



"Das Wort stirbt, wenn wir es nicht mit anderen teilen"

Tschingis Aitmatow, Kirgisischer Schriftsteller

Othmar Loser-Kalbermatten

Dialog nach David Bohm

Wir stehen heute weltweit vor dem Problem, dass die Menschen gegeneinander statt miteinander reden. Wir können es jeden Tag beobachten, in Fernsehdiskussionen wie 'Club' oder in der 'Arena' des Schweizer Fernsehens, im Parlament, in Firmen, in Beziehungen: wir reden aneinander vorbei, hören uns nicht zu und wissen genau, was Sache ist und wie Probleme gelöst werden müssen. Das passiert im Kleinen wie im Grossen.

Psychologe lic.phil.

Eidgenössisch anerkannter

Psychotherapeut ASP/VPZ

Dabei können wir uns diese Form der Kommunikation je länger je weniger leisten. In Beziehungen scheint das Scheitern programmiert zu sein. Auf dem politischen Parkett erleben wir wieder eine verstärkte Polarisierung (Schlagworte und einfache Lösungen statt gemeinsames Nachdenken über komplexe Zusammenhänge und gemeinsames Suchen nach Lösungen) mit dem Ergebnis, dass Probleme je länger je weniger angemessen gelöst werden können. Und in Firmen werden weiter Spezialisten zugezogen und berühmte Namen eingekauft, die dem Unternehmen Lösungen verpassen, anstatt auf eine Lernende Organisation hinzuarbeiten.

Burgerstrasse 22

6003 Luzern

Telefon: 041 210 62 32

In Beziehungen setzt sich nur langsam die Einsicht durch, dass wir viel zu verschieden sind, um von einer gemeinsamen äusseren Realität ausgehen zu können. Männer und Frauen sind verschieden, aber wir leben alle auch auf unterschiedlichen 'Planeten', die nach anderen Regeln und Gesichtspunkten funktionieren. Verständigung geht nur, wenn wir verzichten, zu wissen, was Sache ist. Wenn wir anfangen, einander wirklich zuzuhören, miteinander zu denken und gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

o.loser@bluewin.ch

www.psychotherapieiluzern.ch

In der Politik müssen wir uns langsam mit der Vorstellung vertraut machen, dass jede politische Gruppierung nur Ideen, Vorstellungen hat, was 'die Realität' ist und wie Probleme gelöst werden können. Keine Gruppe ist im Besitz der 'objektiven' Wahrheit, alle vertreten nur ihre Interessen, und sie tun dies aus ihrer Sicht der Dinge, aus ihrem Verständnis heraus.

Privat: 041 281 11 55

Der Dialog ist eine bestimmte Form der Kommunikation. Dabei verwende ich den Begriff 'Dialog' in diesem Zusammenhang nicht umgangssprachlich, sondern im Sinne David Bohms. Im Dialog kommen Menschen zusammen, um gemeinsam zu denken, miteinander zu erkunden, zusammen nach Lösungen von Problemen zu suchen.

Der Physiker **David Bohm** (1917 - 1992) hat sich in seiner letzten Schaffensperiode intensiv mit dem Dialog beschäftigt. Während es in einer Diskussion (lateinisch von discutere = zerschlagen, zerteilen, zerlegen) darum geht, die Ganzheit auseinanderzunehmen, zu sezieren, hat Dialog (griechisch von Dia = durch, Logos = Wort) für Bohm die Bedeutung eines "freien Sinnflusses, der unter uns, durch uns hindurch und zwischen uns fließt". Es geht also um Partizipation, um Teilhaben, sich beteiligen, miteinander denken.

Bohm sagt, dass es unser Denken ist, das die Welt zerteilt und das, was ursprünglich ganz war, zerstückelt und fragmentiert.

Wir meinen, dass unser Denken die Dinge und die Erfahrungen so beschreibt, wie sie sind. Dass wir es mit objektiven äusseren Realitäten zu tun haben, die unabhängig von uns und unserem Wahrnehmen und Denken existieren.

