

Was ist dialektisch an der Dialektisch-Behavioralen Therapie ?

Michael Huppertz

1. Einleitung

Diesen Vortrag habe ich aus drei Gründen vorgeschlagen:

1. Es ist gut zu wissen, was man mit den Begriffen meint, die man verwendet, insbesondere wenn man so anspruchsvolle Begriffe wie „Dialektik“ verwendet.
2. Es scheint mir wichtig, dass man in seiner jeweiligen Disziplin eine Sprache verwendet, die anschlussfähig ist für Erkenntnisse aus anderen Disziplinen, in diesem Falle der Philosophie. Natürlich kann man im Prinzip Begriffe jeweils neu definieren, aber wenn man sich dabei zu weit von dem gemeinsamen geistesgeschichtlichen Hintergrund entfernt, läuft man Gefahr, außerhalb der eigenen Arbeitsgemeinschaft nicht mehr verstanden oder missverstanden zu werden.
3. Der wichtigste Grund aber ist folgender: „Dialektisch“ bezieht sich auf die Grundhaltung der DBT, das, was man manchmal ihren „Spirit“ nennt. „Dialektisch“ ist nicht nur namensgebend, sondern wird von Marsha Linehan in der Darstellung der Konzeption in verschiedensten Zusammenhängen gebraucht. Es besteht also Grund zur Hoffnung, dass sich der Spirit der DBT besser verstehen lässt, wenn man den Bedeutungen von „Dialektik“ nachgeht. In der Hauptsache geht es mir mit diesem Vortrag also nicht um Begriffsklärung oder Kritik der Verwendung eines Begriffs, sondern darum, über den „Spirit“ der DBT nachzudenken.

2. Dialektikbegriffe

Der Begriff der Dialektik spielt in der Geschichte der Philosophie eine wichtige Rolle. Verschiedene Philosophen haben diesen Begriff immer wieder anders verwendet und es könnte mehr als eine Tagung füllen, nur diese Begriffsgeschichte darzustellen. Zum Glück wurden von Marsha Linehan nur zwei dieser Dialektikbegriffe aufgegriffen und ein zweiter Glücksfall ist, dass es sich um die beiden bekanntesten handelt:

1. den rhetorischen Begriff, der in der griechischen Antike entwickelt wurde, und
2. den Dialektikbegriff des historischen Materialismus

Ich möchte zunächst diese beiden Dialektikbegriffe so vorstellen wie sie außerhalb der DBT verwendet werden. Dabei will ich versuchen, die Begriffe möglichst klar und nur soweit wie

für die DBT relevant darzustellen. Dann möchte ich zeigen wie diese beiden Dialektikbegriffe im Rahmen der DBT Verwendung finden und diese Verwendung diskutieren. Im einem letzten Teil möchte ich einen dritten Dialektikbegriff vorstellen, der in der DBT als therapeutischer Praxis implizit und von Marsha Linehan eher intuitiv verwendet wird.

2. 1 Dialektik als Argumentationsform

Sie erinnern sich vielleicht, dass Achilles die Schildkröte nicht einholen kann, weil sie immer dann, wenn er an der Stelle angekommen ist, an der sie kurz zuvor gestanden hat, bereits ein Stückchen weitergekröchen ist. Oder dass ein Pfeil nicht fliegen kann, weil er sich zu jedem einzelnen Zeitpunkt an einer bestimmten Stelle befindet und somit ruht. Mit diesen Beispielen wollte Zeno (geb. um 490 v. Chr.) zeigen, dass so etwas wie Bewegung eine Täuschung ist. Eigentlich ging es ihm um den Nachweis, dass das Sein (die Welt) beständig und unveränderlich ist. Dazu nahm er sich die gegenteilige Annahme vor und widerlegte sie. Zeno gilt seitdem als Erfinder der Dialektik als Argumentationsform.¹ „Dialektik“ bedeutet im Griechischen „Kunst der Unterredung“. Genauer versteht man darunter eine besondere Argumentationsweise. Das besondere an dieser Argumentationsweise ist, dass sie versucht, eine Position ausschließlich mit ihren eigenen Mitteln zu widerlegen, d. h. die Widerlegung arbeitet nur mit der Behauptung selbst und dem, was sie impliziert oder was man aus ihr folgern kann.

Nun kann man sich denken, dass es auf diese Weise zwar bisweilen möglich ist, zu zeigen, dass Thesen widersprüchlich und nicht haltbar sind, dass dieses Vorgehen aber nicht zwangsläufig zu neuen Erkenntnissen führt. So sind wir heute zu Zenos Folgerung über die Unbewegtheit des wahren Seins nicht mehr bereit, weil wir nicht mehr die Voraussetzung teilen, dass sich Bewegung auf die Abfolge diskontinuierlicher Zeit- und Raumpunkte zurückführen lässt. Dieser eher destruktive, weil lediglich widerlegende Zug der frühen Dialektik wurde auch in der antiken Philosophie zum Thema und vor allem Platon und Aristoteles verstärkten in der Folgezeit das Ziel der Wahrheitsfindung durch dialektisches Argumentieren. Dialektik erhielt die allgemeinere Bedeutung, eine Position auf Argumentationsfehler, unhaltbare Voraussetzungen oder Konsequenzen hin zu durchleuchten und zu überprüfen und dabei die Erfahrung und das allgemeine Wissen der Zeit einzubeziehen. In der Dialektik ging es aber weiterhin nicht um Wissenserwerb, sondern um Wahrheitsgewinn durch die Macht des Dialogs und der kritischen Reflexion. Dialektik meinte die Freilegung einer Wahrheit, die schon in irgendeiner Form vorliegt. Damit erwuchs

¹ Dass sich die Dialektik so wie sie die Philosophiegeschichte dominierte, noch weiter bis zu Heraklit zurückverfolgen lässt, zeigt M. Theunissen, Dialektik der Endlichkeit – Hegel von Heraklit bis Derrida, in A. Jubara / D. Benseler, Dialektik und Differenz, Wiesbaden 2001.

der Dialektik die Gefahr, dass Erkenntnis von Erfahrung abkoppelt wird. Dieses Problem hat die Geschichte der Dialektik geprägt und belastet.

