

„... der Rest ist Geschichte“

Zur Einführung in die Narrative Psychologie

0. Einführendes

Die Narrative Psychologie ist psychologiegeschichtlich gesehen eine relativ junge Richtung. Wenngleich bereits erste Grundideen in den 1960er Jahren formuliert wurden, kann man doch erst in den 1980er Jahren von der Herausbildung dieser Richtung reden. Wichtige Ideengeber sind Bruner, Polkinghorne, Sarbin, Ricoeur und Gergen; in Deutschland wird diese Richtung in den 1990er Jahren insbesondere von Keupp und Kraus bekannt gemacht.

Die Entwicklung der Narrativen Psychologie ist eng verbunden mit dem sogenannten 'narrative turn' in den Geisteswissenschaften, der wiederum vor dem Hintergrund der Diskussionen um die Postmoderne zu begreifen ist. Narrative Psychologie kann deshalb als eine postmoderne Psychologierichtung gelten.

Der Grundgedanke der Narrativen Psychologie ist einfach: Sie geht davon aus, dass wir unser ganzes Leben und unsere Beziehung zur Welt als Narrationen, also Erzählungen, gestalten, aber auch alltägliche Interaktionen und die Organisation des Erlebten narrativ betreiben. Wir erleben also nicht nur einfach Dinge, sondern binden sie erzählend in eine gestaltende Struktur ein, sodass eine sinnhaltige Geschichte entsteht. Die Narrativen Psychologen sprechen von einem grundlegenden Modus der sozialen Konstruktion von Wirklichkeit. Dabei sind diese Narrationen in soziales Handeln eingebettet, machen vergangene Ereignisse für mich und andere sicht- und verstehbar und begründen die Erwartung zukünftiger Ereignisse. „So leben wir also auf signifikante Weise durch Geschichten – sowohl durch das Erzählen als auch durch das Handeln des Selbst.“ (Gergen & Gergen 1988, S. 18)

1. Identität als Hauptthema der Narrativen Psychologie

Geschichten haben meist eine Hauptperson, von der sie handeln. In den von uns erzählten Geschichten sind das in der Regel wir selbst. Für die Narrative Psychologie ist das Thema Identität zentral, genauer gesagt die Frage, wie wir unser Ich/Selbst sozial konstruieren durch die Geschichten, die wir über uns erzählen und in denen wir die Hauptrolle spielen. Dabei geht die Narrative Psychologie nicht davon aus, dass es sich bei dieser Form von Identitätskonstruktion um eine überzeitliche anthropologische Konstante handelt, sondern dass hier gesellschaftliche Entwicklungen eine Rolle spielen, die dazu führen, dass Identitätsbildung entselbstverständlich und damit zum individuellen Problem wird. Ich möchte diese Entwicklung grob für die Vormoderne, die Moderne und die Postmoderne skizzieren.

1.1 Identität in der Vormoderne

In der Vormoderne war das Thema persönliche Identität lange Zeit keines, weil sich die Frage, wer man war oder sein wolle, dem Individuum nicht stellte: sie war bereits durch die zugehörige Gruppe, Familie oder die Obrigkeit beantwortet. Seinen Stand konnte man nicht verlassen, Berufe wurden über die Familie tradiert, Heiraten und Familiengründungen nach pragmatischen Gesichtspunkten vorgenommen und Kinder als kleine Erwachsene gesehen, die schon früh in die Arbeitsprozesse mit einbezogen wurden, ohne dass sie eine der Identitätsbildung dienende Phase der Adoleszenz gehabt hätten. Der Mensch wuchs in gesellschaftlich vorgefundene Strukturen hinein und hatte sich ihnen anzupassen. Erst in der Romantik zeigten sich Ansätze zu einer Veränderung. Hier findet eine Aufwertung der individuellen Persönlichkeit statt, das einzigartige Potenzial des Menschen wird gepriesen und zugleich das Bedürfnis des Individuums beschworen, diese Anlagen auch verwirklichen zu dürfen. Die sich so abzeichnende Vorstellung eines

einzigartigen und freien Individuums markiert gleichzeitig den Aufstieg der bürgerlichen Gesellschaft, in der das Bürgertum sich von Adel und Kirche emanzipiert und überkommene Formen gestutzter Subjektivität zu überwinden sucht.

