

TA

HEFT 1 · 20. JAHRG. 2003

Zeitschrift für Transaktionsanalyse

1/2003

3	Labyrinth	EDITORIAL
5	Oliver Preukschat: Warum gerade fünf?	FOCUS
36	Johann Schneider: „Vor Freude weinen“	
57	Alan Jacobs: Zur Kultur in den transaktionsanalytischen Gesellschaften	FORUM
64	Jutta Kreyenberg: Arbeitsstil- und Kommunikationsanalyse mit Hilfe des Konzepts „Antreiber“ (AKA)	WERKSTATT
74	Buchbesprechungen: Leonhard Schlegel: Wolf-Ulrich Scholz – Weiterentwicklungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie Leonhard Schlegel: Wolf-Ulrich Scholz – Neuere Strömungen und Ansätze in der Kognitiven Verhaltenstherapie Gundel Beck-Neumann: Pöhlmann, Simone; Roethe, Angela – Die Streitschule. Ein Arbeitsbuch Ulrike Müller: Montada, L. und Kals, E. – Mediation	BUCHZEICHEN
83	Daniela Dilthey: Das Gehirn von Ulrike Meinhof	AUGENBLICK MAL
85	Termine	

Formale Richtlinien für AutorInnen

- Maximal 15 Seiten bzw. 45.000 Zeichen.
- Möglichst Schriftgrad 12-Punkt Arial und immer 1,5 Zeilenabstand, 2 cm Rand an allen Seiten.
- Fließtext, d.h. keine Absatzeinzüge, kein Layout.
- Bei Abbildungen und Tabellen immer saubere und gut lesbare Papiervorlagen mitliefern.
- Zitate kursiv und Quelle angeben.
- Feststehende Begriffe (Terminologie) kursiv.
- Marginalien (fett gedruckte Randbemerkungen: Zusammenfassungen, Hervorhebungen, Merksätze u.ä.) werden vom Autor selbst bestimmt und im laufenden Text durch spitze Klammern < > gekennzeichnet bzw. am Textende angefügt und kenntlich gemacht. Aus satztechnischen Gründen sollen die Marginalien nicht bereits am Rand stehen.
- Vollständige Literaturliste.
- Abstract in Deutsch und Englisch.
- Name, Adresse, Angaben zur Person (und wenn gewünscht, Foto des/r Autors/in; wenn in Dateiform, als TIF mit 300 dpi Auflösung).
- Der Text muss in dreifacher Ausfertigung an die Herausgeberin geschickt werden.
Adresse: Ulrike Müller, Hildastraße 34, 79102 Freiburg
- Bei Annahme des Artikels schickt der Autor/ die Autorin den gegebenenfalls überarbeiteten Text entweder als Diskette oder als Attachment, beide Male im rich text format (rtf), zurück an Ulrike Müller.



EDITORIAL

Labyrinth

Liebe Leserinnen und Leser,

in diesem Jahr zeigen die Titelseiten der einzelnen Hefte Labyrinth ganz unterschiedlicher Art. So wie der Traum vom Fliegen ein uralter Menschheitstraum und Inbegriff menschlicher Freiheit und Befreiung ist, so ist das Labyrinth von alters her Inbegriff und Symbol menschlicher Verirrung in den Untiefen seiner triebhaften Natur. Kann die unbezähmbare Lust und die Angst vor ihren Folgen treffender erzählt werden als im Mythos von der kretischen Königin, die ihrem Begehren, sich mit einem Stier zu vereinigen, nicht widerstehen konnte und die Folge dieser Vereinigung ein so ungeheures wildes Monstrum, nämlich der Minotaurus, war, dass sich der kretische König nicht anders zu helfen wusste, als diesen in ein eigens für ihn konstruiertes Labyrinth zu verbannen, wo ihm dennoch alljährlich mannbare Jungfrauen geopfert werden mussten?

Welcher Art Versöhnung mit unseren dunklen, unheimlichen, wilden Anteilen bedarf es, dass wir sie aus den Verliesen entbergen können, ohne dass sie ihre zerstörerische Kraft entfalten?

Vielleicht finden Sie die eine oder andere Antwort in den Texten des vorliegenden Heftes: Ein junger Philosoph, Oliver Preukschat, lädt uns ein, seiner Antwort auf die Frage, weshalb gerade fünf Antreiber, zu folgen; wie er diese Antwort aus der immanenten Logik entwickelt, ist eine ganz neue und ungewohnte Herangehensweise und deshalb um so spannender. Hannes Schneider entwickelt aus dem Denkmodell des „integrierten“ Erwachsenen-Ichzustand“ ein eigenes therapeutisches Vorgehen, indem er seine Klienten nicht nur auf Zeitreisen in die Vergangenheit schickt,

Ulrike Müller



EDITORIAL

sondern auch in die Zukunft. Beide Texte, denke ich, könnten zu einer weitergehenden Diskussion anregen. Fühlen Sie sich eingeladen, daran teilzuhaben.

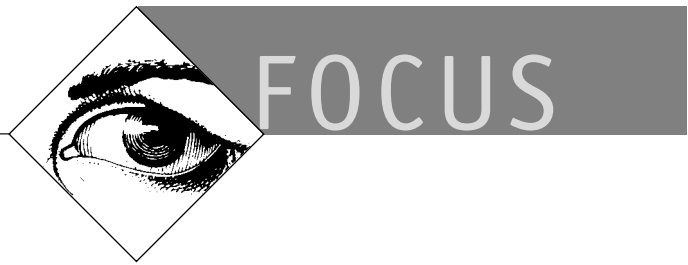
In der Rubrik Werkstatt greift Jutta Kreyenberg das Thema Antreiber noch mal auf und zeigt, wie sie in Teams mit dem Modell arbeitet.

Im Forum diesmal die aus seinem Vortrag herausgefilterten provozierenden Thesen von Alan Jacobs. Damit wir die Bodenhaftung nicht verlieren.

Von Leonhard Schlegel dann in altbewährter Gründlichkeit die Besprechung zweier neuer Bücher über Kognitive Verhaltenstherapie und zwei Bücher über Mediation, besprochen von Gundel Beck-Neumann und mir.

In der Schlusskolumne greift Daniela Diltthey aus Anlass des von Labor zu Labor wandernden Gehirns von Ulrike Meinhoff das brisante Thema der Eugenik auf, wie sie heute wieder durch die wissenschaftliche Hintertür gesellschaftsfähig zu werden droht.

Lesegenuss und Freude an der Anstrengung des Begriffs bei milden Vorfrühlingslüften!



Warum gerade fünf?

„Groß, allvollendend, allwirkend und himmlischen wie menschlichen Lebens Urgrund und Führerin, teilhabend an allem, ist die Kraft der Zahl ... ohne diese ist alles unbegrenzt, unklar und unsichtbar.“ (Pythagoras)

Ein neues Licht auf die Antreiber, ihren Status und Ursprung

1974 veröffentlichte Taibi Kahler zusammen mit Hedges Capers seinen Artikel „The Miniscript“¹, in dem er die Transaktionsanalyse um zwei neuartige Konzepte, das Miniskript und die Antreiber („drivers“) bereicherte. Obwohl diese beiden eng zusammenhängenden Konzepte damals eine Zeit lang durchaus kritisch diskutiert wurden, haben sie sich doch im Wesentlichen bis heute erhalten.² Ein Grund dafür mag sein, dass die mit ihnen verbundenen Schwierigkeiten vielleicht eher theoretischer Natur sind und ihren praktischen Nutzen bei undogmatischer Anwendung kaum schmälern; insbesondere die Antreiber, deren Wirken im Alltag wohl jeder leicht beobachten (lernen) kann, scheinen sehr geeignet, Popularität auch außerhalb des Kreises professioneller Transaktionsanalytiker finden zu können.³ Ein anderer Grund ist aber sicherlich auch, dass die damalige Diskussion keine abschließende Klärung gebracht hat, so dass es wohl angemessen schien, die Version des Erfinders im Großen und Ganzen beizubehalten.

Oliver Preukschat

PHILOSOPH UND SOZIOLOGE

1 Kahler, T. /Capers, H. (1974), The Miniscript, TAJ 4, S.26-42.

2 Einen guten Überblick über die Antreiber und das Miniskript geben Schlegel (1979, S. 171ff. 1988, S. 190ff. 1995, S. 205ff.) und Stewart/Joines (1998, S. 228ff.).

3 So findet man in der ansonsten sehr knapp gehaltenen, für Führungspsychologen verfassten Einführung von Rüttiger (2001) nicht nur einen eigenen Abschnitt zu den Antreibern, sondern auch einen 50 Items umfassenden Fragebogen zur Ermittlung individueller Antreiberprofile. Auch Kahler selbst vermarktet seine Ideen in diesem Bereich, z. B. über www.kahlercom@aristotle.net.

Das Konzept der Antreiber hängt nach wie vor theoretisch in der Luft

So hängt diese allerdings nach wie vor theoretisch in der Luft, zumindest insofern es die Antreiber betrifft.

Ziel dieser Arbeit ist es, hier Abhilfe zu schaffen. Was die Antreiber eigentlich sind, „woher“ sie kommen und warum es gerade fünf und diese fünf sind – das möchte ich im Folgenden beantworten.

Dazu werde ich zunächst (I) einige Bestimmungen des Antreiber-Konzepts, wie es von Kahler entworfen und von anderen kritisiert worden ist, hervorheben und daraufhin sortieren, welchen Beitrag sie m. E. für eine angemessene Theorie der Antreiber leisten oder nicht leisten (können). Davon ausgehend entwickle ich meinen eigenen Ansatz (II-V) und schließe mit einem kurzen Ausblick (VI). Einige meiner Ausführungen dienen auch dazu, meinen methodischen, größtenteils begriffs-analytischen Zugang zu veranschaulichen. Sollte sich dieser Zugang, dessen Stärke und gleichzeitige Schwäche in einer gewissen Unabhängigkeit von der empirisch erfahrbaren Praxis besteht, für die TA als ein fruchtbarer erweisen (obwohl er ja recht trocken ist), wäre das ein schöner Hauptnebeneffekt.

I Die bisherige(n) Antreibertheorie(n) auf dem Prüfstand

Die fünf Antreiber sind „Sei (andern) gefällig“, „Sei stark“, „Streng dich an“, „Sei perfekt“, „Beeil dich“

Den Beobachtungen Kahlers und vieler anderer Transaktionsanalytiker folgend, gehe ich davon aus, dass es genau fünf Antreiber gibt. Diese sind „Sei (andern) gefällig“ (Please me), „Sei stark“ (Be strong), „Streng dich an“ (Try hard), „Sei perfekt“ (Be perfect) und „Beeil dich“ (Hurry up).

Kahler fand diese fünf Antreiber empirisch. Er hatte bei Patienten kurze Verhaltenssequenzen beobachtet, die negativen Verstärkungen vorausgingen. Aufgrund einer Vielzahl solcher Beobachtungen klassifizierte er diese Verhaltenssequenzen nach mit ihnen verbundenen körperlichen und sprachlichen Ausdrucksweisen und fasste sie zu fünf Typen zusammen.⁴ Da diese Sequenzen offensichtlich auch den Versuch ausdrückten, jeweils einer bestimmten inneren „antreibenden“ Direktive nachzukommen, be-

4 „Observations of several thousand people strongly suggest that there are five – and only five – basic counterscript drivers.“ (Kahler/Capers, 1974, S. 32) Auch Erwägungen darüber, ob es nicht noch weitere Antreiber geben könnte, möchte Kahler v.a. auf der Grundlage seiner eigenen Daten diskutiert wissen: „In order to suggest that there are other behaviors that are distinct from these five, a person would first need to be very knowledgeable in terms of identifying each type (driver) as I have labeled it.“ (Kahler, 1975d, S.426f.)



FOCUS

*Die Antreiber empirisch zu
finden, genügt nicht*

nannte Kahler diese Verhaltenssequenzen nach jenen Direktiven, den Antreibern. Obwohl diese empirische Methode Kahler zum auch meiner Ansicht nach richtigen Ergebnis führte, ist sie doch an entscheidender Stelle unzulänglich. Darauf komme ich noch ausführlich zu sprechen.

Die Antreiber sind bei Kahler gleichzeitig das Eingangstor zum Miniskript und dessen erste Station. Ihnen entspricht eine Position des bedingten OK-seins: Wenn ich mich genug anstrengte, perfekt bin usw., *dann* kann auch ich ok sein, sonst nicht. Diese Position beschreibt den Druck, unter dem man als „Angetriebener“ steht, und sie erklärt auch die negative Verstimmung, nämlich als Resultat eines missglückten Versuchs, „perfekt“, „stark“ usw. zu sein. Im Miniskript entspricht dieser Verstimmung die zweite Station. Sie ist mit destruktiven Grundbotschaften (Bannbotschaften, „injunctions“) aus frühester Kindheit besetzt (wie z.B. „Denke nicht“, „Fühle nicht“, „Sei nicht“). Ihr entspricht die „depressive“ Position „ich bin nicht ok, du bist ok“.⁵ Plausibel ist hier der Zusammenhang zwischen der Bedrohlichkeit dieser Position und dem Druck, den Antreibern genügen zu müssen, um eben nicht in diese Position zu fallen.

*Die Antreiber sind das Ein-
gangstor zum Miniskript*

Gegen diese Position kann man sich rebellisch erheben (dem entspricht die dritte Station mit der „paranoiden“ Grundeinstellung „ich bin ok, du bist nicht ok“), man kann dann aber auch, wenn hier eine Stabilisierung nicht gelingt, in totale Resignation verfallen (als vierte und letzte Station mit der Position „ich bin nicht ok, du bist nicht ok“). Die Stationen drei und vier sind also optional. Da man sich mit einem „Aufraffen“ wieder auf die Antreiberposition bringen kann, sind die ersten beiden Positionen am häufigsten besetzt. Sie sind auch die maßgeblichen für mein Antreiber-Modell.

Nach Kahler bestärkt jemand sein negatives Lebensskript⁶, indem er das Miniskript durchläuft; er bestärkt sich in seinen Maschen-gefühlen, Spielen und destruktiven Grundbotschaften. Da man

5 Ich übernehme die Bezeichnungen der Grundeinstellungen von Stewart/Joines (1998, S. 181): „ich bin ok, du bist ok“ = „gesund“; „ich bin nicht ok, du bist ok“ = „depressiv“; „ich bin ok, du bist nicht ok“ = „paranoid“ (auch: „wahnhaft autoritär“); „ich bin nicht ok, du bist nicht ok“ = „nihilistisch“. „Grundeinstellung“ kürze ich bisweilen mit „GE“ ab, „depressive Grundeinstellung“ mit „dGE“.

6 Kahler bezieht sich hier auf die sechs Lebensskripte nach Berne (2001, S. 246): „Nie“, „immer“, „bis“, „nach[dem]“, „immer wieder“ [oder „beinahe“] und „mit offenem Ende“.

*Bedeutet die Auslöschung
der Antreiber vollständige
Heilung?*

ins Miniskript seinerseits immer über die erste Station des antreibergesteuerten Verhaltens gelangt, kommt den Antreibern eine sehr wichtige Funktion zu: Kann man sie in der Therapie auslöschen bzw. durch gegenteilige Erlaubnisse („allowers“)⁷ ersetzen, dann, so Kahler, ist damit zugleich jede Möglichkeit ausgelöscht, wieder in ein negatives Lebensskript zu verfallen – der Patient ist geheilt. Fortan bewegt er sich nicht mehr in Nicht-OK-Miniskripts, die mit einem Antreiber beginnen, sondern in OK-Miniskripts, die mit einer Erlaubnis beginnen.⁸

Auf zwei Diskussionspunkte gehe ich in diesem Zusammenhang nicht näher ein. Da ist zum einen die Frage, ob man die fünf Antreiber den sechs Lebensskripten nach Berne eindeutig zuordnen kann. Kahler (1975c) hat hier selbst eine nur lose Zuordnung vorgenommen und erklärt im Übrigen (1975d, S. 427), dass prinzipiell „any driver can be used to get to any [script] injunction or racket“. Andere Autoren haben nach einer festeren Zuordnung gesucht, sich aber nicht auf eine bestimmte einigen können.⁹ Der zweite Punkt betrifft die Frage, ob das Prädikat „Antreiber- und Miniskriptverhalten“ nur für kurze Verhaltenssequenzen zu reservieren ist, obwohl diese doch andererseits den gesamten Lebensstil prägen. Als m.E. plausible Konzepterweiterung vertreten hier Capers/Goodman (1983, S. 142) die Auffassung, es sei sinnvoller, da auch dem alltäglichen Erleben der Patienten näher, „to talk about the miniscript in terms of periods of time lasting longer than seconds“.

Größere Aufmerksamkeit verdient ein dritter Punkt: Kahler schließt aus seinen Beobachtungen, dass die therapeutische Arbeit an den Antreibern die Arbeit an destruktiven Grundeinstellungen

7 „Die Formulierungen der Erlaubnisse sind nicht so präzise wie die der Antreiber (vgl. Kahler/Capers, 1974, S. 33; Stewart/Joines 1998, S. 240; ausführlich bei Capers/Goodman, 1983, S. 145ff). Das liegt vielleicht daran, dass das Gegenteil zu einem Antreiber mehrdeutig bestimmt werden kann (s.u.). Die beste Formulierung erhält man m.E. mit der Form „es ist ok, wenn...“ (ich schwach bin, ich mir Zeit nehme, ich Fehler mache, ich locker bleibe). Aufschlussreich ist, dass beim 1. Antreiber nicht der Inhalt, sondern der Adressat wechselt: „Es ist ok, wenn ich es mir recht mache“ – ein Hinweis auf seine Bindegliedfunktion zwischen dGE und den übrigen Antreibern (s.u.).

8 Wo ich im Folgenden weiter ohne nähere Spezifikation vom „Miniskript“ spreche, ist das Nicht-OK-Miniskript gemeint. Zur ausführlichen Gegenüberstellung des negativen und positiven Miniskripts vgl. auch Capers/Goodman (1983) und Gere (1975).

9 Für einen Kurzüberblick dazu siehe Stewart/Joines (1998, S. 235ff).

10 Sehr dezidiert äußert Kahler diese Meinung in einem weiteren Aufsatz (1975b).



FOCUS

Schlegels Einwand

in vielen Fällen obsolet mache und auch im Vergleich die gründlichere und effektivere Methode sei.¹⁰ Insbesondere Schlegel führt dagegen therapeutische Erfahrungen ins Feld, die dem entgegenstehen:

„Eine Entschärfung der Antreiber kann die destruktiven Grundbotschaften erst recht zur Wirkung bringen. Wem es gelungen ist, seinen Antreiber, immer liebenswürdig [= anderen gefällig] sein zu müssen, zu entschärfen, in dem kann plötzlich ein Gefühl mangelnder Daseinsberechtigung auftauchen: ‚Und jetzt? Wenn ich mich nicht mehr Tag und Nacht bemühe, liebenswürdig zu sein, zu was bin ich dann noch auf der Welt?‘“ (Schlegel, 1995, S. 213)

Ich halte hier Schlegels Position für richtig. Das Antreiber gesteuerte Verhalten lässt sich als Fluchtbewegung weg von negativen Grundbotschaften verstehen, die, wie auch Kahler (1975d, S. 425) sagt, früher als die Antreiber gelernt werden. Auch sachlogisch macht es ja keinen Sinn, auf der Basis einer positiven „Ich bin ok“-Grundeinstellung angetriebenes Verhalten zu entwickeln. Ohne Nicht-OK-sein kann es keine Antreiber geben, wohl aber Nicht-OK-sein ohne Antreiber, wie ja gerade auch die anderen Stationen im Miniskript belegen. Kalers empirische Beobachtungen einer *zeitlichen* Abfolge zwischen Stationen im Miniskript taugen gegen dieses *sachlogische* Ableitungsverhältnis nicht als Einwand, zumal diese Stationen vorwärts und rückwärts durchlaufen werden können. Die dynamische Grundlage der Antreiber muss eine negative Grundeinstellung sein, auch wenn diese sich vielleicht faktisch zunächst oder primär nur in antreibergesteuertem Verhalten äußert.

Damit sind wir bei der zentralen Frage nach dem Ursprung und dem Status der Antreiber angelangt. Für Kahler sind die Antreiber Gegenskript-Botschaften („counterscript slogans“), Botschaften des „Elternteils“ der Eltern zum „Elternteil“ des Kindes, welches schon über begriffliches Denken verfügt.¹¹ Es sind elterliche Erziehungsregeln bzw. „moralische Gebote“¹² mit der Funktion,

Die dynamische Grundlage der Antreiber muss eine negative Grundeinstellung sein

11 Das Konzept des Gegenskripts stammt von Steiner (1966). In eher allgemeiner Weise diskutiert Schlegel (1979, S. 159ff.) die Grenzen des Anwendungsbereichs dieses Konzepts, welches Steiner aus ganz spezifischen Problemkonstellationen heraus entwickelte.

12 Schlegel (1995, S. 213)

Die Antreiber als Gegen-
skript-Botschaften eines
negativ-fürsorglichen
Eltern-Ichs

das Kind sozialen und kulturellen Normen anzupassen. Allerdings fallen nicht nur die Antreiber, sondern auch solche Direktiven wie „Sei brav“, „Sei höflich“, „Sei ordentlich“ oder „Sei vorsichtig“ unter solche Regeln, die einen eher äußerlichen Lebensstil prägen. Demgegenüber prägen die schon präverbal übermittelten, destruktiven Grundbotschaften vom „Kind“ der Eltern zum „Kind“ des Kindes die innere Grundhaltung des Kindes in existenzieller Weise. Ihr Eindruck ist tiefer und umfassender als der der Gegenskript-Botschaften. Aus dieser Konstellation heraus wird erklärlich, warum die Antreiber die Rettung, die sie verheißen („ich kann ok sein, *wenn...*“), letztlich nicht bringen können. Die destruktiven Grundbotschaften behalten die Oberhand, auch wenn dies bewusst vielleicht nicht wahrgenommen wird. Zusätzlich erklärt Kahler diese Dysfunktion zum einen mit der grundsätzlichen Überforderung, möglichst *immer* „perfekt“, „stark“ usw. sein zu müssen (dieser Zwang resultiert aus dem Drohpotenzial der Bannbotschaften¹³), zum andern damit, dass die Antreiber aus einem zwar wohlmeinenden, aber letztlich selbst zum Scheitern verurteilten „Elternteil“ stammen, aus dem negativ-fürsorglichen („not ok nurturant part“). So geben die Eltern ihren Kindern tendenziell diejenigen Antreiber weiter, unter denen sie selbst stehen.

Kahlers Zuordnung der Antreiber zu den Gegenskript-Botschaften einer speziellen, evtl. eigens neu konstruierten „Elterlichen“ Haltung¹⁴ haben Gellert (1975) und ein guest editor des TAJ¹⁵ zu recht als rein mutmaßliche kritisiert: Aus der Tatsache, dass gewisse Eigenschaften eines antreibergesteuerten Verhaltens zu einer wohlwollenden Nicht-OK-Haltung des „Elternteils“ vielleicht ganz gut *passen*, könne nicht geschlossen werden, dass sie diese Herkunft tatsächlich *haben*.

Ein leicht modifiziertes Konzept vertreten Capers/Goodman (1983). Sie sehen die Antreiber nicht primär als elterliche Gebote, sondern in ihrer Funktion als Überlebensstrategie des Kindes. Es

13 Auch Schlegel (1995, S. 205) betont diesen Zusammenhang und die Überforderung durch das „Immer“.

14 Eine Bemerkung bei Schlegel (1995, S. 38) lässt sich so verstehen, dass Kahler seine Unterscheidung zwischen einer OK-Seite und einer Nicht-OK-Seite in allen einzelnen Eltern-Ich-Instanzen erst im Zusammenhang mit seiner Miniskript-Theorie entwickelte. Vgl. dazu auch Kahler (1975a).

15 Siehe bei Kahler (1975d, S. 428f).



FOCUS

machte ja keinen Sinn, Regeln zu befolgen, die nur immer wieder ein negatives Lebensskript bestätigen. Antreibergesteuertes Verhalten sei daher als ernsthafter und authentischer Versuch aufzufassen, tatsächlich ok zu werden. Capers/Goodman wollen damit nicht behaupten, dass den Antreibern zu folgen faktisch Erfolg bringt. In den Ergebnissen sind sie sich mit Kahler einig. Sie nehmen lediglich eine andere Deutung des Status der Antreiber vor, indem sie sie stärker unter der subjektiv rationalen Perspektive eines Betroffenen betrachten. Diese Betrachtungsweise erweist sich auch für mein Vorhaben als sehr wertvoll.

Die Antreiber als Überlebensstrategien des Kinds

Beide Konzeptionen können allerdings nicht erklären, worin das Besondere der Antreiber im Vergleich zu sonstigen elterlichen Geboten bzw. sonstigen Überlebensstrategien liegt. Was zeichnet eine Direktive wie „Sei perfekt“ aus gegenüber einem Gebot, einer Überlebensstrategie wie „Sei brav“ oder „Sei ordentlich“? Zwar können Transaktionsanalytiker hierauf noch antworten, das Besondere der fünf Antreiber liege darin, dass man sie bei jedermann finden kann, gleich aus welcher Kultur und Schicht er stammt. Warum sie aber diesen universellen Status haben und warum es gerade fünf und gerade diese fünf sind, bleibt so unerklärt. Auch Kahlers spätere Hypothese, „die Antreiber seien zum Teil angeboren, vielleicht sowohl Ergebnis der Vererbung wie des Umwelteinflusses“¹⁶, kann hierauf keine Antwort geben. Stewart/Joines stellen daher fest, dass alle bisherigen Erklärungsversuche zum besonderen Status der Antreiber erfolglos geblieben sind:

Das Besondere der Antreiber bleibt unerklärt

„Warum gibt es fünf Antreiber und wieso nur fünf? Weshalb sind es die gleichen für jedermann, ohne Unterschied der Kulturzugehörigkeit, der Altersstufe oder des Bildungshintergrundes? (...) Die Antwort darauf kennen wir nicht. (...) Eine der lohnendsten Aufgaben für die derzeitige TA-Forschung liegt darin, den Ursprung des Antreiber-Verhaltens einleuchtend zu erklären.“ (Stewart/Joines 1998, S. 241)

Angesichts des Mangels an einer solchen Erklärung und an einer Abgrenzung der Antreiber zu gewöhnlichen Geboten, Überlebensstrategien und Einflüssen aller Art ist es nicht verwunderlich, dass Transaktionsanalytiker immer mal wieder zusätzliche An-

¹⁶ zit. nach Stewart/Joines (1998, S. 240f), die hier auf ein Konferenzreferat Kahlers (1984) verweisen.

*Gibt es mehr als fünf
Antreiber?*

treiberkandidaten vorgeschlagen haben.¹⁷ Beispiele sind „Sei immer wie die andern“/„Fall nicht auf“, „Sei vorsichtig“ (Schlegel 1995, S. 208), „Sei schwach“, „Denke“ (Gellert 1975, S. 423) oder – anstelle des Antreibers „Streng dich an“ – „Sei der Beste“ und „Gib dein Bestes“ (Harris 1998, S. 52).

