



Kognitives versus Beziehungsorientiertes Problemlösemodell oder die Rettung des Ödipus

Einleitung:

Die vorliegende Arbeit wurde beim 3. Weltkongreß 2003 in Wien unter dem Titel „Das Beziehungsorientierte Problemlösemodell“ in ihren Grundzügen vorgestellt. Das Beziehungsorientierte Problemlösemodell wird als Alternative bzw. Ergänzung zum gängigen Psychologisch Kognitiven Problemlösemodell dargestellt und der Bezug zur Transaktionsanalyse diskutiert. Der Unterschied wird anhand des „Lieblingsfalles“ der Psychotherapie: „Ödipus“, dargelegt.

Das Psychologisch Kognitive Problemlösemodell

Frei nach Van Quekelberghe (1979) können wir im kognitiven Problemlösemodell vier zeitlich einander folgende Prozesse unterscheiden (Analyseprozeß, Entscheidungsprozeß, Durchführungsprozeß und Evaluationsprozeß).

Im Analyseprozeß werden umfassend Daten und Informationen gesammelt, verglichen und bewertet.

- In der Problemanalyse werden Ist - Situation (Situationsanalyse) und die historischen Bedingungen (Historische Analyse) erhoben.
- In der Lösungsanalyse werden Zielvorstellungen, wohin sich eine gewünschte Veränderung entwickeln soll (Zielanalyse) und die für die Realisierung notwendigen Maßnahmen und Schritte (Weganalyse) erarbeitet.

Auf Basis dieser Analysen wird im Entscheidungsprozeß die konkrete Festlegung auf Ziel und Maßnahmen getroffen, die im Durchführungsprozeß realisiert werden. Im abschließenden Evaluationsprozeß erfolgt die Ergebnisanalyse der vollzogenen Problemlösung.

Diese modellhafte, zeitliche Reihenfolge suggeriert ein statisches Nacheinander isolierter Arbeitsschritte. Tatsächlich sind dies natürlich sich gegenseitig beeinflussende, in Wechselwirkung stehende dynamische Arbeitsprozesse!

1: ANALYSEPROZEß (Informationssammlung und Bewertung):

PROBLEMANALYSE		LÖSUNGSANALYSE	
Situationsanalyse	Historische Analyse	Zielanalyse	Weganalyse
<ul style="list-style-type: none"> • Problemdefinition • Attribuierung • Bedingungsbeziehungen • Aufrechterhaltung/Perpetuierung • Erwartungen • 	<ul style="list-style-type: none"> • Entstehungsgeschichte • Leidensgeschichte • Bisherige Lösungsversuche • 	<ul style="list-style-type: none"> • Konkretisierung • Begründung • Prioritäten • Endpunkt • Folgen • 	<ul style="list-style-type: none"> • Maßnahmenkatalog • Bedingungen • Ziel u. Zeitfahrplan • Teilziele, Check Points • Alternativen •

2. ENTSCHEIDUNGSPROZEß (Vergleich, Einschätzung und Planung)

- Ökonomie (Aufwand, Kosten, Nutzen)
- Wirksamkeit
- Alternative Szenarien



- Umsetzungswahrscheinlichkeit
- Realismus Check
- Implikationen, Konsequenzen
- Konkretisierung
-

3. DURCHFÜHRUNGSPROZEß (Ausführung, Einlernen, Kontrollieren)

Übung	Controlling, Prozesssupervision
<ul style="list-style-type: none"> • Ausprobieren, Experimentieren • Wiederholung • Variation • Intensivierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Feedbackschleifen • Ist – Soll - Vergleich • Zielübereinstimmung • Korrekturmaßnahmen, Adaptierungen

4. EVALUATIONSPROZEß (Ergebnisanalyse)

- Vergleich Erwartung vs. Ergebnis
- Bewertung und Beurteilung
- Belohnung
- Perspektiven und Konsequenzen

Das Psychologisch – Kognitive Problemlösemodell und TA

In der TA scheint Probleme - Lösen auf den ersten Blick kein explizites Thema zu sein. Können wir das Modell der Engpässe als Konfliktlösemodell durchaus bezeichnen, so scheint eine Entsprechung in der TA für Problemlösen zu fehlen. Dementsprechend ist Problemlösung kein Thema in den neueren Lehr- und Handbüchern der TA (Hennig & Pelz 1997, Clarkson 1996, Schlegel 1993). Man könnte der TA die implizite Annahme unterstellen, daß ein von Kindheits- und Eltern- Ich Einflüssen enttrübtes und besetztes Erwachsenen –Ich „naturgemäß“ in der Lage sei, Probleme zu lösen. Probleme treten durch den Einfluß von Kind- und Eltern-Ich Anteilen auf, sind somit auf Konflikte zwischen unterschiedlichen Ich-Zuständen rückführbar.

