



Hans Lieb

Werkzeug Sprache in Therapie, Beratung und Supervision

DAS GRUNDLAGENBUCH



Hans Lieb

Werkzeug Sprache in Therapie, Beratung und Supervision

Das Grundlagenbuch

Mit 8 Abbildungen und 3 Tabellen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2020, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG, Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: MvanCaspel/Shutterstock.com

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-647-45385-9

Inhalt

Vorbemerkung	9
Grundlagenbuch und Arbeitsbuch	11
1 Einleitung	13
1.1 Meine persönlichen Erfahrungen zum Thema Sprache in Therapie und Supervision	13
1.2 Sprache als zentrales Element in Therapie, Beratung und Supervision	14
1.3 Zu Inhalt und Aufbau des Buches	16
1.3.1 Kerninhalt	16
1.3.2 Aufbau des Buches	18
1.4 Vorabbestimmung: Klartext und Meta-Klartext-Klarheit	19
2 Klienten- und Therapeutenaussagen, die es in sich haben	21

Teil I: Praxisorientierte Theorie

3 Sprachphilosophie: Historie und sprachphilosophische Wenden	25
3.1 Wenden in der Sprachphilosophie I: Historischer Überblick	25
3.2 Geschichte der Sprachphilosophie	27
3.2.1 Antike griechische und frühe Abbildtheorie: Aristoteles und Platon	28
3.2.2 Empiristische und rationalistische Sprachauffassung: John Locke und Gottfried Wilhelm Leibniz	28
3.2.3 Sprache als Medium der Welterschließung: Johann Gottfried Herder und Wilhelm von Humboldt	29
3.2.4 Die Rhetorizität der Sprache: Friedrich Nietzsche	30
3.2.5 Logische Analyse der Sprache: Gottlob Frege	32
3.2.6 Sprachspiele: Ludwig Wittgenstein	34
3.2.7 Sprache als Handlung: John L. Austin	35
3.2.8 Die hermeneutisch-phänomenologische Wende: Martin Heidegger	37

3.2.9 Sprache als System: Ferdinand de Saussure und die strukturalistische Wende in der Sprachphilosophie	39
3.2.10 Differenz, Wiederholung und Dekonstruktion: Jacques Derrida	41
3.2.11 Universalpragmatik: Jürgen Habermas	45
3.2.12 Sprache und Macht: Judith Butler	46
3.2.13 Sprache und Macht – die soziohistorische Perspektive: Pierre Félix Bourdieu	51
3.2.14 Sprache in der Systemtheorie	60
3.2.15 System und Umwelt: Die Rolle des Kontexts für Sprache und Sprechen	70
3.3 Wenden in der Sprachphilosophie II: Zwei-Welten- und Performanzmodell	74
4 Vier Sprachperspektiven für die Praxis	79
4.1 Sprechakt und Sprachspiel	80
4.1.1 Was ist ein Sprechakt und wer spricht dabei?	80
4.1.2 Sprechakte als Elemente von Sprachspielen	85
4.1.3 Sprachspiele – Sprachspielebenen	86
4.2 Sprache als Bedeutungsträger	110
4.2.1 Der Begriff an sich	111
4.2.2 Richtig Verstehen	112
4.2.3 Die Bedeutung der Bedeutung	116
4.2.4 Land und Landkarte	117
4.2.5 Metaphern und Bedeutung	118
4.3 Sprache als Basis der Weltkonstruktion – Sprachlich-in-der-Welt-Sein	122
4.3.1 Sprache und Kultur: In-der-Welt-Sein durch Sprache	123
4.3.2 Über Sprache zur Welt: Entwicklungspsychologische Perspektiven	126
4.3.3 Unterscheiden als Basis der Weltkonstruktion	130
4.3.4 Im Haus der Sprache: Heidegger, Gadamer, Habermas, Walser, Chomsky, transverbale Sprache	135
4.3.5 Sinn: Medium für Psyche und Kommunikation	138
4.3.6 Sprache und die Trennung von Subjekt und Welt in der Neuzeit	142
4.3.7 Landkarte und Land: Die Logik der Sprache ist nicht die Logik des Lebens	144
4.4 Sprache als eigenes System	146
4.4.1 Sprache als System: Einstieg	148
4.4.2 Die Eigenlogiken der Sprache (Langue)	151

