

PETER MÜSSEN

VARIATIO DELECTAT: LEBENSKUNST IN ETHIK UND THERAPIE
AM BEISPIEL VON MICHEL FOUCAULT UND STEVE DE SHAZER.

Um Veränderung, die erfreut oder sogar beglückt, und um Lebenskunst, die zu erfreulichen Veränderungen führt, als gemeinsamem Anliegen der Ethik Michel Foucaults und der Kurzzeittherapie Steve de Shazers soll es gehen; und es handelt sich dabei natürlich um eine Beobachterperspektive, aus der heraus der Versuch gewagt wird, zwei so unterschiedliche Autoren vergleichsweise miteinander in Verbindung zu bringen, zumal de Shazer selbst in einer mündlichen Auskunft den Einfluß Foucaults auf seine Arbeit als minimal eingeschätzt hat. Aus den eigenen Vorannahmen, Verstehensweisen und Intentionen heraus (vgl. Müssen, 1991) will ich dennoch versuchen, eine Konvergenz zu konstruieren, die sich von einem 'tertium comparationis'¹ leiten läßt, das durch die Stichworte 'Veränderung' und 'Lebenskunst' markiert wird. Diese Wahl ist nach der Lektüre beider Autoren naheliegend und wird untermauert durch ein Zitat, in dem sich de Shazer ausdrücklich auf Foucault bezieht (1992, S. 115): Er utiliziert dort die Transformations-Kategorien Foucaults zur Darstellung der Förderung von Veränderungsbeschreibungen im therapeutischen Rahmen. (In seinem neuesten Werk 1994, S. 58-59; 68 vergleicht De Shazer den Machtbegriff bei Bateson und Foucault.)

Meiner Meinung nach läßt sich aus der Synopse² des philosophischen Ethikers Foucault und des lösungsorientierten Kurzzeittherapeuten de Shazer bezüglich des genannten 'tertium comparationis' auch ein origineller Beitrag zu der akut-brisanten Frage der Kompatibilität von Ethik und Psychotherapie gewinnen.

1. Einleitung

Soll die unterstellte Konvergenz für den Leser transparent werden, mag es angebracht sein, einleitend genauer zu erläutern, was hier unter 'Lebenskunst' verstanden wird und worauf sich 'Veränderung' bezieht.

Die gemeinsame Überzeugung aller antiken Lehren vom richtigen Leben läßt sich in dem Satz "Alle Menschen wollen glücklich sein." zusammenfassen. Menschen wollen ein gelungenes Leben führen, auf dieses Telos³ hin richten sie ihre Handlungen implizit aus und anhand dieses Kriterium bewerten sie das, was sie tun (vgl. Spaemann, 1990, S. 32-44). Die Auffassung, daß

¹ Unter einem **tertium comparationis** (das 'Dritte' des Vergleichs) wird hier die meiner Meinung nach gegebene Gemeinsamkeit verstanden, auf die hin beide Ansätze untersucht und verglichen werden sollen.

² **Synopse** (Zusammenschau) meint hier die parallele Darstellung beider Positionen, verbunden mit Hinweisen auf Konvergenzen und Schnittstellen.

³ **Telos** (Ziel, Zweck, Vollendungspunkt) bezeichnet den Endpunkt der inneren Zielgerichtetheit der Welt, des Menschen etc. In platonischer Tradition wird damit im Gegensatz zu mechanistischen Deutungen das Ziel des Strebens der Dinge nach ihren wahren Ideen und hier besonders nach dem Guten (bonum / agathon) beschrieben.

der Mensch in allen seinen Handlungen formalobjektiv⁴ sein 'Glück' bzw. ein 'bonum' intendiert, findet sich auch in dem mittelalterlichen Axiom des Thomas von Aquin wieder, wenn er schreibt "omne agens agit propter bonum"⁵ (I-II 8,1). Selbst das, was von außen oder im nachhinein als 'malum' bewertet wird, erscheint aus dieser Sicht für den, der es vollzieht, als ein 'bonum'; eine Einsicht, die durchaus modernen Auffassungen z.B. systemisch orientierter Therapeuten entspricht.

Die Kunst, dieses Ziel eines gelungenen bzw. glücklichen Lebens zu erreichen, soll hier 'Lebenskunst' genannt werden. Dabei handelt es sich keineswegs um ein unbelastetes Wort, denn in der Geschichte der Philosophie und Ethik wurde es durch den Hedonismusverdacht⁶ anscheinend desavouiert und geriet in Vergessenheit. Aber es geht, richtig verstanden, nicht um das besonders raffinierte *Savoir-vivre* einer elitären Luxusexistenz, nicht um eine trivialisierte Variante epikureischer 'ars vivendi' (vgl. Krämer, 1992, S. 185), sondern vielmehr um eine moderne Form der antiken Diätetik⁷, die, von asketischer Praxis im Sinne eines ökologischen Lebensstils geprägt, den unbedachten und oft fremdbestimmten Lebensfluß durch Reflexivität verstört und durch intensivierende Transformation des Menschen zu einer Praxis der Freiheit führt. Diese Form einer Stilistik der Existenz ist gekennzeichnet durch den Versuch, aus Sorge um sich selbst das eigene Leben zu einem Kunstwerk zu formen, Heteronomie in Autonomie zu verwandeln, seinen individuellen Lebensstil zu finden und sich in Eigenverantwortung als Subjekt selbst zu konstituieren, indem die Aufmerksamkeit auf die Modifizierbarkeit der Existenz im Gegenüber zu allen vorgegebenen Formen gelenkt wird (vgl. Schmid, 1991, S. 19-40). "Das Wesentliche der Lebenskunst ist" zusammenfassend also "nicht irgendwelche moralische Verbindlichkeit, sondern die selbstverantwortliche Arbeit an den Formen, in denen das Dasein zu gestalten ist, und das Experiment des Andersdenkens und Anderslebens." (Schmid, 1991, 39-40)

"Variatio delectat"⁸. Wir sind bei unserem Versuch einer ersten Annäherung an den Begriff der 'Lebenskunst' auf die zweite Komponente des gewählten 'tertium comparationis' gestoßen: die Veränderung im 'Andersdenken und Andersleben'. De Shazer schreibt: "Im weitesten Sinn ist

⁴ Unter einem **Formalobjekt** wird im Unterschied zum **Materialobjekt**, das den Gegenstand als Objekt an sich bezeichnet, die bestimmte Rücksicht eines formalen Aspekts verstanden, unter denen ein Gegenstand dem Streben, Fragen oder Wissen zugänglich werden kann. So können verschiedene Wissenschaften etwa das gleiche Materialobjekt unter ganz verschiedenen Rücksichten erforschen und sich damit durch ihr Formalobjekt unterscheiden.

⁵ 'Alles / Jeder Handelnde, handelt um eines Guten willen.' Damit ist gemeint, daß das, was mit der Handlung erreicht werden soll, als nützlich, wertvoll, wichtig etc. eingeschätzt wird, auch wenn es aus anderer Sicht möglicherweise als etwas Schlechtes oder Schädliches (= malum) erachtet wird.

⁶ Der **Hedonismus** lehrt als eine Variante des Eudämonismus, daß die 'Lust' als höchstes Prinzip und Ziel des sittlichen Handelns anzusehen sei; als bekanntester Vertreter wird Epikur genannt.

⁷ Die antike **Diätetik** ist sehr umfassend und allgemein als die Kunst einer gesunden weil vernunftgemäßen Lebensführung zu verstehen, die den körperlichen und seelisch-geistigen Aspekt umfaßt.

⁸ 'Veränderung / Abwechslung erfreut!'

'Veränderung' der Grund für eine Therapie." (De Shazer, 1989, S. 93). Kein leichtes Unterfangen, denn Veränderung ist schwer, zumal ja auch das zu Verändernde unter dem Formalobjekt des 'bonum' angestrebt und realisiert wurde und wird. Was aber ist hier genauer mit dem zu Verändernden gemeint?

