

Frag nicht warum... - Zur Struktur der Wirklichkeit und der Erweiterung unserer Fähigkeiten.

Dennis K. Chong, Jennifer K. Smith-Chong; Jungfermann Verlag -Paderborn, 1995; ISBN: 3-87387-145-9 (Engl. Original: "Don't ask why?!"; C-Jade Publishing Inc.; 1991) - Buchbesprechung von Benno Flory

Worum geht's?

Was den Autoren letztendlich am Herzen ist, die "Welt zu einem friedvolleren, liebevolleren Ort zu machen", in der "sollte", "sollte nicht", "kann nicht" keine Vorrangstellung einnehmen und in der unsere Landkarte bestmöglich dem Gebiet entspricht.

Inhaltlich geht es im Wesentlichen um folgende Themen:

- Semantische Verarbeitung unserer Wahrnehmungen, Verknüpfung mit der inneren Landkarte und Denkweisen und Einsatz semantischer Operatoren zu diesem Zweck; hinter den Operatoren steht nach ihrem Modell ein "Meta-Meta-Operator", ein übergeordneter Operator, der alle inhaltsbezogenen Operatoren miteinander in Beziehung setzt und ihre Funktionsweise in Gang hält.
- Schuldrahmen, Folgen des Schuldrahmens: Benutzung des Wortes "Warum", um die Ursache eines Gefühls oder Verhaltens und somit die Verantwortung auf die Aussenwelt oder irgendwelche Zwänge abzuschieben. So wird dieses Wort als Angelpunkt aller Schuldzuweisungen dargestellt. Die Autoren sprechen dem "Ursache-Wirkung-Denken" seine Berechtigung ab und bezeichnen es als willkürlich. Ebenso wird aufgezeigt, wie unzweckmässig das Zuweisen von Schuld im Zusammenhang mit Konfliktlösung ist.
- Alternative zum Schuldrahmen: Der "Nicht-Warum-Rahmen" wird vorgestellt, geeignete alternative Frageworte zu "Warum" werden aufgelistet, es wird ein relatives Weltbild beschrieben, das auf funktionalen und kybernetischen Beziehungen basiert. Er führe zur akkurateren Abbildung der Welt, zur Übernahme der eigenen Verantwortung, zu innerer Zentriertheit, zu mehr Kongruenz.
- Schliesslich geben die Autoren Ideen und Hilfen, um den Rahmen und somit unser Weltbild zu wechseln. In erster Linie benutzen sie dazu Veränderungen im Sprachgebrauch.

NLP-Elemente im Buch

Im Zusammenhang mit der NLP-Ausbildung hat mich natürlich interessiert, welche bereits bekannten NLP-Elemente ich im Buch wiederfinde und in welchem Zusammenhang sie hier benutzt werden. Hier eine Auswahl:

- Rahmen, Reframing: Die zentrale Absicht der Autoren ist, in unserem System, wie wir die Welt betrachten und innerlich verarbeiten, den "Warum-Rahmen", den sie auch als "Schlud-Rahmen" bezeichnen, durch einen alternativen Rahmen zu ersetzen, den "Nicht-Warum-Rahmen". -> NLP-technisch entspricht das einem Reframing, aber keines im Sinne der Reframing-Strukturen aus dem NLP-Practitioner (sie sind inhaltsbezogen), sondern ein Reframing auf der Verarbeitungsebene, also auf einer Meta-Ebene.
- Implizit beschäftigen sich die Autoren mit dem Metamodell der Sprache und ergründen es wesentlich tiefer, als ich dies aus der NLP-Ausbildung gekannt habe. Im letzten Kapitel weisen sie auf (in ihren Augen) Schwachstellen des Meta-Modells hin: Die Struktur, besonders die Fragetechniken zur Auflösung von Milton-Sprache, basieren noch oft auf dem Operator "Warum" (mit den beschriebenen Folgen...)

Sehr intensiv werden auf einige Grundbegriffe und Grundannahmen des NLP zurückgegriffen, z.B.:

- "Die Landkarte ist nicht das Gebiet / die Landschaft."
- "Jeder Mensch ist einzigartig und hat sein eigenes Modell von der Welt. Jeder ist wichtig, schön, einzigartig und hat auf einem Gebiet besondere Fähigkeiten, Ideen und Visionen."
- "Lerne neue Möglichkeiten dazu, nimm keine weg. Es geht darum, neue Wahlmöglichkeiten zu schaffen, Begrenzungen zu erweitern."
- Indirekt, implizit durch in Frage stellen des Entweder-Oder-, des Richtig-Falsch-Denkens, stützen sie auch die Annahme: "Es gibt in jeder Situation mindestens drei Möglichkeiten."

Meiner Ansicht nach werden auch NLP-Grundsätze verletzt:

- Der sprachliche Operator "Nicht" wird sehr häufig bei gezogen, um ein Ziel zu beschreiben. Das zentralste Beispiel ist der "Nicht-Warum-Rahmen". Der Effekt: Ich sehe nach der Lektüre ein grosses, detailliert beschriebenes "Warum" vor mir und verstehe viel von seinen Auswirkungen. Die Alternative ist mir hingegen diffus, wenig greifbar, kraftlos.
- Die Autoren plädieren nicht für eine zusätzliche Möglichkeit zum "Warum", verteuflern es, sondern wollen es weghaben.

