

Zeitschrift für Transaktionsanalyse in Theorie und Praxis

Jahrgang 8, Heft 2	Inhalt	April 1991
<i>Brief der Redaktion</i>		49
Georg Pelz, Verwöhnung -Verweigerung - Alltagsgewalt oder: Bausteine zum „Null-Bock“-Skript.		50
<i>Angela Kinzer</i> , Feministische Therapie - Transaktions- analyse - feministische Transaktionsanalyse		70
<i>Wilfried Depnering</i> , Das Gleichnis vom „verlorenen Sohn“: Transaktionsanalyse als Interpretationshilfe für biblische Texte		85

Brief der Redaktion

Das vorliegende, erneut umfangreichere Heft bietet Beiträge aus sehr unterschiedlichen Bereichen.

Da ist zunächst der Artikel von Georg PELZ „Verwöhnung – Verweigerung – Alltagsgewalt“, der sowohl dem klinischen als auch dem pädagogischen Bereich zugeordnet werden kann. Der Autor beschreibt, wie durch überstimulierung der Sinne psychische Abwehrmaßnahmen in Gang gesetzt werden, die nicht selten zu Suchtverhalten und Gewalt führen. Er setzt dies in Zusammenhang mit Selyes Streßforschung und kommt zu dem Schluß, daß durch ein Konzept des Be-Sinnens und des Wiedererlangens der Genußfähigkeit der Teufelskreis zu durchbrechen ist.

Um Gewalt im weitesten Sinne geht es auch im nächsten Beitrag. Angela KINZER beschreibt in ihrem Artikel „Feministische Therapie – Transaktionsanalyse – Feministische Transaktionsanalyse“ ihre therapeutische Arbeit mit Frauen. Die „Gewalt“, die hier geschildert wird, ist die, die Frauen in unserer Gesellschaft immer noch erleben: ausgehend von der geschlechtsspezifischen Sozialisation und dem entsprechend gelernten Rollenverhalten erleben Frauen ihre Ohnmacht täglich in den verschiedensten Lebenszusammenhängen. Das Ziel feministischer Therapie besteht unter anderem darin, soziale und innerpsychische Realität in Zusammenhang zu setzen, Gewalterfahrungen ins Bewußtsein zu holen, Hilfestellung zu bieten bei der Erweiterung des Handlungspotentials, vor allem aber: die eigenen weiblichen Fähigkeiten achten und schätzen lernen.

Ein ganz anderer gedanklicher Hintergrund zeigt sich in Wilfried DEPNERINGS Aufsatz: „Das Gleichnis vom ‚verlorenen Sohn‘: TA als Interpretationshilfe für biblische Texte“. Der Autor macht deutlich, wie transaktionsanalytische Methoden für die Auslegung biblischer Texte genutzt werden können, vorausgesetzt, daß die Unterschiede zwischen Bibelauslegung und Therapie nicht verwischt werden. Insbesondere das Ich-Zustandsmodell und der Bezugsrahmen bieten Angelpunkte für ein neues Verständnis im Umgang mit dem vorgestellten Gleichnis.

Viel Spaß und Anregung beim Lesen!

Luise Schicketanz

Verwöhnung – Verweigerung – Alltagsgewalt oder:

Bausteine zum „Null-Bock“-Skript

Georg Pelz

Die Untersuchung befaßt sich mit den Auswirkungen einer lang andauernden Überstimulierung der Sinnessysteme mit einfachen und komplexen Reizen, wie sie für eine Überflußgesellschaft charakteristisch ist, auf das Erleben von Freude und Genuß. Grundlagen dafür bilden das Stroke-Konzept der Transaktionsanalyse (*E. Berne* u. a.), die Skriptansätze von *C. Steiner* und das Streß-Konzept von *H. Selye*. Als Folgen von Verwöhnung durch Überstimulierung werden Verweigerung und selbstschädigendes Verhalten (Alltagssuchtformen und Alltagsgewalt) beschrieben. Die Entwicklung eines Skriptmusters läßt sich daraus ableiten. Therapeutische und pädagogische Lösungswege werden besprochen.

1. Alltagserfahrungen und Therapieerfahrung

Ricarda Winterswyl entwirft in einem Essay über die zweite Generation der Medienkinder folgendes Szenario:

„Das Kind kam mit geistesabwesendem Blick nach Hause, es hatte die Knöpfe eines Walkman in den Ohren, man konnte die monotonen Rhythmen noch leise mit-hören, während das Kind schweigend sein Mittagessen aß. Die Mutter konnte es auch deshalb nicht nach seinen Erlebnissen in der Schule fragen, weil der Familienfernseher auf voller Lautstärke lief. In seinem Zimmer schaute das Kind zur Erholung ein paar Videoclips an – nicht so etwas Langsames und Langweiliges wie Elefanten, sondern Bilder, die zu den Klängen von Rockmusik in Sekundenbruchteilen wechselten und ständig etwas Neues, Ungewöhnliches und Aufregendes zeigten. Dann legte das Kind eine Schallplatte mit Filmmusik auf und machte Hausaufgaben. Es hatte keine Lust, mit Freunden in der frischen Luft zu spielen, sondern beschäftigte sich noch eifrig und konzentriert mit einem Telespiel, bei dem es darauf ankommt, einen Feind durch schnelle Reaktionen am Computer zu besiegen und auszulöschen. Am Abend saß das Kind mit seinen Eltern vor dem Fernseher, bis es einschlief und ins Bett gebracht wurde.“

Auch wenn manche in der Erziehung eigener Kinder diese Auswüchse zu meiden versuchen, wirkt der gesellschaftliche Einfluß ähnlich. Wer kennt nicht die Situation, mit jüngeren Kindern in einem Supermarkt zur Haupteinkaufszeit die Schlange vor der Kasse durchzustehen, ohne in Wut, Verzweiflung, autoritäres Gebah-

ren zu geraten oder aber völlig resigniert doch noch eine Schokolade, ein paar Kaugummis, etwas Eis und ein Comic-Heft in den Korb zu legen?

In der *therapeutischen Arbeit* kommen immer öfter Klienten mit der Diagnose einer milden Depression, sie leiden unter Motivationsverlust, erleben ein Gefühl von Sinnlosigkeit, innerer Leere, als sei alles im Leben erreicht und sie müßten die restlichen Jahre mit dem Warten auf den Tod verbringen. Sie klagen über Ideenlosigkeit, zeigen fast keine Phantasie, freuen sich nur sehr selten. Auf der Arbeit erleben sie ein ständiges „Montagsgefühl“ und das Wochenende wird als öde beschrieben, weil einfach nichts Besonderes los war. Langeweile scheint ein zentrales Problem und meist sind Formen von sogenannter Alltagssucht zu beobachten wie z. B. übertriebenes Kaffeetrinken, Fernsehkonsum, Kaufzwang u. ä.

Die genauere Skriptanalyse ergibt keine besonderen traumatischen Erlebnisse in der Kindheit, berichtete „Mängel“ und Versagungen sind wenig gravierend, das Skript ist nach *Steiner* (1984) „banal“.

2. Das Erklärungsmodell

2.1 Das Bedürfnis nach sensorischer Stimulation

Eric Berne betont in allen seinen Schriften die Notwendigkeit von „Strokes“, d. h. von Beachtung, Anerkennung und Stimulation als eine biologische Bedingung des Überlebens und eines gesunden Lebens (Berne 1970, 1974, 1975).

Das Konzept des „Stroke-Bedürfnisses“ ist das zentrale Motivationskonzept der Transaktionsanalyse und stellt wesentliche Aspekte für die Analyse von Spielen und Lebensplänen (Skripten) dar (Berne 1970, 1975, *Steiner* 1984). Die Beschreibung der „Strokes“ wird in *Bernes* Schriften immer detaillierter und legt den Schluß nahe, daß analog zur sonstigen kindlichen Entwicklung der ursprünglich globale Hunger nach Zuwendung mit zunehmendem Alter in spezifischere Bedürfnisse ausdifferenziert wird. Eine Art dieses Grund-„Hungers“ ist das Bedürfnis nach Anregung für die Sinnessysteme.

„Die meisten Organismen – einschließlich des Menschen – gehen keineswegs, wie von einigen Leuten behauptet wird, stimulierenden Situationen aus dem Wege, im Gegenteil, sie spüren sie sogar mit besonderem Interesse auf. Das Bedürfnis nach Anregung und Erregung ist auch der Grund dafür, daß man mit Achterbahnen gute Geschäfte machen kann und daß Gefangene alles nur Erdenkliche tun, um der Einzelhaft zu entgehen.“ (Berne 1975, S. 33)

Die *Bedeutung der Stimulation* setzt Berne (1974, S. 151) mit der Notwendigkeit von Nahrung und Vitaminen gleich und betont, daß das Nervensystem unter Bedingungen der Monotonie zusammenbrechen müßte.

Die Wirkung von Stimulation wird im folgenden meist anhand einfacher Reize und bezogen auf ein Sinnessystem erklärt. In der Praxis erleben wir allerdings gewöhnlich komplexe, mehrdimensionale Reize, die als Reizkonfiguration auf uns einwirken. Es wird angenommen, daß die Wirkung auf die Sinnessysteme bei einfachen und komplexen Reizgegebenheiten analog und daher für die Analyse gleichzusetzen ist.

In der TA wie in der allgemeinen Psychologie wurden vor allem die *Wirkungen eines Defizits* in den verschiedenen Grundbedürfnissen untersucht, lediglich in einer Randbemerkung geht Berne auf Reizüberflutung ein und setzt sie mit Übersättigung bei Nahrung gleich (Berne 1970, S. 13).

Auch die Skriptarten in der Analyse von Claude Steiner (1984) werden durch Mangel an Liebe, Mangel an Sicherheit über das eigene Denken (Wahnskript) oder bei Mangel an sensorischer Stimulation als das „Keine Lust-Skript“ charakterisiert. Steiner sieht dabei einen direkten Zusammenhang zwischen dem „Keine Lust-Skript“ und der Entwicklung von Sucht (1984, S. 99).

Auch in der allgemeinen Psychologie sind die Wirkungen von ‚sensorischer Deprivation‘, dem Entzug oder Fehlen von Sinnesanreizen, in vielen Experimenten belegt (vgl. z. B. Berelson/Steiner 1974, S. 63 ff.).

Die *Praxis der transaktionsanalytischen Therapie* besteht dementsprechend auch vorwiegend in der Analyse und Behebung des Defizits, auch wenn in einem anderen Bedürfnisbereich ein Überschuf3 vorliegen sollte. Dies ist u. a. einleuchtend, da der durch das Defizit bewirkte Leidensdruck eher eine Veränderungsbereitschaft weckt als die negative Erfahrung des Überflusses und die Notwendigkeit eines Verzichts. Dennoch werde ich mich im folgenden ausschließlich der Wirkung des Überschusses an sensorischen Stimuli widmen, um diesen Bereich zu klären.

2.2 Das Stimulationskontinuum

Analog zum Streßkontinuum von H. Selye (1988, S. 63 ff) läßt sich die Wirkung von Sinnesreizen in einem Kontinuum darstellen, das physiologische Bedingungen und psychisches Erleben gleichermaßen erfaßt. Unsere Sinnesreaktionen sind durch zwei Schwellenwerte begrenzt, einer *unteren Schwelle*, bei der die Wahrnehmung einsetzt, und einer *oberen Schwelle*, über die hinaus wir

keine Empfindung mehr wahrnehmen. Zwischen diesen beiden Schwellen liegt ein Bereich, den wir als ‚*nord*‘ empfinden. Gleichzeitig sind unsere Sinnessysteme zumeist unterschiedsempfindlich, erleben sie einen konstanten Reiz, wird er durch Gewöhnung (Adaptation) aus der Wahrnehmung ausgeblendet. Die Unterschiedsempfindlichkeit und Adaptationsfähigkeit ist im Normalbereich am größten und nimmt mit der Extremität des Reizes ab.

Die Wahrnehmungsschwellen, Unterschiedsempfindlichkeit, Adaptationsmöglichkeiten wie auch der „Normalbereich“ sind einerseits abhängig von physikalischen Stimulusqualitäten (z. B. Phonstärke, Helligkeit), auf der anderen Seite aber auch von individuellen Faktoren wie Persönlichkeitsstruktur, dem Aktivationsniveau (der individuell erworbenen gewohnten Stimulusmenge, vgl. Nuber 1990) und dem aktuellen Zustand des Organismus, z. B. der ‚Vigilanz‘, der psychischen Wachheit (Berelson/Steiner 1974).

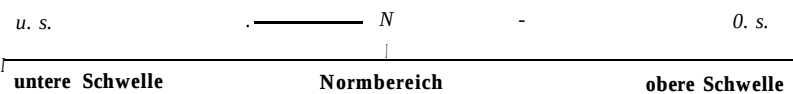


Abb. 2: Physiologisches Kontinuum

Psychisch erleben wir angenehme Wachheit bei Reizen im Normbereich, Beruhigung und Schläfrigkeit bei Minderung des Reizangebotes und lustvolle Erregung bei erhöhtem Reizangebot. Dies gilt unter der Voraussetzung, daß wir die Kontrolle über Art, Intensität, Menge und zeitliche Dauer der Stimulierung haben. Ebenso werden wir extremen Mangel und extremen Überschuß als unangenehm meiden,

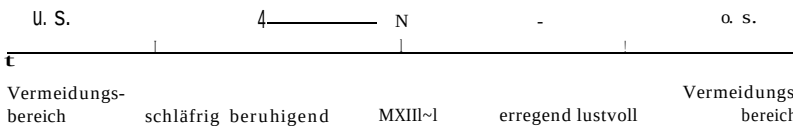


Abb. 2: Psychisches Erleben bei Kontrolle über die Reize

Haben wir vermeintlich oder tatsächlich *keine Kontrolle* über die Stimuli, müssen wir also einen Überschuß oder ein Defizit erdulden, dann entspricht dem psychischen Erlebnis von Mangel zunächst die Langeweile, bei stärkerer Abweichung oder längerer Dauer entstehen Halluzinationsphänomene, die sich bis zu psychotischem Erleben steigern können. Ungewollte Überstimulierung wird als aufregend, ängstigend und schließlich schmerzhaft erlebt und führt bei extrem starken Reizen zur Ohnmacht.

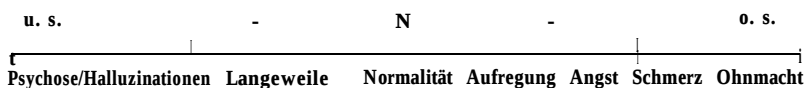


Abb. 3: Psychisches Erleben bei Kontrollmangel

Die körperlichen und psychischen Reaktionen bei Abweichungen über den Normbereich hinaus entsprechen den ‚Streßphänomenen‘. Körper und Psyche reagieren alarmiert und stellen mehr Energie bereit, um die ungewöhnliche Situation besser bewältigen zu können (Selye 1988, v. Holst/Scherer 1988). Hierbei entsprechen die Reaktionen auf selbstgewählte, begrenzte Abweichungen nach oben oder unten einem „Eustreß“, einem „guten“ Streß: Dieser Spannungszustand dient unserem Wohlbefinden, dem Bedürfnis nach Abwechslung und Rhythmik und ist Schutz gegen Langeweile. Auch hier gibt es große individuelle Unterschiede (Selye 1988, S. 111):

„Die Streßmenge, die eine bestimmte Person zum Glückhsein braucht, ist individuell außerordentlich verschieden, jedoch sind die Menschen, die sich mit einem rein passiven Vegetieren begnügen, eine große Ausnahme.“

Sind die Stärke und Dauer der Reize ungewiß, werden wir überrascht oder fühlen uns gezwungen, reagieren Körper und Psyche mit „Distreß“. Wir erleben ihn unangenehm oder als Gefahr.