Tatsächlich aber entspricht „das“ Instrument der Erwachsenen -Ich Arbeit, die Arbeit mit Verträgen (Stewart 1991), den Theoremen des Psychologisch- Kognitiven Problemlösemodells. Meines Wissens wurde bisher nie die Vertragsarbeit als Problemlösemodell explizit ausgewiesen.

Wenn wir die Basis - Fragen der Vertragsarbeit heranziehen (Hennig & Pelz 1997 S.139, Rüttinger & Kruppa 1988 S.264, Dimberger 1995 S. 29), wird die Beziehung zum Psychologisch – Kognitiven Problemlösemodell evident.

Typische Fragen zur Vertragsarbeit	Kognitives Problemlösemodell
Was will ich ändern, nicht mehr tun?	Situationsanalyse
Was will ich erreichen, in Zukunft tun?	Zielanalyse
Welche Vorteile hatte ich aus meinem Tun bisher?	Situation u. Historische Analyse
Was werde ich tun um das Ziel zu erreichen, welche Schritte wann setzen?	Weganalyse
Wann beginne ich damit, wie lange werde ich Zeit haben?	Weganalyse
Woran werden ich und andere den Erfolg sehen, die Zielerreichung erkennen?	Zielanalyse u. Evaluationsprozeß



Welche Unterstützung brauche/hole ich wann von wem?	Durchführungsprozeß
Welche Schwierigkeiten sind zu erwarten?	Entscheidungsprozeß
Welcher Preis ist zu zahlen?	Entscheidungsprozeß
Wie sicher, nützlich, vorteilhaft ist das Ziel?	Zielanalyse u. Entscheidungsprozeß
Wie werde ich mich am Erfolg hindern?	Durchführungsprozeß
Welche Folgen wird der Erfolg haben?	Evaluationsprozeß
Wann überprüfe ich wie den Erfolg?	Evaluationsprozeß
Wie werde ich mich für den Erfolg belohnen?	Evaluationsprozeß

Das Beziehungsorientierte Problemlösemodell

Im Kognitiven Problemlösemodell ist der Fokus auf der Analyse des Problems und des Zieles gerichtet. Alle Schritte und Maßnahmen leiten sich aus der Zielvorstellung als Lösung ab.

Dieser Fokus verlagert sich im Beziehungsorientierten Problemlösemodell von der Problemanalyse zur Beziehungsanalyse. Statt der Frage nach dem Problem an sich steht die Frage des Bezogen – Seins zu diesem Problem im Mittelpunkt:

- In welcher Beziehung stehe ich ZU diesem Problem
- Wie beeinflusst das Problem meine Beziehungen, in welcher Beziehung stehe ich DURCH das Problem

Daraus resultiert die Frage:

- Wie gehe ich mit dem Problem um bzw. beabsichtige ich damit umzugehen

Im Kognitiven Problemlösemodell ist die Fixierung auf ein Ziel der Lösungsansatz, aus dem sich die notwendigen Schritte unter Einhaltung bestimmter Regeln (der vier Analyse Prozesse - siehe oben) erarbeiten lassen.

Im Beziehungsorientierten Problemlösemodell werden sieben Schritte des „Umgehens“ mit einem Problem definiert, die zu einer Lösung führen. Dadurch wird das Ziel aus dem Arbeitsfokus genommen, es bleibt offen, aber nicht beliebig. Durch dieses „Umgehen mit dem Problem“ kann die Lösung einerseits in einer Veränderung der Situation und damit des Problems selbst, bestehen (wie im Kognitiven Modell) oder aber im anderen Umgang mit dem Problem, also einer Veränderung der Einstellung zu dem Problem. Das Problem selber bleibt unverändert.

