

Die Sprache der Psychoszene

Von Dieter E. Zimmer

HAST DU dich heute schon *einggebracht*? Nö? Dann hast du also wieder *abgeblockt*? Typisch, du willst einfach keine *Gefühle zulassen*. Du solltest endlich einmal *erfahren lernen*.

Das fände ich *super*. Wie macht man das?

Also da mußt du die Dinge *an dich heranlassen*. Du mußt dich *öffnen*. Du mußt *Ängste abbauen*. Du mußt die Gefühle in dir *hochkommen lassen*. Ganz *spontan*. Es darf in dir nicht *alles zu sein*. Du mußt *zu deinen Gefühlen stehen*, zu deinen *Ängsten*, zu deinen *Verletzlichkeiten*. Du darfst auf gar keinen Fall *abgehoben* daherlabern; du mußt *betroffen* sein. Dann versuchst du, das alles ein bißchen *auszuphantasieren*. Na ja, und dann wartest du ab: vielleicht lernst du ja dann *umgehen mit* deinen *verlorenen Lebensjahren*, vielleicht kommen *deine Energien ins Fließen*, vielleicht bist du imstande, selber auf den andern *zuzugehen*, vielleicht werden sich deine Probleme *in Erfahrungen auflösen*. Wenn du dabei einmal *flippst*, macht das nichts; wir werden dich *auffangen*.

Du, damit kann ich *irgendwie ganz viel anfangen*, was du da sagst. Das *faßt mich an*, du, irgendwie. Ich würde schon gern irgendwie mein *verschüttetes Ich* gemeinsam mit andren entdecken. Wo kann man das?

Das alles bringt dir – *irgendwie* – / unsre Gruppentherapie. / Für siebzig D-Mark in der Stunde / bist du der Neunte in der Runde. / Du *bringst dich ein, paßt auf dich auf* / und bist bald *unheimlich gut drauf*.

Aber der Spott ist billig. Die Rituale der Gruppendynamik, denen sich ein nicht geringer Teil unserer Mitmenschen mittlerweile unterzieht, mögen manchmal auf naiven oder faulen Theorien beruhen, sie mögen auch nicht eben häufig halten, was sie versprechen oder was sich ihre Teilnehmer von ihnen versprechen – die Unruhe, die Zweifel, die Hilflosigkeit, das Unglück, die ihnen die Klienten zutreiben, sind real (*echt* oder *authentisch* im Jargon) und sollten verschont bleiben vom besserwisserischen Hohn derjenigen, die sich wohlfühlen.

Auch das Sprachgebaren, das mit ihnen verbunden ist und seit längerem einen der Hauptzuflüsse zur Sprache der *Scene* (der Hochsprache von morgen) bildet, ist vielleicht gar nicht so lächerlich und stiftet zum überlegenen Grinsen nur darum an, weil alle Sprachneuerungen zunächst

nichts anderes als Befremden und Spott auslösen. Denn unser Sprachsinne ist einer unserer konservativsten. Schließlich sind *sich öffnen* für jemanden, *etwas an sich heranlassen*, auf einen andren *zugehen*, sind *Selbstwahrnehmung*, *Selbsterfahrung*, *Selbstfindung*, *Selbstverwirklichung* unanstößige, auf Antrieb verständliche und sogar ganz sympathische, nämlich unpräventöse Wörter für Vorgänge, die es gibt und die einen Namen brauchen und für die andere oder gar bessere nicht bereitstehen.

Wenn sie sich auch im Alltag durchsetzen, dann also aus Gründen, und sogar ganz guten. Uneingeschränkt mag ich diese Sprache dennoch nicht willkommen heißen.

Erstens merkt man ihr vorläufig ihre Herkunft doch sehr deutlich an – unverwechselbar riecht sie immer noch nach dem Schweiß jener Seelengymnastik, bei der sie entstand, den Zeremonien jener Psychoaerobic, deren Bewegungsmuster sie beschreibt. Und da diese zu ihren Rändern hin sich in dubioseste Kulte und Mysterien ausfranst, muß jeder für sich Grenzen ziehen, sonst passiert es ihm unweigerlich, daß er sich unabsichtlich mit Ideologien identifiziert, denen er kein Wort glaubt. Nichts dagegen, daß jemand seine Trägheit überwindet; aber wenn er davon spricht als von *Energien*, die sich *stauen*, *frei werden*, *fließen*, *übertragen*, ist er dem pursten Okkultismus nahe. Dann folgt er auch bald der Verheißung, er werde *eingestimmt* auf die *Berührung von Gedanken*, die als *Energiepartikel* an den Dingen haften, und landet geradewegs in einer spiritistischen Séance.

