

# TA - Leiblichkeit - Ich-Zustände

Die vorliegende Arbeit stellt einen ersten Entwurf einer theoretischen Konzeption zur Integration des Phänomens der Leiblichkeit in die TA dar. Die Konzeption ist in Entwicklung, dieser Artikel also zur Anregung und Diskussion gedacht, mit der Perspektive, einen Brückenschlag zu Körpertherapien zu bilden und psychosomatische und somatopsychische Konzepte besser in der TA zu verankern.

Der Mangel an konzeptionellen Vorstellungen der TA für körperliche Ausdrucksweisen und Phänomene wird z.B. dadurch deutlich, dass in den (ansonsten sehr guten) jüngsten TA Lehrbüchern (Hennig & Pelz, 1997, Clarkson, 1996) Begriffe wie Körper, Leib, Psychosomatik nicht oder kaum Erwähnung finden.

## 1 Begriffsklärung

Im Folgenden unterscheide ich zwischen Körper und Leib, und zwar ganz im Sinne von Dürckheim (1985) als „der Leib, der man IST, im Gegensatz zu dem Körper, den man HAT“. Dieser Unterschied ist individuell erlebbar und trägt den verschiedenen Phänomenen bei der Betrachtung der menschlichen Physis Rechnung.

Vom Begriff Leib sind sowohl Substantiv (Leib, Leiblichkeit) und Adjektiv (leiblich) geläufig. Anders ist der Sachverhalt beim Verb. Es gibt keinen deutschen Begriff wie „leiben“ und die Kreierung eines solchen Wortes halte ich für wenig sinnvoll. Ich werde daher als Verb für Leib, um das Tun begrifflich auszudrücken, die Wortkombination LEIB-ERLEBEN bzw. Leiberleben im folgenden verwenden.

## 2 Leib versus Körper

Ich werde hier keine theoretische Erörterung des Leibkonzeptes per se darlegen, sondern darf hierfür auf die reichhaltige Literatur (vor allem bei den diversen Körpertherapieformen und den reichhaltigen Publikationen von Graf Dürckheim und H. Petzold) verweisen.

Ebenso wird hier nicht weiter die Leib - Seele Problematik diskutiert, dies vor allem, da mit dem unten vorgestellten Modell „Mensch als lebendes System“ ein möglicher Ausweg aus dem Dilemma resultieren kann.

Es sei daher lediglich kurz die Frage Körper oder Leib angesprochen. Die Formulierung dieser Frage suggeriert bereits das traditionelle Entweder-Oder Denken in dieser Causa. Für den Psychotherapeuten jedoch müsste die Frage sinnvoller Weise lauten: „wann Körper und wann Leib“. Wenn wir Körper - Leib und Psyche als Subsysteme des Menschen (siehe Seite 3 Punkt 4 Das System Mensch als lebendiges Wesen) auffassen, die zu bestimmten Zeiten unterschiedliche Behandlungsstrategien und Interventionsschwerpunkte bedingen, wird aus dem

Entweder-Oder ein Sowohl als Auch. Die Frage der Erklärungs- und Behandlungsebene, des Bezugssystems, in und mit dem gearbeitet werden soll, wird flexibel, abhängig von zeitlichen und situativen Kontextvariablen beantwortet.

Als Illustrationsbeispiel zur besseren Transparenz des Gesagten soll uns ein Schienbeinbruch dienen. Für den ersten Behandlungsschritt, einer Operation, wird das Körperkonzept das adäquate sein. Der Patient kann seinen Fuß dem Chirurgen überantworten, der die Basis für eine Heilung mittels der Operation schafft. Im zweiten Behandlungsschritt, der Rehabilitation etwa mittels Physiotherapie, wird es sinnvoll sein, das Leibkonzept anzuwenden. Der verletzte Fuß ist nunmehr Teil des Leibes, des Ich, und unterliegt der Eigenverantwortung und Selbstsensibilität des Klienten für seine (des Fußes) „Bedürfnisse“ zur Heilung. Dann kann in Kooperation mit den behandelnden Ärzten und Physiotherapeuten die Genesung erfolgreich verwirklicht werden. In einem weiteren (anschließenden oder parallelen) Behandlungssegment können auf der psychologischen Ebene traumatisierende Effekte behandelt werden, die gewinnbringendsten Lernerfahrungen aus dem Unfallereignis reflektiert werden und entwicklungshemmende Vermeidungsstrategien vorgebeugt werden.

### 3 Leib und Ich-Zustand

Um die Konzeption „Leib“ in die TA zu integrieren, schlage ich eine Erweiterung der klassischen Definition eines Ich-Zustandes von Berne (1983, S.26) vor: Ein Ich-Zustand ist ein kohärentes System von Gedanken, Gefühlen und Leiberleben die durch entsprechendes Verhalten zum Ausdruck gebracht werden.

Bereits auf dieser allgemeinen Beschreibungsebene vom Ich-Zustand als System von Denken/Verhalten/Fühlen/Leiberleben ergeben sich therapierelevante Implikationen.

Die Erweiterung der Vorstellung von einem Ich-Zustand als Zusammengehörendes System von Verhalten/Denk/Fühl Und Leib-Erlebensweisen, ergibt praktisch die Konsequenz, dass wir das Leiberleben ganz im Sinne von Paul Ware (1992) als „therapeutische Türe“ auffassen können. Das Leiberleben kann die „OFFENE TÜRE“ sein, durch die der therapeutische Zugang zum Klienten möglich ist, etwa mittels Körpermethoden, es kann die „FALLTÜR“ sein, durch die unter Umständen eine Verstärkung der Symptomatik erfolgt, oder aber auch die „ZIELTÜR“ für die Therapie darstellen.

Neben dieser allgemeinen Erweiterung lassen sich möglicherweise auch ganz spezifische klinische Bilder in Bezug auf die „therapeutischen Türen“ beschreiben, wie Ware (1992) dies für verschiedene Persönlichkeitsstörungen darlegt. Ich denke dabei vor allem an die so genannten psychosomatischen Erkrankungen.

### 3.1 Fallbeispiel

(Das Fallbeispiel stammt aus der Bandsupervision einer Prüfungskandidatin.)

Eine Klientin mittleren Alters mit vorwiegend hysterischen Persönlichkeitszügen begibt sich in Therapie, da sie unter der symbiotischen Beziehung zu ihrer Mutter leidet. Der Therapeutin gelingt es (siehe Ware, 1992) über die offene Tür des Fühlens und der Zieltür des Denkens der Klientin erste Schritte aus der Symbiose zu ermöglichen, was bei der Mutter zu Gegenmaßnahmen führt. Der aktuelle Anlass nun ist, dass sich die Klientin vor einem Treffen mit der Mutter am nächsten Wochenende fürchtet. Beim Verbalisieren der Befürchtungsphantasien macht die Klientin eine flüchtige Armbewegung (in Form des Stützens der Hand in die Hüfte). Die Therapeutin lässt sie die Bewegung bewusst wiederholen und im Rollenspiel mit Partner ausprobieren, um deren mögliche Bedeutung herauszuarbeiten. Tatsächlich resultiert aus der Arbeit eine konkrete Verhaltensmöglichkeit, mittels derer die Klientin sich vor den körperlichen Grenzüberschreitungen der Mutter schützen kann ohne ihrerseits die Grenzen der Mutter zu verletzen. Dies führte zur ersten entspannten angenehmen Begegnung mit der Mutter seit vielen Jahren.

Die Therapeutin hat in der Bewegung eine Leibäußerung als Zieltür erkannt, dem das leibliche Unbehagen der symbiotischen Begegnung zugrunde lag und der auf dieser Ebene eine Lösung ermöglichte.