Die sieben Schritte, wie das Problem eines physischen Angriffes gelöst wird, leite ich in meinen Arbeiten aus dem Zusammenhang von Psychotherapie und dem Lösungsansatz der Kampfkunst Aikido ab. Daraus lassen sich für das Beziehungsorientierte Problemlösemodell gewisse, ihm implizite Grundannahmen formulieren, vergleichbar etwa den Lerntheoremen beim Kognitiven Modell.

Grundannahmen und Prinzipien zur Realisierung des Beziehungsorientierten Problemlösemodells

- Der Mensch ist eine Ganzheit (Leib-Geist-Seele Einheit)



- Der Mensch ist prinzipiell fähig, auf einen Angriff/Problem alternativ zu reagieren. Anders als dies unser evolutionäres Reptiliengehirnerbe (English & Wonneberger 1992) in Form von Flucht – Gegenangriff und/oder Totstellen nahelegt.
- Um dies zu ermöglichen muß ich eine gewisse Haltung einnehmen können, durch die ich:
 - Auf Gewalt und Widerstand verzichten kann (Gegenangriff) ohne
 - Selbstaufgabe (Totstellen), d.h. meine Integrität und mein Wert – Selbstwert als menschliches Wesen stehen für mich (trotz des Angriffes darauf) außer Frage.
 - Dies ermöglicht eine offene Haltung sowohl mir und meinem Erleben, als auch dem Anderen gegenüber, (im Unterschied zur Flucht), einem Erkennen und Erfahren, was ist (inter- und intrapsychisch)
 - Dies führt zu einem Erfahren der Bezogenheit zum Anderen in Raum (Nähe/Distanz), Zeit, Bewegung und Begrenzungen und ist gekennzeichnet durch
 - Weichheit, Flexibilität und ein dynamisches Gleichgewicht, was mir die
 - Freiheit zur Aktivität, zum bewußten Handeln eröffnet, unter Nutzung meiner Fähigkeiten und Ressourcen.

Diese Punkte sind in Dirnberger 1998 unter dem Titel Aikido-Prinzipien ausführlicher dargestellt. Der kurze Hinweis auf die Grundannahmen soll verdeutlichen, daß das Beziehungsorientierte Problemlösemodell auf einem theoretischen Konzept basiert, das aus dem praktischen Erfahrungswissen einer Kampfkunst psychologisch abgeleitet wurde.

Die Kernfrage im Beziehungsorientierten Problemlösemodell ist nicht mehr, „was ist das Problem?“, seine Art, Beschaffenheit, Historie, sondern, wie setze ich mich zu dem Problem aktiv in Beziehung. Will ich es bekämpfen (Gegenangriff), nicht wahr haben (tot stellen), laufe ich davor davon oder schiebe ich es vor mir her (Flucht)? Oder will ich aktiv, alternativ dazu, mit dem Problem umgehen?

Die sieben Schritte des Beziehungsorientierten Problemlösemodells

Im ersten und letzten Schritt erfolgt eine umfassende Analyse der Haltung und der ihr zugrundeliegenden Bedürfnisse. Die Haltung hochgezogene Schultern, aufgerissene Augen, geöffneter Mund, „Blutleere“ im Kopf und blasse Haut kann z.B. Ausdruck von Angst (emotionale Haltung) sein, mit dem Bedürfnis nach Schutz.

Die Unterscheidung zwischen Bedürfnis und Absicht ist wichtig. So können wir bei einem Angriff z.B. zwischen dem Bedürfnis nach Kontakt und der Absicht, den Anderen zu verletzen, unterscheiden. Wobei die Absicht in der Regel den Versuch einer Problemlösung darstellt.

Dem folgt der Prozeß, sich dem Problem anzunehmen und zu stellen (Schritt 2 das Herangehen und 3 das Aufnehmen).

In den Schritten 4-6 wird der Prozeß der Beziehung, der Intimität (im Sinne der TA als Bereitschaft bzw. Fähigkeit zu authentischer und kooperativer Beziehung), des existentiellen Berührt Seins (4 das Vereinigen, 5 das Gemeinsame, 6 die Trennung) beschrieben.