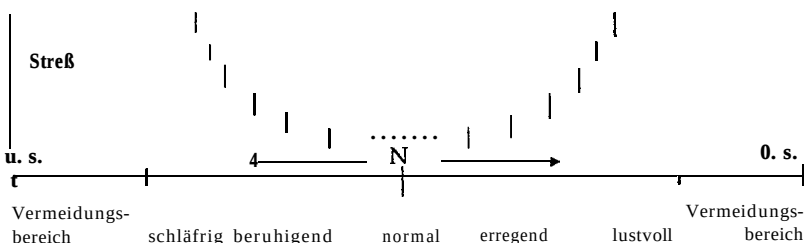


Abb. 4: Eustreß bei Kontrolle über die Reize

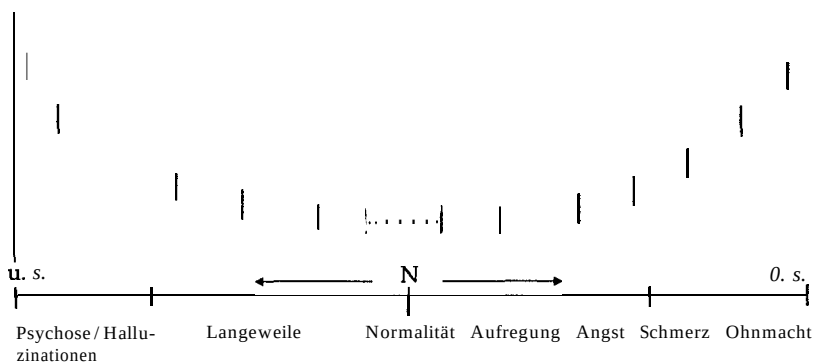


Abb. 5: Psychisches Erleben bei Kontrollmangel

Dementsprechend sind auch die Anpassungs- und Abwehrmaßnahmen. Selye spricht von einer allgemeinen Anpassungsreaktion (General Adaptation Syndrom = G. A. S.). Die Anpassung des Körpers beginnt mit einer Alarmreaktion, die Sensitivität und Reaktionsbereitschaft nimmt ab. Lässt sich der Streß nicht mindern, folgt die Phase des Widerstands mit erhöhter Sensitivität und Reaktionsbereitschaft, die bei fortdauerndem Streß zu Erschöpfung und Zusammenbruch führen kann (Selye 1988, S. 71).

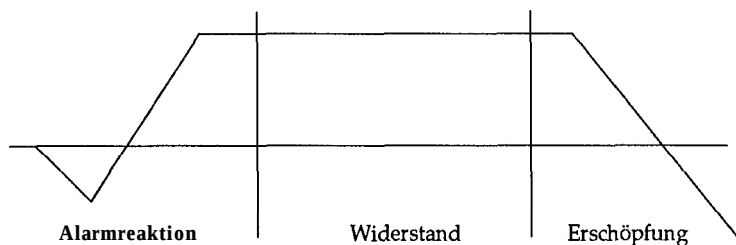


Abb. 6: Phasen des Anpassungssyndroms (nach Selye 1988, S. 70)

Für die Analyse von Verwöhnung, rebellischer Verweigerung und Alltagsgewalt ist die Betrachtung der typischen Abwehrmaßnahmen in der Phase des Widerstands notwendig. Selye (1988, S. 88) unterscheidet hier:

- syntoxische Form: Die Bedrohung/der Gegner wird ignoriert, ohne Versuch von Änderung/Angriff, d.h. die Wirkung der Überstimulierung wird nicht wahrgenommen oder verleugnet.
- katatoxische Form: die Bedrohung/der Gegner wird bekämpft, d. h. Überstimulierung wird als Gefahr erlebt und (ineffektiv) bekämpft.
- Flucht: der Bedrohung/dem Gegner entkommen, d. h. es wird der Versuch gemacht, sich der Überstimulierung zu entziehen.

3. Folgen anhaltender Überstimulierung

3.1 Die Veränderungen im Stimulationskontinuum; der Verlust der Lust

Wenn wir uns an ein Übermaß dessen gewöhnen, was wir ansonsten als notwendiges Grundbedürfnis haben, können wir das als Verwöhnung betrachten. (Mir erscheint es sinnvoll, Verwöhnung als eine Anpassung an ein Übermaß dessen, was wir brauchen, zu definieren und so von Luxus zu unterscheiden als Übermaß dessen, was wir nicht als Grundbedürfnis brauchen.)

So können wir uns an ein „zu viel“ an Essen, Schlaf, aber auch Anerkennung oder Zuneigung gewöhnen, brauchen mehr als andere davon, fühlen uns vielleicht unersättlich oder abhängig.

Solange wir ein gesundes Gespür haben und entscheiden können, werden wir ein Überangebot zurückweisen. Im Konzept der Streßforschung würden wir die Alarmstufe spüren, adäquat das Reizangebot mindern und so zum Normalzustand zurückkehren. Haben wir hingegen nicht mehr die Wahl, uns einem Überangebot zu entziehen, erleben wir eine erste Form sublimen Gewalt. Wird z. B. das Kind, das sich lösen möchte, weil es genug Zuwendung hatte, von einem Erwachsenen festgehalten, macht es die Erfahrung, daß es mit Gewalt gezwungen ist, etwas anzunehmen, was nicht seinem Bedürfnis entspricht. Dies entspricht der Botschaft „Weise keine Streicheleinheit zurück, die du nicht willst“ in der Stroke-Ökonomie bei Claude Steiner (1984, S. 139f.).

Auch beim Essen ist für die meisten einsichtig, daß es gewalttätig ist, ein sattes Kind weiter zu füttern.

Bei Verwöhnung erleben wir physiologisch eine Streßsituation und können zunächst auf syntoxische Art Widerstand leisten und das „Zuviel“ ignorieren, es nicht beachten, als wäre die Bedro-

hung nicht vorhanden. Dazu müssen wir aber den Kontakt zum Körper und zur Sinnesempfindung unterbrechen, um nicht ständig eine erneute Alarmreaktion zu erfahren, wenn wir ein schädliches „Zuviel“ erfahren.

„Homo consumens ist sein Leib fremd geworden. Er hat das Vertrauen zu dem Leben in sich selbst verloren, fürchtet sich einerseits vor ihm und sucht es andererseits dauernd zu verbessern und zumanipulieren.“ (Schmidbauer 1985, S. 53.)

Auch wenn wir nun den Streß nicht mehr wahrnehmen, hat er dennoch Konsequenzen: Durch die Fähigkeit unserer Sinnesorgane, sich anzupassen, zu adaptieren, führt jedes dauerhafte Übermaß mit der Zeit zu einer *Verschiebung der Norm*, d. h. wir halten dann das Übermaß für normal. Unser Aktivationsniveau ist erhöht.

Je mehr Stimulation in der frühen Kindheit und Jugend geboten wurde, desto ausgeprägter auch die Aktivierung“ (Nuber 1980, S. 25)

In einer Überfluß-Gesellschaft erleben wir nun ein ständiges Übermaß an sensorischer Stimulation: wir werden mit einem hohen Maß an Lichteffekten, Farben, Musik, Lärm, Gerüchen usw. berieselt, oft ohne uns entziehen zu können, wenn wir eigentlich genug davon haben.

Die Gewöhnung an das Übermaß hat mehrere *psychische Folgen*:

(1) Da unsere Sinne nicht unbegrenzt adaptionsfähig sind, kann eine Anpassung nur innerhalb der Zone der erträglichen Reize erfolgen, d. h. die Grenze, wo der Reiz schmerzhaft wird, bleibt erhalten, die Verschiebung findet innerhalb des übrigen Spielraumes statt:

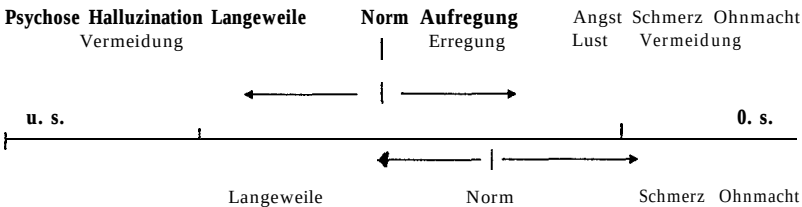


Abb. 7: Folgen der durch Gewöhnung veränderten Norm

Durch die Verschiebung der Norm wird der *Bereich der Langeweile* deutlich größer. Zur Vermeidung von Langeweile wird ein ständiges Stimulationsangebot benötigt, was sich in mehr oder

weniger deutlichen Formen der sogenannten „Alltagssucht“ äußert: man braucht die Radiomusik im Hintergrund, läßt den Fernseher laufen, auch wenn man nichts besonderes anschaut, braucht seinen Kaffee zum Wachsein, arbeitet zuviel, sucht auch noch im Urlaub die Animation usw.. So entsteht, was *Berne* (1974, S. 155) den „Erlebnishunger“ nennt, den er allerdings mit dem Mangel an primären Strokes begründet.

Betrachtet man die Streßkurve, so wird sie nicht der Anpassung an die neue Norm folgen, so daß nun der „Normalwert“ im Bereich des *Dauerstress*es liegt, eine stressfreie Situation hingegen schon in den Bereich der Langeweile fällt. Die Langeweile als Folge der Reizüberflutung ist in ihrer Wirkung auf Alltagsuchtformen relativ gut erforscht (*Keen* 1981, *Nuber* 1990).

(2) Eine zweite Folge der Verschiebung der Norm (und damit eine veränderte Sichtweise von Verweigerung und Selbstschädigung) liegt im Verlust *der Lust*. Da die obere Reizschwelle und damit auch die Schmerzgrenze nicht beliebig verschoben werden kann, wird zunächst der Bereich zwischen Norm und Schmerz, d. h. der Bereich lustvoller Erregung, immer enger und geht schließlich ganz verloren. Bei der Suche nach lustvoller Erregung werden folglich immer mehr schmerzhaft Erfahrungen gemacht. Ein ambivalenter Annäherungs-vermeidungskonflikt setzt ein und bewirkt den Verlust motivierender Ziele, den Verzicht auf die Suche nach einem im guten Sinn aufregenden Erleben. Eigene Wünsche als Quelle und Hilfe von Entscheidungen stehen nicht mehr zur Verfügung, da schon durch die Verwöhnung die Körper- und Sinnesempfindungen reduziert wurden. Ich sehe hier die Ursache für das „Null Bock“-Verhalten. Einerseits Angst vor enormer Langeweile und andererseits Schmerz statt Lust reduzieren den Erlebnisspielraum, führen in die Resignation oder die fixierte Verweigerung, die „no future“- oder auch „Null Bock“-Mentalität.

(3) Eine weitere Folge beschreibt *Fromm* (1990): die komplexen Reize werden immer mehr gemieden zugunsten sogenannter *einfacher Reize*, die eine direkte, aber passive Reaktion hervorrufen. (Die Programmgestaltung der privaten Fernsehsender belegt das überzeugend.) Einfache Reize müssen ständig ausgewechselt werden, denn ihr Sättigungsgrad ist schnell erreicht.

„Für die Flut von einfachen Reizen, die uns nicht müßig werden lassen, aber auch nicht wirklich befriedigen, sind in erster Linie sicherlich unsere modernen Kommunikationsmittel verantwortlich. Sie produzieren eine Fülle von Informationen, die konsumiert, aber nicht ‚gefühl‘ werden. Sehr wenig von dem, was in unserem Wohnzimmer flimmert, fesselt uns wirklich.“ (*Nuber* 1990, S. 24)

Als Beispiel für Komplexität und deren Reduktion auf einfache Reize kann die Verfilmung von Literatur dienen. Bücher erfordern Ausdauer beim Lesen und eigene Phantasie, im Film werden Figuren und Szenen vorgegeben, eigene Kreativität ist nicht mehr nötig.

(4) Ein vierter Effekt folgt unmittelbar daraus und ist aus dem Verhalten bei Alkohol- und Drogensucht allgemein bekannt: Durch die Gewöhnung braucht der Körper, um den gewünschten Effekt zu erleben, eine ständige *Steigerung der Dosis*. Hierfür werden mit der Zeit auch schädliche Stimulation und Schmerzreize in Kauf genommen, um noch erregt zu sein. Im Streßmodell ausgedrückt bedeutet das, syntoxischer Widerstand hat seinen Preis. Die *Abwehr des Zusammenbruchs* wird unterstützt durch:

- verstärkte Abspaltung *des körperlichen Erlebens vom Bewußtsein*,
- durch *allzuschnelles Vergessen* des Erlebten mit der Folge, daß ich meine eigene „Geschichte“ nicht mehr kenne und nichts daraus lernen kann,
- durch *Selbstbetrug und Leugnung* (vgl. Steiner 1984, Schaeff 1989).

Gleichzeitig wird die Abwehr durch die Lösungsstrategie „mehr Desselben“, d. h. vermehrte Reizzufuhr und erneuten Streß, untergraben.

3.2 Von der Verwöhnung zur Verweigerung

Verweigerung kann als Rebellion gegen ein einengendes und schädliches Verhalten der äußeren Autorität ein wichtiger Schritt zur Autonomie hin sein. Im folgenden wird unter Verweigerung die erstarrte Haltung im Sinne einer dauernden Trotzreaktion, eines Mangels an Engagement und Fürsorglichkeit sich selbst und anderen gegenüber verstanden und als eine (ineffektive) Abwehr gegen eine äußere und dann auch innere Autorität (Eltern-Ich) dargestellt, die für die Reizüberflutung verantwortlich gemacht wird.

In der frühkindlichen symbiotischen Beziehung wird die Mutter als die Quelle der Stimulierung erlebt, später werden auch die anderen Personen der Familie einbezogen. Zunehmender Streß fördert Regression. Aus der Kind-Haltung heraus wird die eigene Möglichkeit zur Veränderung des schädigenden Einflusses gelehrt und es werden dann Eltern oder Autoritätsfiguren wie Chefs oder auch der Staat für Stimulierung und Überstimulierung verantwortlich gemacht. Der Autoritätskonflikt läßt sich in der Erziehung nicht umgehen:

Ein gesund entwickeltes Kind entzieht sich nach Möglichkeit einer Überstimulierung. Allerdings kann das Kind nicht immer das rechte Maß finden, besonders wenn es in einen Interessenkonflikt kommt. Man kennt das von übermüdeten, überreizten Kindern: Die Kinder beginnen zu quengeln, zu stören und reagieren trotzig. Sie fordern die Eltern heraus, einzuschreiten. Dies läßt sich psychologisch oft als ein Appell an die Eltern verstehen, die Überstimulation zu beenden und z. B. die Kinder ins Bett zu stecken. Reagieren die Eltern nicht, und kann das Kind selbst die Grenze nicht finden, beginnt es meist mit Aggression, Gewalt, Zerstörung und Selbstverletzung, bis endlich die Reaktion der Eltern erfolgt.

In einer Überflußgesellschaft ist es immer mehr Erziehungsaufgabe verantwortungsbewußter Eltern, Kinder vor dem Übermaß zu schützen. Das bedeutet in der Regel, den Kindern etwas nicht zu geben, was sie sich wünschen. Das ist wiederum für die Eltern eine unangenehme Rolle und um so schwieriger, je mehr sie selbst schon der Normverschiebung, d. h. der Gewöhnung an das Übermaß, unterlegen sind. Das daraus resultierende ambivalente und meist widersprüchliche Verhalten scheint mir die eigentliche Ursache der skriptbildenden Wirkung zu sein.

So klagte mir eine Mutter, sie könne ihre Kinder nicht mehr mit zum Einkaufen nehmen, denn sie komme aus dem Verboten nicht mehr heraus, was für sie den Einkauf zu anstrengend mache, und sie wolle auch keine Mutter sein, die ständig den Kindern etwas abschlagen oder verbieten müsse.

Fürsorgliche Eltern werden damit als verbietende, einschränkende Eltern erlebt, und ihre Kinder beklagen sich über zu wenig Fernsehen, zu wenig Taschengeld, unmoderne Kleidung u. ä., was alles als „zu wenig“ gilt. Es entsteht das scheinbare Bild von „Strokemangel“, wobei die Deprivation sich aber auf sekundäre Bedürfnisse bezieht, die durch Werbung erzeugt wurden.

Das schließt nicht aus, daß Kinder, deren Eltern selbst dem Verwöhnungs-Verweigerungszyklus schon unterliegen, auch in primären Bereichen ein Defizit an Zuwendung, an mangelnder Zeit für sich, an mangelndem Interesse an ihren Spielen oder an mangelnder Unterstützung ihrer Kreativität erfahren.

Im Funktionsmodell der T.A. läßt sich diese Situation so beschreiben, daß die Kinder dann das fürsorgliche Eltern-Ich als „nicht o. k.“ erleben, strukturell wird die Einschränkung in das „El“ aufgenommen und später intern reproduziert als schlechtes Gewissen bei Genuß.

Lassen die Eltern hingegen die Verwöhnung ohne größeren Widerstand zu, wird das Kind nur zunächst hier die größere Freiheit

vermuten, doch schon relativ bald beginnt es, die vorher beschriebene Zwickmühle der Verwöhnung zwischen Langeweile und Schmerz zu spüren. Die Schuld hierfür wird den Eltern gegeben, ihre Autorität wird (mit Recht) in Frage gestellt.

Funktionsanalytisch begegnet hier das Kind dem negativ fürsorglichen Teil des Eltern-Ich und strukturanalytisch wäre hier eine „laissez-faire“-Einstellung mit schädlicher Konsequenz im „El“ gespeichert, die sich als Mangel an hilfreicher, begrenzender Kritik und positiver Fürsorge äußert.