Anhand dieses Beispiels sehen wir, dass in dieser Arbeit nicht etwas praktisch völlig Neues vorgestellt wird, sondern dass durch die „neue“ Begrifflichkeit theoretisch fundiert wird, was wir TA Therapeuten ohnehin tun.

Bevor eine weitere Differenzierung der Betrachtungsweise der Ich-Zustände versucht wird, werde ich einen Vorschlag für eine mögliche Betrachtungsweise des Systems Ich-Zustand in Verbindung mit dem System Mensch darlegen.

Dieses Unterfangen erfolgt in der Absicht einer Vorstellungshilfe, ist also als pragmatisches Modell gedacht und weder als vollständige noch als „wirkliche“ oder einzig mögliche Beschreibung des Systems Mensch konzipiert.

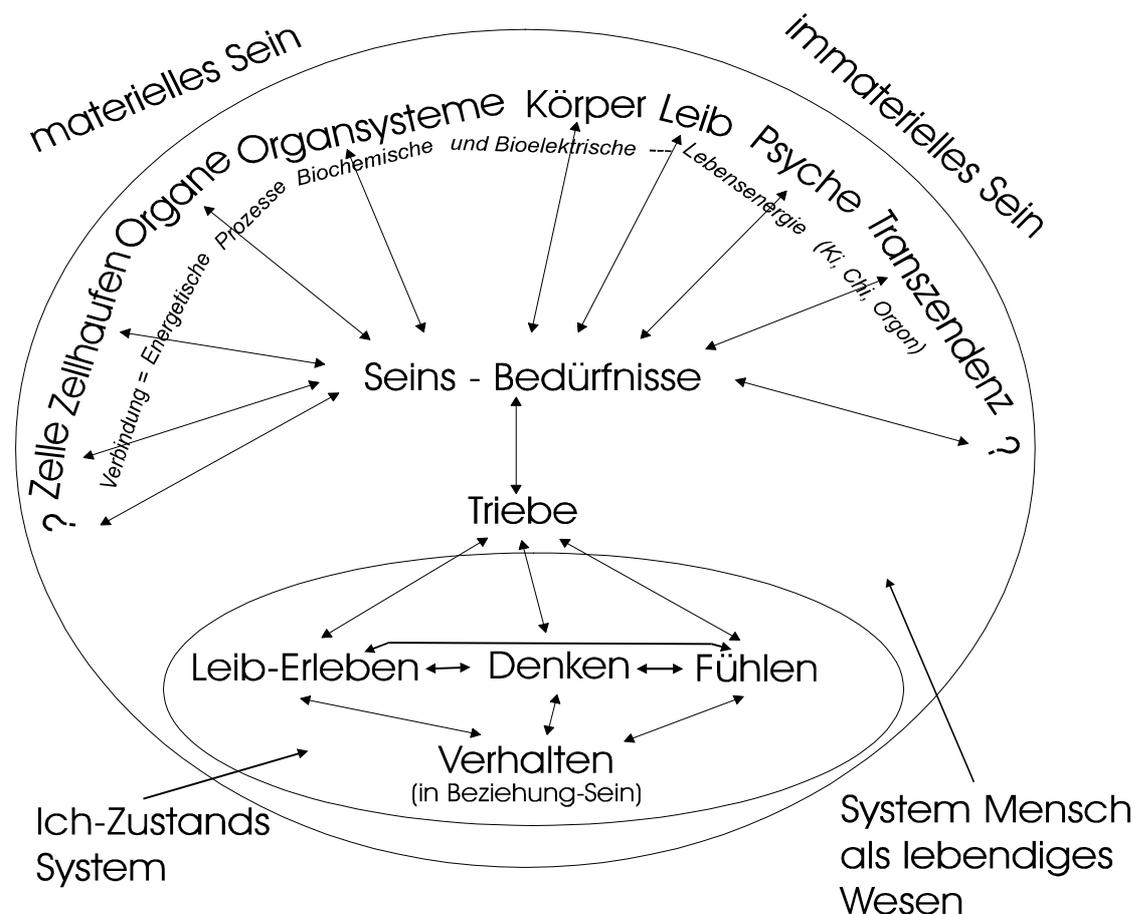
## 4 Das System Mensch als lebendiges Wesen

Im Unterschied zur historischen Entwicklung der Ich-Zustandskonzeption von Berne, in der von klinisch beobachteten Einzelphänomenen auf das Gesamtmodell geschlossen wurde, soll hier der umgekehrte Weg beschritten werden. Es soll von einer Allgemeinkonzeption auf Detailaspekte geschlossen werden.

Als Neuheit wird die Idee der Leiblichkeit als zusätzliche Wesensqualität der Ich-Zustandsdefinition hinzugefügt.

Abbildung 1 Lebendes System Mensch zeigt einen Vorschlag, wie verschiedene Teilaspekte des Menschen in Wechselwirkung zueinander stehen. Dabei versinnbildlichen die in beide Richtungen gehenden Pfeile den ständigen Rückkoppelungsprozess, der als ein Wesensmerkmal des lebenden Systems Mensch als nichtlineares komplexes System gilt.

Abbildung 1 Lebendes System Mensch



#### 4.1 Erläuterungen zu Abb. 1

Die hier angeführten Subsysteme des Systems Mensch als lebendiges Wesen sind weder eine erschöpfende noch eine ausschließlich mögliche Aufzählung möglicher Subsysteme. Die Betonung der notwendigen Lebendigkeit des Menschen verdeutlicht, dass dies eine Wesensvoraussetzung ist, die alle Subsysteme umfasst, da sich ihre Beziehungen und Wesensarten in grundlegenden Merkmalen zu einer Leiche unterscheiden. Ohne hier näher auf den Unterschied einzugehen, sei Lebendigkeit als obligatorisches Charakteristikum nochmals ausdrücklich festgehalten.

Die Fragezeichen an den jeweiligen Enden der Aufzählung der Subsysteme von Zelle bis Transzendenz sollen verdeutlichen, dass in beide Richtungen weitere Subbereiche des Systems Mensch denkbar sind. (Kleinere Einheiten als die Zelle sind in Form von Molekülen und TA Atomen ohnehin bekannt). Ebenso kann sowohl zwischen als auch innerhalb der angeführten Systembereiche beliebig weitere Differenzierungen vorgenommen werden.

Da die Begriffe, wie ich denke, hinlänglich verständlich sind, möchte ich hier nur auf die mögliche Ausnahme, den Begriff Transzendenz kurz eingehen. Statt Transzendenz hätte ich auch Geist, Seele, höheres Bewusstsein, Göttlichkeit oder

ähnliches verwenden können. Tatsächlich ist dieser Bereich derjenige, über den das wenigste wissenschaftliche Wissen vorliegt. Man könnte ihn als jenes Feld bezeichnen, das die (moderne) Psychologie ausspart und die Religionen mit mystischen Fabeln verklären. Dennoch (obwohl wir so wenig fundiert über ihn Aussagen können), halte ich ihn für einen zutiefst menschlichen (als Wesensbeschreibung, nicht als Unterscheidungskriterium zu anderen Lebensformen verstanden). Vielleicht lässt sich dieser Aspekt am besten dadurch charakterisieren, wenn wir ihn als jenen verstehen, der die Sinnfrage nach unserer Existenz stellt.

Die kreisförmige Anordnung soll versinnbildlichen, dass die Systeme nicht als hierarchisch geordnetes System verstanden werden soll, sondern als gleichwertige Subsysteme nebeneinander stehen. Je nachdem auf welcher Systemebene ich Phänomene betrachte werde ich zu unterschiedlichen Ergebnissen kommen. Der Umstand, dass die Subsysteme in Wechselwirkung stehen, soll nicht bedeuten, dass eines dem anderen unter oder übergeordnet ist, wiewohl jedoch ihre jeweiligen Einflüsse auf das Gesamtsystem sehr unterschiedlich sein können.