5 Bio-psycho-sozial: Das Drei-Welten-Modell	187
5.1 Bio-psycho-soziale Landkarten	188
5.2 Das Drei-Welten-Modell	191
5.2.1 Psychosomatik	193
5.2.2 Härteres und weicheres System	194
5.3 Die Psyche und ihre Operationen	197
5.4 Körper, Gefühl und die Rolle der Sprache	204
5.4.1 Das Drei-Welten-Modell in der Sprache der Therapieschulen: Psychosomatik – Psychoanalyse, Gesprächstherapie, Verhaltenstherapie, Systemtherapie	209
5.4.2 Zum Konzept sprechender Körper	213
5.5 Koppelung Psyche – soziale Kommunikation	217

Teil II: Theoriegeleitete Praxis

6 Klartext: Merkmale, Regeln, Praxis	229
6.1 Klartext und andere Texte	230
6.2 Definition, Merkmale, Ziele von Klartext	232
6.2.1 Klartext und Doppelbotschaften, Paradoxien, Ambivalenzen, Widersprüchlichkeiten	234
6.2.2 Ziele von Klartext: Neue Optionen	235
6.2.3 Klarheit oder Klarheiten	236
6.2.4 Schläft ein Lied in allen Dingen: Die energetische Wirkung von Klartext	237
6.3 Wann klar texten: Indikation und Kontext von Klartext	238
6.4 Kontraindikation und Risiken von Klartext	239
6.4.1 Kontraindikationen: Wann besser nicht klartexten	240
6.4.2 Nichtsprachliche Interventionen	242
6.5 Klartextregeln	244
6.5.1 Allgemeine Sprachspielregeln	244
6.5.2 Klartext: Hör- und Frageregeln	249
6.5.3 Klartextregeln des Sagens	267
6.5.4 Klartext als Metaebene: Meta-Klartext-Klarheit	271

7 Werkzeug Sprache: Sprache als Intervention	281
7.1 Denkwerkzeuge: Meta-Klartext-Klarheit	287
7.2 Regeln zur Sprachperformanz	292
7.2.1 Hör- und Fragewerkzeuge: zuhören, verstehen, erfassen, Fragen stellen	292
7.2.2 Sprechwerkzeuge: Klienten zu selbstgenerierten Veränderungen anregen	303
7.2.3 Sprechwerkzeuge: Spezifische Veränderungen initiiertes Sprechen	307
7.3 Reflexion von Machtstrukturen	312
7.4 Ergänzende Aspekte zur Sprachperformanz	312
8 Nochmal: Sätze, die es in sich haben	317
Literatur	321
Personenregister	329
Sachregister	331

Vorbemerkung

Die Darstellung allgemeiner und spezifischer Regeln zum Werkzeug Sprache ist für sich allein genommen kein hinreichender therapeutischer Ansatz. Sprachkompetenz ist ein entscheidender Teil therapeutisch-beraterisch-supervisorischer Fertigkeiten, allein aber noch keine umfassende therapeutische Kompetenz.

Umgekehrt gilt aber auch: Ohne Sprachkompetenz bleiben sonstige therapeutische und beraterische Fähigkeiten wirkungslos. Es gibt nur wenig therapeutische Interventionen, die nicht sprachlich verfasst und transportiert werden müssen, und ein genaues Hinhören auf das, was Klienten und Klientinnen berichten, ist für jede Therapieschule unerlässlich.

Dieses Buch richtet sich primär an drei Professionen: Therapeuten, Beraterinnen und Supervisoren. Sie gehören zu den *Sprechberufen*. Zuhören und Reden ist ihre primäre Tätigkeit. Vieles, was in diesem Buch präsentiert wird, gilt auch für andere Sprechberufe – Lehrer, Seelsorgerinnen, Anwälte, Ärztinnen usw. Ich spreche diese drei Professionen in diesem Buch immer wieder direkt oder indirekt an. Auch wenn manchmal nur eine genannt wird, sind immer alle gemeint. Ebenso wird mal die männliche, mal die weibliche Form verwendet, jede Nennung aber schließt beide Geschlechter ein.