1.2 Identität in der Moderne

Für die Moderne ist die mit dem Namen Eriksson verbundene Vorstellung einer Entwicklung der Identität paradigmatisch: Identitätsentwicklung als (gelungenenfalls) kontinuierlich und progressiv verlaufender Prozess, der in der Auseinandersetzung mit der Umwelt erfolgt, für den Heranwachsenden mit bestimmten Entwicklungsaufgaben in bestimmten Lebensbereichen verbunden ist und nach Abschluss der Adoleszenz weitgehend abgeschlossen ist. Als Resultat entsteht eine Identität, die man wie einen Gegenstand 'hat', also besitzt. Diese sorgt für Kontinuität im Sinne eines Gefühls der Selbst-Gleichheit und inneren Einheit, was wiederum die Voraussetzung für Wohlergehen und psychische Gesundheit darstellt. Diese Vorstellung verweist auf eine Gesellschaft, die sich durch große Stabilität, kontinuierliches Wachstum und dem Vertrauen darauf, dass dies auch so bleiben wird, auszeichnet. Hier haben junge Menschen nach Adoleszenz und Ausbildung ihren Platz in der Gesellschaft gefunden, gründen eine Familie und können sich darauf verlassen, dass in ihrem Leben kein größerer Wandel mehr zu erwarten ist. Die Zukunft ist berechenbar und überschaubar – und etwas langweilig.

1.3 Identität in der Postmoderne

Die Postmoderne bringt hier eine grundlegende Veränderung. Unter den Bedingungen einer high-tech-kapitalistischen Produktionsweise, die die Globalisierung zu ihrem Markenzeichen macht, zerbricht der fordistische Klassenkompromiss. Die neoliberale Ideologie gewinnt eine hegemoniale Position und beschleunigt das Aufbrechen gewachsener Strukturen (Familien, nachbarliche Gemeinschaften, aber auch Gewerkschaften, Familienbetriebe etc.). Für die Individuen bedeutet dies einen Verlust sozialer Sicherheit, der ihnen versüßt wird mit Versprechen von mehr Freiheit und Selbstbestimmung. Individualität und nicht mehr Anpassung ist die zentrale Anforderung der Postmoderne. Das ideale Subjekt wird stilisiert zum kreativen Schöpfer seiner selbst, das mit unterschiedlichsten Anforderungen in verschiedenen Lebenswelten umgehen kann, sich als flexibel und kreativ erweist und als 'Unternehmer seiner selbst' jeder Zeit in der Lage ist, auf den verschiedenen Märkten (Waren-, Arbeits-, Aufmerksamkeitsmärkte) größtmögliche Gewinne zu erzielen.

Für diese Aufgabe erweist sich die moderne Identität als zu starr. Wer in verschiedensten Lebenssituationen immer der gleiche ist, wird keine optimalen Ergebnisse erzielen können. Es kommt also darauf an, mit Identitäten spielen zu können, Teilidentitäten zu schaffen, die nicht mehr den Anspruch haben, das eine wahre Selbst zu sein. Identität wird also weniger besessen als den konkreten Umständen entsprechend konstruiert. Hier kommen die Narrative Psychologie und ihre Narrationen ins Spiel. Denn was hier konstruiert werden muss, sind Geschichten, die uns und anderen unser eigenes Handeln in unterschiedlichen Situationen verstehbar macht und sinnvoll erscheinen lässt; der Rückgriff aufs Selbstverständliche, Unhinterfragbare wird dabei zunehmend schwerer.

Die Frage, in wie weit ein solches Verhältnis zur eigenen Identität auch wirklich lebbar ist, die Widersprüche tatsächlich nebeneinander stehen gelassen werden können oder eine gewisse Kohärenz doch erforderlich ist, ist dabei umstritten. Während Gergen vom 'Rausch der gemischten Persönlichkeit' spricht und das 'optimistische Gefühl enormer Möglichkeiten' als 'Befreiung vom Grundsätzlichen' feiert, geht z.B. Keupp davon aus, dass eine Lebenswelt übergreifende Meta-Identität notwendig ist, um die verschiedenen Teilidentitäten miteinander zu verknüpfen. Es sei darum eine alltägliche Identitätsarbeit vom einzelnen zu verrichten. Dies findet u.a. statt durch die Selbsterzählungen, die wir uns und anderen darbieten.

