

# MENSCHLICHE KOMMUNIKATION

FORMEN, STÖRUNGEN, PARADOXIEN

PAUL WATZLAWICK  
JANET H. BEAVIN, DON D. JACKSON

MENTAL RESEARCH INSTITUTE  
PALO ALTO, KALIFORNIEN

ZWEITE, UNVERÄNDERTE AUFLAGE



VERLAG HANS HUBER BERN  
STUTTGART WIEN

# INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung .....	13
Vorwort zur deutschen Ausgabe .....	17

## 1. Kapitel

### *Die begrifflichen Grundlagen*

1.1 Einleitung .....	19
1.2 Funktion und Beziehung .....	24
1.3 Information und Rückkopplung .....	29
1.4 Redundanz .....	34
1.5 Metakommunikation und pragmatischer Kalkül .....	41
1.6 Schlußfolgerungen .....	45
1.61 Der Begriff der <i>Black Box</i> .....	45
1.62 Bewußtes und Unbewußtes .....	46
1.63 Gegenwart und Vergangenheit .....	46
1.64 Ursache und Wirkung .....	47
1.65 Die Kreisförmigkeit der Kommunikationsabläufe .....	47
1.66 Die Relativität von «normal» und «abnormal» .....	48

## 2. Kapitel

### *Pragmatische Axiome – ein Definitionsversuch*

2.1 Einleitung .....	50
✓ 2.2 Die Unmöglichkeit, <i>nicht</i> zu kommunizieren .....	50
2.21 Kommunikationseinheiten .....	50
2.22 Alles Verhalten ist Kommunikation .....	51
2.23 Der Schizophrene versucht, <i>nicht</i> zu kommunizieren .....	52
2.24 Definition des Axioms .....	53
✓ 2.3 Die Inhalts- und Beziehungsaspekte der Kommunikation .....	53
2.31 Beispiele .....	53
2.32 Daten und Instruktionen in Elektronenrechnern .....	55
2.33 Kommunikation und Metakommunikation .....	55
2.34 Definition des Axioms .....	56
✓ 2.4 Die Interpunktion von Ereignisfolgen .....	57
2.41 Interpunktion als Ordnungsprinzip .....	57
2.42 Diskrepante Interpunktionen .....	58
2.43 Bolzanos unendliche, oszillierende Reihen .....	60
2.44 Definition des Axioms .....	61
✓ 2.5 Digitale und analoge Kommunikation .....	61

2.51	In natürlichen und künstlichen Organismen	61
2.52	In menschlicher Kommunikation	62
2.53	Die Anwendung beider Formen im menschlichen Bereich	63
2.54	Probleme der Übersetzung zwischen den beiden Formen	65
2.55	Definition des Axioms	68
2.6	Symmetrische und komplementäre Interaktionen	68
2.61	Schismogenese	68
2.62	Definition von Symmetrie und Komplementarität	69
2.63	Metakomplementarität und Pseudosymmetrie	70
2.64	Definition des Axioms	70
2.7	Zusammenfassung	70

### 3. Kapitel

#### *Gestörte Kommunikation*

3.1	Einleitung	72
3.2	Die Unmöglichkeit, nicht zu kommunizieren	72
3.21	Verneinung von Kommunikation bei Schizophrenie	73
3.22	Ihr Gegenteil	74
3.23	Vermeidung von Kommunikation	74
3.231	Abweisung	75
3.232	Annahme	75
3.233	Entwertung	75
3.234	Das Symptom als Kommunikation	77
3.3	Störungen auf dem Gebiet der Inhalts- und Beziehungsaspekte	79
3.31	Konfusion dieser Aspekte	79
3.32	Meinungsverschiedenheiten	82
3.33	Ich- und Du-Definitionen	83
3.331	Bestätigung	84
3.332	Verwerfung	85
3.333	Entwertung	85
3.34	Stufen zwischenpersönlicher Wahrnehmung	88
3.35	Beziehungsblindheit	89
3.4	Die Interpunktion von Ereignisfolgen	92
3.41	Diskrepante Interpunktionen	92
3.42	Interpunktion und Wirklichkeitserlebnis	92
3.43	Ursache und Wirkung	93
3.44	Selbsterfüllende Prophezeiungen	95
3.5	Fehler in den Übersetzungen zwischen digitaler und analoger Kommunikation	96
3.51	Die Mehrdeutigkeit analoger Kommunikationen	96
3.52	Analogiekommunikationen sind Beziehungssappelle	97
3.53	Das Fehlen von «nicht» in analogen Kommunikationen	98
3.531	Mitteilung von «nicht» durch Nichtausführen einer Handlung	99

3.532	Ritual .....	100
3.54	Die anderen Wahrheitsfunktionen in Analogiekommunikation .....	101
3.55	Hysterische Symptome als Rückübersetzungen ins Analoge ...	102
3.6	Störungen in symmetrischen und komplementären Interaktionen ...	103
3.61	Symmetrische Eskalationen .....	103
3.62	Starre Komplementarität .....	104
3.63	Die gegenseitige Stabilisierung der beiden Beziehungsformen ..	106
3.64	Beispiele .....	106
3.65	Zusammenfassung .....	113

