

## SIEBTER TEIL

### REFLEXION (RÜCK-SICHT) UND AUSBLICK

#### 11. REFLEXION (RÜCK-SICHT)

Ich habe folgende Thesen zu Beginn dieser Untersuchung aufgestellt (vgl. ERSTER TEIL):

- (1) Es gibt Innere Dialoge. [Es gibt intrapersonale Kommunikation.]
- (2) Innere Dialoge lassen sich analysieren.
- (3) Die Analyse Innerer Dialoge ist ein erkenntnis- und wissenschaftstheoretisch fundiertes Konzept [, und damit ein Beitrag zur (Er-) Forschung].
- (4) Die Analyse Innerer Dialoge ist ein interdisziplinäres Konzept.
- (5) Die Analyse Innerer Dialoge ist ein Konzept der Humanistischen Psychologie.
- (6) Die Analyse Innerer Dialoge ist ein Konzept der Systemischen Therapie / Beratung.

ad. 1. Ich habe versucht darzulegen, dass es Innere Dialoge gibt und verweise in allen sechs TEILEN insgesamt auf 192 Wissenschaftler (der unterschiedlichsten Wissenschaftsdisziplinen) sowie 143 Studierende<sup>1</sup>, die ihren Ausführung folgend **Innere Dialoge** bzw. **intrapersonale Kommunikation** kennen bzw. anerkennen. Ob es sie ‚wirklich‘ (ontologisch) gibt, habe ich damit gleichwohl nicht ‚bewiesen‘.

---

<sup>1</sup> Innerhalb des genannten, laufenden Forschungsprojektes sowie in vier Seminaren an der Universität zu Köln und einem Seminar an der Universität Dortmund habe ich – wie bereits im zweiten Kapitel erwähnt – insgesamt 143 Studierende zu Ihren Inneren Dialogen und zu Analysen Ihrer Innerer Dialoge befragt.

- ad. 2. Ich habe ebenfalls in allen sechs TEILEN gezeigt, dass Innere Dialoge sich durchaus analysieren lassen. 84 Wissenschaftler<sup>2</sup> und alle der 143 Studierende stimmen dem explizit oder implizit zu: **Analysen Innerer Dialoge** bzw. **Analysen intrapersonaler Kommunikation** sind möglich.
- ad. 3. Ich habe im DRITTEN TEIL anhand von 49 Philosophen und ihren Erkenntnis- oder Wissenschaftstheorien das Konzept der AID erkenntnis- und wissenschaftstheoretisch fundiert. Diese Arbeit ist ein Beitrag zur Forschung bzw. **Analysen Innerer Dialoge sind ein Beitrag zur Erforschung intrapersonaler Kommunikation.**
- ad. 4. Ich habe im DRITTEN TEIL gezeigt, dass die AID ein philosophisches Konzept ist, im VIERTEN TEIL dass es ein ‚erziehungsschwierigenpädagogisches‘, heilpädagogisches, pädagogisches (didaktisches), neurologisches, soziologisches und entwicklungspsychologisches Konzept ist und im FÜNFTEN und SECHSTEN TEIL, dass es ein psychologisches Konzept ist. Es ist also ohne Zweifel ein interdisziplinäres Konzept.<sup>3</sup>  
Diese Arbeit ist bzw. **Analysen Innerer Dialoge sind ein interdisziplinärer Beitrag zur Erforschung intrapersonaler Kommunikation**  
Die Pädagogik bei Verhaltensstörungen sowie die Konzepte der Psychologie befassen sich mit interpersonaler Kommunikation in schwierigen Situationen: **Analysen Innerer Dialoge sind ein interdisziplinärer Beitrag zur Erforschung intra- und interpersonaler Kommunikation in schwierigen Situationen.**

---

<sup>2</sup> Die anderen 108 Wissenschaftler äußern sich nicht zu dieser Fragestellung; es kann also weder davon ausgegangen werden, dass sie implizit eine Analyse für möglich noch, dass sie eine AID für unmöglich halten.

