

## Konstruktivismus

***Was wir sehen, ist nicht was wir sehen, sondern was wir sind.***

*Fernando Pessoa (1888–1935)  
Portugiesischer Dichter*

Paul Watzlavick und andere namhafte Konstruktivisten wie Ernst von Glaserfeld und Heinz von Förster gehen davon aus, dass jede Person ihre eigene Interpretation ihrer Umgebung in sich selber konstruiert. Oder wie es Heinz von Förster formuliert: „Die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, ist unsere Erfindung.“ (Watzlavick 2007: 40).

Aktuelle Reize unserer Umgebung werden durch unsere Sinne an das Gehirn weitergeleitet. In unserem Gehirn werden diese Reize unter der Nutzung von früheren Lernerfahrungen mit Bedeutung versehen. So werden die neuen „Inputs“ mit einem biographisch geprägten Ordnungs- und Bedeutungsraaster einsortiert, und dieser Raster bestimmt unseren ureigenen Blick auf die „Wirklichkeit“ (vgl. Bamberger 2005: 12). Wir geben allen Sinneswahrnehmungen einen emotionalen Inhalt. Dieser wird durch unsere Vergangenheit und unser momentanes Befinden geprägt. Wir haben alle unsere eigene Wahrnehmung und demzufolge auch unsere eigene Wahrheit. Denn grundsätzlich kann davon ausgegangen werden, dass das, was wir wahrnehmen, auch als Wahrheit gelten soll. Jeder Mensch konstruiert sich auf Grund seiner Erfahrungen in der Interaktion mit der Umwelt seine Wirklichkeit. Darüber hinaus beeinflussen diese Wirklichkeitskonstruktionen wiederum das, was diese Person wahrnimmt, wie sie dies bewertet, welche Verhaltenspläne sie daraus entwickelt und demzufolge, wie sie sich auch verhält. Dies bildet einen Rückkoppelungskreislauf, der sich selber verstärkt. Dieser Kreislauf funktioniert so, dass er für das Wohlbefinden und der existentiellen Sicherung im Zusammenleben mit anderen von Nutzen ist. Da auf der Erde rund sechs Milliarden Menschen leben, ergeben sich daraus ebenso viele Wirklichkeiten, welche je nach Situation ein mehr oder weniger grosses Konfliktpotential enthalten (vgl. Bamberger 2005: 13 f).

Konflikte respektive Probleme stellen sich immer in einem gewissen Kontext. Ein Kind, welches in der Klasse gerne den Clown spielt, Witze macht und dabei die Klasse stört, kann als Schauspieler in einem Kindertheater genau von diesem Verhalten profitieren. Anders ausgedrückt stellt sich ein Problem dann, wenn zwei Wirklichkeiten aufeinander treffen. Ausgehend von diesem Gedanken kann man die Aussage machen, dass wenn alle Menschen ihre eigene Wahrheit haben, sie demzufolge auch ihre eigenen Probleme haben, respektive konstruieren. Wenn man diesen Gedanken nun noch zu Ende spinnt, dann kann folgende Aussage gemacht werden: Wenn sich jeder Mensch seine ureigenen Probleme konstruiert, so kann auch nur dieser zur Lösung dieser Probleme etwas beitragen.