

Paul Watzlawick  
Münchhausens  
Zopf  
oder Psychotherapie  
und «Wirklichkeit»



HUBER



Watzlawick  
*Münchhausens Zopf*

Verlag Hans Huber  
*Programmbereich Psychologie*

*Wissenschaftlicher Beirat:*

Prof. Dr. Dieter Frey, München

Prof. Dr. Lutz Jäncke, Zürich

Prof. Dr. Meinrad Perrez, Freiburg i. Ue.

Prof. Dr. Franz Petermann, Bremen

Prof. Dr. Hans Spada, Freiburg i. Br.

HUBER





Paul Watzlawick

# *Münchhausens Zopf*

oder: Psychotherapie und «Wirklichkeit»

*Aufsätze und Vorträge über menschliche Probleme  
in systemisch-konstruktivistischer Sicht*

2., unveränderte Auflage

Verlag Hans Huber

Der Verlag dankt den im Quellenverzeichnis genannten Organisationen und Verlagen für die freundliche Erlaubnis zur Wiederverwendung der einzelnen Arbeiten, die vom Autor selbst ausgewählt und bearbeitet worden sind.

Lektorat: Tino Heeg  
Gestaltung und Herstellung: Peter E. Wüthrich  
Umschlaggestaltung: Claude Borer, Basel  
Druckvorstufe: Claudia Wild, Konstanz  
Druck und buchbinderische Verarbeitung: Kösel, Krugzell  
Printed in Germany

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



Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen sowie die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen oder Warenbezeichnungen in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen-Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürfen.

*Anregungen und Zuschriften bitte an:*

Verlag Hans Huber  
Lektorat Psychologie  
Länggass-Strasse 76  
CH-3000 Bern 9  
Tel: 0041 (0)31 300 4500  
Fax: 0041 (0)31 300 4593  
[verlag@hanshuber.com](mailto:verlag@hanshuber.com)  
[www.verlag-hanshuber.com](http://www.verlag-hanshuber.com)

2., unveränderte Auflage 2011  
© 1988 / 2011 by Verlag Hans Huber, Hogrefe AG, Bern  
ISBN 978-3-456-85021-4

## *Inhaltsverzeichnis*

Vorwort .....	7
<i>Kapitel 1:</i> Wesen und Formen menschlicher Beziehungen .....	9
<i>Kapitel 2:</i> Der Wandel des Menschenbildes in der Psychiatrie .....	45
<i>Kapitel 3:</i> Problemzentrierte Kurzbehandlung einer Depression .....	79
<i>Kapitel 4:</i> Hypnotherapeutische Ansätze in der Familientherapie .....	91
<i>Kapitel 5:</i> Kurzbehandlungen schizophrener Störungen .....	103
<i>Kapitel 6:</i> Imaginäre Kommunikation .....	125
<i>Kapitel 7:</i> Wirklichkeitsanpassung oder angepasste «Wirklichkeit»? Konstruktivismus und Psychotherapie .....	143
<i>Kapitel 8:</i> Lebensstile und «Wirklichkeit» .....	163
<i>Kapitel 9:</i> Management oder – Konstruktion von Wirklichkeiten .....	173
<i>Kapitel 10:</i> Münchhausens Zopf und Wittgensteins Leiter .....	189
<i>Kapitel 11:</i> Bausteine ideologischer Wirklichkeiten .....	217
<i>Epilog:</i> Ausblick in eine kommunikative Zukunft ....	259

Literaturverzeichnis .....	269
Quellenverzeichnis .....	281
Sachregister .....	283
Namensregister .....	291

## Vorwort

Dieser Sammelband versucht, einen Überblick über die Entwicklung des Denkmodells zu geben, wie sie von mir als Mitglied des *Mental Research Institute* (MRI) in Palo Alto (Kalifornien) miterlebt und in Aufsätzen und Vorträgen dargelegt wurde. Es ist eine Entwicklung, die untrennbar mit dem Einfluss von vier ungewöhnlichen, richtungweisenden Persönlichkeiten verbunden ist.

