

495. Kächele H (2006) Editorial: Therapeutisches Schreiben. *Psychodynamische Psychotherapie* 3:121-125

Horst Kächele

Editorial: Therapeutisches Schreiben - alte und neue Medien?

Manchmal scheint es, als ob mit den „neuen Medien“ ein ganz neues kulturelles Phänomen in Erscheinung getreten sei, das uns als Psychotherapeuten irritiert und das wir nur zögerlich zur Kenntnis nehmen? Dabei könnte es hilfreich sein, sich durch einen Rückgriff auf ein „altes und ehrwürdiges Medium“ eine hilfreiche Orientierung zu verschaffen, die dann auch bei der Bewertung der sog. neuen Medien nützliche Anregungen liefern könnte.

Botschaften wurden schon ausgetauscht, als die Menschheit noch „auf den Bäumen hockte“. Übermittlung von Hinweisen erfolgt mit vielfältigen Materialien; doch erst mit der Entwicklung elaborierter Sprachsysteme konnte ein kommunikatives Phänomen entstehen, das wir heute als „Briefwechsel“ kennen. Vom lateinischen „brevis (libellus)“ stammend, handelt es sich um eine schriftliche, meist verschlossene Mitteilung an einen bestimmten Adressaten, die persönlich durch Boten überbracht oder seit Jahrhunderten durch organisierte Postsysteme befördert wurde. Neben dem eigentlich privaten Brief gab es immer schon den offiziellen Brief für Mitteilungen oder Anweisungen sowie den meist auf politische Wirkung berechneten „offenen Brief“. In jeder Form – privat oder als literarischer Brief fiktiv und zur Veröffentlichung bestimmt - stellen Briefe wichtige Zeitdokumente dar. Sie verdeutlichen den jeweiligen Stand der Medialität in einer Kultur.

Eine kommunikative Kultur durch Briefwechsel konnte geographische und oder soziale Entfernungen überbrücken (Beyrer & Täubrich 1996). Viele Zeugnisse belegen, dass auch im Medium des Schreibens „therapeutisch wirksame Kommunikation“ vermittelt werden konnte. Einige wenige Beispiele aus dieser Kulturgeschichte müssen hier genügen:

Als erstes einen Trost-Brief Michelangelo's an seinen Neffen vom 27. Juli 1560:

Lionardo

Ich habe vor wenigen Tagen einen Brief von Dir mit der Nachricht über den Tod Deiner Tochter Lessandra erhalten. Ich habe deshalb großen Schmerz verspürt. Aber ich hätte mich gewundert, wenn sie durchgekommen wäre, weil ja in unserer Familie niemals mehr als einer zur Zeit da war. Man muss Geduld haben und nur umso mehr für den Überlebenden sorgen. Sonst fällt mir nichts bei.....“ (Michelangelo 1957)

Luthers Briefe an seine weit verstreute Gemeinde seien „ein Hausbuch, das zum Verweilen einlädt, das Lust macht zum Lesen und Wiederlesen, das Orientierung bietet in der unerschöpflichen Vielfalt des Lebens“ und „ein Ausbund an lebensfreundlicher, seelsorgerlicher Theologie“ schreibt Ebeling (1997). Als therapeutisches Beispiel, aus dem wir manches lernen könnten, führe ich einen Trostbrief Luthers an Thomas Zink vom 22. April 1532 auf:

Gnad und Fried in Christo unserm Herrn zuvor!

Mein lieber Freund!

Ich glaube wohl, dass nunmehr vor Euch gekommen sei, wie Euer lieber Sohn Johannes Zink, der allhier bei uns zum Studium gehalten, mit schwerer Krankheit überfallen; und wiewohl fürwahr kein Mangel an Fleiß, Sorge und Arznei gespart ist, so ist doch die Krankheit zu mächtig geworden und hat ihn weggenommen und zu unserem Herrn Jesus Christus gebracht in den Himmel.

Denn er ist uns allen ein sehr lieber Bube gewesen, und sonderlich mir,.....aber Gott ist er noch lieber gewesen, der hat ihn wollen haben.