Wie im Kognitiven Modell handelt es sich auch hier um kein statisches Nacheinander der Schritte, sondern um fließende Übergänge mit wechselwirkender Beeinflussung.

- **Schritt 1: Die Haltung: Haltungs– und Bedürfnisanalyse**



Die Analyse der Haltung zum und durch das Problem und der ihr zugrunde liegenden Bedürfnisse beinhaltet z.B. folgende Aspekte des Seins, die sich im Sinne des Ganzheits– Prinzips des Menschen gegenseitig bedingen. In Klammer sind die für die Problemlösung förderlichen Haltungen angegeben. Für diese lassen sich therapeutische Interventionen und Übungen ableiten:

- Körperliche Haltung (gerade, aufrecht, entspannt)
- Geisteshaltung (wachsam, bewußt, „Im Hier und Jetzt Sein“)
- Emotionale Haltung (ausgeglichen, ruhig)
- Einstellung (konzentrierte Unbekümmertheit, bescheiden und respektvoll)
- Denken (zuversichtlich, positiv, Problem als Herausforderung)
- (Eigen-)Verantwortung (für Einstellung, Aktionen, Reaktionen und Unterlassungen)
- Lassen können (Gelassenheit, verlieren können)
- Wachstumsbereitschaft (Lernbereitschaft, sich einlassen)

• Schritt 2: Das Herangehen

Wenn ich das Problem sehe, kann ich mich aktiv diesem annähern, mich der Herausforderung stellen, an das Problem herangehen. Das beinhaltet z.B.:

- Eingehen (Eindringen) auf die Situation und den Anderen
- offene Haltung
- Gewaltlosigkeit
- Annehmen durch Annähern
- prinzipielle Offenheit gegenüber dem Anderen (z.B. für dessen Lösungsideen)
- Gegenteil von Passivität
- reflektierte (Vor)Urteile
- den Willen, sich einzulassen

• Schritt 3: Das Aufnehmen

Dieser Prozeß umfaßt zwei wesentliche Dimensionen.

- Einerseits das Zulassen, Akzeptieren was ist, die Bereitschaft, sich auf die Situation und den Anderen einzulassen, sich berühren zu lassen, berührt zu sein (Widerstandslosigkeit, Bereitschaft zur Intimität).
- Andererseits das Aktive in bewältigbare Relationen setzen, so viel aufnehmen, wie ich vertragen/verarbeiten kann (Prinzip von Selbstwert und Integrität des Menschen).

• Schritt 4 Das Vereinigen

Aus entgegengesetzten, unterschiedlichen Bestrebungen wird ein gemeinsames Anliegen. Aus der ICH – DU Dualität wird WIR, ein gemeinsames Bestreben. Durch das Vereinigen kann ich die Sicht des Anderen, seinen Standpunkt, einnehmen, zu meinem machen, ohne meinen eigenen aufgeben oder verleugnen zu müssen. In diesem existentiellen Moment eröffnet sich die Wahl zwischen skriptgerechten Erleben und daher skript erfüllenden Handeln oder aber der Mut zu existentieller Berührtheit und damit zu kreativer Freiheit und (neuen) Ressourcen. Intimität durch Authentizität und Spontaneität.

• Schritt 5: Das Gemeinsame

Aus dem Vereinigen (durch Umleiten skriptgebundener Energien) das Gemeinsame (Verbindende) VOR dem Trennenden (sich lösen) finden. Durch die Gemeinsamkeit mit dem Anderen, das Einnehmen und die Erfahrung eines gemeinsamen Standpunktes, das Neue als Problemlösung im gemeinsamen Tun entwickeln. Durch diese Form der Intimität, des gegenseitigen Berührt – Seins, aus dem Gleichgewicht eingefahrener (skriptgemäßer) Bezugsrahmen und Lösungsstrategien kommen, um Neues oder Bewährtes zu ermöglichen.



- **Schritt 6: Die Trennung**

Lösung aus der Intimität, der Problemverhaftetheit, dem WIR. Den Anderen lassen können, um Raum für Neues zu ermöglichen (loslassen, abgeben, eventuell Trauer über ein Ende, jedem seine Verantwortung überlassen).