Gleichzeitig entsteht eine Verwirrung (Konfusion) im Kind-Ich: Schädliches, d. h. nachgiebiges, verwöhnendes Elternverhalten wird als gut, dagegen fürsorgliches, d. h. schützendes, abgrenzendes Elternverhalten als unangenehm erlebt.

Die Haltung der fixierten Verweigerung als eine rebellische Kind-Ich-Position möchte ich als eine „ohnmächtige Machtposition“ beschreiben. Einerseits liegt ihr die Ohnmacht zugrunde, sich selbst effektiv der Überreizung und Verwöhnung zu entziehen (Fluchtreaktion) und eine persönliche und gesellschaftliche Entwicklung in positivem Sinne voranzutreiben. Auf der anderen Seite hat der Verweigerer als „der Geist, der stets verneint“ die zweifelhafte Lust, alles blockieren oder (zerstören zu können (katakastische, Kampfreaktion), und gewinnt damit einen Zuwachs an Stimulation, der seiner verschobenen Norm entspricht, nur leider kein positives Ziel enthält.

Wie auch immer sich die Eltern nun verhalten, werden sie als „nicht gute“ Eltern erfahren, als überfürsorglich, inkonsequent oder unbeteiligt/desinteressiert erlebt (vgl. *Muriel James 1985*, S. 32 ff.). Die Formen positiven Elternverhaltens, die *M. James* (1985, S. 37 ff.) als vernünftig, ermutigend, konsequent, entspannt und fürsorglich beschreibt, sind unter den Bedingungen der Konsumgesellschaft besonders schwer zu finden und beizubehalten.

Obwohl beim Heranwachsenden und Erwachsenen die Stimulierung nicht mehr als von den Eltern zugefügt gelten kann, sondern entweder als strukturelle Stimulierung anonym erfolgt oder selbst zugefügt ist, bleibt in beiden Fällen die Unzufriedenheit mit der Autorität der Ausgangspunkt der Verweigerung, die von der Familienverdrossenheit bis zur Staatsverdrossenheit reicht, d. h. „die da oben“ sind nicht in der Lage, den Distreß zu reduzieren und Eustref.? zu ermöglichen.

3.3. Von der Verweigerung zur Alltagsgewalt

Nolting (1981, S. 20) definiert Gewalt als eine Beeinträchtigung von Lebensqualität und Behinderung der Selbstentfaltung. Er

nennt diesen Teil strukturelle oder indirekte Gewalt und hebt sie von der personalen oder direkten Gewalt ab, wo Verletzung und Schmerz zugefügt werden. Beide Formen spielen für unsere Analyse eine wesentliche Rolle: Strukturelle Gewalt als Erfahrung von Überstimulierung und persönliche Gewalt als Versuch, dieser strukturellen Gewalt Herr zu werden. Die Veränderung struktureller Formen der Gewalt, wie z. B. schlechte Luftqualität, ungesunde bis vergiftete Nahrung, Geräuschpegel u. ä. ist ein langwieriger Prozeß und an Solidarität von Gruppen gebunden (z. B. Bürgerinitiativen). Persönlich haben wir meist keine oder nur unzureichende Kontrolle, wir müssen diese Formen weitgehend erleiden, was viele resignieren läßt. Die Entscheidung, sich selbst zu schädigen, kann psychologisch aber auch als Abwehrmechanismus gegen diese Hilflosigkeit verstanden werden, als ein Versuch, strukturelle Gewalt zu verleugnen und auf personale Gewalt, die der eigenen Kontrolle untersteht, zurückzuführen.

Der Mensch, der sich enttäuscht und resignierend von der Autorität zurückzieht, sieht sich vor der Aufgabe, für seinen eigenen Schutz zu sorgen, ohne dafür ein gutes Vorbild erlebt zu haben. Er ist zutiefst verunsichert über die wirklichen Grenzen seines Organismus, seines Erlebens, Fühlens und Wollens. Gleichzeitig weil er nicht, wie er sich zu lustvollen Zielen motivieren soll, wenn ständig die Gefahr der schmerzlichen Überstimulierung besteht. Er ist von der äußeren Autorität allein gelassen und meist auch nicht in der Lage, eine innere Autorität aufzubauen. So wird mancher vielleicht den Konflikt zwischen gesunden Bedürfnissen und der Verweigerungshaltung noch spüren, wenn er die Idee zu einem Spaziergang hat, aber vor dem Fernseher sitzen bleibt; wenn er genug gearbeitet hat und unbewußt oder bewußt den Feierabend fürchtet; wenn er den Streß der Parkplatzsuche kennt und dennoch mit dem Auto in die Innenstadt fährt.

Ich wähle hier absichtlich sehr alltägliche Beispiele, um zu zeigen, daß es bei der Alltagsgewalt nicht um Probleme besonderer Gruppen in unserer Gesellschaft geht. Jede Wiederholung dessen, was wir als ein „Zuviel“ erkennen und dennoch praktizieren, betrachte ich als Gewalt gegen uns selbst.

In der *Abwehr* gegen den Streß der *Langeweile* breiten sich die *Alltagssuchtformen* aus, die weniger stoffgebunden, d. h. von der Zufuhr bestimmter Substanzen als vielmehr prozeßgebunden, mit einem bestimmten Verhalten und Erleben verknüpft sind. Die Möglichkeiten scheinen hier fast grenzenlos: Geldhorten wie auch Geldausgeben (Kaufzwang), Spielen an Automaten, Computern (auch das Spielen mit der Fernbedienung am Fernseher läßt sich dazu zählen), suchtartige Formen von Arbeit, Sexualität, Religion,

Joggen, Fernsehen. Im therapeutischen Bereich kann es die Sucht nach Selbsterfahrungsgruppen werden, die Sucht nach Sorgen (als „ist es nicht schrecklich“-Spiel als Zeitvertreib gegen Langeweile schon von Berne [1970] beschrieben) oder der Mißbrauch von meditativen Techniken sein.

Ist die innere Norm hingegen noch weiter verschoben, so daß statt der Empfindung von lustvoller Erregung sogleich der Schmerz auftritt, wird Selbstschädigung als Mittel der Erlebnissteigerung gesehen, wobei der selbstzugefügte Schmerz lustvoll erlebt werden kann, ebenso wie das Nachlassen des Schmerzes ein Lusterleben bewirkt (Lowen 1980, S. 27). So ist die Zahl der Jugendlichen, die sich in verschiedenen Varianten selbst verletzen, nicht nur im Drogenbereich beträchtlich. (Manche Form der Selbstverletzung kann sicherlich auch als der Versuch verstanden werden, das verlorene Körpergefühl wiederzugewinnen und hierzu massive Reize zu gebrauchen.)

Die Zahl der Eßstörungen nimmt deutlich zu, besonders die Bulimie, das Wechseln von unkontrolliertem Übermaß an Essen und dem anschließenden Erbrechen. Es braucht nicht viel Phantasie, um zu sehen, wie sehr eine solche Gewohnheit Gewalt gegen sich selbst ist.

4. Die Entwicklung des „Null-Bock-Skripts“

Eric Berne bezeichnet Skript als einen „fortlaufenden Lebensplan, der sich unter starkem elterlichen Einfluß in der frühen Kindheit herausgebildet hat.“ (1975, S. 42) Im folgenden soll also untersucht werden, wie sich die Erfahrung einer Elterngeneration mit den Effekten der Verwöhnung in der folgenden Generation der Kinder auswirken werden, bzw. wie das Skript von Kindern und Jugendlichen heute aussehen kann. *Claude Steiner* (1984) beschreibt das „Keine Freude“-Skript aus der Annahme des Mangels heraus:

„Schon von klein auf werden wir gehindert, unseren Körper zu erforschen und zu erleben und dabei auch zu erfahren, was ihm gut tut und angenehm ist und was ihm schadet.“ (S. 99)

Er sieht die Ursache in der Einschränkung, in Verboten von Nacktheit, Onanie, Bewegungsbedürfnissen und Vergnügen. Für manche mag das auch heute noch gelten.

In unserer Analyse betrachten wir eher das Gegenteil: wie statt der Unterdrückung der Überfluß wirksam wird und ein ähnliches

Ergebnis zeigt. Ich nenne dieses Skriptmuster in der neudeutschen „Sponti“-Sprache das „Null-Bock-Skript“. Es handelt sich um ein „banales Skript“, ein Skript ohne Dramatik, gekennzeichnet von Langeweile und Resignation.

„Die Banalität des alltäglichen Lebens bleibt gerade wegen ihrer Alltäglichkeit unbemerkt. Viele Menschen verwenden einen großen Teil ihrer Energie gerade darauf, ihre unbefriedigende Lebensführung für ‚normal‘ oder wünschenswert zu erklären.“ (Steiner 1984, S. 119)

„...Sie (i. e. banale Skripts, d. V.) haben keinen bestimmten Anfang und kein eindeutiges Ende, sie machen ein Leben nur mittelmäßig schlecht.“ (Steiner 1984, S. 120)

Für das „keine Freude“-Skript zitiert Steiner 6. 124) eine Untersuchung von *Rozlyn Kleinsinger*, wonach die Einschärfungen lauten: „Fühle nicht, was du fühlst“ („don’t feel your feelings“) und „sei nicht glücklich“ („don’t be happy“).

(In zynischer Form zeigt der Hit „Don’t worry be happy“ genau diese Problematik auf: Sorglosigkeit, d. h. Geschichtslosigkeit, Vereinfachung der Reize in Sprache und Musik und die illusionäre Verführung eines falsch verstandenen „positiven“ Denkens.)

Diese Einschärfungen sind auch beim „Null-Bock-Skript“ zu finden. Sie werden ergänzt durch ein „sei nicht zufrieden“ und „sei nicht achtsam“ („benutze weder deine Sinne noch deinen Verstand“) und „sei nicht effektiv“.

Der treibende Faktor im Skript ist die Angst vor einer Mangelsituation (vgl. *Steiner* 1984 „Strake-Ökonomie“), die Sorge zu kurz zu kommen, etwas Entscheidendes, Aufregendes zu verpassen. Die Grundthesen lauten: „Alles ist machbar, Herr Nachbar“ oder auch „haste was, biste was“. (vgl. *Gross* 1985, S. 134)

Die Gegeneinschärfungen lauten dementsprechend „suche immer nach dem Mehr, dem Größeren, Besseren, Bequemerem, Raffinierterem, Exotischerem oder auch Billigerem“, denn sonst bist du nicht „in“, sondern „out“ und gehörst nicht dazu!

Auch die „Gesetze der Konsumparadiese“, wie sie *Gross* aufzählt, sind als Antreiberrezepte zu verstehen:

(1) „Sieh immer nach vom und nie zurück“, was gleichbedeutend ist mit Geschichtslosigkeit und damit Vermeidung von Erfahrungslernen.

(2) „Kaufe heute, zahle später“, anders ausgedrückt: Der Preis deines Handelns spielt zunächst keine Rolle, die Rechnung mußt du erst später zahlen, dann weißt du schon nicht mehr wofür, weil du es vergessen hast.

(3) „Laß die Technik für dich arbeiten“, d. h. es muß für alles irgendeine bequeme Lösung geben, nimm eine Pille oder mache Hypnose-Therapie statt Transaktionsanalyse.

5. Lösungswege und Hilfestellungen

Viele Lösungs-Rezepte entsprechen dem Muster von „mehr Desselben“ und müssen daher als Verführungen und *Ab-Wege* gesehen werden.

Keen (1981) listet ironisch die Hilfsangebote professioneller Lebenshelfer auf, die dem Motto folgen:

„Werden Sie aktiv, machen Sie Besuche, Spaziergänge, schreiben Sie Briefe, sitzen Sie nicht einfach rum, tun Sie etwas!“ (S. 87)

Er folgert:

„Wer gelangweilt ist, könnte kaum einem schlechteren Rat folgen. Wer aber noch stärker in seiner Lethargie versacken will, der soll nur Punkt 1. bis 10. einhalten. Wer wirklich Depression und Verzweiflung ‚genießen‘ will, der soll fortfahren, sich dauernd zu stimulieren, sobald er einen Moment der Ruhe und Stille erlebt.“ (S. 88). Lösungen vom Typ „mehr Desselben“ sind daher eindeutig skriptverstärkend und schädlich. Die naheliegende zweite Lösungsidee ist der Verzicht auf den Konsum, die freiwillige Selbstbeschränkung, wie sie von vielen alternativen Bewegungen empfohlen und geübt wird.

In der Sprache der TA handelt es sich hierbei um einen „social control“-Vertrag. Er setzt eine Bewußtheit der schädlichen Wirkungen voraus, zielt auf ein Vermeidungsverhalten ab und bedarf einer starken Motivation zur Veränderung. Hierzu kann die Erfahrung des In-der-Falle-Steckens zunächst hilfreich sein und die Einsicht, daß man sich selbst oder anderen, ohne es zu wollen, Gewalt antut. Sind aber die Wirkungen der Verwöhnung schon so weit fortgeschritten, daß die Autorität generell in Frage gestellt ist, somit auch die innere Kontrollinstanz blockiert ist, sind alle Wege der persönlichen, aber auch der sozialen und gesellschaftlichen Veränderungen, die über Kontrolle, Vorschriften und Disziplinierung laufen, langfristig zum Scheitern verurteilt, weil sie die Verweigerung forcieren und nur oberflächliche Anpassung für die Dauer der Kontrolle erzeugen.

Bleibt die Frage nach einer Lösung auf „höherer Ebene“, in TA-Begriffen des „Autonomie-Vertrags“.

Für diesen Weg sehe ich vier wesentliche Grundlagen, die für Selbsthilfe und Therapie gleichermaßen gelten:

(1) *Das Eingeständnis, in diesem Sinne süchtig geworden zu sein und mit dem Selbstbetrug und dem Verbergen vor anderen aufzuhören.*

„Ein sicheres Zeichen von Sucht ist das unvermittelte Bedürfnis, uns selbst und andere zu täuschen -zu lügen, zu leugnen und zu vertuschen“ (Schaefer 1989, S. 31).

Es ist wesentlich, zu den Fernseh- oder Kaufgewohnheiten, zu Kaffee- oder Zigarettenkonsum, dem Bedürfnis nach Schwerar-

beit, Sorgen oder sexuellen Abenteuern zu stehen und die Serie der guten Vorsätze, der Heimlichkeiten und Schuldgefühle, wenn es wieder einmal nicht gelungen ist, zu beenden.

(2) *Zeit zum Entspannen*, ob mit oder ohne Programm, Gespräche über Konflikte, Äußerung von Wünschen und Bedürfnissen und Übung im „Nein“-Sagen (vgl. *Juli/Engelbrecht-Greeve* 1978).

Die Rückgewinnung der Körperempfindung als Hilfe zur Entscheidung für eigene Bedürfnisse und Wünsche gehört ebenfalls zu diesem Ansatz.

Hilfreich ist hier die Methode des Focusing von Gendlin (1981) mit der Übung, Probleme mit Abstand anzuschauen, sie zu erfühlen, gefühlsmäßig und über die Körperreaktion zu gewichten, und mit Hilfe des „body shift“, der körperlichen Antwort auf eine Vorstellung, der zentralen Frage und der Lösungsidee in Form von Worten oder Bildern zu einem nächsten Schritt zu kommen.

(3) Das *Wiedererlernen der Muße* führt über die wirkliche Langeweile, einem „Nichts-Tun“, das sich von dem passiven Erleiden unterscheidet, indem die Situation gesucht und bewußt erlebt wird. Die Einbeziehung der Meditationstechniken in die Therapie entspricht diesem Weg (z. B. *Wilber* 1986). Wesentlich ist hierbei, die innere Leere wirklich zuzulassen und sich nicht mit Musik, Bildern, Texten, besonderen Körperstellungen etc. zu beschäftigen. Es fällt zunächst schwer, Ruhe und Muße nicht als ein „sich abschalten“ mißzuverstehen, sich nicht in grenzenlose Träume zu flüchten oder unbedingt etwas Besonderes oder Schönes dabei erleben zu wollen.

Keen beschreibt diese Notwendigkeit drastisch:

„Das Beste, was man gegen Langeweile tun kann, ist, nichts zu tun. Schaffen Sie sich kein Hobby an! Schalten Sie nicht den Fernseher ein! Kaufen Sie nichts! Arbeiten Sie nirgendwo freiwillig mit! Fangen Sie keine außereheliche Beziehung an! Gehen Sie nicht auf Reisen! Wechseln Sie nicht ihren Job! Für all das gibt's noch genug Zeit später, wenn Sie wirklich wissen, ob Sie diese Dinge auch tun wollen.“ (1981, S. 88)

Das „Zu-sich-findenden“ in der Langeweile ist eine Gratwanderung mit ständigem Risiko, von der Intimität in den Zeitvertreib, vom Gewahrsein in die Selbstbeobachtung abzugleiten und damit die Lust in der Stimulation statt in der Empfindung zu suchen. (vgl. *Lowen* 1980, S. 30) (Selbstbeobachtung ist hier im Unterschied zu Selbstwahrnehmung oder „Awareness“ verstanden als eine dissoziierte, erlebnisferne Analyse der eigenen Person, die damit zum Zeitvertreib wird.)