<sup>3</sup> Manche Forschungsprojekte nennen sich ‚interdisziplinär‘, wenn ihr Gegenstand aus zwei verschiedenen Wissenschaftsperspektiven betrachtet bzw. analysiert wird.

ad. 5. Ich habe im FÜNFTEN TEIL dargelegt, dass die AID den ‚allgemeinen‘ Prinzipien der Humanistischen Psychologie entspricht (9.2); demnach ist es ein (weiteres) Konzept der Humanistischen Psychologie. Zudem habe ich untersucht, ob es den Prinzipien der sechs bedeutendsten und verbreitetsten Einzel-Konzepten der Humanistischen Psychologie entspricht. Bis auf wenige Ausnahmen (z.B. einem Prinzip MASLOWs) hat die AID dieselben Prinzipien. Die AID ist sozusagen gleichzeitig auch ein Konzept der Gestalttherapie, der TZI ...und damit ein ‚übergreifendes‘ Konzept: eine Synthese.

**Das Humanistische Konzept AID: Analysen Innerer Dialoge – Ein interdisziplinärer Beitrag zur Erforschung intra- und interpersonaler Kommunikation in schwierigen Situationen.**

ad. 6. Ich habe im SECHSTEN TEIL untersucht, ob die AID (ebenso) ein Konzept der systemischen Therapie und Beratung ist. Ich habe dargestellt, dass es sowohl den ‚allgemeinen‘ Prinzipien entspricht als auch den meisten der Prinzipien von fünf unterschiedlichen systemischen Therapien. Es ist also eine Synthese der unterschiedlichen systemischen Konzepte.

**Das Systemisch-Humanistische Konzept AID: Analysen Innerer Dialoge – Ein interdisziplinärer Beitrag zur Erforschung intra- und interpersonaler Kommunikation in schwierigen Situationen.**

Letztlich ist das Konzept der AID eine Synthese vieler unterschiedlicher Thesen und Antithese.

Letztlich können Thesen und Antithesen in einer AID ‚aufgehoben‘ werden, weil die AID *das* Konzept von These und Antithese *ist*.

Es ist also ein Konzept von Widersprüchen.

... und so auch des Widerspruchs, den HELLINGER sieht: „Wir sind in unserem Bewusstsein nicht anders als dialektisch. In der Dialektik – auch

derjenigen HEGELS – aber zerstört jede Antithesis mindestens zum Teil die Thesis [...] Das ist bei der Phänomenologie anders. Das ist kein dialektisches Denken. Ich nehme die Gegensätze als Eines wahr“ (HELLINGER 2000, 41)

Das Kapitel abschließend – und in gewisser Weise sowohl das Kapitel über die Methoden relativierend als auch antithetisch zu dieser Arbeit – möchte ich einen ganz wesentlichen Aspekt benennen, den ich in der Anwendung der AID in der Praxis von Therapie, Beratung und Pädagogik sehr oft erfahren konnte:

Sowohl in der Praxis der AID als Entscheidungshilfe oder Reflektionsmethode also auch in der Praxis der AID als therapeutisches, beraterisches oder pädagogisches Konzept ist es in den meisten Fällen, in den meisten schwierigen Situationen, völlig ausreichend, einige wenige sich widersprechende Innere Dialogteilnehmer zu identifizieren und diese monologisch ‚sich alles von der Seele reden‘ zu lassen; letztlich: den Fokus eben nicht auf den Inneren Dialog zu legen, sondern durch das Konzept der AID zu erkennen, dass alle Gedanken und Gefühle ihren Sinn haben, aus ihrer Perspektive ‚eine gute Absicht‘ haben.

Und genau das lässt uns eine Einstellung zu uns selbst finden, die es uns gelingen lässt, aus ‚schwierigen Situationen‘ zufrieden ‚herauszugehen‘.

## 12. Ausblick

Der Mensch ist nichts anderes,  
als wozu er sich macht!