Anfang der fünfziger Jahre hatte der Anthropologe und Kommunikationsforscher GREGORY BATESON im Rahmen eines groß angelegten Forschungsauftrags damit begonnen, die der klassischen Psychotherapie zugrunde liegende lineare Kausalitätsauffassung (von Ursache zu Wirkung) durch die anthropologische, zirkuläre Sichtweise zu ersetzen. Anders ausgedrückt: Statt zu fragen, «warum?» (z. B. «Warum, d. h. aufgrund welcher determinierenden Ursachen in seiner individuellen Vergangenheit, verhält sich dieser Mensch heute in dieser irrationalen Weise?»), fragte BATESON: «Welche Wirkungen der Wirkung beeinflussen ihre eigene Ursache?» oder «Wie muss der gegenwärtige, zwischenmenschliche Kontext beschaffen sein, in dem das betreffende Verhalten angepasst, sinnvoll, ja sogar die einzig mögliche Reaktion ist?» Mit dieser grundsätzlichen Fragestellung wurde BATESON einer der ersten, die die kommunikationstheoretische und daher *systemische* Auffassung in die Psychiatrie einführten. (Das 5. Kapitel dieses Buches geht ausführlich auf diese Thematik ein.)

Je mehr sich die BATESON-Gruppe im Rahmen ihrer allgemeinen Untersuchungen den verhaltensmäßigen (pragmatischen) Wirkungen menschlicher Kommunikation und Interaktion auch

den Phänomenen gestörten Verhaltens zuwandte, desto mehr wuchs die Notwendigkeit der Mitarbeit eines auf diesem Gebiet ausgebildeten Fachmannes. BATESON fand ihn in der Person des damals bereits international bekannten Psychiaters und Psychoanalytiker DON D. JACKSON. Die Wahl hätte kaum glücklicher sein können. JACKSON war zu diesem Zeitpunkt bereits von der klassischen Analyse der Ursachen in der Vergangenheit abgerückt und hatte damit begonnen, menschliche Bezugssysteme (Ehepaare und Familien) statt Einzelpersonen zu behandeln. Was ihn so besonders auszeichnete, war seine ungewöhnliche Fähigkeit, problemerzeugende und problemerhaltende Interaktionsmuster im Jetzt und Hier zu erfassen und durch gezielte, aktive therapeutische Interventionen zu beeinflussen. Aus der Zeit dieser Zusammenarbeit stammt eine Reihe bahnbrechender Veröffentlichungen, vor allem die erste Formulierung der Doppelbindungstheorie.

Im Jahre 1959 gründete JACKSON das MRI. Es war zunächst eine Abteilung der *Palo Alto Medical Research Foundation* und machte sich 1963 dann selbstständig. BATESONS Forschungsauftrag lief 1962 aus, doch bis zu jenem Zeitpunkt standen die beiden Institutionen in enger Zusammenarbeit; von Außenstehenden daher oft für *eine* Gruppe mit dem Fantasienamen «Palo Alto Group» gehalten.

Die weitere Entwicklung wird jeweils zum Beginn der einzelnen Kapitel in einer kurzen, kursiv gesetzten Vorbemerkung dargestellt.

Paul Watzlawick

im Mai 1988

## *Kapitel 1*

# *Wesen und Formen menschlicher Beziehungen*

*Kapitel 1 gründet sich auf die Ergebnisse der im Vorwort geschilderten Zusammenarbeit in der sogenannten «Palo Alto Group», referiert aber auch über die Weiterentwicklung der kybernetischen, system-theoretischen und pragmatischen Aspekte menschlicher Kommunikation und ihrer Probleme.*

### *Kybernetik, allgemeine Systemlehre und Pragmatik als Basis des Studiums menschlicher Beziehungen*

Angenommen, ein des Schachspiels Unkundiger beobachtet in einem fremden Land zwei Personen, die in einer offensichtlich symbolischen Tätigkeit begriffen sind: Sie bewegen Figuren auf einem Brett. Da er der Landessprache nicht mächtig ist, kann er die beiden nicht nach einer Erklärung ihres Verhaltens fragen. Dagegen ist es ihm möglich, durch genügend lange Beobachtung der Verhaltensabläufe zwischen den beiden Spielern (vermutlich über mehrere Partien hinweg) die gesamten Regeln des Schachspiels abzuleiten und das Schachmatt als dessen Ziel zu erkennen. Er wird dies dadurch erreichen, dass er das Verhalten der Spieler auf seine Gesetzmäßigkeit hin untersucht und dabei feststellt, dass gewisse Verhaltensformen (Züge) bei bestimmten Figuren häufig, bei anderen nie auftreten. Dies legt ihm nahe, dass die Spieler bestimmten, aus der Beobachtung ableitbaren Regeln folgen.