(4) *Die Rückgewinnung der Körper- und Sinneslust*. Hierbei sind Körper- und Atemübungen eine gute Unterstützung (*Lowen* 1980, *Brooks* 1979). Dabei ist die Selbst-Festlegung und Grenzerfahrung wesentlich, die Entscheidung für etwas, die beinhaltet, auf ande-

res zu verzichten, Dingen und Ereignissen Bedeutung zu geben, was zur Folge hat, daß wir Sinn geben und Sinn erfahren (dabei auch kritisch den Sinn von unverstandenen Handlungen und Ereignissen erfragen) und somit eine immer deutlichere Identität und Individualität erfahren.

Ziel dieser Rückgewinnung von Sinnes-Lust ist die Unmittelbarkeit des eigenen Tuns, das die Psychologie den „Flow“, den Fluß nennt.

„Deine Konzentration ist vollständig. Deine Gedanken wandern nicht herum, Du denkst an nichts anderes: Du bist total in Deinem Tun absorbiert. In Deinem Körper hast Du ein gutes Gefühl. Der Körper ist überall wach. Deine Energie fließt sehr leicht. Du fühlst Dich entspannt, angenehm und energiegeladen.“ (Beschreibung eines Tänzers bei Ernst 1990, S. 27)

Damit ist die „Ebene Lust“, wie sie *Steiner* (1984, S. 289) als Lösungsweg für das „keine Lust“-Skript nennt, und die Autonomie in der Wahrnehmung, der Spontaneität und der Intimität, oder anders der wirkliche Kontakt zu sich und anderen und damit die Basis der Liebe zu sich und anderen als Antithese zur Alltagsgewalt erreicht.

Die notwendigen Veränderungen fasse ich in einem Konzept des BE-SINNENS, einem Lebensvollzug aus dem Sinneserleben heraus, zusammen:

- (1) spüren (Übungen zur Rückgewinnung der Körperempfindung)
- (2) wahrnehmen (Übungen zur ganzheitlichen Bewußtheit als Zugang zu inneren Bedürfnissen)
- (3) wünschen/phantasieren (Aktivieren der Kraft des freien Kindes als Basis einer Entscheidung)
- (4) wählen/entscheiden für etwas (Gegengewicht zum Verzicht)
- (5) Bedeutung geben/sich binden (emotionales Engagement für das, wofür ich mich entschieden habe)
- (6) bewahren (Entwicklung einer eigenen Lebensgeschichte)
- (7) Sinn geben/Sinn finden (Entwicklung und Beschreibung von Lebenszielen)
- (8) eigene Identität als autonomer Mensch finden.

Mit jedem dieser Schritte steigt die Genußfähigkeit und die Lebenslust und leitet so einen positiven Zirkel, anstelle des suchtauslösenden Circulus Vitiosus, ein.

Georg Pelz, Dr. phil. und Dipl.-Psych., ist lehrberechtigter Transaktionsanalytiker unter Supervision der ITAA/DGTA. Er arbeitet als klinischer Psychologe (BDP) in freier Praxis in Regensburg.

Zusammenfassung

Der Autor beschreibt die Wirkung langdauernder Über-Stimulierung der Sinne auf das Erleben von Freude und Genuß. Formen von selbstschädigendem Verhalten und die Bedingungen eines banalen Skriptmusters werden besprochen. Therapeutische und pädagogische Lösungswege werden aufgezeigt.

Summary

The author describes the effects of longterm sensory overstimulation on the experience of joy and satisfaction. Different kinds of self destructive behavior and the development of a related scriptpattern are discussed. Finally ideas for therapeutic and pedagogical treatment are given.

Literatur

- Berelson, B. & Steiner, G. A., *Menschliches Verhalten: Grundlegende Ergebnisse empirischer Forschung*. Bd. 1: Forschungsmethoden/Individuelle Aspekte. 3. Aufl. Weinheim: Beltz, 1974
- Berne, Eric, *Spiele der Erwachsenen: Psychologie der menschlichen Beziehungen*. Reinbek Rowohlt (TB 6735/36), 1970
- Berne, E., *Spielarten und Spielregeln der Liebe: Psychologische Analyse der Partnerbeziehung*. Reinbek: Rowohlt (TB 6848), 1974
- Berne, E., *Was sagen Sie, nachdem Sie ‚Guten Tag‘ gesagt haben?: Psychologie des menschlichen Verhaltens*. München: Kindler (TB 2192), 1975
- Brooks, C. V. W., *Erleben durch die Sinne (Sensory Awareness)*. Paderborn: Junfermann, 1979
- Ernst, H., *Der Langeweile entkommen*. *Psychologie heute* 1990,17,26-29
- Fromm, E., *Über die Liebe zum Leben*. München: DTV (15018), 1986
- Gendlin, E. T., *Focusing: Technik der Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme*. Salzburg: Otto Müller, 1981
- Gross, W., *Hinter jeder Sucht steckt eine Sehnsucht. Hilfen für den Umgang mit unseren Alltagsdrogen: Essen, Fernsehen, Musikhören, Arbeiten*. Freiburg: Herder (TB 1163), 1985
- Holst, D., von & Scherer, K. R., *Streß*. In: Immelmann/Scherer/Vogel/Schmoock, *Psychobiologie: Grundlagen des Verhaltens*. Stuttgart: Fischer, 1988
- James, M., *Breaking free: Self reparenting for a New Life*. 3. Auflage. Reading, Mass.: Addison-Wesley Publ., 1985
- Juli, D. & Engelbrecht-Grene, M., *Streßverhalten ändern lernen: Programm zum Abbau psychosomatischer Krankheitsrisiken*. Reinbek: rororo (Sachbuch 7193), 1978
- Keen, S., *Sich Zeit nehmen für die Langeweile*, In: *Psychologie heute* Redaktion (Hrsg.) *Die Veränderung des Alltags*. Weinheim: Beltz, 1981
- Korcmk, D., (Hrsg.) *Die betäubte Gesellschaft. Süchte: Ursachen-Formen-Therapien*. Frankfurt: Fischer, 1986
- Löwen, A., *Lust. Der Weg zum kreativen Leben*. 2. Aufl. München: Kösel, 1980
- NoZting, H. -P., *Lernschritte zur Gewaltlosigkeit: Ergebnisse psychologischer Friedensforschung*. Reinbek: Rowohlt, 1981
- Nuber, U., *Warum wir uns langweilen*. *Psychologie heute* 1990,17,20-26

- Schaeff, A*, **Im Zeitalter der Sucht: Wege aus der Abhängigkeit**. Hamburg: Hoffmann & Campe, 1989
- Schmidbauer, W.*, **Weniger ist manchmal mehr: Zur Psychologie des Konsumverhaltens**. Reinbek Rowohlt (TB 7874), 1984
- Selye, H.*, **Stress**. 2. Aufl. München: Piper, 1988
- Sprenger, W.*, **Augenblicke**. 5./6. Aufl. Konstanz: Nie/nie/sagen- Verl., 1981
- Steiner, C.*, **Wie man Lebenspläne verändert: Die Arbeit mit Skripts in der Transaktionsanalyse**. Paderborn: Junfermann, 1984
- Wilber, K.*, **Wege zum Selbst. Östliche und westliche Ansätze zu persönlichem Wachstum**. 2. Aufl. München: Kösel, 1986
- Winterswyl, R.*, **Die Welt als Bildfolge und Unterhaltung. Über die zweite Generation der Medienkinder**. Hamburg: DIE ZEIT 19./20.12.1987

Anschrift des Autors:

Dr. Georg Pelz
Brennesstr. 1
D-8400 Regensburg

Feministische Therapie – Transaktionsanalyse – feministische Transaktionsanalyse

Angela Kinzer

Ich werde in diesem Artikel die Merkmale feministischer Therapie ausführen, um dann zu erörtern, welche Parallelen es zur TA gibt, und um die Frage zu klären, ob eine feministische TA möglich ist.

Es ist leicht zu sagen, was feministische Therapie nicht ist. Es ist keine Therapierichtung, keine Therapiemethode. Feministische Therapie meint vielmehr einen bestimmten Anspruch an Therapie, ein Merkmal von Therapie, nämlich frauenunterstützend zu sein, indem die Bewußtheit über gesellschaftliche Bedingungen für Frauen und ihre spezifischen Lebenszusammenhänge in die Beratung und Therapie einfließt.

Kritik an der patriarchalen Gesellschaft

Die Forderung nach einer feministischen Therapie entwickelte sich in und aus der Autonomen Frauenbewegung. Ausgangspunkt war die Analyse unserer Gesellschaft als patriarchale Gesellschaft, gekennzeichnet durch eine große Spannweite von Diskriminierung und Unterdrückung von Frauen. Diese Diskriminierung von Frauen wurde und wird aus den unterschiedlichsten Blickwinkeln heraus betrachtet, sei es juristisch, philosophisch, soziologisch, linguistisch, historisch oder psychologisch.

Ich möchte im folgenden vier Merkmale der patriarchalen Gesellschaft ausführen: den Minderheitenstatus der Frauen, die Gewaltverhältnisse, das dualistische Denken sowie die geschlechtsspezifische Sozialisation und das Rollenverhalten.

1. Der soziologische Minderheitenstatus von Frauen

In den USA wurden Studien über die Beziehung zwischen der schwarzen und der weißen Bevölkerung gemacht (z. B. *Allport* 1971). Einige Merkmale der dominanten Gruppe (weiße Bevölkerung) gegenüber der unterlegenen Gruppe sind:

- größerer Einfluß bei der Regelsetzung (Gericht, Rechtsordnung)
- größerer Einfluß in Institutionen wie z. B. Kirche, Gewerkschaften, Medien
- größerer Einfluß in der Politik und Wirtschaft
- Zuschreibung des Expertenstatus

und, dies möchte ich noch hinzufügen:

- mehr materielle Ressourcen.

Die Merkmale der dominanten Gruppe sind mit Macht verbunden. Diese Studie läßt sich auf das Verhältnis der Geschlechter übertragen. Frauen haben im Vergleich zu den Männern weniger Einfluß in Politik, Wirtschaft, Justiz und Institutionen, den Männern wird ein Expertenstatus zugesprochen, und sie haben mehr materielle Ressourcen zur Verfügung. Das bedeutet, daß Frauen zwar zahlenmäßig in der Mehrzahl sind, im soziologischen Sinn jedoch in der Minderheit. Auch auf der psychologischen Ebene zeigen Frauen Verhaltensmerkmale, die bei Minderheiten beobachtet wurden, wie Identifikation mit dem Aggressor, Selbsthaß und Mißtrauen gegenüber Mitgliedern der eigenen Gruppe (s. u.).

2. *Gewaltverhältnisse*

Die patriarchale Gesellschaft ist gekennzeichnet durch strukturell bedingte, geschlechtsspezifische, d. h. von Männern ausgeübte, Gewalt. Von Männern gehen weitaus mehr Gewaltdelikte gegen Kinder, Männer und Frauen aus als von Frauen. Dies trifft insbesondere zu auf die Ausübung sexueller Gewalt, die gesellschaftlich geduldet, wenn nicht sogar gerechtfertigt und toleriert wird (z. B. Vergewaltigung in der Ehe). Jedes dritte Mädchen erfährt in seiner Kindheit oder Jugend sexuelle Gewalt! Die psychischen Folgen sexueller Gewalt in der Kindheit sind sehr weitreichend. Dies betont die Bezeichnung „Überlebende“, wie sich Inzestopfer in den USA nennen.

3. *Dualistisches Denken*

Ein weiteres Merkmal der patriarchalen Gesellschaft ist das dualistische Denken, ein Denken in Polen wie aktiv - passiv, rational - emotional, stark - schwach. Diese Begriffe kennzeichnen nicht verschiedene Aspekte allgemeinemenschlichen Verhaltens, sondern Pole. Ich könnte sie wie eine Gleichung behandeln und

unter die eine Seite schreiben: = männlich (rational, aktiv, stark, aggressiv), und unter die andere: = weiblich (passiv, emotional, dulddend, schwach), wobei jedoch die „weibliche“ Seite minderer bewertet wird als die „männliche“.

4. Sozialisation und geschlechtsspezifische Rollen

Diese Zuschreibung von Charaktereigenschaften zu einem bestimmten Geschlecht spiegelt sich in der geschlechtsspezifischen Sozialisation und der geschlechtsspezifischen Rollenerwartung und wird von diesen wiederum festgeschrieben, womit sich ein Kreis schließt. U. Scheu (1977) hat nachgewiesen, daß die Sozialisation von Jungen und Mädchen nicht nur unterschiedlich ist, sondern daß ein wesentlicher Unterschied darin besteht, daß die Sozialisation von Jungen entwicklungsgerechter ist. So werden Jungen z. B. länger gestillt als Mädchen, und, wenn sie beginnen, sich von der Mutter zu lösen, wird ihnen mehr Entfernung zugestanden als den Mädchen im gleichen Entwicklungszeitraum.

Was ihren Körper, ihr Aussehen betrifft, so lernen die Mädchen einerseits, daß sie attraktiv seien, sich pflegen, schön machen sollen, andererseits erfahren sie die Mißachtung des weiblichen Körpers: er wird funktionalisiert, entwürdigend dargestellt, und häufig erfahren die Mädchen massive sexuelle Gewalt. In ihrer Bewegungsfreiheit werden die Mädchen in der Erziehung eingeschränkt. Die Mißachtung des weiblichen Körpers wird als Kristallisationspunkt der Unterdrückung betrachtet.

Die geschlechtsspezifische Erziehung geht über die Familie hinaus und setzt sich in der Umgebung des Kindes und Jugendlichen, z. B. der Schule, fort. Die Medien tragen ebenfalls zur geschlechtsspezifischen Erziehung und Rollenerwartung bei.

Die Kernelemente der mit der weiblichen Geschlechtsrolle verbundenen Erwartungen sind: Interesse für Mann, Kinder, Familie, Haushalt, Fürsorglichkeit, Aufopferung, Unterordnen eigener Interessen, Leben in Stellvertretung, für andere wichtig zu sein, statt sich selbst wichtig zu nehmen, akzeptieren von finanzieller Abhängigkeit, Aggressionsverbot. Für Mädchen und Frauen bedeutet die Erfüllung der an sie gestellten Erwartungen eine Überforderung und Gratwanderung. Die Unvereinbarkeit der Erwartungen wird am deutlichsten am Traumfraubild des südamerikanischen Macho: die Frau soll Mama, Madonna und Hure sein. In den folgenden Begriffspaaren wird die von den Frauen zu bewältigende Gratwanderung deutlich: Dummchen – Intellektuelle, Frigide Frau

- Hure, Püppchen - Mannweib, Glucke - Rabenmutter, Schlampe
- Putzteufel.

Mit der gesellschaftlichen emanzipatorischen Entwicklung einher geht einerseits ein größerer Handlungsspielraum für die Frau, andererseits hat sich der Widerspruch der Erwartungen an die Frauen noch verstärkt. Sie sollen die traditionelle Rolle erfüllen und eine emanzipierte Frau sein, z. B. Erwerbstätigkeit und Kinder vereinbaren, dabei ausgeglichen und attraktiv sein. Die widersprüchlichen Anforderungen können zu Konflikten in der weiblichen Identität und zu einer permanenten Überbelastung führen.

Der äußeren Kolonialisierung der Frau, d. h. ihrem eingeschränkten Handlungsspielraum, entspricht eine innere Kolonialisierung. Folgendes sind „typisch weibliche“ Reaktionsmuster: Selbstabwertung und Abwertung des eigenen Geschlechts, Überanpassung, Passivität, Konfliktscheu und Aggressionshemmung, mangelndes Identitätsbewußtsein (eigenen Status erhalten über andere), Ängstlichkeit, learned helplessness, keine effektiven Handlungsweisen, Angst vor Erfolg, Delegieren von Verantwortung, Aufopferung für die Familie, Aufgehen in der Mutterrolle, Selbstverleugnung, Gefühl von Sinnlosigkeit und Überforderung, Schuldgefühle und Versagensängste, Schwierigkeiten im sexuellen Bereich, Eßstörungen, verschiedene psychosomatische Beschwerden wie Blutungen, Bauchschmerzen usw. Diese Reaktionsmuster sind beschränkte, inadäquate und häufig selbstzerstörerische Strategien der Situationsbewältigung.

