Pierre Burri

Das «Gesetz der Serie»: Mythos oder Realität?

Zum Einstieg

Mythen und sprichwörtliche Redensarten sind Diskursverfahren, die ähnlich funktionieren wie unsere automatischen Gedanken oder vorgefassten Meinungen. Wiederkehrende Ereignisse werden nicht selten als Fatalität wahrgenommen, zuweilen aber grenzen sie an ein durchaus reales statistisches Phänomen.

Hier wird ein Fall von Angststörungen diskutiert, um die symbolischen Mechanismen des Sprichworts «Ein Unglück kommt selten allein» vor Augen zu führen.

«Jetzt habe ich diese Woche schon zum dritten Mal ein Glas zerschlagen.» Hier haben wir das «Gesetz der Serie». Und nicht selten folgt dann: «Völlig normal, ein Unglück kommt selten allein!» Das ist beruhigend, es sei denn, man überlege weiter: «Das kann auch nur mir passieren.» Auf uns wirkt dieses Gesetz der Serie, das im Sprichwort – wenn auch mit einer Einschränkung – zum Ausdruck kommt, häufig als mysteriös, kaum erklärbar oder gar seltsam, da es willkürlich und rein zufällig ist.

Es lohnt sich, das Sprichwort zu analysieren. Zum einen ist es, wie wir nachweisen werden, beinahe so etwas wie ein statistisches Gesetz, zum anderen aber entspringt es einer Form symbolischen Denkens, dessen Wert nicht gleich null ist.

Der Fall von Frau A. S., 1978

Frau A. S. klagt, seit dem Tod ihrer Mutter vor einem Jahr leide sie an Präkardialgien. Ein in den Arm ausstrahlendes Schweregefühl in der linken Schulter lässt sich mit Übungen lindern. Aus der Anamnese geht hervor, dass ihre Mutter an einem Multiplen Myelom verstorben ist und die Grossmuter an Leukämie, dass zwei Onkel an Prostatakrebs erkrankt sind und bei ihrer 28-jährigen Cousine vor kurzem ein Brustkrebs diagnostiziert worden ist. Die Patientin erwähnt die Reihe von Krebserkrankungen in ihrer Familie als ein Zeichen, dass auch sie vom Unausweichlichen nicht verschont bleiben wird. Als A. S. sich auf die Bitte ihrer Patin hin um ihre Cousine kümmern will, macht sich in der rechten Gesichtshälfte ein Gefühl von Parästhesie bemerkbar und die Schulterbeschwerden treten wieder auf. Das alles verhindert schliesslich, dass sie sich ihrer Cousine annimmt. Die klinischen und paraklinischen Befunde sind normal. Diagnostiziert wird eine phobische Angststörung mit einer durch Hyperpnoe ausgelösten Parästhesie. Mit einigen Sitzungen kognitiver Verhaltenstherapie und Atementspannungsübungen verschwinden die Symptome ohne weitere Medikation. Die Erklärung, ihre Wahrnehmungsverzerrung habe zu einer Kanzerophobie geführt, nimmt die Patientin erleichtert zur Kenntnis. Ihr wird plausibel gemacht, dass die Krebserkrankungen ihrer Angehörigen miteinander nichts zu tun haben und die Prognosen ganz unterschiedlich sind. Die Patientin hatte diese Erkrankungen unter dem Sammelbegriff «Krebs» zusammengefasst, sich mit sämtlichen Angehörigen identifiziert und so unbewusst eine selektive Abstraktion und eine Personalisierung der Ereignisse vollzogen. Die als Folge der Angst aufgetretene Somatisierung konnte entdramatisiert werden. Die aus der Wahrnehmungsverzerrung entstandene Angst hatte eine Hyperpnoe und schliesslich eine faziale Parästhesie ausgelöst. Mit der Reproduktion der Symptome durch willentliche Hyperpnoe gelang die Unterscheidung zwischen somatischem Phänomen und kognitiver Störung.

Eine weitere Befürchtung von A. S. konnte zerstreut werden. A. S. hatte eine vorgefasste Meinung verallgemeinert, nämlich dass sie als Folge der scheinbaren Serie diagnostizierter Krebserkrankungen ebenfalls unausweichlich das gleiche Schicksal erleiden würde. Sie konnte davon überzeugt werden, diese Meinung sei willkürlich, obwohl das Sprichwort: «Ein Unglück kommt selten allein» oder das Gesetz der Serie auf diese Unausweichlichkeit hindeutet. Hier ist das Gesetz der Serie negativ besetzt, doch kann es sich auch auf eine eher beruhigende Situation beziehen, wie sich herausstellen wird.

