

Arthur Schnitzler und das innere Sprechen



Nach der Publikation von «Leutnant Gustl» im Jahr 1900 wurde Arthur Schnitzler wegen «Lächerlichmachung der k.u.k. Armee» am 14. Juni 1901 der Offiziersrang als Oberarzt der Reserve aberkannt. (Bild: Fritz Abshoff: Bildende Geister. Band 1. Vestergaard, Berlin 1905, S. 59., Bearbeitung: mz)

Vermutlich ist das wichtigste Gespräch, das Sie heute geführt haben, das Gespräch mit Ihnen selbst. Gemeint ist damit kein brabbelndes Selbstgespräch, sondern das, was der russische Psychologe Lev Semjonowitsch Vygotski «inneres Sprechen» genannt hat. Das sind keine elaborierten Dialoge, sondern ein bruchstückhaftes Versprachlichen von Gedanken und Handlungen. Dem Gehirn kommt es dabei nicht auf die Grammatik an, sondern nur auf den Sinn, den emotionalen und inhaltlichen Gehalt der Wörter. Für unser Denken und Verhalten ist das ein fundamental wichtiges kognitives Werkzeug. Das innere Sprechen unterstützt das Gehirn bei seiner Arbeit. Es strukturiert Inhalte im Arbeitsgedächtnis, erleichtert uns den Wechsel zwischen verschiedenen Rollen und Aufgaben und hilft dabei, impulsive Reaktionen zu hemmen. Besonders wichtig ist es für das Schreiben: In der Ideenfindungsphase durchsuchen wir beim inneren Sprechen unser Gedächtnis und formen

Konzepte. Genau da grätscht heute die KI auf eine Art und Weise in den Prozess, die einem Gennaro Gattuso zur Ehre gereichen würde: Mit ihren Textvorschlägen unterbricht die KI den internen Ideenfindungsprozess und mischt sich rustikal ins innere Gespräch ein. Statt dass wir uns selbst befragen und herausfinden, was wir darüber denken, geht es immer häufiger nur noch um die Frage «Stimme ich dem Vorschlag der KI zu?» Der Autor wird vom Kreator zum blossen Evaluator. Ich habe Ihnen deshalb ein Denkwerkzeug gebaut, das Ihnen hilft, dem inneren Sprechen beim Schreiben auf die Spur zu kommen und forschungsbasierte Tipps für den guten Einsatz der KI beim Schreiben zusammengestellt.

Ich will mich auf die Bank setzen... Ah! – Wie weit bin ich denn da? – So eine Dunkelheit! Das da hinter mir, das muß das zweite Kaffeehaus sein.. bin ich im vorigen Sommer auch einmal gewesen, wie unsere Kapelle konzertiert hat...

mit'm Kopetzky und mit'm Rüttner – noch ein paar waren dabei.. – Ich bin aber müd'... nein, ich bin müd', als wenn ich einen Marsch von zehn Stunden gemacht hätt'... Ja, das wär' sowas, da einschlafen. – Ha! Ein obdachloser Leutnant.. Ja, ich sollt' doch eigentlich nach Haus... was tu' ich denn zu Haus? Aber was tu' ich denn im Prater? – Ah, mir wär' am liebsten, ich müßt' gar nicht aufsteh'n – da einschlafen und nimmer aufwachen... Ja, das wär' halt bequem! – Nein, so bequem wird's Ihnen nicht gemacht, Herr Leutnant.. Aber wie und wann? – Jetzt könnt' ich mir doch endlich einmal die Geschichte ordentlich überlegen... überlegt muß ja all es werden... so ist es schon einmal im Leben... Also überlegen wir... Was denn?... – Nein, ist die Luft gut... man sollt' öfters bei der Nacht in' Prater geh'n...

Vielleicht haben Sie die Textstelle erkannt: So sprunghaft denkt Leutnant Gustl in der gleichnamigen Erzählung von Arthur Schnitzler. Der depperte Leutnant sitzt im Prater und wartet darauf, dass es sieben Uhr wird, weil er sich dann umbringen will. Am Abend vorher ist Gustl im Gedränge nach dem Besuch der Oper mit Bäckermeister Habetswallner aneinander geraten. Als Gustl den Mann herablassend anfährt, packt der Bäcker den Säbel des Leutnants und droht, ihn zu zerbrechen, falls Gustl einen Mucks macht. Zudem nennt er ihn ein «dummer Bub».