- **Schritt 7: Die Haltung**

Die Haltung, nun bereichert um die Erfahrung des Prozesses von 1-6, steht am Ende als Anfang für das neue Problem, die nunmehrige Beziehungs-Herausforderung. Dies soll Abbild des Spiral-Kreislaufes sein, der dem Wesen allen Lebendigen entspricht. Lebendige, gesunde Beziehung ist Wachstum und Entwicklung als Wechselspiel von Herausforderung (Problem) und dessen dynamischen Bezug zu mir (Lösung), im Gegensatz zu statischen symbiotischen Beziehungsstrukturen.

Vergleich beider Modelle

Die Modelle haben viele Gemeinsamkeiten: Beide sind dynamisch prozessorientiert, setzen auf die Analyse- und Selbstreflexionsfähigkeit des Menschen und bieten ein differenziertes Ablaufschema mit einer Reihe von Checkpoints zur Problemlösung an.

Beide Modelle benötigen Zeit, Energie und einen Raum bzw. Rahmen, in dem die Problemlösung erarbeitet werden kann. Diese Arbeit ist als therapeutisches Beratungssetting konzipiert. Sie erfolgt in der Dynamik Helfer – Hilfesuchender, d.h. beide benötigen ein gewisses Maß an therapeutischer Beziehung, wobei ich diese Notwendigkeit beim Beziehungsorientierten Modell als wesentlich wichtiger erachte. Beide Modelle sind an der Sprache als Ausdrucksform orientiert. Für das Beziehungsorientierte Modell existieren aber eine Reihe von Körperübungen (z.B. aus dem Aikido), die eine unmittelbare leiblich - sinnliche Erfahrung der einzelnen Schritte bzw. Inhalte ermöglichen.

Ein Unterschied besteht in der Art der Betonung der Bedürfnisse. Im Kognitiven Modell steht das Bedürfnis nach Problemlösung im Vordergrund. Die Bedürfnisse, die dem Problem zugrunde liegen, sind der Lösungsfindung untergeordnet. Im Beziehungsorientierten Ansatz ist es genau umgekehrt.

Den wesentlichen Unterschied beider Modelle sehe ich in der Zielfixierung versus der Beziehungsorientierung. Steht in dem einen klar das Problem und dessen Lösung im Mittelpunkt, so fokussiert das Andere die Fragen der Beziehung der Beteiligten in und durch das Problem. Wird in dem Einen mittels Analyse des Problems durch kognitive Orientierung das Problem zu lösen gesucht, so analysiert das Andere erlebnisorientiert die Beziehungen durch das Problem.

Der wesentliche Unterschied in der Praxis besteht im Denken, in den Vorstellungen des Therapeuten und seinen daraus resultierenden Fragen. In der Arbeit werden in beiden Modellen die Schritte nicht immer Punkt für Punkt der Reihe nach „abgearbeitet“. Aus der Dynamik des Gespräches, der Fragen, Antworten und eventueller Übungen kristallisieren sich die Inhalte im Gesprächsprozeß heraus. Dabei macht es sehr wohl einen Unterschied, ob ich als Therapeut die Lösungsidee im Kopf habe (kognitiver Ansatz) oder das Beziehungsgeflecht (Beziehungsorientierter Ansatz) oder beides.



Kleiner Exkurs: Problem und Konfliktlösung

Im Unterschied zum Konflikt, definiert als Widerstreit gegensätzlicher Motive und Bedürfnisse, ist Problem als schwierig zu lösende Aufgabe definiert. Wenn aus einem Konflikt, dem Kampf gegensätzlicher Interessen, ein Problem wird, eine gemeinsam zu lösen beabsichtigte Aufgabe, können wir das Problem als erfolgreiche Konfliktlösung verstehen. Aus einem Konflikt, etwa einem physischen Angriff, (A will B schlagen und verletzen, B will das nicht, sondern seine Gesundheit und Ruhe) soll ein Problem werden. Als Voraussetzung gilt es, Zeit, Energie und einen Raum bzw. Rahmen, in dem die Konfliktlösung erarbeitet werden kann, zu gestalten bzw. zu ermöglichen. Nun können sich beide dem Prozeß stellen und ihren Konflikt zum Problem wandeln. Das bedeutet, nach Möglichkeiten suchen, wie sie ihre Bedürfnisse gesund leben können, ohne sich/einander zu verletzen. Oder der Angegriffene stellt sich diesem Konflikt, indem dieser zu seinem Problem werden darf, einer schwierig zu lösenden Aufgabe.