Grundlagenbuch und Arbeitsbuch

Will man das Thema »Sprache in Therapie, Beratung und Supervision« fundiert angehen, sollte man das zweifach tun: mit wissenschaftlicher Theorie und mit sprachbezogener Praxis. Das eine ergibt sich dabei nicht von selbst aus dem anderen. Nach Kant ist Praxis ohne Theorie blind und Theorie ohne Praxis leer (Kant, 1787, Band 2, S. 101). Sich nach beidem auszurichten, gilt aber nicht für jeden. Manche bevorzugen die Theorie und andere wiederum praktische Tools und Tipps. Mein Ziel, allen drei Gruppen gerecht zu werden – den Theoretikern, den Praktikern und jenen, die die Verbindung beider Seiten interessieren –, führte zu dem Ergebnis, zu diesem Thema ein Grundlagenbuch und ein Arbeitsbuch zu schreiben.

Das vorliegende Grundlagenbuch stellt die sprachlichen und sprachphilosophischen Hintergründe dar, integriert viele pragmatische Hinweise mit Fallbeispielen und gibt schließlich in den praktischen Kapiteln explizite Tipps, wie das Ganze umgesetzt werden kann.

Im Arbeitsbuch liegt der Schwerpunkt ganz auf der Praxis mit konkreten Anregungen, Hinweisen und expliziten Übungen sowohl zum konkreten Sprechen und Hören als auch zur metaperspektivischen Beobachtung von Gesprächen in Therapie, Beratung und Supervision.

Beide Bücher können unabhängig voneinander gelesen und genutzt werden.

1 Einleitung

1.1 Meine persönlichen Erfahrungen zum Thema Sprache in Therapie und Supervision

Ich habe oft die Rückmeldung bekommen, ich käme schnell *auf den Punkt*. Gemeint ist, dass Dinge rasch klar angesprochen werden. Das hat wesentlich mit einer Sprachsensibilität zu tun, die ich mir für das Hören und Sprechen im Verlauf meines beruflichen Lebens erworben habe. Oft ist in einigen zentralen Sätzen einer Klientin oder eines Supervisanden alles enthalten, was für Veränderungsprozesse wesentlich ist. Man muss es nur hören und dann darauf bezogen spezifische Fragen stellen. Man kann an der von Klienten gesprochenen Sprache ansetzen und so bald *auf den Punkt* kommen.

Jeder Therapeut, Berater und Supervisor hat seinen eigenen Sprachstil, seine Sprachsensibilität und seine spezifischen Hör- und Redegewohnheiten entwickelt. Ich habe in der Verhaltenstherapie gelernt, was man die individuelle Konkretisierung oder Operationalisierung von Konstrukten wie Selbstsicherheit nennt. In der Gesprächspsychotherapie habe ich gelernt, von den Äußerungen meiner Klientinnen auf ihr emotionales Innenleben zu schließen und das zu artikulieren, und in der Systemtherapie, dass Sprache die Welt nicht abbildet, sondern erzeugt, und dass es einengende und öffnende Sprachspiele gibt. Von meiner sprachsensiblen Lehrerin der Systemtherapie, Ulla Tröscher-Hüfner, habe ich gelernt, auf jedes einzelne von Klienten und von uns selbst gesprochene Wort zu achten.

Eine mich manchmal ebenso nervende wie wertvolle Herausforderung war die Frage, was genau ich mit einer Äußerung meine. Ich musste dann oft erforschen, was ich *eigentlich* sagen wollte oder manchmal auch sagen musste. Umgekehrt werde ich ungeduldig, wenn jemand vage und zwei- oder vieldeutig redet.

Dies geht mit einer deutlichen Wertung einher: Klartext reden ist besser als Nebeltext, Metaphorik, Zweideutigkeit, Vagheit. Natürlich ist diese Wertung undifferenziert. Klartext kann auch schaden. Oft sind ironische, prosaische oder metaphorische Texte lebendiger und in ihrer Wirkung effektiver als Klartext. In vielen Situationen ist es sinnvoll, vage zu bleiben. Ich werde im Verlauf des Buches darstellen, was ich mit »Klartext« meine und welchen Regeln er folgt.

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass von mir gesprochener Klartext manchmal als Provokation, Konfrontation oder sogar als *Grenzüberschreitung* erlebt wird. Heute weiß ich, dass das auf dem Gebiet von Therapie, Beratung und Supervision meistens auf eine ungeklärte Auftragslage hinweist oder dass Klartext mit bestimmten Erwartungen und Rollen in Konflikt kommt. Das lässt sich dann meistens mit Klartext klären.