Das ist eine schlimme Sache: Leutnant Gustl hat sich als Offizier körperlich und verbal demütigen lassen. Damit gilt seine Ehre als befleckt. Und das ist ein Problem, denn nach dem Ehrenkodex des Militärs Ende des 19. Jahrhunderts ist ein Bäcker nicht «satisfaktionsfähig». Gustl kann also seine Ehre nicht wiederherstellen, indem er sich mit dem Bäcker duelliert. Was nun? Nach besagtem Militärkodex gibt es für Gustl nur einen Ausweg, um der unehrenhaften Entlassung aus der Armee zu entgehen: Selbstmord. Er beschliesst deshalb, sich am nächsten Morgen um Punkt sieben Uhr zu erschiessen. Jetzt sitzt er im Prater mit einem Durcheinander im Kopf und wartet, bis die Zeit vergeht.

Ein innerer, sozialer Dialog

Dabei führt er ein inneres Gespräch: Die ganze Erzählung von Arthur Schnitzler besteht nur aus diesem inneren Monolog. Obwohl dabei Gustl immer mit sich selbst spricht, spricht nicht immer nur Gustl. Sein Kopf ist von fremden Stimmen durchdrungen: der Ehrenkodex des Regiments, was der Oberst denken würde, der Kopetzky, die Steffi, die anderen und, Gott behüte, die Mama. Gustl streitet sich nicht etwa mit diesen Stimmen, er denkt mit ihnen, also in diesen Stimmen. Der innere Monolog des Leutnant Gustl ist keine Privatunterhaltung, sondern ein soziales Gespräch.

Arthur Schnitzler hat seine Erzählung im Jahr 1900 veröffentlicht. Es ist der erste innere Monolog der deutschen Literatur. Schnitzler hat damit intuitiv und künstlerisch jenes innere Sprechen abgebildet, das der russische Psychologe Lev Semjonowitsch Wygotski später neuropsychologisch und linguistisch beweisen und theoretisch begründen würde. Wygotski untersuchte als Psychologe genau das, was Schnitzler als Autor literarisch erfand: das Phänomen des inneren Monologs.

Das innere Sprechen im Kopf

In seinem Werk «Denken und Sprechen» (1934) analysierte Wygotski, wie sich dieses «innere Sprechen» in unserem Kopf vom lauten Sprechen unterscheidet. Er stellte fest, dass inneres Sprechen fragmentarisch und abgekürzt ist. Oft fehlt das Subjekt in den Sätzen, weil man ja weiss, worum es geht. Das klingt also genau wie bei Gustl. Das innere Sprechen ist zudem voller Assoziationen, es ist sprunghaft. Wygotski bezeichnet es als Verdichtung von Sinn.

In seinem Buch argumentiert Wygotski, dass Denken und Sprache eng miteinander verwoben sind. Er sagt, die kleinste Einheit dieses verbalen Denkens sei die Wortbedeutung, ein Amalgam aus Sprache und Denken. Wortbedeutungen seien nicht statisch, sondern entwickelten sich: Sie verändern sich im Laufe der Kindheit und der Kulturgeschichte. Dabei verändert sich nicht nur der Inhalt eines

**Unterstützen Sie
unabhängiges Denken**

Mit einem einmaligen oder monatlichen Beitrag.



Wortes, sondern auch die Art und Weise, wie die Realität im Wort verallgemeinert wird.

Die Gedanken formen sich durch Worte

Vygotski unterscheidet also zwei grundsätzlich verschiedene Ebenen der Sprache: die äussere, phonetische Seite der Sprache, das äussere Sprechen, das hörbar ist, und die innere, semantische Seite der Sprache, die den Sinn ausmacht. Beide Seiten der Sprache hängen eng zusammen, sind aber nicht deckungsgleich. Vygotski sagt, dass wir beim Sprechen oder Schreiben nicht einfach einen Gedanken in Worte kleiden, sondern den Gedanken erst durch das Wort formen.