Nun wird (wie billig) solcher Fall und Geschehnis Euer und Eures Weibs Herz als der Eltern betrüben und bekümmern, was ich Euch nicht verdenke....doch vermahne ich Euch zuvor, dass Ihr wollet Gott vielmehr danken, der Euch ein solch fein, fromm Kind beschert.....
(Bornkamm, Ebeling 1983)

Trostbriefe zum Anlass von Todesfällen waren wohl gängige Praxis; in gleichem Maße sind Liebesbriefe schon immer eine Kategorie des emotional veranlassten Schreibens gewesen.

Als veröffentlichtes Musterbeispiel erinnere ich an Goethes Briefwechsel mit Frau von Stein, der - so K. Eisslers These in seiner umfangreichen Werk-Analyse - ein "verdeckt" therapeutischer Briefwechsel gewesen sei (Eissler 1983). Der Literaturwissenschaftler Koopmann (2002) kommentiert:

„Die Liebe zu Charlotte von Stein war wohl die einzige wirklich große Liebesbeziehung Goethes.....Fast 1800 Briefe hat Goethe an Charlotte gesandt. Selten sind Liebesbriefe in einer schöneren Sprache geschrieben worden, fast nie hat Goethe sich sonst in seinen Gefühlen so enthüllt“.

Allerdings stellt sich die Frage, die allem Briefeschreiben zugrunde liegt: Die Unsicherheit einer Antwort, die nicht nur durch physische Abwesenheit des Kommunikationspartners oder die geographische Ferne bestimmt ist, lässt jeden Brief zu einem monologischen Ereignis werden, dem erst durch die verspätete verzögerte Antwort eine dialogische Qualität zukommt. Im alltäglichen dialogischen Sprechen ist die Möglichkeit einer Antwortverweigerung erheblich schwieriger, da sich der Sprechende unmittelbar dazu äußern kann (Streeck 2004). Er kann insistieren, nachfragen, bestehen, dass eine Antwort erfolgt, und nicht selten geschieht dies dann auch unter Einsatz physischer Mittel. Briefe haben diese Möglichkeit sind. Sie sind in einem hohen Masse erwartungsunbeständig; sie werden geschrieben in der

Hoffnung auf eine Antwort, doch bleibt unsicher, ob sie kommt. Sie nehmen oft eine Antwort vorweg. Damit markieren sie einen oft vergeblichen Versuch, eine Trennung zu überbrücken.

In seiner abschließenden Würdigung betont Koopmann diesen Aspekt von Goethes Briefwechsel mit Frau von Stein. Die Briefe sollten

„mit etwas fertig werden, was tagtäglich neu eintrat: mit der Trennung. Sie sind immer wieder erneuerte Versuche, die Abwesenheit der Geliebten zu überspielen, sie durch den Brief ungeschehen zu machen.....Aber an wen schrieb er wirklich ? Ist es nicht doch,....., eine immer wieder nur erdachte Geliebte, die sich vor die wirkliche stellt, eine mit Worten herbei gezwungene, eine, die derart ständig präsent war? Sind diese Briefe an Charlotte von Stein nicht doch hin und wieder und dann fast ausschließlich monologische Schreibkunst, Briefe zwar die an eine andere geschrieben wurden, aber dazu dienen sollten, den Schreiber seiner selbst zu versichern“ (Koopmann 2002, S.270).

Dieser Aspekt des Briefeschreibens als Selbstversicherung dürfte dem Charakter vieler therapeutischer Mitteilungen nicht unähnlich sein. Wagen wir zur Rückversicherung einen Blick in die Fachliteratur der Epistolographie des 18. und 19. Jahrhunderts¹, um diesem Aspekt noch näher zu kommen. Wir lernen, dass in Europa das 18. Jahrhundert das Zeitalter des Briefes genannt wird; es entdeckt und kultiviert den privaten Briefwechsel als eine schriftliche Form des geselligen Betragens. Vellusig (2000) zeichnet die Geschichte dieser modernen Konversationskultur der Alphabetisierten nach und kennzeichnet den Brief als Medium von Intimität:

„Das 18. Jahrhundert entdeckt die poetischen Qualitäten der personalen Interaktion und es steigert sie in der Briefkultur. Der Brief....wird zum Medium der Geselligkeit..... Der private Briefwechsel entwickelt sich als eigenständige kommunikative Praxis in geltungsbewusster Abgrenzung von den rhetorischen Mustern und den konventionalisierten Schreibplänen des stylus curiae..“ (Vellusig 2000, S. 56)

