

# Viel mehr als ein Computer!

**Norbert Copray**

Das Erwachsenen-Ich (ER) spielt im transaktions-analytischen Modell der Ich-Zustände für das (Therapie-)Ziel einer autonomen Persönlichkeit zwar eine herausragende Rolle, aber in der theoretischen Reflexion führt es eher ein Schattendasein. Das ER erscheint als unproblematisch, leicht faß- und beschreibbar, gegebenenfalls getrübt und deshalb unter dem Gesichtspunkt der Enttrübung. Die Bedeutung des ER muß jedoch ausdrücklicher in Rechnung gestellt und erfaßt werden, damit es theoretisch wie praktisch angemessen gewürdigt wird.

## These

Das Erwachsenen-Ich (ER) ist ein aus zwei Elementen bestehendes, synchron arbeitendes System von Gedanken, Gefühlen und Verhaltensgrundmustern mit dem Ziel, die optimale Binnen- und Außenkommunikation eines Menschen sicherzustellen.

## Beobachtungen

Ratsuchende und Patienten entsprachen mit ihrem gesamten Verhalten nicht genau den Beschreibungen, die vom Erwachsenen-Ich und — als mögliche zweite Problemlösungsinstanz — vom Kleinen Professor gegeben werden (vgl. Synopse, S. 66). Trotzdem ergab die Konfrontation jedesmal eine ER-ER-Transaktion. Wenn die Patienten nicht zugunsten der Theorie und auf Kosten ihrer Beurteilung vergewaltigt werden sollten, bedurfte es einer Überprüfung dessen, was in der TA Erwachsenen-Ich heißt.

Ich habe deshalb vorhandene Konzepte überprüft, Beobachtungen der Patienten registriert und ausgewertet, meine Selbsterfahrung hinzugezogen und in der Auseinandersetzung mit Patienten und Kollegen neue Theorieelemente formuliert.

Beobachten konnte ich — im Gegensatz zu den weitverbreiteten Beschreibungen des ER — eine sehr melodische, rhythmische, um nicht zu sagen liedhaft-verträumte Stimme; Gedankensprünge, die zu aufschlußreichen Einsichten (Aha-Erlebnissen) führten; offenes, weites Gesicht; eine ins Künstlerische gehende Ausdrucksform, durch die die ganze Person in ihrer Erscheinung sehr kohärent wirkte; besonderer Hang, Sachverhalte zu erzählen, zu demonstrieren, anstatt argumentativ-analytisch vorzustellen; die Fähigkeit, Personen, Situationen und Stimmungen „von innen her“ und weniger „von außen her“ durch Erklärung zu erfassen usw.; keine Indizien, die auf Trübung oder auf einen anderen Ich-Zustand, insbesondere auf den Kleinen Professor oder auf das kritische Eltern-Ich hinwiesen.

Auf diese Weise lernte ich akzeptieren und dann verstehen, daß das ER mehr ist als ein Computer zur rationalen Verarbeitung von Sachverhalten und Informationen, sondern jenes innere System, das vor-empirische Grundmuster zur Verfügung stellt, die eine optimale Binnenkommunikation der Person (innerhalb der Ich-Zustände) und eine optimale Außenkommunikation (zwischen der Person und anderen und deren Umgebung) sicherstellen, aufbauen und weiterentwickeln.

## Prognose

Ein erweitert verstandenes ER ermöglicht einerseits einen klareren und begründbaren Einsatz verschiedener therapeutischer Methoden, andererseits neue Gesichtspunkte in der Therapie, die eine „autonome“ Persönlichkeit zum Ziel haben.

