

Vorbemerkung

Der folgende „Impuls 4b“ enthält eine kurze Anwendung der PSI-Theorie auf die Analyse der psychofunktionalen Grundlagen von Hasskommentaren, Verschwörungstheorien u.ä. Der Text darf ohne Absprache mit mir nicht veröffentlicht werden. Rückmeldungen sind sehr willkommen (besonders Ergänzungen wie Beispiele aus dem Alltag oder Formulierungshilfen mit der Überarbeitungsfunktion von Word).

Der jeweils aktuelle Impuls wird einzeln auf psi-theorie.com hochgeladen und darf nur für den persönlichen Gebrauch heruntergeladen werden.

Ich habe hier eine inzwischen stark überarbeitete und verlängerte Version des „Impuls 4“ an den Impuls 4b angehängt, da beide eng zusammenhängen (Impuls 4 erläutert die 2. Modulationsannahme der PSI-Theorie).

PSI-Impuls 4b

Das Unbehagen in der Kultur: Der Weg von Vereinfachungs- zu Verschwörungssillusionen

Julius Kuhl (Version vom 2. 7. 2020)

Wir brauchen mehr Urteilsfähigkeit.

Hans-Georg Gadamer

Im Vergleich zu dem vor gut hundert Jahren zunehmenden "Unbehagen in der Kultur", das Sigmund Freud, der Begründer der Psychoanalyse, in seiner gleichnamigen Schrift thematisierte, können wir heute z. T. ähnliche, teilweise aber auch andere Gründe für die viel diskutierten "Krankheitssymptome" der Gesellschaft ausmachen. Symptome und vermutete Ursachen bilden ein verwirrendes Geflecht von sich gegenseitig verstärkenden oder hemmenden Faktoren wie Neoliberalismus, Radikalkapitalismus, postmoderne Beliebigkeit, Pseudo-Toleranz, Werteverlust, Fremdenhass, Machtaversion (sogar bei integrativen Führungsstilen), Verschwörungstheorien, politische Korrektheit, Blut-und-Boden-Patriotismus, Informationsüberflutung, Informationsbulimie ("zu viel rein und zu viel raus"), Hassbotschaften. In den Medien werden zuweilen auch übersteigerte Einseitigkeiten und Persönlichkeitsstörungen als mögliche Wirkfaktoren in diesem unübersichtlichen Geflecht genannt, z. B., Spaltung der Gesellschaft, Empathiemangel, Egomane, Depersonalisierung, Kontrollwahn, Vereinfachungssillusionen, gravierende Urteilsschwäche, narzisstische, antisoziale und paranoide Persönlichkeitsstörungen und *last not least*: Verlust des Grundvertrauens "in Gott und die Welt": Es mangelt wahrlich nicht an Beschreibungen der Symptome und ihren potenziellen Ursachen. Es scheint schier unmöglich, sich in diesem Dickicht von irgendwie zusammenhängenden Einflussfaktoren zurechtzufinden und die Spreu vom Weizen zu trennen. Groß sind die Erwartungen an die Wissenschaft — womit jedoch schon das nächste Problem angesprochen ist. Die Wissenschaft gibt es ja gar nicht. Wenn hier einigermaßen gesichertes Wissen helfen sollte, dann müssten Antworten aus verschiedenen Disziplinen zusammengebracht werden, die bereits in der Aufzählung einiger Bestandteile des erwähnten Symptomgeflechts anklingen: Wirtschaftswissenschaften, (Neuro-)Biologie, Genetik, Soziologie, Psychologie, Philosophie und Theologie (letztere Disziplin hatte übrigens ursprünglich die Entstehung der ersten Universitäten vorangetrieben). Die erwähnte Spaltung betrifft allerdings auch die Wissenschaften. Dabei verlaufen die Spaltungslinien sowohl zwischen als auch innerhalb der sich in immer kleinere Mikroparadigmen und Spezialthemen auflösenden Fächer. Das bedeutet, dass die verschiedenen Disziplinen die Frage nach den inneren Zusammenhängen zwischen den vielen Symptomen und vermuteten Ursachen oft in die Spalten zwischen den einzelnen Forschungsthemen fallen lassen.

Bei allen Schwierigkeiten, hoch komplexe Zusammenhänge in der existierenden Forschungslandschaft zu untersuchen, möchte ich einen kleinen Lichtblick für den psychologischen Beitrag zur Klärung des Verursachungsgeflechts aufzeigen, den wir aus den Systemwissenschaften ableiten können. Wenn man ein großes Netz aus undurchsichtigem Gewässer herausziehen will, braucht man nicht jeden einzelnen Knoten anzufassen. Wichtiger ist es, an einem gut platzierten Knoten mit großer Kraft und Ausdauer zu ziehen, um das ganze Netz freizulegen. Beginnen wir mit den heute wieder hoch "virulenten" Verschwörungstheorien, speziell mit dem Satz, der von Anhängern dieser wie einiger anscheinend verwandter Bewegungen zu hören ist: "Das wird man doch wohl noch sagen dürfen". Da das Folgende kein Witz ist, darf ich die Pointe bereits vorwegnehmen: Es liegt hier ein gefährliches Missverständnis vor, das nicht nur auf Seiten der Sender, sondern auch auf Seiten der Adressaten besteht. Beide Seiten haben eines gemeinsam: Sie greifen gern zu raschen Methoden der Abwehr von negativen Affekten wie Unsicherheit, Schwäche, Schmerz und Angst, die nicht selten auf mangelnde Komplexitätstoleranz zurückgeht. Zudem verwechseln die sich Beklagenden das "Sagen dürfen" häufig mit "Zustimmung erhalten" und so manche ihrer Kritiker verwechseln politische Korrektheit mit Urteilsstärke und moralischer Verantwortung, nämlich dann, wenn sie die Grenzen dessen, was man nicht sagen darf oder mit wem man nicht diskutieren darf, überdehnen. Dies ist ein guter Ausgangspunkt für die persönlichkeitspsychologische Mikroanalyse, nicht nur zur Identifikation gestörter Prozesse, sondern auch zur Auffindung von Lösungen zur Überwindung der Störungsursachen. Die Pointe positiv gefasst: Alle Akteure verschiedener Lager können wieder zu einem konstruktiven Miteinander zusammenfinden, wenn sie Angstabwehr durch selbstkonfrontative Dialektik ersetzen (vgl. Impuls 4).