*Kahlers stilles Hintergrund-
konzept*

Unter anderem von Gellert (1975) mit der These konfrontiert, es gebe mehr als fünf Antreiber, hat Kahler selbst einige interessante Bemerkungen gemacht, die das Besondere der Antreiber doch ansatzweise herausstellen. Gellert (1975, S. 424) berichtet von einem Mann, der insbesondere gegenüber Frauen offensichtlich dem Antreiber „Sei vorsichtig“ (Be careful) gehorchte, weil er so seine destruktiven Grundbotschaften („Don't be close“, „don't be sexy“) überspielen zu können glaubte. Kahler (1975d, S. 427) analysiert diesen Fall so:

*It is not what he did,
but how he did it*

„The man who has a ‚Be careful‘ could have been in a contaminated Adult, a ‚Be perfect‘ by being over precise, a ‚Be strong‘ by believing that she had the power by hurting him emotionally, a ‚Try hard‘ by asking her two or more questions in a row without waiting for a response, etc. It is not what he did, but how he did it.“ [Hervorhebung von mir]

*Take all counterscript
messages and they will sift
down to the drivers*

Kahler konzipiert hier die Antreiber nicht als *inhaltlich* spezielle Botschaften, sondern als allgemeine *Kategorien* solcher Botschaften, nach der *Art und Weise*, wie sie ausgeführt werden. Er führt hier auch die Idee eines Reduktionstests ein, mit dem man alle Gegenscript-Botschaften oder Antreiberkandidaten auf diese fünf Kategorien ihrer Modalität, d.h. auf die fünf Antreiber, zurückführen kann. Explizit sagt er:

„Take all counterscript messages and they will sift down to the drivers.“ (Kahler 1974, S. 64)

¹⁷ Mescavage/Silver (1977) sind die Einzigen, die meinen, es gebe *weniger* als fünf Antreiber. Sie vertreten auch als Einzige ein Konzept, welches den bisherigen theoretischen Rahmen sprengt und insgesamt merkwürdig anmutet. „Anderen gefällig“ und „Streng dich an“ sind ihnen zufolge keine Antreiber, sondern gänzlich unpathologische, durchaus sinnvolle, früh gelernte Programme, die dem Kind dazu dienen, seine Bedürfnisse mit den Normen der Umwelt in Einklang zu bringen. *Ohne* diese Programme, so die Autoren, blieben Kleinkinder regressiv in einem magischen oder gar psychotischen Denken befangen, mit autistischen Tendenzen und existenziellen Grundängsten. Kahlers drei übrige Antreiber sind für sie die einzigen echten Antreiber, die allerdings auf den beiden unechten „aufbauen“ würden.



Schlegel vertritt in der 1. Auflage seines Standardwerks noch dieselbe Ansicht:

„Es besteht kein Zweifel, dass es sich bei den fünf Antrieben nach Kahler um Kategorien oder Rahmenbegriffe handelt. Genau genommen können nämlich z.B. dem Antrieb „Sei perfekt!“ psychologisch verschiedene Aufforderungen zugrunde liegen, so „Sei genau!“ „Sei korrekt!“, „Sei fehlerlos!“, „Sei sauber!“. (Schlegel 1979, S. 178)

In späteren Auflagen (Schlegel 1988, 1995) findet sich von diesem Ansatz keine Spur mehr. Schlegel steht dort ganz auf der Seite derer, die selbst weitere Antreiber vorschlagen. Soweit ich sehe, haben weder er, noch Kahler, noch sonst jemand ihn weiter verfolgt. Er ist aber m.E. der einzig Erfolg versprechende und von ganz besonderer Dignität. Ich zeige dies – diesen theoretischen Überblick abschließend – an einem kleinen Beispiel.

Warum gibt es gerade vier Grundeinstellungen? Wir würden zur Beantwortung dieser Frage nie auf die Idee kommen, hier nach elterlichen, Vererbungs- oder Umwelteinflüssen zu suchen – wir haben die Einteilung der Grundeinstellungen ja selbst gemacht, durch Kombination der Disjunktionen „ich“ vs. „du“ (die andern) und „ok“ vs. „nicht ok“. So müssen es ja vier Grundeinstellungen sein. Die Einflüsse der Eltern, der Umwelt usw. können nur erklären, *welche* der vier Grundeinstellungen ein Mensch erwirbt, aber nicht, *dass* es vier von ihnen gibt.

Das Beispiel zeigt, dass die Frage „warum gibt es gerade x Exemplare von dieser Sorte?“ einen bestimmten Antworttyp verlangt, und es zeigt auch, dass die korrekte Antwort automatisch auf den Ursprung und Status dieser x Exemplare verweist. Im Beispiel der vier Grundeinstellungen verweist sie vor allem auf den Menschen als definierendes und kategorisierendes Wesen.

Bei den Antreibern ist es nicht ganz so leicht, denn hier muss das Kategorisieren von einem Deduzieren begleitet und geführt werden. Aber auch hier wird die Antwort auf die Frage „Warum gerade fünf ...?“ ein neues Licht auf den Ursprung und Status der Antreiber werfen.

*Kahlers versteckter Ansatz
ist der einzig Erfolg ver-
sprechende*

II Erkenntnis- theoretische Vor- überlegung: Dedu- zieren ist gefragt

Die Frage, *warum* es genau fünf Antreiber gibt, setzt voraus, dass feststeht, dass es genau fünf Antreiber gibt. Mit empirischer Forschung können wir allerdings nicht absolut sicher ausschließen, dass wir nicht doch bei irgendeinem Menschen irgendwo auf der Welt einen sechsten Antreiber ausfindig machen. In ihr können die Erkenntnisse von heute prinzipiell durch die Entdeckungen von morgen in Frage gestellt werden, und daher können wir mit ihr keinen wirklich unumstößlichen Grund angeben, warum es nur fünf Antreiber gibt. Auf logisch-deduktivem Weg hingegen lässt sich das Ziel erreichen. Dazu ein weiteres Beispiel, das der Problematik der Antreiber seiner Struktur nach näher steht als das obige Beispiel mit den vier Grundeinstellungen.

Ein Dreirad hat *immer* genau drei Räder, eben weil es ein „Dreirad“ ist. Hier kann tatsächlich mit absoluter Sicherheit ausgeschlossen werden, dass man eines Tages ein Dreirad mit zwei oder vier Rädern finden könnte, denn ein solches Dreirad wäre eben kein „Dreirad“. So gelangt man, konsequenterweise völlig unabhängig von den möglicherweise unendlich vielen real existierenden Dreirädern, allein durch die Vorgabe des Begriffs vom „Dreirad“, per Deduktion zu der unumstößlichen Erkenntnis, dass jedes, auch jedes zukünftige Dreirad deshalb genau drei Räder hat, weil es *als* „Dreirad“ genau drei Räder haben *muss*. Eine solche Erkenntnis ist nur ausnahmsweise so trivial wie im Falle des Dreirads. Oft wissen wir nämlich nicht ganz genau, was wir uns mit einem Begriff denken und insgeheim noch dazudenken. Prominente Beispiele sind das „Licht“, die „Materie“, die „Seele“, das „Unbewusste“. Verfügen wir hingegen über klare Begriffe, dann sind wir, bei korrekter Identifikation, gleichzeitig mit der „Natur der Sache“ bekannt. So liegt es auch in der Natur eines jeden echten Dreirads, das also zu Recht den Namen „Dreirad“ trägt, dass es drei Räder hat.

Bei den fünf Antreibern ist eine ähnliche Deduktion zu leisten. Ich gehe davon aus, dass es stimmt, dass sich antreibergesteuertes Verhalten beim Menschen auf fünf verschiedene Weisen – eben den fünf Antreibern gemäß – vollzieht. Für diesen empirisch belegten, aber eben nicht absolut sicheren Tatbestand – das Ausgangsexplanandum – schlage ich – als Explanans – eine Begründung vor, die selbst nicht wieder empirisch-kontingent ist, sondern aus logisch-deduktiver Begriffsanalyse hervorgeht, so dass

FOCUS



sich mit ihr auch das Explanandum erweitert: Die Begründung dafür, warum wir letztlich zufälligerweise immer nur fünf Antreiber gefunden haben, wird geleistet durch die Begründung dafür, warum es überhaupt nur fünf Antreiber geben kann. In Analogie zum „Dreirad“ lässt sie sich vorläufig etwa wie folgt formulieren: So ähnlich wie es im Begriff des „Dreirads“ liegt, dass jedes reale, als „Dreirad“ identifizierte Gefährt nur genau drei Räder haben kann, so ähnlich liegt im Begriff des „angetriebenen (antreibergesteuerten) Verhaltens“ oder kürzer, des „Angetriebenseins“, dass jedes reale, als „angetrieben“ identifizierte Verhalten nur durch fünf Antreiber gesteuert werden kann.

Die Redeweise vom „Antreiber“ wird sich im Zusammenhang mit dieser Begründung als leicht irreführend erweisen. Die Antreiber sind nicht voneinander unabhängige Einzelentitäten, sondern die miteinander verbundenen und einzig möglichen Komponenten, aus denen sich jedes Angetriebensein seiner Struktur nach zusammensetzen muss; es sind Verhaltensdirektiven, die – vollständig! – das sich in fünf Ausrichtungen verzweigende Funkzionieren des Angetriebenseins als solches beschreiben. Die Analogie mit dem Dreirad weiter strapazierend, könnte man bildlich sprechend sagen, dass das Angetriebensein seiner Natur nach ein „Fünfrad“ ist, bei dem jedes Rad einen Antreiber darstellt.

Die Antreiber als „Fünfrad“

Was hier geleistet wird, ist der Form nach zunächst nur eine, nicht ohne weiteres die Begründung des Phänomens. Wie man auf verschiedenen Wegen zum Ergebnis „3“ kommen kann – durch „51:17“, „14–11“ usw. –, so sind auch verschiedene Begründungen desselben Phänomens der fünf Antreiber prinzipiell denkbar und nicht a priori ausgeschlossen.

Das bedeutet, dass die Güte meines Begründungsvorschlags von zusätzlichen Kriterien abhängt wie Einfachheit, Fruchtbarkeit, inhaltlicher „Passung“ zum vorgegebenen Theorierahmen, Plausibilität möglicher Konsequenzen usw. Den Nachweis, dass diese Kriterien erfüllt sind, kann ich hier nur andeutungsweise erbringen, indem ich gelegentlich auch auf Neben- und Folgeaspekte meines Begründungsvorschlags eingehe. Ich werte dabei insbesondere die Tatsache, dass dieser sich ganz vorzüglich dem transaktionsanalytischen Theorierahmen einpasst, als starkes Indiz für seine hohe Plausibilität.

III Die Grundeinstellung des Angetriebenen als das, woraus sich die Antreiber ableiten lassen

1. Die Ableitung eines allgemeinen Angetriebenseins

Die depressive Grundeinstellung (dGE) ist die unmittelbare dynamische Grundlage für jegliches Antreiberverhalten

Ein enger Zusammenhang zwischen den ersten beiden Stationen im Miniskript wurde bereits in Teil I angedeutet. Wie eng dieser Zusammenhang ist, wird erst auf der Ebene der Grundeinstellungen angemessen deutlich.¹⁸ Einem Antreiber zu gehorchen, um dadurch ok zu werden, setzt voraus, dass man 1.) noch nicht ok zu sein glaubt und 2.) noch nicht resigniert hat. Diese Konstellation entspricht der „depressiven“ Grundeinstellung „ich bin nicht ok, du bist ok“. Da ich nicht ok bin, muss die antreibende Instanz irgendein „Du“ sein und gleichzeitig muss ich dieses „Du“ als ok ansehen, sonst hätte ich keinen Grund, ihm zu folgen. Nur ein „Du“, welches selbst ok ist, kann mich, der ich ja nicht ok bin, wieder in einen OK-Zustand bringen. In der Logik des Betroffenen muss einem Antreiber zu gehorchen bedeuten, nicht sich selbst, sondern einem anderen, einem „Du“ zu gehorchen.

Die depressive Grundeinstellung (dGE) ist damit die unmittelbare dynamische Grundlage für jegliches Antreiberverhalten. Nur aus dieser GE kann antreibergesteuertes Verhalten sich *unmittelbar* entwickeln. Wie und in welchem Ausmaß man diese GE erworben hat, spielt für diesen Zusammenhang keine Rolle. Hat man sie aber erworben (und bleibt man bei ihr), dann *muss* man auch den Antreibern gehorchen.

Dies wird deutlich, wenn man sich vergegenwärtigt, was es denn in letzter Konsequenz – immer in der Logik des Betroffenen – bedeutet, nicht ok zu sein (während die anderen ok sind). Es bedeutet, dass niemand Rücksicht auf mich nehmen muss, dass man mich als Nicht-OK-Menschen sogar vernichten könnte, ohne damit etwas Schlechtes zu tun, vielleicht sogar vernichten sollte, denn von mir erwartet man ja letztlich nur Schädliches und lediglich ausnahmsweise Nützliches. Daher muss ich mir und andern meinen Wert immer wieder beweisen, indem ich besonders gefällig, perfekt usw. bin. Ein ungeduldiges Gegenüber könnte sogar zu der Ansicht gelangen, dass ich trotz all meiner Anstrengungen, ja gerade wegen meiner ständigen Angestrengtheit, doch insgesamt nur lästig bin.

¹⁸ Ich stimme somit nicht Schlegel (1988, S. 197) zu, der meint, bei Kahlers Zuordnung der Grundeinstellungen zu den Stationen im Miniskript handle es sich um einen „zweifelhaften Versuch, verschiedene Konzepte der transaktionalen Analyse, die sich nur weitgehend überschneiden, jedoch nicht decken, miteinander gleichzusetzen“.



FOCUS

Wer also nicht ok zu sein glaubt, der lebt letztlich in Angst um sein Leben und *muss* sich vor *den anderen* beweisen, weil diese ja gut sind; er wird ängstlich und in hohem Maße fremdbestimmt sein. Sich antreiberkonform zu verhalten, wird auf der Grundlage der dGE zur *Notwendigkeit*, um nicht dauernd mit den direkt aus der Grundeinstellung resultierenden Angst- und Minderwertigkeitsgefühlen konfrontiert zu sein bzw. um der als real möglich eingeschätzten Gefährdung durch andere vorzubeugen. Wiederum spielt hier keine Rolle, in welchen destruktiven Grundbotschaften diese Gefährdung evtl. codiert ist. Wichtig ist hier festzuhalten, dass zwischen Antreiberverhalten und dGE ein doppeltes Implikationsverhältnis besteht: Die Antreiber-Position des bedingten OK-seins setzt die dGE als ihre unmittelbare Entstehungsgrundlage voraus und die dGE führt ihrerseits zwangsläufig zu antreibergesteuertem Verhalten. Obwohl die dGE im Ablauf des Miniskripts die zweite Station markiert, steht sie doch sachlogisch an erster Stelle. Sie markiert den Zustand, aus dem es mit den Antreibern zu fliehen gilt.¹⁹

Zwischen Antreiberverhalten und dGE besteht ein doppeltes Implikationsverhältnis

Die depressive Grundeinstellung des Angetriebenen ist somit der große Grundantreiber, dessen Dynamik sich in die fünf bekannten Antreiber verzweigt. Behauptet wird damit, dass jemand in demselben Maße, wie er die Grundeinstellung „ich bin nicht ok, du bist ok“ einnimmt, zwangsläufig zu angetriebenem Verhalten *neigt*. Ob der Betroffene auch tatsächlich angetriebenes Verhalten *zeigt*, ist damit noch nicht präjudiziert; vielleicht verfügt er ja über Angetriebenheit reduzierende oder kanalisierende Techniken. Selbstbestrafung könnte eine solche Technik sein. Steht allerdings die dGE alleine, so müsste aus ihr zwangsläufig konkret beobachtbares Antreiberverhalten folgen. Erst wenn der Betroffene diese von ihm für notwendig erachtete Überlebensstrategie durchschaut *und* seine Grundeinstellung ändert, kann er dieses Verhalten ablegen.²⁰

19 Kahler hat im Miniskript schlicht die Umkehrbewegung wahrgenommen: Jemand versucht, den Antreiber-Direktiven zu genügen, es gelingt ihm aber nicht, so dass er in die dGE *zurücksinkt*.

20 Es ist zugegebenermaßen eine gewagte These zu behaupten, dass jemand, der in der dGE befangen ist, zunächst nur *eine* sinnvolle Alternative hat, nämlich den Antreibern zu folgen. Er könnte doch *zum Beispiel* auch die folgende Überlegung anstellen: „Wenn die andern wirklich ok sind, dann dürfen sie niemanden im Stich lassen, also auch nicht mich. Also sind die anderen aufgefordert, etwas (mit mir) zu tun und nicht ich – schließlich wissen ja auch nur sie, was wirklich ok ist (und ich kann erstmal so bleiben, wie ich bin).“ Zeugt eine solche Überlegung aber nicht *auch*

Zwischenergebnis

Im Sinne einer Erläuterung der Dynamik, die mit einer einmal erworbenen GE verbunden ist, ist bis hierhin lediglich deutlich geworden, dass die depressive Grundeinstellung ein *allgemeines* Angetriebensein zur Folge hat, welches sich dann zufälligerweise in fünf Formen, den fünf Antreibern, manifestieren kann.

Ich sehe nun die fünf Antreiber nicht als fünf disparate Konkretionsformen dieses Angetriebenseins, sondern als dessen eigene, ihm selbst inhärente Strukturkomponenten. Stimmt diese Ansicht, dann müssen sich die fünf Antreiber mit genau derselben Notwendigkeit aus der dGE ableiten lassen, mit der das allgemeine Angetriebensein aus ihr hervorgegangen ist. Darüber hinaus muss sich zeigen, dass die fünf Antreiber das Angetriebensein vollständig beschreiben; wenn bzw. weil dies nämlich der Fall ist, kann es nur die bekannten fünf Antreiber geben.

2. Die Ableitung und die Interdependenzen der fünf Antreiber

„Sei anderen gefällig“ ist die logisch unmittelbar einsichtige Konsequenz, wenn nur die anderen ok sind

Wiederum in der Perspektive und Logik des Betroffenen, des „Angetriebenen“, zeigt sich deutlich die systematische Verbundenheit der fünf Antreiber mit der dGE und untereinander. Damit fällt gleichzeitig auch schon ein Licht auf die verschiedenen Funktionen, die die Antreiber innerhalb des Angetriebenseins für das Angetriebensein haben.

1) „Sei *anderen* gefällig“ ist die logisch unmittelbar einsichtige Konsequenz, wenn nur die *anderen* ok sind. Denn ich kann dann selbst nur ok werden, indem ich etwas für die andern tue. Etwas für mich, den Unwerten oder Bösen zu tun, wäre nichts wert oder gar böse. Solches Tun würde lediglich meine Nichtsnützigkeit bestätigen und mich in Gefahr bringen. Gut sein kann ich nur, wenn ich etwas für die Guten tue, also für die anderen.

„Sei anderen gefällig“ ist somit ‚der erste‘ Antreiber, denn er formuliert die unmittelbar nächstliegende aller aus der dGE folgenden Verhaltensdirektiven.

2) „Sei stark“ beschreibt die Einstellung, die notwendig ist, um mein Ziel, es den anderen Recht zu machen, so oft und weitge-

schon von einer anderen Grundeinstellung? Hat man *innerhalb* der dGE tatsächlich Alternativen zum Angetriebensein? Es würde meinen Erklärungsansatz nicht widerlegen, wenn man diese Frage bejahte. Man könnte ihn dann allerdings nicht mehr als Aussage über objektiv vorhandene Alternativen, sondern nur noch als Aussage über die subjektive Einschätzung von Alternativen seitens des Betroffenen verstehen: Dieser *glaubt* eben, keine andere oder bessere Wahl zu haben. Die subjektive Lesart aus der Logik des Betroffenen ist letztlich die entscheidende.



FOCUS

hend wie nur möglich zu erreichen. Als schwächerer, klagender, mich gehen lassender oder gar verzweifelter Mensch würde ich für die anderen wenig tun wollen, ich würde eher umgekehrt für mich Unterstützung erfahren wollen. Warum sollten die anderen aber jemanden unterstützen, der nicht ok ist? Viel wahrscheinlicher geraten sie noch in Zorn über ihn, weil der ohnehin Nutzlos sich jetzt auch noch anstellt und wehleidig gibt. Hier wird wiederum deutlich, wie gefährlich es sein könnte, nicht „stark“ zu sein.

„Sei stark“ ist nötig, um es den anderen Recht zu machen

3) „Beeil dich“, „Streng dich an“ und „Sei perfekt“ haben gemeinsam, dass sie allesamt dazu auffordern, ein mögliches Scheitern zu verhindern. Man soll nicht zu „langsam“, zu „lässig“ und nicht zu „ungenau“ zu Werke gehen, weil man sonst – nur so machen diese Aufforderungen Sinn – ein konkret bestimmtes Ziel nicht erreicht.

„Beeil dich“, „Streng dich an“ und „Sei perfekt“ sollen (dabei) jegliches Scheitern verhindern

Auch das liegt ganz auf der Linie der bisherigen Logik. Als Versager kann ich den anderen nicht nützlich sein. Jeder Fehler, jede Nachlässigkeit kann meinen Unwert bestätigen und mich gefährden. Ich muss daher alles in meiner Macht Stehende aufbieten, um Erfolg zu haben.²¹

Somit leiten sich aus der dGE alle fünf Antreiber ab: wenn ich mich in dieser Einstellung befinde, dann muss ich anderen zu Gefallen und stark und darf kein Versager sein.

Wählt man nun einen der letztgenannten drei Antreiber, dann zeigt sich, dass die Ableitung auch in die umgekehrte Richtung funktioniert: Den Verhaltensdirektiven „Streng dich an“, „Sei perfekt“ und „Beeil dich“ kann man nur unter der Voraussetzung nachkommen, dass man auch „stark“ ist und eigene Bedürfnisse hintenanstellt. Ohne „Stärke“ kann es z.B. keinen „Perfektionismus“ geben.

Bei der Einzelableitung der Antreiber zeigt sich dasselbe doppelte Implikationsverhältnis wie zwischen dGE und allgemeinem Angestrebensein

21 Kahler/Capers (1974, S 32) und andere verstehen den Antreiber „Streng dich an“ allerdings auch so, dass es weniger auf ein erfolgreiches Ergebnis der Anstrengung als auf die Anstrengung selbst ankommt. Ein Versagen kann dann leicht mit dem Hinweis entschuldigt werden, man habe sich wirklich sehr angestrengt. Ich denke, dass dies nicht die primäre Bedeutung des Antreibers ist, sondern eine Strategie, die man entwickeln kann, wenn man ständig unter Erfolgsdruck steht. Das Gelingen dieser Strategie hängt zudem davon ab, ob die anderen zustimmen, dass man sich genug angestrengt oder genug Erfolg gehabt hat. Wer sich dieser Zustimmung nicht sicher ist, wird „Streng dich an“ als ernst gemeinte Herausforderung verstehen, etwas zu erreichen und nicht als Pseudodirektive, der man mit einem Pseudoengagement nachkommen könnte. Ich halte hier also, als Primärbedeutung, an einem wörtlichen Verständnis von „Streng dich an“ fest.

Ein Mensch, der eigene Ziele verfolgt und diese auch nicht um jeden Preis, der könnte von Fall zu Fall selbst entscheiden, wie „stark“, angestrengt und perfekt er zu Werke gehen will. Unabhängig von eigenen Zielvorstellungen stark, perfekt usw. sein zu müssen hingegen macht nur Sinn, wenn ich unter dem Diktat zu stehen glaube, den andern gefällig sein zu müssen. Und dieses letzte Müssen hätte seinerseits nicht diesen Unbedingtheitscharakter, wenn ihm nicht die Grundeinstellung „ich bin nicht ok, du bist ok“ als Voraussetzung zugrunde läge. Wäre ich nämlich auch ok, dann könnte ich wählen, wann und wie viel ich anderen zuliebe tue.

Aus der dGE lassen sich also nicht nur die fünf Antreiber schrittweise über drei Ebenen ableiten, das Inkraftsein bestimmter Antreiber setzt auch das Inkraftsein der zuvor abgeleiteten Antreiber bis hin zur dGE voraus. Es handelt sich also hier, bei der Einzelableitung der Antreiber, um dasselbe doppelte Implikationsverhältnis, das sich schon zwischen der dGE und dem allgemeinen Angetriebensein zeigte. Diese Implikationsverhältnisse sprechen für die Richtigkeit der gesamten Ableitung und dagegen, dass es eine beliebige ist. Es ist, wie wenn ein mathematisches Ergebnis „3“ auf genau eine Operation (z.B. „51:17“) zurückverweisen und dabei andere Alternativen („14-11“, „8-5“) ausschließen würde.

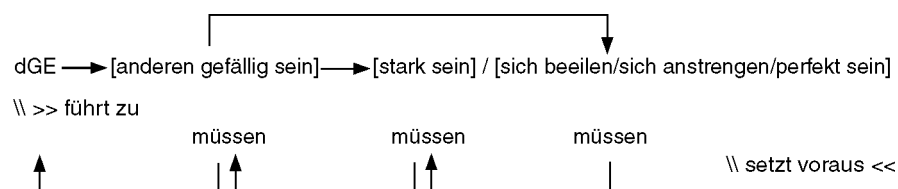
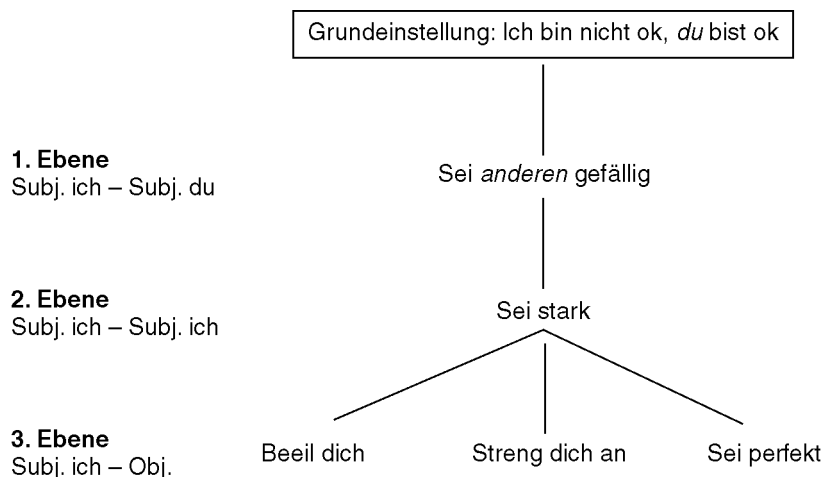


Abb.: Die Interdependenzen zwischen den Antreibern und der dGE

Die letztgeduzierten drei Antreiber „Beeil dich“, „Streng dich an“ und „Sei perfekt“ stehen untereinander in keinem eindeutigen Implikationsverhältnis. Z.B. könnte sich „Sei perfekt“ gerade nicht mit „Beeil dich“ vertragen, wenn ein präzises, geduldiges Vorgehen nötig wäre, um Fehler zu vermeiden. Hier würden sich die Antreiber nicht gegenseitig bedingen, sondern sogar einander ausschließen. Dieses eine Beispiel genügt, um zwischen diesen letzten drei Antreibern erst einmal Unabhängigkeit anzunehmen.