Unser Klient: Der Vater von Ödipus (Schmidbauer 2001, Schwab 1974, Hunger 1979)

Unser Klient ist kein geringerer als der Vater von Ödipus, König Laios von Theben. Er lebt im antiken Griechenland, einer Zeit, in der das Töten nicht nur (wie heute) im staatlichen Auftrag als legitime Konflikt- und Problemlösestrategie ethisch anerkannt war, sondern diese Methode sowohl von Göttern (griechischen, aber auch des christlichen, man denke an Sodom u. Gomorrha) als auch von Menschen als probates Mittel geschätzt wurde. So war es auch durchaus Brauch und Sitte, behinderte Neugeborene zur Tötung in der Wildnis auszusetzen.

Laios kommt nun mit folgendem Problem in unsere Praxis. Am Vortag hat seine Gemahlin, Königin Jokaste, ihm einen, noch namenlosen, Sohn geboren. Nun weiß er aber durch das delphische Orakel von Gott Apoll, daß er durch die Hand seines eigenen Kindes das Leben verlieren werde. Er will weder durch seinen Sohn sterben, noch will er, daß dieser ein Mörder wird.

Laios als Klassischer Fall des Kognitiven Problemlösemodells

Die Problemanalyse ergibt rasch ein klares Bild. Der Klient hat ein realistisches, glaubwürdiges und nachvollziehbares Problem. Die Problemdefinition, Attribuierung und Beziehungszusammenhänge liegen durch die Prophezeiung auf der Hand: sein Sohn ist das Problem. In der historischen Analyse macht unser Klient zwar etwas verwirrende Angaben über gleichgeschlechtliche Pädophile und Kindesentführung und den Zorn Apolls. Auf jeden Fall scheint der Klient sich einer Schuld bewußt zu sein, und damit ist an der Realität des Geweissagten nicht mehr zu zweifeln.

Die Zielformulierung ist vorerst durch eine Negativ – Aussage geprägt. Er will nicht durch seinen Sohn sterben müssen. In der Zielarbeit finden wir eine positive Formulierung. Der König von Theben möchte sicher, gesund und beruhigt leben. Das Ziel hat höchste Priorität und erfreuliche Folgen, daß er mit seiner Frau zufrieden und ohne ständige Bedrohung leben kann. Ist der Sohn für immer weg, ist das Problem gelöst, das Ziel erreicht.

Die Weg Analyse zeigt, daß Laios natürlich nicht selber seinen Sohn einfach umbringen kann. Die Totengeister dürfen sich nicht an die Spur des Mörders heften können. Ihn einfach in der Wildnis auszusetzen birgt die Gefahr, daß ihn jemand



finden könnte und aus Mitleid retten würde. Ihn einfach weit wegzuschicken eröffnete die Möglichkeit, daß er eines Tages zurückkommen könnte, man würde nie sicher sein. Das Ergebnis der Analyse ist bekannt. Der Säugling soll mit durchbohrten Fußgelenken behindert ausgesetzt werden (daher der Name: Ödipus bedeutet Schwellfuß). Durch die indirekte Tötung könnten die Totengeister nicht Rache nehmen und die Behinderung würde eine Rettung verhindern. Alles spricht für diese Lösung. Auch würden die Eltern so ihren Sohn vor dem Schicksal eines Vaternörders bewahren. Die Entscheidung ist eindeutig. Am nächsten Tag (den dritten nach der Geburt) wird der Plan durchgeführt. Mit dem Ergebnis kann man (scheinbar) zufrieden sein, das Ziel jedenfalls wurde erreicht! Laios lebt fortan wieder in Ruhe. Wie die Geschichte weiterging, ist bekannt.

