

*Angelika
Glöckner*

Mitglied im Fachverband für System- und Familienaufsteller
DGfS – Deutsche Gesellschaft für Systemaufstellungen
Lehrberechtigte Transaktionsanalytikerin
Weiterbildung und Psychotherapie
Supervision und Paartherapie
Systemische Therapeutin
Pessotherapeutin

Lehrberechtigtes Mitglied der
•DGTA * EATA

Lehrberechtigt im Bereich:
Psychotherapie * Beratung * Pädagogik

Europäisches Zertifikat
als Psychotherapeutin

Spiele

erarbeitet von Annette Kompa
unter der Leitung von Angelika Glöckner
Februar 2010

© Copyright - bitte NICHT weiterreichen

Spiele

Einordnung.....	2
Metakommentar A.G.	3
Definition	3
Klassifikation von Spielen	5
Das Drama-Dreieck	5
Zum (professionellen) Umgang mit Spielen.....	6
Literatur und Quellenangaben.....	8

Einordnung

Die Spiele bilden im Verständnis von Berne neben der Lehre von den Ich-Zuständen, den Transaktionen und der Skripttheorie eine der vier Säulen der Transaktionsanalyse¹; der Begriff bezeichnet im weitesten Sinne sich wiederholende Muster von verdeckten Transaktionen mit verdeckten Motiven. Spiele stehen in engem Zusammenhang mit der für Berne wichtigen Frage, wie Menschen ihre Lebenszeit gestalten. Berne definiert Spiele auch als eine von sechs Möglichkeiten des Sozialverhaltens.²

In der Praxis hat das Konzept der Spiele eine große Bedeutung und Bekanntheit erlangt, allerdings ist das theoretische Fundament unklar und zum Teil widersprüchlich: Es gibt von Berne keine einheitliche Definition, die alle als Spiele bekannten Konzepte erfassen könnte.³ In den folgenden Ausführungen wird vor allem die engere Definition von Spielen zugrunde gelegt, wie Berne sie zuletzt formuliert hat.

Der näheren Auseinandersetzung mit dem Spiele-Konzept sei jedoch Folgendes voran gesetzt, um einen verantwortlichen und lebensförderlichen Umgang mit diesem Konzept zu ermöglichen:

- Spiele sind nicht nur harmlos. Der Begriff „Spiel“ kann die Tatsache verschleiern, dass es sich bei Spielen auch um Interaktionen mit irreversiblen Folgen und sogar tödlichem Ausgang handeln kann.
- Das Spiele-Konzept lädt aufgrund seiner vermeindlichen Eingängigkeit und dem verwendeten Vokabular zur Pathologisierung ein, d.h. aus einzelnen Verhaltensmerkmalen werden Wesenszuschreibungen abgeleitet, die in einer negativen Grundhaltung (+/-) gründen („du spielst nur mit mir“, „du bist unehrlich/ unredlich“); das steht der positiven TA-Grundhaltung (+/+) entgegen. Vor einer Pathologisierung sei daher dringend gewarnt!
- Die Auseinandersetzung mit dem Spiele-Konzept dient letztendlich dazu, Spiele als Kommunikationsmuster zu durchschauen, welche die Beteiligten von einer direkten Auseinandersetzung mit ihren eigentlichen Wünschen und Gefühlen, oder, in Bernes

¹ Hervorgehoben und belegt von *Schlegel*, Handwörterbuch, 299; *ders.*, Was ist Transaktionsanalyse, 16.

² Vgl. *Berne*. Guten Tag, 38-43; *Schlegel*, Handwörterbuch, 353f: Artikel „Zeitgestaltung und die sechs menschlichen Umgangsformen“.

³ Vgl. *Stewart/Joines*, Transaktionsanalyse, 345. Leonard Schlegel spricht angesichts dessen lieber von einer „Familienähnlichkeit“ von allgemein als Spiele bezeichneten Transaktionsmustern; er plädiert für eine Unterscheidung von Spielen im weitesten, engeren und engstem Sinn und wehrt sich gegen eine Einschränkung auf die sogenannte „Spiele-Formel“, da diese viele bereits als „Spiele“ etablierte Muster nicht mehr erfasse, vgl. *Schlegel*, Handbuch, 299.

Worten, von der Erlangung von Autonomie⁴ abhält (näheres s.u. im Abschnitt zum Umgang mit Spielen).

