„Schismogenese ist das Koks der Kommunikation: Erst macht es wach, dann abhängig, am Ende zerstört es jede Beziehung. Wir überbieten uns, bis wir einander verlieren“

Foto: Die Schule des Sprechens GmbH

Schismogenese:

Zwei Stimmen, ein Echo, kein Ausweg

Von **Dr. Tatjana Lackner**
Kommunikations- & Verhaltens-Profilerin

Dieses Wort klingt wie eine neue Indie-Band, ist aber nichts anderes als ein elegantes Fremdwort für eine hässliche Realität: zwei Seiten, die einander gegenseitig so lange überbieten, bis sie nur noch im Krieg existieren. Streit wird nicht gelöst, sondern zur Droge, und jede Reaktion provoziert die nächste, wie ein DJ, der immer schneller auflegt, bis niemand mehr tanzen kann. Das Ergebnis ist nicht Wahrheit, sondern Trennung, und sie beginnt meist mit einer Kleinigkeit, einer Geste oder einem Satz.

Gregory Bateson, dieser Anthropologe mit der Brille eines Archäologen, hat uns das erste Mal gezeigt, dass Kommunikation nicht nur Worte sind, sondern kleine Sprengsätze. Er nannte es Schismogenese, das subtile Aufeinanderprallen von Verhalten, das sich wie ein Echo immer weiter verstärkt, bis die Beziehung knackt. Symmetrisch, wenn wir uns messen wie zwei Boxer, komplementär, wenn einer dominiert und der andere sich unterwirft. Immer geht es um Macht oder Resonanz, nie um Logik.

Gregory Bateson, Chronist der menschlichen Eitelkeit, definierte die symmetrische Schismogenese. Ein klassisches Beispiel: Männer am Tresen, die ihre Anglergeschichten aufrüsten – jeder Fisch wird länger, jeder Fang spektakulärer. Oder die große Bühne des Kalten Krieges: NATO und Warschauer Pakt, die einander gegenseitig mit Atomraketen überbieten. Prinzip: Wer A sagt, zwingt den anderen zu einem noch größeren B. Ein endloses Prinzip des Aufschaukelns. Symmetrische Schismogenese gibt es natürlich auch im Business-Dschungel. Zwei Manager arbeiten im selben Unternehmen, beide süchtig nach Status. Der eine präsentiert eine Idee, die er selbst als brillant verkauft, der andere antwortet mit noch mehr Buzzwords, noch mehr Folien, noch mehr Überstunden. Ein endloses Wettrüsten aus Egos, das nicht Innovation produziert, sondern Burnout. Schismogenese ist jedoch keine neue Managerkrankheit, sie findet auch in einfachen Besprechungen statt. Zwei Kollegen in einem Meeting: Der eine spricht länger, also redet der andere noch länger. PowerPoint-Folien werden zu Schwertern, Zahlen zu Kugeln. Jeder Satz ist eine Eskalation.

Lösung: Statt Wortschlacht besser Moderation mit Zeitlimit. Gleiche Redeanteile, gleiche Aufmerksamkeit. Wenn beide merken, dass man nicht lauter, sondern präziser punkten muss, stirbt die Spirale.

Bateson definierte auch die komplementäre Schismogenese. Diese zweite Variante klingt subtiler, ist aber genauso zerstörerisch. Ein Paar am Frühstückstisch: Sie organisiert alles, er zieht sich zurück. Je mehr sie drängt, desto passiver wird er; je passiver er wird, desto energischer wird sie. Am Ende isst niemand mehr die Croissants, aber beide kauen an ihrer Rollenfalle.

Lösung: Grenzen setzen, Erwartungen klar formulieren. Ein Nein ist kein Verlust, sondern die einzige Möglichkeit, die Balance zu retten. Wenn beide Seiten wieder ihre Rollen bewusst gestalten, wird die Beziehung produktiv statt zerstörerisch.

Welche Art ist häufiger? In unserem Alltag, in unseren Chats, Meetings, bei Familienessen, schleicht sich mehr komplementäre Schismogenese ein, weil wir oft in Rollen agieren: Chef/Mitarbeiter, Eltern/Kind, Kunde/Verkäufer. Wir reagieren, passen uns an, unterwerfen uns still, dominieren heimlich. Schismogenese zieht sich durch unserer Beziehungen. Hier noch ein Beispiel aus dem Freundeskreis: WhatsApp als Schützengraben: Zwei Freunde diskutieren Politik in der Gruppe. Jeder Post ein Schuss, jedes Meme ein Panzer. Die Gruppe spaltet sich: Team A gegen Team B. Bald gibt es keine Party mehr, sondern nur noch digitale Fronten.

Lösung: Nicht weiter ballern. Das Narrativ wechseln: gemeinsame Erinnerungen statt Streit-Themen. Weißt du noch, als wir betrunken im Regen getanzt haben? Nostalgie wirkt wie ein Waffenstillstand.

In den wenig sozialen Medien werden Algorithmen zu Drogenhändlern, auf die unser Körper mit Botenstoffen und Hormonen reagiert. Adrenalin ist das klassische Kampf-oder-Flucht-Hormon. Es lässt den Herzschlag steigen und pusht unseren Blutdruck in die Höhe. Bei Dopamin ist überraschend, dass auch Wut belohnend wirkt, weil sie Handlung und Entladung verspricht. Deshalb kann Streiten schier süchtig machen. Bei Testosteron wissen wir, dass es Aggression verstärkt und Eskalationen anheizt.

Die ehemalige Plattform Twitter beispielsweise wollte mit X für Kommunikation stehen und ist in Wahrheit das kollektive Stadium der Schismogenese. Jeder Tweet provoziert den Gegenschlag. Canceln gegen Canceln, Meinung gegen Meinung, alle wollen recht haben, wie Junkies, die nicht merken, dass sie längst sabbern.

Als Rhetorikerin bin ich davon überzeugt, dass Schismogenese eines der größten Probleme unserer Welt ist, weil sie alles andere blockiert. Wir könnten Armut bekämpfen, das Klima retten, Frieden schließen. Aber wir stecken fest im Eskalationsballett: Jeder Satz ist eine Rakete, jede Geste ein Gegenschlag. Lösungen? Fehlanzeige.

Fazit: Schismogenese ist das Perpetuum mobile der menschlichen Eitelkeit. Wir drehen uns hoch, bis wir uns selbst nicht mehr ertragen. Der Ausweg ist simpel: Tempo herausnehmen, Spiegel zerschlagen, Geschichten neu erzählen. Wer die Spirale erkennt, kann sie stoppen, und manchmal reicht dazu ein einziger Satz, gesprochen nicht wie eine Bombe, sondern wie eine Einladung.