Das ist nach Bohm ein folgenschwerer Irrtum. Wir erschaffen uns unsere Realität mit unserem Denken, wir konstruieren sie fortwährend. Und sagen dann, wir hätten gar nichts getan. Wir würden nur die 'äussere objektive Realität' wahrnehmen und beschreiben. Und weil die äussere objektive Realität eben eine objektive Realität ist, gelte sie auch für alle anderen. Dann stecken wir wieder einmal mitten in einer unergiebigem Diskussion, die die meisten Beteiligten unbefriedigt zurücklässt.

Zentrale Begriffe für den Dialog

Als '**Container**' bezeichnen wir die Vereinbarung über Ort, Zweck und Dauer des Dialogs. Die Beteiligten treffen sich regelmässig alle 2 Wochen für 2-3 Stunden, während einem Jahr oder länger. Es ist wichtig, dass diese Struktur von allen während der ganzen Zeit aufrechterhalten wird, auch wenn es vor allem in der Anfangsphase schwierig und unsicher ist.

Zuhören: ich muss zuerst mir selber zuhören, bevor ich anderen zuhören kann: welche inneren Bewegungen, Gedanken und Bewertungen entstehen in mir, wenn ich zuhöre? Wenn ein anderer erst 2 Sätze gesagt hat, fangen wir an, innerlich zu argumentieren, eine Entgegnung vorzubereiten, zuzustimmen oder abzulehnen, zu bewerten. Wenn ich diese Bewegungen wahrnehme, wird es möglich, diese automatischen inneren Reaktionen etwas beiseite zu stellen, um das, was ich höre, wirklich bei mir ankommen zu lassen. Das ist dann wirkliches zuhören: nämlich dem anderen statt mir selber. Zuhören bedeutet, aus einem inneren Schweigen heraus etwas auf sich wirken zu lassen.

Partizipieren: wenn ich wirklich zuhöre, kann ich teilhaben an etwas Grösserem, ich kann teilhaben am Wesen meiner Gesprächspartnerin, meines Gesprächspartners, und wir können in einen gemeinsamen, erfrischenden Fluss von Austausch eintreten, der im Moment entsteht und nicht aus der Erinnerung erzeugt ist. Das ist Teilhaben am Sein an sich.

Respektieren: (lateinisch re-spectere: erneut hinschauen, beobachten) bedeutet, auf Abwehr, Schuldzuweisung, Abwertung und Kritik zu verzichten. Alle dürfen so sein, wie sie sind. Jede Idee, jede Meinung ist genauso richtig und legitim wie meine eigenen Ideen.

Artikulieren heisst, die eigene, authentische Sprache finden und seine eigene Wahrheit aussprechen.

Wir versuchen im Dialog, von dem zu sprechen, was uns wirklich bewegt. Intellektuelle Höhenflüge, abstrakte Abhandlungen und Selbstdarstellungen führen nicht weiter.

'Mentale Modelle': wir reagieren alle aus inneren Annahmen und Entwürfen heraus auf die Menschen und die Welt. Diese inneren mentalen Modelle steuern unser Handeln, und wir interpretieren und verstehen Wahrgenommenes mit Hilfe unserer mentalen Modelle.

Der **Konstruktivismus** geht davon aus, dass jede Person ihre Realität selber schafft. Wir machen laufend Konstrukte, Annahmen über die Welt und das Leben, aber wir erkennen es nicht als Annahmen, sondern wir sagen, dass die Welt so ist, wie wir sie verstehen. Im Grunde kann man sagen, dass es so viele Welten gibt, wie es Menschen gibt. Natürlich brauchen wir geteilte Definitionen, Erfahrungen und Realitäten, damit wir uns verständigen können. Aber diese gemeinsame, geteilte Realität ist nur eine dünne Schicht, dünner als wir denken.