Seine extremste Ausprägung fand dieser problematische Aspekt der Dialektik in der Philosophie Hegels (1770-1831). An einer Überlegung von Hegel möchte ich genauer zeigen, wie eine wie eine dialektische Argumentation aussieht. Ich nehme ein Beispiel, das für unser Thema auch von der Sache her von Bedeutung ist. In seinem berühmtesten Buch, der „Phänomenologie des Geistes“² diskutierte er verschiedene Auffassungen darüber, wie wahre Erkenntnis zu finden ist und was als Wahrheit gelten kann. Er versuchte die inneren Widersprüche jeder einzelnen Auffassung nachzuweisen und dabei zu einer immer umfassenderen Sicht zu gelangen. Im Anfangskapitel der „Phänomenologie des Geistes“ versucht er nachzuweisen, dass die Behauptung unhaltbar ist, die Wahrheit lasse sich in der „sinnlichen Gewissheit“ finden. Die These, mit der er sich auseinandersetzt, lautet: Nur was ich sinnlich im Hier und Jetzt erfahre, ist wirklich. Meine sinnliche Gewissheit ist unverfälscht, umfassend und zuverlässig. Hegel argumentiert, dass diese Behauptung mehrere Abstraktionen enthält, die sich nicht auf sinnliche Gewissheit berufen können: „Ich“, „das sinnlich Gewisse“, „Jetzt“ und „Hier“. Am Beispiel des „Jetzt“: Jetzt ist immer ein anderes Jetzt und wenn jemand mir das Jetzt zeigen will - und das ist das mindeste, was ich verlangen kann – so ist es schon gewesen und nicht mehr Jetzt, anders gesagt, indem ich das Jetzt ins Spiel bringe, bin ich schon auf der Ebene des Überdauernden, der Sprache und der Begriffe. Gleiches gilt für das Hier, das immer nur perspektivisch ist, denn was für mich „Hier“ ist, ist es nicht für einen anderen. Will ich eine allgemeine Wahrheit formulieren, so muss ich andere „Hier“ und „Jetzt“ einbeziehen. Es zeigt sich dass die „sinnliche Gewissheit“ nur dann wahrheitsfähig ist, wenn sie in einer umfassenderen Position aufgehoben ist, die Hegel „Wahrnehmung“ nennt.

Für Hegel waren diese Interpretationen der Wirklichkeit das Wesentliche der Wirklichkeit selbst. Sie findet durch diese Interpretation zu ihrer Wahrheit, zu dem, was an ihr wesentlich, dauerhaft und einheitsstiftend ist. In einer berühmten Anekdote wurde Hegel damit konfrontiert, dass doch seine Auffassungen teilweise gar nicht mit der Wirklichkeit übereinstimmen. Hegel soll geantwortet haben: „Um so schlimmer für die Wirklichkeit!“. Für ihn war die Wahrheit auch ein immanentes Ziel der Wirklichkeit selbst. Bei Hegel schwindet die Unterscheidung zwischen Argumentationsform als Methode und Gegenstand. Die Methode ist die Selbstbewegung einer Totalität, die alles – Subjekte wie Objekte – umfasst.

Damit bahnte Hegel dem realistischen Dialektikbegriff den Weg, den ich nun darstellen möchte.

² G: W: F: Hegel, Phänomenologie des Geistes, Frankfurt a. Main 1973 [1807]

2. 2 Realdialektik

Karl Marx wollte bekanntlich Hegels Dialektik „auf die Füße stellen“. Dieses Programm wurde von ihm und Friedrich Engels sowie ihren Nachfolgern auf zweierlei Weise verwirklicht.

1. Bei Karl Marx selbst wird der Hegelsche Weg der Wahrheit zum Weg der Geschichte, der Geist zur menschlichen Gattung, und die Bewegung des Geistes zum gesellschaftlichen Handeln. Die Geschichte besteht für Marx nicht aus Denkern, sondern aus praktisch tätigen Menschen und das Ziel der Geschichte ist nicht die absolute Wahrheit, sondern die Verwirklichung des Potentials der menschlichen Gattung. Die jeweiligen historischen Gesellschaften sind Formen in denen der Mensch sich jeweils als gesellschaftliches Wesen verwirklicht. Reale Geschichte bedeutete für Marx vor allem praktische, alltägliche Geschichte, Arbeit, Existenzkampf, gemeinsame Umgestaltung der Natur. Diese Geschichte verläuft nun leider genauso wenig geradlinig wie die Geistesgeschichte, sondern in historischen Epochen, die jeweils an ihren inneren Widersprüchen scheitern, dabei aber den Weg für die nächste Epoche vorbereiten. So scheitert der Kapitalismus z. B., weil es ihm bzw. der herrschenden Klasse nicht gelingt, sein eigenes Programm der vollständigen Entfaltung der Produktivkräfte zu verwirklichen. Diese Aufgabe muss daher von einem neuen Subjekt übernommen werden, das der Kapitalismus selbst hervorbringt.