Um dies zu verdeutlichen, mag es hilfreich sein, das Habitus-Konzept Bourdieus zu erinnern: Man kann den Habitus bei Bourdieu verstehen als die Handlungsgrammatik aller Wahrnehmungs-, Denk-, Urteils- und Handlungsschemata, d.h. als immanentes System von Gewohnheiten (vgl. Bourdieu, 1989, S. 277-354; 1987, S. 97-121; 1979, S. 139-202), von strukturierenden Dispositionen als Ergebnis von Sozialisationsprozessen, die diesen 'Raum der Lebensstile' eröffnen. "Die Konditionierungen, die mit einer bestimmten Klasse von Existenzbedingungen verknüpft sind, erzeugen die Habitusformen als Systeme dauerhafter und übertragbarer Dispositionen, als strukturierte Strukturen, die wie geschaffen sind, als strukturierende Strukturen zu fungieren, d.h. als Erzeugungs- und Ordnungsgrundlagen für Praktiken und Vorstellungen..." (Bourdieu, 1987, S. 98). Dieser durch Praxis erworbene Habitus als Erzeugungsprinzip im Sinne generativer Schemata, der nur für einen Beobachter als generatives Regelsystem erscheinen mag, darf nicht im praeskriptiven Sinn (bestimmte Handlungen sind geboten und alle anderen verboten), sondern muß proskriptiv (bestimmte Handlungen sind verboten und alle anderen erlaubt) verstanden werden. "Da er ein erworbenes System von Erzeugungsschemata ist, können mit dem Habitus alle Gedanken, Wahrnehmungen und Handlungen, und nur diese, frei hervorgebracht werden, die innerhalb der Grenzen der besonderen Bedingungen seiner eigenen Hervorbringung liegen." (Bourdieu, 1987, S. 102) Es entsteht also kein Determinismus, und da "der Habitus eine unbegrenzte Fähigkeit ist, in völliger (kontrollierter) Freiheit Hervorbringungen - Gedanken, Wahrnehmungen, Äußerungen, Handlungen - zu erzeugen, die stets in den historischen und sozialen Grenzen seiner eigenen Erzeugung liegen, steht die konditionierte und bedingte Freiheit, die er bietet, der unvorhergesehenen Neuschöpfung ebenso fern wie der simplen mechanischen Reproduktion ursprünglicher Konditionierungen." (Bourdieu, 1987, 103). Dieses System impliziter Dispositionen wird durch Handeln erlernt und ist relativ im Hinblick auf die Kultur oder gesellschaftliche Gruppe, für die es spezifisch ist. Durch seine Homogenität mit dem Habitus der anderen Mitglieder des ihn generierenden sozialen Systems, durch seine Evidenz und Selbstverständlichkeit und durch seine selbstbestätigende Eigenschaft ist der Habitus nur schwer veränderbar. Die Interiorisierung von Exteriorität im Habitus vollzieht sich nach Bourdieu, und das macht seine Veränderung nochmals schwieriger, durch Inkorporation. Es handelt sich dabei um Einverleibung im wörtlichen Sinn des Wortes: "Als einverleibte, zur Natur gewordene und damit als solche vergessene Geschichte ist der Habitus wirkende Präsenz der gesamten Vergangenheit, die ihn erzeugt hat." (Bourdieu, 1987, S. 105) Das Inkorporierte stellt gleichsam die Möglichkeitsbedingungen des eigenen Selbstvollzuges dar und ist als solches vorreflex und unthematish. "Was der Leib gelernt hat, das besitzt man nicht wie ein wiederbetrachtbares Wissen, sondern das ist man." (Bourdieu, 1987, 135)

Portele weist, dem Pessimismus Bourdieus im Hinblick auf mögliche Veränderungen des Habitus widersprechend, darauf hin, daß eine Modellierung des Habitus möglich sei durch Verände-

rung im Sinne des Lernens III⁹ bei Bateson. Es braucht Kritik, kulturelle Kontakte, verstörende Krisen, Verfremdung bzw. jede andere Art fundamentaler Instabilisierung, um das Selbstverständliche auffällig werden zu lassen und so wenigstens anfänglich über den Habitus zu verfügen. Auf der dritten Ebene der Hierarchie logischer Typen geht es dann darum, zu lernen, wie der Habitus gebildet und aufrechterhalten wird. Es braucht dazu die Erkenntnis, daß die selbstverständliche 'Welt' in der man lebt eine soziale Konstruktion darstellt, in die hinein sich der inkorporierte Habitus informiert. "Das Wichtigste in dem, was Bourdieu schreibt, ist für mich die Tatsache der gesellschaftlichen Gebundenheit und der Einverleibung des Wahrnehmens, Denkens und Handelns und daß der zweite Bruch, der Sprung ohne Ausweg ins Lernen III, die Voraussetzung und Konsequenz hat, daß ich mich auf eine gewisse Weise von meiner Gesellschaft und meiner Kultur lösen kann, also asozial bin und werde, das heißt, alles, was mir die Gesellschaft als wertvoll, wichtig und erstrebenswert, abzulehnen usw. definiert, ist mir nicht wichtig. ... Es handelt sich also wirklich um 'totale Loslösung', wie von Glasersfeld formuliert ... Die andere Möglichkeit ist natürlich die, ich baue wie Maturana auf die Kraft der Liebe und der Koexistenz und verändere in Liebe und Koexistenz - also nicht manipulierend - mein soziales System, und sei es nur meine Familie" (Portele, 1989, S. 182-183)

Damit erscheint mir die Ausgangsposition klar genug umrissen, von der aus nun die philosophische Ethik Foucaults und das lösungsorientierte Kurzzeittherapiekonzept de Shazers mit Blick auf den gemeinsamen Konvergenzpunkt einer Lebenskunst untersucht werden sollen, welche sich dadurch kennzeichnet, daß sie eine Absolution des Individuums von gesellschaftlichen und inkorporierten Habitus im Denken und Handeln ermöglicht, indem sie ein 'Anders-sein', eine freiheitliche Modellierung des Selbst provoziert und unterstützt.

2. Michel Foucault - Ethik als Lebenskunst aus Sorge um sich

"Ich habe mir vorgenommen ..., den Menschen zu zeigen, daß sie weit freier sind, als sie meinen; daß sie Dinge als wahr und evident akzeptieren, die zu einem bestimmten Zeitpunkt in der Geschichte hervorgebracht worden sind, und daß man diese sogenannte Evidenz kritisieren und zerstören kann. Etwas in den Köpfen der Menschen zu verändern - das ist die Aufgabe des Intellektuellen." (Foucault, 1993, S. 16)

Es geht Foucault leidenschaftlich um die Entfaltung des Individuums aus den Herrschaftsverhältnissen heraus, denen es unterlag, hin zu einem Selbst, das sich autonom konstituiert, indem es einen persönlichen Stil der Existenz wählt. Er umreißt dieses Projekt in der Einleitung zu 'Der Gebrauch der Lüste' als den Versuch, eine "Geschichte der Sexualität als Erfahrung" (Foucault, 1991, S. 10) zu schreiben, wobei er "unter Erfahrung die Korrelation versteht, die in einer Kultur zwischen Wissensbereichen, Normativitätstypen und Subjektivitätsformen besteht." (ebd.) Für die Analyse dieser drei Achsen der 'Sexualität als Erfahrung' wählt er folgende Vorgehensweise: Der Formierung des Wissens geht er in einer Analyse der Diskurspraktiken nach, der sogen.

⁹ In der Theorie hierarchischer Lernordnungen bezeichnet Bateson mit Lernen I das Lernen z.B. sinnloser Silben, mit Lernen II das Lernen, sinnlose Silben zu lernen und mit **Lernen III** das Lernen zu lernen, wie man sinnlose Silben lernt.