Hierzu müssen wir festhalten: Der Beobachter zog seine Schlüsse ohne die Möglichkeit einer direkten Befragung. Er erzielte dieses Resultat ohne die Notwendigkeit, dem Spiel selbst irgendeinen tieferen Sinn zuzuschreiben oder auch nur etwas im landläufigen Sinn zu erklären. Das Ergebnis seiner Beobachtungen ist vielmehr ein Satz einfacher Regeln (eine «Grammatik» oder ein Algorithmus, Kalkül, Code, Programm oder *Plan*) (MILLER 1960), der für die Myriaden der möglichen Verhaltensvarianten zwischen den Spielern gültig ist. Und schließlich gelang dem Beobachter diese Ableitung der Spielregeln ohne die Notwendigkeit irgendeiner Einsicht in die Motive, Absichten, Gefühle oder Persönlichkeiten der Spieler. Der Versuch einer Standortbestimmung dieses Vorgehens lässt sich nach drei einander ergänzenden Gesichtspunkten vornehmen:

1. Insofern als hierbei die Gesamtheit der möglichen Verhaltensformen in Betracht gezogen und die Gesetzmäßigkeit des Auftretens bzw. Nichtauftretens dieser Formen untersucht wird, ist die Methode *kybernetisch*. Grundsätzlich neu ist an der Kybernetik ja gerade, dass sie nicht die Eigenschaften losgelöster Elementarteilchen oder künstlich isolierter Variablen untersucht, sondern die Wechselwirkungen zwischen diesen Bestandteilen.

So verweist z. B. ASHBY (1956, S. 11) in seiner Besprechung von Transformationen (also Zustandsänderungen) darauf, dass es in kybernetischer Sicht weder darauf ankommt, zu definieren, worin die Transformationen «wirklich» bestehen, noch die Gründe der eingetretenen Änderung zu erforschen; wesentlich ist nur die Aufstellung eines Satzes von Operanden und die Beschreibung ihrer Zustandsänderungen. Somit bezieht sich die Transformation auf das, *was* eintritt, und nicht darauf, *warum* es eintritt.

2. Insofern als der Beobachter die beiden Spieler und ihr gegenseitiges Verhalten als Ganzheit auffasst, ist sein Vorgehen systemorientiert. Wo immer Ganzheiten zum Gegenstand der Untersuchung werden, erweist es sich, dass sie in ihrem Aufbau, Wirken und eventuellen Versagen Gesetzmäßigkeiten unterliegen, die mehr und andersgeartet sind, als sich aus der Summe der

Eigenschaften ihrer Einzelbestandteile ableiten ließe. Der Biologe VON BERTALANFFY (1950, S. 134–165) begründete auf dieser Grundtatsache seine allgemeine Systemlehre, deren Anliegen bekanntlich die Erforschung von Isomorphien im Verhalten von Ganzheiten ist, ob sich letztere nun aus Atomen, Molekülen, Zellen, Zellverbänden, Organismen, Individuen, Gesellschaften, Kulturen usw. zusammensetzen.

3. Die allen Systemen innewohnende Ordnung setzt aber voraus, dass in ihnen alle Teile wechselseitig in ganz bestimmten Beziehungen stehen, also untereinander *kommunizieren*. Insofern als der Beobachter das kommunikative Verhalten der Spieler (ihre Züge) erforschte, d.h. den Gebrauch von Zeichen (die Schachfiguren) und dessen Wirkung auf die, die die Zeichen verwenden (die Spieler), untersuchte, fällt sein Verhalten in den Bereich der *Pragmatik*.