Schlußfolgerung:

Eine geschlechtsspezifische Sozialisation, unterschiedliche soziale Rollen, die gesellschaftlichen Gewaltverhältnisse, das dualistische Denken und unterschiedliche Teilnahme an gesellschaftlicher Macht und Einflußmöglichkeiten bedingen eine für Männer und Frauen verschiedene soziale Wirklichkeit in einem hermeneutischen, wissenssoziologischen Sinn. Frausein in einer patriarchalen Gesellschaft bedeutet, in einer verschärften sozialen Situation zu leben. Damit einher gehen spezifische Schwierigkeiten der Lebensbewältigung sowie bestimmte psychische und physische Reaktionen und Probleme. Dazu folgende Zahlen: bei Frauen zwischen 12 und 20 Jahren werden 26 % mehr Neurosen und 100 % mehr Psychosen diagnostiziert als bei Männern. Bei den Frauen, die sich den 40ern nähern, werden 100 % mehr Schlafstörungen, 110 % mehr Neurosen und 120 % mehr Depressionen diagnostiziert; und dementsprechend nimmt auch der Medikamentenver-

brauch zu. Frauen von 30 bis 40 erhalten im Vergleich zu den 20 – 30jährigen 85 % mehr Schlaf- und Beruhigungsmittel, 120 % mehr Tranquilizer und Neuroleptika und 170 % mehr Mittel gegen Depressionen (vgl. *Sichrovsky 1984, S. 125,133,148*).

Kritik am Gesundheitsbereich

1. Die Definition von Gesundheit

Die gesellschaftliche Mißachtung der Frau drückt sich auch im Gesundheitsbereich aus. So ist bereits die Definition von Gesundheit diskriminierend, wie eine amerikanische Untersuchung von *Brovermann (1970)* belegt. Das Bild eines gesunden Menschen korrespondiert mit dem eines gesunden Mannes. Wurden die Untersuchungspersonen – im Gesundheitsbereich tätige Männer und Frauen – nach dem Bild einer gesunden Frau befragt, so wich dies von dem des gesunden Menschen/Mannes ab. Eine gesunde Frau wurde als empfindlicher, weniger aggressiv und abenteuerlustig, eher submissiv, abhängig und beeinflussbar, weniger ehrgeizig und objektiv, emotionaler und erregbarer als ein gesunder Mann/Mensch geschildert. Eine Frau kann demnach wählen zwischen dem, eine gesunde Frau zu sein, dann ist sie aber kein gesunder Mensch, oder sie ist ein gesunder Mensch, dann aber keine gesunde Frau!

2. Kritik am Denkmodell individueller Pathologie

Solche, an den traditionellen Rollen orientierte Vorstellungen fließen auch unreflektiert in Therapie und Beratung ein, sowohl was die Erklärungsmodelle psychischer Probleme, Diagnosen und Therapiemethoden, als auch die Ziele betrifft. Frauen sollen mit ihrer weiblichen Rolle ausgesöhnt werden. „Weibliches“, d. h. auf spezifische Lebensumstände reagierendes Denken, Fühlen und Verhalten wird häufig minder bewertet oder auch pathologisiert, gesellschaftliche Bedingungen außer acht gelassen. Ein Beispiel hierfür ist die Diagnose „Magersucht“, interpretiert als die Weigerung des Mädchens, erwachsen, eine Frau zu werden. Feministische Therapeutinnen gehen davon aus, daß die meisten magersüchtigen Mädchen sexuell mißbraucht wurden, und daß die Magersucht ein Versuch ist, mit dem vermeintlich Bösen im eigenen Körper zurechtzukommen und Kontrolle zu haben. Die Feministi-

sche Therapie kritisiert das Denkmodell individueller Pathologie und sucht statt dessen nach den Zusammenhängen individueller Lebensgeschichte und persönlicher und kollektiver Unterdrückung. Es findet eine Konfliktverlagerung von innen nach außen statt.

3. Sexuelle Gewalt

Im therapeutischen Setting werden Frauen nicht selten emotional und sexuell mißbraucht, was häufig eine Wiederholung der kindlichen Erfahrung ist und ebenso, wie der kindliche Mißbrauch durch die Familie, nun von der „therapeutischen Gemeinschaft“ tabuisiert oder geleugnet wird.

4. Stabilität versus Instabilität

Ich möchte kurz auf die von Petzold (1974) in der Gestalttherapie entwickelten fünf Säule, der Identität eingehen, nämlich den Bereich Arbeit als erste Säule, Normen, Werte und Sinngebung als zweite Säule, der Bezug zu sich selbst, die Leiblichkeit als dritte Säule, als vierte Säule den Kontakt zu anderen, das soziale Netz, und schließlich als fünfte Säule die materiellen Grundlagen. Diese fünf Säulen werden als ein Grobraster für die Stabilität eines Menschen betrachtet, wobei die Gefahr einer Krise besteht, wenn zwei oder mehr Säulen instabil sind. Danach wäre fast die gesamte weibliche Bevölkerung in einer Krise!

Aus diesen Betrachtungen des Gesundheitssystems sowie den oben ausgeführten Überlegungen zur patriarchalen Gesellschaft entstand die Forderung nach feministischer Beratung und Therapie. Nach dem Motto: das Persönliche ist politisch, entstanden zunächst Selbsthilfegruppen, die nach den Prinzipien des Co-counselling arbeiteten. Die Wichtigkeit professioneller Beratung und Therapie wurde jedoch immer mehr gesehen. 1974 entstanden die ersten Frauenberatungs- und Therapieprojekte, die sich nicht als Ergänzung oder Entlastung traditioneller Versorgungssysteme, sondern als Abgrenzung zu diesen und als notwendige Alternativen verstanden.

Feministische Therapie

Nach diesen Ausführungen wende ich mich nun den Elementen feministischer Therapie zu.

1. Um die gesellschaftliche Situation der Frauen möglichst differenziert zu analysieren, bedient sich die Feministische Therapie der verschiedenen Forschungsansätze, z. B. der Sozialpsychologie, der soziologischen Rollentheorie, Studien zur Geschlechtsidentität u. s. w. Die Bewußtheit über die Reduzierung der Lebensmöglichkeiten und der Lebensqualität von Frauen und Mädchen sowie das Wissen um spezifische weibliche Formen der Umgangsweisen mit diesen Einschränkungen als auch um weibliche Mechanismen zu funktionieren bzw. um deren Versagen sind die Voraussetzung für Feministische Therapie.

2. Soziale und innerpsychische Realität als auch dysfunktionale Verhaltensweisen werden in der Feministischen Therapie in Zusammenhang gesetzt. Und hierauf wird meist mehr Gewicht gelegt als auf eine Diagnose, die den Blickwinkel auf das Individuum und seine Persönlichkeitsstörung einengen. Psychische Schwierigkeiten und psychosomatische Erkrankungen werden als Resultat frauenfeindlicher Lebensbedingungen gesehen, manches auch als Auflehnungspotential, als Widerstand gegen Anpassung gedeutet. Es gilt, dieses meist selbstzerstörerische Potential umzuwandeln in positive Kraft zur Veränderung.

3. Diese Sichtweise, dieser politisch-philosophische Ansatz, wird offengelegt und fließt in die Therapie ein. Möglichkeiten zur Veränderung werden durch Informationen und das Bewußtwerden von Zusammenhängen gefördert.

4. Die Frauen werden in ihrer Wahrnehmung unterstützt, ihre subjektive Wirklichkeit wird akzeptiert, ihre Gefühle werden ernst genommen. Sie erhalten Hilfestellung bei der Bewußtwerdung eigener Bedürfnisse und Unterstützung für die Durchsetzung ihrer Interessen durch die Vergrößerung des Handlungspotentials. Ein besonderes Augenmerk liegt in der Feministischen Therapie auf der Körperlichkeit und eventuellen Gewalterfahrungen, wobei die Feministische Therapie davon ausgeht, daß jede Frau sexuelle Gewalt erfährt und jedes dritte Mädchen sogar sexuellen Mißbrauch, eine Erfahrung, die von dem Mädchen oft als lebensbedrohend erlebt wird.

5. Achtung und Wertschätzung weiblicher Fähigkeiten und Werte: Frauen haben auf Grund der gesellschaftlichen Bedingungen und ihrer weiblichen Sozialisation spezifische Defizite und spezifische Fähigkeiten. In der feministischen Therapie wird die Aufmerksamkeit nicht primär auf die Defizite gelenkt, die spezi-

fisch weiblichen Fähigkeiten und die im Gegensatz zu den Männern oft lebensbejahenderen Werte und Lebenshaltungen werden betont. Die Ausrichtung auf die Bedürfnisse anderer kann zu großen emphatischen und intuitiven Fähigkeiten führen, die hauptsächlich von Frauen getragene Kindererziehung und ihre Fähigkeit des Gebärens zu einer größeren Sensibilisierung für unsere Lebensbedingungen und deren fortschreitende Zerstörung.

Das Weibliche zu achten und zu heilen, dieses Anliegen wird von den feministischen Therapeutinnen auch in seiner politischen Dimension betont, im globalen Zusammenhang der Überlebenschancen des Menschen.

Feministische Therapie beinhaltet auch, daß die Therapeutin sich hinterfragt bezüglich eigener Anteile von verinnerlichter Frauenabwertung.

6. Die reflektierten eigenen Erfahrungen sowie die subjektive Betroffenheit der Beraterin/Therapeutin können in die Therapie einfließen, wobei sich die Therapeutin der Gefahr der Konfluenz bewußt sein muß.

7. Die Parteilichkeit der Therapeutin, ihre Solidarität, ihre Parteinahme und Engagement für die Klientin werden betont.

8. Die Problematik des Machtgefälles in der therapeutischen Beziehung wird immer wieder reflektiert. Das Anliegen ist, das Machtgefälle möglichst gering zu halten.

9. Feministische Therapie ist keine einheitliche Therapieform, sondern eine eklektische Therapie, denn Elemente aus verschiedenen Therapierichtungen werden verwandt. Die Arbeitsweise soll methodenübergreifend sein, an den Bedürfnissen der Frau orientiert. Dazu ist es nötig, die Therapieschulen kritisch zu hinterfragen bezüglich ihrer Inhalte sowie sexistischer Elemente. Dies betrifft insbesondere das Menschbild sowie die Integration verschiedener Persönlichkeitsanteile als auch den politisch/philosophischen Hintergrund. Bezüglich der TA möchte ich zwei Beispiele nennen: einmal den Titel eines Spieles: „Hilfe, Vergewaltigung“ als auch die diesbezüglichen inhaltlichen Ausführungen von *Berne*. Ohne Einbeziehung gesellschaftlicher Bedingungen ist dies ein Beispiel für Sexismus, ebenso wie die Verharmlosung von sexueller Gewalt, wie sie bei *Berne* auch an anderer Stelle zu finden ist. So in seiner Beschreibung des Rotkäppchen-Skripts, in der er sexuelle Gewalt nicht als solche benennt, sondern von sexuellen Erlebnissen des Mädchens spricht und diese auch noch positiv bewertet (*Berne* 1983, S. 65/66).

10. In den Anfängen der Feministischen Therapie wurde die Gruppentherapie der Einzeltherapie vorgezogen, da in der Gruppe die „weibliche Wirklichkeit“ deutlicher wird. Zudem bietet die

Gruppe die Möglichkeit, Beziehungen und Freundschaften aufzubauen, die im Alltag unterstützend sein können. Ferner ist die Gruppe direktes Übungsfeld für neues Verhalten.

Eine Gruppe sollte von zwei Frauen angeleitet werden, die von- und miteinander lernen als auch sich austauschen können. Die Leiterinnen sollen auch Modell für Kooperation und das Austragen von Konflikten sein.

Mittlerweile hat sich das Verhältnis von Gruppen- und Einzeltherapie in der feministischen Therapie verschoben. Mein Eindruck ist, daß sogar die Einzeltherapie vorherrscht, wobei die Gründe dafür m. E. in einer allgemeinen gesellschaftlichen Entwicklung der Vereinzelung und des Bedürfnisses nach mehr individueller Unterstützung liegen.

11. Die Ziele feministischer Therapie und Beratung sind: größere Rollenflexibilität erwerben, lernen, eigene Gefühle und Bedürfnisse ernstzunehmen und die eigene Person wertzuschätzen, Ganzheit der eigenen Person ermöglichen, Handlungsalternativen entwickeln sowie Bewußtheit und Autonomie erwerben.

12. Eines gilt als Grundvoraussetzung feministischer Beratung und Therapie, nämlich das Sich-Einlassen auf den eigenen Prozeß der Bewußtwerdung und des Wachstums von Seiten der Therapeutin. Ein „höheres“ Bewußtsein, damit meine ich mehr Sensibilität für die Lebensumstände der Frauen, bedeutet auch eine größere Leiderfahrung, denn die Wirklichkeit ist für Frauen oft leidvoll. Dies gilt für die Klientin als auch die Therapeutin. Für beide liegt die Gefahr darin, die eigene Bedrohung durch die Bewußtheit der Machtverhältnisse mittels Leugnung derselben zu vermeiden. Die Bewußtmachung bedarf auch immer wieder der Kraft, nicht in Resignation oder Angst zu verharren, sondern positive Lebensenergie zu aktivieren.

13. Einige feministische Therapeuten betonen auch den spirituellen Aspekt, sie sehen die Spiritualität als ein Element ihrer therapeutischen Arbeit.

Ein Verdienst Feministischer Therapeutinnen ist es, sich der spezifisch weiblichen Realität zu stellen, immer wieder „heiße Eisen“ anzupacken und Tabus zu brechen, wie es am Beispiel sexueller Gewalt deutlich wird.

Ich möchte jedoch zum Ende dieser Ausführungen noch auf eine Gefahr aufmerksam machen. Diese liegt darin, die therapeutische Professionalisierung gemäß der traditionell sinnvollen Lebensaufgabe für Frauen zu sehen, nämlich für andere zu sorgen und ein Machtgefühl aus dem Genuß abzuleiten, von anderen gebraucht zu werden und dabei sich selbst und die eigenen Interessen aus dem Auge zu verlieren.

Feministische Transaktionsanalyse?

Es gibt Übereinstimmungen mit diesen Paradigmen der Feministischen Therapie und der Transaktionsanalyse, insbesondere was die Richtung von *Claude Steiner* und *Hogie Wyckoff* betrifft, den Ansatz der „radical psychiatry“. Dies ist kein Zufall, sind es doch beide gesellschaftskritische Ansätze, die gesellschaftsverändernd wirken wollen und sich von traditioneller Psychiatrie abgrenzen.

Ich möchte im folgenden einzelne Aspekte Feministischer Therapie mit denen der Transaktionsanalyse vergleichen.

1. Das Einbeziehen gesellschaftlicher Realität und Parteilichkeit

Das bewußte Einbeziehen gesellschaftlicher Realität in den therapeutischen Prozeß, d. h. hier, geschlechtsspezifischer Realität, ist sicherlich nicht etwas, was allen transaktionsanalytischen Therapeutinnen gemeinsam ist, ja, einige werden sich vielleicht dagegen verwehren. *Steiner* fordert dies jedoch für einen guten Therapeuten:

„Das Leben findet meist in einem -unterdrückenden - Kontext statt; ein Therapeut, der dies ignoriert, übersieht eine bedeutsame Verhaltensdeterminante. Ein Therapeut, der Unterdrückung in der Gesellschaft ignoriert - Sexismus, Rassismus, die Verachtung des Alters, die Ausbeutung der Arbeiter, usw. - wird als Therapeut wenig hilfreich sein und versagen, . . .“ (Steiner 1985, S. 121)

Die geschlechtsspezifischen Rollen fließen in die Skripttheorie ein. *Hogie Wyckoff* beschreibt die Geschlechtsrollenanteile bei der Bildung von Skripts sowie typische männliche und weibliche Lebensläufe, z. B. das „Krankenschwester-Skript“ (1965, S. 193-226). Auch *Dorothee Jongeward* und *Dru Scott* beschreiben ausführlich verschiedene geschlechtsspezifische Skripts in ihrem Selbsthilfe-Handbuch „Women as Winners“ (1976, S. 37-60). *Wyckoff* erwähnt auch die körperliche Ebene des Sexismus bei der Beschreibung des weiblichen „body-scripts“ (leider nicht sehr ausführlich) (1985, S. 197).

Als Instrumentarium sind die Strukturanalyse 2. Ordnung sowie die Skriptanalyse geeignet, festzustellen, welche gesellschaftlichen Normen und Werte bezüglich der Geschlechterrollen internalisiert wurden, und welche frau beibehalten bzw. von welchen sie sich befreien will. Ich arbeite auch gerne mit der von *F. English* entwickelten Skriptanalyse mittels der Lieblingsgeschichten.