Zur Verdeutlichung des eben gesagten sei hier kurz der Traum in seinen unterschiedlichen Betrachtungsmöglichkeiten als Illustrationsbeispiel angeführt.

Traumbeispiel:

Wie stellen wir uns den Traum als ubiquitäres menschliches Phänomen vor:

Auf der Zellulären Ebene (Zelle, Zellhaufen) stellt der Traum einen elektromagnetischen Potentialwechsel dar.

Auf Organischer Ebene (Organ, Organsystem) können wir den Traum als Abfallprodukt der Organtätigkeit beschreiben.

Auf einer Körper und Leibebene können wir den Traum als „Hüter des Schlafes“ erleben, als Funktion des Ruhetriebes, der vor externen Wahrnehmungen (z.B. Wecker) oder anderen Organbedürfnissen (z.B. Harndrang) den Schlaf dadurch schützt, dass er sie im Traum einbaut und einer scheinbaren Befriedigung zuzuführen sucht.

Auf der psychischen Ebene beschreiben wir den Traum als vielschichtigen Erlebnis und Verarbeitungsweg, als Ergänzung und/oder Alternative zum Wachbewusstsein, auch als Verarbeitungs- und Ausdrucksfunktion des Unbewussten. Auf dieser Ebene beschäftigen wir uns als Therapeuten mit dem Traum.

Auf der Transzendenz Ebene wird der Traum als Zugang zu „höheren“ Bewusstseinsebenen, Fähigkeiten (z.B. Zukunftstraum) oder Wesenheiten (z.B. Gottheiten) betrachtet.

Aus meiner Sicht macht es wenig Sinn, eine Beschreibung auf einer Ebene heranzuziehen, um auf einer anderen Ebene zu argumentieren. z.B. die Erfahrung, dass durch wiederholtes Träumen eines Toilettenbesuches der Schlaf verlängert wurde, ein Traum keine psychologische Aussage haben kann. Unterschiedliche Betrachtungsweisen können somit durchaus auf ihrer Ebene und für das Gesamtsystem Sinn machen und sollten in erster Linie darauf bewertet werden.

Ich denke dass es ziel führend ist, sich vorzustellen, dass jedes System das Bedürfnis hat zu sein, sich in seiner Lebendigkeit auszudrücken und zu erhalten.

Auch hier schlage ich anstelle der traditionellen Sichtweise einer Bedürfnishierarchie (als Basis die Grundbedürfnisse und übergeordnet die komplexen Bedürfnisse) ein nebeneinander vor, als Ausdruck der jeweiligen Subsysteme zu einem entsprechenden Entwicklungs- und Erlebniszeitpunkts.

Als Verbindung zwischen den Seins Bedürfnissen und dem Ich-Zustands System bzw. den Ausdrucksfaszeten „Leiberleben“, „Denken“ und „Fühlen“ (die im Verhalten, also im Beziehung Sein zu Anderen und der Umwelt sich ausdrücken) habe ich die Triebe explizit angenommen. Dies, da ich denke, dass die TA mit der Theorie der drei Basistriebe nach Fanita English (z.B.1992) sowohl für die Theorie als auch für die Praxis eine wertvolle Modellvorstellung hat.

Als Verbindung zwischen den Subsystemen werden energetische Prozesse angenommen (graphisch durch Pfeile in beide Richtungen symbolisiert). Wie bei dem Begriff Transzendenz so ist auch der Begriff Lebensenergie (oder psychische

Energie, Triebenergie, Besetzungsenergie, Ki, Ch'i, Orgon etc.) wissenschaftlich umstritten und wenig belegt im Vergleich zu biochemischer - und bioelektrischer Energie. Dennoch ist es eine in der Praxis oft bewährte Modellvorstellung und möglicherweise auch ein Wesensmerkmal unseres Seins.

## 5 Leib-Erleben und Ich - Zustandsmodelle

Wie bereits eingangs erwähnt, würde es sowohl den Fokus als auch den Rahmen dieser Arbeit sprengen, die verschiedensten derzeit in der TA gebräuchlichen Ich-Zustandsmodelle zu diskutieren. Darüber hinaus sind die Implikationen, die sich aus der hier vorgeschlagenen Definitionserweiterung des Ich-Zustandes ergeben noch weiter zu bedenken und erforschen.

Die im Folgenden dargelegten Überlegungen verstehen sich als ein erster Diskussionsbeitrag. Sollten die Erwägungen zu den Ich-Zustandsmodellen beim Leser auf Ablehnung stoßen, so möge damit nicht zwangsläufig die Grundidee dieser Arbeit, die Erweiterung des Ich-Zustandsbegriffes um das Leib-Erleben, auch verworfen werden.

Obwohl ich der Ansicht bin, dass der Begriff Ich-Zustand äußerst untreffend ist wegen seiner statischen Formulierung (wie Schlegel, 1992 erwähnt kann ein „Zustand“ schwerlich ein „Verhalten“ implizieren) und ich der Überzeugung bin, dass Ich-System die semantisch treffendere Bezeichnung darstellt, werde ich wie bisher auch im folgenden die gebräuchliche Formulierung beibehalten. Lediglich wo ich den systemischen Aspekt der Ich-Zustände für besonders bedeutsam, halte werde ich wie bisher darauf ausdrücklich hinweisen.

Allen Ich-Zustandsmodellen gemeinsam ist die Basisdifferenzierung in drei Ich-Zustandsklaster, die traditionell als Eltern Ich, Erwachsenen -Ich und Kind-Ich bezeichnet werden. Meines Wissens rechtfertigt sich diese Dreiteilung nicht aufgrund empirischer Untersuchungsergebnisse, sondern aus pragmatischen, phänomenologischen und praktischen Erwägungen.

1. Pragmatische Erwägungen: Die Geschichte und Entwicklung der Transaktionsanalyse kann durchaus als Erfolgsgeschichte der Sinnhaftigkeit dieser Dreiteilung der Ich-Zustände als pragmatisches Denkmodell und Handlungsinstrumentarium in der psychotherapeutischen Arbeit angesehen werden. Dass die Vorstellungen eines „inneren Kindes“ und „innerer Eltern“ therapeutisch nützliche Annahmen sind, ist nicht ausschließlich TA Gedankengut. Das Verdienst der TA ist es, diese beiden Vorstellungen konzeptionalisiert zu haben.
2. Phänomenologische Erwägungen: Eltern-Ich, Erwachsenen -Ich und Kind-Ich Zustände sind sowohl in der individuellen Selbstwahrnehmung erlebbare -, als auch in der Fremdbeobachtung erkennbare und unterscheidbare zugängliche Phänomene.
3. Praktische Erwägungen: Sowohl Kindhaftigkeit und Elternhaftigkeit als auch So-Sein wie seine Eltern und das Kind im Erwachsenen (sprichwörtlich „im Manne“) sind umgangssprachlich in verschiedensten Ausformungen geläufige

Formulierungen, um im Alltag entsprechende Phänomene zu bezeichnen.

Wie Charlotte Christoph-Lemke (1997) und Hennig und Pelz (1997) tendiere ich dazu, zumindest vier Ich-Zustands Hauptmodelle, die in der TA verwendet werden, zu sehen. Allerdings fokussiere ich diese in manchen Aspekten etwas anders. Gehen obige Autoren von der vierstufigen Ich-Zustands-Diagnose von Berne aus, so resultieren meine Überlegungen eher aus der Analyse der gebräuchlichsten TA-Modelle, bei denen Ich-Zustände Verwendung finden.

### Die vier Ich-Zustandsmodelle

Eine kurze Beschreibung der vier Modelle findet sich im Anhang zu der Arbeit!