Von den eben erwähnten drei Disziplinen ist die Pragmatik für das Verständnis menschlicher Beziehungen zweifellos am bedeutendsten. MORRIS hat sie als jenes Teilgebiet der Semiotik (der allgemeinen Theorie der Zeichen und Sprachen) definiert, das vom Gebrauch von Zeichen und deren Wirkung auf die, die sie selbst gebrauchen, handelt. MORRIS beruft sich u. a. auf PEIRCE (1934), GALLIE (1966), JAMES (1907), DEWEY (1950) und MEAD (1968), während sein Werk seinerseits den Wiener Kreis der logischen Positivisten (KRAFT 1968) beeinflusste, wobei vor allem CARNAP (1934, 1942) zu erwähnen ist. Auch für CARNAP ist die Erforschung einer Sprache nicht nur das Studium ihrer formalen Struktur (ihrer Syntax), sondern auch ihrer Beziehung zu den durch sie bezeichneten Objekten (Semantik) und zu den sie verwendenden Individuen (Pragmatik).

Was die Interdependenz dieser drei Gebiete betrifft, so bietet sich ihrer Einprägsamkeit wegen GEORGES Formulierung der Semiotik (1962) an, wonach es «in vieler Hinsicht zutreffend ist, zu sagen, die Syntax entspreche der mathematischen Logik, die Semantik der Philosophie bzw. der Wissenschaftstheorie und die Pragmatik der Psychologie, doch sind diese Gebiete nicht klar

voneinander abtrennbar». Zum selben Thema bemerkt CHERRY (1967, S. 263) in seinem überaus lesenswerten Buch über Kommunikationsforschung, dass diese drei Teilgebiete nicht etwa völlig voneinander getrennt sind, «sie überschneiden sich vielmehr, so wie sich beispielsweise Chemie, Geologie und Physik überschneiden».

Nun ist es allerdings so, dass sich die spärliche Literatur über die Pragmatik fast ausschließlich mit der Beziehung zwischen dem Benützer eines Zeichens (also dem Sender oder Empfänger) und dem Zeichen selbst befasst. Es scheint uns jedoch nicht nur zulässig, sondern unerlässlich, die Trias Sender-Zeichen-Empfänger als kleinste Einheit jeder pragmatischen Untersuchung aufzufassen und sie als unteilbar zu behandeln. Es ist nicht die Absicht dieser Studie, die Frage des guten Bischofs BERKELEY zu beantworten, ob der im einsamen Walde umstürzende Baum auch dann ein Geräusch verursacht, wenn niemand da ist, es zu hören. Wir glauben, dass es selbst vom Standpunkt der Grundlagenforschung (geschweige denn von dem der praktischen Kommunikationsforschung) aus müßig ist, die Beziehung zwischen Sender und Zeichen ohne Mitberücksichtigung des Empfängers und dessen Reaktion oder die zwischen Empfänger und Zeichen unter Außerachtlassung des Senders zu untersuchen – genau wie es kaum der Mühe wert wäre, das Spielverhalten (die Züge) eines Schachspielers ohne Bezug auf die Züge seines Partners zu studieren. Schon PEIRCE (1934) verwies darauf, dass Zeichen nicht sozusagen im luftleeren Raum existieren, sondern dass jedes Zeichen im Empfänger als Reaktion ein anderes auslöst, dies wiederum ein drittes im ursprünglichen Sender und so fort. Damit aber ist ein entscheidender Schritt getan: Unser Blickpunkt verschiebt sich vom Individuum auf die *Beziehung zwischen* Individuen als ein Phänomen sui generis – und sobald dies der Fall ist, kommen wir in Konflikt mit althergebrachten Auffassungen vom Menschen und seinem Verhalten. (Wie der Leser feststellen wird, erwähnen wir fast ausschließlich dyadische Beziehung. Dies ist lediglich als Vereinfachung unserer Darlegungen aufzufassen und

soll nicht bedeuten, dass das Gesagte sinngemäß nicht auch auf multiple Beziehungen anwendbar ist. Ähnlich verhält es sich damit, dass wir die averbale Kommunikation fast nicht erwähnen. Wenn dadurch gelegentlich der Eindruck entsteht, als handle die Pragmatik nur von verbalen Kommunikationsformen, so sei an dieser Stelle ausdrücklich festgestellt, dass in allen zu beschreibenden Strukturen sowohl verbale wie averbale Kommunikationsweisen auftreten können. Und schließlich sei erwähnt, dass sich unsere Darlegungen hauptsächlich auf angloamerikanisches Material stützen. Wir sind uns dieser Einseitigkeit bewusst, durch die europäische Autoren und Quellen ungenügend berücksichtigt werden.)