So schreibt Rabener an J. A. Schlegel am 15.2.1753: „Ich schreibe heute an die halbe Welt, um gelesen und beantwortet zu werden“ (nach Vellusig 2000, S. 56). Ein solcher Text ist Teil des im 18. Jahrhundert gepflegten Freundschaftskult; dieser bedient sich nicht nur der Briefe, sondern er geht ganz wesentlich in Briefen vor sich, und zwar eben in Briefen, die nicht lediglich unmittelbare Seelendokumente sind, „sondern vielfach eine bestimmte und bewusste poetische Stilisierung und an Vorbildern geschulte literarische Formung zeigen“ (Rasch 1936, S. 61).

„Die Intimität des Briefwechsels verdankt sich also dem Briefeschreiben selbst: Gerade die immer wieder beklagte Abwesenheit des Freundes ermöglicht es, „die Sprache des Herzens

¹ Für fachlich Hinweis danke ich E. Grundmann (Ulm/Tübingen)

und der Vertraulichkeit“ zu kultivieren“ (Vellusig, S.61f).. Das programmatische Binnenzitat stammt von J.W.L. Gleim und S.G. Lange. {Der Brief} „soll als dezidiertes Gegenmodell des formalisierten Briefverkehrs allein die Gefühlsregungen des Schreibenden, seine intime Lebenswelt und sein Bedürfnis nach kommunikativer Nähe zur Sprache bringen“ (Vellusig, 2000, S. 64).

Was scheinbar als Widerspruch erscheint, „schriftliche Gespräche“ zu pflegen, wird schon im 18. Jahrhundert Kult, nicht erst im Zeitalter der Internet-Kontakt-Kultur. Schriftliche Gespräche sind grundsätzlich in einem Raum der Imagination angesiedelt. Die Einsamkeit des Schreibenden ermöglicht es ihm nicht nur, die Grenzen der Scham und der Rücksichtnahme zu überschreiten; sofern es nicht um bloße Informationsvermittlung geht, nötigt sie ihn schlechterdings dazu, sich selbst und den anderen zu sich in ein personales Verhältnis zu setzen. Diesen Hinweis vermutet man erst für die Kultur der E-mail-Schreibenden, doch der Rückblick belehrt, dass Schamgrenzen eben nicht an die Technik der Übermittlung, sondern an die soziale Situation des Schreibenden gebunden sind. In fast ironischer Überspitzung kann deshalb Goethe feststellen:

„Oft wird ein Freund, an den man schreibt, mehr der Anlass als der Gegenstand des Briefes“ (Hamburger Ausgabe Band 4, S.486)

Im 19. Jahrhundert gehörte das Briefe schreiben und empfangen jenseits aller objektiven Notwendigkeit des Informationsaustausches zum guten Ton des gesellschaftlichen Lebens. Unter dem Gebildeten bestand eine Art schriftlicher Gesprächskultur und es bestand ein Empfinden für die zeitlichen Merkmale solcher Dialoge: „gleich antworten ist beynah wie sprechen, ist am besten“ (R. Vernhagen an K. von Humboldt, 30.3.1881), (nach Vellusig 2000, S. 66).

Baasner (1999) arbeitet heraus, dass insbesondere bei den privaten Briefen die Erzählperspektive immer vom Schreibenden ihren Ausgang nimmt. Dialogische Elemente seien rar; es entstehe der Eindruck von Selbstdarstellungen, die die Auffassung des Schreibenden in den Vordergrund rücken. Dadurch erweckten viele der privaten Briefe im 19. Jahrhundert den Eindruck, in erster Linie Selbstversicherung zu bieten für den Verfasser. Briefeschreiben werde zur Rekapitulation des Erlebten, wobei die öffentlich gepflegte Auffassung vom Brief als dem wahren Träger von Information über die Privatsphäre, und damit über die ‚wahre Persönlichkeit‘, dieser Praxis Vorschub leiste.