Wie lässt sich diese kurze Skizzierung des *Gesamtsystems* der Verbindungen zwischen den vermuteten Symptomen und Ursachen des “Unbehagens in der Kultur” genauer fassen? Antworten sind von den Systemwissenschaften zu erwarten. Sie haben inzwischen nicht nur die psychologische Praxis^{1,2}, sondern auch die psychologische Grundlagenforschung erreicht³. Beginnen wir die systemische Funktionsanalyse an einem der Hotspots: Bei den Anhängern massiver Verschwörungssillusionen wurden z. B. “externalisierende” Persönlichkeitsstörungen vermutet (Sündenbock-Zuschreibungen): Größenfantasien und Besserwissergehab (Narzissmus), Gewissen- und Rücksichtslosigkeit (antisoziale Störungen) und paranoider Intentionalisierungszwang (negative Ereignisse werden den Intentionen fremder Mächte zugeschrieben). Die Funktionsanalyse macht auf einen Wirkmechanismus aufmerksam, den auch analoge, aber durchaus gesunde Persönlichkeitsstile mit den Akteuren gemeinsam haben. Hier passen die erwähnten pathologisierenden Kategorien gar nicht: Wie erwähnt neigen die sich Beklagenden (“Das wird man wohl noch sagen dürfen”), aber auch deren Kritiker nicht selten zur Abwehr negativen Affekts, die sich allerdings in beiden Gruppen unterschiedlicher Methoden bedient. Verschwörungsauffine Menschen scheinen zu einer externalisierenden Haltung zu neigen, um negativen Affekt wie Unsicherheit, Schwäche, Schmerz, Angst und Komplexität durch eine reflexartige Aktivierung des für den gelassenen Weitblick zuständigen psychischen Systems zu suchen. Dieses System nennen wir das integrierte Selbst, das alle persönlich relevanten Lebenserfahrungen in einem ausgedehnten Netzwerk zusammenführt. Wenn der Selbstzugang allerdings überwiegend impulsiv gesucht wird, verflacht die Selbstentwicklung, weil zu wenig neue, oft auch schmerzhaft Erfahrungen angeschaut und ins Selbst integriert werden.

Bei den Kritikern der Verschwörungsgeneigten können andere Abwehrformen im Vordergrund stehen. Dazu gehört vor allem der kontrollierende Stil. Der lässt eine allzu eifrige politische Korrektheit leicht in eine Überdehnung von (Sprech-) Tabus münden. Überdehnung der politischen Korrektheit kann passieren, wenn man die soziale Missbilligung oder Ächtung bestimmter Wörter übertreibt und meint, die befürchteten Phänomene wie Diskriminierung, männlichen Chauvinismus oder andere Grenzüberschreitungen durch Verbote potenziell abwertender Begriffe wie auf magische Weise verbannen zu können. Vor diesem Hintergrund sollte Protesten gegen das beklagte Sprechverbot nicht voreilig jede Berechtigung abgesprochen werden, etwa durch den Hinweis auf die (Rede-)Freiheit, die wir doch in der demokratischen Gesellschaft genießen: Könnte es nicht sein, dass das Unbehagen an den „Sprechverboten“ z. T. auch in einer intakten Demokratie berechtigt sein kann, wenn wir es mit der politischen Korrektheit übertreiben? Die psychologische Funktionsanalyse macht aber auch das erwähnte Missverständnis der “Sprechverbots-Opfer” deutlich: Deren Verwechslung des “Sagen dürfen” mit “Zustimmung erhalten” beruht auf demselben Entwicklungsproblem, das auch bei den anderen Abwehrformen zur erwarten ist: Wer auf Zustimmung fixiert ist und sich in mediale oder sonstige Blasen Gleichgesinnter einrichtet, ist — vielleicht sogar ähnlich wie diejenigen ihrer Kritiker, die andere Formen der Angstabwehr bevorzugen — nicht willens oder nicht in der Lage sich auf die Dialektik zwischen Zulassen von Angst und Schwäche und seiner kreativen Bewältigung durch ein differenzierungs- und urteilsstarkes Selbst einzulassen.

Die genauere Analyse der Dialektik zwischen Zulassen von negativem Affekt und seiner kreativen Bewältigung durch ein zunehmend urteilsstarkes Selbst zeigt eine wichtige Besonderheit auf: Die gleichzeitige Separierbarkeit (unvermischt) und Verbundenheit (ungetrennt) von neuen und alten Erfahrungen, Wahrnehmungen oder Denkschritten⁴. Sie ermöglicht komplexe Urteile und Entscheidungen, die viele, zunächst einzeln beachtete “Objekte” integrieren, z. B. Argumente, Denkschritte, Wahrnehmungen. Und wenn alle diese einzelnen Objekte trotz ihrer Verbindungen mit dem Netzwerk der relevanten Lebenserfahrungen (d. h. mit dem Selbst) ihre Eigenständigkeit behalten, ist es möglich, auch intuitive Entscheidungen bei Bedarf später authentisch zu begründen, ohne in ein

¹ Kriz, J. (2016). *Systemtheorie für Coaches*. Springer Fachmedien Wiesbaden.