Wir sehen in diesem Gedankengang noch das Erbe des rhetorischen Dialektikbegriffs, denn bei Marx geht es um menschliche Projekte und deren Widersprüche, um ihr Scheitern oder Gelingen. Projekte beinhalten Ziele, Annahmen, sie haben Voraussetzungen und Konsequenzen. Sie können wie Hypothesen an ihren Widersprüchen scheitern und zu neuen besseren Projekten führen. Auch diese Art von Dialektik beruht aber auf der Annahme einer Totalität, einem Ganzen, das von einem einheitlichen Prinzip beherrscht wird und auf dem Glauben an den Fortschritt aus eigenen Mitteln. Marx hatte die Idee, dass der Fortschritt bereits in dem Potential einer Totalität, hier der Menschheit, angelegt ist, das in der Geschichte nur entfaltet werden muss. Zudem war er zwar einerseits ein wissenschaftlich eingestellter politischer Ökonom, aber andererseits von Hegel so fasziniert, dass er versuchte, seinen Erkenntnissen zumindest eine dialektische Form der Darstellung zu geben. Die Folge war, dass seine Theorie so verstanden wurde, als sei die Geschichte ein Prozess, der nach dialektischen Gesetzen abläuft. Diese Interpretation hat Friedrich Engels ausgearbeitet. Sie führte zur Theorie des sog. Historischen Materialismus. Der Dialektikbegriff des Historischen Materialismus ist realistisch und nicht mehr rhetorisch. Hier widersprechen sich nicht Bestandteile einer Auffassung oder eines Projekts, sondern reale Kräfte innerhalb der Geschichte selbst.

Konsequenterweise machte es für Engels auch keinen Unterschied, ob wir menschliche Geschichte analysieren oder Naturgeschichte. Der historische Materialismus konnte also zum sog. „Dialektischen Materialismus“ erweitert werden. Nach dem „Dialektischen Materialismus“ entwickelt sich nicht nur die Geschichte, sondern die Welt überhaupt, also auch die unbelebte und belebte Natur, dialektisch. In dieser – man kann nun sagen – Weltanschauung setzt sich – wie bei Hegel - wieder die antiempirische Tendenz der Dialektik durch. Der dialektische Materialist weiß von den Gesetzmäßigkeiten der Welt nicht durch Forschung, sondern durch Philosophie. Haltbar war diese Philosophie nur, solange sie politisch als offizielle Lehre propagiert wurde. Aus eigener Kraft war sie nicht lebensfähig und ist daher nach dem Ende der Sowjetunion und ihrer Satellitenstaaten auch aus der Diskussion verschwunden.

Das historische Schicksal der Dialektik zeigt, dass sie in der Gefahr schwebt, steril und dogmatisch zu werden. Deshalb löst die Bezeichnung bei Menschen, die den Dialektischen Materialismus als geistige und politische Realität erlebt haben, eher Skepsis und Widerstand hervor oder wenigstens Zögern, sich in die Höhle eines solchen Löwen zu begeben, Ich möchte später darauf zurückkommen, wie dieses Schicksal durch einen dritten Dialektikbegriff vermieden werden kann, mich aber jetzt zunächst der DBT zuwenden. Marsha Linehan kommt nämlich in ihrer *expliziten* Darstellung der DBT mit diesen beiden Dialektikbegriffen, dem klassischen der Antike und dem realistischen des dialektischen Materialismus aus.

3. Dialektikbegriffe bei Marsha Linehan

Marsha Linehan betont, dass sie eine Theorie zur Praxis suchte, nicht umgekehrt. „Meine Erfahrungen in der Therapie mit Borderline-Patientinnen führten dazu, dass ich mich mit der dialektischen Philosophie auseinandersetzte, in der Hoffnung, eine Theorie gefunden zu haben, die die verschiedenen Erfahrungen integrieren kann.“³ Ihrer eigenen Darstellung kann man im wesentlichen drei motivierende Erfahrungen entnehmen:

1. Die Erfahrung, dass paradoxe Strategien und andere systemische Interventionen bei BPS-Patientinnen effektiv sind.
2. Die Erfahrung, dass es bei Borderline-Patientinnen besonders wichtig ist, Akzeptanz und Veränderung ständig geschickt auszubalancieren – mit Schwerpunkt auf der Akzeptanz.
3. Die Erfahrung, dass „auch intuitives, nicht-rationales Denken (ist) vorteilhaft“ ist.⁴

In welche Verwendungen des Dialektikbegriffs hat sie diese Motive umgesetzt?

³ M. Linehan, Dialektisch-Behaviorale Therapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung, München 1993, S.23

⁴ ebda., S.23

3. 1 Dialektisches Überzeugen

Es gibt in der DBT zahlreiche Strategien, die dazu dienen, rigide kognitive Muster aufzuweichen. Sie sind aus der Erfahrung heraus geboren, dass BPS-Patientinnen zu einem besonders „rigiden kognitiven Stil“⁵ neigen. „Einmal definierte Dinge können sich nicht verändern.“⁶ Zahlreiche Techniken der DBT haben zum Ziel, die Definitionen und kognitiven Schemata wieder in Bewegung zu bringen. Manche dieser Techniken können tatsächlich einen dialektischen Charakter haben:

- paradoxe Techniken wie „extending“ („ausdehnen“) oder advocatus diaboli
- hypnotherapeutische Techniken wie „reframing“ („aus Zitrone Limonade machen“) oder Arbeit mit Metaphern
- Diskussion von Mythen (sofern sie dialektisch erfolgt)

Diese Techniken folgen dem rhetorischen Dialektikbegriff, sofern sie nicht z. B. verdeckt durchgeführt werden. Der Gesprächspartner wird aus seiner Sichtweise so herausgeführt, dass er die einzelnen Schritte vollziehen kann und seine Position revidieren muss.