Ich habe Freude daran entwickelt, mit Sprache zu spielen. Dadurch bleibt jede einzelne Therapie- und Supervisionsstunde energetisch und so kommt eigentlich immer etwas Relevantes dabei heraus.

Zur Entstehungsgeschichte des Buches: Ich habe im Laufe der Zeit Vorträge und Seminare zum Thema Klartext gehalten mit praktischen Übungen. So ist peu à peu mein persönliches Material dazu entstanden. Ich habe dann mehr und mehr einen tieferen Einblick in die Geschichte der Sprachphilosophie und der Sprachwissenschaften genommen und so besser verstanden, was Sprache *eigentlich* ist. Schließlich wurde ich von Sandra Englisch vom Verlag Vandenhoeck & Ruprecht gefragt, ob ich dazu nicht ein Buch schreiben wolle. Diese Anregung habe ich dankbar angenommen.

Bei jedem Gedanken, den ich über Sprache gelesen habe, habe ich mich gefragt: Was bedeutet das für Therapie, Beratung und Supervision? Ein sprachphilosophischer Gedanke, den ich in dieser Weise nicht in eine Praxis übersetzen konnte, ist mir nicht viel wert. Umgekehrt ist eine praktische Anweisung, Anleitung oder Erfahrung, die ich nicht theoretisch mit Sprachphilosophie oder sprachtheoretisch verstehen und reflektieren kann, noch nicht Bestandteil meines beruflichen Wissens und Könnens geworden. Natürlich ist man mit solchen Dingen nie fertig. Ich habe mich aber schließlich entschieden, die mir bis heute zugänglichen Erfahrungen und Wissensbestandteile darzulegen, und freue mich, wenn ich mit diesem Buch sprachbezogenes Wissen, Freude an Sprache und Sprechen mit den darin jeweils verborgenen energetisierenden Komponenten an die Leser weitergeben kann.

1.2 Sprache als zentrales Element in Therapie, Beratung und Supervision

Reden ist nicht alles – aber ohne kompetentes Reden ist alles nichts.

2014 fand in Heidelberg ein großer Kongress zum Thema »Reden reicht nicht?!« statt – mit bewusster Formulierung des Titels sowohl als Frage wie auch als Aussage. Der Kongress war zur Überraschung der Kongressorganisatoren sofort ausgebucht, wurde ein großer Erfolg und mit demselben Thema später wiederholt.¹ Das belegt wohl, dass Sprache und Kommunikation oft an Grenzen kommen und dann Lösungen in nichtsprachlichen Interventionen gesucht und gefunden werden (vgl. den Band zum Kongress: Bohne, Ohler, Schmidt u. Trenkle, 2016).

Ich möchte mich dem mit diesem Buch provokativ gegenüberstellen: Vielleicht ist der Boom nichtsprachlicher Interventionen auch Resultat davon, dass der gesamte

1 Informationen dazu siehe https://carl-auer-akademie.com/wp-content/uploads/2017/07/web_1.-Programm_Reden-reicht-nicht-2019_8.2.19.pdf

Möglichkeitsraum effektiven Sprechens und Hörens in Therapie und Beratung viel zu wenig erkannt und ausgeschöpft wurde. Dann lautet die Antwort auf den fragenden Teil des Kongresstitels: »Doch – reden reicht«, aber dann muss man mehr von Sprache, Sprechen und Hören verstehen – in Therapie und Praxis.

Man könnte in Analogie zum Slogan »Geld ist nicht alles – aber ohne Geld ist alles nichts!« sagen: »Reden ist nicht alles – aber ohne angemessenes Reden und Hören ist alles nichts!« Denn eines ist sicher: Auch wenn in Therapie, Beratung und Supervision nonverbale Komponenten eingesetzt werden – deren Notwendigkeit, Indikation und Erfolge mit diesem Buch an keiner Stelle bestritten werden –, muss das stets angemessen mit Sprache eingeführt, durch Sprache begleitet und mit Sprache ausgewertet werden.