Zweitens sind diese Wörter keineswegs neutral, sondern enthalten heimliche Bewertungen noch und noch. *Sich einbringen* und *sich öffnen* ist gut (*geil*), *abblocken* und *abgehoben reden* ist schlecht (*ätzend*). *Widerstände* müssen überwunden, *Verkrustungen* und *Panzerungen* aufgebrochen werden. Wer stolz seine *Verletzlichkeit(en)* anführt, will nicht sagen, daß er dauernd beleidigt ist; es ist nur ein Synonym zu *Sensibilität* (positiv), macht aber nebenbei auch das Beleidigtsein zu einer ungemein kostbaren Eigenschaft. Dahinter steht der neue kategorische Imperativ: sei gefälligst *spontan*! Alles andere *nervt* oder *schockt* nur (die siegreichen Varianten zu ‚energieren‘ und ‚schockieren‘, mit denen unsere Vorfahren auskommen mußten).

Nun fehlt es zwar in der Tat bedauerlicherweise sehr oft an Spontaneität, und es ist schon verständlich, daß es viele Menschen gibt, die sie trainieren möchten, obwohl das ein heikles Unterfangen ist, denn die erzwungene Spontaneität ist, wie bei Watzlawik so schön nachzulesen, sofort keine mehr. Aber Spontaneität ist auch gar nicht der absolute Wert, für den sie sich ausgibt. Es gibt Situationen, in denen ich mich lieber nicht *einbringe*, Menschen, auf die ich keinesfalls *zugehen* will, *Gefühle*, denen ich besser nicht nachgebe, jedenfalls sofern man nicht gerade das Verhalten des Kleinkinds für allgemein erstrebenswert hält. Das Gebot unbedingter Spontaneität kann jeden noch so vernünftigen Gedanken abwürgen. Es führt geradewegs zum Stammtisch, diesmal einem alternati-

ven. Auch am Stammtisch herrscht Spontaneität. Da tut man seinen Gefühlen keinen Zwang an, wenn man verkündet, die Türken gehörten raus und den Entführern die Rübe ab, das kommt *irre spontan*, das ist *unheimlich authentisch*. Die futuristische Ideologie der unbedingten Spontaneität führt schneller als man denkt zur allerzopfigsten Spießigkeit, der zum Programm erhobenen Willfährigkeit gegenüber jedweder, auch der bescheuertsten momentanen Aufwallung: ach nee, *törnt* mich nicht, *ätzt*, *null Bock*, *ziehe ich mir nicht rein*.

Drittens neigt diese Sprache doch sehr zur Bläßlichkeit. Sie will Persönliches ausdrücken und ist doch nur so persönlich wie blaue Jeans – jeder Hintern sieht in ihnen gleich aus. Zuweilen ist sie überhaupt das Abstrakteste vom Abstrakten. Natürlich brauchen wir abstrakte Begriffe. ‚Zeitung‘, ‚Zeitschrift‘, ‚Radio‘, ‚Fernsehen‘ reichten nicht, auch das ihnen Gemeinsame wollte bezeichnet sein, und so haben sich selbstverständlich die vor zehn Jahren noch verlachten ‚Medien‘ durchgesetzt. Menschen tun einander vieles an, ansehen, küssen, verhauen, und wer das alles auf einmal bezeichnen will, kommt um das Wort Interaktion nicht herum; oder um die Kommunikation, wenn es sich um sämtliche Formen der Mitteilung handelt. Aber geht es denn immer um die Gesamtheit? Geht es hier nicht gerade um das Besondere?

Das leerste aller Leerwörter ist *Beziehung*. Mein Verhältnis zu jemand anderem kann sehr vieles sein: eines der Freundschaft, der Liebe, der Abhängigkeit, der Ehe, des Neids, des Hasses, des Mitleids, des Interesses. Immer ist es eine *Beziehung*. Das Wort 'Beziehung' ist nie falsch, um den Preis, daß es auch nie viel besagt. Es ist das Wort mit dem perfekten Pokergesicht. Es kompromittiert seinen Benutzer nie. Jemand kann meinen, und eigentlich gern sagen wollen, daß er außer sich war vor Begierde, mit seiner Reisegefährtin zu schlafen – als geübter Psychodynamiker wird er ergriffen von der *Beziehung zu seiner Partnerin* sprechen und nichts verraten haben.