FOCUS

Damit ergibt sich insgesamt ein Bild, in dem die von der dGE ausgehende Energie des Antriebens zunächst den ersten, dann den zweiten, dann sich verzweigend die letzten drei Antreiber erreicht, sich also über insgesamt drei Ebenen verteilt (für die vorweggenommenen Bezeichnungen der Ebenen s. die Begründung in IV):



Es gibt eine weitere, hier zentrale Begründung dafür, warum die fünf Antreiber sich gerade auf drei Ebenen verteilen: Jeder Angetriebene definiert sich in seinem Verhalten notwendig über genau drei Ebenen. Er definiert 1.) die Beziehung zwischen sich als Ausgangssubjekt und anderen Subjekten [Subj. ich – Subj. du], 2.) seine Beziehung zu sich selbst [Subj. ich – Subj. ich] und 3.) seine Beziehung zu möglichen Handlungsobjekten [Subj. ich – Obj.]. Es sind dies die Grundebenen des menschlichen Verhaltens aus der Sicht des Ausgangssubjekts, welches sich selbst mit Hilfe der oppositionären Zuschreibungsalternativen Subjekt/Objekt und Ich/Nicht-Ich eine Art Elementarontologie erstellt. Obwohl diese Einteilung und deren hier nur angedeutete Herleitung aus Zuschreibungskombinationen sicherlich Fragen offen lässt, erscheint es mir doch sehr plausibel, die drei genannten Ebenen als Grundebenen des menschlichen und so insbesondere auch des angetriebenen Verhaltens anzusehen. Nicht zuletzt arbeitet auch die Transaktionsanalyse mit diesen drei Ebenen, so z. B. beim „Discounten“:

IV Der Vollständigkeitsnachweis:

Die drei Verhaltensebenen und ihre Antreiber

*Jeder Angetriebene definiert
sich in seinem Verhalten
notwendig über genau drei
Ebenen*

„Es gibt drei Bereiche, in denen man discounten kann: in Bezug auf *sich selbst*, *andere* und auf die *Situation*.“ (Stewart/ Joines, 1998, S. 262)

Fasst man hier in meinem Sinne „Situation“ etwas spezifischer, dann decken sich diese drei Bereiche exakt mit meinen drei Ebenen. Das ist auch nicht verwunderlich, da „discounten“ bedeutet, „unbewusst Informationen [allgemeiner: Realitäten] nicht zur Kenntnis [zu] nehmen [auszublenden, zu missachten, zu „discounten“], die [insbesondere] für die Lösung eines Problems relevant sind.“ (ebda., S. 252) Und genau dies tut der Angetriebene, indem er glaubt, sich den Antreibern gemäß zu verhalten sei das Beste, was er tun könne. Stewart/Joines betonen daher: „*Antreiberverhalten* weist stets auf einen Discount hin.“ (ebda. S. 259) ²²

*Die fünf Antreiber verteilen
sich derart auf diese drei
Ebenen, dass sie für jede
Ebene eine vollständige Be-
schreibung der jeweiligen
Beziehung liefern*

Die fünf Antreiber verteilen sich nun derart auf die drei genannten Ebenen, dass sie für jede Ebene eine vollständige (Ziel-)Beschreibung der jeweiligen Beziehung liefern (s. Bild auf S. 21). Weil diese drei Ebenen den Rahmen für jedes angetriebene Verhalten vollständig abstecken und innerhalb jeder Ebene die Antreiber eine jeweils vollständige Verhaltensbeschreibung liefern, kann es nur diese fünf Antreiber geben!

Auf der ersten Ebene definiert der Angetriebene als Ausgangssubjekt die Beziehung zwischen sich und den anderen Subjekten so, dass es ihm in seinem Handeln nicht um ihn geht, sondern um die anderen. „Sei den anderen gefällig“ beschreibt eindeutig, für wen hier gehandelt wird. Dass nicht ich mit meinen Bedürfnissen zähle, sondern nur die anderen mit ihren Zielen, ist eine vollständige Definition der Beziehung zwischen dem Angetriebenen und den anderen Subjekten, denn sie ist weder ergänzungsbedürftig noch

²² Bei Schlegel (1995, S. 118f) findet sich ein Beispiel, das diesen Zusammenhang exemplarisch veranschaulicht: Ein Mann hatte einen Unfall verursacht, indem er auf der Autobahn fahrend eingeschlafen war. Er wollte unbedingt einen Termin einhalten, gleichzeitig aber auch keine Hilfe in Anspruch nehmen (sein Sohn hätte ihn fahren können). Dies war seine Art, dem Antreiber „Sei perfekt“ zu folgen, und sein Angetriebensein brachte ihn dazu, andere Möglichkeiten (sich fahren zu lassen oder auch den Termin zu verschieben) nicht zu nutzen, sie als ernsthafte Alternativen „auszublenden“.



FOCUS

ergänzungsfähig. Völlig abstrahierend²³ von konkreten Handlungen und Situationen formuliert sie eine Verhaltensdirektive in nicht mehr überbietbarer Allgemeinheit. „Sei anderen gefällig“ ist somit der passende und einzig nötige Antreiber auf der Beziehungsebene „Ich – die anderen“ [Subj. ich – Subj. du].

1. Ebene:

„Sei den anderen gefällig“

Auf der zweiten Ebene bestimmt der Angetriebene die Beziehung, die er zu sich selbst einnimmt [Subj. ich – Subj. ich]. „Sei stark“ ist hier der einzige und passende Antreiber. Dass ich stets *mit all meinen Kräften angespannt* sein muss, weil ich sie jederzeit (für die anderen) einsetzen können muss, ist hier die Verhaltensdirektive, die eine vollständige Definition dieser Beziehung abgibt. Nur außerhalb der Logik des Angetriebenseins könnten andere Direktiven (z.B. Erlaubnisse) die hier gegebene ersetzen. „Achte dich in deiner ganzen Person mit all deinen Bedürfnissen“ wäre auch eine mögliche und vollständige Beschreibung der Beziehung, die ich zu mir haben könnte, ein möglicher Haupt Gesichtspunkt, dem ich alles Verhalten unterordnen kann. Dem Angetriebenen muss es aber um das Verfügbarhalten all seiner Kräfte zum Nutzen der anderen gehen – daher bleibt ihm nur „Sei stark“ als – in letzter Konsequenz ausschließliche – Maxime seines Verhaltens zu sich selbst.

2. Ebene: „Sei stark“

Die dritte Ebene beschreibt die Beziehung des Ausgangssubjekts zu möglichen Handlungsobjekten, zu objektiven Handlungszielen [Subj. ich – Obj.]. Erst mit ihr wird eine Bezugnahme auf Objekte notwendig. Das kann man an jedem der drei übrigen Antreiber feststellen: Es macht keinen Sinn, „Beeil dich“, „Streng dich an“ oder „Sei perfekt“ zu sagen, wenn man nicht weiß, bei was man sich beeilen, anstrengen oder um Fehlerlosigkeit bemühen soll. Im Gegensatz zu den ersten beiden Antreibern, bei denen man diese Frage nicht stellen muss, sind die letzten drei zwingend an ir-

²³ Wie bei den anderen Antreibern auch verlangt die Abstraktheit der Verhaltensdirektive Konkretisierungen (nicht: Ergänzungen!) durch den Angetriebenen selbst. Womit er den anderen gefällig sein soll, wie er Stärke zeigt usw., muss der Angetriebene selbst herausfinden. Diese nötigen Zusatzleistungen sprechen wiederum dafür, die Antreiber als – eben abstrakte – Komponenten eines allgemeinen Angetriebenseins, als Widerspiegelung einer Grundeinstellung anzusehen und nicht primär als direkt erlernte, z.B. elterliche Gebote. Die elterlichen Gebote können dem Kind allerdings als gute Anregung dazu dienen, in welche Richtungen die Antreiber zu konkretisieren sind.

3. Ebene: „Beeil dich“, „Sei perfekt“, „Streng dich an“

gendeine sachliche Zielsetzung gebunden. Das Angetriebensein findet (erst) hier seinen äußerlichen Ausdruck in Handlungen bzw. dem Gedrängtsein zu äußerlich beobachtbaren Handlungserfolgen.²⁴

Erfolglos kann man sein, wenn man zu langsam, zu nachlässig oder zu unpräzise an die Dinge herangeht. Solches Scheitern glaubt der Angetriebene vermeiden zu müssen. „Nicht scheitern“ oder positiv: „Mit jeder Handlung Erfolg haben“ wäre somit die Verhaltensdirektive, mit der der Angetriebene seine Beziehung zu möglichen Handlungsobjekten vollständig beschreiben könnte. Es gibt hier aber die drei genannten Antreiber und nicht nur einen, z.B. „Sei erfolgreich“ oder „Scheitere nicht“.

Dies ist m.E. deshalb der Fall, weil es genau drei *allgemeine* Arten des Scheiterns gibt, nämlich genauso viele wie allgemeine Dimensionen einer Handlung überhaupt! Denn eine Handlung ist eine mit einer gewissen Kraft (1) und Geschwindigkeit (2) ausgeführte, zielgerichtete (3) Bewegung im Raum. Ob sie das gewünschte Resultat erbringt, bestimmen die Parameter der Bewegung.

Nehmen wir z.B. die Handlung „einen Koffer vom Fließband nehmen“. Ist meine Zugreifbewegung nicht *schnell* genug, kann sie ihr Ziel verfehlen – ich bin zu spät. Ist sie nicht *kräftig* genug, kann ich ebenfalls scheitern – ich bekomme meinen Koffer nicht vom Band. Ist sie nicht *präzise* genug, greife ich vorbei und habe meinen Koffer auch nicht. Geschwindigkeit, Kraft und Zielrichtung sind als Dimensionen nicht aufeinander reduzierbar und insofern unabhängig voneinander. Man kann schnell sein, ohne kräftig zu sein, kräftig, ohne präzise zu sein usw. Da es keine weitere Dimension einer Bewegung gibt, definieren Kraft, Geschwindigkeit und Zielrichtung die Bewegung *vollständig*.

Soweit ich sehe, lässt sich jede Handlung als eine solche dreidimensionale Bewegung auffassen und daher hat auch jede Handlung diese drei *allgemeinen* Möglichkeiten zu scheitern. Nur aufgrund einer solchen, in der Natur einer Handlung selbst liegenden Allgemeinheit kann sich auch hier das Angetriebensein in drei

²⁴ Mit dem Objektbezug als spezifischem Merkmal der letzten drei Antreiber wird auch eine klarere Unterscheidung zwischen den evtl. recht ähnlich anmutenden Antreibern "Sei stark" und "Streng dich an" möglich.



FOCUS

*Die Antreiber der 3. Ebene
umschreiben nichts anderes
als Zielgrößen auf den phy-
sikalisch möglichen Dimen-
sionen einer Handlung über-
haupt*

kulturübergreifend beobachtbaren Antreibern manifestieren.²⁵ Die Antreiber „Beeil dich“, „Streng dich an“ und „Sei perfekt“ umschreiben alltagssprachlich nichts anderes als maximale bzw. optimale Zielgrößen auf den physikalisch möglichen Dimensionen einer Handlung überhaupt; sie fordern als Verhaltensdirektiven das Erreichen dieser Zielgrößen im Sinne des Nichtversagens.

Dazu noch einige Ausführungen, die vielleicht auch bereits bekannte psychologische Einsichten und Praxiserfahrungen auf neue Art bestätigen.

a) „Streng dich an“ und „Beeil dich“ umschreiben eine maximale, „Sei perfekt“ dagegen bezieht sich auf eine optimale Zielgröße. Bei den ersten beiden ist theoretisch immer ein „Noch mehr“ und „Noch schneller“ möglich, daher fordern sie letztendlich die völlige Verausgabung des Angetriebenen. Eine solche Verausgabung ist aber andererseits gefährlich, denn dann kann der Angetriebene erst einmal nichts mehr für die anderen tun. Es ist daher für ihn rational, die konkreten Erwartungshaltungen der anderen auszukundschaften und sich nur in dem von den anderen erwarteten Ausmaß anzustrengen und/oder zu signalisieren, dass mehr Anstrengung unmöglich sei. Gelingt eine solche Strategie in dem Sinne, dass die ständige Totalverausgabung dauerhaft vermieden werden kann, ohne den Unwillen anderer zu erregen, dann hat ihre Herausbildung wahrscheinlich gleichzeitig dazu geführt, dass nun weniger die Erfolge der Anstrengung als die Anstrengung selbst im Zentrum der Aufmerksamkeit stehen – zumal echte Er-

²⁵ Ein Physiker könnte noch darauf hinweisen, dass Kraft und Geschwindigkeit insofern nicht unabhängig voneinander sind, als sie beide mit einem bestimmten Energieaufwand einhergehen; Energie lässt sich sowohl in Kraft (bewegte Masse) als auch in Geschwindigkeit (Weg pro Zeit) umsetzen. Insofern könnte man sich auch einen „Kombiantreiber“ „Handle mit deiner ganzen Energie“ o.Ä. vorstellen. Kraft und Geschwindigkeit sind aber trotz ihrer gemeinsamen Quelle nicht als Dimensionen aufeinander reduzierbar. Daher wäre ein solcher Kombiantreiber nicht instruktiv – der Betroffene würde sich mit ihm einer elementaren Orientierung berauben. Die Antreiber haben als Verhaltensdirektiven wahrscheinlich dann den größten Orientierungswert, wenn sie so abstrakt wie möglich und so konkret wie nötig formuliert sind, und das heißt: wenn sie reine Elementarstrukturen, diese aber vollständig abbilden. Die physikalistische Redeweise sollte nicht in dem Sinne missverstanden werden, dass nur äußerlich sichtbare Prozesse Handlungen sein können. Innere Handlungen wie „sich zusammenreißen“, „sich konzentrieren“, „sich zerstreuen“, „sich gehen lassen“ usw. werden nicht ohne Grund mit räumlichen Metaphern beschrieben, denn es geht auch hier um einen zielgerichteten Einsatz von Energien, und „Zielgerichtetheit“ lässt sich m.E. auch nicht anders als räumlich auffassen.

„Streng dich an“, „Beeil dich“ und „Sei perfekt“

folge für einen Nicht-OK-Menschen einen Beigeschmack des Widersprüchlichen haben können. Dieser Beigeschmack darf allerdings nicht als Argument dafür herhalten, dass jemand, der unter dem Antreiber „Streng dich an“ steht, sich nicht ernsthaft anstrengt, da er ja immer „aus einer Verlierer-Einstellung heraus“ (Schlegel 1988, S. 191) handelt. Der Antreiber ist für sich genommen etwas Eigenständiges; er dient einer Strategie, die der Verlierer-Grundeinstellung ja gerade entgegensteht. Dass diese Strategie *im Ergebnis* von Verlierer-Einstellungen beeinflusst und unterlaufen werden kann²⁶, macht es nur umso wichtiger, Antreiber und Grundeinstellung analytisch auseinander zu halten. Andernfalls müsste man so konsequent sein, auch bei den anderen Antreibern zu unterstellen, der Angetriebene wolle gar nicht wirklich „perfekt“, „stark“ usw. sein – eine m.E. sehr unzuverlässige Betrachtungsweise.

Zusammengefasst ließe sich die Bedeutung, die der Antreiber „Streng dich an“ nach Kahler und anderen auch hat, nämlich: „Bemühe dich *vergeblich*“, verstehen als Resultat eines Prozesses, in dem die wörtliche Primärbedeutung von „Streng dich an“ durch eine Anpassungsleistung an konkrete Möglichkeiten modifiziert wird und möglicherweise zusätzlich mit einer Verlierer-Einstellung interferiert.

Eine andere intelligente Alternative für den Nicht-OK-Menschen ist, sich für den Perfektionismus zu entscheiden, denn hier muss er eben nicht ein subjektives Maximum, sondern nur ein objektives Optimum leisten. Erreicht ein Schüler null Fehler im Mathe-test, dann kann man ihn hier nicht mehr glaubwürdig unter Druck setzen. Perfekt zu sein oder sein zu wollen bietet also eine gewisse Chance, trotz Nicht-OK-seins ein bisschen innere Ruhe zu finden.

Allgemeiner betrachtet bietet die Ausrichtung auf jegliches objektiv erfolgreiches Handeln diese Chance. Gleichzeitig droht hier aber auch die Gefahr, sich noch mehr zu verlieren, denn nun können pseudoobjektive Begründungen über Sachzwänge („...um dieses Problem zu lösen, muss ich mich eben sehr anstrengen...“) verdecken, dass ich mich diesen Zwängen anderen zu Gefallen ausliefern („...sonst macht es ja keiner...“ usw.).

²⁶ Etwa wie bei einem Dreirad, welches nur zwei Räder hat, weil es kapputt ist.

FOCUS



b) Weil die drei objektbezogenen Antreiber sich mitunter gegenseitig ausschließen, bestehen hier für den Angetriebenen Möglichkeiten, Gewichtungen vorzunehmen. Je nach eigenen Fähigkeiten kann er sich auf diejenigen Bereiche konzentrieren, in denen er am meisten zu leisten im Stande ist, wo er sich am ehesten vor den anderen beweisen kann. Diese Möglichkeit der Gewichtung von Antreibern kann es nach meinem Modell (in diesem Ausmaß) nur bei den objektbezogenen Antreibern und nicht bei den ersten beiden Antreibern geben, die m.E. in irgendeiner Form bei jedem Antreiberverhalten mitbeteiligt sein müssen.

Denkbar wäre auch, dass jemand trotz einer sachlich mitbedingten Antreiberpräferenz (z.B. langsam und gründlich zu arbeiten, um perfekt zu sein) den Forderungen aller Antreiber gerecht zu werden versucht (z.B. trotzdem Tempo machen), um vielleicht noch mehr Anerkennung zu erhalten. Er kommt so unter sehr hohen Druck, der sogar noch größer werden kann, wenn der Betroffene das Paradoxe versucht, gegen diesen Druck bewusst Lockerheit zu setzen, genauer nämlich: setzen zu müssen, um die gerade durch den Druck umso vermehrt drohenden Misserfolge abzuwenden.

*Möglichkeiten der
Gewichtung*

c) Aus Letzterem lässt sich noch eine allgemeine Konsequenz ableiten, die auch Schlegels oben zitierten Einwand gegen eine ausschließlich auf Antreiber zugeschnittene Therapie nochmals unterstützt. Einzelnen Antreiberdirektiven z.B. in der Therapie mehr oder minder mechanisch Erlaubnisse entgegenzusetzen, kann in kontraproduktive Symptombehandlung abgleiten. Denn abgelöst vom Gesamtzusammenhang und ohne Kontakt zu einem in einer gewissen Mindestdtiefe bewussten Empfinden seiner Haltung zu sich und anderen kann der Angetriebene die Erlaubnisse als zusätzlichen Zwang auffassen, als Glaube, locker bleiben zu *müssen*, um sich so im Gegenzug noch mehr anstrengen zu können ... für die andern. In diesem Sinne bezeichnet Schlegel (1995, S. 206) die Aufforderung „Es soll dir (immer alles) leicht fallen!“ auch als einen Antreiber. Der „Gegensatz“ zu einem Antreiber ist also nicht schon die Erlaubnis, die ihn auslöscht, ähnlich wie auch das Antiskript nur eine Fortführung des Skripts mit umgekehrtem Vorzeichen ist. Ich würde einen solchen „Gegensatz“ daher auch nicht als eigenständigen Antreiber ansehen, sondern ihn besser als „Anti-Antreiber“ bezeichnen. „Es soll dir immer alles leicht fal-

*Der „Gegensatz“ zu einem
Antreiber ist nicht schon die
Erlaubnis, die ihn auslöscht*

len“ scheint mir nichts anderes zu sein als eine Abkürzung für „*Streng dich an*, dass dir ja immer alles leicht fällt“. Der Gipfel der Verdrehung ist erreicht, wenn der Angetriebene glaubt, es sich selbst recht machen zu müssen, damit es ihm wieder gut geht..., damit er wieder funktioniert, so dass er es wieder allen recht machen kann. Meines Erachtens wird diese Verdrehung von der Grundangst bewirkt, die mit der dGE einhergeht. Es könnte sein, dass die Antreiber ohne bewussten Kontakt mit dieser Angst oder ohne deren ausdrückliche Thematisierung nur in leichten Fällen durch Erlaubnisse ersetzt werden können.

d) Da die fünf Antreiber Strukturkomponenten eines allgemeinen Angetriebenseins sind, kann oder sollte jedes konkrete, „angetrieben“ erscheinende Verhalten auf allen drei Ebenen gleichzeitig hinsichtlich aller fünf Antreiber untersucht werden. Eine Fragestellung könnte dann beispielsweise lauten, wie sehr welche Antreiber im Spiel sind, wenn man in unserer Gesellschaft oft „sexy“ oder „schön“ sein und „Spaß haben“ *muss*.

V Zusammenfassung

*Die Antreiber als vollständige
Beschreibung des
Angetriebenseins*

Ich formulierte eingangs die These, dass es im Begriff des antreibergesteuerten Verhaltens (des Angetriebenseins) liegt, dass ein solches Verhalten nur durch fünf Antreiber gesteuert werden kann. Das „Angetriebensein“ sollte ähnlich tautologisch auf die fünf Antreiber verweisen wie das „Dreirad“ auf seine drei Räder. Die tautologische Form lässt sich jetzt einlösen: *Angetriebensein bedeutet, sein Verhalten und Handeln auf den allgemein formalen Grundebenen und Dimensionen des Verhaltens und Handelns inhaltlich im Sinne des Angetriebenseins zu bestimmen*. Man sieht, es könnte gar nicht anders sein.

Allerdings verlangt diese Formulierung die kreative Leistung, besagte Grundebenen und Dimensionen festzustellen und ihnen die fünf Antreiber auf eine sinnvolle Weise zuzuordnen. Die drei Verhaltensebenen einschließlich der drei Handlungsdimensionen stellen hier das formale Gerüst, sozusagen die Schubladen dar, in denen die fünf Antreiber ihren Platz finden.

Inhaltlich ließen sich diese Formen verschiedentlich füllen, z.B. auch mit Erlaubnissen. Hier gibt aber die dGE den Text vor: Es geht um das dringliche Ergreifen von Möglichkeiten, um der dGE bzw. der mit ihr empfundenen selbstbedrohlichen Minderwertig-



FOCUS

keit ein Gegengewicht entgegenzusetzen. Da dies so dringlich ist, ist man „angetrieben“ und von sich selbst weggetrieben.

Wenn hier Form und Inhalt des Angetriebenseins dem Umfang nach vollständig erfasst worden sind, dann hat sich meine Begründung der Behauptung, dass es nur fünf Antreiber gibt, weil es nur fünf Antreiber geben kann, als stichhaltig erwiesen. Das Zusammenspiel von Form und Inhalt erklärt auch, warum es gerade diese fünf Antreiber sind.

Zusammenfassend könnte man mit meinem Begründungsmodell das aus der dGE resultierende und die fünf Antreiber als Strukturkomponenten enthaltende *Angetriebensein* definieren als den *vom Betroffenen für notwendig erachteten, selbst auferlegten Anspruch und Zwang, den anderen zuliebe (1. Ebene) totale Kontrolle über sich selbst (2. Ebene) und über die durch seine Handlungen erreichbare Umwelt (3. Ebene) ausüben zu müssen*.

Auch weil dieser Anspruch umfassender gar nicht sein kann, kann es nur die bekannten fünf Antreiber geben, insofern sie ihn nämlich vollständig artikulieren.

Die Stichworte „Anspruch“, „Zwang“ und „Kontrolle“ kennzeichnen die pathologische Modalität des Angetriebenseins in allgemeiner Weise. Kahlers Charakterisierung der Antreiber ist damit ebenfalls eingelöst und präzisiert: *„It is not what he did but how he did it.“*

Die Gegenhaltung zum Angetriebensein kann daher auch nicht durch bloß inhaltlich konträre „Gegensätze“ eingeübt werden; Aufforderungen wie „du musst es jetzt endlich dir selbst recht machen“ oder „du musst immer locker sein“ verbleiben in derselben Modalität.²⁷ Die wahre Gegenhaltung kann nur eine konträre Modalität sein, die der Gelassenheit, der persönlichen Freiheit und Entfaltung, der Erlaubnis sich und anderer gegenüber.

*Die wahre Gegenhaltung
kann nur eine konträre
Modalität sein*

Die Untersuchung der Frage „Warum gibt es gerade fünf Antreiber?“ hat gleichzeitig Aufklärung über den Status und die Herkunft der Antreiber erbracht.

*Status und Herkunft
der Antreiber*

²⁷ Von den „Anti-Antreibern“ würde ich noch solche direkt konträren Anweisungen wie „Sei schwach“ oder „Sei langsam“ usw. abgrenzen. Solche Anweisungen würde ich ebenfalls nicht als Antreiber ansehen (wie dies Gellert [1975, S. 423] im Falle von „Sei schwach“ tut), weil sie nämlich nicht „antreiben“. Besser könnte man sie als „Bremsen“ bezeichnen, deren Kern wahrscheinlich eine destruktive Grundbotschaft bildet.

Die Rede von der Herkunft der Antreiber ist mehrdeutig. Das Antreiber-Verhalten entspringt aus einer depressiven Grundeinstellung, dem Wunsch, ok zu *werden*, und dem irrtümlichen Glauben, nur so könne man dieses Ziel erreichen; es gebe kein sich auch „einfach so“ ok fühlen.²⁸ Die Antreiber selbst kommen eigentlich nirgendwo her, sondern umgekehrt: der Angetriebene kommt auf sie. Er erschließt sich die Antreiberdirektiven entlang der vorgegebenen, allgemeinen Verhaltens- und Handlungsdimensionen, in einem Vorgang nichtbewusster Abstraktion. Die Antreiber sind ihrem Status nach das Ergebnis eines Denk- und Abstraktionsprozesses, dessen Anstoß von der Frage ausging: „Wie soll ich mich verhalten, *damit ich ok werde?*“²⁹ Die Antreiberdirektiven sind die allgemein formulierte, auf Kategorien gebrachte Antwort auf diese Frage, die der Erwachsene schon als Kind gefunden hat, mit den Mitteln und in der Not eines Kindes.³⁰

Auf der Grundlage dieser Antwort lässt sich dann ein sehr ökonomisches Verhaltensprogramm aufbauen, welches aufgrund der Universalität der Antreiber *immer* funktioniert, da es von der Spezifität fremder Erwartungen abstrahiert und so ihnen *allen* dienen kann.

Die Entwicklung eines solchen Programms (mit jeweils den einzelnen Antreibern entsprechenden Teilprogrammen) ist so gesehen als eigenständige und sehr respektable Leistung des Kinds zu betrachten, das sich jetzt, als Erwachsener, neu entscheiden kann: für ein unbedingtes OK-sein.

Die folgende Abbildung zeigt die Struktur des Angetriebenseins in ihrer Gesamtheit.

28 Das ist sozusagen der „Grund-Discount“ des Angetriebenen. Als Angetriebener „mache [ich] mir nicht klar, dass ich im tiefsten Grunde ok bin, ob ich [nun] Antreiberbotschaften folge oder nicht.“ (Stewart/Joines, 1998, S. 259).

29 Die weniger umfassende Frage „Was soll ich tun...“ ließe sich ganz gut den Gegenskript-Botschaften o.Ä. zuordnen.

30 Diese Sichtweise passt auch zu der entwicklungspsychologischen Einordnung, dass die Antreiber erst dann verinnerlicht werden, wenn das Kind schon über begriffliches Denken und Sprechen verfügt. (vgl. z.B. Schlegel 1995, S. 205/ S. 213 ff.)