1. Das historische oder Ursprungsmodell, bei dem der Betrachtungsschwerpunkt auf dem geschichtlichen Hintergrund bzw. dem geworden Sein der Ich-Zustände und ihrem Einfluss auf die Gegenwart liegt.
2. Das Qualitäten- oder Funktionsmodell, bei dem die verschiedenen Erlebnis- und Ausdrucksqualitäten der Ich-Zustände fokussiert werden.
3. Das Bedürfnismodell, bei dem der Fokus auf dem verschiedenen Ausdrücken von Bedürfnissen durch die Ich-Zustände liegt.
4. Das Beziehungsmodell, bei dem über die Kommunikationsanalyse der beteiligten Ich-Zustände die Beziehungsstruktur, das System in dem die Personen zueinander und miteinander sind, analysiert wird.

### Der Leib im historischen Modell

Wie Denken, Verhalten und Fühlen kann das Leiberleben, wenn es nicht dem jüngsten Entwicklungsstand entspricht auf ein regressives historisches Resultat früherer Lern- und Verarbeitungsprozesse (K) zurückgeführt werden, oder eine Übernahme von einer historischen Person aus der Lebensgeschichte des Individuums (EL) sein. Die therapeutischen Implikationen bleiben dieselben wie bisher, das therapeutische Repertoire erweitert sich um Körper- und Leibmethoden.

### Leib-Erleben im Qualitätenmodell

Wie das Denken und Fühlen hat auch das Leiberleben in jedem Ich-Zustand eine unterschiedliche qualitative Erlebnisbedeutung. Mag es im ER dem Denken deutlich untergeordnet sein, so kann man es möglicherweise als das Kriterium für das freie Kind sehen. Ob solche Unterscheidungen auf einer generellen abstrakten Ebene getroffen werden können, oder die jeweils individuelle Bedeutsamkeit ausschließlich am Einzelfall festgemacht werden kann, kann ich zum gegenwärtigen Zeitpunkt nicht beantworten.

### Leib-Erleben im Bedürfnismodell

Über die Bedeutungen und Auswirkungen der verschiedenen Fühlweisen und der Entwicklung von Ersatzgefühlen sowie der verschiedenen Denkstrategien zur Bedürfnisbefriedigung und möglichen Ausbildung von Ersatzbedürfnissen wissen wir bereits einiges. Über die Rolle des Leiberlebens haben wir zumindest in der TA kaum ausgearbeitete Konzepte, obwohl ich denke, dass vor allem bei Wirksamwerden von K1 Leibphänomene eine tragende Bedeutung haben. Wenn wir uns die drei Basisreaktionen auf Panik- Flucht- Angriff- Tot stellen vergegenwärtigen,

so sind diese dem Leiberleben möglicherweise unmittelbarer zugänglich als die Gedanken und Fühlweisen in diesen Augenblicken. Das Leiberleben wäre dann die therapeutische Tür (siehe oben).

### Leib-Erleben im Beziehungsmodell

Das Leib-Erleben ist hier, auf Basis des der Betrachtungsweise zugrunde liegenden Modells, auf die Begegnung, die Beziehung zum anderen fokussiert. Dieser Aspekt kann der theoretische Ausgangspunkt für verschiedenste Leibübungen und Leibarbeiten sein, wie ich es beispielsweise für eine Kombination in der Psychotherapie mit Elementen der Kampfkunst AIKIDO am ersten Weltkongress für Psychotherapie in Wien (Dimberger, 1996) vorgestellt habe.

## **6 Anmerkung zum praktischen Umgang mit Modellen**

Ich werde hier weder eine wissenschaftstheoretische Erörterung des Gebrauchs psychologischer Modelle über Empirismus und Pragmatismus oder den Wert narrativer Wahrheit gegenüber experimenteller Falsifikation oder Verifikation schreiben. Diese Themen sind sicherlich nahe liegend, wenn man (wieder einmal) von einem neuem Modell liest, wie ich es (meines Wissens nach) mit dem Modell des Systems lebender Mensch oben vorgestellt habe, oder wenn man sich der Vielzahl der Ich-Zustandsmodelle gegenüber sieht. Ich möchte daher an den Abschluss dieser Arbeit kurz ein „Bild“ stellen, das dem Verständnis für psychologische Modelle hilfreich sein kann.

Als Bild können uns optische Linsen, wie Brillen, Lupen oder Ferngläsern dienen. Jeder dieser Sehbehelfe dient zur besseren, differenzierteren Wahrnehmung und erfüllt diesen Zweck auch in seinem jeweiligen Anwendungsbereich. So wie eine Lupe ungeeignet ist, um Sterne zu entdecken, so kann mit einem Fernglas keine Zellstruktur erkannt werden. Aussagen mit einem Fernrohr über die Zellebene werden keinen Sinn machen. Ebenso wird es keinen wundern, dass man, betrachtet man durch alle drei ein und denselben Menschen, zu drei gänzlich verschiedenen Beobachtungsergebnissen gelangen wird. Darüber hinaus bedingt jedes der optischen Gläser von vornherein, was ich dadurch überhaupt sehen werde. D.h. die Wahl der Methode definiert auch schon die möglichen Ergebnisse unter gleichzeitigem Ausschluss anderer Möglichkeiten.

Ich halte es für wichtig, beim Arbeiten mit psychologischen Modellen (wie etwa mit den verschiedenen Ich-Zustandsmodellen) sich diese Parallelität in ihrer vollen Tragweite immer wieder zu vergegenwärtigen.

## **7 Literatur**

Berne, E. 1983. „Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens. Fischer: Frankfurt am Main.

Clarkson, P. 1996. „Transaktionsanalytische Psychotherapie, Grundlagen und

Anwendungen - Das Handbuch für die Praxis“. Herder: Freiburg.

Dimberger, R. 1996. „Psychotherapie und Kampfkünste am Beispiel von Transaktionsanalyse und Aikido“. Vortrag am ersten Weltkongress für Psychotherapie vom 30. Juni bis 4. Juli in Wien.

Dürckheim, K. Graf von. 1985. „Vom Leib der man ist in pragmatischer und initiatischer Sicht“ in H. Petzold „Psychotherapie und Körperdynamik“ 5.Aufl. Jungfermann: Paderborn.

English, F. & Wonneberger, K-D. 1992. „Wenn Verzweiflung zu Gewalt Wird... Gewalttaten und ihre verborgenen Ursachen“. Jungfermann: Paderborn.

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

Schlegel, L. 1992. „Überblick über das Modell der Ich-Zustände nach Berne“. Zeitschrift für Transaktions Analyse in Theorie und Praxis, Jg.9, Nr. 2-3, S. 33-58

Ware, P. 1992 „Anpassungen der Persönlichkeit (Türen zur Therapie)“. Zeitschrift für Transaktions Analyse in Theorie und Praxis, Jg.9, Nr. 4, S. 183-198

## 8 Anhang

### Das historische Modell (Ursprungsmodell)

Unter der Bezeichnung Ursprungsmodell werden im Wesentlichen die Phänomene bzw. Inhalte des Strukturmodelles, wie es in der gängigen TA Literatur noch meistens genannt wird, beschrieben. Wir werden aber sehen, dass nicht alle abgeleiteten Modelle, die normalerweise dem Strukturmodell zugeordnet werden, tatsächlich hier herein fallen, zumindest nicht ausschließlich.

Die Bezeichnung Ursprungsmodell ist insofern treffend, als sich dieses Modell auf den historischen Hintergrund der Ich-Zustände bezieht.

### Das Eltern-Ich

#### Definition

Das Eltern-Ich im Ursprungsmodell ist definiert als Summe aller Ich-Zustände, die von anderen Personen übernommen wurden.