## Synopse

Zur Vergewisserung und Klärung ist es notwendig, bisherige Beschreibungen bzw. Definitionen des ER einmal zusammenzuschauen:

1. „Das Erwachsenen-Ich arbeitet wie ein Computer.“ „Ich-Zustand, in dem der Mensch seine Umwelt objektiv abschätzt und in dem er die sich für ihn ergebenden Möglichkeiten und Wahrscheinlichkeiten aufgrund seiner bisher gemachten Erfahrungen berechnet“ (Berne 1975, S. 24).
2. „„Das ist dein Erwachsenen-Ich‘ bedeutet: ‚Du hast soeben ein autonomes, objektives Erfassen der Situation erkennen lassen, und du trägst diese gedanklichen Prozesse bzw. erkannten Probleme oder die gezogenen Schlußfolgerungen in unvoreingenommener Form vor“ (Berne 1971, 26).
3. „Das Erwachsenen-Ich ist für die Nutzung der Überlebenschancen unentbehrlich. Es übermittelt Informationen und wertet die Möglichkeiten aus, die von essentieller Bedeutung für eine erfolgreiche Bewältigung der Umwelt sind. (. . .) Eine weitere Aufgabe des Erwachsenen-Ich besteht darin, einen regulierenden Einfluß auf die Tätigkeiten des Eltern-Ich und des Kindheits-Ich auszuüben und zwischen beiden objektiv zu vermitteln“ (Berne 1971, S. 30 f.).
4. „ER repräsentiert die Stimme der Vernunft. ER arbeitet wie ein Computer, nimmt Informationen auf und entscheidet aufgrund erkennbarer Entwicklungsmöglichkeiten, wie und wann eine Handlung ablaufen soll“ (Berne 1974, S. 71) .
5. „Das ER-Element erforscht Tatsachen und deren Auswirkungen und berechnet den Grad der Wahrscheinlichkeit, mit dem diese eintreten. Im ER denkt der Mensch nüchtern nach über sachliche Zusammenhänge, emotionale Reaktionen und die verinnerlichteten Zielvorstellungen Dritter und bildet sich ein eigenes, objektives Urteil“ (Rautenberg & Rogoll 1980, S. 27).

6. „Gesichtsausdruck: offen, aufmerksam, direkt zugewandt, auch nachdenklich-zurückhaltend und zögernd, dabei ruhiger Blickkontakt . . . Haltung und Bewegung: entspannt oder auf Beobachten oder Zuhören konzentriert, oft leicht nach vorn gebeugt, auch bequem zurückgelehnt . . . Sprechweise: überlegend, um den treffenden Ausdruck bemüht, sachlich klar und leidenschaftslos . . . Sprache: relativierende Ausdrucksweise, die Abweichungen gelten läßt und Alternativen entwickelt, die differenziert und daher Einschübe aufnimmt . . .“ (Rautenberg & Rogoll 1980, S. 60).
7. „Das ER findet den Zugang zum Leben über das Denken: schritt- und stückweise analysiert es Tatsachen, Informationen und Erfahrungen, ähnlich wie ein datenverarbeitender Computer“ (James & Savary 1980, S. 28).
8. „Im Erwachsenen-Ich (ER<sub>2</sub>) folgen wir den Gesetzen der Logik, um zu Rückschlüssen zu kommen. Wir machen Voraussetzungen, befassen uns mit objektiven Erkenntnissen und wägen Wahrscheinlichkeiten ab“ (Babcock & Keepers 1980, S. 52).
9. „Das Vokabular des Erwachsenen-Ich enthält unvoreingenommene Information und Wahrscheinlichkeitsschätzungen . . . Die Stimme des Erwachsenen-Ich ist gewöhnlich etwas eintönig und verändert sich in der Modulation kaum . . . Im Erwachsenen-Ich sitzen die Leute verhältnismäßig still und haben eine aufmerksame Haltung mit eher langsamem und regelmäßigem Lidschlag (Babcock & Keepers 1980, S. 53).
10. „Der Kleine Professor ist ein schöpferischer, intuitiver Teil von uns (ER<sub>1</sub>), der eine Antwort auf die Frage sucht: ‚Was muß ich tun, um in dieser Welt zu überleben?‘“ (Babcock & Keepers 1980, S. 48).