»Man kann sich nicht entscheiden, keine Sprache zu sprechen oder nicht zu sprechen« (Flatschner u. Posselt, 2016, S. 210). Nur mit Sprache kann man Sprache beschreiben. Alles, was man dazu sagt, bleibt innerhalb von Sprache. Das gilt auch für dieses Buch. Wir kommen aus Sprache nicht heraus.

In Therapie, Beratung und Supervision wird die meiste Zeit geredet. Sigmund Freud hat Sprache als Therapie eingeführt: Er hat die Hypnose-technik von Josef Breuer durch Reden und Zuhören ersetzt. Damit wird Therapie in der Sprache bzw. Sprache in der Therapie fundiert. Verhaltenstherapeuten haben damit angefangen, sich mit Klienten in deren reale Lebenswelten zu begeben, z. B. in Angstsituationen. Dabei verbringen sie die meiste Zeit damit, mit ihren Klienten zu reden. Das gilt auch dann, wenn andere Methoden eingesetzt werden wie Visualisierungen, Körperübungen usw. Auch diese werden sprachlich eingeführt und erläutert.

Mit dem Begriff der Sprache ist es wie mit dem der Zeit: Wenn man nicht darüber nachdenkt, ist alles klar. Wenn man nachdenkt, fangen die Unklarheiten an. Zum Beispiel dürften folgende Sätze für die meisten zunächst ganz selbstverständlich sein: »Sprache ist ein Mittel, etwas mitzuteilen«, »Einzelne Wörter bezeichnen etwas«, »Beim Sprechen gibt es einen Sender, eine gesendete Information und einen Empfänger«, »Wir führen Gespräche. Und was gesagt wird, hängt davon ab, was die Sprecher sagen wollen«, »Wir drücken unsere Gedanken in Sprache aus«. Ein Streifzug durch die Sprachphilosophie wird zeigen, dass all das keineswegs klar ist und dass solche Sätze nur für bestimmte Kontexte gelten, auf bestimmten Prämissen ruhen und manchmal in Sackgassen führen.

Es wird gerade dann spannend, wenn man diese Sätze und die ihnen zugrunde liegenden Annahmen aufgibt und von ganz neuen und anderen ausgeht, wie das in der Sprachphilosophie immer wieder geschieht. Wie uns diese und die Sprachwissenschaft zeigen, sind die genannten Selbstverständlichkeiten keineswegs selbstverständlich. Manche haben sich sogar als unbrauchbar und falsch erwiesen. Dann tauchen plötzlich ganz andere Sätze auf wie diese: »Nicht wir führen das Gespräch, sondern das Gespräch führt uns« (Gadamer, 1960), »Wir können Sprache nicht ›benutzen‹, weil wir immer schon ›in Sprache sind‹« oder »Die Eigenlogik der Sprache bestimmt,

wer wir sind«. Das geht mit jeweils spezifischen Konsequenzen für die Praxis der sprechenden Berufe einher, und genau dies soll in diesem Buch gezeigt werden.

Wenn Klienten über ihre Probleme berichten, betrifft das immer mehr oder weniger vier Bereiche: (1) das dabei berichtete reale Leben und Erleben; (2) das Bild des berichtenden Klienten darüber; (3) Klienten und Therapeuten befinden sich zusammen in einem gemeinsamen Sprachraum; (4) während sie miteinander reden und sich zuhören, ereignet sich parallel viel in ihrem jeweiligen intrapsychischen Raum und nur ein Teil davon kann in Sprache gefasst und mitgeteilt werden. Das Zusammenwirken dieser Bereiche ist hochkomplex und *hat es in sich*. Wenn man diese Bereiche nicht verwechselt, kann man das Wissen um ihre Unterschiede therapeutisch nutzen.

Damit sind wir mitten in der Sprachphilosophie und ihren zentralen Fragen gelandet: Was ist eigentlich ein Zeichen (z. B. ein Wort)? Was bezeichnet es und was nicht? Was geschieht, wenn Menschen bzw. hier Therapeut und Klient miteinander reden und solche *Zeichenwörter* austauschen? In welcher Weise ist dann die Welt im Raum, von der der Klient berichtet? In welcher sprachlichen Welt befinden sich beide? Welcher Logik folgt diese »Sprachwelt«, wie prägt sie das Leben und Erleben von Therapeuten/Beraterinnen/Supervisoren ebenso wie Klientinnen/Supervisanden? Mit solchen Fragen sind wir sprachlich auf einer Metaebene – aus der heraus wir etwas sehen können, wofür wir im Alltagsgeschehen notgedrungen blind sind.