Archäologie. Die Ausübung von Normativität durch Machtsysteme untersucht Foucault im Rahmen einer Analyse der Manifestationen und Technologien von Macht, der sogen. Genealogie. Als drittes Instrument zur Untersuchung der 'Sexualität als Erfahrung' verwendet er schließlich eine Analyse der "Wahrheitsspiele im Verhältnis seiner selber zu sich und der Konstitution seiner selbst als Subjekt" (ebd. S. 13). Es handelt sich um den Bereich der Technologien des Selbst, die Ethik. Es hat den Anschein, als ob Foucault das Gesamtprojekt seines Werkes als Neubegründung einer Lebenskunst versteht, der es um die Selbstkonstituierung des Subjekts geht, insofern im Andersdenken die Voraussetzung von Transformation erlangt und ein Raum der Möglichkeiten erschlossen wird. Philosophie erscheint als Ethik des Andersdenkens, denn es "gibt im Leben Augenblicke, da die Frage, ob man anders denken kann, als man denkt, und anders wahrnehmen kann, als man sieht, zum Weiterschauen oder Weiterdenken unentbehrlich ist." (Foucault, 1991, S. 15) Das Gesamtprojekt dieser infragestellenden 'Problematierungen', dieser Transformation im (Anders-)Denken sei hier schematisch mit beispielhaften Angaben zu den entsprechenden Werken Foucaults vereinfachend zusammengefaßt (vgl. auch Fink-Eitel, 1992, S. 12-21):

Geschichte der Sexualität als Erfahrung		
Wissen	Macht	Subjekt
↓ Analyse der Diskurspraktiken	↓ Analyse der Technologien der Macht	↓ Analyse der Technologien des Selbst
Archäologie ↓ Epistemologie der Lebenskunst z.B. in: Die Geburt der Klinik Die Ordnung der Dinge Archäologie des Wissens Die Ordnung des Diskurses	Genealogie ↓ Politik der Lebenskunst z.B. in: Überwachen und Strafen Die Ordnung des Diskurses Der Wille zum Wissen	Ethik ↓ Ethik der Lebenskunst z.B. in: Der Gebrauch der Lüste Die Sorge um sich Technologien des Selbst
↓	↓	↓
Problematierung Transformation des Subjekts durch Andersdenken und Andershandeln Eröffnung des Raumes der Möglichkeiten für einen eigenen Stil der Existenz		

Wenn auch das Thema dieses Artikels die Lebenskunst als Ethik, d.h. die Technologien des Selbst in den Mittelpunkt setzt, so sollen doch einige ethikrelevanten Bereiche aus der Archäologie und Genealogie erläutert werden, zumal die Theorie der Freiheit zur Entfaltung und Selbstkonstituierung des Individuums in Ethik und Therapie grundlegend ermöglicht wird durch die kritische Analyse der allgemeinen Lebensbedingungen. Archäologie und Genealogie stehen im Dienste der Ermöglichung von Veränderung durch Auflösung von Determination im Rahmen von Ethik, die sich ihrerseits in der Freiheit des Subjekts im Hinblick auf die diskursive Erzeugung von Wissen und die Technologien politisch-sozialer Machtausübung auswirkt.

2.1. Archäologie des Wissens: Die Destruktion des 'Subjekts'

"Der Mensch ist eine Erfindung, deren junges Datum die Archäologie unseres Denkens ganz offen zeigt. Vielleicht auch das baldige Ende." Und wenn die fundamentalen Dispositionen des Wissens, die zu dieser Erfindung geführt haben, ins Wanken geraten würden, so möchte Foucault darum wetten, "daß der Mensch verschwindet wie am Meeresufer ein Gesicht im Sand." (Foucault, 1993b, S. 462)

Diese Schlußsätze aus 'Die Ordnung der Dinge' verlieren ihre Mißverständlichkeit, wenn man berücksichtigt, daß die Arbeit der Archäologie gleichsam in der Exkavation des Amalgams¹⁰ jener allgemeinen Begrifflichkeit des Menschen besteht, das in sich das empirische Objekt der Humanwissenschaften wie auch das transzendente Subjekt der Erkenntnis verbindet. Formen des Denkens und Gestalten des Wissens werden in ihrer Wandelbarkeit und historischen Relativität erforscht und auf ihre Möglichkeitsbedingungen hin befragt, so daß der humanwissenschaftliche Anspruch untergraben wird, ein wahres Wesen des Menschen abschließend bestimmen und seine Grenzen möglicher Erfahrung definitiv fixieren zu können. Die 'Logiken des Ursprungs' sollen als Konstitutionsbedingungen des wissenschaftlichen Erfahrungsgegenstandes 'Mensch' rekonstruiert werden. Durch diese Aushöhlung will Foucault eine besondere Form von Begründung leisten, denn die Archäologie des Grundes schafft einen neuen Raum von Möglichkeit, gleichsam eine Hohlform in der sich die Freiheit zu anderen Formen des Subjekts eröffnet. Er will, "die Etablierung einer den Menschen als Subjekt und Objekt der Erkenntnis erfassenden Wissensstruktur in ihrer historischen Kontingenz und Regionalität nachweisen, um so eine Überwindung dieses Denkmodells vorzubereiten, in dem wir völlig gefangen zu sein scheinen. ... Es geht also weniger um eine nihilistische Vernichtung des Menschen überhaupt als vielmehr um den Versuch eines besseren Verständnisses darüber, wie die vom Menschen gemachten Erfahrungen wirklich zustande kommen." (Kögler, 1994, S. 27. 35)

In 'Wahnsinn und Gesellschaft' führt Foucault zur Klärung dieser Frage den Begriff der 'Erfahrungsstruktur' ein, mit dem er die das Erkenntnissubjekt und -objekt zugleich performierende historisch-kulturelle Situation bezeichnet, um die Aufmerksamkeit darauf zu lenken, daß neben den diskursiven beispielsweise auch politische, kulturelle und ökonomische Momente die

¹⁰ Der Freiraum der Unbestimmtheit des menschlichen Wesens ist nach dieser Auffassung gleichsam besetzt mit einer Füllung von miteinander unlöslich verbundenen Definitionen, die es zu entfernen gibt.

Wahrnehmung und Begriffsbildung von Phänomenen entscheidend mitbestimmen. Damit ersetzt er Kants transzendentes Erkenntnisapriori¹¹ durch ein 'historisches Apriori' als Konstitutionsbedingung jeglicher empirischer Erkenntnis. Die im transzendentalen Begriff des Subjekts gedachte apriorische Form des Menschen soll durch die Archäologie als eine geschichtlich-relative erwiesen werden, so daß die begründende Funktion des 'epistemischen Subjekts' und seines universalen Anspruchs ersetzt werden kann durch die begründende Funktion des sich selbst konstituierenden und transformierenden 'ethischen Subjekts'. Eine neue Form der Subjektivität wird durch den 'Tod des Menschen', d.h. des epistemischen Subjekts, ermöglicht, die sich nicht länger z.B. von den Humanwissenschaften in ihrem Objektivitätsgehebe normieren läßt. Die Anmaßung, eine apriorische Festlegung der Möglichkeitsbedingungen von Erfahrung liefern zu können, wird von Foucault als 'transzendentaler Narzißmus' (Foucault, 1991a, S. 289) entlarvt, von dem es die Form des Subjekts zu befreien gilt. "Das Wesentliche des Menschen ist ... seine Unwesentlichkeit." (Schmid, 1991, S. 128), so daß die Betonung der anthropologischen Variablen das Interesse an der anthropologischen Konstante ersetzt. Die Wahrheit des Menschen darf nicht fixiert werden!