An einem berührenden Beispiel belegt Baasner, dass vertraute Berichte an Freunde über die eigene Familie die Situation fast unmaskiert darstellen: *„Das Quantum der Vergänglichkeit in*

unser beider Leben steigt. Am Tage nach Frau Clara's Tode haben wir hier Constanzens Mutter in der Familiengruft beigesetzt“ (Th. Storm an Heyse, 8.12.1873), (nach Baasner 1999, S. 28). Der Literaturwissenschaftler zeigt, dass „vorgeformt durch Konventionen, inhaltlich geprägt durch Grenzen der Konversation und narrative Schau auf das eigene Leben“, Briefe ihre individuelle Ausdruckskraft vornehmlich über das System anwendbarer Rhetorik gewinnen:

„Im Stil ist die Individualität des Brieftextes angelegt, dieser repräsentiert zugleich die Schreiber-Persönlichkeit. Ein direkter Rückschluß vom Brieftext auf die Autoren hingegen ist unzulässig: die gängige Annahme von der ungefiltert ausgegossenen Subjektivität im Brief,...., ist zu undifferenziert“ (Baasner 1999, S.25).

Um die Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert wird der Brief mehr und mehr „Abdruck einer Stimmung“. Die Medienentwicklung reduziert den Brief zum nur noch psychologisch interessanten Phänomen. Briefe waren Krisensymptome und zugleich Selbststretungsversuche einer individualisierten Subjektivität:

„{Briefe} interessierten vor allem in ihrer Eigenschaft, innerpsychische Konflikte und Probleme zwischenmenschlicher bzw. zwischengeschlechtlicher Beziehungen zu thematisieren. Schreiben hieß damals (und wohl noch heute), einen Mangel haben“ (Ebrecht 1990, S. 244ff).

Für Kafka waren Briefe Vergewisserungen, dass er in seiner Einsamkeit psychisch und physisch noch existierte. So schrieb er am 30. März 1913 an Felice Bauer:

„Ich bin von dem Bedürfnis nach Nachrichten von Dir ganz durchsetzt. Zu den nebensächlichsten Lebensäußerungen bekomme ich nur durch Deine Briefe Fähigkeit. Um den kleinen Finger richtig zu rühren, brauche ich Deinen Brief“ (Kafka 1967, S.350).

Aber Briefe können „psychische Probleme allenfalls sistieren oder kurzfristig überbrücken helfen, nicht aber wirklich lösen“, kommentiert der Literaturwissenschaftler Ebrecht (1990, S.246), und befindet sich damit in Übereinstimmung mit dem Psychotherapeuten.

Neun Jahre später gegen Ende seines Briefwechsels mit Milena findet Kafka jedoch zu einer heftigen negativen Bewertung der Möglichkeit des Schreibens statt des unmittelbaren Sprechens. Er schrieb Ende März 1922 an Milena:

„Sie wissen ja, wie ich Briefe hasse. Alles Unglück meines Lebens kommt, wenn man so will, von Briefen oder von der Möglichkeit des Briefeschreibens her. Menschen haben mich kaum jemals betrogen, aber Briefe immer und zwar auch hier nicht fremde, sondern meine eigenen.....Die leichte Möglichkeit des Briefeschreibens muss – bloß theoretisch angesehen - eine schreckliche Zerrüttung der Seelen in die Welt gebracht haben. Es ist ja ein Verkehr mit Gespenstern und zwar nicht nur mit dem Gespenst des Adressaten, sondern auch mit dem eigenen Gespenst, das sich einem unter der Hand in dem Brief, den man schreibt, entwickelt oder gar in einer Folge von Briefen, wo ein Brief den anderen erhärtet und sich auf ihn als Zeugen berufen kann“ (Kafka 1967, S.198).

Angesichts der weltweiten Begeisterung über die neue mediale Schreibkultur sollten wir Kafkas emphatischen Ausruf der dieser zitierten Stelle unmittelbar nachfolgt, bedenken: „Wie kam man nur auf den Gedanken kommen, dass Menschen durch Briefe miteinander verkehren können“ (ibid, S. 199).

Wozu also schreibt der Mensch Briefe ?

Der Züricher Literaturwissenschaftler Peter von Matt hat auf den Umstand hingewiesen, „dass wir Briefe und Briefwechsel herausgegeben in außerordentlichen Mengen, aber gleichzeitig über den Brief selbst, seine Dynamik und seine inneren Gesetze kaum etwas wissen“ (Matt 1994, S. 313). Er betont, dass es bis heute keine gründliche Theorie des Briefs gebe. Daraus dürften wir auch folgern, dass wir bis heute keine gründliche Theorie der Schreibtätigkeit im Kontext der neuen Medien haben, auch wenn in der letzten Zeit zunehmend systematische Untersuchungen zu Form und Inhalt solcher kommunikativen Akte vorgelegt werden (Ott & Eichenberg 2000; Döring 2003; Hausdorf & Erlinger 2004).