1.3 Zu Inhalt und Aufbau des Buches

1.3.1 Kerninhalt

In dem Titel »Werkzeug Sprache in Therapie, Beratung und Supervision« spiegelt sich meine Erfahrung und meine berufliche Geschichte und meine Absicht wider, Anregungen für die Tätigkeit sprechender Berufe zu geben. Dabei bringt der Begriff »Klartext« eine meiner Hauptintentionen zum Ausdruck: im Sprechen auf den Punkt zu kommen, bei der Beobachtung des eigenen Sprechens und des Sprechens anderer genau zu hören, was gesagt und was (noch) nicht gesagt wird, um dann dazu gezielt und effektiv Fragen zu stellen und relevante Informationen zu generieren.

Als ich mich zur Untermauerung dessen mit Sprachphilosophie und Sprachwissenschaften beschäftigte, wurde mir immer deutlicher, dass diese Ziele nur eine Perspektive von Sprache und Sprechen zum Ausdruck bringen und das Konzept von Klartext keineswegs beanspruchen kann, generell besser zu sein als andere Varianten des Sprechens. Ich will daher beides präsentieren: die Pragmatik des Klartexts und die sprachphilosophische Reflexion über Klartext bzw. über Sprache insgesamt. Ich nenne das eine das *Sprachspiel von Klartext* und das andere die *Meta-Klartext-Klarheit*. Dieser sperrige Begriff soll die reflexive Metaperspektive zum Ausdruck bringen.

Im Folgenden werden zuerst theoretische Reflexionen zur Sprache vorgestellt (Teil I) und anschließend die dazugehörige Praxis (Teil II). Da die Vermittlung der Klartextpragmatik ein Kernanliegen ist, wird bereits im theoretischen Teil gelegentlich Bezug darauf genommen, was das für Klartext bedeutet.

Was in diesem Buch nicht behandelt wird: Den Schwerpunkt auf Sprache zu legen heißt nicht, zu verkennen, wie viele außer- oder nichtsprachliche Phänomene, Momente und Interventionen es in Psychotherapie und Beratung gibt. Auf diese wird nicht eingegangen, die Bedeutung dieser Ebenen aber keineswegs verkannt – wenn z. B. Klienten angeregt werden, die Augen zu schließen und sich etwas vorzustellen, sich dabei auf ihr Körpererleben zu konzentrieren oder wenn sie bestimmte Körperübungen durchführen (vgl. dazu Langlotz-Weis, 2019).



Fallbeispiel² »Imagination statt Reden«: Eine Klientin fühlte sich nach einem schweren Schicksal depressiv und hoffnungslos (Autounfall, bei dem ihr Mann starb, mit einer kompletten Veränderung ihres körperlichen, psychischen und sozialen Lebens). Sie verwendete in der Beschreibung dieser Situation die Metapher eines *sich drehenden Karussells*. Ich ließ sie dieses Bild genauer ansehen, sich darin erleben und vorstellen, wie es sich mit ihr darin von allein weiterentwickelte. Sie berichtete von sich einstellenden Veränderungen, die ihr am Ende ein Gefühl von Distanz und Freiheit gaben. Irgendwann ließ sie sich vom Karussell schleudern, landete auf der Erde und fühlte sich plötzlich neu und kräftig. Diese kraftvollen imaginativen Bilder haben eine eigene Energie und folgen nicht oder auf eine ganz eigene Weise der Logik der Sprache. Man kann sie gezielt einsetzen, was wiederum durch eine sprachliche Anleitung erfolgen muss. Später berichten Klienten sprachlich davon.

Es geht in diesem Buch nicht um Erklärungen, wie und warum es zum Leiden von Klienten kommt. Eine wissenschaftlich fundierte Psychotherapie, Beratung oder Supervision kommt ohne solche Erklärungskonzepte nicht aus. Umgekehrt gilt: Allgemeine und therapieschulenspezifische Beschreibungen und Erklärungen von Problemen äußern sich nur gelegentlich zur Rolle der Sprache bei Genese und Lösung von Problemen. Auch wird – mit Ausnahme der Systemtherapie – nicht allzu oft die Rolle der Sprache bei der Formulierung der Grundlagen der jeweiligen Schule reflektiert.