Um die konkreteren Erkenntnisraster moderner theoretischer Subjektkonstruktionen zu benennen, wählt Foucault den Begriff der 'Episteme': "Es handelt sich ... um eine Untersuchung, in der man sich bemüht festzustellen, von wo aus Erkenntnisse und Theorien möglich gewesen sind, nach welchem Ordnungsraum das Wissen sich konstituiert hat, auf welchem historischen Apriori und im Element welcher Positivität Ideen haben erscheinen, Wissenschaften sich bilden, Erfahrungen sich in Philosophien reflektieren, Rationalitäten sich bilden können, um vielleicht sich bald wieder aufzulösen und zu vergehen. ... Was wir an den Tag bringen wollen, ist das epistemologische Feld, die episteme" (Foucault, 1993b, S. 24)

Die Erfahrung eines Gegenstandes ist weder repräsentationistisch¹² durch den Gegenstand selbst noch durch transzendente Subjektkategorien bestimmt. Vielmehr sind Subjekt und Objekt von Erkenntnis bzw. Erfahrung historisch-kulturell situiert und das schlägt sich in den konkreten Diskursen und ihren Begrifflichkeiten nieder, dem individuellen Wissenschaftler meist unbewußt. Die Episteme, die übrigens sehr stark an den Kuhnschen Paradigma-Begriff erinnert, formiert sich nach Foucault im 'Diskurs', der solche Erfahrungs-Ordnung gleichsam autopoietisch generiert und zu erkennen gibt. (Diese diskursive Autonomie, d.h. die synthetische Funktion des Diskurses als regelerzeugendem Formationssystem, ist aus systemtheoretischer Sicht

¹¹ Kants Erkenntnistheorie fragt nach den unhintergehbaren und notwendigerweise (apriori) gegebenen Möglichkeitsbedingungen des menschlichen Erkennens, die dem Bewußtsein des Menschen noch vor jedem konkreten Einzeltatbestand vorausliegen, d.h. die Bewußtseinsstruktur ursprünglich ausmachen, weil sie jeder Erfahrung vorausgehen und ermöglichen. Diese Möglichkeitsbedingungen werden **transzendentes Erkenntnisapriori** genannt. Im ethischen Bereich sucht dementsprechend die **Transzendentalpragmatik** Letztbegründungen und Allgemeinverbindlichkeit durch den Rekurs auf die apriorischen Möglichkeitsbedingungen menschlicher Kommunikation zu garantieren.

¹² **Repräsentationistisch** meint hier, daß das Objekt der Erkenntnis mit dem Erkenntnisinhalt in einem direkten Entsprechungsverhältnis steht. Wahrheit bedeutet demnach die 'Übereinstimmung von Sache und Intellekt' (= adaequatio rei et intellectus).

sicherlich einer eigenen Untersuchung wert.) Im Falle der Humanwissenschaften handelt es sich z.B. um einen Diskurs, dessen 'epistemologischer Indikator' in der Annahme eines bestimmten Wesens, einer 'Natur' des Menschen besteht.

Archäologie ist also Diskursanalyse mit dem Ziel der Destruktion subjektphilosophischer und humanwissenschaftlicher Theorien, Begriffe und Konzepte des Menschen, um so zu einer Befreiung des Subjekts aus starren Wesensformen und Strukturen zu führen, Determinationen zu untergraben und Transformation möglich zu machen. (Vgl. zur Auseinandersetzung Foucaults mit der Psychologie und deren pathologisierenden Gegenstandskonstituierung als einem konkreten Beispiel archäologischer Arbeit: Visker, 1991, S. 17-89; Schmid, 1991, 41-47)

2.2. Genealogie der Macht: Die Destruktion von Herrschaft

Die Autonomie des Diskurses macht - so Foucault - unserer Gesellschaft Angst: "Es herrscht zweifellos in unserer Gesellschaft ... eine tiefe Logophobie, eine stumme Angst vor jenen Ereignissen, vor jener Masse von gesagten Dingen, vor dem Auftauchen all jener Aussagen, vor allem, was es da Gewalttätiges, Plötzliches, Kämpferisches, Ordnungsloses und Gefährliches gibt, vor jenem großen unaufhörlichen und ordnungslosen Rauschen des Diskurses." (Foucault, 1993c, S. 33) So kommt es zur Domestizierung des Diskurses durch Prozeduren, die in der Genealogie untersucht werden sollen. Foucaults Hypothese lautet, "daß in jeder Gesellschaft die Produktion des Diskurses zugleich kontrolliert, selektiert und kanalisiert wird - und zwar durch gewisse Prozeduren, deren Aufgabe es ist, die Kräfte und Gefahren des Diskurses zu bändigen, sein unberechenbar Ereignishaftes zu bannen, seine schwere und bedrohliche Materialität zu umgehen." (Foucault, 1993c, S. 10-11) Die genannte Kontrolle wird durch folgende Prozeduren der 'Ausschließung' ausgeübt:

Die erste Ausschließungsform besteht in der Leitdifferenz von 'erlaubt' und 'verboten', die vor allem im Bereich der Sexualität und der Politik angewandt wird. Ein zweites Prinzip der Ausschließung wirkt in der Unterscheidung zwischen dem 'Vernünftigen' und dem 'Unvernünftigen', bzw. zwischen 'Vernunft' und 'Wahnsinn' oder 'gesund' und 'krank'; und der Gegensatz zwischen dem 'Wahren' und dem 'Falschen' bildet ein drittes Ausschließungssystem im Dienste der Diskurskontrolle.

Neben diesen von außen auf den Diskurs einwirkenden Prozeduren nennt Foucault noch mehrere diskursinterne Kontrollprinzipien, wie z.B. die 'Disziplin' der Wissenschaft, welche durch implizite Regeln genau definierte Erfahrungsräume schafft, Gegenstandsebenen festlegt, begriffliche Instrumente vorgibt und einen theoretischen Horizont aufreißt. All dem muß ein 'Satz' entsprechen, um der Disziplin anzugehören. Aber auch die Konstitution des Wissenschaftlers selbst unterliegt kontingenten und sozialen Machtspielen der Qualifikation: "Niemand kann in die Ordnung des Diskurses eintreten, wenn er nicht gewissen Erfordernissen genügt, wenn er nicht von vornherein dazu qualifiziert ist. Genauer gesagt: nicht alle Regionen des Diskurses sind in gleicher Weise offen und zugänglich" (Foucault, 1993c, S. 26).