1.4 Inselartige Ausbreitung

Dieser Überblick kann aber nicht mehr als ein grobes Raster darstellen, da die geschilderten Prozesse in den unterschiedlichen gesellschaftlichen Schichten nicht gleichzeitig ankommen und nicht die gleiche Kraft entfalten. Mit Holzkamp gesprochen erscheint die Vorstellung von einer inselartigen Ausbreitung angemessen. Identitätsprojekte erfassen zunächst das gehobene Bürgertum und werden damit Teil eines bürgerlich-elitären Diskurses, der nur allmählich und auch nur teilweise auf andere Gesellschaftsschichten übergreift. Anderen Teilen der Gesellschaft sagt dieser Diskurs nichts oder führt sogar zu expliziten Abgrenzungsreaktionen. Es kann also z.B. auch heute noch Individuen geben, die sich eher im Sinne moderner oder sogar vormoderner Identitäten verstehen. Ferner kann der Diskurs zwar als Diskurs übernommen werden, ohne aber tatsächlich handlungspraktische Relevanz zu erlangen. Zu denken wäre hier etwa an fehlende Voraussetzungen im Sinne der Bourdieu'schen Kapitalsorten, die die realen Handlungsmöglichkeiten so stark einschränken, dass das Spiel mit den Teil-Identitäten mehr oder weniger im Rahmen der Phantasie verbleibt.

2. Konstruktionsregeln für Selbsterzählungen

Was macht eigentlich eine Erzählung zur Erzählung? Denn nicht alles, was wir äußern, ist eine Erzählung, und auch eine reine Aufzählung von Fakten ist noch keine Erzählung. Gergen & Gergen versuchen, mit dem Idealtypus der 'wohlgeformten Narration' die zu leistende Konstruktionsarbeit zu erfassen. Für die westliche Kultur bestimmen sie dabei fünf Charakteristika der wohlgeformten Narration:

- a) Ein sinnstiftender Endpunkt
- b) Die Einengung auf relevante Ereignisse
- c) Die narrative Ordnung der Ereignisse
- d) Die Herstellung von Kausalverbindungen
- e) Grenzzeichen

2.1 Sinnstiftender Endpunkt

Damit eine Erzählung verständlich sein soll, muss klar sein, worauf der Erzähler hinaus will. Wenn konkurrierende Endpunkte vom Erzähler verfolgt werden, wird die Erzählung unverständlich und der Zuhörer ermüdet und sauer. Dabei gibt es gesellschaftlich vorgegeben ein Set von Endpunkten, zu denen Erzählungen gefragt werden: Meine Schulzeit, meine Berufswahl, meine erste Partnerschaft etc.. Annähernd jeder hat hier ein bestimmtes Repertoire von Erzählungen. Schwierig wird es bei noch nicht erreichten Endpunkten: Warum hast du noch keinen Beruf, keinen Partner etc.? Hier steht die jeweilige 'Normalität' zur Diskussion. Soll die Geschichte trotzdem plausibel bleiben, muss der Erzähler auf gesellschaftlich anerkannte Gründe für das Scheitern bzw. Nicht-Erreichen zurückgreifen. Dies sind in der Regel Kontingenzen und äußere Zwänge, also etwa das schlechte Elternhaus, die Wirtschaftskrise, Schicksalsschläge, aber auch die Darstellung der eigenen Reifung und Läuterung (ich war so blöd).

2.2 Einengung auf relevante Ereignisse

Durch den sinnstiftenden Endpunkt wird der Diskurs in der Hinsicht geordnet, dass klar ist, was für sein Erreichen relevant ist und was nicht. Auch hier führt ein noch nicht erreichter Endpunkt zu der Schwierigkeit, zu bestimmen, was relevant für die Erzählung ist und was nicht. Die Geschichte 'Wie ich zu meinem Arbeitsplatz gekommen bin' ist schwierig zu erzählen, wenn man ihn noch gar nicht hat. Ferner setzt die Frage nach der Relevanz bestimmter Ereignisse einen gewissen Konsens zwischen Erzähler und Zuhörer voraus. Teilt z. B. bei der Frage der Berufswahl der Zuhörer die

Überzeugung des Erzählers nicht, dass die Wünsche der Eltern dafür relevant sind, steigt der Erklärungs- und Begründungsaufwand des Erzählers.