Andere von Linehan „dialektisch“ genannte Strategien entsprechen kaum diesem klassischen Dialektikbegriff oder allenfalls in dem weiten Sinne, dass sie ebenfalls das Ziel verfolgen, verfestigte kognitive Muster zu verflüssigen.

- Konfusionstechnik (Patientin aus dem Gleichgewicht bringen)
- Darstellung von Alternativen, z. B. differenziertes Denken demonstrieren (Lernen am Modell)
- Betonung von Veränderung und Entwicklung

Marsha Linehan bezeichnet aber noch wesentlich mehr Strategien als „dialektisch“. Sie betont, dass BPS-Patientinnen dazu neigen, rigide kognitive Muster zu entwickeln, und „die Wirklichkeit in einem sehr begrenzten Bezugsrahmen einander entgegengesetzter Kategorien von `entweder-oder´ wahrzunehmen“. Dann fährt sie fort: „Dichotomes Denken oder Spaltung kann als die Tendenz bezeichnet werden, entweder in der These oder der Antithese zu verharren, ohne zu einer Synthese in der Lage zu sein.“⁷ Vor diesem Hintergrund gelten ihr alle Strategien, die zu einer Überwindung dichotomen Denkens beitragen, als „dialektisch“. Beispielsweise:

„Therapeut hält nach dem Ausschau, was sowohl sein eigener Standpunkt als auch der der Patientin außer acht lässt.“

„Therapeut macht Äußerungen, die beide Pole des Kontinuums vereinen.“

⁵ ebda., S.27

⁶ ebda., S.27

⁷ ebda., S. 27

„Therapeut plädiert für den mittleren Weg.“⁸

„Dialektisch“ meint jetzt, dass die unvereinbaren Extreme in der Regel falsch sind, dass an jedem Standpunkt etwas wahres ist, und dass sich durch die Versöhnung der wahren Aspekte ein mittlerer Weg finden lässt. Diesen Prozess beschreibt sie mal als Finden einer Synthese, mal als Finden des mittleren Wegs, mal als die Fähigkeit „alles zugleich“ wahrzunehmen. Sind diese Strategien dialektisch?

M.E. lässt sich die Frage verneinen, wenn man den klassischen rhetorischen Dialektikbegriff zu Grunde legt. Wenn ich davon ausgehe, dass alle Menschen gegen mich sind und dann in einem Dialog verstehe, dass nicht alle Menschen gegen mich sind, so könnte man als Kompromiss formulieren, dass vielleicht einige für mich und einige gegen mich sind. Das wäre ein Kompromiss, eine ausgewogene Sichtweise, mehr nicht. In einem dialektischen Dialog müsste das Ergebnis aber darin bestehen, dass die Frage: Sind sie für oder gegen mich? überdacht wird, z. B. in Form der Entdeckung, dass die meisten Menschen andere Sorgen haben oder der Frage, was denn „für mich“ bedeuten soll oder ob es sinnvoll ist, in dieser Weise zu verallgemeinern. Mit diesen Varianten wäre ein neues Diskussionsniveau erreicht, das die ursprüngliche Sichtweise verändert. Dies ist etwas anderes als die ursprünglichen Elemente beizubehalten und zu einem mittleren Weg neu zusammenzufügen. Aus dialektischer Sicht ist es höchst unwahrscheinlich, dass von jedem Standpunkt etwas wahres überdauert (nehmen wir als Beispiel Rassismus), dass die Wahrheit irgendwo in der Mitte liegt, oder dass sich gar alle Standpunkte irgendwie miteinander vereinbaren lassen. Hinter der Sympathie Marsha Linehans für den mittleren Weg steht daher auch eine ganz andere Denktradition als die dialektische⁹ und darauf komme ich gleich zurück.

Marsha Linehan war einerseits an harten, wirkungsvollen Techniken interessiert, durch die sich bei BPS - Patientinnen besonders festgefahrene Denkschemata in Bewegung bringen lassen. Andererseits machte sie sich Sorgen, dass gerade bei fragilen Patientinnen dieses forsche Vorgehen Schaden anrichten kann. Deshalb spürte sie sozusagen dem tieferen Gehalt dieser Techniken nach und kam auf die grundsätzliche und vorrangige Bedeutung eines feinfühligem Ausbalancierens von Akzeptanz und Veränderung.

Die Balance zwischen Veränderung und Akzeptanz war ein zentrales Motiv für die Verwendung der Bezeichnung „Dialektisch-Behaviorale Therapie“. Es ist aber durchaus nicht selbstverständlich, was eigentlich mit dieser Balance gemeint ist. In *einem* Sinne kann das Zusammenspiel von Akzeptanz und Veränderung tatsächlich als dialektisch bezeichnet werden, nämlich in Form folgender Intervention: „Du stellst Dich ständig in Frage und entwertest Dich dabei selbst. Das kannst Du aber nur, indem Du Dich in dieser Haltung ständig bestätigst, nämlich als Entwertende.“ Anders gesagt: Würde sich die Patientin auch