FOCUS

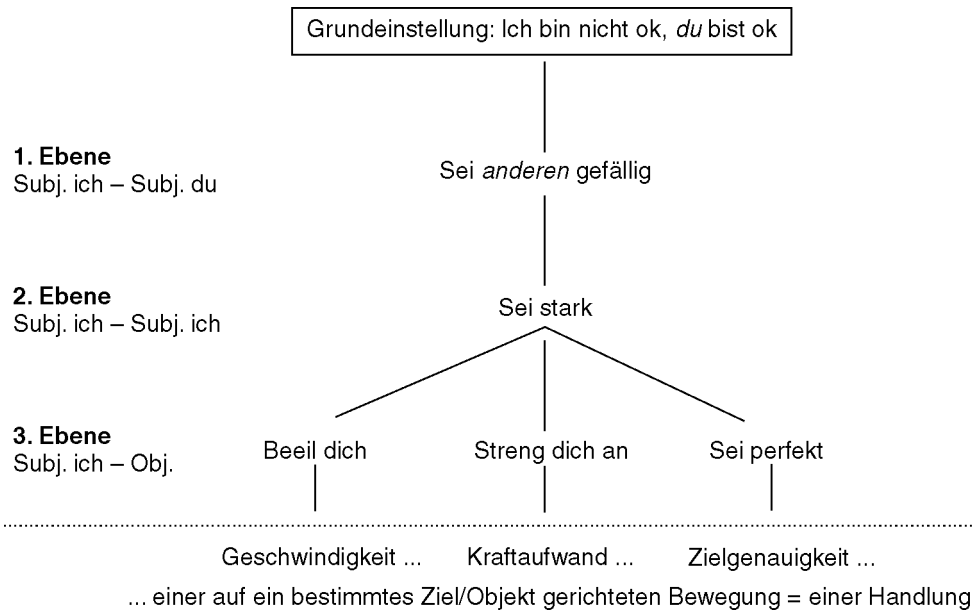


Abb.: Die Struktur des Antriebens

Es böte sich an dieser Stelle an, weitere Konsequenzen meines Antriebermodells zu diskutieren, mögliche Einwände abzuwägen, es in einen größeren Rahmen einzuordnen (z.B. den Bezug zu den übrigen Grundeinstellungen und deren möglichen „Texten“ herzustellen) usw. Ich will mich aber hier darauf beschränken, kurz anzudeuten, was mir *innerhalb* eines begriffsanalytischen Ansatzes noch als lohnenswerte Ergänzung erscheint: die schon bei Kahler sichtbare Idee eines Reduktionstests.

Aus dem Bisherigen folgt für mich, dass es einerseits nicht weniger als fünf Antreiber geben kann, denn keiner lässt sich sinnvoll auf die anderen reduzieren und Zusammenfassungen gehen zu Lasten der elementaren Orientierung des Betroffenen. Sollte man nun andererseits daran festhalten, dass es über die genannten fünf Antreiber hinaus noch weitere Antreiber gibt, dann – so mein Vorschlag – analysiere man deren Semantik und Zielstruktur daraufhin, ob sie sich nicht doch auf die bekannten fünf Antreiber

VI Ausblick

Zur Idee eines
Reduktionstests

zurückführen lassen. Kahlers Idee eines Reduktionstests lässt sich m.E. realisieren, indem man eine Analyse etwa mit Hilfe der folgenden Fragen vornimmt:

- Wozu dient das vom Antreiberkandidaten x propagierte Verhalten?
- Dient es dazu, *ok zu werden* ? (Findet es aus der Haltung einer Nicht-OK-GE heraus statt *und* möchte es dieser GE entkommen?)
- *Auf welche Weise* dient es diesem Ziel? (Indem man „perfekt“, „stark“ usw. sein muss?)
- Kann es diesem Ziel prinzipiell *immer* dienen oder nur in speziellen konkreten Situationen? (im letzteren Fall ist es kein Antreiber gesteuertes Verhalten)³¹
- Treibt der Antreiber wirklich an oder „bremst“ er?
- Ist er so adressiert, dass er nur den intendierten Adressaten betrifft ?

Bei Harris (1998, S.52) finden sich z.B. nur deshalb *sechs* Antreiber, weil bei ihm an Stelle des „Streng dich an“ Antreibers die Antreiber „Sei der beste“ (= sei besser als alle andern und strenge dich deshalb an) und „Gib dein Bestes (= gib alles und strenge dich maximal an) stehen. Die semantische Analyse (in Klammern) von „Gib dein Bestes“ zeigt, dass es sich bei diesem Kandidaten um eine spezielle Variante des Antreibers „Streng dich an“ handelt. „Sei der Beste“ entpuppt sich dagegen als nicht-instruktiver Pseudoantreiber, denn er richtet seine Aufforderung insofern nicht an mich, als nicht die gesamte Anstrengung auf meiner Seite liegen muss; Bester kann ich auch werden, indem ich alle Konkurrenten aus der Welt schaffe. Das verträgt sich aber nicht mehr mit der dGE und dem Profil eines Antreibers.

Sämtliche Antreiberkandidaten sollten sich daraufhin testen lassen, ob sie dem allgemeinen Profil eines Antreibers entsprechen.

31 Ein Antreiber fordert (s.o.) in letzter Konsequenz, *immer* „perfekt“, „stark“ usw. zu sein und dieses „Immer“ impliziert eine Situationsunabhängigkeit, die gewöhnlichen Geboten nicht zukommt. Es zeigt auch einen Discount an, indem es das realitätsgerechte „Je nach dem“ ausschaltet. Evtl. lässt sich der universelle Status der Antreiber auch mit der reflexiven Anwendbarkeit auf ihre „Gegensätze“ in Verbindung bringen: Man kann „perfekt“ darin sein, möglichst viele Fehler zu machen, sich „anstrengen“, locker zu bleiben, vielleicht auch „sich beeilen“, immer langsam zu sein usw.



Dazu ist es allerdings notwendig, dieses Profil in Richtung auf einen hinreichend scharfen *Antreiberbegriff* hin möglichst exakt zu definieren, sich ggf. zu entscheiden, welche spezifischen Merkmale einem Antreiber zukommen, und dabei auch Abgrenzungen zu antreiberverwandten Direktiven wie „Anti-Antreibern“ und „Bremsern“ vorzunehmen. Ich bin diese Aufgabe hier von *einer* Seite angegangen; die obigen Fragen weisen einen Weg zur möglichen Ergänzung meines Ansatzes und auch zur Möglichkeit, seine Ergebnisse zu bestätigen oder in Frage zu stellen. Fürs Erste aber hat uns tatsächlich die *Kraft der Zahl* die *Quintessenz* der Antreiber, die fünf ewigen Räder des Angetriebenseins geoffenbart.

FOCUS

Ich danke allen, die mir bei der Erstellung dieser Arbeit behilflich waren.

Ausgehend von der Frage, warum es gerade fünf Antreiber gibt, entwickle ich in meiner Arbeit ein neues Verständnis der Antreiber. Ich stütze mich dabei nicht auf empirische Befunde, sondern auf Begriffsanalysen und -deduktionen.

Zusammenfassung

Die fünf Antreiber sind nicht – wie Kahler und andere denken – mehr oder minder disparate Einzelentitäten, die ihrem Status und Ursprung nach schlecht von Gegenskript-Botschaften, Überlebensstrategien oder sonstigen Direktiven abgegrenzt und somit als Antreiber kaum ausgezeichnet sind. Sie sind vielmehr die miteinander verbundenen Strukturkomponenten eines allgemeinen Angetriebenseins, dessen fünf allgemein vorgegebene Dimensionen sie funktional besetzen und dessen dynamische Grundlage die depressive Grundeinstellung $-/+$ ist. Der besondere funktionale Sinn der Antreiberdirektiven besteht darin, dass sie eine *vollständige* Antwort auf die Frage geben: *Wie soll ich mich verhalten, damit ich ok werde?* Ihr besonderer Status besteht darin, dass der Betroffene selbst sie intuitiv gefunden, sie nicht etwa von den Eltern gelernt hat.

Starting from the question of why there are exactly five drivers, I develop a new conception of the drivers which is based on deductive and analytical reasonings rather than on empirical find-

Summary

ings. The five drivers are not – as Kahler and others suppose – more or less unrelated, separate entities, which one hardly can distinguish from “usual” counterscript-messages, survival strategies or other directives. Within that conception the notion „driver” remains very unclear. I argue that the drivers are the structural components of a general “being driven” state and behaviour, which itself derives from the depressive position -/+. This state is shown to have five general dimensions of behavior or action respectively. The five drivers are arranged along these dimensions, each of the drivers fulfilling its state-inherent function within and according to its naturally related dimension. It turns out that *there* are just five drivers because there can be just five drivers. The special and original function of the drivers consists in giving a *complete* answer to the question: *How* shall I behave, *in order to become ok*? The answer is intuitively found by the person him/herself; the drivers originally don’t come from any parental part.

Literatur

- Berne, E. (2001, 19751), *Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben?*, 17. Aufl., München: Kindler.
- Capers, H. / Goodman, L. (1983) *The Survival Process: Clarifications of The Miniscript*, TAJ 13, and S. 142-148.
- Gellert, Sh. D. (1975), *Drivers*, TAJ 5, S. 422-425.
- Gere, F. (1975) *Developing The OK Miniscript*, TAJ 5, S. 285-289.
- Goulding, M. (1974), *Letter to the Editor*, TAJ 4, S. 51.
- Goulding, R. & M. (1978), *The Power is in the Patient*, San Francisco, TA Press.
- Harris, A. & Th. (1998, 19901), *Einmal ok - immer ok – Transaktionsanalyse für den Alltag*, Hamburg: Rowohlt.
- Kahler, T. /Capers, H. (1974), *The Miniscript*, TAJ 4, S. 26-42.
- Kahler, T. (1974), *Letters to the Editor*, TAJ 4, S. 64.
- Kahler, T. (1975a), *Structural Analysis: A Focus on Stroke Rationale, A Parent Continuum, and Egograms*, TAJ 5, S. 267-271.
- Kahler, T. (1975b), *Scripts: Process and Content*, TAJ 5, S. 277-279.
- Kahler, T. (1975c), *Drivers: The Key to the Process of Scripts*, TAJ 5, S. 280-284.
- Kahler, T. (1975d), *In Response*, TAJ 5, S. 425-429.
- Kahler, T. (1978), *Transactional Analysis Revisited*, Eigenverlag ohne Ortsangabe, Kap. 60-65.
- Kahler, T. (1984), *Unveröffentlichtes Konferenzreferat bei der EATA-Konferenz 1984 in Villars, Schweiz*.

FOCUS



- Mescavage, A. / Silver C. (1977), „Try hard“ and „Please me“ in Psychological Development, TAJ 7, S. 331–334.
- Rüttinger, R. (2001), Transaktionsanalyse, 8. Aufl., Heidelberg: Sauer.
- Schlegel, L. (1979, 1988, 1995), Die Transaktionale Analyse, Tübingen: Francke, UTB.
- Steiner, C. (1966), Script and Counterscript, TAB 5, S. 133-135.
- Stewart, I./Joines, V. (1998, 19901), Die Transaktionsanalyse, 8. Aufl., Freiburg: Herder.
- Woollams, St. /Brown, M. (1978), Transactional Analysis, Dexter: Huron Valley Institute Press.

Oliver Preukschat
Berliner Straße 1
67304 Eisenberg

„Vor Freude weinen“

Das Zeitintegrationsmodell als Orientierungshilfe in der Persönlichkeitsentwicklung¹

Johann Schneider

ARBEITET ALS COACH UND BERATER FÜR ORGANISATIONEN, ALS LEHRENDER TRANS-AKTIONSANALYTIKER IN DER AUS- UND WEITERBILDUNG FÜR VERSCHIEDENE BERUFSGRUPPEN UND ALS PSYCHOTHERAPEUT IN FREIER PRAXIS.

Charles Dickens lässt in seinem „Weihnachtsmärchen“ dem geizigen und verbitterten Geschäftsmann Ebenezer Scrooge drei Geister erscheinen, die ihm schließlich dazu verhelfen, Weihnachten in Verbundenheit mit anderen Menschen zu feiern und zu genießen: Den Geist der vergangenen Weihnacht, eine weise alte und doch kindhafte Gestalt, die Scrooge in seine Kindheit zurückführt und ihn die Entbehrungen und Möglichkeiten erkennen lässt, die er als Kind erlebte; den Geist der gegenwärtigen Weihnacht, eine dionysische Gestalt, die ihm zeigt, wie die Menschen, die er kennt, Weihnachten feiern und dabei ihre Verbundenheit genießen; den Geist der zukünftigen Weihnacht, eine Todesgestalt, die ihn ahnen lässt, wie sein Tod aussehen könnte und ihn mit seiner Endlichkeit konfrontiert. Scrooge kommt durch die Begegnung mit den Geistern mit seinen innersten Wünschen nach Lebendigkeit, Sinn und Erfüllung in Kontakt: Er spürt die Entbehrungen seiner Kindheit und seine Möglichkeiten und Potenziale, als er in Begleitung des Geistes der vergangenen Weihnacht sein Elternhaus besucht. Er spürt seinen Wunsch nach Bezoogenheit, Nähe und Spiel², als er in Begleitung des Geistes der gegenwärtigen Weihnacht erlebt, wie die Menschen feiern und spielen. Er ist erschüttert, als er sieht, wie sich die Leute, noch bevor sein Leichnam kalt ist, seiner Habseligkeiten bemächtigen und sich überlegen, zu seiner Beerdigung zu gehen, da ja vielleicht ein Geschäft dabei he-

- 1 Dieser Artikel ist eine Kurzfassung des Artikels „Vor Freude weinen“, der in Zeitkompetenz, Reader mit Beiträgen von der DGTA-Konferenz für Pädagogik und Erwachsenenbildung erschienen ist. Zu beziehen beim Osterberg-Institut, Niederkeveez. Im Originalartikel wird das Modell mit Beispielen illustriert.
- 2 „Spiel“ im Sinne von Skriptverhalten bezeichne ich als „psychologisches Spiel“, damit der Begriff Spiel frei bleibt für Spiel und spielen, wie wir ihn üblicherweise in unserem Sprachgebrauch für *kreatives, lustvolles Spielen* verwenden.



FOCUS

rausspringen könnte. Er ist erschüttert, als er im Angesicht eines Grabsteins, zu dem ihn der Geist der zukünftigen Weihnacht führt, ahnt, dass er ihm seine eigene Lebensgeschichte und seinen Tod vor Augen hält. Und er fleht ihn an: „Wenn ich dies alles erkenne, ist es denn nicht möglich, dass ich mein Leben verändere?“

Dickens Weihnachtsmärchen erzählt und illustriert in lebendiger Weise die Erfahrungen von Menschen, die sich auf den Weg machen, ihr Leben zu verändern und in ihre eigene Hand zu nehmen. Es beschreibt ihre Neugier und ihre Ängste auf dem Weg in ein selbst gestaltetes Leben.

Aus der Sicht eines Transaktionsanalytikers wird in dieser Geschichte der Prozess von Menschen illustriert, die ihr Skriptverhalten³ als einengend erkennen und sich deshalb dagegen aufbauen und es auflösen. Für mich wurde in keiner anderen Geschichte so deutlich wie in dieser, dass alle Zeitdimensionen nebeneinander den gleichen Stellenwert haben, dass wir neben der bekannten Regressionsanalyse eine Progressionsanalyse⁴ formulieren können. Die bewusste innerlich vollzogene Verbindung aller Zeiträume ergibt den Schwung für einen neuen Lebensentwurf, eine kreative Lebensbewegung.

Nehmen wir das Ende vorweg: Nachdem Scrooge von allen drei Geistern besucht worden war und „daraus seine Lehren gezogen“ hatte, heißt es: Von Geistern wurde er nicht mehr besucht. Und wenn jemand Weihnachten zu feiern wusste, dann war es Scrooge.

Im Laufe meiner Weiterbildung und Arbeit habe ich in verschiedenen Therapie- und Beratungsansätzen die Betonung einzelner Zeiträume kennen und schätzen gelernt, in der Transaktionsanalyse habe ich bei Berne den ausgewogensten Zeitentwurf gefun-

3 Mit Skript beschreibt Berne (Berne, 1975, S. 42) einen fortlaufenden „Lebensplan, der sich unter starkem elterlichem Einfluss in der frühen Kindheit herausentwickelt hat.“ In der Vergangenheit diene dieser als nützliche Überlebensstrategie, in der Gegenwart führt das Handeln nach diesem Plan aber zu Einschränkungen in der Lebensgestaltung und in der Problemlösung. Als Skriptverhalten oder Skriptverhaltensweisen bezeichne ich die Ausführungen des vorbewussten Lebensplans.

4 Als Progressionsanalyse bezeichne ich die Analyse des Prozesses von der Erkennung der Potenziale bis zu ihrer Umsetzung.

*In der Transaktionsanalyse
habe ich bei Berne den aus-
gewogensten Zeitentwurf
gefunden*

den. Aus meiner zusätzlichen Beschäftigung mit Raum- und Zeiterfahrung ist im Laufe von zwanzig Jahren das hier vorgestellte Zeitintegrationsmodell entstanden. Mit diesem Modell mache ich mir bewusst, auf welchen Zeitraum meine Interventionen abzielen. Ich achte auf die Integration aller Zeiträume in einer Sitzung oder über den Zeitraum mehrerer Sitzungen. Manchmal biete ich meinen Klienten dieses Modell als Visualisierung für ihr Erleben und ihre Entwicklung an, indem ich es ihnen parallel zur Arbeit oder danach aufmale.

Für die sprachliche Darstellung der Bewegung durch die Zeiträume verwende ich sechs Begriffe: Erinnern, Erschließen, Vorstellen, Planen, Umsetzen, Einüben und Weiterentwickeln. Sie sind gleichzeitig als Interventionskategorien zu betrachten.

Ich verwende im Text den Begriff Begleiter oder Begleiterin für alle Professionellen, die ihre Klienten in verschiedensten Rollen zur Seite stehen und sie dabei unterstützen, ihr Skriptverhalten aufzulösen und ihr Leben selbstbestimmt zu gestalten.

1. Die Dynamik des Skriptausstiegs⁵

Die entscheidende Erfahrung, die dazu führte, das Zeitintegrationsmodell zu entwickeln, war die, dass Menschen, wenn sie aus ihren alten, nicht mehr passenden Lebensmustern, eben Skriptverhaltensweisen⁶, aussteigen, neben vielfältigen anderen Gefühlen, mit Freudentränen, Trauer und Irritation reagieren können. Sie berichten unter anderem auch über heftige, beängstigende Träume.⁷ „In der Nacht nach der angenehmen neuen Erfahrung holte mich die alte Geschichte wieder ein“, „Ich hatte mich mit meiner besten Freundin getroffen und mit ihr einen ganzen Tag verbracht. Wir haben uns über unser Leben unterhalten, über unsere Vergangenheit und wie wir nun heute leben. Es war so schön, und in der Nacht hatte ich Albträume und ich fühle mich noch heute ganz verstört“ (Zitate von Klienten).

⁵ Mit Skriptausstieg bezeichne ich den Zeitpunkt, zu dem jemand ein Skriptmuster verlässt.

⁶ Menschen haben immer ein Skript als gelernte und erlebte Erfahrung, die ein Teil ihrer Geschichte ist, insofern sind sie nie skriptfrei. Sie sind jedoch in der Lage, aktuell hier und heute kreativ neu zu handeln, ihr Skript zu erkennen, ihr erlerntes Skriptmuster zu verlassen und sich skriptfrei zu verhalten. Insofern spreche ich hier von skriptfreiem Verhalten oder Verhaltensweisen, womit ich Empfindungen, Gefühle, Gedanken und äußerlich sichtbares Verhalten meine.

⁷ Diese Beobachtung und Erkenntnis verdanke ich Bernd Schmid, Wiesloch.



FOCUS

Eine Blockade in der Weiterentwicklung entsteht dann, wenn ein Klient seine Freudentränen in Traurigkeit, Niedergeschlagenheit oder Konfusion erstickt

Eine Blockade in der Weiterentwicklung entsteht dann, wenn ein Klient seine Freudentränen in Traurigkeit, Niedergeschlagenheit oder Konfusion erstickt und er und der Begleiter nicht merken, dass er diese Reaktion genau an der Skriptausstiegstelle empfindet und es sich um Ersatzgefühle⁸ für die Freude über die neue Erfahrung und für den verdrängten Schmerz aus der alten Skript Erfahrung handelt. Die Verwunderung über unangenehme Gefühle oder depressive Verstimmungen genau an Stellen, „wo es einem doch jetzt so gut gehen könnte“, zeigt genau dieses Phänomen. Ermutigt der Begleiter den Klienten, die Traurigkeit zu spüren, bleibt der Klient trotz intensiver Emotionen im Skriptmuster und im Ersatzgefühl Traurigkeit hängen. Das Knäuel aus Emotionen, Gedanken und Verhaltensweisen löst sich erst dann wie ein Gordischer Knoten auf, wenn die Begleiterin dem Klienten hilft, die darunter liegenden, zum Zeitpunkt der Skriptentstehung und der wiederholten Skriptausführungen unterdrückten Gefühle, insbesondere Schmerz und Wut (Empörung) zu spüren und zu erkennen, dass sie auf die Vergangenheit zu beziehen sind, während die zum Zeitpunkt des Skriptausstieges zuerst gespürte Freude in die Gegenwart gehört.

Ein Traum und ein Verhalten, die an die Stelle der bewusst erlebten Trauer mit Schmerz, Empörung und Angst treten, bezeichnen das Steckenbleiben zwischen Vergangenheit und Zukunft, eine Zeitrübung. Wird diese Zeitrübung aufgehoben, werden die Zeiträume Vergangenheit und Gegenwart bewusst voneinander unterschieden, der bewusste Skriptausstieg kann gelingen.

Schematisch dargestellt lässt sich der Skriptausstieg wie folgt beschreiben (siehe Abb. 1):

- (1) der Klient spürt Freude über seine neue Erfahrung,
- (2) im Kontakt zu einer anderen Person fühlt er sich gerührt und bewegt,
- (3) er erkennt die alte Verletzung und weiß und spürt bewusst den damaligen Schmerz,

⁸ Als Ersatzgefühle bezeichnet English (English, 1971/72) Gefühle, die an Stelle anderer ursprünglicher Gefühle erlebt und gezeigt werden. Sie wurden in der Vergangenheit entwickelt, da die ursprünglichen Gefühle verpönt waren oder negativ sanktioniert wurden.

- (4) er weiß um seine Vergangenheit und die Empörung (Zorn, Wut) aus dieser Zeit,
 (5) er unterscheidet Vergangenheit und Gegenwart (Zeitentrübung)
 (6) und geht in der Gegenwart mit der Bewusstheit (s)einer Vergangenheit und (s)einer eigenen Zukunft weiter.

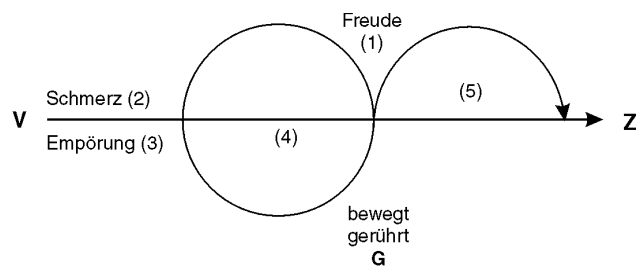


Abb. 1: Der Skriptausstieg

Die Freude bezieht sich auf die Gegenwart und die erahnte Zukunft, der Schmerz und der Zorn auf die alte Erfahrung. Die Freudentränen sind körperlicher und emotionaler Ausdruck des Loslassens der alten schmerzlichen Erfahrung.

Sie erinnern sich sicher auch an die bewegenden Szenen, als 1989 in Deutschland die Mauer fiel und sich die Menschen mit Freudentränen in den Armen lagen, die Freude über die neue Freiheit empfanden und gleichzeitig mit den schmerzlichen Erfahrungen aus der Vergangenheit in Kontakt kamen. Den Tränen freien Lauf zu lassen empfanden sie als Erlösung.

Der Übergang vom Skriptverhalten zum skriptfreien Verhalten wird oft als Fremdheit, Irritation, Unsicherheit und Leere, das skriptfreie Verhalten selbst als sich raumnehmendes, aufregendes, freudiges, erfülltes, weites und auch ruhiges, lebendiges Gefühl erlebt und beschrieben.

Die Irritation zeigt an, dass sich die Person neu orientieren muss. Die Fremdheit fordert die Anerkennung des Andersseins heraus. Die Unsicherheit schenkt Aufmerksamkeit, damit das Neue acht-



FOCUS

sam gestaltet werden kann. Die Leere stellt den frei gewordenen, noch nicht gefüllten Raum dar.

Halt und Beistand in dieser Schlüsselsituation zu bieten, Irritation, Fremdheit, Unsicherheit und Leere gemeinsam mit dem Klienten auszuhalten und auszuloten, damit an deren Stelle die neue Selbst-Erfahrung treten und sich ausbreiten kann, ist eine sehr bewegende, tief greifende und befriedigende Erfahrung als Begleiter von Entwicklungsprozessen. Nur zu oft und allzu schnell versuchen sowohl Klienten als auch Begleiter diese ungewohnten Situationen mit alten gewohnten Mustern zuzuschütten, wenn sie noch nicht gelernt haben, diese Situationen und sich selbst so irritiert, fremd, unsicher und leer auszuhalten, sich so als Geburtshelfer und Quelle ihres eigenen Selbst zu begreifen und dies zuzulassen.

Halt und Beistand in dieser Schlüsselsituation zu bieten, Irritation, Fremdheit, Unsicherheit und Leere gemeinsam mit dem Klienten auszuhalten und auszuloten

Weitere emotionale Erfahrungen im Moment der Zeitintegration sind Innigkeit, Bewegtheit und Berührtheit und das Erleben, ganz bei sich selbst und gleichzeitig auf andere bezogen zu sein. Dies bedeutet eine Ich-Selbst-Erfahrung in einer Verbundenheit mit

- sich Selbst,
- der Natur in uns und um uns,
- den einbezogenen Mitmenschen

und die Erfahrung, selbst ganz, heil und Teil eines größeren Ganzen zu sein.

Diese Elemente der Verbundenheit oder Bezogenheit können einzeln, zu mehreren oder alle zusammen zum Zeitpunkt des Skriptausstiegs und später als durchgängige Grunderfahrung und Grundstimmung erlebt werden⁹.

Bislang wurde der Skriptausstieg beschrieben, wie er sich spontan oder durch eine professionelle Begleitung angeregt ereignen kann. Im Weiteren soll nun der ganze Skriptauflösungsprozess darge-

2. Der Zyklus der Skriptauflösung

⁹ Mir scheint in unserer Kultur eine Hemmung bezüglich der Erfahrung „allein und verbunden zu sein“ vorzuliegen. Sowohl die familiäre, die politische als auch spirituelle Selbständigkeit sind wenig erfahren und gesellschaftlich und kirchlich weitestgehend sanktioniert. Daher ist es auch verständlich, dass Menschen sich unsicher fühlen, wenn sie diesen Schritt in die persönliche Autonomie wagen und die neue Erfahrung machen, selbständig und gleichzeitig verbunden zu sein.

stellt werden, wie er sich sowohl in Beratungen, Coachings und Psychotherapien als auch außerhalb dieser Verfahren als spontaner Entwicklungsvorgang beobachten lässt.