Eine wesentliche Rolle spielt dabei das innere Sprechen. Das ist nicht einfach «Sprechen ohne Ton», sondern eine völlig eigenständige psychische Funktion mit einer besonderen Syntax und Semantik. In der inneren Sprache dominiert der Sinn. Ein einziges Wort kann mit so viel persönlichem Sinn aufgeladen sein, dass es ein ganzes Buch oder eine komplexe Gefühlswelt verkörpert.

Vygotski beschreibt das verbale Denken, dieses innere Sprechen, als einen Prozess in fünf Schritten:

- 1) **Das affektive Motiv:** Am Anfang steht nicht das Wort oder ein Gedanke, sondern ein Bedürfnis, ein Wunsch, ein Interesse oder eine Emotion. Das Motiv ist das «Warum» hinter dem Denken.
- 2) **Der Gedanke:** Daraus entsteht ein Gedanke als noch ungeformte, «simultane Gesamtheit», wie Vygotski es beschreibt. Ich würde das als gedankliche Wolke bezeichnen.
- 3) **Die innere Sprache:** Jetzt vermittelt sich der Gedanke zum ersten Mal durch Bedeutungen, aber noch in einer Privatsprache: abgekürzt, idiomatisch und prädikativ.
- 4) **Die äussere Sprache:** Der Gedanke wird in separate Wortbedeutungen zerlegt und syntaktisch ausformuliert, die Privatsprache wird in eine grammatikalisch korrekte öffentliche Sprache übersetzt.
- 5) **Die phonetische Ebene:** Erst jetzt erfolgt die Umwandlung in hörbare Laute oder sichtbare Schriftzeichen für andere.

Gegen Goethe und die Bibel

Vygotski stellt sich damit gegen die Bibel («Im Anfang war das Wort») und gegen Goethe («Im Anfang war die Tat»). Er argumentiert dialektisch: Am Anfang war die Tat, aber das Wort ist die Krone der Entwicklung. Das Wort reflektiert die menschliche Praxis. Vygotski sagt, jedes Wort sei ein «Mikrokosmos des menschlichen Bewusstseins». Wie eine einzelne Zelle den ganzen Organismus widerspiegeln,

so spiegle die Wortbedeutung das menschliche Bewusstsein. Die äussere Sprache sei die praktische, auch für andere sichtbare Realisation davon.

Das innere Sprechen ist also eine subjektive Erfahrung von Sprache. Es ist eine eigenständige Sprachfunktion mit einer wichtigen kognitiven Funktion. Äusseres Sprechen dient dazu, Gedanken in Worte zu fassen und sie für andere zu materialisieren. Das innere Sprechen verläuft umgekehrt: Es fasst quasi Worte zu Gedanken für einen selbst. Interessanterweise hat dieses Sprechen für sich selbst oft dialogischen Charakter: Wir nehmen innerlich verschiedene Rollen ein.

Ich bin nicht einfach ich

Da ist zunächst das dialogische Selbst: Ich bin nicht einfach ich, ich habe unterschiedliche Rollen und Funktionen. Der Psychologe Hubert Hermans beschreibt dieses Selbst als Vielzahl autonomer «Ich-Positionen». Zum Beispiel: «Ich als Vater», «Ich als Autor», «Ich als Partner». Diese verschiedenen Ich-Rollen können innerlich miteinander in einen Dialog treten, sich gegenseitig zustimmen, sich in Frage stellen, kritisieren oder gar verspotten, genau wie verschiedene Charaktere in einer Geschichte. Wir befinden uns deshalb konstant in einem inneren Aushandlungsprozess.

Schon das Selbst hat also unterschiedliche Aspekte. Innerlich tritt es in Dialog mit anderen wichtigen Rollen, zum Beispiel mit dem inneren Kritiker. Er ist die innere Stimme, die dazu dient, unser Denken und Handeln zu bewerten, zu beurteilen oder zu massregeln. Innerlich treten wir aber auch mit Repräsentationen von anderen Menschen in Dialog. Wir übernehmen im Geist die Stimmen von Menschen, die für uns wichtig sind, zum Beispiel die Stimmen der Eltern, der Partnerin, des Partners oder von Freunden.