Metakommentar A.G.⁵

Spiele dienen dazu, eine spezielle Form des Kommunizierens zu beschreiben. Diese Kommunikationsform wird - bezogen auf einen gelungenen, weil zielträchtigen und erfolgreichen Umgang mit einer Gesprächsführung - als nicht gelungen oder auf ein nicht wünschenswertes Ziel hin angelegt gesehen. Das deshalb, weil bei Spielen laut Berne eine unterschwellige Ebene mitschwingt (unbewusst), die der offensichtlichen Ebene nicht konkruent ist (Berne nennt es ‚concealed motivation‘, also verborgenes oder auch unredliches Motiv).

Diese nicht deckungsgleiche Kommunikation kann zur Verwirrung beitragen oder auch zum ungunstigen Ausgang von Gesprächsverläufen.

Zu bedenken ist, dass auch z.B. Werbung stets eine unterschwellige Botschaft enthält, die ja eben gerade deswegen ‚zugeschaltet‘ wird, um das Bewusstsein des Empfängers zu umgehen und empfängliche seelische Ebenen stattdessen anzusprechen.

Im Umgang mit der klassischen Sprache der TA ist meines Erachtens wichtig, die Wortwahl zu bedenken: ‚unredlich‘, ‚unehrlich‘, ‚Schwindel‘, ‚Spiel‘ laden zu pathologie-orientiertem Denken ein. Solcherlei Wortwahl sollte daher vermieden und auf Dauer einem ressourcenorientierten Sprachgebrauch weichen. Ein jeder darf sich hier in seiner Kreativität aufgerufen fühlen. Auch die Aufzählung der Spielarten durch Berne sollte kritisch wohlwollend gesehen sein, einfach, weil ich es für schwierig halte, von solcherlei Sprachgebrauch (innen + nach außen) aus Menschen auf gelungene Art erreichen zu können.

Auch ist Wachsamkeit geboten hinsichtlich des Beobachterstandpunktes und der innewohnenden Sicht der Dinge (vgl. Beziehung zwischen Beobachter, Beobachtetem und des Beobachtens).

Definition

In seinem Buch „Spiele der Erwachsenen“ (1964) definiert Berne ein Spiel als „fortlaufende Folge verdeckter Komplementär-Transaktionen, die zu einem ganz bestimmten, voraus-sagbaren Ergebnis führen“⁶. Später (1972) ergänzt Berne diese Definition um die Merkmale „Rollenwechsel“ und den Moment der Verwirrung und entwickelt die sogenannte **Spiele-Formel**, welche in sechs Schritten den typischen Ablauf eines Spieles nachzeichnet:⁷

Attraktive Falle/Haken + (Mit)Spielinteresse/Öse
= harmlose Reaktion → Rollenwechsel → Moment der Verwirrung → Auszahlung⁸

⁴ Vgl. Berne, Spiele, 287-297.

⁵ Die Buchstaben „A.G.“ kennzeichnen im Folgenden Kommentare von Angelika Glöckner.

⁶ Berne, Spiele, 67.

⁷ Vgl. Berne, Guten Tag, 41f.

⁸ Übersetzung nach Stewart/Joines, Transaktionsanalyse, 337; einzige Änderung: „Verwirrung“ statt „Perplexität“. Rollenwechsel und der Moment der Verwirrung hat Berne erst später ergänzt, vgl. ebd., 346 Im Original lautet die Formel: Con + Gimmick = Response → Switch → Crossup → Payoff, vgl. ebd. Vgl. zur Spieleformel auch Berne, Guten Tag, 41.

Folgendes **Beispiel** kann die Formel illustrieren:

Rolle	Aussage	Spielphasen gemäß Formel
Patient	„Glauben Sie, dass ich gesund werde?“	SPIELEINLADUNG, möglicherweise aus negativ-angepasstem Kind („Opfer“) ⁹ oder negativ-kritischem Eltern-Ich („Verfolger“) ⁹
Therapeut	„Natürlich wird sich Ihr Zustand bessern.“	SPIELANFÄLLIGKEIT, möglicherweise aus negativ-fürsorglichem Eltern-Ich („Retter“) ⁹ REAKTION
Patient	„Wieso meinen Sie eigentlich, Sie könnten alles wissen?“	ROLLENWECHSEL: Patient wechselt vom hilfsbedürftigen Kind zum negativ-kritischen Eltern-Ich, das eigentliche Motiv kommt zum Vorschein. („Verfolger“) Therapeut ist VERWIRRT, IRRITIERT
Patient	freut sich, den Therapeuten ausgetrickst zu haben.	SPIELGEWINN/AUSZAHLUNG: beim Patienten: Triumph-Gefühl (+/-): dem hab ichs gezeigt! beim Therapeuten: Bestätigung von Überzeugungen; entweder: - Patienten sind undankbar (+/-), oder: - ich bin kein fähiger Therapeut (-/+).
Therapeut	ist frustriert, weil sein Hilfsangebot nicht angenommen wurde.	