Es ist interessant, daß auch Ödipus zu der selben Problemlösung kommt wie sein Vater Jahre zuvor. Als Ödipus vom selben Orakel die gleiche Auskunft erhält (obwohl er was anderes gefragt hat: wer seine Eltern seien), spielt sich derselbe Prozeß nochmals ab. Er möchte den Mord nicht begehen. Nach seinem Wissen ist dies sein von ihm geliebter, tatsächlicher Ziehvater, König Polybos von Korinth. Auch Ödipus kommt zu der Lösung, daß er weg müsse. So flieht er, ohne Nachricht zu geben, von seinen Zieheltern und seinem Zuhause. Dies erst ermöglichte letztlich die Erfüllung des Orakels.

König Laios behandelt nach dem Beziehungsorientierten Problemlöseansatz

Wie gehabt sitzt König Laios mit seinem Problem bei uns in der Praxis. Nach seiner einleitenden Schilderung fordern wir den König auf, eine Haltung einzunehmen und zu beschreiben, die seinem jetzigen Befinden entspricht. Er wird eine Position einnehmen, die seine Angst vor dem Ermordet werden ausdrückt, z.B. mit der drohenden Person im Rücken, die den Dolch zum Zustoßen erhoben hat. Wir fordern ihn auf, diesen Mörder, von dem er weiß, daß es sein Sohn ist, zu beschreiben. Wie immer auch diese Schilderung sein wird, es wird klar, daß seine Angst und seine Haltung der Bedrohung durch einen Erwachsenen von 18 oder 20 Jahren entspricht. Seine Haltung entspricht also nicht der Realität im Hier und Jetzt. Vielmehr einem imaginierten Ereignis, das frühestens in 18 Jahren eintreten könnte. (Wenn wir annehmen, daß sein Sohn dann volljährig ist und den Thron erben könnte, damit der Mord auch politisch Sinn macht.)

Nun aber ist sein Sohn kein 18 jähriger Mörder sondern ein neugeborenes Baby. So könnten wir die Haltung gegenüber einem Frischgeborenen erarbeiten. Das daraus resultierende Herangehen würde wohl dem mit geöffneten Armen entsprechen, um das Kleine aufzunehmen und sich mit ihm in einer liebevollen Umarmung zu vereinen. So würden sie sich an der gefundenen Vater – Baby Sohn Beziehung erfreuen, z.B. beim Genießen des warmen Wassers beim gemeinsamen Bad oder später beim gemeinsamen Essen – Füttern usw. Diese Form der intimen Beziehung müßte bei Zeiten getrennt werden, gelöst werden, da der Sohn zum Kleinkind heranwächst und z.B. in einen Entwicklungsabschnitt kommt, in dem er seinen Willen erlernen muß, eine Zeit, die man früher wohl als Trotzphase bezeichnet hätte. Und der Vater müßte seine Haltung überprüfen und den neuen Gegebenheiten entsprechend anpassen, gestärkt durch die Erfahrung der gemeinsamen Babyzeit. Dieser Prozeß der gemeinsamen Beziehung würde sich, wie eine Entwicklungsspirale wiederholen und eines Tages wäre sein Sohn tatsächlich 18 Jahre.



Dann könnte er immer noch, diesmal mit dem realen Sohn gegenüber und nicht mit dem vor 18 Jahren als erwachsen phantasierten diesen Prozeß der Beziehungsorientierten Problemlösung durchlaufen. Wobei er um eine achtzehn jährige gemeinsame Erfahrung bereichert ist.

Doch wenn wir uns eine solch entwickelte Vater – Sohn Beziehung vorstellen, will uns das Bild eines heimtückischen Vater - Mörders nicht recht aufkommen. Umso mehr als wir wissen, daß der „reale“ Ödipus, da er seinen (vermeintlich echten) Vater so sehr liebte, diesen nicht töten wollte und dieses unbedingt zu verhindern suchte. Vielmehr scheint nun der Stoff für ein romantisches „Heldenende“ a la Hollywood gegeben. Der Sohn kommt tapfer seinem Vater in größter Not in einer Schlacht zu Hilfe. Diese gewinnen sie gemeinsam zum Wohle des gesamten Volkes. Aber der Vater ist tödlich verwundet und leidet unter unsäglichen Schmerzen. Der Vater wird von seinem Sohn von seinem Leiden erlöst und stirbt in dessen Armen. Nicht ohne vorher noch ein paar berührende Worte voller Liebe an seinen Sohn zu richten, die uns Zuseher alle zu Tränen rühren würden.