2.3 Narrative Ordnung der Ereignisse

Die am meisten verbreitete gesellschaftliche Konvention zur narrativen Ordnung ist die lineare temporale Sequenz, also eins nach dem anderen. Andere narrative Ordnungen sind möglich, aber zumeist erklärungsbedürftig (ich fang mal von hinten an, weil...). Die Erwartung einer zeitlichen Linearität bleibt aber vorausgesetzt. Scheitert der Erzähler daran, bekommt seine Geschichte also nicht auf die Reihe, kann das als Ausdruck von Aufgewühltheit oder Desinteresse legitim sein, wirkt aber ansonsten irritierend. Besonders deutlich ist im Arbeitsbereich diese narrative Ordnung gefordert. Wer seine Arbeitsbiografie nicht umstandslos lückenlos erzählen kann, erweckt Misstrauen. Hier kann sich aber auch widerspiegeln, dass der Erzähler sich eben nicht als Gestalter, sondern als Opfer dieser Geschichte begreift.

2.4 Herstellung von Kausalverbindungen

Nach westlichen Standards zeichnet sich eine ideale Narration auch dadurch aus, dass die Ereignisse, die zum Zielzustand führen, kausal miteinander verbunden sind. Jedes Ereignis sollte Produkt eines vorangegangenen sein. Auch bei Identitätsprojekten sollte der Übergang von einem Teilprojekt zum nächsten einer kausalen Logik folgen oder ihr zumindest nicht widersprechen. Sonst weiß jemand nicht, was er will. Die Prämissen, die der kausalen Logik zu Grunde liegen, sind wiederum gesellschaftlich unterschiedlich akzeptiert. Bei der Partnerwahl etwa stößt eine Wahl nach Nützlichkeitsaspekten heute nicht mehr auf Akzeptanz. Das gilt als Berechnung; Partnerwahl sollte etwas Geheimnisvolles haben (Liebe auf den ersten Blick etc.). Die Wahl des Arbeitsplatzes hingegen erfordert genau das rationale Kalkül. Hier ist nur ein Rekurs auf die Rahmenbedingungen akzeptiert, falls der Wunschberuf nicht ausgeübt wird (schlechte Verkehrsanbindung, keine Zukunftsperspektive etc.)

2.5 Grenzzeichen

In einem Gespräch sollte jemand, der zu einer Erzählung ansetzt, dem Gesprächspartner Eintritt in die Erzählwelt sowie ihr Verlassen durch Grenzzeichen markieren, etwa, indem man sagt ‚das war so..‘. Damit wird quasi eine Vereinbarung getroffen, dass der Erzähler selbst bei längeren Kommentaren durch den Zuhörer wieder zu seiner Erzählung zurückkommen darf. Werden solche Grenzzeichen bei Beginn der Erzählung nicht gesetzt, vermengen sich Erzählwelt und aktuelle Interaktionssituation. Der Gesprächspartner bleibt Beteiligter, der Erzähler kann sich nicht auf das Ende der Erzählung berufen, sich aber aus einer missglückten Erzählung quasi retten. Wird am Ende einer Erzählung kein Grenzzeichen gesetzt, kommt der Erzähler aus seiner Erzählung nicht mehr raus, er dreht sich im Kreis.