Psychologische Begriffe, die dieses Erwerben ursprünglich fremder Ich-Zustände beschreiben, wären z.B. Identifikation, Introjektion, Modellernen. Gemeint ist ganz im Sinne Bernes das gleichsam „Schlucken“ und unverdaute Einverleiben ganzer Sequenz aus Verhalten/Denken/Fühlen/Leib-Erleben als eins zu eins Übernahme des Vorbildes. Selbstverständlich gilt dies unter Berücksichtigung der psychologischen Wirklichkeit, d.h. der Ich-Zustand wird so übernommen, wie ihn das Individuum wahrnimmt, was nicht zwangsläufig so zu sein hat, wie er tatsächlich bei der Ursprungsperson ist.

Ist jemand also z.B. in einem Eltern Ich-Zustand (der vielen) seines Vaters, so verhält/denkt/fühlt/leiberlebt er sich genau so, wie sein Vater dies getan hat, richtiger, wie er bei der Übernahme des Vater Introjekts diesen wahrgenommen hat.

#### Wirkung dieses Ich-Zustandes

Es ist sinnvoll, davon auszugehen, dass jeder Mensch die Fähigkeit hat, einen Eltern Ich-Zustand auszubilden und dies auch tatsächlich tut, wobei der Vorgang in der Regel unbewusst vollzogen wird. Vermutlich ist es der Realität am nächsten, wenn wir annehmen, dass diese Fähigkeit spätestens bei der Geburt, eventuell bereits bei der psychischen Geburt vorhanden ist. (Diese Annahme gilt meines Erachtens für alle Ich-Zustände und wird an den entsprechenden Stellen nicht nochmals erwähnt!)

Das bedeutet, jeder Mensch hat eine ganze Reihe von Kind Ich-Zuständen, Erwachsenen Ich-Zuständen und Eltern Ich-Zuständen von verschiedensten Personen, die auf ihn und seine Entwicklung Einfluss hatten und haben als Reservoir möglicher (Re)Aktionsweisen gespeichert zur Verfügung.

Dieser Umstand gibt noch keinerlei Auskunft darüber, ob ein konkreter Inhalt für das Individuum positiv, entwicklungsfördernd oder destruktiv entwicklungshemmend oder pathologisch ist. Generell können wir aussagen, dass gespeicherte Inhalte im Normalfall unbewusst sind, relativ veränderungsresistent und nicht von selbst (aus dem Eltern Ich heraus) auf Aktualität und Nützlichkeit überprüft und korrigiert werden.

Letzteres erfolgt in der Regel nur unter psychischem Energie bzw. Arbeitsaufwand.

Weitere Kennzeichen sind ein sehr schnelles Abrufen und damit Reagieren unter großer Zielsicherheit (wegen der Nichthinterfragung des Ich-Zustandes) und innerer Gewissheit, was wie zu tun sei. Das gilt für das Abrufen der Eltern Ich Sequenz, nicht zwangsläufig für deren konkreten Inhalt.

Dass sich daraus Probleme bei destruktiven Introjekten, Möglichkeiten und Chancen für positive Introjekte ergeben ist selbstredend.

Wenn wir den Eltern Ich-Zustand in diesem Sinne als Fähigkeit (zu lernen) betrachten, erübrigt sich die Frage, ob er per se als pathologisch anzusehen sei. Eine Fähigkeit ist prinzipiell eine neutrale Sache, es hängt immer davon ab, was ich aus ihr mache, wozu ich sie nütze.

### Historisches Erbe Eltern-Ich

Auf einer sozialen Ebene betrachtet, kann das Eltern-Ich als Motor effizientester Sozialisation betrachtet werden. Wie kann die Gewähr auf Einbindung in das Sozialgefüge und die Tradierung kultureller Werte, Normen und Riten besser tradiert werden, als durch psychisches Einverleiben der Inhalte in das Eltern-Ich.

Es ist gleichsam eine sichere und effiziente Weitergabe des Erbes der Vorfahren, denn mit dem Eltern Ich meiner Eltern „schlucke“ ich ja deren Eltern, meine Großeltern und mit deren Eltern Ich deren und so weiter (siehe Anhang Abb.2).

Dass dieses Erbe Ressource und Last sein kann steht auf einem anderen Blatt.

(Meines Erachtens stellt dies nicht nur die Basis für das kulturelle Skript dar, sondern auch eine schöne Übersetzung bzw. Verbindung zu den Arbeiten und Beschreibungen der Phänomene des Kollektiven Unbewussten und der damit verbundenen Modelle aus der Analytischen Psychologie und Psychotherapie zur TA dar.)

## Das Erwachsenen Ich

### Definition

Unter dem Erwachsenen Ich-Zustand summieren wir alle Ich-Zustände, die dem jeweils zeitlich aktuellen altersgemäßen Entwicklungszustand entsprechen. Wir können also sagen, dass eine Person, wenn sie (in der Regel bewusst) aus dem Repertoire ihrer vollen Möglichkeiten schöpft, die sie zum gegenwärtigen Zeitpunkt (im Hier und Jetzt) hat, sich im Erwachsenen Ich-Zustand befindet.

Beschreibungen für diesen Vorgang sind Analysieren, Lernen durch Überlegung und Einsicht. Im ER sein muss nicht zwangsläufig bedeuten, situationsadäquat zu reagieren, da diese entsprechenden Verhaltens/Denk/Fühl und Leib-Erlebensweisen noch nicht erlernt worden sein können.

Philosophisch können wir uns das Erwachsenen Ich als bewusste Integration in Ethos, Logos und Pathos differenziert vorstellen.

### Wirkung dieses Ich-Zustandes

Im Gegensatz zu dem zuvor beschriebenen Eltern Ich-Zustand, der der Archivierung intraindividuellen Verhaltens/Denkens/Fühlens/Leiberlebens dient, ist das Erwachsenen Ich geprägt durch die Fähigkeit, bewusst zu lernen, sich zu entwickeln und zu wachsen. Erwachsenen Ich ist also immer dann gefragt, wenn es gilt, sich auf eine neue Situation einzustellen, sich dieser anzupassen bzw. in dieser zu bestehen. Es ist also gleichsam die Antithese zur (Re)Aktion aus der Tradition (des Eltern-Ich oder Kind-Ich).

## Das Kindheits-Ich

### Definition

Unter Kindheits- Ich summieren wir alle jene Ich-Zustände, die historisch gesehen zu einem früheren Zeitpunkt (als heute) einer Person zur Verfügung standen. Dies sind einerseits alle vergangenen Eltern -Ich und Erwachsenen-Ich Zustände, andererseits alle Verhalten/Denk/Fühl/Leiberlebens-Weisen, die ich in der (jeweiligen historischen) Gegenwart lebe, aber einem zurückliegenden Entwicklungsstand entsprechen.

Das Kind Ich ist das historische Archiv (der Ich-Zustände) jedes Menschen. Das bedeutet, daß neben dem „Traditionellen Archiv“ (Eltern Ich) es das „private Archiv“ (Kind-Ich) gilt, wobei beide letztendlich bei jedem Menschen individuell sind.

### Wirkung dieses Ich-Zustandes

Das heißt, das Kindheits- Ich stellt unsere Fähigkeit dar, vergangene Verhalten/Denk/Fühl/Leiberleben Weisen eins zu eins zu reproduzieren, sprich die Fähigkeit zur Regression. Dies ist gleichsam die psychologische

Fähigkeit zur „Zeitreise“ indem Vergangenheit zur Gegenwart gemacht wird.

Das enorme Potential dieser Fähigkeit (das wir uns in der Psychotherapie zunutze machen) liegt in den Veränderungs- und Heilungschancen, indem traumatische Erlebensbedingungen, die zu ungewollten Entwicklungen geführt haben, in einem späteren Entwicklungsstadium und unter anderen Umweltbedingungen durch Regression ein verändertes Neuerleben ermöglicht.