Ödipus, der dann wohl einen anderen Namen gehabt hätte, wäre uns so als ganz anderer tragischer Held überliefert.

Das hätte, unabsehbare Folgen gehabt. So wäre z.B. die Psychoanalyse um ihren Lieblingskomplex gekommen.

Das Beziehungsorientierte Problemlösemodell ein - TA Konzept?

Eine ausführliche Darstellung der Verbindung zwischen Beziehungsorientierten Problemlösemodell und den Konzepten der TA (Strukturanalyse, Spielanalyse, Skriptanalyse, Vertragsarbeit etc.) stellt wohl eine eigene Arbeit dar.

Wenn wir die TA im Sinne Erskines (2001) als Weiterentwicklung der Psychoanalyse verstehen, von dem triebmotivierten Subjekt zum bedürfnisorientierten Menschen, so ist es ein kleiner Schritt von der triebgesteuerten Objektbeziehung zur bedürfnismotivierten Beziehungsorientierung, von der ödipal fixierten Objektbeziehung zur Vater - Sohn Beziehung.

Da beziehungsorientiertes Arbeiten ein Wesen der TA ist, handelt es sich bei dem Beziehungsorientierten Problemlösemodell in diesem Sinne nicht um etwas Neues. Vielmehr sehe ich seine Nützlichkeit darin, auf einer konzeptionellen fundierten Basis vertrautes therapeutisches Tun zu erfassen bzw. zu beschreiben. Außerdem öffnet das Modell konzeptionell die Tür für Techniken und Interventionen der Leib – Arbeit auf einer fundierten transaktionsanalytischen Therapie - Basis.

Mag. Rainer Dirnberger
Peter Rosegger Siedlung 16
8151 Steinberg
Austria

Literatur

Clarkson, P. 1996. „Transaktionsanalytische Psychotherapie Grundlagen und Anwendung – Das Handbuch für die Praxis“ Herder, Freiburg.

Dirnberger, R. 1995. „Vertragscheckliste – Änderungsvertrag“ in Transaktionsanalytische Psychotherapie, Heft00, 1.Jg. S.27-31.



Dirnberger, R. 1998. „Kampfkunst (Aikido) – Psychotherapie (Transaktionsanalyse)“ in Transaktionsanalyse in Theorie und Anwendung, Gesammelte Schriften herausgegeben vom Institut für Transaktionsanalytische Psychotherapie ITAP.

Dirnberger, R. 2000. „Psychotherapie und Kampfkunst: Teil1 Transaktionsanalyse und Aikido“ in Zeitschrift für Transaktions- Analyse in Theorie und Praxis 1-2/2000 17.Jg. Junfermann: Paderborn S. 39-57.

English, F. u. Wonneberger, K.-D. 1992. „Wenn Verzweiflung zur Gewalt wird...Gewalttaten und ihre verborgenen Usachen“ Junfermann, Paderborn.

Erskine, R. 2001. Mündl. Mitteilung beim Vortrag am 26. EATA Kongreß in Wien.

Hennig, G. u. Pelz G. 1997. „Transaktionsanalyse Lehrbuch für Therapie und Beratung“ Herder, Freiburg

Hunger, H. 1979. „Lexikon der griechischen und römischen Mythologie.

Rüttinger, R. u. Kruppa, R. 1988. „Übungen zur Transaktionsanalyse“ Windmühle, Hamburg.

Schlegel, L. 1993. „Handwörterbuch der Transaktionsanalyse Sämtliche Begriffe der TA praxisnah erklärt“ Herder. Freiburg.

Schmidbauer, W. 2001. „Mythos und Psychologie“ Königsfurt, Krummwisch bei Kiel.

Schwab, G. 1974. „Sagen des klassischen Altertums“ Ueberreuter, Wien.

Stewart, I. 1991. „Transaktionsanalyse in der Beratung Grundlagen und Praxis transaktionsanalytischer Beratungsarbeit“ Junfermann, Paderborn.

Van Quekelberghe, R. 1979. „Systematik der Psychotherapie Vergleich und kognitiv-psychologische Grundlegung psychologischer Therapien“ Urban u. Schwarzenberg, München.