² von Schlippe, A. (Ed.). (2004). *Personzentrierung und Systemtheorie: Perspektiven für psychotherapeutisches Handeln*. Vandenhoeck & Ruprecht.

³ Kuhl, J. (2001). *Motivation und Persönlichkeit: Interaktionen psychischer Systeme*. Göttingen: Hogrefe.

⁴ McClelland et al. 1995

nachträglich rechtfertigendes "Narrativ" zu verfallen: Man kann viele der Einzelheiten, die im Laufe der Selbstentwicklung intuitiv in einer komplexen Entscheidung berücksichtigt sind, wieder bewusst machen, weil sie ja einmal einzeln angeschaute Argumente, Denkschritte oder Wahrnehmungen waren. Ein Beispiel für dieses Zusammengehen von Verbundenheit und Autonomie, für die bleibende Eigenständigkeit der integrierten Elemente ist eine bestimmte Form von Zweierbeziehung: Zwei Menschen können ein Paar werden (ungetrennt), ohne dass jeder seine Eigenständigkeit und Autonomie verliert. Sie sind dann "unvermischt" und trotzdem "ungetrennt". Zwei Menschen können sehr verschiedene Meinungen haben und sie gegenseitig würdigen, ja sogar an ihnen wachsen, ohne befürchten zu müssen, dass der eigene Standpunkt verloren geht, selbst wenn er sich verändern würde. Dabei verdient der Dialog zwischen dem bewussten, unterschiedssensiblen System ("Objekterkennung") und dem ganzheitlichen, mehr intuitiv fühlbaren, als verbalisierbaren persönlichen Erfahrungsnetzwerk (dem "Selbst") durchaus die Bezeichnung "rational". C. G. Jung zählte das intuitive, ganzheitliche Fühlen zu den rationalen Funktionen: Warum sollte man einem intuitives (unbewusstes) System, das viele rationale Argumente, Gedanken mit der Gefühlswelt eines Menschen zusammenführt, die Bezeichnung *rational* absprechen?

Damit unterscheidet sich allerdings die intuitive Intelligenz eines kreativ wachsenden, urteilsstarken Selbst von der einfachen Intuition, die in der hier zitierten Systemanalyse der Persönlichkeit als Komponente der Intuitiven Verhaltenssteuerung (IVS) aufgefasst wird: Die elementare Intuition, die C. G. Jung als eine *irrational*e Funktion bezeichnete, ermöglicht nicht das Herauslösen einzelner Informationen. Das IVS dient auch nicht nur den unbegründbaren Ahnungen und Urbildern, die Jung mit seinen "Archetypen" im Sinn hatte. Heute verbinden wir die elementare Intuition mit einer für das Handeln wichtigen Zusatzfunktion: Das IVS kann sehr viele Kontextaspekte in die unmittelbare Handlungssteuerung einfließen lassen, z. B. beim Tanzen auf einer dicht besetzten Tanzfläche oder bei komplexen Sportarten wie Fußball oder Tennis. Die meisten Wahrnehmungen, die auf dieser elementaren ("irrationalen") Ebene intuitives Verhalten beeinflussen, sind nicht ohne Weiteres einzeln dem Bewusstsein zugänglich: Viele Aktivitäten einzelner Muskelfasern, der Wahrnehmungen aus dem Sehen, Hören, Tasten und dem Gleichgewichtsorgan sind in dem intuitiven Netzwerk der Verhaltenssteuerung verschmolzen (fusioniert). Sie können und brauchen nicht als Einzelheiten bewusst gemacht werden. Wenn intuitive Entscheidungen aus diesem System kommen, sind sie kaum authentisch begründbar (allenfalls durch nachträgliche Konstruktionen: rationalisierende Narrative). Hier wird verständlich, warum es so schwierig ist, mit Menschen zu argumentieren, die ganz aus ihrer elementaren, assimilativen Intuition entscheiden und handeln (was durchaus für viele Hassbewegte und Verschwörungstheoretiker zutreffen mag). Solange sie einseitig in der intuitiven Verhaltenssteuerung verhaftet sind, steht ihnen nur die Form der Kommunikation zur Verfügung, die für die Intuitive Verhaltenssteuerung charakteristisch ist: Gemeinsame emotionale und kognitive Schwingungen auf dem Weg der gegenseitigen Ansteckung mit Gleichgesinnten zu suchen.