Es lassen sich als wichtige Merkmale von Spielen festhalten:¹⁰

- Spiele sind von verborgenen Motiven beherrscht und damit unterschwellig diskrepant (A.G.) bzw. sogenannt „unredlich“ (Berne verwendet den Ausdruck „concealed motivation“, A.G.).
- Spiele sind in der Regel unbewusst inszeniert, sie sind jedoch bewusstseinsfähig (A.G.).
- Spiele haben einen für Beobachter vorhersehbaren Ausgang.
- Spiele finden zwischen mindestens zwei Personen statt: Die eine lädt zum Spiel ein (Haken, Spielangebot), die andere nimmt die Einladung an (Öse, Spielanfälligkeit). Erst wenn die Einladung angenommen worden ist, kann von einem Spiel gesprochen werden.
- Spiele haben einen Nutzeffekt bzw. „Spielgewinn“ für beide Seiten: i.d.R. besteht dieser aus ungunstigen Gefühlen, die ihre Ursache in der Bestätigung von Skriptüberzeugungen haben¹¹.

⁹ Zu „Retter“, „Opfer“ und „Verfolger“ vgl. die Ausführungen zum Dramadrei-eck im nächsten Abschnitt.

¹⁰ In Anlehnung an ebd., 67ff.; Berne, Guten Tag, 40f; A.G..

¹¹ Ergänzung von Leonard Schlegel, vgl. *ders.*, Handwörterbuch, 309: Artikel „Spielgewinn“.

- Viele Spiele sind gekennzeichnet durch den „Rollen-Wechsel“, d.h. eine Kreuzung bzw. ein Wechsel der Ich-Zustände. Der Wechsel provoziert beim Spielpartner Verwirrung; daraufhin kommt es zur „Lohnauszahlung“ auf beiden Seiten und das Spiel ist zu Ende.
- Am Spiel sind minus-funktionale Ich-Zustände beteiligt, das Erwachsenen-Ich wird nicht besetzt.

Klassifikation von Spielen

Spiele werden in der Regel nach ihrem **Motto** benannt, d.h. nach dem unbewussten Ziel des Spielanbieters (z.B. „Jetzt hab ich dich endlich, du Schweinehund“ – gerne werden solche Bezeichnungen in der Literatur formelhaft mit den Anfangsbuchstaben der unbewussten Spielbotschaft bezeichnet; hier wäre das JEHIDES). Als die Spiele-Theorie in den 60er Jahren entwickelt wurde, wurden hunderte Spiele benannt. Berne hat sie in seinem Buch „Spiele der Erwachsenen“ auf 36 Spiele reduziert, von denen er alle anderen als Varianten ansieht.

Es ist nicht notwendig, alle Spielarten benennen zu können; einige sollten jedoch bekannt sein, weil sie immer wieder in der TA-Literatur oder im Ausbildungskontext erwähnt werden, z.B.:

- „Jetzt hab ich dich, du Schweinehund!“
- „Versetzt mir eins!“
- „Ich wollte dir doch nur helfen!“
- „Sieh doch, wie ich mich angestrengt habe!“

Wichtiger als eine Klassifizierung von Spielen ist die Beachtung der **Intensität von Spielen**, wie Berne sie vornimmt:¹²

- Spiele 1. Grades: weitgehend harmlos, gesellschaftlich noch zulässig (z.B. jemanden „abblitzen“ lassen).
- Spiele 2. Grades: der Ausgang des Spiels ist psychisch verletzend (z.B. gewaltvolles Brüllen, Mobbing).
- Spiele 3. Grades: das Spiel hat schwerwiegende Folgen, oft ist physische Gewalt im Spiel (z.B.: Mord aus Eifersucht). Berne nennt dies „tissue-damage“ (A.G.).