Der Klient

1. spürt eine Einschränkung in der Gegenwart,
2. er bewegt seine Aufmerksamkeit zurück in die Vergangenheit,
3. er erkennt die Skriptentstehung und die Wiederholung im Heute (Zeitentrübung und Ich-Zustandsentrübung),
4. er spürt die alte Verletzung, den damals empfundenen Schmerz und
5. andere damals präsente Gefühle,
6. er kommt mit den damals unterdrückten Potenzialen in Kontakt,
7. er erschließt diese Potenziale für die Gegenwart,
8. er ahnt und sieht Möglichkeiten in der Zukunft,
9. er überlegt und plant, wie er die Vision umsetzen könnte,
10. er setzt diese in der Gegenwart um,
11. nimmt so seinen natürlichen Entwicklungsprozess wieder auf,
12. übt die neuen Verhaltensweisen und Haltungen ein und
13. entwickelt sich weiter, indem er den Skriptauflösungsprozess an
14. Stellen, an denen erneut Skriptmuster auftauchen, wieder durchläuft.

Stellen wir diesen Prozess auf einer Zeitachse dar, erhalten wir die graphische Darstellung des Zeitintegrationsmodells (Abb. 2).

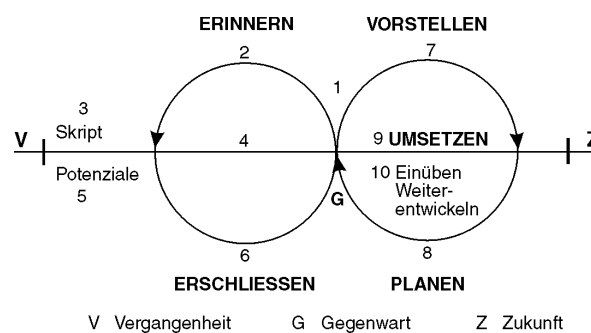


Abb. 2: Das Zeitintegrationsmodell (der Zyklus der Skriptauflösung)



FOCUS

3. Die Erdung in der Gegenwart

Die Gegenwart ist und bleibt der zentrale Ausgangs- und Umsetzungspunkt von Veränderung. Von hier aus bewegen wir uns in die Vergangenheit und die Zukunft, hier realisieren und leben wir uns. In der Entwicklungsarbeit bleiben wir, wenn sie gelingen soll, auf das Hier und Heute bezogen. Ein Yogi meditiert im Lotussitz, damit er, wohin und wie weit weg er sich auch in seinen Empfindungen und Phantasien bewege, er immer die Schwerkraft spürt und dadurch geerdet bleibt. Entsprechend müssen Klient und Begleiter den aktuellen Gegenwartsbezug behalten, im realen Hier und Heute geerdet sein. Aus dieser Erdung heraus finden alle im Folgenden dargestellten und aufgezeigten Vorgänge und Bewegungen in die Vergangenheit und die Zukunft statt. Wie durch eine unsichtbare Schnur bleiben auch bei Regressions- und Progressionsanalysen (Vergangenheits- und Zukunftserforschung) Begleiter und Klient in einem aufeinander reagierenden, klar wahrnehmenden, denkenden und fühlenden Kontakt.

Erinnern ist eine Gegenwartsaktivität. Unsere Vergangenheit ereignete sich, und wir lebten sie real. Dass und wie wir erinnern, ist eine Schöpfung unseres gegenwärtigen Bewusstseins. In vielen Beobachtungen und Untersuchungen wurde erforscht, wie Menschen sich erinnern, wie sie verdrängen, verleugnen, verschieben, vergessen. Das was uns der Klient von seiner Vergangenheit berichtet, ist seine heutige Vergangenheitskonstruktion, seine heutige Sicht, sein heutiges Empfinden, es sind seine heutigen Worte über sein in der Vergangenheit Erlebtes. Die Erinnerung ist also nicht gleichzusetzen mit dem, was wirklich real geschah. Real Ereignetes und heute Erinnertes sind nicht identisch, sondern zwei verschiedene Dinge¹⁰.

Auch die Phantasien über die Zukunft finden in der Gegenwart statt, sie sind Schöpfungen im Hier und Heute. Oft haben professionelle Begleiter, die in rückschauenden Verfahren gut geübt sind, nicht dieselbe Erfahrung darin, Zukunftsbilder zu entwickeln. Mich haben die Worte von Stephen Hawking als Umdeutungsmetapher angeregt, mich selbstverständlich mit der Zukunft zu befassen: „Warum erinnern wir uns eigentlich immer nur an unsere Vergangenheit und nicht an unsere Zukunft?“

Erinnern ist eine Gegenwartsaktivität. Unsere Vergangenheit ereignete sich, und wir lebten sie real

¹⁰ Wenn Sie über das Wesen der Erinnerung mehr erfahren möchten, finden Sie bei Daniel Schacter (1999) in seinem Buch „Wir sind Erinnerung“ dazu eine ausführliche Abhandlung.

Die Gegenwart wird in der Begleitungsarbeit in verschiedenen Variationen Thema:

- als Unbehagen und damit Ausgangspunkt zur Weiterentwicklung, beim Erinnern und Vorstellen
- als die Realität, mit der man sich konfrontieren muss beim Erinnern und Erschließen
- als Herausforderung bei der Entwicklung von Zukunftsbildern (beim Vorstellen)
- als Gestaltungsraum beim Umsetzen, Einüben und sich Weiterentwickeln

4. Die Arbeit mit und in der Vergangenheit

4.1 Erinnern

In der Zeitbewegung Gegenwart → Vergangenheit regen wir die Klienten an, zu ahnen, woher ihre ihnen jetzt hinderlichen (Skript-) Verhaltensweisen kommen könnten, wir regen sie an, nachzuspüren, hinzuhören, nachzuschauen, zu erinnern. Wir regen sie an, die aus der Vergangenheit unbewusst in die Gegenwart übernommenen Muster wahrzunehmen, sie zu erkennen, zu begreifen, zu sehen, zu hören, ihnen mit Worten, Bewegungen, Bildern und Tönen Gestalt und Ausdruck zu verleihen, sie zu verstehen, ihnen Bedeutung und Sinn zu geben.

Wir regen sie an, nachzuvollziehen, wann, wo, wie, wofür und für wen sie diese Muster kreativ als Überlebensschlussfolgerungen¹¹, als Lösungen für die damaligen Situationen entwickelt haben. Wir regen sie an, Vergangenheit und Gegenwart zu vergleichen und die Vergangenheit und die Gegenwart als zwei verschiedene individuelle Zeiträume ihrer Lebens- und Persönlichkeitsentwicklung wahrzunehmen und auseinander zu halten. Damit konfrontieren wir eine Zeittrübung und regen eine Zeitentrübung an.

4.2 Erschließen

In dem Moment, in dem den Klienten ihre alten Überlebensstrategien bewusst werden, kommen sie in der Regel auch mit den unterdrückten primären Empfindungen, Phantasien, Gedanken und Handlungsimpulsen in Kontakt. Dadurch, dass wir es den Klienten ermöglichen, sich in die der damaligen Situation angemessene

¹¹ Als „Überlebensschlussfolgerungen“ bezeichnet English (1980) die Schlussfolgerungen über das Leben, die Menschen in ihrer Vergangenheit gezogen haben. Sie entsprechen der Skriptbildung bei Berne (Berne, 1961, 2001) und den Skriptentscheidungen bei Goulding und Goulding (1979, S. 58).

FOCUS



nen Verhaltensweisen einzufühlen und diese zu benennen, helfen wir ihnen, diese unterdrückten Ausdrucksformen als gebundene Energien und Potenziale zu erkennen. Im nächsten Schritt geht es dann darum, ihnen zu ermöglichen, sich von der Vergangenheit zu entbinden und sich im Hier und Heute dem eigenen Wesen gemäß zu entfalten.

Es gilt, Empfindungen und Gefühle als physiologische und psychologische Realität anzuerkennen und sich bewusst zu werden, dass wir als lebendige Wesen nicht nicht empfinden, nicht nicht fühlen, nicht nicht reagieren können. Gefühle sind „Spiegelungen erwachter Potenziale“. Die Gefühle zu erschließen heißt, sie zu spüren, zu begreifen, zu benennen, aus einer vielfältigen Palette von Handlungsoptionen auszuwählen und sie so entschieden zum Ausdruck zu bringen (Schneider, 1997, S. 66 und 80).

Klienten sind vielfach positive Erfahrungen, Fähigkeiten und Fertigkeiten aus ihrer Vergangenheit nicht mehr bewusst. Wir helfen den Klienten durch verschiedene Erschließungsmethoden wie Träume, Entspannungstechniken, Phantasiereisen, Musik, Bewegungsarbeit, Konzentration, Bewegungstherapie, Kathathymen, Bilderleben, Hypnose u.a., sich an diese Ressourcen zu erinnern. Wir helfen ihnen, sich auf sie und sie auf sich zu beziehen und sie ins Hier und Heute umzusetzen, sie hier und heute passend, d.h. alters- und situationsgemäß zu nutzen. Manchmal ist dies eine Entwicklung wie von der Raupe zur Puppe zum Schmetterling. Die Potenziale erscheinen zunächst winzig klein und wie Samenkörner verschüttet und zugedeckt. Oder sie fühlen sich wie ein zartes Pflänzchen an, wie leise Töne, zarte Farben, feine Gerüche, leichte Geschmacksempfindungen, sanfte kleinste Berührungen und Bewegungen. Sie brauchen Pflege, Achtung und Zeit, sich zu entwickeln und zu verwandeln.

Skriptverhaltensweisen stellen häufig überzogen ausgeprägte Fertigkeiten dar. Es sind Tugenden, die durch Zwanghaftigkeit charakterisiert sind, sich anstrengend anfühlen. Der darin verborgene gesunde, wertvolle Kern wird nicht gesehen. Wenn zum Beispiel jemand von seinem Wesen her sehr einfühlsam ist und diese Einfühlsamkeit als Kind dazu nutzte, seinen Zuwendungsmangel durch übergroßes Gefälligkeit zu verringern, hat er ein ihm und anderen Leuten lästiges überfürsorgliches Verhalten entwickelt. Während er dieses ausübt, vergisst er seine eigenen Bedürfnisse. Dieser Klient braucht seine Einfühlsamkeit für andere nicht auf-

*Skriptverhaltensweisen
stellen häufig überzogen
ausgeprägte Fertigkeiten dar*

zugeben, er muss sie nur von der skripthaften Ausprägung befreien und lernen, sich auch in sich selbst einzufühlen und auch sich selbst in seinen eigenen Bedürfnissen ernst zu nehmen.

Die Vergangenheit mit ihren Anpassungen anzuerkennen bedeutet, sich in die Tradition zu stellen und sie heute, dem eigenen Wesen und der heutigen Situation gemäß, selbst zu gestalten, sich als ein Glied in einer langen Kette von Generationen zu begreifen.

Der Sinn des Erschließens, der Bewegung Vergangenheit Gegenwart, besteht zusammengefasst darin,

- die in der Vergangenheit unterdrückten Potenziale wiederzubeleben,
- sie für die Gegenwart verfügbar zu machen, um sie alters-, zeit- und situationsgemäß in der Gegenwart leben zu können,
- sich an die Vergangenheit anzukoppeln und die Tradition dem eigenen Wesen und der heutigen Situation gemäß selbst gestaltend fortzusetzen,
- sich in die Tradition zu stellen und als ein Glied in einer langen Kette von Generationen zu begreifen.

4.3 Noch einmal durch die Schleife gehen

Kommen Menschen in Stress- und Wandlungssituationen (Krisen) mit alten Erfahrungen (Wunden, später Narben) in Kontakt, hilft es, bewusst den alten Schmerz zuzulassen, die Vergangenheit zu würdigen und sich wieder auf das Hier und Heute zu besinnen. Als Visualisierung im Modell dargestellt heißt es, nochmals durch die Vergangenheitsschleife und dann weiterzugehen (Abb. 3).

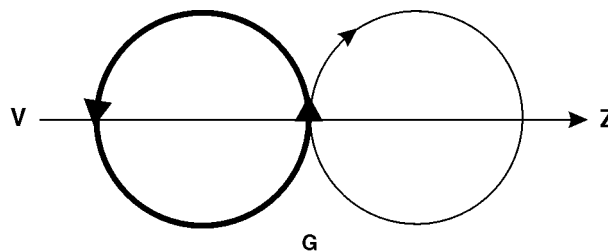


Abb. 3: Lösung von der Vergangenheit durch „Noch einmal durch die Schleife gehen“

FOCUS



Menschen verharren weiter in der Skripturfahrung, wenn sie sich nach der Devise „ein Indianer kennt keinen Schmerz“ verhalten, die Narbe nicht spüren und ihre auch schmerzliche Vergangenheit leugnen. Lassen sie die Schleife mit all ihren Erinnerungen und Gefühlen bewusst zu, wird sie in immer kürzerer Zeit durchlaufen und verliert ihre alte Kraft und ihre dramatische Ausgestaltung. Die Vergangenheit wird entdramatisiert, und der Mensch kann weitergehen, sich der Gegenwart und der Zukunft zuwenden. Wie oben beschrieben bleibt der Dreh- und Angelpunkt in der Arbeit mit Klienten die Gegenwart: Beim Erinnern, um die Erfahrung aus der Vergangenheit mit der tatsächlichen heutigen Erfahrung zu vergleichen, beim Erschließen, um die damaligen unterdrückten Potenziale in die Gegenwart zu überführen.

In der Bewegung Gegenwart → Zukunft ist das Entwerfen und Entwickeln von inneren Bildern und Visionen von herausragender Bedeutung. Wir brauchen hier Zeit zum Träumen und Zeit, die Träume zu besprechen. Wir brauchen Mut, Neugierde und Intuition, wir brauchen Raum und Zeit für uns allein, wir brauchen Kontakt mit Menschen, die uns dabei begleiten, zu uns zu finden. Wir brauchen Zeit und Muße, uns unseren inneren spontanen Bildern hinzugeben, ihnen einen Phantasieraum zu erschließen und ihnen in Bildern, Skizzen, Worten, Klängen und Bewegungen Ausdruck zu verleihen.

Damit wir den eigenen inneren Reichtum an Phantasie in Anspruch nehmen können, müssen wir magisches Denken als solches erkennen und bereit sein, es aufzugeben. Der Klient gewinnt die Überzeugung und Gewissheit, dass Phantasien nicht gelebte äußere Wirklichkeit zu werden brauchen und sie es in der Regel auch nie genauso werden (Schneider, 2000, S. 162). Wenn der Klient verstanden hat, dass Phantasie und gelebte Realität zwei verschiedene Bereiche sind, erschließt sich ihm die Phantasie als eine sprudelnde Quelle seiner Kreativität.

Häufig ist die Vorstellung und Entwicklung von Zukunft ein nicht gewohnter, wenig beschrittener, manchmal auch negativ sanktionierter Weg. Menschen geraten in Krisen, weil sie anstehende Herausforderungen noch nicht begriffen oder nicht in Angriff genommen haben. Eine Auswirkung davon, uns den äußeren und in

5. Zukunftsarbeit

5.1 Vorstellen

Zukunftsvorstellungen entwickeln wir tagtäglich an Lebensweichen, bei der Auflösung von Krisen

uns schlummernden Entwicklungsherausforderungen nicht zu stellen, sind körperliches seelisches und soziales Unbehagen und Krankheiten. Viktor von Weizsäcker betrachtet psychosomatische Erkrankungen als Ausdruck nicht angenommener Entwicklungsherausforderungen. Die Krankheit hat nach seiner Ansicht die Funktion, die Weiterentwicklung an- und aufzunehmen (Weizsäcker, 1949).

Zukunftsvorstellungen entwickeln wir tagtäglich an Lebensweichen, bei der Auflösung von Krisen. Wir steuern kleine und größere Ziele an, sind dabei immer auf dem Weg.

Durch gezielte Fragen und Phantasieübungen können wir Klienten anregen, sich wirklich auf sich zu besinnen, für sich zu definieren, was ihnen in ihrem Leben wichtig ist, und ein bewusstes Lebenskonzept¹² zu entwickeln.

Man kann ganz bewusst einzelne Zeitetappen visualisieren oder das ganze restliche Leben. Man kann in einer Sterbephantasie oder Grabsteinphantasie das eigene Lebensende bewusst vor das innere Auge treten lassen. Berne hat vielfältige Fragen in dieser Richtung in einer Skriptcheckliste angeregt (Berne, 1975, S. 354).

Wir entwickeln Zukunftsvorstellungen auch durch die klassischen Vertragsfragen von Berne: „Was ist dein Ziel?“ „Woran werden andere und wirst du erkennen, dass du dein Ziel erreicht hast?“ (in Schneider, 2001a, S. 66)

Beim Blick nach vorne wird auch wieder der Blick zurück notwendig, wenn Hemmungen in Form von Moral und Normen auftauchen. Wir durchlaufen dann mit dieser Fragestellung wieder die Schleife Erinnern, Erschließen, Vorstellen. Unsere Aufmerksamkeit richtet sich dann auf die eignen Vorstellungen und Werte und die, die unsere Vorfahren hatten. Hier eignet sich auch die Beachtung mehrerer Generationen und das Stellen von Organisationen und Familien, um ein Verständnis für deren Werteentwicklung und die Aussöhnung mit der eigenen Tradition zu ermöglichen.

12 Ich benutze den Begriff Lebenskonzept oder Lebensentwurf für bewusst geübte Vorstellungen über die Zukunft und grenze das Lebenskonzept als bewusst und konstruktiv von Skript als unbewusst und hinderlich ab.



FOCUS

In der Zukunftsbewegung steht die Erkundung, Entwicklung und Festigung eigener Werte an

In der Zukunftsbewegung stehen die Erkundung, Entwicklung und Festigung eigener Werte an. Diese bewusste Werteentwicklung stellt den entscheidenden Schritt für die Weiterentwicklung zu einer reifen Persönlichkeit dar. Es gilt, übernommene Werte zu reflektieren und eigene zu entwickeln. Dies ist eine lebenslange Herausforderung und Aufgabe. Letztlich ist dies die Entwicklung zu persönlicher Autonomie. Allzu oft stützen professionelle Begleiter den Klienten unbewusst und unreflektiert ihre eigenen Werte über und behindern diesen wesentlichen Schritt zu einem autonomen¹³, nämlich selbstbeurteilenden Menschen, der in Bezogenheit auf andere und die Welt seine eigenen persönlichen Gesetze hat.

Begleiter sind oft gewohnt, ihre Klienten zu fragen, was sie möchten, was ihnen Spaß und Freude bereiten würde, wozu sie Lust haben. Hier sind zusätzlich Fragen angebracht wie „Was ist dir wichtig?“, „Was ist für dich wertvoll?“, „Welche Werte lebst du, welche wären dran zu leben?“, „Welche Werte möchtest du vertreten“, „Welches sind deine wichtigsten Werte?“ „Welche Wertefolge hast du?“, „Was musst du aus dir heraus tun oder lassen, um dir selbst gerecht zu werden?“

In der Zukunftsbewegung ist das Zusammenführen von Wünschen, Wollen, Spaß und Verantwortungsbewusstsein, Ethik als Entwicklungsaufgabe angezeigt (Schneider 2001, S. 153ff).

Die bewusste Vorstellung verschiedener Lebensbereiche und Rollen ist ein weiterer wesentlicher Bereich der Zukunftsarbeit. Ich stelle die Lebensbereiche graphisch mit dem Bild der „Lebensblume“ dar.

Die bewusste Vorstellung verschiedener Lebensbereiche und Rollen ist ein weiterer wesentlicher Bereich der Zukunftsarbeit

Eine Klientin ist mit ihrer Lebenssituation unzufrieden, sie möchte sie klären und herausfinden, wie sie ihre Mutterrolle leben könnte. Bei der Schilderung ihrer Unzufriedenheit wird deutlich, dass sie es bisher nicht gewohnt ist, letztendlich unabhängig von einem Arbeitgeber oder ihrem Ehemann ihre eigenen Rollen, Bedürfnisse und Wünsche zu erkennen und zu leben. Sie erkennt, dass ihr an dieser Stelle die eigene Sicherheit fehlt, sich eindeutig zu definieren. Stattdessen „rasselt sie mit ihrem Mann zusammen“, wenn er von seiner Arbeit kommt und sie beide bedürftig sind. Mit Erstaunen stellt sie auf mein

¹³ griechisch: autos = selbst und nomos = Gesetz

Nachfragen hin fest, dass ihr dies nicht „passiert“, wenn sie sich selbst klar definiert hat und sie sich ihrer Wünsche und Ansprüche sicher ist. Davon ausgehend biete ich ihr an, ihre gesamte jetzige Lebenssituation daraufhin anzuschauen, was ihr jetzt in ihrem Leben wichtig ist. Sie findet die Bereiche: Familie (Mutter, Partnerin), Freunde/innen, Tiere und Reiten, Malen und Töpfern, Ausbildung (Besinnung, Lernen), Ursprungsfamilie (Tochter, Schwester), Beruf, Politisches und Spirituelles.

Ich male diese Bereiche nacheinander wie Blütenblätter an die Tafel und verbinde sie zu einer Blume (siehe Abb. 4).

Manchmal male ich die Grundbedürfnisse (Schneider, 1997, S. 68) in den Boden. Die Blume kann sich nur entfalten, wenn die Grundbedürfnisse beachtet werden und auch in den Entfaltungsbereichen vorkommen.

Ins Zentrum male ich den Blütenblattboden als Ich oder Ich-Selbst oder Selbst.

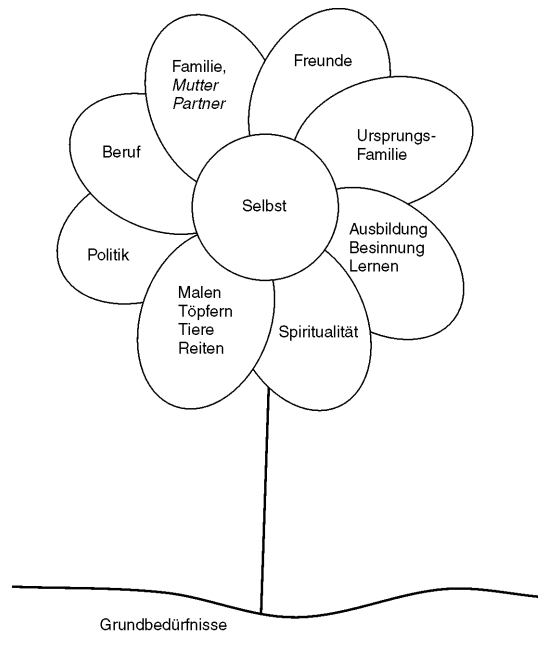


Abb. 4: „Die Lebensblume“ zur Veranschaulichung verschiedener Lebensbereiche

Die Größe der Blätter kann verändert werden. Sie zeigen den Umfang der verschiedenen Bereiche. Oft sind Klienten ob der Visualisierung erstaunt, insbesondere dann, wenn jemand z.B. ein sehr großes Blütenblatt für den Beruf und ein noch mickrig kleines für seinen Privatbereich gemalt hat (siehe Abb. 5).

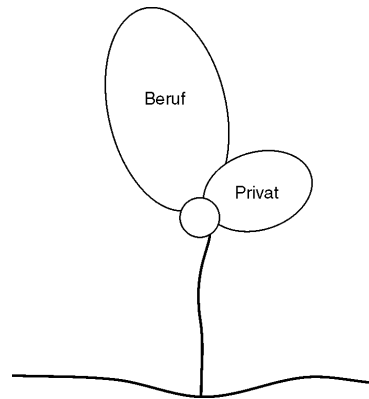


Abb. 5 „Lebensblume“ bei großem Ungleichgewicht zweier Bereiche und fehlenden anderen Bereichen

Es kommt darauf an, die Klienten explorierend zu befragen und ihnen dabei zu helfen, ihre eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Werte herauszufinden. Bewusst male ich auch manchmal noch keimende Blütenblätter, die sich erst noch entfalten werden. Ich erzähle, dass Blumen wachsen, Blütenblätter vergehen und neue kommen, wie auch in jeder Lebensphase verschiedene Bereiche unterschiedlich wichtig sind und in ihrem Ausmaß variieren, sich entfalten und vergehen.

Versöhnung gelingt nach meiner Erfahrung tiefgründig erst hier, nachdem Klienten sich definiert haben. Erst dann können sie eine Zukunft vor sich haben, aus sich selbst heraus leben und wissen, wer sie sind und wer sie werden können. Sie können sich symbolisch bei ihren Eltern aus ihrer eigenen Lebensfreude heraus dafür bedanken, dass sie ihnen ihr Leben geschenkt haben, unabhängig davon, wie ihre Eltern sich ihnen gegenüber verhalten haben (Weber, 1994). Wenn sie eine sehr traumatische Geschichte erlitten haben, können sie ihre Eltern an dieser Stelle zumindest als ihre leiblichen Eltern annehmen. Denn nun wissen sie um ihre Vergangenheit, ihre Gegenwart und Zukunft, sie spüren ihre Potenziale und definieren sich selbst. Sie schöpfen sich aus sich selbst in der Verbundenheit mit anderen Wesen, der Natur und einem größeren Ganzen.

Versöhnung gelingt nach meiner Erfahrung tiefgründig erst hier, nachdem Klienten sich definiert haben.

5.2 Planen

Zwischen Visionen und deren Umsetzung in die reale Gegenwart steht das Planen. Wir klopfen unsere Phantasien, Entwürfe und Zukunftsbilder auf ihre Realisierung hin ab. Wir vergleichen, prüfen, rechnen, erfinden für die Visionen reale Gestaltungsmöglichkeiten und entscheiden, wie wir die ersten Schritte machen.

Planen geschieht in vielfältiger Form. Der wesentliche Kern des Planens ist schöpferisches Handeln, das die realen Gegebenheiten und die Zukunftsbilder ganz zulässt und miteinander in einem Spannungsbogen verbindet. Der Akt des Planens lässt sich mit dem Ausrichten des Pfeils auf das Ziel beim Bogenschießen vergleichen.

Zum Planen brauchen wir Zeit, Papier, Bleistift, Radiergummi, Farben, Musik oder Stille, Bewegung in passender Form (Spaziergänge, Wanderungen in der Natur, Tanzen, Sitzen und Meditieren, Hinwendung zu Kunst), klare Luft und klares Wasser. In Begleitungssituationen eignen sich hier auch Methoden des Ankerns, außerdem das Angebot, über die gemachten Schritte zu sprechen.

6. Umsetzung in die Gegenwart

Der nächste Schritt ist, das Vorgestellte und Geplante umzusetzen, den Pfeil abzuschießen (Abb. 2). Bei vielen neuen Verhaltensweisen sind ein bewusstes und geduldiges Einüben und eine ermutigende Begleitung hilfreich. Gruppen oder Einzelbegleitung über einen längeren Zeitraum bieten hier eine verlässliche Unterstützung. Erst allmählich werden neue Verhaltensweisen vertraut, stimmig und rund. Genau genommen schaffen wir jeden Empfindungs-, Denk- und Verhaltensprozess in jeder Situation neu, nur dann sind wir im Gegenwärtigen auch unserer Vergangenheit und Zukunft bewusst. An manchen Stellen tauchen wieder Skriptinhalte oder Skripteinladungen auf, dann gilt es, den Skriptauflösungsprozess wieder zu durchlaufen, weiterzuentwickeln und weiterzugehen.