Es ist, als spräche jemand von der Zubereitung einer Gemüsesuppe so: Man nehme etwas Festes und tue es in etwas Flüssiges und lasse irgendwie Wärme darin hochkommen. Immerzu möchte man rückfragen: Ja bitte? wer? wann? wen? was? wo? wie? Du machst also *Erfahrungen*, *lernst Erfahrungen machen*, aber welche? Du *löst Probleme in Erfahrungen auf* – aber welches Problem in welcher Erfahrung (nenne doch wenigstens eins), und worin besteht diese Auflösung? Du hast dich also *selbst gefunden* – wie sieht dein Selbst nun aus? Du hast *Anteile psychischer Probleme erfahrbar gemacht* – was bitte bedeuten auch nur die ominösen Anteile? Du *gehst um*: mit deinen *Problemen*, *Erfahrungen*, deiner *Kindheit*, deiner *Zukunft*, mit allem, womit man irgend etwas zu tun hat, geht man um, natürlich, aber was soll das heißen, da es doch so penetrant verschweigt, *wie* du damit umgehst? (Auch leistet das Wort dem dissoziativen Denken Vorschub: Ich denke und fühle nicht etwa, sondern ich bin ein Ich, das sitzt im Fernsehsessel, und da kommen ihm Gedanken und Gefühle, mit denen es eigentlich nichts zu tun hat und für die es nichts kann – also

muss ich mit ihnen umgehen wie mit einem teuren Geburtstagsgeschenk.) Oder du berichtest, du hättest es erstmals geschafft, dich mit *deinem Partner auseinanderzusetzen*. Ehe wir dich zu diesem Fortschritt beglückwünschen, wüssten wir nur noch eine Kleinigkeit gern: Hast du dich mit deiner Freundin gezankt? Bist du endlich ausführlicher auf ihre Interessen eingegangen? Oder hast du beim Ravioli-Essen einfach mal länger mit ihr geklönt?

Diese Bläßlichkeit wird durchaus empfunden und kompensiert: mit maßlosen Übertreibungen, die aber nur mehr Emphase, nicht mehr Konkretheit bringen. Alles ist immer gleich *irre, wahnsinnig, unheimlich, ungeheuer*. Will man in dieser Sprache sagen, man sei ziemlich verärgert gewesen, weil der Mitbewohner der *lieben WG* einem den ganzen Frascati weggetrunken hat, so kamen *ungeheure Aggressionen in einem hoch*. Eine immerfort dermaßen aufgedrehte Sprache läßt einen notwendigerweise aufs schmähdlichste im Stich, wenn sie zur Abwechslung wirklich einmal ein heftiges Gefühl benennen soll: Alle Steigerungen sind schon drangewesen; und es bleibt nichts übrig, außer zu stottern: ... *also direkt eine un-un-heimliche Wut*.

So wie jedes Dorf mit ein paar Häusern am Bach ein «Venedig des Nordens» ist, so ist jeder, der mit Vatern Streit hat, ein *Ödipus*, jeder, der vorm Spiegel einen Pickel im Gesicht ausdrückt, ein *Narziß*, jedes eigene Verhalten, das einen ein wenig wundert, gleich *neurotisch*. *Meine Neurosen* – so als schriebe man sich gleich einen Strauß von «Verstopfungen» zu.

Die *Gefühle*, die *Aggressionen* – diese Sprache liebt den Plural. Mehrere, so ihre Logik, wirken immer eindrucksvoller als einer, also hat man kein Gefühl, sondern *Gefühle* – und *Hemmungen, Unsicherheiten, Probleme, Krisen, Energien, Beklemmungen, Behinderungen*. Eine wirklich Sehnsucht ist ein sehr starkes Gefühl; meine *Sehnsüchte* aber sind nur allerlei kleine Wünsche, und meine *verdrängten Sehnsüchte* sind irgendein Wunsch, der mir eben erst eingefallen ist und auf den ich, wie ich jetzt finde, schon längst hätte kommen müssen. Als genügte eine Depression nicht, hat man gleich *Depressionen* (die sich dabei aber zu einer leichten Unzufriedenheit verflüchtigen). Die *Gefühle*, um deren *Zulassung* es immerzu geht, scheinen alle gleich und gleich wertvoll zu sein: Liebe, Ekel, Freundschaft, Verachtung ... Vor allem aber hat man Angst immer nur im Plural: Es gilt, *seine Ängste zu erleben und einzugestehen*. Aber man höre nur hin. Sagt einem jemand: Ich habe Angst, sogleich merkt man auf, nimmt teil. Sagt er aber: *ich habe da so Ängste*, weiß man sofort, es wird schon nicht so schlimm sein, und das Gerede kann weitergehen.

So ist das keineswegs eine Sprache, die sagt, was zu sagen ihr aufgetragen ist; vielmehr verbirgt sie es oft erst so richtig. Darum können sich auch Genies und Spinner, Authentis und Pseudis ununterscheidbar hinter ihr verschanzen. *Erkenne und nutze die vollen Möglichkeiten deiner Persönlichkeit, nimm deine psychischen Probleme differenziert wahr und löse*

sie durch kreative Kommunikation – spricht da die «Dianetik», das Sozialamt, der Bhagwan oder der nach aufopferungsvoller Lehranalyse endlich ordinierte Psychoanalytiker? Keiner könnte es je erraten.