Beide, *Wyckoff* und *Steiner*, beschäftigen sich mit den Auswirkungen der gesellschaftlichen Bedingungen auf den Beziehungs-

bereich. Die Heimtücke der Skript-Vorschriften, die die Beziehung zwischen Männern und Frauen regeln, liegt nach Wyckoff in der Mystifikation des Zusammenlebens beider Geschlechter nach dem Ying und Yang-Modell, als Einheit der Gegensätze, als ideale Ergänzung. In Wirklichkeit entfremdet diese Vorstellung einander (1985, S. 202).

Steiner fordert, das aus den geschlechtsspezifischen Rollenerwartungen resultierende Machtgefälle in Beziehungen zwischen Männern und Frauen in die therapeutische Arbeit einzubeziehen, sonst würde ein Hauptaspekt dieses Arbeitsfeldes vernachlässigt. Für ihn beinhaltet dies die von den Feministinnen betonte Parteilichkeit.

„Es gehört geradezu zur Ausbildung des Psychotherapeuten, Machtbeziehungen seiner Klientel aus der therapeutischen Arbeit herauszuhalten. Allgemein gesprochen vernachlässigt die psychotherapeutische Praxis insgesamt politische Einflußgrößen (und hierzu gehört Macht) vollständig. Dieser blinde Fleck verstellt dem Psychotherapeuten den Blick für Machtmißbrauch in zwischenmenschlichen Beziehungen und damit auch für das Leid, das durch Machtmißbrauch entsteht. Sobald jedoch der Therapeut Gewalt und Machtmißbrauch als Kategorien seiner Arbeit zuläßt, wird er in den meisten Fällen die berufsübliche, neutrale Beobachterrolle zugunsten einer engagierten Parteinahme für den Schwächeren aufgeben. Da aber viele Therapeuten nicht zu Parteigängern der Machtlosen werden möchten, beharren sie weiter auf ihrem blinden Fleck.“ (Steiner 1985, S. 244)

2. Das Menschenbild bzw. das Gesundheitsverständnis der TA

Auch in der Transaktionsanalyse läßt sich Kritik an den Normen von Krankheit und Gesundheit finden, besonders in Hinblick auf klinische Diagnosen und die damit verbundene Gefahr von Etikettierung (vgl. Steiner 1985, S. 265/266). Die TA hat keine Diagnosen entwickelt wie die Psychoanalyse (was ihr häufig zum Vorwurf gemacht wird!), sie hat aber sehr wohl ein ausgezeichnetes diagnostisches Instrumentarium für den einzelnen Menschen, das ihn mit seinen individuellen Schwierigkeiten beschreibt, es aber nicht erlaubt, ihn in eine bestimmte Schublade zu stecken! Die transaktionsanalytische Definition von Gesundheit: ein psychisch gesunder Mensch sollte alle drei Ich-Zustände mit Energie besetzen können, und zwar zu gleichen Anteilen. Diese Definition ist erfrischend unkompliziert, wertneutral und geschlechtsrollenunabhängig. Beim Funktionsmodell wird die Wertfreiheit betont, kein Ich-Zustand ist besser als ein anderer. (Und wenn unerschwellig doch die meiste Sympathie dem „freien Kind“ gilt, so

bedeutet das, daß gerade nicht die sonst den Männern zugeschriebenen Verhaltensweisen wie vernünftig, durchsetzungsfähig, rational usw. am meisten wertgeschätzt werden.) Nach dieser Definition von Gesundheit bedarf es bei Männern und Frauen der Veränderung der jeweils weniger entwickelten Anteile.

Funktional betrachtet läßt sich verallgemeinernd sagen, daß Frauen stark ihr „nährendes Eltern-Ich“ und ihr „angepaßtes Kind-Ich“ besetzen und in gewissen Bereichen, z. B. bezüglich ihres beruflichen Fortkommens oder ihrer Altersabsicherung, ihr „Erwachsenen-Ich“ ungenügend besetzen. Männer zeigen im Vergleich zu den Frauen mehr „kritisches Eltern-Ich“. Bezüglich ihrer beruflichen Ziele können sie ihr „Erwachsenen-Ich“ besetzen, weniger jedoch, was das Lösen von persönlichen Konflikten betrifft. Beide Geschlechter haben Schwierigkeiten mit ihrem „freien Kind-Ich“. Wyckoff meint diesbezüglich, die Frau sollte

„ihr ‚Erwachsenen-Ich‘, ihre Fähigkeit zu rationalem Denken und zur Durchsetzung eigener Wünsche entwickeln und stärken, sie muß ihre „Retter-Rolle“ aufgeben und nicht mehr Wärme, Pflege und Streicheleinheiten dorthin verschwenden, wo sie nicht erwidert werden. Vor allem aber sollte sie niemanden mehr lieben, der sie nicht ebenso wiederliebt. All die Liebe, die sie vergeben hat, kann sie nun sich selbst zukommen lassen oder solchen Menschen, die sie auch wiederlieben. Der Mann muß sein ‚nährendes Eltern-Ich‘, in bezug auf sich und andere aufbauen, um wieder Zugang zu den eigenen Gefühlen, insbesondere dem ‚kleinen Professor‘ und dem ‚natürlichen Kindheits-Ich‘ zu bekommen“ (Wyckoff 1985, S. 204).

3. Sensibilität für Macht in der Therapie

3.2 Therapeutische Konzepte

An der TA gefällt mir, daß ich mein therapeutisches Vorgehen durchsichtig machen, Modelle aufzeigen und Theorie erklären kann. Die TA als eine sich am Konkreten ausrichtende Therapie bietet sich hierfür besser an als viele andere Therapieschulen. Dies vermindert das Machtgefälle und fördert das Wissen um die eigene Person bei der Klientin, ihr „Erwachsenen-Ich“ (s. 0.1. Ich schätze es als großen Verdienst Bernes, eine Art des Ausdrucks gewählt zu haben, der für die Klientinnen, einschließlich ihres inneren Kindes, verständlich ist, statt sich mit einer möglichst abgehobenen Sprache in Fachkreisen zu profilieren.

3.2 Vertrag

Der therapeutische Vertrag, auf den in der TA so viel Wert gelegt wird, regelt die Verantwortlichkeiten auf beiden Seiten. Die

Klientinnen werden gehalten, mit ihrem „Erwachsenen-Ich“ einen Vertrag zu formulieren, d. h. sich bewußt zu machen: was will ich eigentlich? (was nicht heißt, daß der Vertrag allein mit dem „Erwachsenen-Ich“ geschlossen wird!). Die Verantwortlichkeiten der Therapeutin werden aufgezeigt. Sie ist gehalten, die Ziele des Gegenübers zu respektieren. Der Vertrag ist ein partnerschaftliches Element, er wird zwischen PartnerInnen abgeschlossen. Damit werden wir nicht zu gleichwertigen PartnerInnen, aber das Machtgefälle wird mittels des Vertrages gesenkt.

4. Beziehungsebene / Parteilichkeit

Die TA ist kein therapeutischer Ansatz, der in der Praxis therapeutische Abstinenz fordert, im Gegenteil. Es ist möglich, sich als Person einzubringen, Stellung zu beziehen, den eigenen Bezugsrahmen darzustellen, Nähe herzustellen. Die TA fordert strokes und Konfrontation für die Klientin. Die Therapeutin soll in der Lage sein, all ihre Ich-Zustände einzubringen. All dies ist Kontakt, Begegnung, Nähe, worauf in der feministischen Therapie Wert gelegt wird.

5. Gruppentherapie

Ursprünglich wurde die TA als Gruppentherapie entwickelt. Berne machte Ausführungen zur Struktur und Dynamik von Gruppen. Die TA wird vielfach als Gruppentherapie angewendet. Steiner ist ein Verfechter der Gruppentherapie. Er zieht die Gruppe langen und zudem kostspieligen Einzeltherapien vor, außer bei Kriseninterventionen, in denen KlientInnen kurzfristig so geängstigt und depressiv sind, daß sie zu anderen kaum Kontakt aufnehmen. Sonst biete die Gruppe jedoch gegenüber der Einzeltherapie folgende Vorteile: die Möglichkeit, zwischenmenschliches Handeln mit anderen zu erleben und zu analysieren, die verstärkte Berücksichtigung äußerer Ursachen von Leiden, die Herstellung von Beziehung. Durch das Einbringen eigener Nöte in die Gruppe erführe der Mensch, daß andere ähnliche Schwierigkeiten haben, und so kann er sich und andere als o. k. empfinden (Steiner 1985, S. 260-262). Die Argumentation für die Gruppentherapie bei Steiner entspricht weitgehend denen der feministischen Therapie.

6. Ziele

Intimität, Spontaneität und Offenheit gelten als Therapieziele der TA und werden unter dem Begriff Autonomie zusammengefaßt. Diesen Begriff von Autonomie finde ich mißverständlich, wird doch im Alltagsverständnis darunter die interne, individuelle Fähigkeit, ein selbstbestimmtes Leben leben zu können, verstanden und damit ein etwas anderer Aspekt von Autonomie betont. Gerade dieser Gesichtspunkt von Autonomie wird von der feministischen Therapie hervorgehoben. Ein weiterer Unterschied liegt darin, daß es allgemein ein Ziel feministischer Therapie ist, eine gesellschaftsverändernde Wirkung zu beabsichtigen. Ansonsten gibt es eine weitgehende Überschneidung der Therapieziele, die ich unter dem Begriff Integration zusammenfassen möchte.

Schluß

Ich habe in diesem Beitrag meinen Schwerpunkt auf die Gemeinsamkeiten gelegt. Mir ging es nicht um eine Betonung der Unterschiede. Sollte jedoch der Eindruck entstanden sein, die TA sei eine feministische Therapie, so ist er falsch. Dies ist in sich nicht möglich, denn die Feministische Therapie fordert ja eine Integration verschiedener therapeutischer Ansätze und Methoden. Wohl aber ist es möglich, und das ist mir hoffentlich gelungen zu zeigen, daß eine feministische Ausrichtung der TA praktikierbar ist.

Angela Kinzer ist Magister der Soziologie und Psychologie. Nach mehrjähriger Tätigkeit als Familienhelferin ist sie seit 1986 Mitarbeiterin und Mitgestalterin des Frauentherapiezentrum Bremen.

Zusammenfassung

Die Autorin erörtert die Merkmale Feministischer Therapie, die auf der Analyse unserer Gesellschaft als patriarchale Gesellschaft und auf der Kritik am bestehenden Gesundheitssystem beruht. Psychische Schwierigkeiten werden vor diesem Hintergrund gesehen. Feministische Therapie basiert auf der Achtung und Wertschätzung von Frauen, Parteilichkeit von Seiten der Therapeutin, der eigenen reflektierten Erfahrung, der Reflexion des therapeutischen Machtgefälles und dem Sich-Einlassen in den therapeutischen Prozeß. Zwischen diesen Paradigmen der Feministischen Therapie und denen der TA, besonders der von *Steiner* und *Wyckoff* vertretenen Richtung, läßt sich viel Übereinstimmung feststellen.

Summary

The author discusses the characteristics of feminist therapy, founding on the analysis of our society as a patriarchal one and on the critic of the existing health system. Psychic disorders are seen on this background. Feminist therapy is based on the respect and the esteem of women, the partiality on the part of the therapist, the own reflected experience, the reflection of the difference of power in therapy and the engagement in the therapeutic process. Between the Paradigmas of the feminist therapy and those of the transactional therapy – especially the direction of *Steiner* and *Wyckoff* – much agreement can be constated.

Literatur

- Allport, G.*, Die Natur des Vorurteils, Köln: Kiepenhaue& Witsch, 1971
Berne, E., Was sagen Sie, nachdem Sie ,Guten Tag’ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens. Frankfurt: Fischer, 1983
Jongeward, D. & Scott, D., Women as winners. – 13th Reading, MA: Addison-Wesley Publ. Comp., 1983
Petzold, H., Psychotherapie und Körperdynamik. Paderborn: Junfermann, 1974
Scheu, ZL, Wir werden nicht als Mädchen geboren – wir werden dazu gemacht. Frankfurt: Fischer, 1977
Sichroosky, P., Krankheit auf Rezept: Die Praktiken der Praxisärzte. Köln: Kiepenheuer & Witsch, 1984
Steiner, C., Wie man Lebenspläne verändert: Die Arbeit mit Skripten in der Transaktionsanalyse. Paderborn: Junfermann, 1982
Wyckoff, H., Geschlechtsrollenanteile bei der Skriptbildung von Männern und Frauen. In: *Steiner, C.*, Wie man Lebenspläne verändert. Paderborn: Junfermann, 1982, 193-204

Anschrift der Autorin:

Angela Kinzer
Oranienstr. 25
2800 Bremen 1

Das Gleichnis vom „verlorenen Sohn“

Transaktionsanalyse als Interpretationshilfe für biblische Texte

Wilfried Depnering

In die Auslegung biblischer Texte ist seit einer Reihe von Jahren Bewegung gekommen, als Stichworte seien hier nur die Theologie der Befreiung, die Feministische Theologie oder die tiefenpsychologische Auslegung von *Eugen Drezuermann* (1984,1985) genannt.

Als Pfarrer, der in Transaktionsanalyse ausgebildet ist, habe ich biblische Texte zunehmend mit Augen betrachtet, die transaktionsanalytisch geschult sind. Dabei habe ich die Erfahrung gemacht, daß transaktionsanalytische Methoden und Fragestellungen für die Auslegung biblischer Texte hilfreich sein können, wenn die Unterschiede zwischen Therapie und Auslegung beachtet werden.

Ich gehe im folgenden so vor, daß ich zuerst einige theoretische Ausführungen zur Anwendung von transaktionsanalytischen Methoden und Fragestellungen auf biblische Texte mache. Dann werde ich zur Illustration das Gleichnis vom „verlorenen Sohn“ aus Lukas 15 interpretieren, dessen Text ich in der Übersetzung *Martin Luthers* den nachfolgenden Ausführungen voranstelle.

- 1 Es kamen aber überall die Zöllner und Sünder zu ihm (Jesus), um ihn zu hören.
- 2 Und die Pharisäer und Schriftgelehrten murrtten und sagten: Dieser nimmt Sünder an und ißt mit ihnen.
- 3 Er aber sagte zu ihnen dies Gleichnis:
 - 11 Und er sagte: Ein Mann hatte zwei Söhne.
 - 12 Und der jüngere von ihnen sagte zu dem Vater: Gib mir, Vater, den Anteil am Besitz, der mir zufällt. Und er teilte sein Vermögen unter sie.
 - 13 Und nicht lange danach packte der jüngere Sohn alles zusammen und zog in ein fernes Land; und dort brachte er sein Vermögen durch mit Prassen.
 - 14 Als er nun alles verbraucht hatte, kam eine große Hungersnot über jenes Land, und er geriet in Not,
 - 15 und er ging und hängte sich an einen Bürger jenes Landes; der schickte ihn auf seinen Acker, um die Schweine zu hüten.
 - 16 Und ihn verlangte, seinen Bauch mit den Schoten zu füllen, die die Schweine fraßen; doch niemand gab sie ihm.
 - 17 Da kam er zur Einsicht und dachte: Wie viele Tagelöhner hat mein Vater, die Brot in Hülle und Fülle haben, und ich verderbe hier im Hunger!
 - 18 Ich will mich aufmachen und zu meinem Vater gehen und zu ihm sagen: Vater, ich habe gesündigt gegen den Himmel und vor dir.

- 19 Ich bin hinfort nicht mehr wert, daß ich dein Sohn heiße; mache mich zu einem deiner Tagelöhner!
- 20 Und er machte sich auf und kam zu seinem Vater. Als er aber noch weit weg war, sah ihn sein Vater und hatte Erbarmen mit ihm; er lief ihm entgegen und fiel ihm um den Hals und küßte ihn.
- 21 Der Sohn aber sagte zu ihm: Vater, ich habe gesündigt gegen den Himmel und vor dir; ich bin hinfort nicht mehr wert, daß ich dein Sohn heiße.
- 22 Aber der Vater sagte zu seinen Knechten: Bringt schnell das beste Gewand her und zieht es ihm an und steckt ihm einen Ring an den Finger und zieht ihm Schuhe an
- 23 und bringt das Kalb her, das wir gemästet haben, und schlachtet's; laßt uns essen und fröhlich sein.
- 24 Denn dieser mein Sohn war tot und ist wieder lebendig geworden; er war verloren und ist wiedergefunden worden.
- 25 Aber der ältere Sohn war auf dem Feld. Und als er nahe zum Haus kam, hörte er Musik und Tanz
- 26 und rief einen von den Knechten zu sich und fragte, was das wäre.
- 27 Der antwortete ihm: Dein Bruder ist gekommen, und dein Vater hat das gemästete Kalb geschlachtet, weil er ihn gesund wieder hat.
- 28 Da wurde er zornig und wollte nicht hineingehen. Da kam sein Vater heraus und bat ihn.
- 29 Er aber antwortete seinem Vater: Siehe, so viele Jahre diene ich dir schon und habe dein Gebot noch nie übertreten; doch mir hast du nie auch nur einen Bock gegeben, damit ich mit meinen Freunden hätte fröhlich sein können.
- 30 Nun aber, wo dieser dein Sohn gekommen ist, der dein Vermögen mit Hurren verschlungen hat, hast du für ihn das gemästete Kalb geschlachtet.
- 31 Er aber sagte zu ihm: mein Sohn, du bist immer bei mir, und alles, was mir gehört, gehört auch dir.
- 32 Du solltest aber fröhlich sein und dich freuen, denn dieser dein Bruder war tot und ist wieder lebendig geworden, er war verloren und ist wiedergefunden worden.

