

Eine kritische Würdigung von *Leonhard Schlegels* Essay „Was ist Transaktionsanalyse?“

Ulrike Müller

Schlegels Bemühung ist der Versuch einer Standortbestimmung der Transaktionsanalyse im Dickicht der Therapieschulen. So ist besonders dankenswert, daß *Schlegel* das Besondere der Transaktionsanalyse herausarbeitet im Fadenkreuz von Psychoanalyse und kognitiver Verhaltenstherapie, den Therapierichtungen, die in der öffentlichen Diskussion den größten Raum einnehmen.

Dabei verwahrt er sich in seiner Nachbemerkung dagegen, die Transaktionsanalyse als „eklektische“ Therapierichtung zu bezeichnen, ein Begriff, der nahelegt, es handle sich um eine bloße beliebige Methodensammlung und nicht um eine eigenständige, aus den Wurzeln der Psychoanalyse entwickelte Therapieschule mit eigener ernstzunehmender Theorie und Methode.

Gerade *Bernes* Vorstellung, den Klienten möglichst rasch zur sozialen Kontrolle zu befähigen, ließ ihn die dazu geeigneten Methoden entwickeln, die wir heute auch in der kognitiven Verhaltenstherapie finden.

Also läßt sich *Schlegels* These aufrechterhalten, „Die Transaktionsanalyse ist ein psychotherapeutisches Verfahren“, das sich auszeichnet „durch eine kreative Verbindung von kognitiver und tiefenpsychologisch orientierter Psychotherapie“. „Verfahren“ verstehe ich hier synonym zu „Methode“.

Als *Theorieentwurf* ist die Transaktionsanalyse jedoch ausschließlich tiefenpsychologisch orientiert, da sie von unbewußtem, weil verdrängtem psychischen Material als konstituierend für alle Theoriebausteine ausgeht. Das läßt sich an *Bernes* Schriften nachweisen.

Es trifft zu, daß reine Enttrübungsarbeit einem verhaltenstherapeutischen Denkansatz entspricht. Allerdings denke ich, daß selten die transaktionsanalytische therapeutische Arbeit bei der Enttrübung aufhört. Dauerhafte Veränderung bedarf der Strukturveränderung, also der Skriptanalyse. Meistens spüren das die Klienten, wenn sie so schön sagen: Im Kopf hab ich's klar, und es geht trotzdem nicht. Nicht umsonst weist *Berne* (1966) in dem Kapitel über Interventionstechniken genau auf diese Problematik hin. Außerdem kann die reine Enttrübungsarbeit auch gefährlich sein. *Schlegel* beschreibt zutreffend, daß die Arbeit am Antreiber reine Enttrübungsarbeit ist und der verhaltenstherapeutischen Vorgehens-

weise entspricht. Dabei wird übersehen, daß gerade die Antreiber einen Schutz bieten vor dem Kontakt mit den destruktiven Grundbotschaften. Ich erinnere mich noch gut an die immer wiederholte Einschärfung während meiner Ausbildung: Arbeite nie am Antreiber, bevor du die Grundbotschaften nicht bearbeitet hast! Sonst könnte die latente Suizidalität virulent werden, ohne daß für ausreichenden Schutz gesorgt ist.

Die Verknüpfung der beiden methodischen Vorgehensweisen, der verhaltenstherapeutischen und der tiefenpsychologischen muß in der Transaktionsanalyse ein Parallelprozeß sein. Gleichzeitig zur Skriptanalyse können Verhaltensänderungen im Hier und Jetzt eingeübt werden. Das ist anders als bei der klassischen Psychoanalyse, die auf konkrete Hilfestellung dabei verzichtet. Insofern teile ich *Schlegels* Ansicht aus dem dritten Abschnitt: Transaktionsanalyse ist die Verknüpfung von Gewinn an Einsicht/Erkenntnis (das ist das Ergebnis der tiefenpsychologischen Arbeit) mit der Einübung in neue Verhaltensweisen (das ist Verhaltenstherapie).

Schlegel zitiert in diesem Zusammenhang die Verhaltenstherapeuten, die „neurotische Verstimmungen“, also situationsinadäquates Verhalten auf „unreflektierten und unrealistischen Annahmen beruhen“ lassen. Es seien „irrationale Überzeugungen“ [oder ...] „automatische Gedanken“. Die Verhaltenstherapeuten stellen den Bezug her zu intrapsychischen Vorgängen. Die Transaktionsanalyse spricht in dem Zusammenhang von Skriptüberzeugungen (*Erskine*) und verweist somit auf den psychodynamischen Ursprung der „Überzeugungen“.