Gedanken zu Inhalt, Thesen, Fragen, Kritik

Ergänzen, Wahlmöglichkeit schaffen statt (das "Warum") verbieten

Schon vor Korzybski und den Chongs hat Leute gegeben, die Alternativen zur Kausalität beschrieben haben, beispielsweise C.G. Jung und Wolfgang Pauli mit ihrem Konzept der "Synchronizität" als weitere Möglichkeit, unsere Wahrnehmungen und die Welt zu Ordnen.

Sie betrachten die kausale Einordnung aber nicht als falsch oder unbrauchbar, sondern nur als Beschränkt; Kausalität und Synchronizität ergänzen einander.

-> Alternativ zur generellen Ablehnung des Warum-Rahmens wäre meiner Meinung nach ein Wählen zwischen ihm und dem "Nicht-Warum-Rahmen" nach Kontext und Zweck nützlich!

Relativierung des "Warum-Problems", Nutzen

Das "Warum" sehe ich nicht als völlig ungeeignet, sondern als Vereinfachung der Realität mit Grenzen, wie jede Vereinfachung.

Das eigentliche Problem sehe ich nicht im Wort, sondern in unserer Absicht: Misstrauen, Feindseligkeit, Ausrichtung auf das negative? oder Vertrauen, Wohlwollen, Respekt, echtes Interesse?

Im "Warum" lassen sich auch nützliche Aspekte entdecken:

- Ergründen der Landkarte, Vorstossen in die Tiefe, auf höhere Gestaltungsebenen -> Problem an der Wurzel packen.
- Lösen wissenschaftlicher Probleme: Die Kausalität ist zwar im subatomaren Bereich als beschränkt gültig, aber für vieles scheint sie mir immer noch eine nützliche Funktion.
- Wir können unser Zeitempfinden sprachlich ausdrücken.

Auch der "Nicht-Warum-Rahmens" birgt Gefahren: Missbrauch zum Schutz vor Tiefgang oder auch hier um Verantwortung abzulehnen.

Inkongruenzen der Autoren, Ganzheitlichkeit?!

Leider verlieren sich die Autoren im Verurteilen des Wortes "Warum" selber tief im Schuldrahmen, sie schieben alle Verantwortung auf dieses Wort ab und wollen es aus der Welt schaffen.

Im 5. Kapitel plädieren die Autoren für das Gleichgewicht zwischen linker und rechter Hirnhälfte und dem lymb. System und sagen, dass kinäst. Lernen viel effektiver sei als rein via Intellekt. In allen folgenden Kapiteln bis hin zu Kapitel 11 "Was ist zu tun" stützen sich die Autoren aber ausschliesslich auf die Sprache, also die linke Hirnhälfte. Auch die Abbildung der Welt geschehe rein über Sprache. -> Wo beliebt hier das gepriesene Gleichgewicht und das kin. Lernen?!

Anzweiflung der Kausalität und Quanten-Physik

Die im Buch erwähnte Relativität und das laterale (statt lineare) Denken durchbrechen meiner Meinung nach die Kausalität nicht, sondern sie wenden sie nur auf komplexere Systeme an.

Wirklich durchbrochen wird die uneingeschränkte Gültigkeit der Kausalität erst durch Erkenntnisse aus der Quantenphysik: Hier scheinen Ereignisse tatsächlich "Zufällig" aufzutreten ohne jede kausale Verbindung (in Raum & Zeit) zu einem andern Ereignis.

Weitere Implikation des kausalen Denkens

Das innere Anordnen der Realität (=Denken) in kausalen Strukturen führt zusätzlich dazu, dass wir die Welt auf einer Zeitachse anordnen, Dinge in die Zukunft oder Vergangenheit stellen und so unsere Gedanken und Gefühle vom hier und jetzt weg lenken.

-> Können wir so in einer aktuellen Situation adäquat zu handeln?!!

Was nehme ich mit?

S. 105: "Erfahrungen modifizieren Überzeugungen" Kunde zum Tun (als ob?!☺), zum Ausprobieren (innerlich oder äusserlich) animieren und schon innerhalb der Sitzung Erfahrungsmöglichkeiten schaffen (z.B. Assoziation, Trance, Positionswechsel, Timeline etc.).

Der in Kapitel 5 (S. 98) beschriebene paradoxe / analoge Kontrakt scheint mir sehr heilsam bei festgefahrenen Gewohnheiten und Ansichten: Sich zwingen, es vorläufig weiterhin zu tun und sich dabei zu beobachten! → Man erkennt, was man mit einem Verhalten anrichtet, wodurch die Motivation zur Veränderung steigt!

Die "Kriterien für Wohlgeformtes Verhalten" sind ein nützliches Instrument zur eigenen Standortbestimmung.
Gleichzeitig scheint mir ihre Umsetzung sehr anspruchsvoll!!