Die Mehrstimmigkeit beim Schreiben

Das innere Sprechen ist also kein Monolog, sondern ein innerer Dialog, der aus verschiedenen evaluierenden oder diskutierenden Stimmen besteht. Wir haben auf diese Weise soziale Interaktionen seit der frühen Kindheit verinnerlicht und zu einem machtvollen kognitiven Werkzeug umgewandelt.

Eine besonders wichtige Rolle spielt dieser innere Dialog beim Schreiben. Die Forschung von Ben Alderson-Day und Charles Fernyhough zeigt, dass sich das innere Sprechen beim Schreiben verstärkt. Es wird mehrstimmig und oft explizit dialogisch: Wir antworten uns selbst, widersprechen uns, ermutigen und bremsen uns. Beim

Schreiben arbeiten in unserem Kopf zum Beispiel ein spielendes Kind mit viel Phantasie, ein Antreiber, eine innere Leserin und ein Kritiker dialogisch zusammen. Wer gut schreibt, schafft es, gut über dieses innere Ensemble Regie zu führen.

John Foxwell hat in einer Studie gezeigt, dass fast zwei Drittel der befragten professionellen Autorinnen und Autoren ihre Figuren tatsächlich sprechen hören, wenn sie schreiben. 61 Prozent berichten, ihre Figuren handeln eigenständig. Bei erfahrenen Schreibenden nehmen die inneren Stimmen Gestalt an, werden zu Charakteren mit eigenem Klang, eigenem Rhythmus und eigener Logik. Diese Autorinnen und Autoren schreiben, indem sie ihrem inneren Ensemble zuhören.

Warum die Nutzung der KI ein Risiko ist

Die Künstliche Intelligenz verändert diese inneren Sprachprozesse dramatisch, und zwar an drei Stellen.

Wer immer die KI beauftragt, einen ersten Entwurf zu schreiben, hört auf, seinem inneren Gespräch zuzuhören. Er gibt jene innere Stimme ab, die beim freien Schreiben trainiert wird, dieses unzensierte, tastende, erst halb gedachte Formulieren. Diese Stimme braucht Training, um sich zu entwickeln. Wer sie nicht mehr benutzt, verliert sie nicht sofort, aber sie verkümmert wie ein Muskel, der nicht mehr gebraucht wird.

Zweitens wird der innere Kritiker arbeitslos. Wer Stilkorrekturen, Umformulierungen und Bewertungen konsequent an die KI auslagert, externalisiert die kritische innere Stimme. Das kann kurzfristig entlasten, weil der Kritiker beim Schreiben nicht ständig dazwischenfunkelt. Langfristig entfällt aber die Notwendigkeit des eigenen kritischen Blicks. Die Fähigkeit, seinen eigenen Text scharf zu kritisieren und sich analytisch damit auseinanderzusetzen, ist eine der wichtigsten Schreibkompetenzen. Sie ist an die innere Kritikerinstanz gebunden.

Die dritte Konsequenz: Schreiben ist nicht in erster Linie das Suchen nach Worten, sondern nach Gedanken. Es ist ein tastendes Suchen, das oft stockt und manchmal unsicher und voller Zweifel ist. Genau das macht unser Denken produktiv. Die KI dagegen kennt keine Zweifel. Sie formuliert immer mit der Selbstsicherheit einer Nachhilflehrerin, die mit ihrem Zögling den Stoff von vor zwei Jahren repetiert: flüssig, organisiert, ohne jedes Zögern. Wenn Schreibende sich zu sehr an diesen selbstsicheren Klang gewöhnen, beginnen sie, ihre eigene, zögerlichere innere Stimme abzuwerten. Sie erleben sich im Vergleich

mit der gouvernementischen KI als inkompetent und unsicher. Das ist der grösste kognitive Schaden, den die KI anrichten kann: Sie untergräbt das Vertrauen in die innere Stimme.

Mein Denkwerkzeug: Der Stimmen-Kompass

Für uns Schreibende kann es also ganz schön gefährlich sein, zu viel KI zu nutzen. Der erste Schritt gegen die Selbstaufgabe ist Selbstkenntnis: Welche innere Stimme hat bei Ihnen das Sagen, wenn Sie schreiben? Je nach Antwort gehen Sie bei der Nutzung der KI unterschiedliche Risiken ein. Ich habe dazu einen ****Stimmen-Kompass**** gebaut.