## Kritisches Fazit

1. Für das Vorgehen, das Erwachsenen-Ich mit computerhafter Rationalität gleichzusetzen, gibt es nirgends eine ausreichende Begründung. Das ER wird durch eine Mischung aus Beobachtung und Schlußfolgerung hypothetisch angesetzt.
2. Über den Begriff der Objektivität, mit dem das ER operiert, wird nirgends klärende Rechenschaft abgelegt. Vermutlich ist der eingeführte Begriff von Objektivität (auch naturwissenschaftlich; vgl. Relativitätstheorie, Quantentheorie) längst überfällig. Denn Objektivität ist nur in der Art eines intersubjektiv zu rechtfertigenden Wahrheitskriteriums denkbar.
3. Ausgeklammert bleibt auch das Problem, wie es überhaupt zur Bildung des ER bzw. zur Innenorganisation seines Inhalts kommen kann. Dazu müssen Grundmuster (Steuerungsfähigkeit von Verhalten) vorausgesetzt werden, die sich ihrerseits nicht wieder einem Lernvorgang verdanken können. Wie sollte der Lernvorgang möglich sein?
4. Ungeklärt bleibt, in welcher Weise und in welchem Umfang das ER auf K und EL einwirkt. Die optimale Integration der drei Ich-Zustände

bei gleichzeitiger Vermeidung jeglicher Trübung bedeutet die Organisation einer dazu notwendigen Kommunikation, die das ER leisten muß.

5. Gegenüber der (System-)Umwelt und Situation einer Person muß das ER einen Ausgleich zwischen der Person und ihrer Situation zustande bringen, der die Stabilität der Person bei gleichzeitigem Wachstum garantiert (Person als offenes System gedacht). Dies können weder EL noch K leisten, weil sie gegenüber der Außenwelt nicht das Interesse des Ausgleichs haben. Nur das ER ist in der Lage, zwischen Außen- und Innenansprüchen eine Übereinstimmung herzustellen, die beidem genügt und keinen Gewinner/Verlierer hinterläßt.

6. Die Beschreibungen der dem ER entsprechenden Metakommunikation ist teilweise vage, teilweise widersprüchlich, teilweise engführend. Ich-Zustände können nicht nur, sie müssen auch aus den Transaktionen erschlossen werden.

7. Der Kleine Professor als primitives Erwachsenen-Ich im K verliert 1. an Bedeutung, wenn sich das Erwachsenen-Ich ( $ER_2$ ) konstituiert und benutzt wird, 2. an Gewicht für die Funktion eines Ausgleichs zwischen Ich-Zuständen und Person und Außenwelt.

8. Die Bestimmung des ER ist einseitig, vage, unterentwickelt und theoretisch unzureichend aufgearbeitet. In Kurzform: Wer das ER mit einem Computer gleichsetzt, kennt sich mit Computern und Menschen zu wenig aus und verkürzt die Chancen eines ER-Begriffs in der TA auf Kosten einer mehr computerhaften Rationalität.

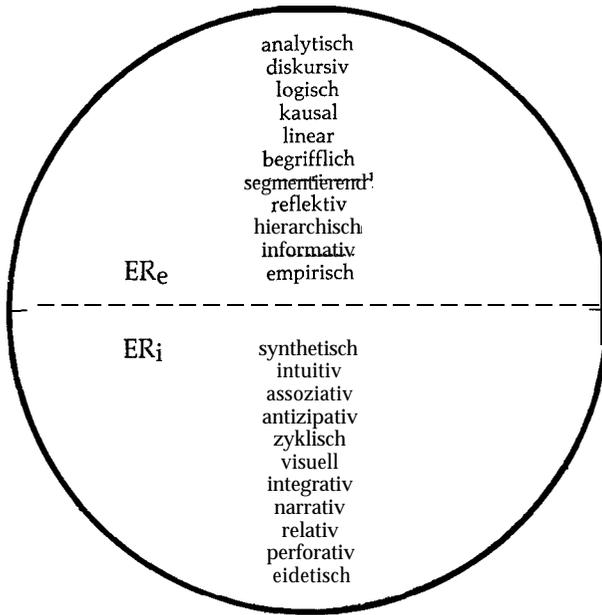
9. Die Besonderheit des ER besteht nicht im Denken, denn das ist auch von den anderen Ich-Zuständen her möglich, wie ja auch Gefühle ER-dominant sein können (sonst wären ja die Transaktionsanalysen auf bestimmte Ich-Zustände hin unsinnig). Die Besonderheit des ER besteht in einer bestimmten Form, Gefühle, Gedanken und Verhaltensmuster zu organisieren. Daran gehen einige Autoren vorbei und setzen ER mit Denken gleich.