Sprachphilosophie, Sprachsensibilität und Sprachkompetenzen können die Rolle von Soziologie, Politik und sozialpsychologischen Perspektiven bei der Erklärung und der Lösung von Leiden, Problemen und Missständen nicht ersetzen. Wer arm oder den oft quälenden Arbeitsbedingungen des neoliberalen Kapitalismus ausgeliefert ist oder wer Schicksalsschläge verkraften muss, dem hilft keine Sprachsensibilität. Es wäre Unsinn anzunehmen, dass, wer *richtig* oder *besser* spricht, damit sein Leben

2 Alle Fallbeispiele in diesem Buch entstammen der therapeutischen bzw. supervisorischen Praxis des Autors und wurden anonymisiert.

besser leben oder gestalten könne. Aber auch daran kann die sprachliche Metaklarheit sehen, auf welcher Ebene ein sprachlich präsentiertes und diskutiertes Problem gerade unterwegs ist: Individualpsychologisch? Soziologisch? Philosophisch? Problemstabilisierend oder problemlösend?

Im Buch wird unter Sprache stets vokales oder schriftliches Sprechen verstanden. Auf die *Gebärdensprache* wird nicht eingegangen, da ich nicht zu den diesbezüglichen Experten gehöre. Diese können darüber befinden, welche der hier dargelegten Aspekte auch für die Gebärdensprache gelten und welche nicht.

1.3.2 Aufbau des Buches

Das Buch ist in Teil I (praxisorientierte Theorie) und Teil II (theoriegeleitete Praxis) gegliedert. Der theoretische Teil enthält drei Stränge: Kapitel 3 präsentiert eine Reise durch die Geschichte der Sprachphilosophie von der Antike bis heute. Die dabei markanten und in der Literatur auch so genannten »Wenden« der Sprachphilosophie (»linguistic turns«) werden dem vorangestellt.

Kapitel 3 enthält auch die systemtheoretische Sicht auf Sprache. Das liegt daran, dass ich selbst philosophisch in der systemischen Sichtweise verankert bin. Alle in über 2000 Jahren Sprachphilosophie enthaltenen Sichtweisen prägen unser heutiges Denken bis hinein in jede Therapie- und Beratungsstunde. Mit diesem Kapitel können wir uns sozusagen historisch in diesen Traditionen verorten.

Kapitel 4 bleibt auf der theoretischen Ebene, folgt in der Logik aber einer praxisorientierten Gliederung: Es werden vier Varianten vorgestellt, wie man für Therapie, Beratung und Supervision Sprache verstehen, interpretieren und nutzen kann. Diese ergeben sich aus der Sprachphilosophie, aus einigen systemtheoretischen Ansätzen. Deren Darstellung wird immer wieder mit Hinweisen verbunden, was das für professionelles Hören und Sprechen bedeutet. Zwischen Kapitel 3 und 4 gibt es Überlappungen.

Da alles, was uns Klienten aus ihrem sozialen Leben berichten, den Ebenen des psychischen Lebens, der sozialen Welt und den biologisch-körperlichen Komponenten zugeschrieben werden kann und muss und sich diese drei Ebenen auch im jeweiligen Sprechen und Fragen darüber zeigen, ist diesem sogenannten »Drei-Welten-Modell« ein eigenes Kapitel, das fünfte, gewidmet. Aus diesem lassen sich spezifische Konsequenzen ziehen für diesbezügliches Hinhören und Sprechen und für einige zentrale Begriffe für diese Welten.

Teil II widmet sich der theoriegeleiteten Praxis mit praktischen Anregungen zu Klartext in Kapitel 6 und zum Werkzeug Sprache generell in Kapitel 7. Um eine musikalische Metapher zu verwenden: Kapitel 6 stellt eine bestimmte Musikrichtung vor wie Rock oder Pop. Kapitel 7 macht dann Aussagen zur Musik generell und präsentiert einen sprachbezogenen Werkzeugkasten mit Denk-, Hör- und Sprechwerkzeugen. Am Schluss greife ich noch einmal einige in Kapitel 2 vorgestellte Sätze, *die es in sich*

haben, auf und wende bis dahin Erläutertes darauf an bzw. lade die Leserin und den Leser ein, Gleiches zu tun.