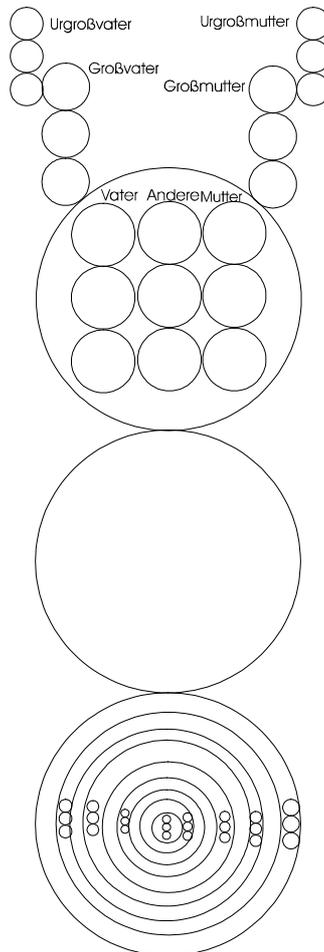
Das heißt, zu den vorhandenen positiven Ressourcen des Eltern Ich und den Fähigkeiten des Erwachsenen Ich haben wir eine „dritte“ Möglichkeit der (Re)Aktion, das Schöpfen aus der persönlichen Vergangenheit und dabei die Chance des regressiven Lernens (durch korrigierende Neuerfahrung).

Dass das Reproduzieren vergangenen Erlebens die große Gefahr der Wiederholung und Bestätigung des Gleichen in sich birgt, liegt auf der Hand. Im Übrigen gelten auch für das Kind-Ich die Aussagen bezüglich Veränderungsresistenz, Unbewusstheit etc, wie sie schon beim Eltern Ich angeführt wurden.

Diese Fähigkeit des Reproduzierens vergangener Ich Zustände (im Kindheits- Ich) bezieht sich auf Eltern Ich, Erwachsenen Ich und Kindheits- Ich (Im jeweiligen Kindheits- Ich), weil wir zu jedem Zeitpunkt alle drei Ich-Zustände zur potentiellen Verfügung haben und hatten. In der Grafik (Anhang Abb. 2) wird dies durch die Jahresringe in denen wieder die drei Ich-Kreissymbole sind bildlich zu verdeutlichen gesucht.

(Das oben gesagte bedeutet, wenn ein 35. Jähriger sich wie ein 34 Jähriger Verhältet ist er in diesem Modell im Kind-Ich, wer immer das auch unterscheiden mag.)

Abbildung 2 „Das historische Modell“



### Das Qualitätenmodell der Ich-Zustände

Unter Qualitätenmodell verstehen wir hier das, was üblicherweise unter Funktionsmodell der Ich-Zustände beschrieben ist. Die Gliederung in sechs Kategorien hat sich in der Praxis bewährt, wenn man (wie auch bei allen anderen Modellen) die konkreten Inhalte des jeweiligen Individuums als tatsächlichen Ich-Zustandsinhalt

versteht, und die zur Erläuterung angeführten Beschreibungen als Illustrationen versteht.

Generell ist bei diesem Modell wichtig, dass alle diese Ich-Zustände prinzipiell einmal wertneutral sind. Sie stellen Beschreibungen bzw. eine Kategorisierung menschlicher Seins-Qualitäten dar. Die Frage, ob ein bestimmter Ich-Zustand (für das Ich und die Umwelt) förderlich (positiv) ist oder hemmend - schädlich (negativ), ergibt sich erst aus dem situativen Kontext.

Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben werden hier als potentielle Erlebens bzw. Seins Qualitäten aufgefasst, über die jeder Mensch verfügen kann. Da die Vierheit aus Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben zwar im erleben dissoziiert sein kann, aber jedes der Phänomene immer mit den anderen auftritt, (man also keines nicht tun kann, man kann sich höchstens den einen oder anderen Aspekt in einer gewissen Situation unbewusst sein) gilt es in diesem Modell auch das Denken/Fühlen und Leiberleben mit zu berücksichtigen, auch wenn der Fokus schwerpunktmäßig am Verhalten in diesem Modell orientiert sein mag.

Da dieses Modell als gut bekannt gelten kann, sei im folgenden lediglich kurz anhand bekannter Beispiele illustriert, was unter den jeweiligen Ich-Zuständen verstanden wird.

**a nEL:** Im nEL sind wir, wenn wir uns elterlich, wohlwollend verhalten und entsprechend denken, fühlen und Leiberleben. Das typischste Beispiel ist wohl das wohlwollende Trösten eines Mitmenschen oder das Bild der stillenden, fürsorglichen Mutter als positive Seite. Als negative könnte das aus Überfürsorglichkeit den Mitmenschen einschränkende Verhalten genannt werden.

**b kEL:** Im kEL sind wir, wenn wir uns elterlich oder vorgesetzt kritisch, erzieherisch oder leitend verhalten und entsprechend denken, fühlen und leiblichem Erleben. Straftendes Verhalten wie beschimpfen oder verhauen kann als typisch negativ genannt werden, das Zurückreißen eines Menschen, der gerade unachtsam im Begriff ist, in ein Auto zu laufen, als positiv.

**c ER:** Unser im ER-Sein erkennen wir am besten daran, wenn wir durch Analysieren Probleme lösen. Im ER denken wir analytisch rational und verhalten uns entsprechend dieser Analysen, z.B. durch aufmerksames Mitdenken bei einem Vortrag, negativ etwa durch steriles Unbeteiligt sein bei einer vergnüglichen Herumtollerei.

**d fK:** Unser freies Kind ist charakterisiert durch den spontanen, unbefangenen Ausdruck unserer Lebens- und Gefühlslage. Das fK wird positiv als unser Ressourcen- und Energieteil betrachtet, negativ in einem kindlichen Unbefangen sein in ernstesten Situationen.

**e afK:** Wann immer wir realen, vermeintlichen oder inneren Elternpersonen folgen, sind wir im afK. Förderlich ist diese Ich-Qualität z.B. als unsere Fähigkeit, sich in größere Gemeinschaften einzugliedern. Hemmend ist sie, wenn wir uns klein machen, Verantwortung delegieren und uns unter vermeintlichen oder realen Autoritäten in unserer Entwicklung beschneiden lassen.

**f arK:** Im rebellischen Kind sind wir, wenn wir genau das Gegenteil davon tun, was wir im afK machen würden, bzw. was von uns verlangt wird. Auch hier sind wir nicht frei von den EL Direktiven, sondern abhängig, wir folgen gleichsam mit negativem Vorzeichen.

Es sei hier nochmals besonders hervorgehoben, dass es sich bei diesem Modell um Seins Qualitäten handelt und nicht um mögliche ROLLEN, die ein Mensch einnehmen kann. Wann immer ein Mensch in einem Ich-Zustand ist, sich also definitionsgemäß in einander entsprechender Weise fühlt/denkt/verhält und leiblich Erlebt, dann empfindet er sich als so seiend, nicht als eine Rolle einnehmend. Wenn er eine Rolle spielt, dann erlebt er sich intrapsychisch in einem anderen Ich-Zustand, als er (in der Regel mit seinem Verhalten) zum Ausdruck bringt. Wenn man eine Rolle spielt, und dies selbst so erlebt, dann ist man in Zwei Ich-Zuständen gleichzeitig, Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben sind also dissoziiert.

Man kann dies vermutlich mit der Beschreibung von Schauspielern illustrieren. Es gibt einige, die beschreiben ihr Erleben während dem Ausführen einer Rolle als Spielen dieser Rolle, wohingegen andere das Ausführen als tatsächlich in diesen Momenten die gespielte Person Sein beschreiben. Ersteres wäre auch in unserem Verständnis eine Rolle einnehmen; Zweiteres in einem Qualitätsmodell Ich-Zustand zu sein.

### Das Bedürfnismodell

Unter der Bezeichnung Bedürfnismodell wird ein Ich-Zustand, also das entsprechende Denken/Fühlen/Verhalten und Leiberleben unter dem Aspekt des Ausdruckes von Bedürfnissen verstanden.