Ein Spezialfall der mentalen Modelle ist das, was wir in der Psychologie unter **'Charakterstrukturen'** zusammenfassen: wir wissen, dass Menschen ganz unterschiedliche Entwürfe über sich selber, über die Welt und über die wichtigen Themen des Lebens entwickeln. Die Menschen leben in grundsätzlich unterschiedlichen Erfahrungswelten. Diese Welten sind so verschieden, dass wir davon sprechen, dass die Menschen auf unterschiedlichen Planeten leben mit unterschiedlicher Atmosphäre, unterschiedlichen Formen, Regeln, Grunderfahrungen, Lebensthemen.

Es macht einen grossen Unterschied, ob uns die Grundfrage nach der eigenen Existenzberechtigung bestimmt, oder ob sich unser Erleben vor allem um die Frage nach 'Austausch', 'zuwenig' und 'zuviel' dreht, oder ob wir uns vor allem damit beschäftigen, was wirklich ist, wer wir wirklich sind, und was die Menschen wirklich über uns denken. Das heisst, dass wir nicht einmal in unseren intimsten Beziehungen davon ausgehen können, dass wir uns einfach verstehen. Es ist auch in nahen Beziehungen wichtig und notwendig, immer wieder zu fragen, wie das Gegenüber etwas erlebt und versteht. Denn wir wissen in der Regel nichts von diesen unterschiedlichen Planeten und gehen im Kontakt davon aus, dass alle anderen auf dem gleichen Planeten wie wir selber leben und deshalb die Welt gleich verstehen wie wir.

Zu den Charakterstrukturen gehören auch Muster, die wir **'Selbstverengungen'** nennen: wir alle entwickeln bestimmte Kommunikationsmuster, die den Fluss eines Gespräches empfindlich stören können. Wenn jemand in einem Gespräch plötzlich innerlich eng wird, und seine ganze Aufmerksamkeit dreht sich um die Frage, wie gut er ist, ob sein Beitrag besser oder schlechter als der Beitrag eines anderen ist, bleibt nicht mehr viel Raum für Zuhören und Erkunden. Oder wenn die anderen plötzlich nur noch Freunde oder Feinde sind, hört gemeinsames Denken auf.

Es ist für den Dialog hilfreich, auch auf solche persönlichen Muster zu achten und sie mit der Zeit zu erkennen. Dann können wir etwas mehr innere Distanz dazu erreichen.

Suspendieren (lateinisch: herabhängen; indogermanisch: spenn: spinnen, ziehen, etwas so aufspannen, das es sichtbar wird wie ein Spinnennetz vor einem Fenster) bedeutet, "die eigene Meinung weder zu unterdrücken noch stur dafür zu plädieren, sondern auf eine Weise vorzutragen, die es einem selbst und anderen ermöglicht, sie wahrzunehmen und zu begreifen. Suspendieren heisst, auftauchende Gedanken und Gefühle zur Kenntnis zu nehmen und zu beobachten, ohne zwangsläufig danach handeln zu müssen." (Isaacs)

Wenn wir unser 'Wissen' als Konstrukte erkennen, können wir im Suspendieren unsere Annahmen und Bewertungen sichtbar machen, sie veröffentlichen, sie vor uns 'aufhängen', sie so in der Schwebelage halten und suspendieren: "das ist meine Meinung, meine Haltung zum Thema, und ich halte diese mal in der Schwebelage und lasse mich weiter auf das ein, was da gesagt wird".

Erkunden: eine Haltung von Neugierde, Achtsamkeit und Bescheidenheit ermöglicht, Fragen zu stellen, die uns wirklich bewegen. Und gemeinsam zu erkunden und etwas zu entwickeln, das vorher noch nicht da war und alleine nicht möglich gewesen wäre.

'**Das Denken beobachten**' bedeutet, zu lernen, dass es keine 'objektive' äussere Realität gibt, sondern dass wir die 'Realität' immer aus unseren eigenen inneren Annahmen, Ideen, Haltungen, Wertungen, Urteilen und Vorstellungen heraus wahrnehmen. Wir erzeugen innerlich mit unserem Denken Ideen, Vorstellungen, und dann sagt das Denken, es habe gar nichts gemacht, sondern es nehme nur wahr, was ist.