⁸ ebda., S. 153

⁹ ebda., S. 150

in ihren Schwächen akzeptieren, so wäre dies bereits eine Veränderung, denn sie würde ihre ständige Invalidierung aufgeben. Allgemein gesagt, man kann sich gar nicht selbst konsequent in Frage stellen, denn indem man dies tut, muss man zu sich stehen.¹⁰ Dies ist tatsächlich eine dialektische Figur. Marsha Linehan geht es aber um mehr. Als dialektisch interpretiert sie schon die ständige Balance zwischen Validierung im Sinne von Anerkennung, Verständnis, Unterstützung, Bindung im und Veränderung im Sinne von Konfrontation. Dabei brauchen Borderline-Patientinnen vor allem Validierung als korrigierende Erfahrung. „In der DBT wird das Verhalten der Patientin explizit als berechtigt anerkannt, aber nur, um der Abwertung etwas entgegenzusetzen, der die Patientin bisher ausgesetzt war. Diese Anerkennung ist also aus strategischen Gründen notwendig.“¹¹ Unter dieser Vorgabe bleibt das Ziel „Ausgewogenheit“, „Balance“ und Linehans wichtigste Metapher daher die Wippe, auf der man sich nicht zu stark annähern und nicht zu weit voneinander entfernen darf (d. h. alle positiven Rückkopplungen vermeiden muss), will man die Wippe in Bewegung halten. Eine Wippe in Bewegung halten hat aber nun wieder mit Dialektik so wenig zu tun wie Autofahren oder Tanzen. Auch beim Autofahren muss ich für eine Balance zwischen Gasgeben und Bremsen sorgen und auch beim Tanzen oszilliert das Paar um einen Rhythmus herum. Die Wippe wird beim Balancieren nicht verlassen. Dialektisch wäre, zu zeigen, wie beide aus diesem Prozess heraus die Wippe verlassen können.

Es gibt noch einen weiteren Sinn, in dem die Beziehung von Akzeptanz und Veränderung in der DBT als dialektisch interpretiert wird. Wir fragen uns oft: „Was ist an dem Verhalten der Patientin sinnvoll, konstruktiv? Was ist ein Bewältigungsversuch, eine Ressource oder eine Mitteilung?“ Man kann jedes Verhalten unter verschiedenen Gesichtspunkten und in verschiedenen Kontexten im Sinne von „einerseits – andererseits“ betrachten. So etwas geschieht oft, hat aber ebenfalls nichts mit Dialektik zu tun, weil durch die unterschiedlichen Gesichtspunkte gerade ein Widerspruch vermieden wird. Ein Widerspruch setzt einen gemeinsamen Gesichtspunkt antagonistischer Elemente voraus.

In meinen Augen ist diese detaillierte Kritik an den Begriffsverwendungen zwar notwendig, aber auch unbefriedigend. Der für die DBT zentrale Gedanke der Akzeptanz wird nämlich auf diese Weise nicht ausreichend verstanden und gewürdigt. Ich werde daher gleich noch einmal auf die Beziehung von Akzeptanz und Veränderung zurückkommen und versuchen zu zeigen, dass sie in einem anderen Sinne – sozusagen unterhalb der strategischen Ebene - vielleicht doch etwas mit Dialektik zu tun hat.

Zunächst möchte ich aber noch bei der Frage bleiben, welche Dialektikbegriffe in der DBT verwendet werden. Marsha Linehan verwendet nämlich den Dialektikbegriff deshalb so breit, weil sie Dialektik nicht nur als Argumentationsweise, sondern auch als Realdialektik

¹⁰ ebda., S. 152

¹¹ ebda., S. 152

versteht. Sie spricht von dialektischen Strategien, weil sie davon ausgeht, dass die Welt insgesamt und damit auch die einzelne Psyche, die menschlichen Beziehungen und schließlich die therapeutische Arbeit nach dialektischen Prinzipien funktioniert.

3. 2 Dialektische Weltsicht

Marsha Linehan relativiert ihre Realdialektik zwar ein wenig – man könnte sagen mit einem konstruktivistischen Augenzwinkern – in der Weise, dass sie von einer „Dialektischen Weltsicht“ spricht.¹² Das ändert aber nichts daran, dass sie offensichtlich glaubt, Dialektik auch jenseits der Ebene des Denkens und des Dialogs auf die Wirklichkeit selbst anwenden zu können. Sie erzählt selbst, dass eine Assistentin, deren Mann marxistische Philosophie studierte, sie als erste auf die Verbindung zwischen ihrem Vorgehen und dem dialektischen Ansatz aufmerksam gemacht hatte und dass sie sich daraufhin mit dialektischer Philosophie beschäftigt habe. Leider sagt sie nicht, was sie damals studierte, aber eigentlich kann es sich nur um Texte des historischen Materialismus gehandelt haben, der seine Blütezeit im Westen in den 70er und vielleicht noch zu Beginn der 80er Jahre hatte.

In den schwächsten Teilen übernimmt Marsha Linehan einfach den dialektischen Materialismus. Bsp: „Zum zweiten ist die Realität nicht statisch, sondern besteht aus inneren einander entgegengesetzten Kräften („These und Antithese“), aus deren Integration („Synthese“) ein neues Paar entgegengesetzter Kräfte resultiert.“¹³ Oder „In der aktuellen Situation sind also alle wichtigen Elemente des Wachstums enthalten – die Eichel ist der Baum.“¹⁴ Man kann diesen Satz als Metapher für die Verslossenheit der Realdialektik gegenüber der Wirklichkeit lesen. Die Eichel ist natürlich nicht der Baum, das nächstbeste Reh kann verhindern, dass sie jemals dieses Stadium erreicht und die Genetik betont heute die Bedeutung der Umwelt für die Aktualisierung der Gene.