7. Die Integration der Zeiträume

Wenn wir die verschiedenen Zeitaspekte miteinander verbinden, durch die Zeiträume schreiten, sie spüren und abwägen, integrieren wir sie. Wir entwickeln aus einer aspektivischen eine perspektivische.



FOCUS

tivische „Sicht“¹⁴. Die Grundelemente der Bewegung durch die verschiedenen Zeiträume verbinden sich zu einem Tanz, einer liegenden Acht, der Unendlichkeitsschleife. Dreh- und Angelpunkt bleibt der Gegenwartsbezug.

Bewusst, vorbewusst oder unbewusst, zumindest in nächtlichen Träumen, durchlaufen wir wieder und wieder diese Unendlichkeitsschleife und bewegen uns gleichzeitig fort.

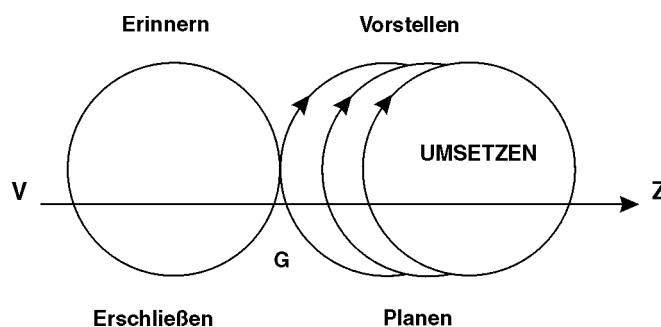


Abb. 6: Die Fortbewegung in der Unendlichkeitsschleife, nach Schneider 2001b, S. 25

Unter diesen Gesichtspunkten betrachtet braucht eine gelungene Begleitung alle Zeitbewegungen und ihre Integration. Ichzustandsanalytisch betrachtet werden sich Menschen ihrer Eltern- und Kindichzustände bewusst und transformieren sie in Erwachsenenichzustände mit Ethos-, Logos- und Pathosqualitäten (Schneider 2001b).

In Vertragsfragen ausgedrückt, lassen sich alle Zeitdimensionen (Schneider, 2001c) wie in Abb. 7 dargestellt erfassen:

¹⁴ Aspekt, lat. = das Hinsehen, allgemein: Blickwinkel, Betrachtungsweise, Gesichtspunkt. In der Ägyptologie wird die Kunst der Ägypter als aspektivische Darstellungsform bezeichnet (diese Mitteilung verdanke ich Frau Dr. Schultz-Wippel aus Schneverdingen). Die Künstler stellen in ihren Reliefs alle Einzelteile einer Person oder eines Gegenstandes so dar, wie man dieses Einzelteil für sich selbst sieht. Ein Tisch wird z.B. mit einem zentrischen Kreis und drei Beinen dargestellt. Die Tischplatte und die Füße sind nicht aus einem Blickwinkel zueinander angeordnet (perspektivisch), sondern jedes Teil nur für sich selbst (aspektivisch).

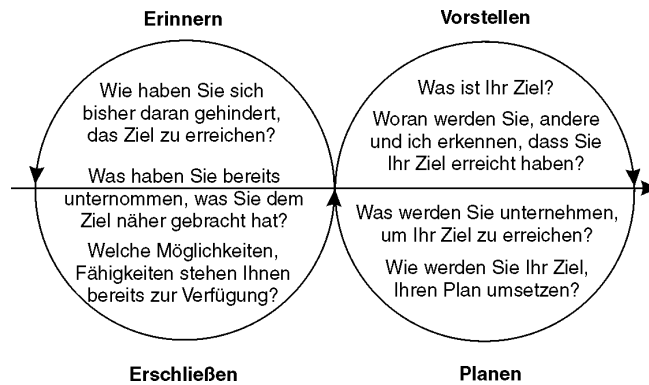


Abb. 7: Vertragsarbeit und ihre Zeitdimensionen nach Schneider, 2001c, S. 25

Für mich hat sich die Visualisierung von Entwicklungsprozessen in der Bewegung durch die verschiedenen Zeitdimensionen als sehr hilfreich erwiesen. Mit der Idee der Integration der Zeiträume und der Entwicklung vom aspektivischen zum perspektivischen Schauen entstand das Zeitintegrationsmodell. Mit ihm als Orientierungshilfe kann ich mich und den Klienten beobachten und mir bewusst werden, in welchen Bewegungen ich den Klienten begleite, welche er mir anbietet, zu welchen ich ihn anrege.

In der Begleitung persönlicher Entwicklungsprozesse ist manchmal die Betonung einzelner Zeiträume und Teilschritte passend

In der Begleitung persönlicher Entwicklungsprozesse ist manchmal die Betonung einzelner Zeiträume und Teilschritte passend. Ich habe allerdings den Eindruck, dass für ein Thema in einer Sitzung eine ganze Bewegung durch alle Zeiträume das Beste ist. Die vollständige Bewegung durch alle Zeiträume ergibt eine runde Bewegung, einen vollen Klang, ein ganzes Bild.

Am Ende möchte ich noch einmal Charles Dickens zitieren:

„Scrooge war noch besser als sein Wort. Er tat, was er sagte, und unendlich viel mehr. ... Manche Leute lachten, als sie diese Veränderung an ihm wahrnahmen, aber er ließ sie lachen und kehrte sich nicht daran, denn er war klug genug, um zu wissen, dass auf diesem Erdball nie etwas Gutes geschehen ist, ohne dass nicht gewisse Leute zu Anfang darüber gelacht hätten.“



FOCUS

ten. Und da er wusste, dass solche Menschen irgendwie blind waren, so fand er es ebenso gut, wenn sie ihre Augen zum Grinsen verzogen, wie wenn sie diese Krankheit in noch weniger anziehenden Formen zeigten. Sein eigenes Herz lachte und das genügte ihm.

Er hatte keinen weiteren Verkehr mehr mit Geistern... und man sagte ihm stets nach, dass er wisse, wie man Weihnachten feiern müsse, wenn überhaupt ein lebender Mensch das Wissen besitze.“

In dem Artikel wird die Persönlichkeitsentwicklung mit der Arbeit in den Zeiträumen Gegenwart, Vergangenheit und Zukunft als aufeinander bezogene und ergänzende Sichtweisen dargestellt. Der Autor beschreibt die Bewegungen durch die verschiedenen Zeiträume als Erinnern, Erschließen, Vorstellen, Planen, Umsetzen und Weiterentwickeln. Er zeigt die, hinter hinderlichen Verhaltensweisen schlummernden, Potenziale auf und stellt dar, wie diese in die Gegenwart zu transformieren sind. Insgesamt zeigt er auf, wie die verschiedenen Zeiträume in einer Unendlichkeitsschleife zu integrieren sind (daher die Bezeichnung Zeitintegrationsmodell).

Zusammenfassung

In this article the author shows how in working with the personality of people, past, presence and future can be integrated. He regards remembering, resourcing, visioning, planning, implementing and recycling as key categories of interventions. He visualizes his theory with the time-integration-model, a diagram, which shows a recumbent eight, the symbol of eternity.

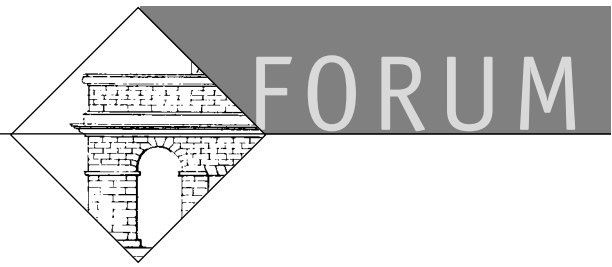
Summary

- Berne, E. (1961), *TA in Psychotherapy*, Grove Press, New York, deutsche Übersetzung: Berne 2001
- Berne, E. (2001), *Die Transaktionsanalyse in der Psychotherapie, Eine systematische Individual- und Sozial-Psychologie*, Freiburg, Herder
- Berne, E. (1975), *Was sagen Sie, nachdem Sie Guten Tag gesagt haben*, München, Kindler

Literatur

Johann Schneider
Walsroder Str. 37
29614 Soltau
Tel. 05191-3640
Fax 3670
www.institut-dr-schneider.de
info@institut-dr-schneider.de

- English, F. (1971), *The Substitution Factor, Rackets and Real Feelings*, *Transactional Analysis Journal* 1, 1971, pp. 225-230, 2, pp. 23-25. dt: Die Ersatzlösung: Über „Rackets“ und echte Gefühle, *Transaktionsanalyse und Skriptanalyse*, Altmann, Hamburg.
- English, F. (1980) *Transaktionsanalyse*, S.157-167, Hamburg, Isko-Press
- Dickens, Ch., Zwerfer, L. (1990) München, Deutscher Taschenbuch Verlag
- Goulding, R., L. DM und Goulding, Marie McClure MSW (1979), *Neuentscheidung*, Stuttgart, Klett-Cotta
- Jung, C.G. (1964), *Der Mensch und seine Symbole*, Olten, Walter-Verlag
- Schacter, I. (1999), *Wir sind Erinnerung*, Reinbek bei Hamburg, Rowohlt
- Schellenbaum, P. (1991), *Die Wunde der Ungeliebten*, München, Deutscher Taschenbuch Verlag
- Schlegel, L. (1995), *Die Transaktionale Analyse*, Tübingen und Basel, Franke
- Schneider, J. (2001), „Auf dem Weg zum Ziel“ – Der Vertragsprozess – ein Schlüsselkonzept erfolgreicher professioneller Begleitung, Paderborn, Junfermann
- Schneider, Johann, 1987, „Dreistufenmodell transaktionsanalytischer Therapie und Beratung von Bedürfnissen und Gefühlen“, *Zeitschrift für Transaktionsanalyse*, 1-2 1997, 66-82. www.active-books.de, Paderborn, Junfermann
- Schneider, J. (2000), *Supervidieren und beraten lernen*, Paderborn, Junfermann
- Schneider, J. (2001b), *Von der Kunst erwachsen zu handeln: Die Ethos-, Pathos- und Logosqualitäten der Erwachsenenichzustände und die Auflösung und Transformation von Eltern- und Kindichzuständen*, *Zeitschrift für Transaktionsanalyse* 4/2001, 18. Jg., S. 148-164, Paderborn, Junfermann
- Schneider, J. (2001c), „Vor Freude weinen“, www.active-books.de, Paderborn, Junfermann
- Weber, G. (Hrsg.), 1994, *Zweierlei Glück*, Heidelberg
- Weizsäcker, V. von (1949), *Über Medizinische Anthropologie* (1927). In *Arzt und Kranker*, S. 35-61. Stuttgart, K.F. Koehler Verlag



Zur Kultur in den transaktionsanalytischen Gesellschaften

Beim Kongress 2002 in Hof hielt Alan Jacobs, Transaktionsanalytiker der ersten Stunde, einen Hauptvortrag. Er bestach mit einigen provokativen Thesen zur Kultur in unseren TA-Gesellschaften, die zum Teil auch bei uns in der deutschsprachigen, aber auch in der gesamteuropäischen transaktionsanalytischen Szene diskutiert werden. Es geht einmal nicht um Theoriefragen, sondern um die Frage, welche Haltung und welches Selbstverständnis für uns als transaktionsanalytische Gesellschaft zukunftsweisend sein soll.

Fünf aus der Rede von Alan Jacobs kondensierte Thesen zu dieser Fragestellung findet ihr hier im Forum abgedruckt. Mögen sie euch zur Auseinandersetzung anregen. Das Ergebnis eures Nachdenkens drucken wir gerne in einer der nächsten Nummern ab.

Einige provokative Thesen

Eine wesentliche und oftmals schwierige Aufgabe, die eine mit Ausbildung und Wissenschaftlichkeit befasste Organisation zu bewältigen hat, ist es, zwischen der Verbesserung dieser Bereiche und unternehmerischer Expansion zu unterscheiden; mit anderen Worten, es ist oft schwierig, den Anspruch, wissenschaftlich Herausragendes zu leisten, gegen die Marktinteressen zu behaupten. Wenn die Vorstellung eine gewisse Gültigkeit hat, dass die verdeckten Botschaften, die unter dem Begriff „Skript“ bekannt sind, auch in Berufsverbänden vorhanden sind, dann kann man die Wurzeln eines solchen negativen konkurrenzfördernden Skripts bereits in den Anfängen der Transaktionsanalyse finden. Ein Sitzdiagramm von Erich Bernes Sozialpsychiatrischen Seminaren in San Francisco in den 60er Jahren offenbart innere und äußere Zirkel; einige sind Teilnehmer, einige Beobachter. Die Mitglieder

1. These: Expansion versus wissenschaftlichem Anspruch

Alan Jacobs

„TA-correctness“

Das Skriptthema dabei war:
„Wir sind etwas Besonderes
– und keiner versteht uns.
Wer uns nicht versteht, hat
ein Problem“

des inneren Zirkels waren von Berne ausgewählt und bildeten eine Art Elitegruppe. Alle waren gleich; aber manche waren gleicher als die anderen. Wie ich hörte, konnte man beobachten, dass bestimmte von Berne und seinen Nachfolgern erlassene Vorschriften eingefordert wurden. Wer diese Vorschriften missachtete, wurde gelegentlich lächerlich gemacht oder sogar aufgefordert, den Raum zu verlassen, weil er es gewagt hatte, Fragen zu stellen, die nicht als zum Reich dessen gehörig erachtet wurden, was ich als „TA-correctness“ bezeichne. Seminarteilnehmer konnten dabei beobachtet werden, wie sie um die Gunst von Dr. Berne wetteiferten, was von ihm nicht gänzlich abgelehnt wurde, und diese Konkurrenz besteht bis heute. Teilweise war und ist sie böse und destruktiv; und hatte und hat zwei Gesichter. Einerseits das Wetteifern um die Aufmerksamkeit Bernes, andererseits war es ein Wetteifern zuerst mit der Psychoanalyse und dann mit den meisten anderen wichtigen Therapierichtungen. Das Skriptthema dabei war: „Wir sind etwas Besonderes – und keiner versteht uns. Wer uns nicht versteht, hat ein Problem.“ Die Folge davon ist, dass die Theorie in den meisten Bereichen nicht hinterfragt wird und unwidersprochen bleibt.

Ich behaupte, dass die Transaktionsanalyse sich von ihrem ursprünglichen Ziel der Entdeckerfreude und Innovation wegbeugte und es um das Streben nach Geld, Macht und Ruhm erweiterte, wenn nicht sogar dadurch ersetzte. So wie dies geschieht, verliert das Schreiben seine Multidimensionalität und wird stattdessen eindimensional, entpersönlicht, was heißt, es erhält Warencharakter. Auf diese Weise wird die Theorie verwässert und übersimplifiziert und auf ihren kleinsten gemeinsamen Nenner reduziert. So erzählten verschiedene Bücher dieselbe transaktionsanalytische Geschichte in nur geringen Abweichungen immer wieder. Oft genug wurden anstelle des Wesentlichen pfiffig klingende Phrasen und Slogans formuliert. Wie z.B.: „A Warm Fuzzy Tale“, „I’m OK, You’re OK“, oder „Born to Win“. In der Folge verwässerten viele solcher Produkte Versionen der ursprünglichen Theorie. In diesem Zusammenhang entwickelte sich ein zunehmender Haut-gout gegen Intellektualität.

Die Transaktionsanalyse erhebt den Anspruch, revolutionär in ihren Anschauungen zu sein, ohne sich explizit auf das Alte Testament, Edmund Burkes Menschenrechte, Kants „Was ist Aufklärung“, die amerikanische Unabhängigkeitserklärung, die fran-

zösische Erklärung der Menschenrechte und die UN-Menschenrechts-Charta zu beziehen.

FORUM



Ich glaube nicht, dass wir wirklich verschiedene Schulen in der Transaktionsanalyse haben. Wir haben theoretische Modelle, die von denen, die sie entwickelt haben, zu Schulen ernannt wurden. Ich kam zum ersten Mal auf diesen Gedanken, als ich beobachtete, dass bei Kongressen wenige der führenden Mitglieder einander in ihren Workshops besuchten, besonders wenn es sich um konkurrierende Theorien handelte. Ausnahmen waren Fanita English, Steve Karpman, Marty Groder und Bob Goulding.

Als ob es eine Einschärfung gegeben hätte: „Sei nicht intellektuell“. Das heißt, halte die theoretische Auseinandersetzung auf einem populären Level, damit wir mehr Menschen gewinnen können. Man konnte die Zerstückelung und Reduzierung der Theorie feststellen, wenn man die Kongressprogramme las.

Die ungesunde Konkurrenz wurde, und ich glaube, wird immer noch durch die Art und Weise erzeugt und genährt, wie die Mitgliederschaft, die Ausbildung, die Prüfung und die Kongresse strukturiert sind. Die den Strukturen zugrunde liegenden Implikationen und Eventualitäten entziehen sich der Wahrnehmung der meisten Mitglieder, die durchaus ehrliche, aufrichtige Menschen sind. Aber vielleicht haben sie sich bis zu einem gewissen Grad verführen lassen. Ich weiß, dass ich es tat. Mit einfachen Worten, die Struktur schafft eine Menge Probleme und bedarf einer Änderung.

Kongresse sind weder dafür ausgelegt, den wissenschaftlichen Austausch zu ermutigen und so den Stand der Theorie, Methode und Praxis voranzutreiben; noch bieten sie viele Gelegenheiten für die an Theorie Interessierten, Theoriemodellen der Kollegen zuzustimmen oder sie zu kritisieren oder sie überhaupt kennen zu lernen. Meiner Meinung nach fördern Kongresse die Verbreitung der Transaktionsanalyse, das heißt den Absatz von Workshops und Ausbildungsgängen. Sie sind darauf angelegt, einen größeren Anteil am Helfer-Markt zu erobern, mehr Verbraucher zu schaffen.

2. These: Schulen

Ich glaube nicht, dass wir wirklich verschiedene Schulen in der Transaktionsanalyse haben

3. These: Kongresse

Sie sind darauf angelegt, einen größeren Anteil am Helfer-Markt zu erobern, mehr Verbraucher zu schaffen

Einmal nur möchte ich einen Psychotherapiekongress besuchen, der so strukturiert ist, dass wir alle die Grenzen unseres Wissens erweitern und keine Angst haben, zuzugeben, dass wir eine ganze Menge nicht wissen; dass wir alle ein gemeinsames Anliegen haben, nämlich, das menschliche Verhalten zu erklären, wie es zu verändern ist und wie Leid gelindert werden kann. Um dies erreichen zu können, müssen wir uns allerdings eine Vereinheitlichung der Kongressstruktur zum Ziel setzen. Und wir müssen lernen, uns der Kritik auszusetzen. Wir müssen willens sein, hartnäckige Fragen zu stellen, und was nicht standhält, wieder fallen zu lassen. Ich glaube, wir müssen aufhören, uns wie Evangelisatoren nach Art eines Billy Graham zu präsentieren oder wie Schauspieler auf einer Bühne, die ihr Publikum mit charismatischen einstudierten Aufführungen magnetisieren und in Bann schlagen. Das hat nichts damit zu tun, Leid zu lindern.

Dies ganze Benehmen ist durchsetzt mit dem Spiel „Treibhaus“, wie es Berne in seinem Buch „Spiele der Erwachsenen“ in dem Kapitel „Spiele im Beratungszimmer“ beschreibt. Es wartet in diesem Buch wie eine Bombe darauf zu explodieren. Auch wenn es noch so unbekannt sein mag, es ist in das Leben der transaktionsanalytischen Organisationen eingewoben, sowohl in den USA als auch in Europa. Gerade so wie Berne es beschrieb: Menschen und Empfindungen werden behandelt, als ob sie Treibhausblumen seien, die auf der nationalen Empfindungsschau ausgestellt werden. Ich meine, das ist ein Spiel des unaufrichtigen Betroffenseins, und auf wissenschaftlichem Niveau dient es dazu, harte Debatten und eine Fragekultur zu verhindern. Es verstärkt die Tendenz zu vereinfachenden Antworten. So wird alles kostbar und besonders.

Diese Haltung wird noch durch etwas unterstützt, was als transaktionsanalytische Philosophie bekannt wurde; obwohl ich hier gerne sagen möchte, dass „Ich bin okay, du bist okay“ keine Philosophie ist. Es mag eine philosophisches Prinzip sein. Und es ist eine oberflächliche Verhaltensvorschrift. Jeder, der sagt, er lebe nach dieser Philosophie, übertreibt die hinter dem Slogan stehende Absicht und zeigt, wie wenig er von Philosophie versteht.

„Ich bin okay, du bist okay“ ohne Unterscheidungen, Abstufungen, Abwägungen fördert das Spiel „Treibhaus“. Kongresse, die in erster Linie darauf angelegt sind, neue Gefolgsleute zu gewinnen und theoretische Erzeugnisse an in Ausbildung befindliche



Konsumenten zu verkaufen, fördern das kritische Denken nicht. Aber einige Verbesserungen an der Theorie der Grundpositionen können diese Probleme abschwächen.

Wenn wir Wettbewerb haben müssen, dann doch über theoretische Fragen und nicht darüber, wessen theoretisches Erzeugnis das beste ist oder wer die Antworten auf das Rätsel des Lebens hat. Das sollten die Inhalte von Kongressen sein. Und wir sollten uns kritisch mit unseren jeweiligen Ideen auseinander setzen.

Die *Level I-Examen* sind überholt und blieben in all den Jahren unverändert. Die Einstellung, nur das Positive zu suchen und keine problematisierenden und herausfordernden Fragen zu stellen, schränkt das Verfahren drastisch ein, das angeblich dazu dienen soll, Kompetenz zu überprüfen. Das ist das Ergebnis der „Treibhaus“-Einstellung, die vorschreibt, wie man sich zu verhalten und wie man zu prüfen hat. Die zugrunde liegende Botschaft lautet: Wir müssen vorsichtig sein, wenn wir diesen Kristall, den wir prüfen, nicht zerbrechen und die Sponsoren verärgern wollen.

Ein Kandidat bringt einen ausgewählten und gründlich eingestudierten Tonbandausschnitt mit, der den Prüfern keine Möglichkeit gibt, seine Kompetenz zu prüfen. Dieses Verfahren ist dazu da, die Arbeit des Kandidaten im bestmöglichen Licht vorzuführen. Es untersucht nicht die tatsächliche Kompetenz. Der Kandidat wählt mit Hilfe seines Sponsors eine besonders gute Arbeit aus und übt dann Antworten auf mögliche Prüfungsfragen. Von Spontaneität kann kaum noch die Rede sein, obwohl sie für Erich Berne, wie Sie sich vielleicht erinnern, mehr als nur Nebensache war. Jemanden für seine Arbeit kompetent auszubilden und ihm beizubringen, die Prüfung zu bestehen, sind zwei ganz verschiedene Dinge.

Ich wünsche mir, dass die Kandidaten mit sechs Stunden unbearbeiteter Tonbandaufnahmen kämen, also nicht mit Ausschnitten von Sitzungen, sondern vollständigen Mitschnitten. Dann könnte ich das Band vor- und zurückspulen, fragen, was gerade los ist, warum sie diese bestimmte Intervention benutzen etc. Für mich sind die schriftlichen Prüfungsarbeiten uninteressant im Vergleich dazu, wie sie die Theorie anwenden. Ich möchte über verschiedene Theorieaspekte Fragen stellen können. Ich bin nicht der Meinung, dass die Kandidaten nur über die Theorie geprüft werden

4. These: Prüfungen

*Wir müssen vorsichtig sein,
wenn wir diesen Kristall, den
wir prüfen, nicht zerbrechen
und die Sponsoren verärgern
wollen*

sollten, die ihre Trainer benutzen, sondern sie sollten über alles Bescheid wissen. Außerdem möchte ich wissen, bei welchen Patienten oder Themen sie ihrer Meinung nach Mühe oder Probleme haben. Wie können wir die Kompetenz von Kandidaten angemessen beurteilen, ohne den Stand ihrer Selbsterkenntnis zu ergründen?

Die *TSTA-Examen* bestehen aus drei Teilen. Auch dies wurde vor dreißig Jahren eingeführt und ist seither unverändert. Ich will sie der Reihe nach erörtern: Lehren, Theorie, Supervision.

„Lehre“ ist kein eigener Ausbildungsinhalt, wie er etwa für Lehrer vorgeschrieben ist. Und wird irgendwo ein Kurs in Lerntheorie angeboten? Bieten viele Weiterbildungsgänge für PTSTA's Entwicklungspsychologie an? Tun das überhaupt die meisten Weiterbildungscurricula für Psychotherapeuten?

Während eines Teils der TSTA-Prüfung zum Lehren wählt der Kandidat ein zufälliges Thema aus dem 101-Stoff und vermittelt dies seinen Prüfern. Wir sollten annehmen können, dass TSTA-Kandidaten den Stoff beherrschen. Also worüber werden sie geprüft? Ich denke, es geht um ihren Stil, ihre Verkäuferqualitäten, ihr Charisma. Ich denke, wir sollten sie eher über Lerntheorie befragen, z.B. welche sie bevorzugen, wie sie angewandt wird; wie und weshalb entwickeln sie ein Curriculum? Was ist ihr Hauptziel beim Unterrichten? Was ist der Unterschied zwischen Lehren und Supervidieren? Welche Supervisionsmodelle benutzen sie? Etc. Und ich würde sie bitten, das Prüfungsboard zu unterrichten, als ob sie Krankenschwestern wären, graduierte Studenten, Geschäftsleute, Lehrer, praktizierende Psychotherapeuten etc. Dann würden wir ihre Fähigkeit, den Stoff zu präsentieren, und ihr Geschick im Unterrichten prüfen.

Der Theorieteil der Prüfung sollte mehr umfassen als eine adäquate Antwort auf die Frage, welche Theorie jemand benutzt

Der Theorieteil der Prüfung sollte mehr umfassen als eine adäquate Antwort auf die Frage, welche Theorie jemand benutzt. Die Kandidaten sollten zu allen Theorieaspekten befragt werden und weshalb sie eine Theorie einer anderen vorziehen. Und die Kandidaten sollten mit allen wichtigen Artikeln und Büchern vertraut sein. Wenn man meint, das sei zu viel verlangt, dann sollte man spezialisierte Zertifikate vergeben, zum Beispiel für Integrative Transaktionsanalyse, Neuentscheidungstherapie, Transaktionsanalyse und Gestalt.