Nach Gergen & Gergen ist die Glaubwürdigkeit einer Geschichte umso größer, je besser diese fünf Kriterien erfüllt werden. Es ist allerdings die Frage, ob diese Kriterien nicht eher aus einem modernen Erzählverständnis heraus stammen. Postmoderne Erzähllogiken durchbrechen sie z.T. bewusst, um die unendliche Kontingenz von Ereignissen zu betonen. Möglicherweise gewinnen in der Postmoderne Erzählungen, die nicht diese Kriterien entsprechen, an Plausibilität. Kraus nennt einige mögliche Veränderungen, wie etwa plurale Erzählwelten, Orientierung auf die Gegenwart statt auf die Zukunft, da diese nicht mehr planbar ist, verstärkter situativer Bezug, der mit der Erzählsituation selbst spielt etc. Grundlegend scheint mir die Idee eines ironischen Gestus zu sein, der in der Postmoderne verstärkt zum Tragen kommt und zum Ausdruck bringt, dass einige Gewissheiten der Moderne abhanden gekommen sind und nur noch für den spielerisch-ironischen Gebrauch als Versatzstücke taugen.

3. Gestaltungsdimensionen von Selbsterzählungen

Selbst-Narrationen benutzen die realen biographischen Fakten als bloßen Steinbruch. Der Erzähler sortiert diese, wählt einige aus, lässt andere weg und stellt sie in einen Zusammenhang, der sie in ein Verhältnis der Kausalität setzt. Ziel des ganzen ist eine Sinnstiftung, die die eigene Geschichte als etwas Gelebtes verstehbar macht. Dabei geht es sowohl um die Verstehbarkeit für andere wie auch für einen selbst, wobei in der Regel der Schwerpunkt bei der Verstehbarkeit für andere liegt. Dabei ist der Zuhörer nun selbst wieder keineswegs nur passiver Empfänger, sondern re-konstruiert die Geschichte vor seinem eigenen Erfahrungshintergrund. Dabei können sich Gewichtungen verschieben und die Sinnkonstruktion in Frage gestellt werden. Es handelt sich also beim Erzählen und Verstehen einer Geschichte um einen *Aushandlungsprozess*, der sich wiederum vor dem Hintergrund der existierenden und umkämpften gesellschaftlichen Diskurse abspielt. In ihnen werden bestimmte Formen von Geschichten – ready mades – zur Verfügung gestellt, die gleichzeitig mit einer bestimmten – innerhalb der verschiedenen gesellschaftlichen Schichten durchaus umkämpften – gesellschaftlichen Akzeptanz versehen sind. Auch in den unterschiedlichen Lebenswelten können Geschichten einen unterschiedlichen Grad von Akzeptanz haben. So ist bei der Berufswahl eine Geschichte, die sich um das Thema Sicherheit und Verlässlichkeit dreht, sicherlich akzeptierter als bei der ersten Liebe, wiederum in einem Beamtenmilieu akzeptierter als unter Künstlern. Es lassen sich folgende Gestaltungsdimensionen unterscheiden:

3.1 Inhalt

Der Inhalt ist die offensichtlichste Gestaltungsdimension einer Geschichte. Ein Erzähler kann den Inhalt seiner Erzählung aufbauschen oder sparsam gestalten oder gar schweigen. In jedem Fall handelt es sich dabei um eine strategische Wahl, die der Erzähler trifft. Dabei hängt die Wahl auch von den Gegenstandsbereichen ab. Kraus berichtet aus seiner empirischen Forschung, dass der Bereich der Sexualität oft eher sparsam erzählt wird.

3.2 Auktorialität

Eine weitere Gestaltungsmöglichkeit ist die Positionierung des Akteurs, also des Erzählers. In der Erzählung spaltet er sich in das erzählende und das erzählte Ich (I and me, jé et moi) auf und kann so bestimmen, wie groß er die Distanz zwischen beiden hält. Diese Distanz kann bis hin zur Erzählung ausgedehnt werden. Ferner hat der Erzähler die Möglichkeit, sich als Akteur als stark oder schwach zu positionieren, also zu variieren zwischen jemandem, der alle Fäden in der Hand hält, bis zu jemandem, der von den Umständen getrieben wird wie ein Blatt im Wind.

Es gibt außerdem verschiedene empirische Untersuchungen, die typische Lebenserzählungen mit typischen Akteurspositionen herauszuarbeiten versuchen. So unterscheidet der schwedische Forscher Peter Öberg, der die Lebensgeschichten älterer Finnen erforscht hat, sechs verschiedene Typen.