In den weniger schwachen Ausführungen auf dieser Ebene verwechselt Marsha Linehan dialektisches und systemisches Denken. Sie suchte nach einer integrierenden Theorie und fand dabei die dafür sehr geeignete Systemtheorie, nur dass sie glaubte, die Dialektik gefunden zu haben.¹⁵ Sie spricht dies unbefangen aus. „Eine dialektische Sichtweise fasst die Realität als System auf.“¹⁶ Sie bezieht sich damit auf

- Ganzheitlichkeit (die Auffassung, dass das Ganze mehr ist als die Summe der Teile und dass die Teile durch ihre Funktion für das Ganze bestimmt sind),
- das Denken in Relationen

¹² ebda., S. 24

¹³ ebda., S. 25

¹⁴ ebda., S. 25

¹⁵ ebda., S.23

¹⁶ ebda., S.24

- funktionales Denken und
- Veränderung als Systemnotwendigkeit.

Nach diesen systemtheoretischen Prinzipien beschreibt sie nun die Verhaltensweisen von Borderline- Patientinnen, ihre Beziehungen zur Umwelt, die Entstehung der Borderline-Störung, die Bedeutung von Emotionen usw. und bezeichnet diese Prinzipien als „dialektisch“.

Auch die Beschreibung der dialektischen Dilemmata der Borderline-Patientinnen besteht in der Beschreibung systemischer Prozesse, nämlich positiver Rückkopplungsschleifen, die pathologisches Verhalten verstärken. „Aktive Passivität“ kann beispielsweise zu einer Überforderung auf Seiten des Therapeuten führen, damit zu ablehnendem Verhalten, das wiederum zur Verstärkung des fordernden Verhaltens der Patientin. Es handelt sich um Teufelskreise, wechselseitige Verstärkungen, die gerade nicht dialektisch sind, nicht einmal dann, wenn man daran glaubt, dass es so etwas wie dialektische Prozesse in der Wirklichkeit selbst gibt.

Natürlich gibt es in der Welt gegenläufige Prozesse, Konflikte, Polaritäten auf einem Kontinuum (z. B. arm und reich) und positive wie negative Rückkopplungen. Aber all das lässt sich unkompliziert genau so benennen. Dialektik braucht man dazu nicht, manchmal allerdings die Systemtheorie. Die Gleichsetzung von Systemtheorie und Dialektik aber ist historisch kurios, denn das Ende der Dominanz der Dialektik in der europäischen Geistes- und Sozialwissenschaften war eng mit dem Siegeszug der Systemtheorie und des Strukturalismus verbunden. Die Übernahme systemischer Strategien war ein wesentlicher Grund für Marsha Linehan, nach einer neuen umfassenderen Theorie zu suchen, führte aber in weiten Passagen nur zu einer Umbenennung.

3. Das dritte Motiv oder ein neuer Dialektikbegriff

Bis hierhin ist die Bilanz eher ernüchternd: M. Linehans Verwendung des Begriffs Dialektik befindet sich entweder im Einklang mit dem weithin akzeptierten Verständnis von Dialektik als Argumentationsform, ist dann aber nicht besonders originell, denn es gehört seit der Mitte der 50er Jahre zur Tradition der kognitiven Verhaltenstherapie, Dialektik in dieser Form einzusetzen.¹⁷ Oder sie verwendet den Begriff im Sinne der Realdialektik und dann ist er von der Anlage her metaphysisch und unwissenschaftlich oder bestenfalls überflüssig, weil er sich eigentlich auf systemische Prozesse bezieht.

Erinnern wir uns aber, dass M. Linehan sich mit Dialektik beschäftigt hat, um einen Begriff für das zu finden, was in der DBT geschieht, nicht um ein Konzept anzuwenden.

¹⁷ beginnend mit der „Rational-Emotiven Therapie“ von A. Ellis.

Die Frage, die mich nun und vor allem interessiert, ist: Kann es sein, dass die Praxis der DBT eine Verwendung des Dialektikbegriffs nahe legt, den Marsha Linehan ahnt und andeutet, der sich aber mit ihren eigenen Verwendungen des Dialektikbegriffs nicht deckt?

Ein wesentliches Motiv für die Verwendung des Dialektikbegriffs habe ich zwar anfangs erwähnt, bin aber dann nicht weiter darauf eingegangen: Die Nützlichkeit des nicht-rationalen, intuitiven Denken. Hierbei handelt es sich um eines der zentralen Elemente der DBT. Für Marsha Linehan besteht ein enger Zusammenhang zwischen dem intuitiven Denken und der „Ermutigung zur Akzeptanz von Situationen und Gefühlen“¹⁸. „Mein Ansatz besteht im Gegensatz zu üblichen kognitiv-verhaltenstherapeutischen Methoden nicht im Verändern oder Modifizieren schmerzlicher Gefühlszustände oder problematischer Umweltbedingungen, sondern vielmehr in deren Akzeptanz“. Und unmittelbar danach: „Der Begriff `dialektisch´ zur Beschreibung dieser Therapiemethode....“¹⁹. Diese Haltung der Akzeptanz ist ausgesprochen wichtig für die DBT. Es handelt sich nicht nur um eine Erweiterung der kognitiven VT, sondern tatsächlich um einen wesentlichen Unterschied und das macht diese Seite der DBT schwer verdaulich, nicht nur für die Patientinnen. Worin besteht nun der Zusammenhang zwischen „intuitivem Wissen“ und „Akzeptanz“ und was haben beide mit Dialektik zu tun?

Auf den ersten Blick passen weder Intuition noch Akzeptanz zu Dialektik, denn der Dialektik geht es gerade nicht um Intuition, sondern um möglichst hohe Rationalität auf der Basis von Dialog, Kritik, Reflexion und vor allem Begrifflichkeit. Dialektik steht für Kritik nicht für Akzeptanz. Die Dialektik hat etwas zupackendes, aggressives, es geht ihr um Widerspruch und kritische Auseinandersetzung, sie will die Wahrheit herausfinden, falsche Positionen hinter sich lassen. „Anything goes“ ist ihr fremd, Selbstverständlichkeiten kennt sie nicht. Der Weg von der Dialektik zum „intuitiven Denken“ scheint also ausgesprochen weit.