## Neubestimmung

Die Gedanken und Gefühle, die das Material des inneren Systems (Ich-Zustands) ER ausmachen, sind durch zwei verschiedene Grundmuster in zwei miteinander kooperierende Elemente organisiert, die ich ideen- bzw. erfahrungsorientiertes ER ( $ER_i$  bzw.  $ER_e$ ) nennen will. Zur Verdeutlichung, nicht zur Trennung soll folgende Abbildung dienen (Fig. 1):

Bereits bestehende Beschreibungen des ER sind zu ergänzen:

1. Gesichtsausdruck: entspannt, interessiert, offen, beteiligt, wie ein Buch zum Lesen.
2. Körperhaltung: engagiert, fließende Bewegungen, ganzheitlicher Ausdruck, gelingende Kooperation des Körpers und der verbalen Äußerungen.



Figur 1: Eigenschaften der ideenorientierten (ER<sub>i</sub>) und der erfahrungsorientierten (ER<sub>e</sub>) Elemente im Erwachsenen-Ich (nähere Erläuterungen im Text)

3. Sprache: argumentativ und / oder narrativ, Begriffe und / oder Bilder, Schlußfolgerungen und / oder Geschichten, Informationen und / oder Erinnerungen und Visionen, gradlinig, monoton und / oder flexibel, unkonventionell verbindend, abwägend und / oder beherzt entscheidend, erklärend oder /und meditativ-intuitiv.

4. Idealtypus: Im besten Falle kooperieren beide Elemente des ER synchron, und Ausfälle in einem der beiden Pole kann der andere Pol unmerklich kompensieren. Im besten Fall vermag der erfahrungsorientierte ER-Teil mehr die Kommunikation zum EL-Zustand, der ideenorientierte ER-Teil mehr die Kommunikation zum K-Zustand zu realisieren. Im besten Fall beziehen beide Teile Energie durch die Integration (Transformation) von EL- und K-Anteilen auf die ER-Ebene. Im besten Fall ist einer der ER-Teile weniger getrübt und kann leichter zur Therapie angesprochen und aktiviert werden.

5. Bernes Terminus von der „neopsychischen Funktion“ des Menschen, derzufolge er sich sach- und realitätsgerecht verhalten könne, bietet das tiefgehendste Fundament für eine entfaltetere Begrifflichkeit des ER an. Von hier aus könnten unter Beachtung neurophysiologischer Erkenntnisse (Hemisphärentheorien) weitreichende Einsichten in das Konzept des ER gewonnen werden.

## Therapie

Besteht Therapie im wesentlichen in der Entrübung des ER, so ist es wichtig herauszufinden, welches Grundelement des ER stärker in Mitleidenschaft gezogen ist. Einer Trübung durch das K kann so durch eine massive Unterstützung des erfahrungsbezogenen ER-Teils entgegengewirkt werden; einer Trübung durch EL durch Verfahren, die das ideenbezogene Element unterstützen (z. B. künstlerische, musische, dramatische Therapiemethoden).

Die Neubestimmung des ER liefert auch eine Grundlage, die Trübung als eine Simplifizierung und Vereinseitigung des ER in Richtung EL oder K zu verstehen. Die - in der Theorie bislang unterschlagene - Komplexität des ER verdeutlicht auch, warum das ER überhaupt in der Lage sein kann, EL und K zu koordinieren, warum also die Therapie in der Regel auf das ER zielt.