#### 4. Kapitel

##### *Die Organisation menschlicher Interaktion*

4.1	Einleitung .....	114
4.2	Interaktion als System .....	115
4.21	Zeit .....	115
4.22	Definition eines Systems .....	116
4.23	Umwelt und Teilsysteme .....	117
4.3	Eigenschaften offener Systeme .....	118
4.31	Ganzheit .....	119
4.311	Übersummation .....	120
4.312	Nichteinseitigkeit .....	121
4.32	Rückkopplung .....	121
4.33	Äquifinalität .....	122
4.4	Zwischenmenschliche Systeme .....	124
4.41	Langdauernde Beziehungen .....	124
4.411	«Wie» statt «Warum» .....	125
4.42	Die einschränkende Wirkung aller Kommunikation .....	126
4.43	Beziehungsregeln .....	127
4.44	Die Familie als System .....	128
4.441	Ganzheit .....	128
4.442	Übersummation .....	129
4.443	Rückkopplung und Homöostasis .....	131
4.444	Kalibrierung und Stufenfunktionen .....	135

#### 5. Kapitel

##### *Kommunikationsstrukturen im Theaterstück «Wer hat Angst vor Virginia Woolf?»*

5.1	Einleitung .....	138
5.11	Inhaltsangabe .....	139
5.2	Interaktion als System .....	141
5.21	Zeit und Ordnung, Aktion und Reaktion .....	141
5.22	Definition des Systems .....	142
5.23	Systeme und Teilsysteme .....	144

5.3 Die Eigenschaften eines offenen Systems .....	145
5.31 Ganzheit .....	145
5.32 Rückkopplung .....	146
5.33 Äquifinalität .....	147
5.4 Das System George–Martha .....	149
5.41 Georges und Marthas «Spiel» .....	149
5.411 Ihr Stil .....	155
5.42 Der Sohn .....	158
5.43 Metakommunikation zwischen George und Martha .....	164
5.44 Einschränkung .....	167
5.45 Zusammenfassung .....	168
5.451 Stabilität .....	169
5.452 Kalibrierung .....	169
5.453 Neukalibrierung .....	170

## 6. Kapitel

### *Paradoxe Kommunikation*

6.1 Über das Wesen der Paradoxien .....	171
6.11 Definition .....	171
6.12 Die drei Arten von Paradoxien .....	172
6.2 Die logisch-mathematischen Paradoxien .....	174
6.3 Paradoxe Definitionen .....	176
6.4 Pragmatische Paradoxien .....	178
6.41 Paradoxe Handlungsaufforderungen .....	178
6.42 Beispiele pragmatischer Paradoxien .....	179
6.43 Die Doppelbindungstheorie .....	194
6.431 Die Bestandteile der Doppelbindung .....	195
6.432 Ihre pathogene Wirkung .....	197
6.433 Ihre Beziehung zur Schizophrenie .....	199
6.434 Widersprüchliche und paradoxe Handlungsaufforderungen .....	199
6.435 Die verhaltensmäßigen Wirkungen der Doppelbindung .....	201
6.44 Paradoxe Voraussagen .....	203
6.441 Die Prüfungsankündigung .....	203
6.442 Der «Nachteil» logischen Denkens .....	205
6.443 Der «Nachteil» von Vertrauen .....	206
6.444 Unentscheidbarkeit .....	207
6.445 Beispiel .....	207
6.446 Vertrauen – das <i>Gefangenendilemma</i> .....	209

## 7. Kapitel

### *Die Paradoxien der Psychotherapie*

7.1 Die Illusion der Alternativen .....	213
7.11 Die Geschichte des Weibs von Bath .....	213
7.12 Definition .....	214
7.2 Das <i>Spiel ohne Ende</i> .....	216
7.21 Drei mögliche Lösungen .....	217
7.22 Ein Modell psychotherapeutischer Intervention .....	219
7.3 Die Technik der «Symptomverschreibung» .....	220
7.31 Das Symptom als spontanes Verhalten .....	220
7.32 Symptomatische Behandlung .....	222
7.33 Das Symptom und sein zwischenpersönlicher Kontext .....	223
7.34 Literatur über Symptomverschreibung .....	223
7.4 Therapeutische Doppelbindungen .....	224
7.5 Beispiele therapeutischer Doppelbindungen .....	226

## Epilog

### *Existentialismus und menschliche Kommunikationstheorie: ein Ausblick*

8.1 Der existentielle Nexus .....	239
8.2 Die Umwelt als Programm .....	240
8.3 Die Hypostasierung der Wirklichkeit .....	241
8.4 Stufen des Wissens – Prämissen dritter Ordnung .....	242
8.41 Analogien zu Prämissen dritter Ordnung .....	244
8.5 Sinn und Nichts .....	246
8.6 Änderung von Prämissen dritter Ordnung .....	248
8.61 Analogien zur Beweistheorie .....	249
8.62 Gödels Theorem .....	251
8.63 Wittgensteins <i>Abhandlungen</i> und die Paradoxie der Existenz ..	252
Bibliographie .....	254
Personen- und Sachregister .....	263