Mit der Betonung der Nicht-Rationalität (nicht Irrationalität) bezieht sich Marsha Linehan denn auch auf eine völlig andere Denktradition, nämlich die zen-buddhistische, die selbst eine Fortführung des chinesischen taoistischen Denkens ist.²⁰ Der entscheidende Unterschied zur westlichen Form der Wahrheitssuche, wie sie auch in der dialektischen Methode zu tage tritt ist folgender: In der chinesischen Tradition geht es gar nicht darum, die Wirklichkeit möglichst genau und vollständig zu erfassen, sondern um Weisheit und Lebenskunst. Diese Weisheit ist nicht zupackend- aggressiv, sondern besteht darin, gegenüber der Wirklichkeit möglichst offen zu bleiben. Sie will die Wirklichkeit nicht in

¹⁸ M. Linehan. S. Anm. 3, S. 23

¹⁹ ebda., S. 23

²⁰ s. dazu M. Huppertz, Die Bedeutung des Zen-Buddhismus für die Dialektisch-Behaviorale Therapie, Vortrag auf dem DBT-Netzwerk-Treffen 2002 in Darmstadt (erscheint demnächst in „Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie“). Zum tieferen Verständnis altchinesischen Denkens und dem Vergleich mit der abendländischen Denkweise empfehle ich die Schriften von Francois Jullien: Über die Wirksamkeit, Berlin 1999, Über das Fade – Eine Eloge, Berlin 1999, Der Weise hängt an keiner Idee, München 2001.

Begriffen bewältigen, sondern ihr Ziel ist es, sich auf Situationen spontan oder auch geschickt einzulassen und aus der jeweiligen Situation heraus (im Einklang mit ihrem Potential) strategisch und moralisch zu handeln. Die Weisheit des Taoisten und des Zen-Buddhisten besteht darin, dass ihr Wahrnehmen, Verhalten, Denken und Handeln zur ständig sich wandelnden Umgebung passt. Es geht um Passen, nicht um Wahrheit. Der Taoist legt sich nie so fest, dass er nicht wieder einen anderen Standpunkt beziehen könnte. Daher die Sympathie für den mittleren Weg oder für die Ausgewogenheit. Von der Mitte aus kommt man am leichtesten überall hin. Andererseits riskiert der Taoist auch gerne etwas. Da er in dem steten Bewusstsein lebt, dass sich seine Beziehung zur Wirklichkeit stets ändert, ist er auch bereit, seine Meinung oder sein Handeln rasch zu ändern. Widersprüche – auch eigene - stören ihn nicht, weil er sie eher als unterschiedliche Herangehensweisen an die Wirklichkeit auffasst. Aus unterschiedlichen Perspektiven und zu verschiedenen Zeitpunkten sieht die Welt eben verschieden aus. Der Taoist hat nicht das Bedürfnis nach Synthese, nach Auflösung der Widersprüche, nach einer ganzheitlichen Sicht. Es gibt daher keine taoistischen oder zen-buddhistischen Theorien, sondern nur Anleitungen zum Leben, Hinweise zum Beobachten und zum Handeln, Gedichte, Sinnsprüche, Kunst. Hier stören Extreme, Einseitigkeiten, Fülle, runde, abgeschlossene und symmetrische Gestalten. Erinnern wir uns an Hegels Kritik der sinnlichen Gewissheit: Sie ist stichhaltig, wenn es um Wahrheit geht, um wahre Sätze, wenn jemand behauptet, die Wahrheit über die Welt sei in der sinnlichen Gewissheit zu finden und zwangsläufig diese Behauptung in Worten wie „Hier“ und „Jetzt“ formuliert, wenn er also in einen Dialog eintritt. Dem Taoisten und auch dem Zen-Buddhisten liegt aber ein solcher Dialog fern. Sie gehen davon aus, dass es eine Verbindung zur Wirklichkeit gibt, die gar nicht darin besteht, Wirklichkeit zu repräsentieren und wahre oder falsche Aussagen über sie zu treffen. Der Taoist hat eine Vorliebe für das Schweigen nicht für den Dialog, denn er will nichts ausschließen, die Welt nicht in Begriffe gießen und keine verborgene Wahrheit freilegen.

Die DBT folgt dem Taoismus, indem sie die Bedeutung des kategorialen Denken eingrenzt, der begrifflichen Wahrheitssuche misstraut und eine Lebenskunst der Offenheit, der Fähigkeit zum Kompromiss, zu Ausgeglichenheit und zu ständiger Weiterentwicklung vertritt. Sie will die Ebene des Denkens, des Kategorisierens und Bewertens in einen weiteren Kontext der praktisch-sinnlichen Teilnahme am Leben einbetten und die Illusion über die Endgültigkeit von Begriffen beseitigen. Darauf bezieht sich die Wertschätzung der Akzeptanz im Sinne der DBT. Akzeptanz bedeutet nicht: Etwas erfassen, kategorisieren und dann indifferent bleiben, sondern das Kategorisieren und das Bewerten unterlaufen mit der Einstellung, dass wir als Teil der Welt ihre Wirkung auf uns zunächst einmal akzeptieren müssen. In einem grundsätzlichen Sinne stehen wir der Welt nicht gegenüber und es hat keinen Sinn, gegen ihren Einfluss anzukämpfen. *Wir fallen aber oft der Illusion zum Opfer,*

wir könnten diesen Einfluss durch die Macht unserer Begriffe und Bewertungen zurückdrängen, um so mehr, je weiter wir uns von unserem Körper und unseren Gefühlen entfernt haben. Das ist das eigentliche Dilemma der Borderline-Patientinnen im Sinne der DBT.