- das bittere Leben mit dem Erzähler als ständiger Verlierer
- das Leben als Falle mit dem Erzähler als Opfer
- das Leben als Hindernislauf mit dem Erzähler als Kämpfer
- das aufopferungsvolle Leben mit dem Erzähler als Altruist
- das Leben als Karriere mit dem Erzähler als Aufsteiger
- das süße Leben mit dem Erzähler als Glückskind

3.3 Spannungsbogen

Der Erzähler gestaltet seine Erzählung außerdem durch den Spannungsbogen, den er ihr gibt. Eine dramatische Geschichte hat einen hohen Spannungsbogen, eine ‚coole‘ Geschichte hingegen einen möglichst geringen Spannungsbogen (‚Keine Panik‘, Udo L.) Gergen & Gergen unterscheiden hier außerdem die ‚Ausrichtung‘ des Spannungsbogens. Bei einer Stabilitäts-Narration bleibt der Erzähler durch den Gang der Ereignisse in seiner evaluativen Position weitgehend unverändert. Stabilitäts-Narrationen können dabei sowohl im positiven wie auch im negativen Bereich angesiedelt sein (Der Erzähler als ewiger Gewinner oder Verlierer). Dagegen gibt es progressive Narrationen, in denen der Erzähler am Ende der Ereigniskette eine höhere Position einnimmt (es ist ihm etwas geglückt, er hat etwas gelernt etc.), und regressive Narrationen, bei denen der Erzähler am Ende schlechter dasteht (er hat etwas verloren, früher war alles besser etc.).

3.4 Zeitperspektive

Der Erzähler kann Ereignisse über eine sehr lange Zeitspanne oder auch eine sehr kurze verknüpfen. Verbindet er Ereignisse innerhalb unterschiedlicher temporaler Perspektiven untereinander, spricht man von Narrationsnestern. Dies sind Geschichten innerhalb von Geschichten. Hier können auch gegensätzliche Spannungsbögen verwendet werden, z.B. wenn jemand sein Leben grundsätzlich als regressive Narration erzählt, also als Misserfolgsgeschichte, in die trotzdem einzelne Erfolge eingebaut sein können.

3.5 Kausalitätsfiguren

Kraus unterscheidet drei verschiedene Begründungsstrategien für seine Entscheidungen, die dem Erzähler zur Verfügung stehen:

1. Schicksalhafterkeit: Etwas musste so kommen, weil es das Schicksal so wollte. Akzeptiert wird diese Strategie vor allen Dingen bei der Partnerwahl.
2. Das objektive Hindernis: Dinge, die anders geplant waren, ließen sich deswegen nicht umsetzen. Der Erzähler kann damit den Status des autonom handelnden Subjektes bewahren, der dennoch die Grenzen seiner Autonomie anerkennen muss. Wenn z.B. die Berufswahl nur drittklassig erscheint, sind nicht Feigheit o.ä. die Gründe, sondern die mangelnde Verkehrsanbindung.
3. Opposition: Möglich als Faustisches ‚Zwei Seelen in einer Brust‘ oder externalisiert als Meinungsstreit mit jemand anderem. Mit diesem narrativen Mittel können Erzählungen dynamisiert werden,

3.6 Genres

Schließlich stehen gesellschaftlich gesehen bestimmte Genres zur Verfügung, an die sich ein Erzähler anlehnen kann. Gergen & Gergen hatten sich in ihrer Bestimmung möglicher Spannungsbögen an den Literaturwissenschaftler Northrop Frye angelehnt, der von vier Grundtypen von Genres ausgeht, die jeder Erzählung zu Grunde liegen: Tragödie und Komödie, Romanze und Ironie bzw. Satire.

Die Gegenüberstellung von Tragödie und Komödie ist die klassische Unterteilung von Aristoteles. In der Tragödie stellt das Schicksal den Helden vor eine Wahl, aus der er nicht unschuldig hervorgehen kann, auch wenn er besten Willens ist. Die Tragödie thematisiert also die Unversöhnlichkeit des Schicksals und beinhaltet den notwendigen Absturz des Helden. In der Komödie hingegen gibt es eine konflikthafte Ausgangssituation, die aber nach der Überwindung

diverser Hindernisse zu einer Versöhnung führt. Die Protagonisten sind zum Schluss am Ziel ihrer Wünsche.