Kontextunterschiede zwischen Auslegung und Psychotherapie

Die Transaktionsanalyse wurde von *Eric Berne* als ein psychotherapeutisches Verfahren entwickelt. Es dient der Heilung oder der Linderung von Leiden, Beschwerden und Problemen. Dabei sitzt der Therapeut/die Therapeutin einem Klienten/einer Klientin gegenüber, und die beiden entwickeln eine neue Sichtweise des Problems, die, wenn sie erfolgreich ist, neue Optionen ermöglicht. Der Klient/die Klientin wechselt den Ich-Zustand und denkt, fühlt und/oder handelt anders bezüglich der früheren Schwierigkeit.

Wenn TA auf biblische Texte angewandt wird und zur Auslegung dieser dient, ist der Kontext ein anderer. Wesentliche Kontextunterschiede sind:

1) Jetzt sind sich nicht mehr ein Therapeut und ein Klient gegenüber, sondern ein Ausleger und ein biblischer Text.

2) Ein biblischer Text redet nicht wie eine Klientin und kommt und sagt: „Ich habe das und das Problem“ oder „ich möchte folgendes verändern“, sondern jetzt hat der Ausleger eine bestimmte Fragestellung, die er an den Text heranträgt. So interessierte mich am „Gleichnis vom verlorenen Sohn“ die Frage: Wie sieht dieses Gleichnis den Aufbruch eines Menschen aus Lebensverhältnissen, die er als beengend erlebt?

3) Ein Klient kann dem Therapeuten „Widerstand entgegensetzen“ oder sagen: „Das spricht mich nicht an“; so macht dies ein Text nicht. Es sind vielmehr der Ausleger oder die Auslegerin, die bei bestimmten Textabschnitten ein Unbehagen verspüren und „sich reiben“. Das heißt, strenggenommen wird jetzt nicht einfach mehr ein biblischer Text ausgelegt, sondern es wird beschrieben, was der biblische Text beim Ausleger anspricht. So rieb ich mich z. B. daran, daß der Vater den älteren Sohn konfrontiert und seiner Klage nicht Recht gibt, und ich war erstaunt, daß der Vater das Schuldbewußtsein seines jüngeren Sohnes nicht akzeptierte.

4) Wenn biblische Texte transaktionsanalytisch interpretiert werden, dann werden bestimmte Fragestellungen, die sich in der therapeutischen Praxis als relevant und hilfreich zur Heilung oder Linderung erwiesen haben, an biblische Texte herangetragen, und die Antworten, die wir erhalten, bewegen sich im Rahmen dieser Fragestellung. (Es ist natürlich auch möglich, daß deutlich wird, daß eine bestimmte Fragestellung an ihre Grenze stößt und einer Revision und Neuformulierung bedarf.) Heilung oder Lösung eines bestimmten Problems ist aber nicht zwangsläufig die Absicht jedes biblischen Textes.

5) Im therapeutischen Kontext beschreibt TA in der Regel, wie ein Mensch mit sich und anderen umgeht. Biblische Texte haben zusätzlich noch eine andere Dimension, die Beziehung zu Gott.

Diese Kontextunterschiede zwischen Auslegung eines biblischen Textes und einem therapeutischen Prozeß bedeuten nicht, daß biblische Texte nicht mit Hilfe von TA ausgelegt werden können, sondern sie weisen darauf hin, daß man sich über gewisse Unterschiede im klaren sein muß, die durch die oben genannten vier Punkte beschrieben werden, die deutlich machen, daß es sich bei der Auslegung biblischer Texte um einen hermeneutischen Prozeß handelt und nicht um einen therapeutischen.

6) Hinzu kommt ein weiterer Unterschied, der mir wesentlich erscheint. Im therapeutischen Prozeß begegnen sich ein Therapeut und ein Klient, deren Verhältnis so definiert ist, daß der Klient ein Problem hat, wohingegen der Therapeut (hoffentlich) die Kompetenz hat, dem Klienten zur Lösung seines Problems zu verhelfen.

Bei der Auslegung eines biblischen Textes ist die Beziehung zwischen Text und Ausleger eine andere als die zwischen Therapeut und Klient. Hier wird angenommen oder für möglich gehalten, daß der Text eine heilende Kraft hat, daß der Ausleger durch den Text zu neuen Einsichten für sein Leben kommen kann. Das heißt, der Text wird als der Gebende, der Ausleger als der Empfangende angesehen. Das bedeutet gerade nicht, daß der Ausleger dem Text unkritisch gegenüber treten soll; ein wirkliches Empfangen ist ja nur möglich, wenn der Empfangende beim Empfangen alle seine Gefühle fühlen darf und keine seiner Erfahrungen und Ansichten ausblenden muß.

Es bedeutet jedoch, daß der Ausleger seine Kompetenz im Vergleich zum therapeutischen Prozeß mit einem anderen Schwerpunkt einsetzt. Liegt im therapeutischen Prozeß die Kompetenz des Therapeuten darin, dem Klienten zur Lösung seines Problems zu verhelfen, so besteht die Kompetenz des Auslegers darin, sich, seine Frage oder Anliegen heutiger Menschen in eine offene Begegnung mit dem Text zu führen; eine Begegnung, die ohne Denk- und Fühlverbote ist, wo der Ausleger vielmehr seine eigenen Empfindungen, Gefühle und Erfahrungen als entscheidenden Beitrag zur Begegnung mit dem Text ernstnimmt. Der Text wird so zum „Therapeuten“ des Auslegers, indem er dessen Weltbild und dessen Bezugsrahmen erweitert.

7) Im therapeutischen Prozeß kann der Therapeut den Klienten befragen und sich das, was der Klient unklar ausgedrückt hat, genauer schildern lassen. Das ist bei der Exegese so nicht möglich, hier erhellen vielmehr die Erfahrungen des Auslegers den Text, d. h. die Leuchtkraft eines Textes wird dadurch erhöht, daß der Ausleger ihn mit seinen Erfahrungen anreichert.

So lege ich z. B. aufgrund meiner Erfahrung dar, wie der Weg des jüngeren Sohnes weitergegangen wäre, wenn der Vater das Schuldbewußtseins seines Sohnes nicht konfrontiert hätte.

8) Berücksichtigung der Erzählform: Nicht immer ist eine klinische Fragestellung angebracht. Bei dem vorliegenden biblischen Text handelt es sich z. B. um ein Gleichnis. So wäre es unter klinischen Gesichtspunkten interessant zu erfahren, wieso der Vater so heilend auf seine Söhne einwirken kann. Man muß doch annehmen, daß er als Erziehender für die destruktiven Bezugsrahmen seiner Söhne zumindest mitverantwortlich ist. Hat der Vater sich selber geändert? Wenn ja, wie kam es dazu? An diesen klinischen Fragen ist ein Gleichnis nicht interessiert und gibt deshalb auch keine Antwort darauf. Seine Intention ist eine andere.

Das Gleichnis vom verlorenen Sohn steht in einer spannungsvollen Situation. Es wird erzählt, damit die Schriftgelehrten und

Pharisäer das Verhalten Jesu verstehen und gutheißen, wenn er sich mit Zöllnern und Sündern einläßt. Pharisäer, Schriftgelehrte und Menschen, die ähnlich wie sie denken und empfinden, werden herausgefordert, ihre Einstellung und ihren Bezugsrahmen zu verändern. Sie sollen sich dafür öffnen, daß es wesentlich im Leben ist, daß ein Mensch vom Tod zum Leben kommt, daß er lebendig wird.

Gleichnisse dienen der Selbsterkenntnis und der Veränderung, nicht der Familienanamnese, deshalb wird der Frage, wie der Vater ursprünglich an der Entstehung des destruktiven Bezugsrahmens seiner Söhne beteiligt ist, nicht nachgegangen.

Auslegung mit Hilfe der Transaktionsanalyse

Voraussetzungen

Damit biblische Texte mit Hilfe von TA ausgelegt werden können, sind bestimmte Voraussetzungen nötig. So muß ein Text über eine gewisse Anzahl von Transaktionen verfügen, die Denken, Fühlen oder Verhalten wiedergeben. Spiele bauen auf Transaktionen auf, Ich-Zustandswechsel, aber auch Skriptüberzeugungen werden anhand der Transaktionen sichtbar. Da die TA über keine eigene Symbollehre verfügt, sind Texte, die sehr viele Symbole und Bilder enthalten, nicht allein mit transaktionsanalytischen Methoden zu erschließen. Aber auch Texte, die sehr kurz sind, können sich einem Verstehen mit Hilfe von TA widersetzen.

Stärken

Transaktionsanalyse hilft Menschen, Beziehungen zu analysieren und zu verändern, Die Kategorie der Skriptüberzeugung z. B. macht deutlich, was einen Menschen in seinem Denken, Fühlen und Verhalten leitet. Transaktionsanalyse bietet damit die Chance, gerade solche Momente der Beziehungsgestaltung herauszuarbeiten, die die am weitesten verbreitete Methode der Bibelauslegung, die historisch-kritische Exegese, so nicht zu leisten vermag.

Einen weiteren Vorteil der transaktionsanalytischen Auslegung biblischer Texte sehe ich darin, daß sie dem existentiellen Anliegen der Religion entgegenkommt. Der Theologe Paul Tillich bezeichnet Glauben als „das Ergriffensein von etwas, das uns unbe-

dingt angeht". Er führt weiter aus: „Gott ist der Name für den Inhalt dessen, das uns unbedingt angeht" (1962, S. 56). Transaktionsanalytische Kategorien wie Skriptüberzeugung oder Bezugsrahmen müßten gerade deutlich machen können, wovon ein Mensch sich auch im religiösen Sinn leiten läßt und ergriffen ist.

TA als Therapieform beschäftigt sich mit Fragen von Gesundheit und Krankheit, von guten und destruktiven Beziehungsgestaltungen usw. Das müßte sie befähigen, kompetent herauszuarbeiten, wie in biblischen Texten solche Themen behandelt werden. Eine Schwierigkeit der historisch-kritischen Exegese ist ja, daß sie diese Fragen in einer therapeutisch relevanten Weise nicht beantworten kann. D. h., eine Auslegung mit Hilfe der TA könnte hier eine bestehende Lücke füllen.

Fragestellungen

Transaktionsanalyse besteht aus Methoden, Interventionsformen usw. Sie hat ihre Axiome und Überzeugungen. Eine spannende Frage, die bei der Auslegung biblischer Texte geklärt werden könnte, ist, inwieweit das Weltbild der TA und das biblischer Texte gleich, ähnlich oder unterschiedlich ist. Des weiteren ist für mich eine spannende Frage, inwieweit das, was im therapeutischen Prozeß als heilend und problemlösend angesehen wird, auch in biblischen Texten so angesehen wird.

Auslegung des Gleichnisses

Ich untersuche nun die Bezugsrahmen der handelnden Personen. Unter Bezugsrahmen verstehe ich dabei im Anschluß an die sog. ‚Schiffschule‘ „ein allgemeines Wahrnehmungs-, Vorstellungsschema, das (von Individuen) benutzt wird, um sich selbst, andere Menschen und die Welt strukturell und dynamisch zu definieren“. „Der Bezugsrahmen eines Individuums bildet die Struktur der zusammengehörigen (konditionierten) Antworten (Nervenbahnen), die die verschiedenen Ich-Zustände in Antwort auf einen spezifischen Stimulus integrieren" (Schiff & Schiff 1977, S. 126). Der Bezugsrahmen stellt sozusagen das Weltbild dar, gemäß dessen ein Mensch sich und andere wahrnimmt, denkt, fühlt und handelt.

Der Bezugsrahmen des jüngeren Sohnes, wie er sich aus den Versen 18 und 19 erschließen läßt, scheint zu sein, daß es verboten

ist, von zuhause fortzugehen, sonst ist man nicht mehr wert, Sohn zu sein. Er hat ein strenges Vaterbild, in dem er seinen Vater als hartherzig und uneinfühlsam für seine Wünsche, Pläne und Sorgen ansieht.

Die Analyse des Bezugsrahmens des älteren Sohnes verstärkt diesen Eindruck. Er sagt zu seinem Vater in Vers 29: „Siehe, so viele Jahre diene ich dir schon und habe dein Gebot noch nie übertreten; doch mir hast du nie auch nur einen Bock gegeben, damit ich mit meinen Freunden hätte fröhlich sein können.“

Der Bezugsrahmen des älteren Bruders scheint zu lauten: Ich darf mir nur etwas nehmen, wenn es mir mein Vater zuvor gegeben hat. Als gehorsamer Sohn bitte ich auch nicht meinen Vater um etwas, sondern hoffe darauf, daß er es mir von sich aus gibt. Ansonsten tue ich meine Arbeit und meine Pflicht. Auch hier wird der Vater als uneinfühlsam und streng angesehen, als einer, der die Wünsche, Interessen und Nöte seines Sohnes nicht berücksichtigt.

So unterschiedlich die beiden Söhne ansonsten in ihrem Verhalten sind, in ihrem Bezugsrahmen scheinen sie sich sehr ähnlich zu sein. Der ältere Sohn handelt gemäß diesem Bezugsrahmen, der jüngere Sohn rebelliert dagegen und macht sich auf, sein Leben in die eigene Hand zu nehmen und es nach eigenen Vorstellungen zu gestalten. Er aktiviert dabei gerade die Verhaltensweisen, die sein älterer Bruder nicht entwickelt hat, wie feiern, das Geld großzügig ausgeben zu können, das Leben leicht nehmen und sich vom Vater zu distanzieren. Er vernachlässigt dabei die Seiten, die sein älterer Bruder hervorkehrt, wie Pflichtbewußtsein, Arbeit, Erwirtschaften von Vermögen. Als das väterliche Vermögen aufgebraucht ist, kann er seine neu erlernten Verhaltensweisen nicht mehr fortführen. Zudem hat er keine Freunde gewonnen, die zu ihm halten.

Als eine Hungersnot ausbricht, wendet er sich an einen Mann um Hilfe. Der schickt ihn zum Schweinehüten auf den Acker. Dabei entwickelt der jüngere Sohn die Eigenschaften seines älteren Bruders wie hartes, genügsames Arbeiten. Er gerät jedoch an einen Mann, der ihm den gerechten Lohn für sein Tun vorenthält. Es ist nicht verwunderlich, daß er an einen solchen Mann gerät, denn der Mann verhält sich genauso, wie der jüngere Sohn andere Menschen (besonders seinen Vater) aus seinem Bezugsrahmen heraus wahrnimmt, nämlich als hart und uneinfühlsam gegenüber den Nöten, Sorgen und berechtigten Wünschen anderer.

Die äußere Not führt den jüngeren Bruder dazu, daß er sein Verhalten vom „leichtlebigen und großzügigen Playboy“ zum „genügsamen Arbeiter“ hin verändert, aber sein Bezugsrahmen bleibt unverändert.

Um geheilt zu werden, bräuchte er einen Bezugsrahmen, der ihm pflichtbewußtes Arbeiten wie Feiern und Fröhlichsein je nach Situation gutheißt, der sein Aufbrechen zum eigenen Lebensweg und auch sein Scheitern nicht verdammt, sondern der ihn das lehrt und ihm das gibt, was er zum Gelingen des Lebens braucht.

Als der jüngere Sohn merkt, daß er mit seinem Lebensentwurf in eine Sackgasse gerät, in der er zu sterben droht, kehrt er nach Hause zurück, um wenigstens sein Leben zu erhalten.

Mit seinem eingeengten Bezugsrahmen kehrt er zu seinem Vater zurück und schildert ausschließlich sein Versagen und bezeichnet seinen Aufbruch als Sünde. Er unterschlägt damit die Seiten, die er im Gegensatz zu seinem Bruder entwickelt hat und die, wenn sie nicht einseitig und ausschließlich gelebt werden, durchaus positiv sind und eine Bereicherung gegenüber seinem älteren Bruder darstellen, wie sich distanzieren können, Widerspruch als Voraussetzung zur eigenen Meinungsbildung und Selbständigkeit sowie feiern und großzügig leben können als Fähigkeiten, das Leben genießen zu können.