Das Drama-Dreieck

In der späteren Definition von Spielen ist der Rollenwechsel für Berne das entscheidende Spielmerkmal: Hier wird das verborgene Motiv des Spiel-Initiators sichtbar und leitet die Endauszahlung an alle Beteiligten ein. Hilfreich bei der Analyse dieses Rollenwechsels ist das sogenannte „Drama-Dreieck“, ein von Stephen Karpman¹³ entwickeltes Diagramm, mit dem sich sehr einfach die entscheidenden Weichenstellungen in Märchen, Dramen, Skripten und eben auch Spielen beschreiben lassen.¹⁴

¹² Vgl. Berne, Spiele, 93. Weitere Klassifizierungsvorschläge von Berne vgl. ebd.

¹³ Vgl. Karpman, Fairy Tales.

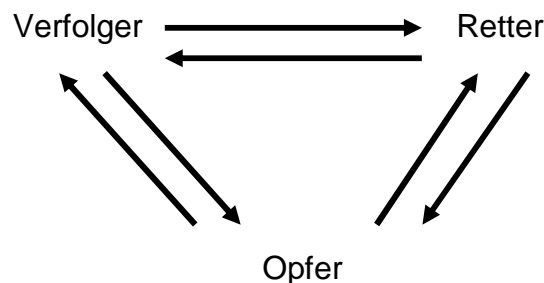
¹⁴ Vgl. zum Folgenden: Stewart/Joines, Transaktionsanalyse, 338-341; Schlegel, Handbuch, 44f.

Die Grundannahme ist, dass immer, wenn Menschen Spiele spielen, die Beteiligten eine von drei Rollen besetzen, die in sich ein bestimmtes Moment der Abwertung („Nicht-Okeyness“, minus-funktionale Ich-Zustände) tragen¹⁵:

- Verfolger (+/-):
setzt Wert und Würde des anderen herab
- Retter (+/-):
setzt Fähigkeit des anderen herab, selbst denken und sich selbst helfen zu können
- Opfer (-/+) (-/-):
setzt sich selbst herab mit seinen Fähigkeiten

Spiele werden immer aus einer der drei Rollen gespielt. Der Spielpartner besetzt grundsätzlich (komplementär) eine der beiden anderen Rollen.

Den Rollenwechsel veranschaulicht folgende Abbildung:



Im oben geschilderten Beispiel lässt sich der Rollenwechsel folgendermaßen darstellen:

- Patientin: wechselt von „Opfer“ („Können Sie mir helfen?“) in „Verfolger“ („Was glauben Sie eigentlich, wer Sie sind?“)
- Therapeut wechselt vom „Retter“ („Ich kann Ihnen helfen.“) in die Opfer-Rolle („ich unfähiger Therapeut ...“) bzw. in die Verfolger-Position („undankbarer Patient“)

Die Rollen im Drama-Dreieck stimmen nicht mit dem wahren Wesen und aktuellen Bedürfnissen der Beteiligten überein, d.h. sie entspringen skriptgebundenen Überzeugungen und sind daher letztendlich Reaktionen auf die in der Vergangenheit getroffenen Entscheidungen.

Die Rollen des Drama-Dreiecks sind getrennt zu betrachten von tatsächlichen Rettern usw., die aus dem Hier und Jetzt adäquat reagieren (z.B. Auto-Unfall: Retter-Sanitäter, Opfer-Verletzter, Verfolger-Polizei usw.).

Metakommentar A.G.:

„Die drei Rollen oder auch Positionen des Drama-Dreiecks können auch symbolisch verstanden werden als seelische Schichten, d.h. wenn eine Rolle auf der Verhaltens- oder Spielebene dominant ist, sind die beiden anderen im Hintergrund anwesend und warten sprunghaft auf die Chance, bei einem Rollenwechsel zum Zuge zu kommen.“

Zum (professionellen) Umgang mit Spielen

Warum werden Spiele gespielt? Einerseits resultieren sie nach Berne aus den von ihm so genannten ‚Antriebsfaktoren‘, die generell in den Menschen das Bedürfnis zur Strukturierung der Zeit steuern (Reiz-Hunger, Hunger nach Anerkennung, Struktur-Hunger).¹⁶

¹⁵ Leonard Schlegel bezeichnet die Rollen daher auch als ‚manipulative Rollen‘, vgl. *Schlegel, Handbuch*, 44.