Jean-Paul Sartre

‚Ausblickend‘ möchte ich vier Aspekte nennen, in deren Bezug ich in naher Zukunft die Analyse Innerer Dialoge weitergehend untersuchen möchte:

### ad. 1. **Eine Operationalisierung der AID bzw. der Inneren Stimmen**

Die Inneren Stimmen werden auf einige, immerwährende Grundbedürfnisse beschränkt. Diesen werden sozusagen ‚stellvertretend‘ Namen aus Märchen, Literatur usw. gegeben, mit denen jeder sofort ein bestimmtes Bedürfnis assoziiert (z.B. ‚Baron Münchhausen‘, mit dem Bedürfnis, sich selbst zu retten). So könnten auch bereits bekannte ‚Typisierungen‘ wie ‚der Phlegmatiker‘ (in uns), die Stimme des Sanguinikers ... (vgl. KANT) verwendet werden. Diese könnten in Form eines ‚Brettspiels‘ oder in Form von ‚Karten‘ symbolisiert werden ...

### ad. 2. **AID als verhaltenstherapeutisches Konzept**

Leider machen sich viele Menschen das Leben schwer, indem sie in strengem und unfreundlichem Ton mit sich reden, vielleicht weil ihnen überkritische Eltern, Lehrer und andere Menschen ein in vieler Hinsicht negatives Selbstbild beigebracht haben.

Als *ein* Ausblick ist eine intensive Beschäftigung mit der Kognitionspsychologie und den Systemisch-Humanistischen Analysen Innerer Dialoge zu nennen (vgl. ZIMBARDO 1992, 9). Die Verhaltenstherapie ‚kennt‘ und ‚benutzt‘ Innere Dialoge in Form von ‚Selbstkontrolle‘ (zum Beispiel SKINNER), ‚Selbstverbalisationstraining‘ (MEICHENBAUM), ‚Selbststeuerung‘ (KANFER) oder ‚Selbstinstruktionstraining‘ (LAUTH).<sup>4</sup> „Mittlerweile gibt es eine Fülle von Untersuchungen, die das Selbstinstruktionstraining nutzen, um Lernstrategien, planvolles Arbeiten, Reflexivität, Selbstkontrolle und Bewältigung von Angst und Stress zu vermitteln (zum Beispiel bei Klassenarbeiten, beim mündlichen Vortrag, bei einer Präsentation vor der Klasse). Da es dabei um die Veränderung von handlungsleitenden ‚inneren Dialogen‘ geht, ist die informierte und aktive Mitarbeit der beteiligten Kinder notwendig“ (LAUTH 2004, 362).

Der Fokus liegt jedoch nicht auf deren Analyse, sondern der ‚Beeinflussung‘. Das Selbstinstruktionstraining ist z.B. ein Verfahren, mit dem „handlungsleitende Selbstanweisungen und das dazugehörige Verhalten bis zur Gewohnheit eingeübt“ werden (LAUTH 2004, 361). Hierdurch sollen Fähigkeiten erlernt werden, Konflikte sowie ‚Lernen‘ besser bzw. angemessener zu gestalten. Ziel ist es, dass die Kinder die ‚richtigen Dinge‘ zu sich sagen. Hier ist dementsprechend ein Widerspruch zu den grundlegenden Annahmen der Systemisch-Humanistischen Analysen Innerer Dialoge. Und hier wird deutlich, dass die verhaltenstherapeutischen Analysen Innerer Dialoge keine tiefgehenden Analysen sind. „Dieser innere Dialog wird in seinen Grundzügen entwickelt. Dabei ist es **nicht** so wichtig, dass die Gedankenkette Glied für Glied nachvollzogen wird. Vielmehr soll das Kind erkennen, dass sein Verhalten ungeeignet und dysfunktional ist“ (LAUTH 2004, 367 – Herv. D. R.).

---

<sup>4</sup> vgl. REINECKER 1987 sowie REINECKER/SCHMELZER 1995

Eine AID mit dem Fokus der ‚Verhaltensmodifikation‘ sowie der ‚Selbstinstruktionen‘ ...