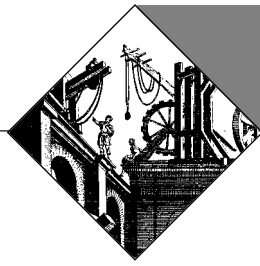
FORUM

Ich glaube auch, der Supervisionsteil der TSTA-Prüfung muss überdacht und erneuert werden. In der Supervisionsphilosophie dominiert ein Gedanke: der so genannte „Parallelprozess“. Man erwartet vom TSTA-Prüfungskandidaten, dass er herausfindet, wie das Problem des Supervisors das des Therapeuten spiegelt, der wiederum das des Patienten spiegelt. Ich glaube nicht, dass es so einfach ist. Denn wäre es so, würde das bedeuten, alle haben das gleiche Problem. Anzunehmen, dass sie einen wichtigen Punkt übersehen oder etwas Bestimmtes nicht bemerkt haben, weil sie dasselbe Problem haben, scheint mir die Komplexität menschlicher Interaktion auf die Ebene des Absurden zu reduzieren. Es ist die Verantwortung des Supervisors, festzustellen, wo das Problem liegt, im Wissen, in der Erfahrung oder möglicherweise auf der emotionalen Ebene. Und selbst wenn es sich um eine emotionale Schwierigkeit handelt, heißt das nicht, dass die Probleme parallel liegen. Der Supervisionsteil der Prüfung sollte überprüfen, ob ein Problem genau identifiziert und dann angemessen gehandelt wird. Im Anschluss daran sollte diskutiert werden, weshalb der Kandidat an diese Supervision in der bestimmten Weise herangegangen ist. Die Kandidaten sollten nicht gezwungen werden, Probleme zu beschwören und den Supervisanden zu therapieren, nur um eine konstruierte Wirklichkeit zu fabrizieren, die den Anforderungen einer ganz bestimmten Idee genügt.

Der Supervisionsteil der Prüfung sollte überprüfen, ob ein Problem genau identifiziert und dann angemessen gehandelt wird

Ich bin der Meinung, dass Institute ebenso wie ihre Leiter aufgrund entsprechender Standards ein Zertifikat erhalten sollten. Zurzeit kann sich jeder „Institut“ oder „Zentrum“ nennen. Damit wird die Öffentlichkeit hinters Licht geführt. Wie soll man wissen, was legitim ist und was nicht? Sich selbst einfach als Institut zu bezeichnen, täuscht einen Mantel der Respektabilität vor, der vielleicht nicht verdient ist.

5. These:
Die Institute



WERKSTATT

Arbeitsstil- und Kommunikationsanalyse mit Hilfe von AKA

Charakteristik und Entstehung verschiedener Arbeits- und Kommunikationsstile

Das Konzept der „Antreiber“ beruht auf den Arbeiten von Kähler (1977). Er beschreibt damit kurze beobachtbare Verhaltensweisen: „**Beeil dich**“ (mach schnell), „**sei perfekt**“ (sorgfältig, genau, mach keine Fehler), „**sei liebenswürdig**“ (gefalle mir, mach's mir recht), „**streng dich an**“ (gib dir Mühe, gib nie auf, versuchen ist wichtiger als Erfolg haben) und „**sei stark**“ (sei ungerührt, zeige keine Gefühle, lass nichts an dich herankommen).

Antreibern liegt ein Abwehrmechanismus zugrunde. Wenn sich eine Person im Antreiber befindet, geht sie mit internem Stress um, der aus Einschärfungen (negativen Botschaften aus früher Kindheit) resultiert. Sie greift dann auf Verhaltensweisen zurück, die ursprünglich von den Eltern belohnt wurden. Insofern repräsentieren Antreiber Antworten des Gegenskripts (Tilney 1991). Schon recht früh in den unbewussten Lebensplan (Skript) übernommen, bieten sie bis ins Erwachsenenalter die Möglichkeit, neue oder schwierige Situationen zu bewältigen und sich wieder in Ordnung zu fühlen. Diese Versuche sind uns als verinnerlichte, sozusagen programmierte Strategien nicht immer bewusst. Da sie sich verselbständigen und uns in Stresssituationen bestimmen, blockieren sie unser bewusstes Denken und verhindern somit eine Lösung der heutigen Probleme.

Jutta Kreyenberg
(PTSTA)

Antreiber wirken in aktuellen Stresssituationen wie Glaubenssätze. Wir glauben dann, wir sind „*nur*“ dann in Ordnung, wenn wir „*immer*“ schnell, perfekt oder liebenswürdig sind, uns anstrengen oder keine Schwäche zeigen. Antreiber sind also so eine Art Quasi-Hilfe für schwierige Situationen – eine Bewältigungsstrategie, die uns ermöglicht, überhaupt zu reagieren, die uns signalisieren „Ich kann etwas machen, ich bin nicht ausgeliefert“.



WERKSTATT

Allerdings entlarvt sich der Glaube, durch antreibergesteuertes Verhalten wieder in Ordnung zu sein, als Irrglaube. In der Realität können wir den Anforderungen des Antreibers nicht entsprechen. Indem wir versuchen, mehr und mehr so zu sein, wie wir denken, dass wir sein sollten, schaffen und verstärken wir unsere Probleme. Je mehr wir unter Stress stehen, desto mehr Energie stecken wir in unser Antreiberverhalten, desto mehr Probleme schaffen wir, desto mehr Stress haben wir. Kahler beschreibt diesen Prozess sehr anschaulich in seinem Modell vom Miniskript, in dem er aufzeigt, wie der unbewusste Lebensplan im Kleinformal immer wieder in alltäglichen Sequenzen aufgelegt wird.

Allerdings sollten wir vorsichtig damit sein, nur die heute negativ wirksame Seite von Antreibern zu betonen. Insbesondere im Arbeitsleben ist es wichtig, auch die Vorteile von Antreibern zu sehen (vgl. Abb.1); denn sie haben uns häufig geholfen, so zu werden, wie wir heute sind, und das zu erreichen, was wir erreicht haben. Sie sind ein Teil unserer Persönlichkeit geworden. Im normalen Arbeitsalltag mit akzeptablem Stresslevel sind Schnelligkeit, Genauigkeit, Liebesswürdigkeit, Bemühen/Begeisterung und Stärke positive Eigenschaften. Wenn es gelingt, ihre einschränkende, destruktive Kraft aufzuheben, werden die Antreiber zu Befähigungen, zu Arbeits- und Kommunikationsstilen (Hay 1992). Diese bestimmen, wie wir unsere Arbeit organisieren, wie wir unsere Zeit einteilen, wie wir mit anderen zurechtkommen, unseren Beitrag im Team, unsere Äußerungen und sogar unsere Sprechweise, Wortwahl, Gesten, Körperhaltung und unseren Gesichtsausdruck.

*Antreiber wirken in
aktuellen Stresssituationen
wie Glaubenssätze*

Wie lässt sich das eben Ausgeführte nun in Coachingprozessen anwenden? Welchen der fünf Antreiber der Einzelne bevorzugt, können die Beteiligten anhand einer Checkliste herausfinden (Abb. 2) oder indem sie sich das Feedback ihrer KollegInnen einholen. Ihr bevorzugter Antreiber bestimmt weitgehend ihren Arbeitsstil. Nun gilt es zu lernen, bewusst die Vorteile des eigenen Stils zu nutzen, seine Gefährdungen zu minimieren und ihre Handlungsmöglichkeiten zu erweitern. Der erste Schritt ist die Erarbeitung einer persönlichen Zielvision: „Wie stelle ich mir mich und mein eigenes Verhalten in Zukunft vor? Bin das wirklich ich? Welche Ecken, Kanten und Macken gönne ich mir? Was wäre,

Umgang mit Antreibern im Rahmen des Coachings

wenn der Antreiber gänzlich verschwände? Was wären die Nachteile? Wie würde ich mich wohl fühlen? Welche Auswirkungen hätte diese Vision für mich und meine Mitmenschen?“ Hilfreich ist der Einsatz von Erlaubnissen (Abb. 4) als Gegenmittel. Sie können von außen kommen (z.B. von Teammitgliedern: „Du bist auch in Ordnung, wenn es nicht 100 %ig ist.“) oder von einem selbst. Als Selbstverstärkung angewendet, reduzieren Erlaubnisse die negativen Anteile des Arbeitsstils spürbar. Allerdings ist dabei die Abwehrfunktion von Antreibern im Skriptapparat zu beachten. Ausdrücklich verweist Schlegel auf diese Problematik: „Die Erlösung vom Zwang des Antreibers kann andere destruktive Grundbotschaften hervortreten lassen, die nicht zwangsläufig miterlöst werden“ (Schlegel 1993, S. 10). Z.B. kann jemand mit einer negativen Grundbotschaft „Sei nicht“ erhoffen, eine Daseinsberechtigung zu finden, indem er liebenswürdig ist. Fällt nun der Antreiber weg, können existenziell bedrohliche Gefühle auftreten. Deshalb muss der Berater hier ausreichend Schutz gewähren können.

Umgang mit Antreibern im Rahmen der Teamentwicklung

*Unter Stress erschweren
Antreiber die Entwicklung
neuer Ideen*

Bei Teamentwicklungsmaßnahmen steht insbesondere die positive Wirksamkeit individueller und gemeinsamer Bewältigungsstrategien mit Hilfe von Antreibern im Vordergrund. Die Frage lautet dann: „Was treibt uns an im Team? Was sind treibende Kräfte? Woher erhalten wir unsere Arbeitsmotivation?“ Wenn die Teammitglieder sich des eigenen Verhaltens und der wechselseitigen Wirkungen bewusst sind, ist oft schon viel erreicht. Hier kann es sinnvoll sein, ein Bild zu finden für die jetzige Situation, z.B. durch das Erstellen von Teambildern, einer Skulptur oder einem Pentagramm des Teams im Sinne von Antreiberfraktionen: Die Schnellen, die Genauen, die Liebenswürdigen, die Begeisterten, die Starken. Hier können die positiven und negativen Auswirkungen der verschiedenen Stile ausgeleuchtet werden.

Unter Stress erschweren Antreiber die Entwicklung neuer Ideen. Unterschwellig wirken sie als Bewertungskriterien. So kann es sein, dass eine Idee nur okay ist, wenn sie unter Anstrengungen hervorgebracht, perfekt, gefällig, schnell umsetzbar oder sachlich ist. Indem durch Wertequadrate (Abb. 3) die Bedeutung von Antreibern ausgelotet wird, kann der gemeinsame Handlungsraum erweitert werden. Dabei geht man so vor, dass zunächst der posi-



WERKSTATT

tive Wert des Antreibers genannt wird. Dann kann die Entdeckungsreise zur „Schwestertugend“ (Schulz von Thun, 1989, S. 41), dem positiven Gegenwert gehen, der eine Erlaubnis darstellt. Einfacher kann es jedoch sein, zunächst nach der entwertenden Übertreibung zu fragen oder nach dem Gegen-Satz, der eine bestimmte Angst des jeweiligen Antreibertyps zum Ausdruck bringt.

Außerdem können Teamkollegen dem Einzelnen in seiner Entwicklung helfen, indem sie Auswirkungen, Rückfälle und Fortschritte spiegeln. Wie bei Katzenbach & Smith (1994) erläutert, sind Teams so erfolgreich, wie es ihnen gelingt, in der Teamarbeit die Schwächen (Antreiber) der Kollegen zu sehen, zu akzeptieren und in Stärken zu verwandeln. Das spielerische Experimentieren mit neuen Möglichkeiten kann unguten Gefühlen vorbeugen und Erfolgserlebnisse und damit Wachstum ermöglichen.

Verschiedene Kombinationen von Stilen haben unterschiedlichen Einfluss auf die Arbeitsbeziehung. Wir neigen dazu, uns besser mit Leuten zu verstehen, deren Arbeits- und Kommunikationsstil wir teilen. In einem völlig einseitigen Team besteht jedoch die Gefahr, dass bei der Problemlösung und Innovation ein Bereich übersehen wird; z.B. kann ein Team mit nur „perfekten“ Mitgliedern ihre Arbeit zu spät zu Ende führen. Wir brauchen die verschiedenen Stile als Ergänzungen, um die negativen Auswirkungen einzelner Antreiber auszugleichen. Z.B. hat jemand als „Schneller“ eine hohe Auffassungsgabe, ist dafür aber auch manchmal hektisch und kann in schwierigen Situationen die Ruhe und Gelassenheit des „Starken“ gut gebrauchen. Allerdings sehen viele Menschen im Alltag nicht als Erstes die Vorteile der Ergänzung, sondern erleben sie eher als Belastung. Zum Beispiel fühlt sich ein „Perfekter“ durch einen „Hektiker“ zusätzlich gestresst, was möglicherweise wiederum verstärktes Antreiberverhalten hervorruft.

Deshalb ist es schon bei der Zusammensetzung des Teams nützlich, darauf zu achten, dass sich die Antreiberanteile einzelner Mitglieder ausgleichen können. Teamentwicklung schafft Möglichkeiten, Gefahren und Ergänzungen der Antreiber untereinander offen zu besprechen, unterschiedliche Arbeits- und Kommunikationsstile als Ergänzungen zu sehen und negative Eskalationen zu vermeiden.

Deshalb ist es schon bei der Zusammensetzung des Teams nützlich, darauf zu achten, dass sich die Antreiberanteile einzelner Mitglieder ausgleichen können

Antreiber	Vorteile	Nachteile
Sei liebenswürdig	* gute Intuition für zwischenmenschliche Beziehungen * fördert Harmonie und Zusammenhalt	* grenzt sich nicht ab * keine eigenen Standpunkte * kann schlecht nein sagen
Sei perfekt	* arbeitet korrekt und akkurat * organisiert und koordiniert effektiv * plant im Voraus	* hat fehlende Prioritäten * keine kreativen/unfertigen Entwürfe * Vorschläge werden als Kritik aufgefasst
sei stark	* bewahrt die Ruhe auch in kritischen Situationen * kann unpopuläre Entscheidungen treffen * arbeitet gleichmäßig und zuverlässig	* fragt nicht nach Hilfe * zeigt ungern Gefühle, so dass nach außen nur eine Maske sichtbar ist * achtet nicht ausreichend auf Ressourcen
Beeil dich	* hohe Auffassungsgabe * erledigt viel in kurzer Zeit * liebt Schnelligkeit	* macht Fehler * hält Termine nicht ein * wird schnell ungeduldig
streng dich an	* zeigt Initiative und Interesse * geht neue Projekte enthusiastisch an * kann auch schwierige Projekte in Gang bringen	* ufert aus, tut zu viel * ist am Ende von Projekten gelangweilt * der Versuch reizt mehr als der Erfolg

Abb. 1.: Vor- und Nachteile von Antreiberverhalten (nach Julie Hay und Johann Schneider, DGT-Kongress Nürnberg 1994)

	stimmt gar nicht			stimmt völlig	
	1	2	3	4	5
1. Ich arbeite gerne zügig.					
2. Auch in Stresssituationen bleibe ich ruhig und denke auch dann noch logisch, wenn viele andere in Panik geraten.	1	2	3	4	5
3. Ich mag es, mit anderen Menschen zusammen zu sein.	1	2	3	4	5
4. Neue Aufgaben reizen mich.	1	2	3	4	5



WERKSTATT

	stimmt gar nicht			stimmt völlig		
5. Ich lege großen Wert auf Genauigkeit und Fehlervermeidung.	1	2	3	4	5	
6. Man sagt über mich, dass ich auch in schwierigen Situationen äußerlich unberührt wirke.	1	2	3	4	5	
7. Ich fühle mich gut, wenn ich viel in kurzer Zeit erledige.	1	2	3	4	5	
8. Harmonie und Zusammenhalt im Team sind mir wichtig.	1	2	3	4	5	
9. Ich bin immer auf der Suche nach einem Weg, die Dinge effizienter zu machen, um Zeit zu sparen.	1	2	3	4	5	
10. Ich gebe meine Arbeitsergebnisse erst aus der Hand, wenn alles stimmt.	1	2	3	4	5	
11. Bevor ich jemanden um Hilfe bitten würde, würde ich es auf jeden Fall erst einmal selbst probieren.	1	2	3	4	5	
12. Gegen Ende eines Projektes schwindet mein Interesse und ich suche neue Herausforderungen.	1	2	3	4	5	
13. Ich fange erst mit einer Arbeit an, wenn sie dringend ist.	1	2	3	4	5	
14. Unfertige Ideen oder Projekte diskutiere ich ungern mit Kollegen, sondern arbeite sie lieber erst selbst aus.	1	2	3	4	5	
15. Wenn mir etwas Interessantes begegnet, vergesse ich leicht, was ich eigentlich vorhatte.	1	2	3	4	5	
16. So richtig motiviert mich eine Arbeit erst, wenn ich unter Zeitdruck stehe.	1	2	3	4	5	
17. Ich scheue mich, Kritik zu üben, auch wenn ich weiß, dass ich Recht habe.	1	2	3	4	5	
18. Ich zeige ungern emotionale Reaktionen nach außen.	1	2	3	4	5	
19. Ich plane und bereite meine Arbeit systematisch vor.	1	2	3	4	5	
20. Ich kann schlecht delegieren, da andere meinen Ansprüchen oft nicht genügen.	1	2	3	4	5	
21. Ich neige dazu, meine Arbeit nicht abzuschließen.	1	2	3	4	5	
22. Ich kann schlecht nein sagen und lehne selten etwas ab.	1	2	3	4	5	
23. Schwierige Aufgaben und Probleme gehe ich begeistert und enthusiastisch an.	1	2	3	4	5	
24. Bei Meetings finde ich es wichtig, dass sich jeder einbringen kann und niemand über den Tisch gezogen wird.	1	2	3	4	5	
25. Andere wissen bei mir oft nicht direkt, wo sie dran sind.	1	2	3	4	5	

Abb. 2.1: Checkliste zur Überprüfung des Arbeits- und Kommunikationsstils anhand des Konzepts Antreiber (AKA)

JUTTA KREYENBERG – ARBEITSSTIL- UND KOMMUNIKATIONSANALYSE MIT HILFE DES KONZEPTS „ANTREIBER“ (AKA)

Bitte zählen Sie jeweils die Punkte zusammen:

<u> </u> 3.	<u> </u> 8.	<u> </u> 17.	<u> </u> 22.	<u> </u> 24.	<u> </u> Summe	Arbeitsstil „Sei liebenswürdig“
<u> </u> 5.	<u> </u> 10.	<u> </u> 14.	<u> </u> 19.	<u> </u> 20.	<u> </u> Summe	Arbeitsstil „Sei perfekt“
<u> </u> 2.	<u> </u> 6.	<u> </u> 11.	<u> </u> 18.	<u> </u> 25.	<u> </u> Summe	Arbeitsstil „Sei stark“
<u> </u> 1.	<u> </u> 7.	<u> </u> 9.	<u> </u> 13.	<u> </u> 16.	<u> </u> Summe	Arbeitsstil „Beeil Dich“
<u> </u> 4.	<u> </u> 12.	<u> </u> 15.	<u> </u> 21.	<u> </u> 23.	<u> </u> Summe	Arbeitsstil „Streng dich an“

Graphik: Ausprägung der Antreiber

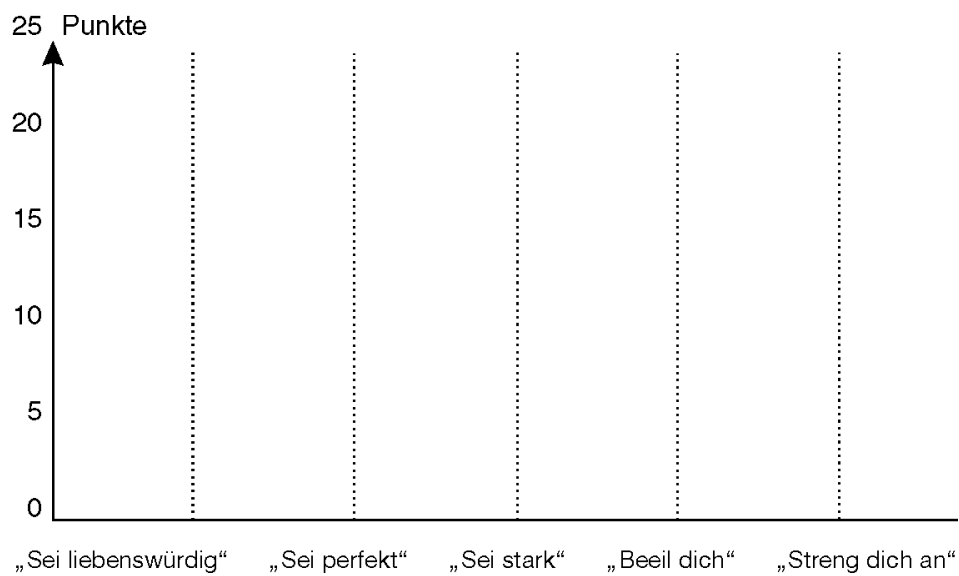


Abb. 2.2: Auswertung des Instruments „AKA“

WERKSTATT

**Antreiber: „Sei liebenswürdig“**

positiver Wert	Liebenswürdigkeit	Selbstbewusst-Sein	positiver Gegenwert (Erlaubnis)
entwertende Übertreibung in Stress-situationen	Speichelleckertum	Egoismus	konträre Haltung

Antreiber: „Sei perfekt“

positiver Wert	Genauigkeit	Lässigkeit	positiver Gegenwert (Erlaubnis)
entwertende Übertreibung in Stress-situationen	Pedanterie	Chaos	konträre Haltung

Antreiber: „Sei stark“

positiver Wert (Antreiber)	Stärke	Gefühl	positiver Gegenwert (Erlaubnis)
entwertende Übertreibung in Stress-situationen	Starrheit	Schwäche	konträre Haltung

Antreiber: „Beeil dich“

positiver Wert	Schnelligkeit	Besonnenheit	positiver Gegenwert (Erlaubnis)
entwertende Übertreibung in Stress-situationen	Hektik	Lahmheit	konträre Haltung

Antreiber: „Streng dich an“

positiver Wert	Einsatz, Energie	Erfolg	positiver Gegenwert (Erlaubnis)
entwertende Übertreibung in Stress-situationen	Verkrampfung, Misserfolg	Faulheit	konträre Haltung

Abb. 3: Beispiele für Wertequadrate von Antreibern

Antreiber	Erlaubnisse	Empfehlungen
„Beeil dich“	„Nimm dir Zeit“	* planen Sie Ihre Arbeit mit Zwischenzielen * konzentrieren Sie sich darauf, anderen sorgfältig zuzuhören – bis sie aufhören zu sprechen * sprechen Sie bewusst langsamer, fragen Sie nach und prüfen Sie, ob Sie verstanden werden * lernen Sie Entspannungstechniken und wenden Sie sie regelmäßig an * holen Sie sich Rückmeldung für Genauigkeit
„Sei perfekt“	„Du bist gut genug, so wie du bist“	* entspannen Sie sich und machen Sie sich bewusst, dass Menschen (inklusive Sie selbst) nicht perfekt sein können * setzen Sie sich realistische Standards für Leistung und Genauigkeit * fragen Sie sich, was die realen Konsequenzen eines Fehlers sind und ob es sich lohnt, ihn zu verbessern * begreifen Sie Fehler als Lernchance * holen Sie sich Rückmeldung für das Einhalten von Terminen und angemessene Detailtiefe
„Sei liebenswürdig“	„Gefalle dir selbst“	* fangen Sie an, anderen Fragen zu stellen, statt zu raten, was sie wollen * tun Sie sich selbst öfter etwas Gutes und bitten Sie andere um einen Gefallen * üben Sie es, nein zu sagen und auszusprechen, was Ihnen nicht gefällt; setzen Sie freundlich und bestimmt Grenzen * holen Sie sich Rückmeldung für selbstsicheres Verhalten
„Streng dich an“	„Tu's und habe Erfolg“	* machen Sie sich einen Plan inklusive Beendigung der Aufgabe – und halten Sie sich bis zum Abschluss daran * prüfen Sie die Anforderungen einer Aufgabe, so dass Sie sicher sein können, nur das Vereinbarte zu tun * finden Sie kreative Wege, langweilige Aufgaben interessant zu machen * machen Sie sich eine Checkliste, so dass Sie sicher sind, nichts Wesentliches zu übersehen * holen Sie sich Rückmeldung für die erfolgreiche Beendigung einer Aufgabe
„Sei stark“	„Sei offen und drücke deine Wünsche aus“	* schaffen Sie sich Puffer, so dass Sie Ihre Arbeitsbelastung überwachen können * bitten Sie andere Menschen um Hilfe * suchen Sie sich eine Freizeit-Aktivität, die Ihnen einfach nur so richtig Spaß macht * beobachten Sie, wie sich Ihre Beziehungen verbessern, wenn Sie sich von anderen helfen lassen

Abb. 4.: Erlaubnisse zur Optimierung des Arbeits- und Kommunikationsstils



WERKSTATT

Literatur

- Hay, Julie, 1992, *Transactional analysis for trainers*, McGraw-Hill, London
- Kabler, Taibi, 1977, *Das Miniskript*, in BARNES et al., 1980, *Transaktionsanalyse seit Eric Berne*, Band 2, Institut für Kommunikationstherapie, Berlin
- Katzenbach, J.R. & Smith, D.K. McKINSEY & Company INC. ; 1994, *Teams – Der Schlüssel zur Hochleistungsorganisation*, Ueberreuter, Wien
- Schlegel, Leonhard, 1993, *Handwörterbuch der Transaktionsanalyse*, S. 7-10, Herder, Freiburg
- Schulz von Thun, Friedemann, 1989, *Miteinander reden 2*, Rowohlt, Reinbek
- Tilney, Tony, 1991, *Dictionary of Transactional Analyses*, Whurr Publishers, London

Jutta Kreyenberg
Parkweg 2
67269 Grünstadt
Fon 06359-92184
Fax -92185
info@CoachingSupervision.de



BUCHZEICHEN

Die Buchbesprechungen

Wolf-Ulrich Scholz:
Weiterentwicklungen
in der Kognitiven
Verhaltenstherapie
Pfeiffer bei Klett-
Cotta, Stuttgart 2001

und

Wolf-Ulrich Scholz:
Neuere Strömungen
und Ansätze in der
Kognitiven Verhal-
tenstherapie
Pfeiffer bei Klett-
Cotta, Stuttgart 2002

Leonhard Schlegel

Bereits das ersterschienene der beiden Bücher, das nicht nur für Vertreter der Kognitiven Therapie, sondern auch für allgemein psychotherapeutisch interessierte Leser geschrieben wurde, setzt voraus, dass der Leser weiß, um was es bei der „Rational-emotiven Therapie“, heute „Rational-emotiven Verhaltenstherapie“, (gleichzeitig Buchtitel) von Albert Ellis (1962, dt. 1977/1993) geht, was unter „Kognitiver Psychotherapie emotionaler Störungen“ (1976), auf deutsch „Wahrnehmung der Wirklichkeit und Neurose“ (1979), von Aaron Beck zu verstehen ist und worauf in den „Kognitiven Verhaltensmodifikationen“ von Donald Meichenbaum (1977, dt. 1979) besonderen Wert gelegt wird. Ein Leitfaden, der alle diese Betrachtungsweisen und Verfahren ausgezeichnet schildert, ist das Taschenbuch von Beate Wilken: *Methoden der Kognitiven Umstrukturierung* (Stuttgart/Berlin/Köln: Kohlhammer 1995) und dort die theoretischen Grundlagen gut zusammengefasst auf den Seiten 13-39.

In dem im letzten Jahr erschienenen Buch von Scholz über „Weiterentwicklungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie“ geht es um die Weiterentwicklung von allen drei erwähnten Betrachtungsweisen und Verfahren. Zu einem guten Teil wurden diese durch ihre Begründer selbst weiterentwickelt.