Die menschliche Psyche kennt unterhalb der Ebene des gegenständlichen Bewusstseins und der Sprache keine Negationen im logischen Sinne des Nichtsseins von Etwas, der Falschheit, der negativen Bewertung und des logischen Widerspruchs. Das Unbewusste im Sinne Freuds kennt kein „Nein“ und das Unbewusste im Sinne der Hypnotherapie kann mit Negationen nichts anfangen. Das dialektische Denken ist aber auf nicht-dialektisches Wissen angewiesen - man mag es „intuitiv“ nennen – auf unterschiedliche Perspektiven, sie sich ergänzen, aber nicht widersprechen können. Diese Einsicht ergibt sich auch für das dialektische Denken selbst, wenn es sich von der Idee befreit, dass es nur eine Wahrheit entfaltet, die implizit bereits auf der Ebene der begrifflichen Erkenntnis vorliegt. Bereits die Dialektik als Argumentationsform ist auf den Dialog angewiesen, d. h. sie impliziert eine Interaktionsform: Ich lasse mich auf Deine Überlegungen ein, gehe mit Dir mit und zeige Dir schrittweise, dass Deine Position nicht haltbar ist und zwar so, dass Du mir zustimmen musst und wir beide eine neue gemeinsame Position einnehmen. Als Interaktionsform beinhaltet dies bereits ein Wechselspiel von Bindung und Distanz, Übereinstimmung und Differenz – vor aller Dialektik. Es gibt in diesem Wechselspiel keine Synthese, sondern nur Dialog und Reflexion auf der Basis von Reden, Zuhören, Fragen, Antworten, Andeuten, Umschreiben, Nach-Worten-Suchen, Zeigen, Wahrnehmen, Beschreiben, Handeln, Phantasieren – aus unterschiedlichen Perspektiven. Auf diese Weise erweisen sich aber früher oder später alle Kategorien und Thesen als unzureichend. Adorno hat diese offene Form der Dialektik, die sich verpflichtet, jeden Abschluss, jede Synthese zu vermeiden, als „negativ“ bezeichnet.²¹ Er betonte, dass die Aufgabe der Dialektik in dieser unentwegten Negation besteht und dass jeder Versuch, die Wirklichkeit begrifflich zu fassen, nur vorläufig sein kann und wir uns stets bewusst sein müssen, dass uns das Besondere, Einzigartige unserer Erkenntnisobjekte notwendigerweise entgeht.

In ähnlicher Weise hat Maurice Merleau-Ponty in seinem Spätwerk darauf hingewiesen, dass die Dialektik in Gefahr steht, die Klärung von Begriffen und Thesen zu überschätzen und sich selbst zum Prinzip zu erheben. Wichtiger sei es, dafür zu sorgen, dass immer wieder der Zusammenhang zum „vorprädikativen Kontext“, zur sinnlichen Erfahrung, hergestellt wird. Den Vorgang der Selbstkritik der Dialektik nennt er „Hyperdialektik“ - Anwendung der Dialektik auf sich selbst.²²

²¹ T. W. Adorno, Negative Dialektik, Frankfurt a. M. 1975

²² M. Merleau-Ponty, Das Sichtbare und das Unsichtbare, München 1986 [1964], S. 118 – 130. Zu den Gemeinsamkeiten zwischen Merleau-Ponty und Adorno in dieser Punkt siehe auch: K. Meyer-Drawe, Illusionen von Autonomie, München 1990

Wir können natürlich nicht auf bewusste Reflexion, sprachliche Verständigung, auf Argumentation, Logik, verbindliches Denken und Interesse am begründeten Konsens verzichten. Gerade gegenüber Borderline-Patientinnen ist es wichtig, zu betonen, wie effektiv und lebensnotwendig der Verstand ist. Nicht weniger wichtig ist die Tradition des freien kritischen Dialogs für unsere politische Kultur. Wie aber das begriffliche Denken mit der nicht-begrifflichen Erfahrung zusammenspielt, ist eine offene Frage. Sie ist Gegenstand aktueller Forschungen und Diskussionen in der Philosophie und den Kognitionswissenschaften, in Entwicklungspsychologie und Psychoanalyse. Dabei geht es auch – wie Marsha Linehan erkannt hat - um die Begegnung von westlicher Wahrheitssuche und östlichem Weisheitstreben. Der westliche Wahrheitsbegriff, der an Repräsentation, Darstellung, Wirklichkeitserfassung orientiert ist, muss in Verfolgung seines eigenen Anliegens und Anspruchs über sich hinaus gehen. Die DBT arbeitet sowohl auf der Ebene des begrifflichen Denkens als auch auf der Ebene der Wahrnehmung und der praktischen Teilnahme. Sie würdigt beide Ebenen des menschlichen Lebens gleichermaßen. Die DBT ist in dieser Weise radikal dialektisch oder hyperdialektisch und macht insofern ihrem Namen doch noch alle Ehre.

(Vortrag auf dem DBT-Netzwerk-Treffen in Lübeck, 29. 3. 2003)

Anschrift des Verfassers:

Dr. phil. Dipl. Soz. Michael Huppertz

Arzt f. Psychiatrie / Psychotherapie

Heidelberger Landstr. 171

64297 Darmstadt

E-Mail: mihup@ web.de