### **ad. 3. Empirische Untersuchungen der Wirksamkeit von AID**

In Anlehnung an die Untersuchung von BERTAU (1999)<sup>5</sup>, möchte ich eine große Studie der AID in verschiedenen pädagogischen, Beratungs- sowie Planungs-, Leitungs- und Lebenssituationen durchführen. Hiermit würde sich auch wissenschaftstheoretisch ‚ein Kreis schließen‘ (vgl. DRITTER TEIL).

Die genannte drei Aspekte lassen sich durchaus ‚miteinander‘ verbinden, sodass sich ein ‚übergreifendes‘ Forschungsvorhaben realisieren ließe ....

### **ad. 4. Der transzendentalphilosophische Aspekt der AID**

Eine anderer Ausblick ist eine Weiterbeschäftigung des Konzeptes der Analysen innerer Dialoge in Bezug auf philosophisch-ethische Fragestellungen bzw. die wechselseitigen Bedeutungen von AID und der Transzendentalphilosophie und -pragmatik. Wenn APEL zum Beispiel von einem „regulativen Prinzip der situationsbezogenen Vermittlung zwischen konsensual-kommunikativem und strategischem Denken und Handeln“ (APEL 1986, 47) schreibt, wird deutlich, dass eben solche Prinzipien natürlich auch im Inneren Dialog ‚gelten‘ bzw. die AID für äußerer Dialoge von großer Bedeutung sein können. Gleiches gilt für eine Analyse zum Thema ‚AID und Ethik‘ wie z.B. eine Auseinandersetzung mit der Diskursethik. Hier wird der Fokus nicht mehr die AID als Konzept, also nicht mehr auf das Vorge-

---

<sup>5</sup> Die Untersuchung von BERTAU ist weder theoretisch fundiert, noch methodisch einwandfrei. Es handelt sich nicht um eine repräsentative Studie, unter anderem da sie lediglich 6 Versuchspersonen (ohne Kontrollgruppe) getestet hat. Auch das Testverfahren an sich (RAVEN-Test) ist sehr einseitig bzw. nicht aussagekräftig. Andere empirische Untersuchungen zu Analysen Innerer Dialoge sind mir nicht bekannt.

hen der Analyse, sondern auf die ‚normativen Inhalten‘ der AID gelenkt.

‚Letztlich‘ bleibt es interessant, ob sich BATESONS Vorhersage – vielleicht sogar im Sinne KUHNs wissenschaftlicher Revolutionen – bewahrheitet:

Die Denkweise,  
die von Psychiatern entwickelt wurde,  
um Familien als ein System zu verstehen,  
wird man dahingehend anwenden,  
dass man den Einzelnen als ein System begreift.  
Dies wird einen grundlegenden Wandel  
auf dem Gebiet der Psychologie darstellen.

Gregory BATESON  
(zit. nach SCHWARTZ 1997, 13)

Im Sinne der AID (eine ‚Gegen-Stimme‘ zu Wort kommen zu lassen), im Sinne KIERKEGAARDS (siehe Zitat vor diesem TEIL der Arbeit) als auch im Sinne des geflügelten Spruches: „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“ möchte ich an dieser Stelle kurz etwaige Nebenwirkungen bzw. mögliche Risiken und ‚Gefahren‘ der Analyse Innerer Dialoge – wie jeder anderen Reflexion auch – benennen:

Eine jede Reflexion ist ‚Denken über Handeln‘ mit dem Ziel, das Handeln zufriedener zu gestalten. Reflexionen sollen Handlungsentscheidungen hervorrufen. Es ist aber nie Handeln selbst. Reflektiere ich in Anwesenheit und in Kontakt mit anderen, dann ist es ‚Sprechen über Handeln‘, und damit nicht das Handeln, worüber ich spreche. Die Gefahr besteht meines Erachtens darin, durch unermüdliches Reflektieren eben letztendlich nicht zu handeln. Und nur im Handeln selbst, in der tätigen Freiheit der Entscheidung erleben wir uns selbst.