Diese Analyse von Macht und Herrschaft in 'Die Ordnung des Diskurses' erscheint Foucault aber noch nicht adäquat. Sie sei zu juridisch konzipiert und fokussiere demnach allein das, "was untersagt, was nein sagt, mit einer ganzen Litanei negativer Wirkungen: Ausschließungen, Verwerfungen, Versperrungen, Verneinungen, Verschleierungen usw." (Foucault, 1978, S. 104-105) Die weiteren Analysen in 'Sexualität und Wahrheit' haben die Macht als 'Bio-Macht' zu erläutern, einer Macht, die sich positiv der Individuen und ihrer Körper bemächtigt, um deren Lebensfunktionen zu kontrollieren. Diese "Macht ist dazu bestimmt, Kräfte hervorzubringen, wachsen zu lassen und zu ordnen, anstatt sie zu hemmen, zu beugen oder zu vernichten." (Foucault, 1992, S. 163) An der Sexualität und der Geschichte ihrer Problematisierung lassen sich die Verwaltungs- und Zugriffsmechanismen dieser Bio-Macht konkret ablesen. Sie bemächtigt sich der Individuen unter dem Vorwand, ihnen die Sorge um sich selbst abzunehmen, und so das Leben der Individuen normierend und reglementierend zu ihrem Objekt zu machen. Eines der wesentlichen Kennzeichen dieser Biomacht ist, daß sie sich als Herrschaft inkorporiert und internalisiert. "Ich suche zu zeigen, wie die Machtverhältnisse in die Tiefe der Körper materiell eindringen können, ohne von der Vorstellung der Subjekte übernommen zu werden. Wenn die Macht den Körper angreift, dann nicht deshalb, weil sie zunächst im Bewußtsein der Leute verinnerlicht worden ist." (Foucault, 1978, S. 108-109) Macht darf also nicht auf das Problem der Souveränität beschränkt bleiben: "Gegen dieses Privileg der souveränen Macht wollte ich versuchen, eine Analyse zur Geltung zu bringen, die in eine andere Richtung geht. Zwischen jedem Punkt eines gesellschaftlichen Körpers, zwischen einem Mann und einer Frau, in einer Familie, zwischen einem Lehrer und seinem Schüler, zwischen dem der weiß und dem der nicht weiß verlaufen Machtbeziehungen, die nicht die schlichte und einfache Projektion der großen souveränen Macht auf die Individuen sind" (Foucault, 1978, S. 110). Macht besteht für Foucault in einem multiplen Netz von Beziehungen und Praktiken, dessen Funktionieren er beschreiben will. "Zweifellos muß man Nominalist sein: die Macht ist nicht eine Institution, ist nicht eine Struktur, ist nicht eine Mächtigkeit einiger Mächtiger. Die Macht ist ein Name, den man einer komplexen strategischen Situation in einer Gesellschaft gibt." (Foucault, 1992, S. 114) Macht wird also nicht abgelehnt, sondern in ihren Verhältnissen analysiert, um sie zur Vermeidung ihrer Erstarrung in Herrschaftsverhältnissen besser unterlaufen zu können. "Die Macht ist nicht das Böse. Macht heißt: strategische Spiele." (Foucault, 1985, S. 25) Machtbeziehungen können zu Herrschaftszuständen deprivieren, indem sie ihre Beweglichkeit verlieren und dominierende Strategien an die Stelle von Freiheit setzen. Macht ist in allen menschlichen Beziehungen präsent und stellt solange kein Problem dar, wie sie beweglich, umkehrbar und instabil bleibt, denn damit "eine Machtbeziehung bestehen kann, bedarf es also auf beiden Seiten wenigstens einer gewissen Form der Freiheit." (Foucault, 1985, S. 19) Aufgabe der Ethik ist es, das Mißtrauen in die Macht wachzuhalten, den Stillstand der Machtverhältnisse zu verhindern und Herrschaftszustände zu untergraben. Aus mit Hilfe von 'Technologien der Herrschaft' regierten Individuen sollen durch den Einsatz der Ethik Menschen werden, die sich selbst regieren durch 'Technologien des Selbst' (vgl. Foucault, 1993d, S. 24-62).

2.3. Ethik - Das Experiment eines eigenen Stils der Existenz

Die Neubegründung einer Ethik als Lebenskunst ist bei Foucault in der Archäologie und Genealogie fundiert: "Die Archäologie zeigt, daß es unmöglich ist, den Menschen in ein für allemal gültige Grenzen der Erfahrung, die doch immer nur historischer Natur sind, einzuschließen. Die Genealogie zeigt, daß die herrschenden gesellschaftlichen Formen und Praktiken aus Zufälligkeiten und Auseinandersetzungen in der Geschichte hervorgegangen sind und darin ihren Grund haben. Beide zielen darauf ab, die vermeintliche Determinationen und ehernen Notwendigkeiten aufzulösen, um das ethische Subjekt ins Recht zu setzen, das offen ist für das Experiment und die Erfahrung, für die mögliche Transformation." (Schmid, 1991, S. 142) Das philosophische Denken eröffnet die Möglichkeit neuer Handlungsfreiheit. "Was Foucault unternimmt, ist ..., das philosophische Denken ernstzunehmen, das selbst eine Tätigkeit ist, ein Akt, der letztlich darin besteht, 'das gesamte Feld des Möglichen offenzuhalten'" (Schmid, 1991, S. 148). Im Andersdenken entsteht Freiheit in Bezug auf das, was man tut, entsteht eine transformierende Kraft, welche die verfestigte Gewißheit angeblichen Wissens aufbricht. Das Subjekt findet seinen Grund in der Veränderbarkeit und steht immer neu vor der Aufgabe, seine eigene Form zu finden.

Die Frage der Form, die der Mensch sich gibt, das ist die Frage einer Ethik, der es darum geht, neue Freiräume gegen eine Macht zu etablieren, die Menschen den herrschenden Normen zu unterwerfen und so die Form seiner Existenz zu bestimmen sucht. "Gegen die Norm steht die Form, die das Individuum sich selbst gibt. Sie setzt an bei aktuellen Verhältnissen, geht aus diesen hervor und wirkt auf diese zurück. Sie entfaltet sich im Widerstand gegen die Attacken einer individualisierenden Macht und gegen die Festlegung auf eine bestimmte Identität. Es geht um die Entfaltung des Individuums, das den Machtverhältnissen unterworfen war, zum Selbst, das sich selbst konstituiert." (Schmid, 1991, S. 226) Die Ethik einer kritischen Philosophie, wie Foucault sie betreibt, untergräbt die anthropologischen Konstanten des epistemischen Subjekts, um die Fülle der Möglichkeiten der Transformation des Subjekts aufzuzeigen, und weckt im Individuum die 'Sorge um sich', aus der heraus es sich gegen starre Herrschaftsverhältnisse jeglicher Art wendet, um sich selbst zu regieren und seinen eigenen Stil der Existenz zu finden. Der Ethik geht es um Praktiken der Freiheit, "denn was ist Ethik anderes als Freiheitspraxis, die reflektierte Praxis der Freiheit?" (Foucault, 1985, S. 12) Der sokratische Imperativ dieser Ethik lautet: 'Kümmere dich um dich selbst!'. Hier trifft nach Foucault der oft erhobene Vorwurf egoistischer Selbstliebe nicht, denn die reflektierte Selbstsorge impliziert die vielfältigsten Formen von Beziehungen zu anderen, zielt auf deren Wohl und versucht, den Beziehungsraum der Macht nicht durch Beherrschung zu zerstören. Wer sich richtig um sich selbst kümmert, der kann sich auch anderen gegenüber richtig verhalten.

Eine solche Ethik muß sich natürlich gegen jeden Anspruch von Allgemeinverbindlichkeit wenden. Das heißt nicht, daß es keine geltenden Normen geben dürfe. Aber legitimierte Normativität zeichnet sich dadurch aus, daß sie sich gegenüber den Individuen nicht kritikimmun gebärdet und keine 'Normalität' verordnet. Die Deskription einer Ästhetik der Existenz kann sich nicht derart zur Präskription wenden, daß sie vorgibt, was für jeden zu jeder Zeit gelten muß. Wenn

also auch keiner für den anderen verbindlich weiß, welche Form er seinem Leben konkret zu geben hat, so entsteht nach Foucault Subjektivität doch erst im Beziehungsfeld zu Anderen. Relationen bestimmen zu jedem Zeitpunkt den aktuellen Selbstvollzug, der immer ein reflexiver ist, d.h. ein über den anderen seiner selbst zu sich selbst vermittelter. Erst die Auseinandersetzung mit dem Anderen ermöglicht die Erfahrung von Veränderung: "Es ist immer etwas Lächerliches im philosophischen Diskurs, wenn er von außen den anderen vorschreiben und vorsagen will, wo ihre Wahrheit liegt und wie sie zu finden ist, oder wenn er ihnen in naiver Positivität vorschreiben will, wie sie zu verfahren haben. Aber es ist sein Recht, zu erkunden, was in seinem Denken verändert werden kann, indem er sich in einem ihm fremden Wissen versucht. Der "'Versuch' - zu verstehen als eine verändernde Erprobung seiner selber und nicht als vereinfachende Aneignung des andern zu Zwecken der Kommunikation - ist der lebende Körper der Philosophie, sofern diese jetzt noch das ist, was sie einst war: eine Askese, eine Übung seiner selbst, im Denken." (Foucault, 1991b, S. 16) Bei den Praktiken der Lebenskunst, d.h. der Ethik, handelt es sich um verändernde Erprobungen seiner selbst, um Versuche, die des Anderen bedürfen, um Übungen seiner selbst. Diese Praktiken könnte man "die 'Künste der Existenz' nennen", und darunter "sind gewußte und gewollte Praktiken zu verstehen, im denen sich die Menschen nicht nur die Regeln ihres Verhaltens festlegen, sondern sich selber zu transformieren, sich in ihrem besonderen Sein zu modifizieren und aus ihrem Leben ein Werk zu machen suchen, das gewisse ästhetische Werte trägt und gewissen Stilkriterien entspricht." (Foucault, 1991b, S. 18)