Aus seinem Bezugsrahmen heraus ist die Zukunftsperspektive, die er nun für sich entwirft, folgerichtig, doch wäre es fatal, wenn sie Wirklichkeit würde. Er will seinen älteren Bruder an Loyalität zum Vater übertreffen und sich an das gemeinsam geteilte Vaterbild vom hartherzigen und uneinfühlsamen Vater binden, indem er nur noch den Status eines Tagelöhners haben will, während der ältere Bruder Sohn bleiben soll. Als Tagelöhner hat er Lohn für einen Tag, sein Leben ist also für einen Tag gesichert, dann ist es wieder ungewiß. Dabei ist die angestrebte Unsicherheit und Kargheit seines Lebens das Pendant zur angenommenen Hartherzigkeit und Uneinfühlsamkeit seines Vaterbildes. Mit dem Angebot, nur Tagelöhner sein zu wollen, will er sich die Rückkehr zum Vater ermöglichen.

Es bleiben jedoch mehrere Fragen, ob diese Strategie wirklich hilfreich ist:

1) Ist es möglich, die Sohnschaft einseitig aufzukündigen? Müßte das der Vater nicht auch seinerseits tun? Und selbst, wenn er es täte, würde er dann nicht genauso wie sein Sohn die biologische Verwandtschaft und damit eine grundsätzliche, nicht auflösbare Verbundenheit verleugnen?

2) Müßte die Verleugnung der Sohnschaft auf Dauer den jüngeren Sohn nicht dazu bringen, seinen Vater als ungerecht zu empfinden, weil er sich auf diese Verleugnung eingelassen hat? Objektiv gesehen hätte der Vater ihn auch ungerecht behandelt, obwohl er ihn dazu verführt hätte.

3) Müßte die untergeordnete Position, die er als Tagelöhner seinem erbberechtigtem Bruder gegenüber hat, nicht auf die Dauer zu Neidgefühlen führen, die verbunden mit dem Gefühl, vom Vater ungerecht behandelt worden zu sein, ihn zu einem neuerlichen Aufbruch aus dem Elternhaus veranlassen könnten, womit das Drama von vorne beginnen würde?

4) Wo bleibt die Seite des jüngeren Sohnes, die schon einmal zum Aufbruch drängte? Wo bleiben deren berechnigte Anliegen? Müßte er sie als Tagelöhner nicht begraben und verdrängen?

Mir scheint, die Strategie des jüngeren Bruders ist unrealistisch. Sie lädt dazu ein, daß der Vater und der Sohn aneinander schuldig werden. Darum ist es so wichtig, daß der Vater den Vorschlägen seines Sohnes nicht auf den Leim geht.

Denn das Bekenntnis seiner Sünde und seiner Schuld bringt den jüngeren Sohn nicht weiter, solange er in seinem destruktiven Bezugsrahmen vom hartherzigen und uneinfühlsamen Vater gefangen bleibt. Hierin gefangen, ist er nicht in der Lage zu erkennen, worin seine Schuld liegt. Statt dessen kann sein Bezugsrahmen, wie der Vater mit Recht in Vers 32 sagt, nur einen toten, jeglicher Lebensfreude abgestorbenen Sohn hervorbringen.

Will der Vater einen lebendigen Sohn haben, muß er diesen Bezugsrahmen konfrontieren. Das tut er, indem er den Sohn als Sohn willkommen heißt und es ablehnt, ihn als Tagelöhner zu beschäftigen. Statt dessen lädt er ihn zum Feiern ein. Damit aktiviert der Vater bei ihm die Verhaltensweisen, die er bei seinem Aufbruch und in der Fremde gelernt hat, wie feiern, fröhlich sein, Freude; Eigenschaften, die der Sohn seinem Vater bei seiner Rückkehr nicht mehr gezeigt oder negativ bewertet hat.

Zieht man das funktionsanalytische Ich-Zustandsmodell zur näheren Beschreibung heran, regt der Vater seinen Sohn an, nicht mehr sein „kritisches Eltern-Ich“ und sein „angepaßtes Kindheits-Ich“ mit Energie zu besetzen, sondern statt dessen sein „fürsorgliches Eltern-Ich“, sein „Erwachsenen-Ich“ und sein „freies Kindheits-Ich“. Damit ermöglicht der Vater seinem Sohn, ihm mit seiner ganzen Person zu begegnen.

Der Vater zeigt sich als einfühlsam gegenüber dem ursprünglichen Wunsch seines Sohnes auf Selbständigkeit und auf einen eigenen Weg (wie schon am Anfang, als er den Sohn ziehen ließ und ihm das Erbe auszahlte). Gleichzeitig konfrontiert er so die Seite des Bezugsrahmens seines Sohnes, die den Vater für uneinfühlsam und hart hält.

Damit wird dem jüngeren Sohn die Möglichkeit gegeben, Arbeit und Feiern, Selbständigkeit und Hingabe, Freiheit und Bindung zu integrieren.

Es ist kein Wunder, daß der ältere Sohn das Verhalten seines Vaters als Provokation und Konfrontation seines eigenen Bezugsrahmens erlebt. Hiergegen wehrt er sich, indem er seinen Vater als ungerecht darzustellen versucht und ihm Schuldgefühle machen will. Es macht die Größe des Vaters aus, daß er sich keine Schuldgefühle machen läßt und sich nicht auf die Wirklichkeitssicht seines älteren Sohnes zurechtstutzen läßt.

So hält er die Infragestellung des Bezugsrahmens seines älteren Sohnes aufrecht, und der ältere Sohn steht vor der Aufgabe, die Eigenschaften wie Selbständigkeit, Freude und Feiern zu entwickeln, die sein jüngerer Bruder schon herausgebildet hat. Wenn der ältere Sohn dies unternimmt, wird er den Weg seines jüngeren Bruders nicht mehr als den eines Menschen, der sein Hab und Gut mit Huren durchgebracht hat, abwerten, sondern vielmehr das Positive des Lebensweges seines Bruders erkennen. Statt seinen Bruder abzuwerten, wird er bereit werden, das, was ihm selber gehört, auch für sich in Anspruch zu nehmen, also wenn er Lust hat zu feiern, auch selber einen Bock schlachten und Freunde einladen und mit ihnen feiern.

Heilend ist der Bezugsrahmen des Vaters, der in den Versen 24 und 32 deutlich wird. Für den Vater ist entscheidend, daß sein Sohn vom Tod zum Leben kommt, daß der, der verloren war, wiedergefunden wird. Das geschieht einmal durch die soziale (Wieder-) Aufnahme in die Familie, wobei jetzt jedoch die Beziehungen zwischen Vater und Söhnen anders sind als zu Beginn der Geschichte. Das geschieht zum zweiten durch die Herausforderung an die Söhne, ihren eingeeengten Bezugsrahmen und damit ihre eingeeengte Wirklichkeitssicht zu erweitern.

Gesichtspunkte anderer therapeutischer Verfahren

TA läßt sich gut mit anderen therapeutischen Richtungen verbinden. So lassen sich die Bezugsrahmen der beteiligten Personen weiter erhellen und näher ausdifferenzieren, wenn sie z. B. mit Begriffen der analytischen Psychologie C. G. Jungs angereichert werden.

Die Söhne sind aufgefordert, ihren eingeeengten Bezugsrahmen zu erweitern. Unter der Perspektive männlich – weiblich betrachtet, stehen sie vor der Aufgabe, ihre eingeeengte männlichen Sicht der Welt zu überwinden. Dem jüngeren Sohn wird das Leben neu geschenkt, er muß es sich nicht durch die Leistung als Tagelöhner neu verdienen. Sich das Leben neu verdienen zu müssen, wäre per

definitionem eine männliche Vollzugsweise des Menschseins. Die lehnt der Vater jedoch ab und konfrontiert sie bei beiden Söhnen.

Um diese weibliche Sicht des Daseins gegenüber seinen Söhnen durchzuhalten, braucht der Vater allerdings seine männlichen Anteile, wie z. B. seine Fähigkeit zur Konfrontation. So unterscheidet sich gerade der Bezugsrahmen des Vaters von dem seiner Söhne dadurch, daß in ihm nicht mehr einseitig die männliche Seite gelebt wird, sondern daß hier Männliches und Weibliches integriert sind und aufgehört haben, miteinander im Streit zu liegen.

Das Weltbild der TA und das des Gleichnisses

Indem der Vater von seinen Söhnen erwartet, daß sie männliche und weibliche Seinsweisen integrieren, lädt er sie ein, autonom zu werden. In seinem Schuldbewußtsein benutzte der jüngere Sohn nur sein „kritisches Eltern-Ich“ und sein „angepaßten Kindheits-Ich“. Indem der Vater ihn einlädt zu feiern, aktiviert er sein „fürsorgliches Eltern-Ich“ und sein „freies Kindheits-Ich“ wie auch sein „Erwachsenen-Ich“. Alle Ichzustände benutzen zu können, ist eine wesentliche Voraussetzung zur Autonomie im Verständnis *Eric Bernes*.

Gleichzeitig lädt der Vater seine Söhne ein, Bewußtheit, Spontaneität und Intimität zu entwickeln, die zweite Voraussetzung zur Autonomie nach Berne.

Erst wenn die Söhne in diesem Sinn Autonomie erworben haben, werden sie zur Begegnung und Gemeinschaft mit dem Vater und auch untereinander fähig. Die Söhne, solange sie in ihrem alten Bezugsrahmen gefangen bleiben, sind gerade nicht zur Gemeinschaft und zur Begegnung fähig.

Damit hängt ein weiterer wichtiger Bereich zusammen. In diesem Gleichnis wird die Verantwortung, die nach transaktionsanalytischem Verständnis jeder Mensch für sein Leben hat, ernstgenommen. Der jüngere Sohn muß seine Schuldgefühle überwinden, um die Verantwortung für sein Leben zu übernehmen. Blicke er in ihnen gefangen, bliebe er unselbständig. Er hat den wichtigen Entwicklungs- und Reifungsschritt zu vollziehen, daß es Schuld nicht nur gegenüber anderen, sondern auch gegenüber dem eigenen Leben gibt.

Ein letztes ist mir wichtig. In diesem Gleichnis wird der jüngere Sohn für sein Scheitern nicht kritisiert und klein und schlecht gemacht. Vielmehr weigert sich der Vater, die Dinge zu tun, die sein Sohn ihm aus seinem Schuldbewußtsein heraus vorschlägt. Der Vater ist vielmehr der Überzeugung, daß das Leben seines Sohnes

nur dann gelingt, wenn sein Sohn aus einer Haltung heraus lebt, in der er verständnisvoll und gütig mit sich selber umgeht. Dies trifft sich mit der Grundüberzeugung, die alle transaktionsanalytischen Schulen teilen, daß nicht das Schlechtmachen, sondern „die Position des ‚Ich bin ok., du bist ok.‘ die Grundlage für psychische Gesundheit darstellt“ (Harsch & Jessen 1984, S. 327). Wenn man diese Position in der Präzisierung von *Funifu English* als „Ich bin ok. – du bist ok. realistisch“ (*English* 1980, 71-82) versteht, dann sind die Sichtweise des Gleichnisses und der TA, wenn auch nicht identisch, so doch kompatibel.

Die Auslegung des Gleichnisses vom „verlorenen Sohn“ mit transaktionsanalytischen Methoden zeigt m. E., daß TA als Interpretationshilfe für biblische Texte dann sinnvoll und hilfreich ist, wenn es gilt, menschliche Konflikte und ihre Lösung in biblischer Sicht herauszuarbeiten.

Um zu einer genaueren Beurteilung und Würdigung zu gelangen, sollten jedoch noch mehr Texte in dieser Weise ausgelegt werden.

Wilfried Depnering, Transaktionsanalytiker für den Bereich Beratung und klinische Seelsorge, ist Theologe und Pastoralpsychologe und arbeitet als Kurpfarrer in einer psychosomatischen Klinik und als kirchlicher Organisationsberater.

Zusammenfassung

Der Artikel beschreibt, wie transaktionsanalytische Methoden für die Auslegung eines biblischen Textes fruchtbar gemacht werden können. Voraussetzung dafür ist, daß die Kontextunterschiede zwischen Auslegung und Therapie und die Erzählform des biblischen Textes beachtet werden. Beispielhaft werden in einem zweiten Teil transaktionsanalytische Methoden am Gleichnis vom „verlorenen Sohn“ angewandt. Im letzten Teil werden das Weltbild der TA und das des ausgelegten Gleichnisses miteinander verglichen.

Summary

The article describes how the methods of transactional-analysis can fruitfully be used for the exegesis of a biblical text. It is provided that the differences of context between exegesis and therapy and the narrative character of the biblical text is considered. In the second part transactional-analytic methods are exemplarily used for the parable of the „lost son“. In the last part there is a comparison concerning the view of life of TA and the interpreted parable.

Literatur

Drewermann, E., **Tiefenpsychologie und Exegese. 2 Bände. Freiburg: Olten, 1984, 1985**
English, F., **Die fünfte Position: Ich bin OK – du bist OK. -realistisch. In: English, F., Transaktionsanalyse. Hrsg. von Michael Paula. Hamburg: Isko-Press, 1980**

Harsch, H. & Jessen, F., Transaktionsanalyse: Tauschhandel der Gefühle. In: Petzold, H. (Hrsg.), Wege zum Menschen: Methoden und Persönlichkeiten; ein Handbuch. Band 2. Paderborn: Junfermann, 1984,309-396
Schiff, J. L. & Schiff, A. W. & Schiff, E., Bezugsrahmen. Neues aus der Transaktions Analyse, 1977,1,128-132
Tillich, P., Die verlorene Dimension. Hamburg: 1962

Anschrift des Autors:
Wilfried Depnering
Eichendorffstr. 1
6208 Bad Schwalbach

Invitation to Cooperate: Instructions to Authors

1. The „Zeitschrift für Transaktions-Analyse in Theorie und Praxis“ ist meant to present, specify and comment theoretical concepts and areas, forms and methods of practical application of TA in German speaking countries as well as studies referring to its philosophical and anthropological background.

To this end the “ZTA” provides translations from the international publications “Transactional Analysis Journal”, “The Script” and “News Letter” and in the first place original contributions by various authors for whom it is not compulsory to be members of a certified TA organization (e. g. ITAA, EATA, DGTA).

2. Basically, a free flow of creative ideas is favored which includes different and new points of view as well as indispensable criticism of TA concepts.

Welcome are in particular experimental and empirical reports, case studies, theoretical presentations, reviews of literature, and satirical/humorous articles (provided they make an appropriate Point in the “Martian spirit” in Berndt's sense of the word) as well as short reviews of books, periodicals and conferences that are apt to arouse the interest of TA-readers.

Poetry or Cartoons are not accepted (unless they are a meaningful part of some sensible context).

3. The style of an article should be congruent with content. Indispensable is a well-structured representation that stands firm to scientific, empirical resp. rational criticism.

With all contributions that are based on or include case studies authors must enclose a separate sheet with their signature attesting to the fact that care has been taken to disguise the client or clients sufficiently and that Permission has been obtained from any client or clients described in the article.

Questions referring to publication may be put before the Editor or the members of the Editorial Board. They will eventually give advice how to edit an article into final form.

4. Contributions that are to be published must be sent to the Editor with 3 copies of the manuscript and with the return postage enclosed.

A separate sheet must be added containing the author's name, first name, degree, address, current professional activity and membership category in one of the TA organizations (if given) as well as some short relevant information on the author's person.

All contributions are to be double-spaced including abstracts, bibliography, footnotes etc. Margins are to be 7 cm on the left side.

References are to be marked by giving the author's name, year of publication and numbers of pages within the text and by giving the author's name, title of book, number of edition, place of publication, publishing house and year of publication (books) resp. author's name, title of article, name of periodical, volume and numbers of pages (periodicals) within bibliography.

Contributions are to include an abstract of the article in German and English with no more than 15 lines.

Contributions that don't comply with these criteria may be rejected.

5. Two copies of an article are sent to Editorial Board members for review.

Criteria of review are congruence of style and content, newness, originality, significance, verification or possible verification of presented knowledge.

If reviewers judge positively the article will be published in one of the next numbers. Otherwise reviewers may give details to justify their rejection or else to impose certain conditions that are communicated to the author through the Editor.

6. Final decision on publication or rejection and on date of publication rests with the Editor.

7. Deadline for contributions is 12 weeks before publication of next number.

8. Authors will get no gratification as a rule. They will get a number of reprints of their article, however.

9. Copyright ownership of articles published in the “ZTA” is retained by the authors who by sending in their article give Permission for one print of it.

10. Reprints resp. print permissions are to be negotiated with the publishing house directly: Junfermann Verlag, Imadstr. 40, D-4790 Paderborn.