Wie bereits erwähnt, sind es eher die im Laufe des Lebens sich ereignenden Unglücke, die im Gedächtnis haften bleiben, und zwar aus emotionalen Gründen. Hingegen löst – vermutlich insbesondere bei Optimisten – eine Serie von Glücksfällen kaum Ängste aus und wird deshalb weniger häufig thematisiert. In diesem Zusammenhang sei an die Semiotik erinnert. Auf dieser Ebene und in der Folge der Analysen von Roland Barthes, Algirdas J. Greimas und Eric Landowski und anderen besteht die Diskursstruktur, die zu einem Aphorismus oder einem Sprichwort führt, aus Konträren, von den Semiotikern als semiotisches Viereck bezeichnet [1]. Das Viereck macht einsichtig, wie sich hinter einer Redewendung eine andere verbergen kann, und zwar dank des im Diskurs enthaltenen Spiels konträrer Gedanken. Ähnliche Prozesse finden sich auch im Diskurs der Mythen [2].

Im Gedächtnis haften bleiben eher die sich ereignenden Unglücke, eine Serie von Glücksfällen löst kaum Ängste aus.

Im Sprichwort «Ein Unglück kommt selten allein» etwa signalisiert der Diskurs eine Serie von identischen, sich wiederholenden Ereignissen. Es gibt aber auch den gegenläufigen Diskurs, der nicht repetitive und nicht identische Ereignisse zum Ausdruck bringt. Das Sprichwort «Kein Tag ist wie der andere» etwa drückt einen anderen Aspekt einer Serie von Ereignissen unter einem anderen, dem eben zitierten Sprichwort geradezu entgegengesetzten Blickwinkel aus.

Mit dieser Transformation sprichwörtlicher Diskurselemente lassen sich die Dinge je nach Situation erklären, nicht in einem deduktiven logischen Prozess, sondern durch den analogen und induktiven Vergleich, das heisst ein Überlegen, das prälogisch genannt wird und je nach Bedarf für jedermann auf jede Situation anwendbar ist. Hier zeigt sich der Erkenntniswert von sprichwörtlichen Redensarten, die in ihrem Diskurs eine verborgene oder unterschwellige Aussage enthalten und mithin einen allgemeinen Wahrheitsgehalt beanspruchen können. So besagt etwa das Sprichwort «Ein Unglück kommt selten allein», dass ein unseliges Ereignis sich wiederholen kann, während sein Gegenstück «Aller guten Dinge sind drei» daran erinnert, dass sich ein positives Ereignis mindestens dreimal wiederholen wird.[1]

[1] Anders der Philosoph Heraklit in einem seiner berühmten Sprüche: «In dieselben Flüsse steigen wir und steigen wir nicht ...» (Fragment 49a, Die Fragmente der Vorsokratiker I, Griechisch und Deutsch, von H. Diels, 8. Aufl., Berlin 1956, S. 161). Festzustellen ist hier die Gegenüberstellung von einer repetitiven diskreten Folge und einem nicht repetitiven System ohne Folge (ein ständig sich wandelndes, nicht aber sich wiederholendes System).

Der prälogischen Erklärung eines unbegriffenen Phänomens kommen beruhigende Eigenschaften zu in einer ungewissen Welt voller Widersprüche. Unsere Patientin hat dies mit Erleichterung zur Kenntnis genommen.
Auf persönlicher Ebene, wie im Fall unserer Patientin, erinnert man sich eher an unangenehme Ereignisse, die starke negative Emotionen auslösten und die schliesslich als sekundäre Emotionen oder Empfindungen interpretiert und gewissermassen fixiert werden; diese sind eine Art Minisynthesen der in unserem linken präfrontalen Hirnlappen verankerten vergangenen Ereignisse [3]. Solche Emotionen werden inskünftig als Leitschnur für jedes Folgeereignis dienen, das mit dem diese Emotionen auslösenden Ereignis scheinbar identisch ist. Die Kognitivisten erklären, wie bestimmte Ereignisse, indem sie starke Emotionen erzeugen, in unserem Gehirn «automatische Gedanken» auslösen. Diese kognitiven Automatismen schaffen – ähnlich wie gewisse abhängigmachende Drogen Zwangshandlungen stimulieren – Denkspuren und sind nur schwer auszulöschen, da sie beim geringsten Wiederauftauchen ähnlicher Ereignisse erneut aufbrechen.
Wachgehalten werden automatische Gedanken oder Empfindungen durch Denkmechanismen wie selektive Abstraktion und Verallgemeinerung – die Person fixiert sich auf ein Unglück und weist jede andere Interpretation von sich. Ein anderer Mechanismus ist Personalisierung – hier tendieren wir dazu, die Verbindung zwischen gewissen Ereignissen und uns selbst überzubewerten («Das passiert auch nur mir») [4].
So tendieren denn diese kognitiven Mechanismen dazu, sich als ein Verhängnis aufzuzwingen, das uns den Eindruck vermittelt, wir seien ohnmächtige Opfer – dies mindestens solange keine bewusste Analyse des Phänomens stattgefunden hat. Diese Wahrnehmungsverzerrung, durch die unser Denken oder unsere Vorstellung sich eines mentalen Prozesses bedient, um auf prälogische Art und Weise [5] ein Ereignis ohne logische Analyse der Situation zu erklären, hält uns im Eindruck gefangen, eine gegebene Situation sei unabänderlich. Gravierender noch, dieser Prozess weckt Emotionen, die wiederum die ursprüngliche Überzeugung stärken und so einen Teufelskreis erzeugen.
Dieser mentale Prozess ist demjenigen der Sprichwörter und Mythen auf gesellschaftlicher Ebene vergleichbar [6].
Es geht letztlich darum, zu unterscheiden zwischen einer aus einer persönlichen Wahrnehmungsverzerrung entstandenen Symbolik und einer symbolischen Repräsentation von allgemeinerer gesellschaftlicher Tragweite jenseits unseres individuellen Denkens.