Das Tool unterscheidet vier innere Rollen: Der kreative Generator will einfach drauflosschreiben, der Kritiker bewertet jeden Satz, der rationale Erwachsene plant und strukturiert, und das angepasste Kind fragt sich, was die anderen wohl denken. Der Stimmen-Kompass stellt Ihnen zwölf Fragen in Bezug auf Ihr Schreiben. Am Ende gibt ein kleines Radar-Chart Ihr inneres Stimmenprofil aus und bewertet das spezifische KI-Risiko für Ihren Schreibtyp.

Vier konkrete Empfehlungen

Darüber hinaus kann ich Ihnen basierend auf der Forschung zum inneren Sprechen vier konkrete Empfehlungen zur Nutzung von KI beim Schreiben geben.

1) Erst kommt das Schreiben, dann die KI. Schreiben Sie immer zuerst selbst. Vygotski hat gezeigt, dass der Gedanke erst beim Schreiben entsteht. Wenn Sie schon zu Beginn die KI befragen, überspringen Sie den kreativen Moment. Schreiben Sie deshalb immer zuerst eine Rohversion, auch wenn sie schlecht, unvollkommen, holprig oder defekt ist. Die KI kommt immer erst danach.

2) Sagen Sie der KI Ihre Meinung. Viele Menschen machen den Fehler, die KI als Antwortmaschine zu benutzen. Das Resultat sind eingemittete Antworten ohne Charakter. Stellen Sie der KI deshalb keine Fragen und fordern Sie sie schon gar nicht dazu auf, zu einem Thema etwas zu schreiben. Lassen Sie sich stattdessen von der KI herausfordern, indem Sie ihr Ihre Meinung sagen: «Ich denke Y über X. Was spricht dagegen?» So bleibt die Denkarbeit bei Ihnen. Die KI ersetzt nicht Ihr Denken, sondern fordert es heraus.

3) Verwenden Sie Sätze aus der KI wie eine Fremdsprache. Die KI formuliert immer sehr kompetent und ohne jeden Zweifel. Vor allem aber ist sie die Versprachlichung des Durchschnitts und führt zu Formulierungen von der Stange: C&A statt Savile Row. Greifen Sie deshalb immer

selbst zu Nadel und Faden und sorgen Sie für massgeschneiderte Sprache. Ein eigenes Sprachbild ist immer besser, auch wenn es etwas schief ist, als Massenware aus dem Speicher.

4) Sie sind der Boss: Urteilen Sie immer selbst. Lesen Sie einen Text deshalb immer zuerst ohne KI und am besten laut. Das bringt Ihre Sprache am besten zum Klingen und Ihren inneren Kritiker auf Trab. Sie merken sofort, wenn eine Stelle nicht stimmt. Korrigieren Sie den Text erst danach mit der KI. Überlassen Sie der KI also nur die lästige Arbeit an Grammatik und Orthografie.

Leutnant Gustl hat in jener Nacht im Prater ein Kuddelmuddel im Kopf, ein Durcheinander der Stimmen, die ihm wichtig sind. Das Wunder des inneren Sprechens ist, dass Leutnant Gustl mit all diesen Stimmen gedacht hat. Wir machen uns beim inneren Sprechen fremde Stimmen zu eigen und bereichern so unser Denken, probieren Positionen aus und üben uns in Argumenten. Mit der Zeit wird aus dem Stimmendurcheinander ein Orchester und aus dem Kuddelmuddel ein Konzert. Das ist ein spannender Prozess. Es lohnt sich deshalb immer wieder, dem inneren Sprechen zuzuhören.

19. Juni 2026, Matthias Zehnder
mz@matthiaszehnder.ch

Meine Denkwerkzeuge finden Sie hier:
matthiaszehnder.ch/tools

Quellen

Alderson-Day, Ben; Fernyhough, Charles (2015): Inner speech: Development, cognitive functions, phenomenology, and neurobiology., in: Psychological Bulletin, 141,5, 2015, S. 931–965, <https://doi.apa.org/doi/10.1037/bul0000021> [19.06.2026].