Die Gegenüberstellung von Romanze und Ironie bzw. Satire hingegen sind die Erfindung Fryes. Bei der Romanze handelt es sich nicht (ausschließlich) um eine Liebesgeschichte; Romanze ist hier eher im Sinne von Ritterromanze zu verstehen: Der Held begibt sich in ein Abenteuer oder eine Gefahr und kommt geläutert oder gestärkt daraus hervor. Die Rollen zwischen dem moralisch Guten und dem Bösen sind hier klar verteilt, und zum Schluss siegt das Gute. Insofern sind große Teile der populären Literatur Romanzen, wie etwa auch Märchen, Abenteuer Geschichten etc.

Bei Ironie bzw. Satire verhält es sich anders. Zwar sind auch hier die Rollen von Gut und Böse klar verteilt, aber hier kann das Böse siegen. Das Gute hingegen ist schwach; wenn es doch siegt, dann nicht durch Stärke, sondern durch Einfalt oder als Paradoxie. Während wir zu den Helden der Romanze aufschauen, schauen wir auf die Anti-Helden der Satire hinab. Der Blick fällt auf eine Welt der Knechtschaft, der Misserfolge, des Absurden. Nach Frye ist dies der Pol der Wirklichkeit, während die Romanze die Utopie darstellt.

Natürlich bilden diese Genres in der abstrakten Reinform, wie Frye sie darstellt, nur ein analytisches Untersuchungsinstrument, in wie weit sich bestimmte reale Geschichten an diese Figuren anlehnen bzw. Mischformen dieser verschiedenen Genres darstellen

4. Das therapeutische Narrativ: Das eigene Leben als allgemeine Dysfunktion

In ihrer Untersuchung der amerikanischen Gesellschaft beschreibt die israelische Soziologin Eva Illouz ein Narrativ, das sich im Verlaufe des späten 20. Jh. zur beherrschenden Form der Selbst-Narration entwickelt hat: das therapeutische Narrativ. Es führt die Narrative der Selbsthilfe und des emotionalen Leidens zusammen und schafft unter dem Schlagwort der Selbstverwirklichung ein kulturell äußerst einflussreiches Modell der Selbstkonstruktion.

Das Narrativ der Selbsthilfe ist dabei kulturell tief in der amerikanischen Kultur verwurzelt. Dabei geht es um die Fähigkeit, aus der individuellen Tüchtigkeit heraus auch mit schwierigen Ausgangslagen Außergewöhnliches zu schaffen und sich so vor den anderen auszuzeichnen. So stellt Samuel Smiles bereits 1859 in seinem äußerst erfolgreichen Buch ‚Self-Help‘ Biographien von Männern zusammen, die aus armseligen Verhältnissen zu Ruhm und Reichtum aufgestiegen sind, um den Lesern ein Beispiel zu geben, dass die Macht der Selbsthilfe die eines jeden ist, etwas für sich zu erreichen.

Im psychologischen Diskurs Freuds hingegen herrschte ein Determinismus, der die Psyche des Individuums mit Schlüsselereignissen der eigenen Kindheit verbunden sah. Psychische Gesundheit war für Freud nicht eine Sache des freien Willens, und Heilung konnte sich nur mit therapeutischer Hilfe und quasi hinter dem Rücken des Patienten vollziehen. Zudem sah Freud die Psychoanalyse nicht als Therapieform für die breite Masse, auch weil die Armen mehr zu verlieren als zu gewinnen haben, wenn sie sich ihrer Neurosen entledigen. Das Kranksein nämlich bietet ihm einen Anspruch mehr auf soziale Hilfe.