Andererseits, und das ist für die Arbeit mit Spielen vor allem bedeutsam, dienen Spiele unbewusst der Festigung und Stabilisierung von Skriptüberzeugungen. Spiele wiederholen im Kleinen das Lebensskript und die Glaubenssätze der Spieler. Spiele sind daher in der Vergangenheit der Spielenden verwurzelt. Sie verhindern, dass sich die Spielenden ihrer eigentlichen Wünsche und Bedürfnisse im Hier und Jetzt bewusst werden und auf autonome Art für ihre Bedürfniserfüllung sorgen. Somit nehmen sich die Spielenden die Möglichkeit, sich aus dem Erwachsenen-Ich heraus für der Situation angemessenere Handlungsalternativen zu entscheiden.

Im Sinne einer Förderung von weitgehend skriptfreiem Denken und Handeln geht es bei dem Umgang mit Spielen vor allem darum, sich die unbewussten Dynamiken bei sich und anderen bewusst zu machen und ggf. Spielmuster aus einem positiv-funktionalen Ich-Zustand heraus zu durchbrechen. Berne selbst gibt dafür viele Beispiele anhand der „Antithesen“, die er in seinem Spiele-Buch zu jedem dort vorgestellten Spiel formuliert.

Folgendes sollte beim Umgang mit Spielen beachtet werden:

- **Wachsam sein gegenüber der eigenen Spielanfälligkeit:**
die eigenen „Ösen“, d.h. Skriptüberzeugungen, Antreiber etc. zu kennen, um Spiel-einladungen („Haken“) als solche zu erkennen und das Gegenüber aus der Spieleinladung „auszuladen“.
- **Aus positiven Ich-Zuständen heraus agieren:**
sich selbst und andere nicht verurteilen für das Spielen, sondern aus positiv-funktionalen Ich-Zuständen heraus Spieldynamiken bewusst machen und Einfluss nehmen (besonders für den professionellen Kontext wichtig); d.h. auch:
- **Vermeidung jeglicher Verfolger-Dynamik** (vgl. auch die Warnung vor der Gefahr der Pathologisierung am Anfang)
- **Das förderliche Potenzial in Spielen sehen** und als Aufhänger zur Intervention nutzen (Angelika Glöckner):
 - Spiele stehen im Dienste des eigentlich Ersehnten und der Angst vor der Welt.
 - Spiele sind ein Ventil für unterdrückte Energien, bei denen der Spieler keine Alternative für einen adäquateren Ausdruck seines Anliegens hat.
 - Spiele haben zuletzt einen wahrhaftigen Kern, nämlich das ursprüngliche Anliegen. Dies ist jedoch durch ein psychisches Manöver überdeckt oder entstellt.

Abschlusskommentar von A.G.:

„Umgang mit Spielen heißt immer, sich den Menschen auf der Wesensebene bestmöglichst zu nähern und alle Manipulationsversuche, alle Nicht-Okeyness-Angebote liebevoll zu umgehen. Ich nenne das ‚Tieftauchen zum wahren Anliegen des Menschen‘; damit wir den Menschen dort entdecken, wo er sich selbst gemäß ist und wir ihn darin unterstützen können, in dieser Welt wesentlich zu werden und zu wirken.“

¹⁶ Vgl. Berne, Guten Tag, 38.

Literatur und Quellenangaben¹⁷

Berne, Eric: Spiele der Erwachsenen. Psychologie der menschlichen Beziehungen (Hamburg 1970)

Berne, Eric: Was sagen Sie, nachdem Sie ‚Guten Tag‘ gesagt haben? Psychologie des menschlichen Verhaltens (Frankfurt am Main ²⁰2007; engl. Original: What Do You Say After You Say Hello?“ ¹1972)

Karpman, Stephen: Fairy Tales and Script Drama Analysis, in: Transactional Analysis Bulletin 7 (1968), 39-43

Stewart, Ian/Joines, Vann: Die Transaktionsanalyse. Eine Einführung (Freiburg 1990), 331-368

Schlegel, Leonhard: Handwörterbuch der Transaktionsanalyse. Sämtliche Begriffe der TA praxisnah erklärt (Freiburg, Basel, Wien 1993); Pdf-Download als 2. vollständig überarbeitete Auflage 2002 unter: <http://www.dsgta.ch/139d144.html>.

Schlegel, Leonhard: Was ist Transaktionsanalyse? Pdf-Download unter: http://www.dgta.de/pdf/was_ist_transaktionsanalyse.pdf, ohne Jahr, nach 2001)

Und: **Angelika Glöckner**, mündliche Anmerkungen und Kommentare 2/2010

¹⁷ Die Unterstreichungen markieren die Kurztitel, wie sie in den Fußnoten verwendet werden.