Ich bin nicht der Ansicht, daß der transaktionsanalytische Begriff „Botschaft“ oder „Einschärfung“ synonym gebraucht werden kann mit den Begriffen „irrationale“, „unlogische“, „Vorannahmen“ oder „Prägungen“. Dafür haben wir in der Transaktionsanalyse den Begriff der „Skriptüberzeugung“. Damit wird deutlich, daß eine solche „Überzeugung“ Ergebnis eines Bewältigungsversuchs einer traumatischen Erfahrung ist. Der Begriff „destruktive Grundbotschaft“, wie der vollständige Ausdruck heißt, weist auf den traumatisierenden Konflikt hin, der einst stattgefunden hat. Es ist dies der Schlüssel für die eigentliche Skriptanalyse. Für die transaktionsanalytische psychotherapeutische Arbeit ist diese Unterscheidung unerlässlich.

Aus dem oben Skizzierten meine ich ableiten zu können, daß es eine wirkliche „Emanzipation“ (Befreiung), bzw. Autonomie (Selbstbestimmtheit) nicht geben kann, wenn die psychodynamischen Ursprünge nicht mitbedacht werden.

Der transaktionsanalytische Begriff dafür ist die Skriptanalyse. Da ich auch nicht denke, daß das einzige Primärerlebnis der Ödipus-

komplex ist, den Berne erwähnt, ebensowenig wie die Kastrationsangst, bin ich froh, in neuerer Literatur durchaus auf eine beeindruckende Liste von ebenfalls frühen traumatisierenden Erlebnissen zu stoßen. Ich erwähne Kontaktabbruch, „unmet needs“, Loyalitätskonflikt als besonders wichtig, zu finden bei *Erskine, Wurmser, Mertens* (Bd. 1, S. 202). Alles Inhalte des script protocols, die der Verdrängungsschranke unterliegen. Im übrigen läßt sich das Kapitel über den Kind-Ich-Zustand in „TA in Psychotherapy“ auch daraufhin lesen, wieviel *Berne* von solchen frühen Verletzungen wußte.

Es geht also immer auch darum, das frühe verdrängte Material bewußt werden zu lassen. Insofern gehören meines Erachtens zur transaktionsanalytischen Psychotherapie nicht nur: „Hinweise auf die Realität, Besprechung von Problemlösungsstrategien und die Förderung des Vollzugs [...] von Verhaltensalternativen“ (*Schlegel*), sondern auch die Begegnung mit dem Schmerz und der Angst und endlich der Trauerarbeit.

Nun noch ein Wort zu den Therapiezielen der Transaktionsanalyse, soweit sie *Schlegel* berücksichtigt. *Schlegel* schreibt von „verwandelnden Erfahrungen“, und als Folge sei eine solche „Verwandlung [...] eine Veränderung [...] des Bezugsrahmens“. Das ist eine phänomenologische Bestandsaufnahme und fragt nicht nach den zugrundeliegenden Veränderungen in der psychischen Struktur, die eine Aufgabe bestimmter Abwehrmechanismen (script proper) erst ermöglicht. Hier verschenkt *Schlegel* in seinem Bemühen, möglichst viele Gleichsetzungen mit der Verhaltenstherapie zu finden, wesentliches transaktionsanalytisches Terrain.

Die Vertrags- und Entscheidungsorientiertheit hat für mich ganz wesentlich mit dem Therapieziel Autonomie, also mit Selbstbestimmtheit zu tun. Und darin liegt die „Achtung vor der Persönlichkeit des Patienten“. Weshalb *Schlegel* den Begriff „Autonomie“ mit „Eigengesetzlichkeit“ übersetzt, erschließt sich nicht. Auch wenn der Begriff „Autonomie“ nicht mehr im vollen Umfang das Selbstverständnis des 18. Jahrhunderts transportieren kann, so ist es doch wichtig, seine Herkunft aus der Philosophie der Aufklärung mitzudenken. Und „Selbstbestimmtheit“ betont ja die Freiheit des handelnden Subjekts, gerade auch, was die Art und Dauer von Therapie angeht, während „Eigengesetzlichkeit“ etwas Passives und nicht Veränderbares enthält.

Die Arbeit von *Leonhard Schlegel* „Was ist Transaktionsanalyse?“ ist ein wichtiger Beitrag in der Bemühung um die Anerkennung der Transaktionsanalyse als ernstzunehmende wissenschaftliche Therapieschule.

Vielleicht führt seine Bereitschaft, den Vergleich mit der Verhaltenstherapie zu suchen, manchmal dazu, transaktionsanalytische Essentials allzu bereitwillig verhaltenstherapeutischer Sichtweise anzupassen. Aber gerade dies ist ja die Herausforderung an uns, die KollegInnen, endlich den öffentlichen Diskurs über unser Verständnis von Transaktionsanalyse zu führen.

In jeder Hinsicht gebührt *Leonhard Schlegel* großer Dank für seine Arbeit. Sie regt hoffentlich diesen überfälligen Diskurs innerhalb der DGTA an; und sie zeigt der wissenschaftlichen Öffentlichkeit die Wichtigkeit und Seriosität der Transaktionsanalyse.