anders das tut. Vgl. Korzybski (2000), S. 19ff.