[2] Man spricht von der statistischen Verteilung von Fisch im Rahmen von diskreten Ereignissen, die sich zufällig unter konstant zufälligen Bedingungen innerhalb einer bestimmten Periode ereignen. Es handelt sich um eine Darstellung von Ereignissen mit geringer Probabilität.

Viele fühlen sich in der Tat als Opfer der vorgefassten Meinungen anderer oder der Gesellschaft insgesamt; so beispielsweise beim Mobbing beziehungsweise bei Sündenbock-Phänomenen [7] wie Pogromen gegen die Juden im Zarenreich; andere wiederum ignorieren vielleicht, dass sie selbst Opfer ihrer eigenen Vorstellungen sein können.

Serien von Ereignissen – eine Realität?

Diese Realität ist statistischer Natur und wird durch das Gesetz der Serie definiert [8]. Offenkundig können Ereignisse innerhalb kurzer Zeit nahe aufeinander folgen. So kann es vorkommen, dass bei einem Allgemeinpraktiker während eines nächtlichen Notdienstes mehrere Telefonanrufe eingehen, in einer anderen Nacht hingegen kein einziger. Ein erfahrener Angler kann nach stundenlangem Fischen unverrichteter Dinge nach Hause zurückkehren, während sein ungeübter Kollege am selben Tag sofort drei Fische angelt. Eine Folge zufälliger Ereignisse innerhalb kurzer Zeit ist eine statistische Realität, anschaulich gemacht am Beispiel Fisch.[2]
Wenn Patientinnen und Patienten klagen, sie seien häufig die Opfer einer Folge von Ereignissen, können wir ihnen mithin erklären, nicht zu Unrecht würden sie sich auf die Fatalität berufen, doch das gelte nur begrenzt, müssen wir doch, wie dargelegt, zwischen Realität und Subjektivität unterscheiden. Sprichwörter können also ein Instrument zur Erklärung dieser Schnittstelle sein.
Und abschliessend: «Ein Unglück kommt selten allein» ist mithin Mythos und Realität zugleich.
Es lohnt sich, die mentalen Prozesse zu kennen, die beim Individuum wie in der Gesellschaft am Werk sind, um zu verhindern, dass wir sklavisch an vorgefassten Meinungen festhalten, deren Symbolik es allerdings gestattet, das Unbegriffene zu begreifen.

Literatur

1 Landowski E. La société réfléchie. Ed. Seuil; 1989.
2 Lévi-Strauss C. Die eifersüchtige Töpferin (1985). Greno; 1987.
3 Damasio AR. Descartes' Irrtum: Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn. Ullstein-Taschebuch-Verlag; 2004.
4 André C. Les thérapies cognitives. Ed. Bernet-Danilo; 2005.
5 Piaget J. Nachahmung, Spiel und Traum: die Entwicklung der Symbolfunktion beim Kinde (1945). Klett; 1969.
6 Burri P. Analyse structurale des sentiments. Ars Medici. 1999;4:266–70.
7 Girard R. Der Sündenbock (1982). Benziger; 1988.
8 Murphy EA. Biostatistics in Medicine. Ed. John Hopkins University Press; 1982.

Korrespondenz:
Dr. med. Pierre Burri
Fähigkeitsausweis SAPPM
Médecine Psychosomatique et Psychosociale
Rue de Lausanne 10
1950 Sion