Da es nach Foucault also in einer postteleologischen Ethik keinen objektivierbaren Zugriff auf das Wesen des Menschen geben kann und sie so ihre Bestimmung in der Ermächtigung des Subjekts zu einer Ästhetik der eigenen Existenz, zur Transformation seiner selbst auf der Grundlage eigener Wahl findet, müssen die 'Künste der Existenz' der aktiven Konstituierung einer eigenen Form der Existenz dienen. Aus Moraltechnologien werden so Technologien des Selbst, die eine Einübung in die Freiheit zu möglicher Transformation durch Andersdenken und Andershandeln als Können darstellen. Aus der 'Sorge um sich selbst' soll das Individuum zu einer experimentierfreudigen und artistischen Seinsweise finden, die sich in transformativen Künsten der Existenz verwirklicht. "Hier hat Ethik ihren Ansatzpunkt: Sie ist die Selbstkonstituierung des Individuums, zugleich jedoch der Ort des Anderen, des Andersdenkens und der Veränderung. Sie ist ein wesentlicher Bestandteil der kritischen Philosophie, die nach den Bedingungen und indefiniten Möglichkeiten sucht, das Subjekt zu transformieren. ... In der Frage der Transformation ist der Grund zur Begründung dieser Ethik zu finden." (Schmid, 1991, S. 386)

Im dritten Teil dieses Artikels soll nun versucht werden, die Methoden des lösungsorientierten Therapieansatzes, wie sie im Ausgang von Steve de Shazer entwickelt worden sind, als mögliche Formen der Operationalisierung einer solchen Transformationspragmatik, d.h. als Möglichkeitsraum für Technologien des Selbst darzustellen.

3. Steve de Shazer - Therapie als Lebenskunst der Veränderung

"Die meisten Probleme entstehen im Zusammenhang menschlicher Interaktion und werden durch sie auch aufrechterhalten. Individuen haben ihre spezifischen Eigenschaften, Stärken, Einschränkungen, Überzeugungen, Werte, Erfahrungen und manchmal Schwierigkeiten, sie lernen dauernd weiter und entwickeln verschiedene Arten der Interaktion. Die Lösungen bestehen darin, die Interaktionen im Kontext der jeweiligen situativen Rahmenbedingungen zu verändern. Aufgabe der Kurztherapie ist es, den Klienten zu helfen, etwas anders zu machen, ihr Interaktionsverhalten und / oder ihre Interpretation des Verhaltens und der Situation so zu verändern, daß sich eine Lösung entwickelt, der Knoten des Problems sich löst." (De Shazer, 1986, S. 184) Eine der zentralen Prämissen de Shazers lautet dabei: "Um in wirklich passender Weise zu intervenieren, muß man über die Details der Klage, die der Klient vorträgt, gar nicht so genau Bescheid wissen. Es ist nicht einmal nötig, daß man sich genau vorstellen kann, wodurch die beklagte Situation am Leben gehalten wird, um dann eine Lösung finden zu können. ... Notwendig ist nur, daß die betroffene Person in ihrer unangenehmen oder lästigen Situation etwas anderes tut, selbst wenn dieses Verhalten scheinbar irrational, ganz und gar irrelevant, eindeutig bizarr oder komisch ist." (De Shazer, 1990a, S. 24) "Variatio delectat."

Es geht de Shazer und seinem Team um Veränderungen, die Ziele und Lösungen fokussieren, für die allein der Klient Experte ist. Im folgenden soll dargelegt werden, wie solche Veränderungen im konkreten Therapieverlauf induziert werden, um dann zu einigen impliziten Grundannahmen zu gelangen.

3.1. Die Arbeitsweise von lösungsorientierten Kurzzeittherapeuten

Die erste Sitzung am BFTC in Milwaukee verläuft, abgesehen von einigen therapeuten- und situationsspezifischen Varianten (vgl. z.B. Walter / Peller, 1994), nach folgendem Ablaufschema:

- Einführung des Klienten in die Arbeitsweise
- Problemdarlegung und Einladung durch den Klienten
- Wunderfrage
- Ausnahmen vor der Sitzung
- Skalenfragen und 'Erster Schritt'
- Beratungspause
- Bekräftigung, Kompliment und Aufgabe

Im Sinne eines guten Rapports zum Klienten, über den der Therapeut möglichst wenig Vorinformationen erhält, ist es sinnvoll, ihn, nach der Einführung in die Arbeitsweise, zu Beginn zu fragen, was ihn in die Therapie geführt hat und ihm dabei gegebenenfalls auch ausreichend Gelegenheit zum Klagen einzuräumen. Der Therapeut hört in respektvoll-akzeptierender Haltung zu, ohne durch Empathie die Problemschilderung zu forcieren oder gar diagnostisch motivierte Fragen zu stellen. Bereits in dieser Phase geht es ihm darum, lösungsorientiert die Ziele des Klienten im Hinblick auf die Therapie zu entdecken.

Je nach Bedürfnis des Klienten kommt dieser 'problem-talk', der übrigens auch völlig entfallen kann, nach einiger Zeit ganz natürlich zu seinem Ende: der Klient gibt die Erlaubnis und Einla-

dung zum weiteren Vorgehen, indem er sich wiederholt, den Therapeuten erwartungsvoll anschaut oder irgendeine entsprechende Bemerkung macht.

Der Therapeut versucht nun, dem Klienten durch die 'Wunderfrage' bei der Findung und Formulierung seiner Ziele zu helfen: "Angenommen, es würde eines Nachts, während Sie schlafen, ein Wunder geschehen, und Ihr Problem wäre gelöst: Wie würden Sie das merken? Was wäre anders? ... Welche Veränderung würden Sie am nächsten Morgen bemerken, die Ihnen anzeigen, daß ein Wunder geschehen ist?" (De Shazer, 1992a, S. 130 / De Shazer, 1989, S. 24) Mit dieser Frage eröffnet der Therapeut dem Klienten den Horizont der Möglichkeiten über dem Terrain seiner strukturellen und kausalen Annahmen, seiner eigenen Problemkonstrukte und so oft gescheiterten Problemlösungsstrategien. Die Wunderfrage ist "eine höchst effiziente Methode..., um den Klienten bei der Definition ihrer Ziele zu helfen und sie damit in die Lage zu versetzen zu beschreiben, wie sie wissen, wann das Problem gelöst ist." (De Shazer, 1989, S. 24) Wenn der Klient auf diese Frage antwortet und dabei vom Therapeuten durch geschicktes Nachfragen (z.B. danach, woran andere etwas merken würden) zur Erzeugung von immer konkreteren und 'realistischeren' Lösungskonstruktionen verstimmt wird, dann hat er bereits etwas anders gemacht und ist zum Ko-Autoren einer neuen Wirklichkeit geworden. Der erste Schritt der Therapie ist damit erfolgt, denn im "allgemeinen erfordern Lösungen einfach, daß jemand etwas anders macht oder etwas anders sieht, was zu einer größeren Zufriedenheit führt" (De Shazer, 1989, S. 28).

Im Anschluß an die Wunderfrage werden Fragen nach 'Ausnahmen' gestellt, d.h. nach Situationen in der Vergangenheit des Klienten, in denen das Wunder sich bereits ein wenig ereignet hat, und danach, wie der Klient das denn geschafft habe. Auch diese Frage nach Ausnahmen und Ressourcen ist motiviert durch den Versuch, dem Klienten zu helfen, Unterschiede zu entdecken und Lösungen zu finden. Ausnahmen sind "news of difference" (Bateson).