Die autonome Persönlichkeit ist allerdings nur in einem „ökologischen“ Sinne autonom: insofern das ER eine für die Person und seine Umwelt befriedigende Balance zwischen den Ansprüchen herstellt, so daß ein gemeinsamer und kein einseitiger Profit entsteht.

## Abgrenzung

Sowenig wie das ER einfach mit dem EL (nach Rogoll mit dem „Lehrhaften Element“) zu verwechseln ist, sowenig ist es mit dem Kleinen Professor zur anderen Seite hin gleichzusetzen. Vielmehr gilt für den letztgenannten Fall: Aktionen, die nicht auf einen synchron arbeitenden ER schließen lassen, sondern den Anschein entkoppelter, vereinfachender Problemlösung erwecken, lassen eher den Kleinen Professor und damit gegebenenfalls auf eine Trübung im ER durch K rückschließen, als ausgerechnet umgekehrt. Allerdings zeigt die Neubestimmung des ER auch die leicht unterschätzte Schwierigkeit, Trübung und Klarheit zu unterscheiden. Therapie ist erfolgreich, wenn die Grenze auch zwischen Kleinem Professor und ER deutlich wahrnehmbar ist.

## Prophylaxe

Da sich TA nicht nur als Therapie-, sondern auch als Orientierungs- und Wachstumsmodell für die menschliche Kommunikation anbietet, ist der ER-Begriff auch für das bewußt gestaltete Wachsen der Kommunikation zu nutzen.

In der Regel ist in der von Zweckrationalität bestimmten modernen Gesellschaft das ideenorientierte ER-Element unterbelichtet und das andere dominant. Transaktions-Analytische Prophylaxe zielt auf Stärkung des ideenorientierten ER-Elements durch künstlerische, musische, kommunikative, meditative, spirituelle und bewußtseinserweiternde Lebensvollzüge. Am Ende steht die Synchronität, die Synergie des ER in der Synergie aller Ich-Zustände.

## Konvergenzen

Die inhaltliche Ausführung aller Konvergenzen ist hier nicht möglich. Ich halte sie lediglich stichwortartig fest:

Historisch erklärbar ist die Konvergenz mit der Psychoanalyse Sigmund Freuds. Weniger deutlich, aber bei näherem Hinsehen klar erkennbar die Nähe zur Humanistischen Psychologie, was Berne zwar zugab, obwohl er versuchte, Begegnungen mit deren Vertretern zu vermeiden. Unbestimmt ist bislang die Konvergenz mit Ansätzen Karl Gustav Jungs, obwohl die Grundmuster des ER beispielsweise wie auch die Synergie von erfahrungs- und ideenorientiertem ER-Anteil neue Konvergenzbestimmungen ermöglichen würde (vgl. Anima-Animus-Modell). Schließlich werden Konvergenzen sichtbar, die in Richtung jener Modelle liegen, die zur Zeit im Bereich des vernetzten Denkens, der GAIA-Hypothese Lovelocks und Russells, der neueren Evolutionstheorie und der transpersonalen Psychologie (vgl. Yin-Yang-Modell asiatischer Weisheit) entwickelt werden.

## Resümee

Die Vorstellung des ER als computerhafter Ich-Zustand ist eine theoretisch wie therapeutisch unzureichende Bestimmung, die der Weiterentwicklung und Neubestimmung bedarf. Die ursprüngliche Definition des ER war in einigen Teilen ein unbemerkter Reflex auf den technokratisch und wissenschaftlich verkürzten Begriff und sozialen Phänotypus von Rationalität. Erst, indem ein erweiterter Rationalitätsbegriff dem ER zugrunde gelegt wird, ist es auch in der TA-Theorie „erwachsen“ geworden und bietet deshalb neue Gesichtspunkte für Prophylaxe, Beratung und Therapie.