Mit der Zeit erkennen wir, wie das Denken funktioniert, wir realisieren, dass wir mit unseren Gedanken 'Realitäten' erzeugen. Und wir gewinnen mehr Distanz zu unseren 'Sicherheiten' und Überzeugungen. Dann gewinnen wir Unabhängigkeit den eigenen persönlichen Programmierungen gegenüber, aber auch gegenüber von kollektiven Annahmen, die uns als Gruppe oder Gesellschaft verbinden. Und es wird möglich, das Denken kreativer zu nutzen.

Verlangsamern: um uns in dieser Art selber beobachten zu können, ist es nötig, den Prozess zu verlangsamen. Dann können wir beobachten, welche Reflexe, Reaktionen, Wertungen, Gedanken und Erinnerungen auf eine Aussage einer anderen Person in uns ausgelöst werden. Im Dialog setzen wir dazu einen Sprechstab ein, um den Redefluss zu verlangsamen. Die Regel ist, dass nur die Person spricht, die den Stab in den Händen hält.

Für David Bohm ist das ein zentrales Anliegen des Dialogs: wenn Menschen diese Disziplinen gemeinsam üben, verändert sich die Atmosphäre in der Gruppe, und die Menschen beginnen, gemeinsam zu denken, statt feste Ideen und gut verteidigte Ansichten gegeneinander zu stellen. Und manchmal entsteht dann in der Gruppe etwas, das über die Individuen hinausreicht, ein Aufscheinen des 'Ganzen' oder wie immer man dem sagen will. Plötzlich sind wir nicht mehr getrennte Personen, sondern es wird plötzlich denkbar, dass wir schon immer in einem grossen gemeinsamen Ganzen gelebt haben, und dass es unser Denken ist, das uns zu Einzelindividuen denkt und 'fragmentiert'.

Der Dialog wird als **generativer Dialog** in verschiedenen Bereichen angewandt und geübt: zum Beispiel in einer offenen Dialoggruppe wie der oben erwähnten. Der Dialog hat aber auch in der Schule, in der Verwaltung, in der Familie, in politischen, sozialen oder ökologischen Gruppierungen sehr gute Wirkungen auf die Art der Kommunikation und die Atmosphäre in der Gruppe.

Als **strategischer Dialog** wird der Dialog auch in wirtschaftlichen Organisationen eingesetzt. Dabei versucht das Unternehmen mit Hilfe des Dialogs strategische Ziele zu erreichen wie Effizienz, Innovation, Mitarbeiter- und Kundenzufriedenheit, Erfolg am Markt. In der Regel nehmen Organisationen für diesen strategischen Dialog die Hilfe externer Dialog-Begleiter in Anspruch. Das Ziel dieses strategischen Dialogs ist die **Lernende Organisation**.

Üben: Am Ausbildungsinstitut GFK in Zürich gibt es seit 1999 die Möglichkeit, den generativen Dialog zu üben. Die offene Dialog-Gruppe trifft sich alle 3 Wochen jeweils am Dienstagabend am GFK-Institut an der Konradstrasse 54 in Zürich. Die Gruppe ist offen für alle Interessierten, die Teilnahme ist kostenlos. Kontaktperson für die Gruppe ist Lisa Jud, Email: lisajud@bluewin.ch

Weiterbildung in Dialog-Begleitung nach David Bohm: Das Ausbildungsinstitut GFK in Zürich (<http://www.gfk-institut.ch>) bietet regelmässig eine Weiterbildung in Dialog-Begleitung an. Die Weiterbildung dauert 3 Semester und kann mit einem Diplom abgeschlossen werden. Die letzte Weiterbildung hat im Oktober 2014 abgeschlossen.

Der Termin für den Start des neuen Weiterbildungsgangs ist noch offen. Wenn Sie Interesse an dieser Weiterbildung haben, kontaktieren Sie bitte Heinz Meier, den Geschäftsführer des GFK-Instituts (gfk.kontakt@bluewin.ch). Ich bin seit 2001 Dozent in dieser Weiterbildung.