Im Wesentlichen werden die hierunter implizierten Modelle z.B. Trübungen klassischerweise dem

Strukturmodell zugeordnet. Das heißt, das was ich hier als Bedürfnismodell darlegen werde, ist nichts Neues, sondern wird „normalerweise“ unter das Modell der Strukturanalyse summiert. Folge davon ist eine Reihe von theoretischen Ungereimtheiten im Strukturmodell. So ist zum Beispiel eine Trübung als Vermischung von Eltern und/oder Kind Ich Zuständen beschrieben, es bleibt jedoch, Modell bedingt, z.B. unklar, welche Eltern Ich Zustände sich da mit dem Er vermischen. Kurz gesagt aus dem einfachen und handlichen Instrument der Trübung würde ein ziemlich umfangreiches (um nicht zu sagen verwirrendes) Unterfangen. Tatsächlich wird daher in der Praxis das Modell handhabbar reduziert bzw. vereinfacht.

Die grafische Darstellung für unsere Betrachtung ist die bekannte Strukturanalyse 2. Ordnung, unser Betrachtungsfokus liegt jedoch auf der Art und Weise, wie wir unser Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben in den Dienst der Bedürfnisbefriedigung stellen.

### Das K1:

#### Definition:

Das K1 ist der psychische Teil, mit dem wir auf die Welt kommen. Durch ihn kommen unsere primären psychischen - und physischen Grundbedürfnisse und Grundgefühle, die es zu leben und befriedigen gilt, zum Ausdruck. Dieser Ausdruck erfolgt unmittelbar auf die Wahrnehmung eines Bedürfnisses, reflexartig (im Unterschied zum eher konditionierten EL) und wird von uns als authentisches, situations- entsprechendes „echtes“ Bedürfnis bzw. Gefühl erlebt und bewertet.

#### Wirkung dieses Ich - Zustandes

Wenn immer wir unmittelbar durch Äußern eines Grundbedürfnisses oder Grundgefühles dieses zum Ausdruck bringen und dadurch befriedigt wissen wollen, und das ganze einem Neugeborenen gleich ohne dem Einsatz komplexerer Ich-Fähigkeiten tun sind wir im K1. Wir machen dann von der angeborenen Fähigkeit des reflexartigen Reagierens Gebrauch. Basis ist das situations- entsprechende Wahrnehmen eines Gefühls/Bedürfnisses, was natürlich nicht bedeutet, dass dies eine situationsadäquate Methode ist, um das Bedürfnis tatsächlich befriedigt zu bekommen.

Das Wesentliche scheint hier zu sein, die Bedürfnisse und Regungen des K1 wahrzunehmen, um dann mittels anderer Ich-Zustände für eine befriedigende und sichere Äußerung Sorge tragen zu können.

K1 können wir vermutlich mit den Fähigkeiten des Reptiliengehirnes vergleichen wie sie Fanita English (und Wonneberger, 1992) in die TA eingeführt hat.

### Das ER1:

#### Definition:

Das ER1 repräsentiert unsere angeborene Fähigkeit, mittels intuitiver Wahrnehmung und kindlichen Denkstrategien Bedürfnisse auszudrücken und zu befriedigen zu suchen. ER1 entwickelt rasch die Kompetenz, zwischen äußerer Realität und innerer Bedürftigkeit zu unterscheiden und Mittel und Wege zu finden, für eine bestmögliche Versorgung von K1 zu sorgen.

#### Wirkung dieses Ich-Zustandes:

Wegen der gelegentlich bei Kindern beobachtbaren erstaunlichen Prägnanz und Diffizilität der Situationsanalyse, nannte *Berne* ER1 auch den "kleinen Professor". (Wegen der pre- ethischen Verarbeitungsmechanismen von ER1 und der daraus für das ER als „grausam“ eingestuften Aktionsweisen wurde es auch als „kleiner Faschist“ bezeichnet, der jedoch auch auf ein entsprechend asoziales EI-Introjekt zurückführbar sein kann.) Wann immer wir uns im Denken/Verhalten/Fühlen und Leiberleben zur Bedürfnisbefriedigung kindlicher Wahrnehmungsverarbeitungsmechanismen, Ausdrucksweisen und entsprechender Schemata bedienen, sind wir im ER1.

Wird im K1 ein Bedürfnis unmittelbar aufgrund einer inneren Wahrnehmung zum Ausdruck gebracht, so kommt es im ER1 erst aufgrund einer Analyse zwischen innerer und äußerer Wahrnehmung zu einem Ausdruck.

### Das EL1:

#### Definition:

Das EL1 ist unsere angeborene Fähigkeit, durch Konditionierung, Introjektion, Identifikation (und anderer Lernmechanismen) von anderen übernommene und verstärkte Schemata zur Bedürfnisbefriedigung abzurufen.

#### Wirkungsweise dieses Ich-Zustandes

Bereits im Kleinkindstadium ist bei Kindern das Wirken von EL1 als von den Eltern übernommene Äußerungsweisen, beobachtbar. Wegen seiner in gewissen Situationen zwingenden, raschen Aktivierung nannte *Berne* EL1 auch "Elektrode".

Wann immer wir Schemata unmittelbar aufgrund einer äußeren Wahrnehmung abrufen, uns also entsprechend denken/verhalten/fühlen und leiblich Erleben, sind wir im EL1. Charakteristisch dabei ist, dass die Schemata

aufgrund kindlicher Wahrnehmungsverarbeitung als Reaktion übernommen wurden. Das heißt, das Abrufen eines solchen Schemata wirkt auch kindlich, hat eine kindliche Komponente.

Ein Charakteristikum zur Unterscheidung der drei Ich-Zustände EL1, ER1 und K1 sowie ER und EL ist somit auch die Raschheit der Reaktion und der Wahrnehmungsschwerpunkt, auf den reagiert wird.

Gemeinsam ist allen dreien, dass sie primär zum Ausdruck und zur Befriedigung von Basisbedürfnissen (oder Grundbedürfnissen) dienen bzw. erfolgreich eingesetzt werden können. Da alle drei eine kindliche Erlebnisqualität (erklärt durch die tatsächliche kindliche Wahrnehmungsverarbeitung) beinhalten, ist es sinnvoll, sie entwicklungsgeschichtlich vor die Ausbildung von ER und EL zu betrachten, die zum Ausdruck und zur Befriedigung komplexer Bedürfnisse dienen.

Wichtig ist, dass die Funktionen von K1, ER1 und EL1 nicht gelöscht werden oder durch die Entwicklung der komplexen Verarbeitungsstrukturen der späteren Ich-Zustände ER und EL außer Kraft gesetzt werden, sondern auch im Erwachsenenleben aktiv sind, als Erlebensweisen aktiviert werden können und adäquate Wahrnehmungsverarbeitungs- und Erlebensweisen zur Befriedigung gewisser Bedürfnisse in entsprechenden Situationen sein können.

### Das ER

Das ER repräsentiert jenen Ich-Zustand mit dem wir komplexe Bedürfnisse durch komplexe Wahrnehmungsverarbeitungs- und Analysestrategien und Fähigkeiten zu befriedigen suchen.

### Das EL

Das EL repräsentiert jenen Ich-Zustand, mit dem wir komplexe Bedürfnisse durch Abrufen komplexer durch Konditionierung oder Introjektion (etc) vordefinierter Schemata zu befriedigen suchen.

Wenn wir die verschiedenen Wahrnehmungsverarbeitungsfähigkeiten verwechseln, also übernommene EL Inhalte für Analyseergebnisse des ER halten oder kindliche Wahrnehmungsverarbeitung ER1 oder unmittelbaren Bedürfnis Ausdruck K1 für ein Analyseergebnis ER, haben wir die wohlbekannte Trübung, als Verwechslung bzw. graphisch eine Vermischung von Ich-Zuständen.