Grundsätzlich gibt es zwei sehr verschiedene Inhalte menschlicher Wahrnehmung: Gegenstände und Beziehungen. Was Gegenstände im weitesten Sinne betrifft, also Objekte in der Außenwelt, so ist es sinnvoll, sie etwa im Sinne von LEIBNIZ als Monaden zu betrachten und nach den sie charakterisierenden Eigenschaften zu fragen. Wenn sich dabei Meinungsverschiedenheiten ergeben, so können diese oft durch objektive Untersuchungen beigelegt werden, wenn auch diese Untersuchungen gelegentlich überaus schwierig sein mögen. Und es ist dann außerdem sinnvoll, zu sagen, dass in dieser Meinungsverschiedenheit eine Ansicht richtig und die andere falsch war. Auf dieser monadischen Grundlage beruht die Tradition des abendländischen Denkens; sie trennt die Welt in Subjekt und Objekte, spiegelt sich in der Struktur der indoeuropäischen Sprachen wider und ist seit ARISTOTELES das Grundschema der klassischen Logik.

Ganz im Gegensatz zu Gegenständen sind menschliche Beziehungen aber nicht Phänomene, die objektiv, sozusagen als Dinge für sich selbst existieren und über deren Eigenschaften ebenfalls Consensus möglich sein müsste. Vor allem trifft es keineswegs zu, dass im Falle von Meinungsverschiedenheiten über die Eigenart einer menschlichen Beziehung einer der Partner recht und der andere unrecht hat oder, um eines unserer Hauptthemen schon jetzt zu streifen, einer der Partner «normal» und

der andere «verrückt» ist. Beziehungen, die Inhalte unserer *zwischenmenschlichen*, pragmatischen Wirklichkeit, sind nicht im selben Sinne wirklich wie Objekte; sie haben Realität vielmehr nur in der Sicht der Partner, und selbst diese Realität wird von den Partnern günstigstenfalls nur mehr oder weniger geteilt. Wenn A seine Sicht der Beziehung mit B mit der Feststellung umreißt: «Ich weiß, dass du mich nicht leiden kannst», und B dann mit der Aussage: «Du denkst immer das Schlechteste von mir» als seiner Definition ihrer Beziehung antwortet, so besteht der Natur der menschlichen Kommunikation nach keine Möglichkeit, diese Kontroverse durch Heranziehung objektiver Beweise zu lösen. Pragmatische Gegebenheiten lassen sich nicht monadisch bestimmen. Wird dies aber dennoch versucht und werden Beziehungsphänomene entweder völlig außer Acht gelassen oder als Epiphänomene betrachtet, ist es unvermeidlich, der Monade hypothetische Eigenschaften zuzuschreiben, die sie entweder überhaupt nicht hat oder die unbeweisbar sind. Für unsere Überlegungen ist von besonderer Bedeutung, dass sich dieses Problem wie ein roter Faden durch die Auffassungen vom Menschen und seinem Verhalten zieht, wie unvereinbar auch diese Auffassungen in jeder anderen Hinsicht sein mögen. Da die Seele objektiv unerforschbar ist, eignet sich die menschliche Monade ganz besonders für die Zuschreibung unbeweisbarer Eigenschaften, in denen rein logische, linguistische und semantische Ungeheimheiten nur zu leicht ihr Unwesen treiben können. Diese Gefahr ist sogar in den exakten Wissenschaften allgegenwärtig; man denke nur an die scheinbar so unschuldige und einfache Annahme der klassischen Astronomie von der Gleichzeitigkeit zweier Ereignisse als Ausgangspunkt grundlegender, aber wertloser theoretischer Ableitungen. Für uns Laien ist es immer noch schwer verständlich, dass diese Annahme wissenschaftlich unbrauchbar, da unbeweisbar sein soll. Der dem Wiener Kreis nahestehende AYER verweist in «Language, Truth and Logic» (O.J., S. 152) darauf, wie gerade EINSTEINS Definition der Gleichzeitigkeit es offenkundig machte, «wie notwendig es für den