Sie haben die Möglichkeit, den Bohmschen Dialog kennenzulernen. Ich führe am Samstag, **27. Juni 2015** einen **Studientag "Grundlagen Bohmscher Dialog"** durch. Das Seminar findet im Rahmen der Studientage des Ausbildungsinstituts GFK in Zürich statt. Der Studientag vermittelt die Theorie des Bohmschen Dialogs, und Sie werden die Gelegenheit haben, eigene erste Erfahrungen mit dem Bohmschen Dialog zu machen. Sie können sich direkt im Institut GFK anmelden: Telefon 043 817 41 24 oder per Mail an: mail@gfk-institut.ch

Projekt Dialog am Schweizer Fernsehen

Ich plane ein Sendegefäss am Schweizer Fernsehen, das mit dem Bohmschen Dialog arbeitet. Nicht mehr dieser immer gleiche Schlagabtausch, wo es schon nach den ersten 5 Minuten eng wird und man schon am Anfang der Sendung weiss, wer was sagen wird, wo sich niemand zuhört und alle meinen, zu wissen, was Sache ist, wie die «Realität» ist und die «Wahrheit» als Besitz vor sich her tragen. Leider entsteht während der ganzen Sendung kein neuer Gedanke, keine neue Idee, nur entweder-oder, recht haben, besser sein, alles im Griff haben, sich durchsetzen, besser wissen, usw. Das langweilt.

Die Dialog-Sendung wird sich an den gesellschaftlichen Brennpunkten bewegen. Sie wird alle wichtigen politischen Themen aufnehmen und aufzeigen, dass es möglich ist, neue Ideen und Lösungen zu entwickeln, und sie wird zeigen, wie das gehen kann. Nämlich im miteinander reden statt gegeneinander argumentieren. Einander zuhören. Suspendieren: jeder hat immer nur seine Ideen, seine Bilder, die in seinem Kopf entstanden sind, ihre Gedanken, die sie sich eben gerade ausgedacht hat und 1 Sekunde später glaubt, es sei wahr, was sich im Hirn eben gebildet hat. Und jede Person vertritt ihre Interessen aus ihrer Sicht und Gewichtung der Dinge, so wie sie diese im Moment versteht.

Die Teilnehmenden in der Runde wissen um diese Dynamiken, sie wissen etwas über Konstruktivismus. Sie wissen, dass sie zurücklehnen können und dass neues Wissen entsteht, wenn viele Hirne sich verlinken und so ein gemeinsamer Denkprozess in Gang gesetzt wird, bei dem neue Bilder auftauchen, Einsichten, Aspekte des Ganzen, die vorher noch nicht da waren.

In der Runde werden Dialog-Erfahrene sitzen, neben Leuten, die zu den wichtigen Themen, die angegangen werden, etwas zu sagen haben. Dann wird gemeinsam nachgedacht und entwickelt.

Die Idee ist, dass in diesem Sendegefäss etwas entsteht, das gesellschaftliche Relevanz hat. Alle wichtigen Themen werden in diese Sendung getragen. Sie wird Schweiz weit beachtet und wahrgenommen. Niemand kommt an diesem Gefäss vorbei. Die Sendung wird eine wichtige Stelle einnehmen in der Entwicklung von nachhaltigen Lösungen, die in Zeiten des Populismus je länger je weniger entwickelt werden können. Und wichtige Themen haben wir genug.

Ich warte auf Links zum Schweizer Fernsehen, damit dieses Projekt angegangen werden kann.

Literatur:

Bohm, David, Der Dialog, Das offene Gespräch am Ende der Diskussion. Klett Cotta 1998

Hartkemeyer, Martina, Miteinander Denken: das Geheimnis des Dialogs. Klett Cotta 1999

Isaacs, William: Dialog als Kunst gemeinsam zu denken. Die neue Kommunikation in Organisationen. EHP Organisation 2002

Benesch, Michael, Psychologie des Dialogs. facultas wuv 2011