Die weiteren Entwicklungen der psychologischen Theorien setzten sich dann aber auf die eine oder andere Weise immer mehr vom Freud'schen Determinismus ab und gestanden der Entwicklung des Selbst eine größere Offenheit zu. In der Psychoanalyse stehen dafür Namen wie Horney, Adler, Fromm etc.. Die grundlegende Bewegung aber, die ein neues Bild des sich entwickelnden Selbst hervor brachte, war die humanistische Bewegung um Rogers und Maslow. Sie drang tief in die Populärkultur ein und konnte sich mit dem Selbsthilfe-Narrativ verbinden. Besonders erfolgreich war dabei Maslows Idee eines Bedürfnisses nach Selbstverwirklichung. In diesem Narrativ wurde

Gesundheit mit Selbstverwirklichung verbunden. Es entstand eine neue Kategorie: Die, die sich nicht genügend selbst verwirklichten, waren nun krank und brauchten Hilfe und Therapie. Das Interessante an diesem Narrativ ist, dass es sich an einem nicht zu erreichenden und nicht zu überprüfenden Ideal orientiert: Das ‚vollständigste‘ oder ‚am meisten selbstverwirklichte‘ Selbst bleibt immer unerreichbar und wird die realen Selbste immer als defizitär hinter sich lassen. So bleibt Selbstverwirklichung eine ständige Anforderung mit der Garantie des partiellen Scheiterns. Dieses Scheitern wiederum entspricht einem verborgenen Wunsch danach, der therapeutisch aufzuarbeiten ist:

„Wie im religiösen Narrativ hat im therapeutischen Narrativ alles eine verborgene Bedeutung. So wie menschliches Elend unter Bezug auf einen verborgenen göttlichen Plan erklärt wird, so erfüllen die für uns scheinbar schädlichen Entscheidungen im therapeutischen Narrativ ein verstecktes Bedürfnis oder eine unbekannt Absicht. Genau an diesem Punkt verbinden sich das Narrativ der Selbsthilfe und das des Leidens, denn wenn wir heimlich unser Elend wünschen, kann das Selbst direkt zur Verantwortung gezogen werden, um es zu beseitigen.“ (Illouz 2007, S. 74)

„Gerade auf Grund dieser Allianz zwischen Selbsthilfe und Psychologie ist psychisches Elend – in Form eines Narrativs, in dem das Selbst verletzt wurde – zum Identitätsmerkmal der Arbeiter und der besser gestellten Angestellten geworden. Eine vernachlässigte Kindheit, übervorsichtige Eltern, ein versteckter Mangel an Selbstachtung, Arbeitssucht, Sex, Nahrung, Wut, Phobien, Furcht – all das sind jetzt ‚demokratische‘ Leiden, weil sie sich nicht länger eindeutig einer Klasse zuordnen lassen. Auf der Grundlage dieses Prozesses einer allgemeinen Demokratisierung des psychischen Leidens ist das Heilen auf merkwürdige Weise zu einem lukrativen Geschäft und einer blühenden Industrie geworden.“ (.a.a.O., S. 68)

Das therapeutische Narrativ ist also in dem Sinne rückwärts gerichtet, dass es unter dem Thema ‚Was mich daran hindert, glücklich zu sein‘ die Komplikationen in der eigenen Biographie zum Ausgangspunkt genommen werden, um ihr einen Sinn abzugewinnen. Das eigene Leben wird also strukturell als allgemeine Dysfunktion erzählt, die es zu überwinden gilt. Zentral dabei ist, dass dieses Narrativ die Individuen für ihr psychisches Wohlbefinden zu Verantwortung zieht, dabei aber vollständig von moralischer Schuld abstrahiert. So können die kulturellen Schemata des Individualismus, der Selbstveränderung und –verbesserung mobilisiert werden, aber auch zur Bildung von Schicksals- und Leidensgemeinschaften wie Selbsthilfegruppen beigetragen werden.

Literatur:

- Ernst, H., 2002: Ein neuer Blick auf das eigene Leben Psychologie heute Juni 2002
Illouz, E., 2007: Gefühle in Zeiten des Kapitalismus, Suhrkamp
Kraus, W. 1999: Identität als Narration: Die narrative Konstruktion von Identitätsprojekten Colloquium FU Berlin 1999
Löwy, H. 2003: Fiktion und Mimesis Holocaust und Genre im Film
in: Fröhlich, M., Löwy, H., Steinert, H. (Hg.): Lachen über Hitler - Auschwitz Gelächter? Edition Text und Kritik
Öberg, P., 1997: Livet som berättelse. Om biografi och åldrande [Life as narrative. On biography and aging], Acta Universitatis Upsaliensis,