Die Forschung zur Funktionsweise der Spiegelneuronen ermöglicht heute, diesen Prozess der elementaren Intuition mehr und mehr zu verstehen⁵. Bei der Kommunikation auf der Ebene elementarer Intuition erreicht allenfalls das Ergebnis einer Entscheidung oder einer Handlung das bewusste Erleben. Die verschiedenen Emotionen, Randbedingungen, Bedürfnisse und kognitiven Erwägungen, die zu dem jeweiligen Verhalten geführt haben, bleiben im Dunkeln. Diskussionen über das Zustandekommen von Entscheidungen, Forderungen, Verhaltensweisen überfordern das System der elementaren Intuition, das nur assimilatives Wachstum kennt, d. h. das auf geringfügige, graduelle Veränderungen der eigenen Schemata festgelegte Wachstum. Diese mehr auf Bestätigung und Erhalt als auf kreative oder gar radikale Veränderungen der eigenen Schemata ausgelegte Haltung wird durch gemeinsames Schwingen innerhalb einer Blase von Gleichgesinnten gefestigt. Die Funktionsanalyse hilft dabei, das sinnvolle Maß an Distanzierung zu finden, das diskussionsbereite Kritiker von Verschwörungsbewegten brauchen: Das Erkennen der zugrundeliegenden Prozesse schützt vor einer Verwicklung, die durch ein engagiertes Sicheinlassen auf Diskussion oder Empathie passieren kann und man versteht, warum noch so engagiertes Argumentieren in die Sackgasse

⁵ Heyes, C. (2010). Where do mirror neurons come from?. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 34(4), 575-583.

führen kann. Anregungen für Methoden mit den Betroffenen im privaten oder beruflichen Miteinander umzugehen, können u. a. aus der systemischen Beratung und anderen systemischen Ansätzen abgeleitet werden. Hier wurden Methoden entwickelt, die zeigen, wie emotionale Verstrickungen von Familien- bzw. Teammitgliedern überwunden werden können (z. B. wenn eine Person die eigenen Gefühle mit den Gefühlen einer anderen Person verwechselt, also vermischt).

PSI-Impuls 4

Wenn das Selbst Sprünge macht: Kreatives Selbstwachstum

Julius Kuhl (Version vom 9. 7. 2020)

Selbstwerden heißt, das Fremde zulassen, ohne es zu sein.

Julius Kuhl

Dieser Satz erinnert an die Lebenserfahrung, dass Selbstwachstum gerade dadurch beflügelt wird, dass man sich mit zunächst ganz fremd erscheinenden Erfahrungen wertschätzend auseinandersetzt („Liebet Eure Feinde“). Wer verstehen möchte, wie Fremdenfeindlichkeit, Verschwörungstheorien entstehen, warum Menschen sich über soziale Medien in confirmatorischen Blasen einrichten, findet hier eine „funktionsanalytische“ Erklärung. Die Funktionsanalyse sucht die Erklärung der Prozesse und Funktionen, die dem Verhalten und Erleben zugrundeliegen. Dieser Ansatz ist gerade beim Thema Selbstwachstum spannend, weil er zusätzliche Formen des Umgangs mit Menschen eröffnet, die von fremdenfeindlichen Ausgrenzungsfantasien und externalisierenden Schuldzuweisungen betroffen sind („die anderen sind schuld“). Der psychofunktionale Ansatz erklärt, warum in Erziehung, Partnerschaft und in der Führung von Mitarbeitern die Verbindung von *Grenzen setzen* und *wertschätzender Zuwendung* wichtig ist. Was bedeutet hier „psychologische Funktionsanalyse“? Sie fragt: Was sind die Systemvoraussetzungen für die Förderung bzw. Beeinträchtigung eines gesunden Selbstwachstums, das die Grundlagen einer realitätsorientierten, differenzierten Urteilsstärke bildet (persönlicher Reife)? Die kurze Antwort lautet: Gesundes, kreatives Selbstwachstum und umsichtige Urteilsstärke erfordern *Integration statt Fusion*, das Zusammenführen statt Vermischen neuer mit alten, fremder mit bisherigen Erfahrungen.

In der Theorie der Persönlichkeits-System-Interaktionen (PSI-Theorie) wird das genauer erklärt. Zunächst wird zwischen zwei Arten von Selbstwachstum unterschieden: Die erste Art ist das *assimilative Selbstwachstum* in sehr kleinen Schritten. Hier wächst das Selbst überwiegend dadurch, dass es sich immer mehr Situationen zu eigen macht, ohne sich grundlegend zu verändern. Diese Arbeitsweise des weitgehend intuitiv arbeitenden Selbst (in Abb. 1: EG) kann mathematisch durch die Eigenschaften neuronaler Parallelverarbeitung dargestellt werden: Lernen funktioniert in solchen Netzen graduell („inkrementell“), indem das aktuelle Netzwerk durch viele sukzessive Rückmeldungen optimiert wird. *Assimilativ* nennen wir diesen Lernprozess, wenn er so funktioniert, dass das bislang Gelernte weitgehend beibehalten werden kann: Neue Situationen werden an das existierende Schema angepasst (durch das Schema „assimiliert“) statt zum Anlass genommen zu werden, es in Frage zu stellen und umzubauen: zu „akkommodieren“. Intuitive Menschen mit dieser Wachstumsvariante können mit ihrer assimilativen Intuition viele Situationen meistern. Wenn die Diskrepanz zwischen einer neuen Situation und dem eigenen Selbsterleben (dem eigenen „Sein“) aber eine kritische Grenze überschreitet, d. h. wenn die Situation zu fremd ist, dann macht ihnen dieser Prozess zunehmend Stress und stößt an seine Grenzen. Dann gehen verschiedene Menschen mit einer solchen Situation unterschiedlich um: Manche ignorieren einfach das Schwierige und Schmerzhaftes, andere reagieren frustriert oder hilflos, wieder andere werden ärgerlich. Es gibt auch Menschen, die auf Kleinigkeiten, Fehler, Gefahrenquellen fixiert bleiben (psychologisch geschieht das durch Aktivierung der Objekterkennung, vgl. Impuls 1, Abb. 1).