Bhat, Advait; Aubin Le Quééré, Marianne; Naaman, Mor; Jakesch,

Maurice (2026): Reactive Writers: How Co-Writing with AI Changes How We Engage with Ideas, in: Proceedings of the 2026 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, Barcelona Spain 2026, S. 1–21, <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3772318.3791529> [19.06.2026].

Filippone, Alfonso; Di Fuccio, Raffaele; Barbieri, Umberto (2025): Delegate or elaborate? A pilot study on the impact of generative AI on cognitive processes in problem-solving, in: IUL Research, 6,12, 2025, S. 57–81, <https://iulresearch.iuline.it/index.php/IUL-RES/article/view/760> [19.06.2026].

Foxwell, John; Alderson-Day, Ben; Fernyhough, Charles; Woods, Angela (2020): 'I've learned I need to treat my characters like people': Varieties of agency and interaction in Writers' experiences of their Characters' Voices, in: Consciousness and Cognition, 79, 2020, S. 102901, <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1053810019304155> [19.06.2026].

Gaillard, Vinciane; Destrebecqz, Arnaud; Cleeremans, Axel (2012): The influence of articulatory suppression on the control of implicit sequence knowledge, in: Frontiers in Human Neuroscience, 6, 2012, <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fnhum.2012.00208/abstract> [19.06.2026].

Gerlich, Michael (2025): From Offloading to Engagement: An Experimental Study on Structured Prompting and Critical Reasoning with Generative AI, in: Data, 10,11, 2025, S. 172, <https://www.mdpi.com/2306-5729/10/11/172> [19.06.2026].

Hermans, Hubert J.M. (2001): The Dialogical Self: Toward a Theory of Personal and Cultural Positioning, in: Culture & Psychology, 7,3, 2001, S. 243–281, <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1354067X0173001> [19.06.2026].

Niu, Ye; Yoshimura, Yuko; Yoshioka, Manabu; Kikuchi, Mitsuru; Kobayashi, Hiroaki (2025): Private speech among children with intellectual disabilities, in: Frontiers in Developmental Psychology, 3, 2025, S. 1607706, <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fdpys.2025.1607706/full> [19.06.2026].

Unterstützen Sie unabhängiges Denken

Mit einem einmaligen oder monatlichen Beitrag.



- Schnitzler, Arthur (2010): Leutnant Gustl, Frankfurt am Main
2010 Fischer Fischer Klassik 90268.
- Triwibowo, Febri Dhany; Polim, Hidayat (2025): AI Writing Assis-
tants in English Language Learning: Evaluating Feedback
Quality and Learner Autonomy, in: MATCHA: Journal
of Modern Approaches to Communication, Humani-
ties, and Academia, 1,2, 2025, S. 59–74, [https://journal.
akademimerdeka.com/ojs/index.php/matcha/article/
view/195](https://journal.akademimerdeka.com/ojs/index.php/matcha/article/view/195) [19.06.2026].
- Universidad del Cauca
(Colombia); García, Francy Lorena; Morales-Cabezas,
Jerónimo; Universidad de Granada
(España); Lopez-Sako, Nobuo Ignacio; Universidad de
Granada
(España) (2020): SPEED READING AND INNER SPEECH:
WHAT VERBAL REPORTS SUGGEST, in: MLS Educational
Research, 4,2, 2020, S. 54–68, [https://www.mlsjournals.
com/Educational-Research-Journal/article/view/363](https://www.mlsjournals.com/Educational-Research-Journal/article/view/363)
[19.06.2026].
- Vissers, Constance Th. W. M.; Tomas, Ekaterina; Law, James
(2020): The Emergence of Inner Speech and Its Measu-
rement in Atypically Developing Children, in: Frontiers in
Psychology, 11, 2020, S. 279, [https://www.frontiersin.org/
article/10.3389/fpsyg.2020.00279/full](https://www.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2020.00279/full) [19.06.2026].
- Vygotskii, L. S.; Hanfmann, Eugenia; Vakar, Gertruda; Kozulin,
Alex (2012): Thought and language, Rev. and expanded
ed, Cambridge, Mass 2012.
- Vygotskij, Lev Semenovič; Lompscher, Joachim; Rückriem,
Georg (2017): Denken und Sprechen: Psychologische
Untersuchungen, 3. Originalausgabe, Weinheim 2017.