**Norbert** Copray studierte Philosophie (Dr. phil., M.A. phil.), Theologie (Dipl.-Theol., B. A. theol.) und Pädagogik und Psychologie. Er ist seit 1977 als Journalist, Lehrer und Berater tätig. Seit 1982 leitet er ein Kulturzentrum für Schüler und junge Erwachsene in Frankfurt am Main.

### Zusammenfassung

Sich das ER als computerhaften Ich-Zustand vorzustellen ist theoretisch wie therapeutisch unzureichend. Die ursprüngliche Definition des ER war in einigen Teilen ein unbemerkter Reflex auf den technokratisch und wissenschaftlich verkürzten Begriff und die soziale Erscheinungsform von Rationalität. Ein erweiterter Rationalitätsbegriff ist Kern einer Neubestimmung des ER: Das ER ist ein aus zwei Elementen bestehendes, synchron arbeitendes System von Gedanken, Gefühlen und Verhaltensgrundmustern mit dem Ziel, die optimale Binnen- und Außenkommunikation eines Menschen sicherzustellen. Ein so erweitert verstandenes ER ermöglicht einen klareren und begründbaren Einsatz verschiedener Therapiemethoden und liefert neue Gesichtspunkte für das Therapieziel einer „autonomen“ Persönlichkeit.

## Summary

It is insufficient – theoretically as well as therapeutically – to picture the Adult as a kind of computer. The original definition of the Adult was partly an unconceived reaction to a reduced technocratic and scientific conception of rationality as well as to its appearance in social context. The core of a redefinition of the Adult is a widened conception of rationality: the Adult is a system that consists of two elements which work synchronically, it contains basic patterns of thinking, feeling and acting. And its purpose is to guaranty an optimum of communication outside as well as inside human beings. The Adult thus conceived in a wider sense is a base for a clear and rational choice of therapeutic tools, and it gives us new aspects for considering the therapeutic ideal of autonomy.

## Literatur

- Babcock, D. E.** & Keepers **T. D.**, Miteinander wachsen. Transaktionsanalyse für Eltern und Erzieher. München: Kaiser-Verlag, 1980
- Berne, E.**, Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben? München: Kindler-Verlag, 1975
- , Spiele der Erwachsenen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1971
- , Spielarten und Spielregeln der Liebe. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1974
- Colegrave, **S.**, Yin und Yang. 5. Auflage. Frankfurt: Fischer, 1985
- Eccles, J. G.** & **Robinson, D. N.**, Das Wunder des Menschseins: Gehirn und Geist. München: Piper, 1985
- Hagehülsmann, H.**, Kombination von Gesprächspsychotherapie mit Transaktionaler Analyse. In: Howe, J. (Hrsg.), Integratives Handeln in der Gesprächstherapie: **ein** Kompendium zur Kombination therapeutischer Verfahren. Weinheim: Beltz, 1982, **275 - 302**
- Hampden-Turner, Ch.**, Modelle des Menschen. Weinheim: Beltz, 1982
- James, M.** & **Jongeward, D.**, Spontan leben. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt, 1974
- Lutz, R.**, Die sanfte Wende. Aufbruch ins ökologische Zeitalter. München: Kösel, 1984
- Loye, D.**, Gehirn, Geist und Vision. Basel: Sphinx, 1986
- Lovelock, J. E.**, Unsere Erde wird überleben. GAIA – Eine optimistische Ökologie. München: Piper, 1982
- Rautenberg, W.** & **Rogoll, R.**, Werde, der du werden kannst. Freiburg, Basel, Wien: Herder, 1980
- Russell, P.**, Die erwachende Erde. München: Heine, 1984
- Schlegel, **L.**, Die Transaktionale Analyse. – Zweite, überarbeitete und wesentlich erweiterte Auflage. – München: Franke, 1984

### **Anschrift des Autors:**

Dr. Norbert Copray  
Eichenstraße 10a  
6370 Oberursel (Ts.)