Beim *kreativen* („akkommodativen“) *Selbstwachstum* wird das Selbst durch die Auseinandersetzung mit dem Fremden verwandelt, ohne dass die ursprüngliche Position aufgegeben werden muss. Diese Art zu wachsen wird in der PSI-Theorie durch die 2. Modulationsannahme erklärt. Dazu muss die Parallelverarbeitung des EG mit einem ganz anders, nämlich analytisch-sequenziell arbeitenden System kooperieren. Zuerst wird durch das Zulassen von negativem Affekt der analytische Fokus auf das Fremde intensiviert: Eine unstimmgige oder schmerzhaftes Einzelheit wird aus dem Kontext herausgehoben (*Objekterkennung*). In einem zweiten Schritt wird dann die negative Erfahrung in Kontakt gebracht mit dem ausgedehnten Netzwerk persönlich relevanter Erfahrungen (d. h. dem Extensionsgedächtnis, dem Selbst). Dieser Schritt wird durch die Herabregulierung des negativen Affekts erleichtert (z. B. durch Fremd- oder Selbstberuhigung): Im Anschluss an die Fokussierung auf das Fremde (Problemfokus) wird in der zweiten Phase durch den erneuten Selbstkontakt ein grundlegender Umbau (Akkommodation) bisheriger Selbstschemata möglich (Abb. 3).

Akkommodatives Selbstwachstum entsteht in einer langen Reihe von Episoden, von denen jede aus zwei Schritten besteht. Schauen wir uns die beiden Schritte des kreativen Selbstwachstums genauer an. In Abbildung 3 ist skizziert, dass es hier auf die Interaktion zwischen zwei psychischen Systemen ankommt, von denen das erste darauf spezialisiert ist, eine neue, vielleicht sogar fremd anmutende oder Angst machende *Einzelheit* aus dem Gesamtzusammenhang (Kontext) zu lösen (z. B. ein unerwartetes Objekt, eine schmerzliche Erfahrung, eine fremd anmutende Person, ein skurril erscheinendes Argument) und zum Gegenstand ("Objekt") der bewussten Wahrnehmung zu machen (*Objekterkennungssystem*, OES). Es ist eine selbstkonfrontative Form des Umgangs mit schmerzhaften oder Angst machenden Erfahrungen: Bewältigung durch Hinschauen statt Wegschauen. Die mangelnde Bereitschaft, sich auf diesen Schritt einzulassen, also Unsicherheit, Schmerz oder Angst zuzulassen statt zu verdrängen, ist ein weit verbreitetes Hindernis auf dem Weg zur Entwicklung einer urteilsstarken, kreativen und integrativen Persönlichkeit. Die bei narzisstischen, antisozialen und paranoiden Persönlichkeitsstörungen extrem übersteigerte Neigung zur Externalisierung von negativem Affekt, d. h. die einseitige Suche nach Sündenböcken als Mittel zur Abwehr von Unsicherheit, Angst, Schwäche oder Schmerz, erklärt eine gemeinsame Endstrecke der Verursachungskette, die in Fremdenhass bis hin zu Verschwörungstäuschungen münden kann (vgl. Impuls 4b).

Der erste der beiden Schritte einer Selbstwachstumsepisode birgt durchaus das Risiko, dass man in einer negativen Stimmung und negativen Gedanken stecken bleibt und in lähmendes Grübeln verfällt ("Lageorientierung" oder "Problemhypnose"). Aus dieser Not kann aber eine Tugend werden, wenn auch der zweite Schritt gelingt und der negative Bewusstseinsinhalt in Kontakt tritt mit dem riesigen Netzwerk persönlich relevanter Erfahrungen, das wegen seiner enormen Ausdehnung *Extensionsgedächtnis* (EG) genannt wird und dessen persönliche Anteile das *Selbst* genannt werden. Das Selbst repräsentiert ein zusammenhängendes (kohärentes) Ganzes, das die ganze Person mit ihren Bedürfnissen, Sinn stiftenden Werten, Fähigkeiten, Stärken und Schwächen in einem ausgedehnten assoziativen Erfahrungsnetzwerk erlebbar, wenn auch nicht in seiner Gänze verbalisierbar macht. Der Wechsel zwischen negativem Affekt (z. B. Schmerz, Angst, Unsicherheit) und seiner Herabregulierung (Gelassenheit, Ruhe) fördert demnach das kreative, akkommodative Wachstum durch den Dialog zwischen dem Fokus auf eine unstimmgige Einzelerfahrung (OES) und dem integrativen Blick der gesammelten Lebenserfahrung (EG). Dieser Dialog zwischen selbstkonfrontativem Hinschauen (OES) und Öffnen des eigenen Lösungsraums (EG), der durch den Wechsel zwischen gegensätzlichen Stimmungen unterstützt wird (z. B. von Unsicherheit zur Gelassenheit), macht einen paradoxen Forschungsbefund verständlich: Kinder und Erwachsene, die eine genetische oder psychische Vulnerabilität für psychische Störungen aufweisen (z. B. für Angst, Depression, Aggressivität), haben nicht nur kein, sondern sogar eine *geringeres* Risiko die jeweiligen Symptome zu entwickeln als Personen ohne eine solche Verwundbarkeit, vorausgesetzt sie sind unter Bedingungen aufgewachsen, die als günstig für eine gute Selbstentwicklung gelten^{6,7}. Der selbstkonfrontativen Dialektik zufolge sind solche Befunde darauf zurückzuführen, dass hoch sensible wie sozial ängstliche oder depressive Personen beim ersten Schritt einer intakten dialektischen Selbstwachstumsepisode auf mehr Lerngelegenheiten aufmerksam werden als weniger sensible Menschen, und dann diese schmerzhaften Erfahrungen aufgrund ihrer intakten Selbstkompetenzen für neues Lernen nutzen können.