Bei dieser Besprechung, die für Leser gemeint ist, die sich in der Transaktionsanalyse bereits auskennen, will ich hervorheben, inwiefern sich die Kognitive Therapie immer näher zur Transaktionsanalyse hinentwickelt hat.

Ein Transaktionsanalytiker wurde durch Eric Berne dazu angeleitet und daran gewöhnt, sich in psychotherapeutischen Belangen so auszudrücken, dass auch ein Patient versteht, um was es nicht



BUCHZEICHEN

nur praktisch, sondern auch theoretisch geht. Er darf sich nun aber, wenn er das Buch von Scholz in die Hand nimmt, auch von komplexen akademisch psychologischen Gedankengängen nicht abschrecken lassen, die zudem durch den sehr umständlichen Schreibstil des Autors, sogar bei an sich einfachen Überlegungen, noch zusätzlich kompliziert werden, z.B. der Schilderung einer Therapiesitzung S. 329ff. Für den Leser sind die immer wieder eingeschalteten, als „Kästen“ hervorgehobenen Zusammenfassungen und besonders auch Falldarstellungen sehr willkommen.

Ein Transaktionsanalytiker wird dann unter anderem seine Freude haben an weiteren Annäherungen der Kognitiven Therapie an die Transaktionsanalyse. Durch die andersartige Sicht und Ausdrucksweise kognitiver Therapeuten kann er einiges dabei lernen. Er wird sich allerdings wünschen, dass auch die kognitiv orientierten Therapeuten einiges aus der in manchen Bereichen differenzierteren und sozusagen bereits weiter fortgeschrittenen Überlegungen der Transaktionsanalytiker übernehmen.

An einer Stelle werden kurz die Ich-Zustände der Transaktionsanalyse als Kind-Modi, Eltern-Modi und Erwachsenen-Modus erwähnt und Bezug genommen auf das Buch von Gudrun Hennig und Georg Pelz über „Transaktionsanalyse“ (1997/2002). Es ist die einzige Stelle im Buch, an der ich die Transaktionsanalyse erwähnt finde, ohne allerdings ausschließen zu können, dass dies auch an anderen Stellen der Fall sein könnte, allerdings sicher nur nebenbei. Eric Berne wird nirgends erwähnt, obgleich Ellis selbst ihn neben Dubois unter diejenigen Autoren einreicht, die mit seiner Betrachtungsweise übereinstimmen.

Die kognitiv orientierten Therapeuten haben die grundlegende Bedeutung von unbedachten, tief verwurzelten, das Selbst- und Weltbild beeinflussenden „Grundüberzeugungen“ [core beliefs] entdeckt, mit anderen Worten: destruktive Grundbotschaften oder Einschärfungen. Im Wesentlichen werden diese bei ihnen auf zwei Kategorien beschränkt: die Überzeugung eigener Wertlosigkeit und die Überzeugung, nicht lebenswert zu sein. Der Transaktionsanalytiker dürfte an die differenziertere Liste nach Campos und Goulding denken, in allererster Linie an die Überzeugung mangelnder Daseinsberechtigung („Sei nicht!“). Diese findet sich in der Kognitiven Therapie ebenfalls, aber nur als Folgerung aus dem Gefühl der Wertlosigkeit, aus dem Gefühl, ganz und gar nicht

liebenswert zu sein. Der Transaktionsanalytiker wird nun allerdings seinerseits angeregt, genauere psychologische Überlegungen anzustellen zum Verhältnis der Einschärfungen zueinander. Steht z.B. hinter der Mahnung „Sei kein Bub!“ die Überzeugung „Als Bub bin ich nicht liebenswert!“ und lassen sich möglicherweise auch andere Einschärfungen hierarchisch einordnen? Von transaktionsanalytischer Seite wurde bemerkt, dass „Sei nicht!“ und „Sei nicht normal!“ die allen übergeordneten Einschärfungen seien. Für „Sei nicht normal!“ stimmt das sicher nicht, denn nicht normal zu sein, heißt doch wohl weniger wert zu sein als andere („Herr Doktor: Bin ich noch normal?“). Überzeugungen, die auf Antreiberebene liegen („Du bist nur O.K., wenn du ...“), gehören in der Kognitiven Therapie zu den „auf mittlerer Ebene liegenden bedingten Annahmen“ oder „Wenn ..., dann ... Überzeugungen“, z.B. „Wenn ich nicht erfolgreich bin, bin ich ein Versager!“.

Der Transaktionsanalytiker findet auch viele Hinweise auf das, was er als Skript aufzufassen gewohnt ist, in der kognitiven Therapie im Zusammenhang mit den Begriffen „Schemata“ und „Drehbuch“ und zwar sowohl in Bezug auf das Selbstbild („Ich bin ...“) wie auf das Bild von „den“ anderen („Die anderen sind ...“) wie das Welt- oder Lebensbild als Ganzes („Das Leben ist ...“).

Gespannt sah ich dem Einblick in das zweite, eben erst erschienene Buch von Scholz entgegen, gespannt deshalb, weil der Titel inhaltlich derselbe ist, so dass ich zuerst vermutete, es handle sich um eine Zweitaufgabe des ersteren mit etwas anders formuliertem Titel. Die Themen des zweiten Buches finden sich zwar im ersten bereits angedeutet. Im zweiten Buch werden sie herausgestellt, nämlich „neuere Strömungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie in Richtung eines narrativ-entwicklungskonstruktivistischen Paradigmas und einer integrativen Psychotherapie“. Dieses zweite Buch richtet sich nun aber, wie der Autor selbst im Vorwort erwähnt, an Kenner der Kognitiven Therapie, ja meines Erachtens sogar nur an theoretisch und praktisch engagierte Vertreter.

Unter den „neuere Strömungen“ finden drei Ansichten und Erfahrungen besondere Beachtung:

(1.) Die kognitiv orientierten Verhaltenstherapeuten sahen ursprünglich in der Therapie im Wesentlichen eine Möglichkeit zur Lösung von beim Patienten anstehenden Problemen (z.B. Behe-



BUCHZEICHEN

bung einer Depression oder einer Prüfungsangst) und ein Training, um in Zukunft mit aufkommenden Verstimmungen und Problemen selbst fertig zu werden (transaktionsanalytisch: durch Emanzipation des Erwachsenen-Ichzustands). Heute ist ihnen bewusst, dass schon ein solches Training, gleichsam, wie ich von mir aus sagen möchte, die Entwicklung einer neuen Spontaneität, eine tief greifendere Änderung der Persönlichkeit darstellt als nur der Erwerb einer neuen Fertigkeit. Es ist ein Vorteil, in der Theorie wie in der Praxis das Augenmerk von vornherein auf eine „kognitive Umstrukturierung“ zu richten. Bei Dubois wie bei Ellis findet sich übrigens bereits der Hinweis auf die Erziehung von Patienten zu einer stoischeren Haltung dem Leben gegenüber.

(2.) Die narrative Betrachtungsweise bedeutet nach Scholz, ebenfalls sowohl in der Theorie wie in der Praxis, eine wichtige Bereicherung der Kognitiven Verhaltenstherapie. Das Kapitel über „Narration und Narrationen“ gibt einen Überblick über das, was alles darunter verstanden werden kann mit wertvollen Literaturhinweisen. Dabei kann es bei einer solchen verhältnismäßig neuen Betrachtungsweise nicht ausbleiben, dass eben je nach Autor nicht immer genau dasselbe darunter verstanden wird. Was ein Patient uns schildert, ist immer ein Geschehen, also eine „Geschichte“ („Narration“), entweder Auschnitte aus seiner Lebensgeschichte oder Einzelheiten daraus („Da verdrängte ich, dass ...“, „Da versuchte ich, meinen Vater zu übertrumpfen ...“). Diese „Lebensgeschichte“ ist nun aber, wie ich seit je umformuliert habe, eine „Erlebnisgeschichte“. Bei einer narrativen Orientierung der Therapie kann eine therapeutisch häufig Erfolg versprechende Intervention des Therapeuten darin bestehen, die Erlebnisgeschichte umzudeuten. Es gibt sogar kognitive Therapeuten, die darauf hinweisen, dass die Erlebnisgeschichte einen allgemein verbreiteten Mythos oder eine ebensolche Erzählung als Vorbild haben kann und den Patienten zur Einleitung einer Umdeutung darauf aufmerksam machen. Ein Transaktionsanalytiker spitzt natürlich hier die Ohren und denkt daran, dass Berne gesagt hat, es sei bei Patienten immer zu prüfen, welchen Mythos oder welches Märchen er sich zur Vorlage zu seinem Lebenslauf genommen habe. Das ist allerdings ein anderer Gesichtspunkt als die narrative Betrachtungsweise, wie sie nach Scholz in der Kognitiven Therapie Eingang gefunden hat. Dort geht es nicht darum,

welcher Mythos oder welche Erzählung *den Lebenslauf* bestimmt hat, sondern inwiefern sie *die Erlebnisgeschichte* bestimmt hat. Es würde sich lohnen, diese beiden Gesichtspunkte einer vergleichenden Betrachtung zu unterziehen, wozu aber hier nicht der Platz ist.

(3.) Unter integrativer Psychotherapie versteht Scholz „neuere Strömungen in der Kognitiven Verhaltenstherapie“, die zur „Überwindung“ von „Rivalenkämpfen mit anderen, etwa tiefenpsychologischen, behavioristischen und humanistischen Psychotherapierichtungen“ beitragen (S. 11).

Auch dieses zweite Buch bietet in „Kästen“ Zusammenfassungen und Fallgeschichten, eine willkommene Unterbrechung im durchgewollt viele Literaturhinweise und durch, wenigstens für mich, schwierige Überlegungen wenig flüssigen Text. Empfehlenswert nur für Kognitive Verhaltenstherapeuten oder KollegInnen, die sich in der Kognitiven Therapie sehr gut auskennen und an ihrer Entwicklung interessiert sind.

Ich erlaube mir, an dieser Stelle an der Praxis der Kognitiven Psychotherapie Interessierte nachdrücklich auf das Buch von Judith Beck über die „Praxis der Kognitiven Therapie“ (1995, dt. 1999, Beltz PVU, Weinheim) hinzuweisen.

Pöhlmann, Simone;
Roethe, Angela:
**Die Streitschule.
Ein Arbeitsbuch.**
Junfermann Verlag
2001

Die beiden Autorinnen leiten ihr Buch mit einem Zitat nach Konrad Lorenz ein:

*Gedacht ist nicht gesagt
Gesagt ist nicht gehört
Gehört ist nicht verstanden
Verstanden ist nicht einverstanden.
Verstanden?*

**Gundel
Beck-Neumann**

Dieses Zitat beschreibt den Inhalt des Buches, das hervorgegangen ist aus den Erfahrungen der Streitschule, die Simone Pöhlmann als Rechtsanwältin in München gegründet hat.



BUCHZEICHEN

Das Buch macht sich die Binsenweisheit zunutze, dass gelingende Kommunikation die Basis ist für ein gutes Miteinander-Auskommen. „Die Kunst des Dialogs ist es, im Kontakt mit sich und dem anderen zu bleiben.“

Die Autorinnen wollten kein theoretisches Buch schreiben, sondern zum Selbstlernen vor allem Rollenspiele und anderes Material für praktische Übungen anbieten. Diesem Anspruch folgen sie und werden sie gerecht.

Als Rahmenbedingung schlagen sie vor, sich selbst Mitstreiter zu suchen, möglichst mehrere, „die auch Lust haben, ihre eigenen Konfliktmuster zu ergründen und mehr Konfliktkompetenz zu erwerben.“ Als Zeitrahmen schlagen sie insgesamt 35 Stunden vor, um sich durch die Streitschule durchzuarbeiten.

Als Begleiterin und Übungsleiterin durch die Streitschule kreierten sie **STRUKI**. Diese Rolle kann von Mal zu Mal von einer anderen Person wahrgenommen werden.

S truktur (sorgt für Rahmen und Ablauf der Treffen, pünktlichen Beginn, Uhrzeit)

T hemen (sorgen bei eventuellen Abschweifungen für die Rückkehr zum Thema)

R egeln (die Gruppe hat sich auf Regeln geeinigt, die bei Verletzung angemahnt werden)

U ebungen (werden vorgelesen und geleitet)

K ram (Mitvisualisieren, für Pausen sorgen...)

I ntervention (Erlaubnis zum Eingreifen bei Streit und anderen Störungen).

Die Übungen reichen von Erwartungen und Befürchtungen, gemeinsame Regeln aufstellen, bis zu Beobachtungsaufgaben, Ja genau statt Ja aber, Meine Werte, Mein Haus, Meine Brille, Meine Haltung zu Konflikten, Meine Gefühle.

Dieser erste Teil des Buches beschäftigt sich mit transaktionsanalytischen Begriffen, vor allem mit der Erkundung des eigenen Bezugsrahmens und der Wahrnehmung eigener Gefühle, der Selbstklärung.

Der zweite Teil des Buches ist nach diesem Selbsterkundungsteil der Interaktion gewidmet. Die Palette reicht von Gesprächshemmern – hier Streitkeulen genannt – über das Vier-Ohren-Modell von Schulz von Thun, Ich-Botschaften, Aktives Zuhören, Feedback, Blinden Fleck bis hin zu Verhandeln als Lösungsorientie-

rung und den berühmten sechs Denk-Hüten von de Bono als Strukturierungshilfe für Gruppendiskussionen.

Für mich als Ausbilderin und Supervisorin im LehrerInnenbereich bietet das Buch der beiden Münchnerinnen Anregungen im Übungs- und Rollenspielbereich mit dem speziellen Focus Konflikte. Ich selber aber gehöre zu jener Sorte Menschen, die gern den Hintergrund dessen kennen, was sie als Übungen anbieten. Hätte ich diesen Hintergrund nicht, würde ich das Buch auf die Seite legen – ungelesen.

Ich hätte auch Sorge, das ganze Übungsmaterial Personen in die Hand zu geben, die ohne Ausbildung im Beratungsbereich sind und im Umgang mit individuellen und gruppendynamischen Situationen keine Erfahrung haben. Selbst auf den ersten Blick einfach erscheinende Übungen können Skriptthemen und Ähnliches anrühren und zu unerwarteten Reaktionen führen.

Nur mit diesem Vorbehalt mag ich das Buch empfehlen, trotz der kargen Literaturliste von fünf Titeln im Anhang.

Montada, L.
und Kals, E.:
Mediation
Beltz Verlag,
Weinheim 2001

Ulrike Müller

Ein Lehrbuch für Juristen und Psychologen, wie der Untertitel besagt, will das vorliegende Buch über Mediation sein. Als Lehrbuch ist es auch aufgebaut mit einem umfangreichen Glossar, einem ebenso umfangreichen Literaturverzeichnis, einem Personen- und Stichwortregister. Im eigentlichen Schriftteil wird es diesem Anspruch gerecht durch farbig unterlegte Kästen für Beispiele, Merksätze, zusätzlich gekennzeichnet durch ein Ausrufezeichen, und verschiedene Exkurse. In den drei zentralen Kapiteln befassen sich die Autoren mit den grundlegenden Aspekten, die für ein Mediationsverfahren relevant sind, mit den verschiedenen Konfliktformen, mit der Psychologie der Gerechtigkeit und der Bedeutung von Emotionen. Die drei Schlusskapitel sind der methodischen Umsetzung gewidmet, und in den drei Anfangskapiteln nähern sich die Autoren dem Thema, indem sie das Mediationsverfahren in den historischen Kontext stellen, die verschiedenen Anwendungsfelder benennen, einschließlich politischer und internationaler Konflikte, und gängige Überzeugungen hinterfragen.



BUCHZEICHEN

Also ein klar gegliedertes, übersichtlich aufgebautes Lehrbuch. Was hebt es nun aus der Vielzahl solcher Bücher heraus? Sicher zum einen die profunde Einbettung in die oben erwähnten verschiedenen Kontexte und ihre Hinterfragung.

Zum anderen aber die drei meines Erachtens zentralen Kapitel. Schon in der Einleitung heben die Autoren die besondere Bedeutung der Psychologie für Mediationsverfahren aller Anwendungsbereiche heraus. Indem sie nun betonen, dass ein Mediationsverfahren nur glücken kann, wenn die Tiefenstruktur des Konflikts offen gelegt wird, gehen sie über die üblichen rein handlungsorientierten Ansätze den entscheidenden Schritt hinaus.

Dazu gehört nach Aussage des Buches:

Die verschiedenen Konflikthalte herauszuarbeiten (Kap. 4). Dabei weisen die Autoren nach, dass es durchaus nicht immer nur um Eigeninteressen und (ökonomische) Vorteile geht, sondern mindestens gleichermaßen um Wertüberzeugungen; dass häufig Interessen vorgeschoben werden, wo eine Beziehungsdynamik zugrunde liegt, wichtig vor allem für Trennungsmediation, aber auch für sozialpolitische Konflikte. In diesem Zusammenhang weisen die Autoren auch auf unterschiedliche Formen der Macht hin und die Bedeutung ausbalancierter Machtverhältnisse, also ein Ergebnis einer guten Mediation, wozu dann auch Vertrauen in die gegnerische Partei und Rücksichtnahme auf deren Interessen gehört.

1

Dem Bedürfnis nach Gerechtigkeit Rechnung zu tragen (Kap. 5), wozu die Bereitschaft des Moderators gehört, die Gerechtigkeitsvorstellungen der Beteiligten verstehen zu wollen. Das schließt aber auch ein, die Geschichte der erlittenen Ungerechtigkeit hören zu wollen. Dies ist eine klare Absage an die einseitig ressourcenorientierte Mediationsarbeit, die den Blick zurück für verlorene Zeit hält. Die Autoren sind überzeugt, nachhaltige Konfliktlösung sei nur möglich, wenn eine Verständigung über erlebte Ungerechtigkeit erzielt wurde.

2

Emotionen ernst zu nehmen. Eigentlich eine Selbstverständlichkeit, aber offensichtlich tendiert man in der gängigen Mediationsarbeit eher dazu, Emotionen auszuklammern. Hier eine Änderung im Bewusstsein von Mediatoren herbeizuführen, ist umso

3

BUCHBESPRECHUNGEN

wichtiger, als die neuere Hirnforschung deutlich gemacht hat, wie sehr alle unsere Handlungen im Letzten von unseren Emotionen gesteuert sind. Wie wichtig es also ist, bewussten Zugang zu den Emotionen und eine Hilfestellung, sie zu reflektieren, zu bekommen.

Gute Mediation zeichnet sich durch nachhaltige Konfliktlösung aus. Wann die beteiligten Parteien die Mediation in diesem Sinne für erfolgreich halten und wie das im Einzelnen erreicht werden kann, zeigen die Autoren in den letzten drei Kapiteln ihres Buches. Hier sei besonders auf ihre kleinschrittige Nachzeichnung der einzelnen Phasen eines Mediationsverfahren hingewiesen, die den differenzierten Inhalt der einzelnen Kapitel in Handlungsabläufe fasst.

Ein wichtiges Buch für alle, die sich näher mit Mediation befassen wollen. Der psychodynamisch geschulte Leser staunt allerdings über die „Binsenwahrheiten“, die in der Forschung bislang ausgeblendet wurden und nun durch dieses Buch den ihnen gebührenden Stellenwert erhalten.



AUGENBLICK MAL

Das Gehirn von Ulrike Meinhof

Im Radio höre ich, dass ein Streit entbrannt sei um das Gehirn von Ulrike Meinhof. Da bei ihr 1962 ein Hirntumor diagnostiziert worden war, hatte das Land Baden-Württemberg nach ihrem Tod im Gefängnis automatisch das Recht – so erfahre ich – ihr Gehirn entnehmen und sezieren zu lassen.

Dagegen wehrten sich jetzt die Töchter. Aber – so erfahre ich weiter – der einzige Fehler, der gemacht wurde, ist: Die Angehörigen wurden nicht informiert. Nicht etwa: gefragt. Das ist nicht nötig. Und warum das staatliche Interesse am Gehirn der Ulrike Meinhof?

Weil von einem renommierten Gehirnspezialisten untersucht werden soll, ob ihr Tumor vielleicht ausschlaggebend war für ihre spätere kriminelle „Karriere“ in der RAF. Dieser Spezialist hatte sich vorher schon das Gehirn eines Kinderschänders vorgenommen mit der Frage, ob dessen kriminelles Verhalten nicht Folge seines Hirntumors sei. Man könnte auch sagen: seines entarteten Gehirns.

Müssen wir jetzt damit rechnen, dass aus diesen Forschungen über kurz oder lang der Schluss gezogen wird, dass zum Wohle der Menschheit bestimmte „kranke Gehirne“ besser gleich aus dem Verkehr gezogen gehören? Bzw. es nötig ist, das bestimmte Gen zu finden, das für tumorbedingte Kriminalität verantwortlich gemacht werden kann und das dann – zum Wohle auch der Betroffenen, versteht sich – im Vorhinein gentechnisch verändert werden müsste?



Daniela Dilthey

Frau muss allerdings zugeben: Einen Lichtblick hatte die Meldung ja doch!

Neben den vielen Nobelpreisträgersamenspenden, die in der Retorte gebraucht werden, gibt es nun endlich mal ein Gehirn zu vermelden, ein weibliches!

Und nicht nur wie üblich die entleerte weibliche Eizelle, die für Klonversuche missbraucht wird.

Oder?

Termine

14. Workshopstagung der DGVT: Von PraktikerInnen für PraktikerInnen

Zeitraum: 26.03.2003 bis 28.03.2003, Ort: Tübingen

Weitere Informationen/Kontakt:

Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie e.V., Kongressreferat
Neckarhalde 55, D-72070 Tübingen

Tel: +49 7071 9434-44, Fax: +49 7071 9434-35, Email: dgvt@dgvt.de

32. Jahrestagung der DGPF: Kooperation als Chance

Zeitraum: 26.03.2003 bis 29.03.2003, Ort: Stuttgart

Weitere Informationen/Kontakt:

Dr. J. Knieling, Abteilung für Psychosomatische Medizin
Robert-Bosch-Krankenhaus, Auerbachstraße 110, D-70376 Stuttgart
Email: juergen.knieling@rbk.de

Tübinger Symposium zur Prävention 2003: Evaluation und Wirksamkeit präventiver Interventionen in Psychologie, Psychophysiologie und Verhaltensmedizin

Zeitraum: 27.03.2003 bis 29.03.2003, Ort: Tübingen

Weitere Informationen/Kontakt:

Tagungsbüro Prävention 2003, Ursula Reichwald, Psychologisches Institut Abt. Klinische und Physiologische Psychologie,
Gartenstr. 29, D-72074 Tübingen

Tel: +49 7071 29-77686, Fax: +49 7071 360205, Email: praevention2003@uni-tuebingen.de

53. Lindauer Psychotherapiewochen:

1. Woche: „Kindheit hat Folgen“, 2. Woche: „Lebensthemen und Lebenssinn“

Zeitraum: 12.04.2003 bis 26.04.2003, Ort: Lindau

Weitere Informationen/Kontakt:

Lindauer Psychotherapiewochen
Platzl 4A, D-80331 München, Tel: +49 89 29163855, Email: Info@LPTW.de

13. Kissinger Psychotherapiewoche

Zeitraum: 30.04.2003 bis 04.05.2003, Ort: Bad Kissingen

Weitere Informationen/Kontakt:

Telos Gesellschaft für Psychotherapie, Beratung und Weiterbildung
Kindermannstr. 9, D-80637 München
Tel: +49 89 152855, Fax: +49 89 15982044

**24. Kongress der
Deutschen Gesellschaft für Transaktionsanalyse
in Stuttgart**

zum Thema:

***Qualität – Wirtschaftlichkeit – Effizienz
Transaktionsanalyse in psychosozialen Prozessen***

vom 23. – 25.Mai 2003

**im Landesgewerbeamt, Haus der Wirtschaft,
Willi-Bleicher-Str. 19**

Weitere Informationen finden Sie auf
unserer Homepage unter:

www.DGTA-Kongress-2003.de

oder bei der Geschäftsstelle der DGTA:

Silvanerweg 8, 78464 Konstanz
Tel. 0 75 31/9 52 70, Fax 0 75 31/9 52 71, e-mail: gs@dgta.de



Vorhang auf ...

360 Seiten, kart.
€ 28,- [D]
ISBN 3-87387-513-6

Siebzehn Autorinnen und Autoren kommen zu Wort: alles PraktikerInnen im Bereich Therapie und Theater bzw. Theater und Therapie. Projektbeschreibungen, Erfahrungsberichte und Gedanken zur Heilkraft des Theaterspiels beschreiben die Wirkungsweise von Theatertherapie und Dramatherapie in den verschiedenen Bereichen: der Psychiatrie, Psychotherapie und Soziotherapie mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen. Es geht um Aspekte wie: Auswege aus der Sucht, Verarbeitung von Traumata, Integration von „Schattenaspekten“, Schule der Gefühle, den „Alltag proben“ und andere mehr.



Außerdem erhält der Leser einen Überblick über die Entwicklung von Theater- und Dramatherapie in Deutschland und in den Niederlanden und einen Einblick in die vorhandene deutschsprachige Literatur zum Thema.

Doris Müller-Weith, geb. 1952, Theatertherapeutin in eigener Praxis in Bremen.

Lilli Neumann, geb. 1949, Hochschullehrerin für Theaterpädagogik und -therapie.

Bettina Stoltenhoff-Erdmann, geb. 1958, Krankenschwester und Dramatherapeutin.

www.junfermann.de
www.active-books.de

JUNFERMANN • Postfach 1840 • 33048 Paderborn
eMail: ju@junfermann.de • Tel. 0 52 51/13 44 0 • Fax 0 52 51/13 44 44



Heilsame Bindungen fördern

288 Seiten, kart.
€ 20,50 [D]
ISBN 3-87387-497-0

Das Buch gibt eine Einführung in die psychotherapeutische Arbeit mit multiplen Menschen und faßt aktuelle Erkenntnisse und Behandlungsansätze zur Dissoziativen Identitätsstörung (DIS) zusammen. Dabei greifen die Autorinnen insbesondere auf tiefenpsychologische, gestalttherapeutische und neurophysiologische Erklärungsansätze zurück. Einen breiten Raum nimmt die Darstellung der Psychotherapie mit multiplen Menschen ein. Die Autorinnen gehen auf spezifische Aspekte in der Therapie mit multiplen KlientInnen ein und erläutern u.a. die therapeutische Beziehung, Besonderheiten des therapeutischen Settings, Möglichkeiten der Stabilisierung



und Vorgehensweisen in der Bearbeitung von Traumatisierungen.

Imke Deistler, Psychologische Psychotherapeutin, Focusing-Begleiterin, Gestalttherapeutin, Ausbildung in EMDR, arbeitet in der Beratungsstelle „Notruf für vergewaltigte Mädchen und Frauen“ in Kiel. Ihr Arbeitsschwerpunkt ist die Beratung und Therapie von in der Kindheit sexuell mißbrauchten Frauen.

Angelika Vogler ist Diplom-Pädagogin, Gestalttherapeutin und Dozentin in der Erwachsenenbildung. Seit 1994 arbeitet sie im sozial-psychiatrischen Bereich.

www.junfermann.de
www.active-books.de

JUNFERMANN • Postfach 1840 • 33048 Paderborn
eMail: ju@junfermann.de • Tel. 0 52 51/13 44 0 • Fax 0 52 51/13 44 44