Schreiben als Therapie

Trotz der - literaturwissenschaftlich betrachtet - dürftigen Befundlage zur Theorie des Briefeschreibens hält die Nutzung des Internet Einzug in nahezu alle Lebensbereiche – beruflich wie privat. Es wird gesurft, geschattet und vor allem geschrieben. Die schnelle elektronische Post (E-Mail) ist als Mittel der Kommunikation an die Seite des Telefons getreten oder hat die im Internetjargon als „snail mail“ verspottete Briefpost ersetzt. 80 % der Internetnutzer nutzen E-Mail. Es ist deshalb von Interesse, das Potenzial für die Entwicklung psychotherapeutischer Möglichkeiten zu explorieren, nicht ohne mit Kordy (2004) auch die Versprechungen als „Neue Mode – Neues Glück?“ kritisch zu reflektieren. Die Beiträge dieses Heftes sind nicht aus der Perspektive einer totalen zivilisatorisch ablehnenden Sichtweise verfasst, sondern haben den Charakter eines sanften Explorierens eines neuen Mediums, das die Erfahrungen aus Jahrhunderten von Briefkultur durchaus zur Kenntnis nehmen sollte.

Literatur

- Baasner R (1999). Briefkultur im 19. Jahrhundert. Kommunikation, Konvention, Postpraxis. In: Baasner, R (Hrsg) Briefkultur im 19. Jahrhundert. Tübingen: Niemeyer, S.1-36
 Beyrer K, Täubrich H-C (Hrsg) (1996) Der Brief eine Kulturgeschichte der schriftlichen Kommunikation, Heidelberg
 Bornkamm K, Ebeling G (Hrsg) (1983). Martin Luther. Ausgewählte Schriften. Bd 6: Briefe. Auswahl, Übersetzung und Erläuterungen von Johannes Schilling. 2. Aufl. Frankfurt a. M.

- Döring N (2003). Sozialpsychologie des Internet. Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen. Göttingen: Hogrefe
- Ebrecht A (1990). Brieftheoretische Perspektiven von 1850 bis in 20. Jahrhundert. In: A. Ebrecht, R. Nörtemann und H. Schwarz (Hrsg). Brieftheorie des 18. Jahrhunderts. Stuttgart: J B Metzlersche Verlagsbuchhandlung, S. 239-256
- Ebeling G (1997). Luthers Seelsorge an seinen Briefen dargestellt. Tübingen: Mohr Siebeck
- Eissler KR (1983). Goethe. Eine psychoanalytische Studie. Bd 1.1755-1786. Frankfurt: Verlag Roter Stern
- Hausdorf T, Erlinger R (2004). Psychotherapie und Internet. Psychotherapeut 49: 129 - 138
- Kafka F (1966) Briefe an Milena. Frankfurt: Fischer Bücherei,
- Kafka F (1967) Briefe an Felice. Frankfurt: Fischer,
- Koopmann H (2002). Goethe und Frau von Stein. Geschichte einer Liebe. München: Beck.
- Kordy H (2004). Das Internet in der psychosozialen Versorgung: Neue Mode – Neues Glück? Psychother Psych Med 54: 43 - 44
- Matt P von (1994). Wer hat Robert Walsers Briefe geschrieben in: P von Matt Das Schicksal der Phantasie. Studien zur deutschen Literatur. München: Hanser, S.
- Michelangelo (Buonarroti) (1957) Briefe, Gedichte, Gespräche. Ausgewählt, eingeleitet und übersetzt von Heinrich Koch. Frankfurt a.M.: Fischer Bücherei, S. 126
- Ott R, Eichenberg C (Hrsg) (2000) Klinische Psychologie und Internet. Potenziale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung. Göttingen: Hogrefe,
- Streeck U (2004) Auf den ersten Blick - Psychoanalyse und conversational analysis. Stuttgart: Klett-Cotta,
- Vellusig R (2000) Schriftliche Gespräche. Briefkultur im 18. Jahrhundert. Wien: Böhlau