Das sei an einem Beispiel erläutert: Das empathische Mitschwingen einer intuitiven Person mit einem anderen Menschen ist immer dann ein Beispiel für Assimilation, wenn es nur solange aufrechterhalten werden kann, wie die Stimmung oder die Gedanken des Interaktionspartners nicht allzu sehr von den eigenen abweichen. Dagegen ist das intuitive Mitfühlen, das eine Person mit akkommodativem Selbstwachstum zeigt, auch in der Lage die von der eigenen Stimmung stark abweichende Stimmung (oder Meinung) einer anderen Person wertschätzend mitzufühlen, *ohne* selbst

⁶ Belsky, J. & Pluess, M. (2009). Beyond diathesis stress: differential susceptibility to environmental influences. *Psychological Bulletin*, 135(6), 885.

⁷ Baumann, N., Kaschel, R., & Kuhl, J. (2007). Affect sensitivity and affect regulation in dealing with positive and negative affect. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 239-248.

von ihr erfasst zu werden (was einer Vermischung von Gefühlen gleichkäme). Assimilatives Selbstwachstum kann man deshalb mit der Kurzformel beschreiben: *“vermischt und ungetrennt”*: Das Neue (Fremde) und das Vertraute (Selbst) bilden eine Einheit (d. h. sie sind *“ungetrennt”*), allerdings so, dass beides, das Neue und das Vertraute vermischt wird (fusioniert). *“Vermischt”* bedeutet hier, dass die neuen Erfahrungen mit den alten so zusammenfließen, dass sie nicht mehr voneinander zu trennen sind. Das ist bei vielen intuitiven Alltagshandlungen auch völlig in Ordnung: Wenn man sich mit einem Tanzpartner auf einer dicht besetzten Tanzfläche oder beim Tennisspielen aufeinander einlässt und eine gemeinsame Synchronisierung oder Schwingung (Resonanz) entsteht, dann ist es weder möglich noch notwendig, dass die Beteiligten alle einzelnen Kontextinformationen und Muskelkontraktionen, die ihr Handeln steuern, analysieren. Hier wird verständlich, warum Menschen, die das assimilative Lernen und die dazu gehörige Form der intuitiven Resonanz bevorzugen oder sogar darauf festgelegt sind, sich gern in Blasen einrichten: Assimilatives Mitschwingen geht nur solange, wie die Interaktionspartner in ihren Gefühlen, Überzeugungen und Verhaltensweisen nicht zu stark von den eigenen abweichen.

Auf der anderen Seite schafft Akkommodatives Wachstum die Einheitsbildung nicht wie das assimilative Lernen in den erwähnten kleinen intuitiven Zyklen *innerhalb* der Parallelverarbeitung des ausgedehnten Erfahrungsnetzwerks des Selbst (EG). Stattdessen tritt das EG in einen Dialog (Interaktion) mit einer ganz andersartigen Art der Informationsverarbeitung, nämlich dem analytischen System, in erster Linie der Objekterkennung, die auf Fehler oder sonst welche unangenehme oder gar schmerzhaft e Einzelerfahrungen fokussiert. Das können auch einzelne, zunächst befremdlich erscheinende Argumente einer anderen Person sein oder Forderungen und Erwartungen anderer, die zunächst das Intentionsgedächtnis und das damit verbundene sprachbasierte analytische Denken erreichen. Der zweite Schritt ermöglicht dann einen konstruktiven Austausch zwischen dem System das auf fremde Einzelerfahrungen fokussiert (OES) und dem Selbst: Das Selbst bringt fremdartige Erfahrungen so mit dem Netzwerk bisheriger Erfahrungen (EG) zusammen, dass das Neue und Fremde akzeptiert werden kann, ohne dass das Alte und Vertraute Erfahrungswissen verloren geht. Ein Beispiel für das *Fehlen* des konstruktiven Dialogs zwischen Fremden und Vertrauten ist das buchstäbliche Vergessen aller positiven Erfahrungen, die man mit einer Person gemacht hat, sobald man durch diese Person auch nur einmal enttäuscht wurde. Die kognitionspsychologische Hirnforschung hat schon vor einiger Zeit gezeigt, dass eine solche *“katastrophische Interferenz”*, d. h. das Überschreiben alter durch neue Erfahrungen verhindert werden kann durch den Dialog zwischen dem Gedächtnissystem für neue Episoden (dem Hippocampus) und dem Langzeitgedächtnis (der Hirnrinde). Dieser Dialog ist während stressarmer, entspannter Situationen möglich (z. B. im Schlaf).⁸