Das Wunder wird, durch die Exploration von Ausnahmen, die bislang nicht wahrgenommen und gewürdigt wurden, gleichsam in den Bereich der Handlungskompetenz des Klienten transferiert. Dabei ist Beachtung der Wohlgeformtheitsregeln von Zielen eine gute Hilfe: Ziele sollten demnach z.B. klein, einfach und realistischerweise zu erreichen sein. In der Formulierung sollte nicht die Beendigung von negativem Verhalten, sondern vielmehr eine positive Verhaltensalternative als Beginn von etwas Neuem zum Ausdruck gebracht werden. Das Ziel sollte für den Klienten relevant und nützlich sein, seiner Kontrolle unterliegen und in seiner eigenen, möglichst prozeßhaften Sprache formuliert werden. (vgl. Berg, 1992, S. 72-78 und Walter / Peller, 1994, S. 72-82) Experte für solche Ziele ist allein der Klient, dem durch die Wunderfrage und durch die Konstruktion von Ausnahmen der Horizont eigener Möglichkeiten und Kompetenzen neu eröffnet wurde. Menschen haben alles, was sie für die Lösung ihrer Probleme brauchen.

Gemeinsame Sprache und sprachliche Interaktion erweckt leicht den Eindruck von wirklichem Verstehen. Wie unterschiedlich aber z.B. Bewertungen über den Entwicklungsstand des Klienten zwischen Therapeut und Klienten ausfallen können, davon zeugen die Skalenfragen, in deren Anwendung der Phantasie keine Grenze gesetzt ist: "Auf einer Skala von 1 bis 10, wobei 1 die schlimmste Zeit des Problems und 10 den Zustand des Wunders bezeichnet, wo würden

Sie sich da im Moment einordnen?" "Auf derselben Skala - wie hoch würden sie andere Personen (wichtiger Beziehungen) einstufen?" usw. Hier wird versucht, abstrakte und schwer zu verbalisierende Dinge (Zuversicht, Problemsituation, Motivation etc.) auf einfachste Weise zu erfassen und u.a. für die Beurteilung von Fortschritten zur Verfügung zu stellen, ohne dabei den Anspruch zu erheben, wirklich zu wissen, was der Klient im einzelnen innerlich repräsentiert. Anschließend wird lösungsorientiert der 'nächste kleine Schritt' erfragt, der den Klienten um ½ bis 1 Punkt auf der Skala weiterbringen wird.

Während der Beratungspause, die den Klienten ähnlich wie die Wunderfrage in eine kleine Trance versetzt, bespricht sich der Therapeut mit dem Team, das hinter einem Einwegspiegel das Interview beobachtet hat, um dem Klienten dann anschließend durch eine 'confirmation' Verständnis zu signalisieren, durch 'compliments' Anerkennung für bereits Erreichtes zu zollen und schließlich im 'clue' eine mehr oder weniger vage Aufgabe bis zur nächsten Sitzung zu stellen, welche die vom Klienten konstruierten Ziele und Lösungen operationalisiert. Je nach Sitzungsverlauf kann auf jeden Fall die 'Formula First Session Task, FFST, gegeben werden: "Bis zur nächsten Sitzung beobachten Sie nur und beschreiben uns dann, was ... so abläuft, daß Sie der Meinung sind, es soll so bleiben." (De Shazer, 1989, S. 21) Beschwerdefreie Situationen, Ausnahmen, kleine Verwirklichungen des Wunders stellen den Gesprächsinhalt der folgenden Sitzungen dar.

3.2. Grundannahmen lösungsorientierter Kurztherapie

In diesem zweiten Abschnitt will ich versuchen, einige der impliziten Grundannahmen und Prinzipien lösungsorientierter Kurztherapie nach De Shazer zusammenfassend darzustellen.

3.2.1. Klienten sind kooperative Experten

Menschen, die in die Therapie kommen, haben alles, was sie brauchen, um ihre Probleme zu lösen. Es gilt deshalb, die vorhandenen Ressourcen freizulegen und zu nutzen: "In meinen Augen liegt hier der Zugang zur Kurztherapie: Das, was der Klient mitbringt, nutzen, um seine Bedürfnisse in der Weise zu erfüllen, daß er sein Leben zu seiner Zufriedenheit gestalten kann." (De Shazer, 1990a, S. 23) Die Aufgabe des Therapeuten ist die der Kooperation: "Jede Familie, Einzelperson oder Paar zeigt eine einzigartige Weise des Kooperierens und die Aufgabe des Therapeuten besteht zuerst darin, sich selber diese spezifische Weise, die die Familie zeigt, zu beschreiben und dann mit dieser zu kooperieren und auf diese Weise Änderungen zu fördern" (De Shazer, 1990b, S. 77). Aus einer 'Behandlung' (vgl. die Biomacht bei Foucault!) wird so eine Anregung zur Handlung, eine Ermutigung durch 'Technologien des Selbst' mehr von dem zu tun, was funktioniert, was aus der Perspektive des Klienten richtig und nützlich ist, Spaß macht und außerhalb des 'Problemrahmens' liegt. Bei dem von Therapeuten oft bemühten Konzept des 'Widerstandes' handelt es sich mithin um "eine schlechte Idee", eine "pure Einbildung", die den Therapeuten beeinträchtigt. (De Shazer, 1990b, S. 77.78) Der Therapeut sollte sich hier in der Kunst des Andersdenkens üben, denn "Widerstand ist nur eine unter vielen Möglichkeiten ... zu beschreiben, was der Beobachter beobachtet." (De Shazer, 1992b, S. 50). Wenn dem The-

rapeuten daran gelegen ist, durch Akzeptanz, Utilisation und gutes Joining einen konstruktiven Rapport zum Klienten zu gewinnen, eine Mäeutik mit dem Ziel von Veränderung zu betreiben und die sichere Erwartung zu wecken, daß das Problem durch eigene Ressourcen gelöst werden wird, dann erfüllt er meiner Meinung nach die Ideen, die Foucault mit seiner Ethik der Lebenskunst als Ziel vor Augen hatte.

3.2.2. Lösungen entstehen aus Interaktionsvarianzen

"Bedeutungen und Erfahrungen sind interaktional konstruiert." (Walter / Peller, 1994, S. 42) Sie entstehen somit im Spiel der Macht, und reflektieren dessen definitorische Herrschaft, die sich in vielfältigsten Normierungen und Identitätsbestimmungen zu erkennen gibt. Gegen die anscheinende Alternativenlosigkeit inkorporierter, habitueller Herrschaftsverhältnisse versucht die therapeutische Lebenskunst, die Aufmerksamkeit des Klienten wieder auf die Modifizierbarkeit der Existenz, auf die Transformativität, die Freiheit zu lenken, um so den Horizont der Möglichkeiten und damit der Lösungen neu zu eröffnen. Dabei läßt sich der Therapeut von der Annahme leiten, daß es immer Ausnahmen gegenüber der 'Problem-Regel' gibt, "die zu Unterschieden werden, die einen Unterschied machen." (De Shazer, 1989, S. 23) *Panta rhei!*

"Kurzzeittherapeuten gehen ... davon aus, daß Probleme sich einfach selbst aufrecht erhalten und damit hat es sich. Diese Annahme führt zur Vorstellung, daß jeder Unterschied im Verhalten, Denken, Fühlen, Wahrnehmen bzw. im Kontext die Möglichkeit bietet, einen solchen zu machen, der zur Lösung der Beschwerde führt." (De Shazer, 1989, S. 76) Die Lösungen, zu deren Konstruktion die Ausnahmen genutzt werden, haben oft gar nicht unmittelbar etwas mit dem 'Problem' zu tun, so daß sich für einen Kurzzeittherapeuten jede, den Klienten auf der Identitätsebene definierende Diagnose erübrigt.