### Das Beziehungsmodell der Ich-Zustände

Die drei bisher dargestellten Modellvarianten der Ich-Zustände sind durchwegs aus intrapsychischer Sichtweise erfolgt. Im Beziehungsmodell werden die beteiligten Ich-Zustände in Beziehung zu den Ich-Zuständen eines (oder mehrerer) Gegenüber analysiert. Es wird über die **Kommunikationsanalyse** der beteiligten Ich-Zustände die Beziehungsstruktur, das System in dem die Personen zueinander stehen, fokussiert. (Die Analyse eines inneren Dialoges, bei der die beteiligten Ich-Zustände wie einander gegenüberstehend betrachtet werden können, kann ebenfalls hier eingegliedert werden. Es ist dies gut vorstellbar, wenn wir an die psychische Neigung denken, innere Erlebensstrukturen nach außen zu projizieren und umgekehrt.)

Das Bemerkenswerte an diesem Modell ist, dass einerseits die Ich-Zustände in Bezug zu dem Anderen definiert werden (siehe unten), andererseits als alle bisher beschriebenen Modelle Basis für das Beziehungsmodell sein können. Letzteres bedeutet, dass ich die Beziehung zweier Individuen durch die Kommunikationsstruktur ihrer Ich-Zustände analysieren kann, wobei ich dabei das Bedürfnismodell (wie es meiner Ansicht nach zum Beispiel im Symbiosemodell nach Schiff geschieht) ebenso als Basis verwenden kann wie das Häufigerweise verwendete Qualitätenmodell oder auch das Ursprungsmodell, wie es zur Erklärung der Verdeckten Transaktionen auch vorgesehen war. Dies mag komplizierter klingen als es tatsächlich ist, da in der Praxis das Anwenden der verschiedenen Ich-Zustandsideen wesentlich leichter und kompatibler ist, als dies die theoretische Ausdifferenzierung suggerieren mag. Nicht zuletzt, weil in der Praxis, also in der existenziellen Begegnung und Beziehung zu dem Gegenüber andere Gesetze herrschen, als sie an wissenschaftliche theoretische Konzeptionen angelegt werden. (Diese Überlegungen könnten Ausgangspunkt für den Versuch einer Reintegration der Konzepte in EL ER und K Systeme sein.)

Als grafische Darstellungsweise mag hier die einfache Übereinanderstellung der drei Kreise dienen, wobei dann je nach situativen und interessensbedingten Zusammenhang jede andere Darstellungsweise möglich ist.

### Das Eltern Ich

#### Definition:

Das Eltern Ich ist jener Ausdruck von Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben, der gekennzeichnet ist durch Übergeordnetheit in der kommunikativen Position gegenüber einem anderen.

#### Wirkung dieses Ich-Zustandes

Im Eltern Ich erlebt sich das Individuum in einer Übergeordneten, Machtvollen, Verantwortung für den anderen

übernehmenden Position und bringt dies im Verhalten/Denken/Fühlen und Leiberleben zum Ausdruck. Diese Beziehungsdefinition kann sich sowohl auf ein reales physisch anwesendes Gegenüber beziehen, aber auch gegenüber einen thematisch inhaltlich besprochenen nicht anwesenden zum Ausdruck gebracht werden. Eine kommunikative Gleichwertigkeit zwischen zwei Eltern Ich ist gekennzeichnet durch (Inhalts)Gleichheit mit dem Anderen, wobei ein untergeordneter immer zumindest implizit „vorhanden“ ist. Charakteristisch für diesen Ich Zustand ist dabei, dass es lediglich diese zwei Kategorien gibt, Gleichheit und Nicht Gleichheit mit dem entsprechenden Machtpositionen.

### Das Erwachsenen Ich

#### Definition

Das Erwachsenen Ich ist jener Ich-Zustand, der durch Gleichwertigkeit und Kooperationsfähigkeit gegenüber einem anderen gekennzeichnet ist.

#### Wirkung dieses Ich Ich-Zustandes

Das Erwachsenen Ich ist jener Ich Zustand, der durch kommunikative Gleichwertigkeit sich auszeichnet, die durch die Fähigkeiten von Kooperation, Kompromissen und Introspektion sich charakterisieren lassen. Im Erwachsenen Ich ist Gleichwertigkeit auch bei Ungleichheit möglich. Es stellt den Alternativenpool möglicher Beziehungsgestaltungen zu EL und K dar, sozusagen die Möglichkeit der Metaebene auf Basis der Gleichwertigkeit für die unterschiedlichsten (auch Ich-Zustandsbesetztes) Beziehungserleben. Im ER kann es also Gleichwertigkeit auch bei realer oder kommunikativer Über- (EL) bzw. Untergeordnetheit (K) geben.

### Das Kind Ich

#### Definition

Ist jener Ich Zustand, der durch hierarchische Untergeordnetheit in der Kommunikationsstruktur gekennzeichnet ist.

#### Wirkung dieses Ich-Zustandes

Das Kind Ich ist prinzipiell durch Untergeordnetheit, das nach oben gerichtet kommuniziert, charakterisiert. Kommunikative Gleichwertigkeit zwischen zwei Kind Ich Zuständen ist wie beim Eltern Ich lediglich bei Inhaltsgleichheit, vielleicht besser noch als Wunsch und Zielgleichheit zu bezeichnen, gegeben, wobei es auch hier nur die zwei Positionen „gleich ist gleichbedeutend mit gleichwertig“ und „nicht gleich“ ist gleichbedeutend mit übergeordnet gibt.

In der Praxis haben sich namentlich neben den drei Kommunikationsformen das Symbiosemodell und die Skriptmatrix sowie verschiedene Arbeitsmodelle zur Analyse von inneren Dialogen bewährt.

Abschließend sei noch auf die Begriffe hingewiesen, die das Entwicklungsbejahende oder entwicklungshemmende Wirksam - Werden von Kind-Ich und Eltern Ich-Zuständen bezeichnen. Diese haben sich in der Therapie oft als sehr nützliche Konstrukte erwiesen, haben aber auch in Esoterische- und Trivilliteratur Eingang gefunden. Sie stellen eine Verbindung zu Märchen und Mythen dar. Als konstruktive Kind-Ich Beschreibung kennen wir z.B. den „Kleinen Professor“ (wie bereits oben erwähnt), oder das „bedürftige - lebensfrohe - verbündete ... Innere Kind“, als destruktiven Gegenpart den „Kleinen -Faschist, - Saboteur, - Schweinehund etc.“. Für das konstruktive Eltern Ich sind Begriffe wie „Innere oder Alte Weise, Ratgeber, Helfer...“ gebräuchlich, als Widerpart der „innere Dämon, Teufel, Hexe, Magier ....“. Alle diese Bezeichnungen bzw. die damit verbundenen Phänomene können in allen vier Ich-Zustandsmodellen Sinn machen und Verwendung finden!

#### Zusammenfassung:

In dem Artikel wird die Möglichkeit, das Konzept der Leiblichkeit in das TA - Theoriegebäude zu integrieren, diskutiert. Dies wird durch die Erweiterung der Ich-Zustandsdefinition ermöglicht. Als Meta-Erklärungskonzept wird das Modell „Lebendes System Mensch“ vorgeschlagen, mittels dem verschiedene Behandlungs- und Erklärungsebenen als gleichwertige Subsysteme verstanden werden können. Dabei wird zwischen Leiblichkeit und Körperlichkeit differenziert und Überlegungen für praxisrelevante Folgerungen angestellt.

#### Summery

In the article the possibility to integrate the body concept into TA theory is discussed by extending the ego - state definition. „Subjektiv experienced body-concept“ and „physical body“ are differentiated. The meta concept „human being as living system“ is introduced. Theoretical and practical implications are discussed.