Dadurch dass die nunmehr integrierten Einzelheiten alle einmal separat angeschaut wurden (im OES) sind sie nach der Integration ins EG nicht mit diesem *“vermischt”*, sondern behalten trotz der neuen Vernetzung ihre Eigenständigkeit. Sie können deshalb bei Bedarf wie mit einem Zoomobjektiv aus dem EG herausgelöst werden, z. B. um eine eigene Entscheidung zu begründen, oder um eine frühere Problemsituation wieder bewusst zu machen. Das meinen wir, wenn wir das akkommodative Selbstwachstum mit der Kurzformel *“unvermischt und ungetrennt”* beschreiben: Die fremden Erfahrungen bilden zusammen mit den bisherigen Erfahrungsnetzwerk (dem Selbst) eine neue Einheit (sie sind wie beim assimilativen Lernen *“ungetrennt”*). Aber Neues und Altes, Fremdes und Eigenes sind trotz dieser Einheitsbildung nicht unauflöslich vermischt, sondern sind weiterhin aus dem Netzwerk herauslösbar (sie sind *“unvermischt”*). Gleichzeitig ermöglicht diese Form der Einheitsbildung einen kreativen oder sogar radikalen Umbau des bisherigen Erfahrungsnetzwerks. Kurz gesagt: Im Unterschied zum assimilativen (graduellen, inkrementellen) Wachstum ist das akkommodative Wachstum selbstkritisch, innovativ und kreativ und vor allem liefert es wegen der Herauslösbarkeit der integrierten Elemente die Möglichkeit intuitive Entscheidungen rational zu begründen (Einzelheiten waren ja einmal bewusst angeschaut worden, bevor sie in das intuitive Erfahrungsnetzwerk eingespeist wurden).

⁸ McClelland, J.L., McNaughton, B.L. & O'Reilly, R.C. (1995). Why there are complementary learning systems in the hippocampus and neocortex: Insights from the successes and failures of connectionist models of learning and memory. *Psychological Review*, 102, 419-457.

Die beiden Wachstumsformen unterscheiden sich also darin, ob Gegensätze vermischt werden oder nicht. Die Nichtbeachtung dieses Aspekts kann fatale Folgen haben: Im Unterschied zum assimilativen (vermischenden) ermöglicht kreatives (akkommodatives) Wachstum eine Urteilsstärke, die mit der Fokussierung auf kritische Einzelheiten immer auch den wohlwollenden Blick für das Ganze erkennen lässt (und sei es nur in der positiven Tonlage, der fehlenden Schärfe der Formulierung oder dem Blickkontakt). Das bedeutet für Interaktionen in Erziehung, Unterricht, Partnerschaft und Führung, dass zwei scheinbar gegensätzliche oder gar unvereinbare Stile eine authentische, unvermischte Einheit eingehen: Die Fokussierung auf Kritik, Abgrenzung, Regulierung oder Strukturgebung ist mit einem authentisch wohlwollenden Blick für das Ganze verbunden, lässt also immer auch Zugewandtheit, Vertrauen und eine insgesamt positive Haltung zum Ganzen erkennen, oft auch nur implizit. Die Formel "unvermischt und ungetrennt" passt also auch hier: Die klare, wenn nötig auch strenge Kritik, das Anbieten von Strukturen, die Kommunikation von Erwartungen oder Forderungen wirken dann nicht spaltend, sondern unterstützen beim Adressaten eine integrative Haltung. Wenn eine kritische Haltung, die ja z. B. für den Journalismus in einer Demokratie von zentraler Bedeutung ist, sich jedoch verselbstständigt, d. h. den Kontakt mit dem wertschätzenden Blick für das Ganze verliert, kann sie spaltend wirken, selbst wenn sie gar nicht so gemeint ist. Gänzlich verwirrend kann es werden, wenn die Reduktion auf die einseitige kritische Komponente erst im Auge des Empfängers passiert: Dann kann selbst eine integrative Haltung als verengt, diktatorisch oder freiheitsberaubend erlebt werden. Die heute in verschiedenen Lebensbereichen erkennbare pauschale *Machtaversion*, die nicht mehr unterscheiden kann zwischen integrativer und einseitig dominanter Führung, fasst auch integrative Angebote in Erziehung, Partnerschaft, Beruf, Journalismus und Politik als Einmischung, Autonomiemissachtung, oder gar "Verschwörung" auf.

Spätestens hier drängt sich die Frage nach den Entwicklungsbedingungen auf. Wie lässt sich die Entwicklung der integrativen Kompetenz unterstützen? Wie steht es in der Gesellschaft um solche Entwicklungsbedingungen? Das Prinzip ist einfacher zu erklären als zu realisieren. Es geht um die Integration der beiden erwähnten Interaktionsstile, also der Integration (nicht Fusion) eines Strukturgebenden, fordernden, "autoritären" mit einem frei lassenden, wohlwollenden, liberalen Stil. Dieser integrative Stil, der bereits von Kurt Lewin, dem Begründer der experimentellen Motivationspsychologie untersucht wurde⁹, wird in der Entwicklungspsychologie "autoritativ" genannt¹⁰. Filmbeispiele für die drei Interaktionsstile wurden für den Erziehungsalltag in der Entwicklungs- und Familientherapie entwickelt¹¹. Welche konkreten Anregungen zur Förderung integrativer Kompetenz können wir von der psychologischen Funktionsanalyse erwarten?¹² Wenn Menschen in ihren Interaktionen *persönlich* werden, wenn also die Adressaten einer Kommunikation sich "persönlich" angesprochen, wahrgenommen, vielleicht sogar wertschätzend respektiert und verstanden fühlen, dann ist dies eine Einladung für die Aktivierung des Selbst (des EG). Diese Feststellung beruht auf der Annahme, dass psychologische und neurobiologische Systeme bevorzugt dann aktiviert werden, wenn sie gebraucht werden und sich nicht weiterentwickeln können, wenn dies nicht der Fall ist ("Use it or lose it"). Solche Einladungen ans Selbst funktionieren natürlich umso eher, je kontextsensibler sie sind, d. h. je mehr sie auf den aktuellen Kontext und die individuelle Verfasstheit des Adressaten abgestimmt sind: "Persönlich werden" heißt im Kontext von Schule oder Beruf etwas anderes als in einer tief empfundenen Freundschaft oder Partnerschaft.