1.4 Vorabbestimmung: Klartext und Meta-Klartext-Klarheit

»Theorie ohne Praxis ist leer, Praxis ohne Theorie ist blind« (Kant, 1787/1995). Diese Aussage Kants ist zentral für dieses Buch, so dass im theoretischen Teil I immer wieder angegeben wird, was das für die Praxis bedeutet: für Klartext sprechen und für den bewussten reflexiven Umgang mit jeder Art von Sprechen. Das eine nenne ich Klartext (Sprachpragmatik), das andere die Meta-Klartext-Klarheit (reflexive Ebene). Im Folgenden vorab eine Kurzbeschreibung beider.

Klartextmerkmale:

- möglichst eindeutige Nennung von Subjekt, Prädikat und Objekt,
- möglichst klare Adressierung von Sätzen im Hinblick darauf, wer gemeint ist,
- möglichst weitgehende Übereinstimmung zwischen dem, was gemeint ist, und dem, was gesagt wird.

Klartext enthält Regeln zum Hören und Sprechen. Hörregeln sind:

- genaues Hinhören und Nachfragen, was gemeint ist, statt voreiliger Interpretationen,
- registrieren, was gesagt wird und was demzufolge nicht gesagt, getilgt oder nur angedeutet wird mit der Option, das zu erfragen.

Meta-Klartext-Klarheit:

Diese beinhaltet die bewusste Erfassung kennzeichnender sprachlicher Merkmale eines realen Dialogs aus einer Metaperspektive ohne Bewertung dessen und ohne Veränderungsintentionen – auch nicht in Richtung Klartext. Dienlich dafür sind Kenntnisse der Sprachphilosophie und der Sprachwissenschaften, wie sie in Teil I präsentiert werden.

2 Klienten- und Therapeutenaussagen, die es in sich haben

Im Folgenden gebe ich eine Auswahl an Sätzen wieder, die ich in meiner therapeutisch-supervisorischen Praxis *gehört* habe bzw. so ausgesprochen wurden. Sie sollen noch nicht theoretisch bearbeitet und schon gar nicht bewertet werden. Der Leser, die Leserin sei aber eingeladen, sich zu fragen: Wer wird hier wohl gerade direkt oder indirekt angesprochen? Welche Beziehung zu anderen oder zu sich selbst wird mit dieser Aussage konstruiert? Was wird gesagt, was nur angedeutet, welcher Teil der Botschaft getilgt? Wo wird direkt oder indirekt gesagt, dass etwas nicht gesagt wird? Was wäre eine erste Frage dazu?

- »So weit kommt's noch!«
- »Ich will ja bloß sagen ...«
- »Ich mein ja nur!«
- »Ich habe eine Depression.«
- »Sie haben eine Depression.«
- »Er ist da nicht schuld. Er ist doch krank.«
- »Sie sind da nicht schuld. Sie sind doch krank.«
- »Ich kann mir das nicht mehr vorstellen.«
- »Wie ist das jetzt für Sie?«
- »Dazu sage ich jetzt nichts!«
- »Ich bin einfach nicht glücklich!«
- »Ich muss dazu ehrlich sagen ...«
- »So kann das nicht weitergehen!«
- »Da hat sich ein Fehler eingeschlichen.«
- »Das geht definitiv nicht!«
- »Ich würde mich vielleicht mit diesem Thema beschäftigen.«
- »Ich kann bald nicht mehr!«
- »Ich frage mich ...«
- »Ich entschuldige mich für ...«
- »Ich würde mir da ... wünschen.«
- »Das raubt mir die ganze Kraft!«
- »Also, wenn das hier so weitergeht, dann weiß ich nicht ...«
- »Vielleicht könnten Sie mal ...«
- »Ich will ja nichts sagen, aber ...«
- »Ich dreh noch durch!«
- »Na ja!«
- »Die entscheidende Frage ist doch ...«

- »Mein Körper sagt mir ...!«
- »Ich kann mir das nicht vorstellen!«
- »Das geht gar nicht!«
- »Mir geht es so weit ganz gut ...«
- »Das ... könnte ich ihr nie sagen!«
- »So habe ich mir ein Zusammenleben nicht vorgestellt.«
- »Ich weiß nicht ...«

Teil I

PRAXISORIENTIERTE THEORIE