Mit der allgemeinen Systemtheorie nimmt De Shazer an, "daß ein Unterschied oder eine Veränderung eines Teils eines Systems zu Rückwirkungen (und Transformationen) in anderen Teilen des Systems führt. Dieser einfache Gedanke bildet die Grundlage der Kurztherapie." (De Shazer, 1989, S. 120) Und dabei gilt, daß schon sehr kleine Veränderungen die Lösung auf den Weg bringen können. Der Klient wird weitere Veränderungen selbst in Gang bringen, sobald er in der Therapie Initialerfahrungen der Möglichkeit von Veränderungen seiner bisherigen Wirklichkeitskonstruktion aus eigenen Ressourcen heraus macht.

4. Schluß

Der Ethik als Lebenskunst im Sinne Foucault geht es um die Befähigung des Menschen zu einer selbstverantwortlichen Arbeit an einer Stilistik der eigenen Existenz. Der Weg dazu beginnt im Experiment des Andersdenkens und Anderslebens, das aus den habituellen und inkorporierten Selbstvollzugsdispositionen herausführt und den Horizont der Möglichkeiten neu eröffnet. Archäologie und Genealogie entlarven deshalb determinierende Definitionsprozesse durch den Aufweis ihrer geschichtlichen Relativität: Die 'Wahrheit' des Menschen kann nicht allgemeingültig fixiert und normiert werden; sie ist bleibende Aufgabe des ethischen Subjekts, der es sich durch die Ausübung von Künsten der Existenz stellt.

Diese Ermächtigung des Subjekts zur autonomen Kreation einer Ästhetik der eigenen Existenz ist auch das Ziel lösungsorientierter Kurzzeittherapie nach De Shazer. Sie versucht mit ihren Methoden des Fragens den Raum der Möglichkeiten für den Klienten wieder zu eröffnen und verzichtet dabei auf jeden Versuch einer aus eigener 'Episteme' generierten, diagnostisch 'fundierten' Präskription von Lösungen. Ihr Ziel ist vielmehr, den Klienten durch Andersdenken und Andershandeln zu einer Lösung zu führen und sich dabei von ihm als Experten führen zu lassen. Vor allem die Wunderfrage erweist sich in ihrer zukunftsorientierten, motivierenden und degagierenden Eigenart als Technologie des Selbst par excellence. Internalisierte problemgenerierende Handlungsgrammatiken des Klienten werden suspendiert und von intolerablen, fixierten Machtansprüchen wird er eximiert. Die Möglichkeit des Andersdenkens und Anderslebens, der Transformativität der eigenen Existenz scheint auf.

Zusammenfassung:

Philosophische Ethik und Therapie werden als mögliche Formen einer Lebenskunst dargestellt, deren Ziel es ist, dem Menschen zu einer individuellen Antwort auf die Frage zu helfen, die ihm die Offenheit und prinzipielle Unbestimmtheit seiner Existenz stellt. Der Weg dazu führt über die Kunst des Andersdenkens und Anderslebens, durch die der freiheitliche Horizont der Möglichkeiten über dem Terrain fixierter Definitionen und Konstellationen eröffnet wird.

Schlüsselbegriffe:

Selbstkonstituierung des Subjekts, Humanwissenschaften, Diskurs, Macht, Herrschaft, Technologien des Selbst, Kooperation, Lösungen, Veränderung, Ausnahmen

Literaturverzeichnis:

- Berg I (1992) Familien Zusammenhalt(en). Ein kurz-therapeutisches und lösungs-orientiertes Arbeitsbuch. Modernes Lernen, Dortmund
- Bourdieu P (1979) Entwurf einer Theorie der Praxis. Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Bourdieu P (1987) Sozialer Sinn. Kritik der theoretischen Vernunft. Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Bourdieu P (1989) Die feinen Unterschiede. Kritik der gesellschaftlichen Urteilskraft. (3. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- De Shazer St et.al. (1986) Kurztherapie - Zielgerichtete Entwicklung von Lösungen. Familiendynamik 11: 182-205.
- De Shazer St (1989) Der Dreh. Überraschende Wendungen und Lösungen in der Kurzzeittherapie. Auer, Heidelberg.
- De Shazer St (2. Aufl. 1990a) Wege der erfolgreichen Kurztherapie. Klett-Cotta, Stuttgart.
- De Shazer St (1990b) Noch einmal: Widerstand. ZSystTher 8: 76-80.
- De Shazer St (1992a) Das Spiel mit Unterschieden. Wie therapeutische Lösungen lösen. Auer, Heidelberg.
- De Shazer St (1992b) Muster familientherapeutischer Kurzzeit-Therapie. Junfermann, Paderborn.
- De Shazer St (1994) Words were originally magic. Norton, New York / London.
- Fink-Eitel H (1992) Foucault zur Einführung. Junius, Hamburg.
- Foucault M (1978) Dispositive der Macht. Über Sexualität, Wissen und Wahrheit. Merve Verlag, Berlin.
- Foucault M (1985) Freiheit und Selbstsorge. Materialis, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1991) Der Gebrauch der Lüste. Sexualität und Wahrheit 2. (2. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1991a) Archäologie des Wissens. Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1991b) Der Gebrauch der Lüste. Sexualität und Wahrheit II. (2. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1992) Der Wille zum Wissen. Sexualität und Wahrheit I. (6. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1993a) Die Sorge um sich. Sexualität und Wahrheit III. (3. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1993b) Die Ordnung der Dinge. Eine Archäologie der Humanwissenschaften. (12. Aufl.) Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Foucault M (1993c) Die Ordnung des Diskurses. S. Fischer, Frankfurt a.M.
- Foucault M et.al. (1993d) Technologien des Selbst. S. Fischer, Frankfurt a.M.
- Kögler H H (1994) Michel Foucault. Metzler, Stuttgart.
- Krämer H (1992) Integrative Ethik. Suhrkamp, Frankfurt a.M.
- Krüll M (1991) Psychotherapie und Ethik - in systemisch-konstruktivistischer Sichtweise. Ethik und Sozialwissenschaften 2: 431-439. Sowie die nachfolgenden Diskussionsbeiträge: EuS 2 (1991): 439-511.
- Müssen P (1991) Ethik als handlungsleitende Sinnwissenschaft und der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. In: Furger F (Hrsg) Ethische Theorie praktisch. Aschendorf, Münster, S. 36-65.
- Müssen P (1995a) Der Beitrag der Human- und Gesellschaftswissenschaften zur christlichen Sozialethik - gezeigt am Beispiel (sozial-) psychologischer Fragen. In: Heimbach-Steins, M / Lienkamp, A / Wiemeyer, J (Hrsg.)(1995) Brennpunkt Sozialethik, 213-230. Freiburg
- Müssen P (1995b), "Gnothi seauton" - Konstruktivismus und die sokratische Methode der Maieutik. Versuch über konstruktivistische Fragen zur Ethik. In: Rusch, G / Schmidt, SJ (1995), Konstruktivismus und Ethik, 178-209. Frankfurt/M.

Portele G (1989) Autonomie, Macht, Liebe. Konsequenzen der Selbstreferentialität. Suhrkamp, Frankfurt a.M.

Schmid W (1991) Auf der Suche nach einer neuen Lebenskunst. Die Frage nach dem Grund und die Neubegründung der Ethik bei Foucault. Suhrkamp, Frankfurt a.M.

Spaemann R (1992) Glück und Wohlwollen. Versuch über Ethik. (2. Aufl.) Klett-Cotta, Stuttgart.

Visker R (1991) Michel Foucault. Genealogie als Kritik. Fink, München.

Walter J / Peller J (1994) Lösungsorientierte Kurztherapie. Ein Lehr- und Lernbuch. Modernes Lernen, Dortmund.