Damit erhält ein altes Entwicklungsprinzip eine funktionsanalytische Unterstützung. Dieses Prinzip heißt *Widerspiegelung*: Ab und zu spiegeln explizite Botschaften den implizit erfüllten Zustand des Adressaten. Dazu braucht es ein gewisses intuitives Einfühlungsvermögen in die aktuellen Gefühle, Bedürfnisse, Sorgen, Fähigkeiten und Handlungsmöglichkeiten, aber auch ein Verstehen des Gegenübers und die Fähigkeit es in Worte zu fassen. Das Grundmuster der Widerspiegelung

⁹ Lewin, K. (1944). A research approach to leadership problems. *The Journal of Educational Sociology*, 17(7), 392-398.

¹⁰ Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology Monograph* 4 (1, part 2).

¹¹ Schneewind, K. A. (2012). „Freiheit in Grenzen“: Konzeption und Wirksamkeit einer DVD zur Stärkung von Elternkompetenzen für Eltern von Grundschulkindern. *Bildung und Erziehung*, 65(4), 409-426.

¹² Storch, M., & Kuhl, J. (2017). *Die Kraft aus dem Selbst*. Bern: Hogrefe.

ist also: Worte finden, die zu der aktuellen Verfassung der angesprochenen Person passen. Das können auch Fragen sein ("Haben Sie etwas auf dem Herzen?"). Psychofunktional bedeutet das im Umkehrschluss: Wenn Erzieher, Lehrer, Partner oder Führungskräfte einseitig an den Menschen, die ihnen anvertraut sind, vorbeireden, etwa durch notorisches Regulieren, Ermahnen und Fordern, wird bei den ihnen anvertrauten Menschen der innere Dialog zwischen dem expliziten Ich (in Abb. 1: IG und OES) und dem impliziten Selbst (EG und IVS) nicht gefördert. Dann können die beiden personalen Schlüsselkompetenzen, die Handlungskompetenz (Umsetzen von Vorsätzen) und das integrative Selbstwachstum (Lernen aus Fehlern und leidvollen Erfahrungen) beeinträchtigt werden. Warum ist es also wichtig, dass explizite Botschaften zuweilen zu dem impliziten Zustand des Gegenübers passen? Der Grund liegt auf der Hand: Die beiden personalen Kernkompetenzen erfordern die Interaktion, den Dialog zwischen je einem expliziten und einem impliziten System, zwischen dem Intentionsgedächtnis und der Intuitiven Verhaltenssteuerung für das Umsetzen von Vorsätzen (s. Abb. 2) bzw. zwischen der Objekterkennung und dem impliziten Selbst für das Lernen aus Fehlern und schmerzhaften Erfahrungen (Abb. 3). Und dieser Dialog zwischen expliziten und impliziten Systemen wird durch explizite Widerspiegelung eines impliziten Zustandes des Gegenübers unterstützt.

Hier lässt sich auch die Brauchbarkeit des eigentlichen Kerns des klassischen *Bildungsbegriffs* verstehen und vor Fehlinterpretationen schützen: Dieser Kern berührt die ganzheitliche Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung¹³ durch das dialektische Prinzip, das in der hier vorgestellten persönlichkeitspsychologischen Fassung (Abb. 3) über den an Hegels Dialektik erinnernden kognitiven Dreisatz "These-Antithese-Synthese" hinausgeht: Die Funktionsmerkmale der beteiligten mentalen Systeme werden aufgeschlüsselt (Abb. 1) und die kognitive Dialektik wird durch eine emotionale Dialektik ergänzt (Abb. 2 und 3). Diese psychofunktionale Erweiterung hat enorme praktische Konsequenzen: Für jedes der Funktionsmerkmale der Systeme, die an einer persönlichen Kompetenz beteiligt sind, lassen sich konkrete Entwicklungsmethoden ableiten. So können z. B. aus den Funktionsmerkmalen des Selbst konkrete Fördermaßnahmen abgeleitet werden (vgl. Abb. 1): Wegen der perspektivischen Weite des Selbst (Parallelverarbeitung auf einer hohen Integrationstufe) bietet sich z. B. das Wechseln zwischen unterschiedlichen Perspektiven an, das schon mit Übungen beginnt, die mindestens drei Bedeutungen eines Wortes oder einer Handlung generieren ("Ab Drei beginnt die Unendlichkeit" — des Selbst). Aus der Freiheit von der bewussten Kontrollierbarkeit lässt sich das nichtdirektive, beiläufige (hypnosuggestive) Anbieten von Deutungs- oder Handlungsmöglichkeiten ableiten, das die freie Wahl zwischen verschiedenen Optionen lässt. Und die für das Selbst charakteristische Einbindung von Emotionen und Körperwahrnehmungen zeigt, warum das Zulassen und Nacherleben von Emotionen und Körpersignalen ("somatischen Markern") den Selbstzugang und damit die Entwicklung aller vom Selbst abhängigen Kompetenzen erleichtert. Schließlich ist aus der Hemmung des Selbstzugangs durch negativen Affekt (z. B. durch nicht bewältigte Gefühle von Schmerz, Unsicherheit oder Angst; Abb. 3) ableitbar, dass Methoden zur Bewältigung von negativem Affekt (Selbstberuhigung) für die Entwicklung aller Selbstkompetenzen von großer Bedeutung sind (weitere Einzelheiten werden in den Impulsen 7 und 8 dargestellt).

¹³ Liessmann, K. P. (2012). *Theorie der Unbildung: Die Irrtümer der Wissensgesellschaft*. Wien: Paul Zsolnay Verlag.