

*Angelika
Glöckner*

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

Lehrberechtigtes Mitglied der
•DGTA * EATA

Lehrberechtigt im Bereich:
Psychotherapie * Beratung * Pädagogik

Europäisches Zertifikat
als Psychotherapeutin

Das Energiekonzept von E. Berne

Angelika Glöckner

Dieser Artikel wurde in der Zeitschrift der DGTA veröffentlicht:

Transaktionsanalyse, 23/1992, S. 59-89

Vorbemerkung

Mit diesem Artikel will ich den Versuch machen, das Gedankengut Bernes zum Energiekonzept aufzugreifen und in einen mir theoretisch stimmigen und praxisrelevanten Zusammenhang zu bringen.

Die Darstellung von Bernes Energiekonzept bildet mein Verständnis seiner Konzepte ab, scheint mir jedoch in keinem wesentlichen Punkt im Widerspruch zu seiner Basiskonzeptionalisierung zu sein. Das Gleiche ist gültig für meine Ergänzungen, Erweiterungen oder auch Differenzierungen an verschiedenen Punkten.

Eine dieser Differenzierungen bezieht sich auf das deutliche Unterscheiden von dreierlei Ich-Zustandsmodellen, wobei ich in der Hauptsache auf das Ursprungsmodell von Berne, auch Konzeptmodell (*Erskine & Trautmann* 1981, S. 178) genannt, Bezug nehmen möchte. Ich habe dieses Modell entsprechend dem Verständnis von Schmid (*Schmid*, 1986) angepasst und durch meine Auffassung ergänzt.

Erwähnung findet auch das „Werte-Gedanken-Gefühle-Modell“, in der Literatur als Struktur- oder phänomenologisches Modell bekannt (*Erskine & Trautmann* 1981, S. 179), und das funktionsanalytisch orientierte Modell, wie ich es in leichter Abwandlung (siehe *Schmid*, 1986) des Funktionsdiagrammes von *Kahler* und *Capers* (1978, S. 16) begreife.

Verwende ich hinfort den Begriff „Ich-Zustand“ bzw. „Ich-Zustände“, so beziehe ich mich damit grundsätzlich auf das Ursprungsmodell von *Berne*, es sei denn, die Benennung „Ich-Zustand“ ist als anders zu verstehen ausgewiesen.

Folgende Überlegung möchte ich meinen Ausführungen noch voranstellen:

Bernes Verständnis des Energiekonzeptes enthält eine Prämisse, die ich für grundsätzlich hinterfragbar halte: Sie besteht in der Annahme, dass Energie selbstverständlich *fließt* bzw. von Ich-Zustand zu Ich-Zustand „verschoben“, „abgezogen“ oder „umverteilt“ wird.

Diese Sichtweise kann zu einer voreiligen Festlegung innerhalb möglicher anderer Perspektiven führen, die mir jedoch bedenkenswert erscheinen: Beispielsweise, ob es sich denn bei der Aktivierung oder Inaktivierung von Programmen im Rahmen der Persönlichkeit jeweils stets um *Umverteilung* von Energie handeln muss. Vorstellbar wären ja auch mögliche andere Steuerungsmechanismen für diese Programme.

Fragen der Qualität, Quantität, eines „woher“ und „wohin“ der Energie könnten sich dann in anderer Form stellen. Auf diese und ähnliche Fragestellungen will ich in dieser Arbeit nicht eingehen. Ich halte sie aber im Sinne der Wahrung eines metaperspektivischen Standpunktes für angebracht, um nicht der Idee des „energetischen Flusses“ zu verfallen und dann, auf diesem Fluss treibend, alternative Sichtweisen zum Berneschen Verständnis aus dem Auge zu verlieren.

Einführung in das Thema

Berne äußert sich in seinen frühen Schriften zum Thema der psychischen Energie (psychic energy or cathexis) (*Berne*, 1961, S. 13+20). Der Begriff **Energie** wird meines Wissens an keiner Stelle von ihm definiert, sondern erfährt eine Umschreibung in Form von „shifts in ego-states“ (*Berne*, 1961, S. 13+20). *Berne* weist an anderer Stelle auf *Federn* hin, der von der Energie sagt, dass es eben diese sei, die als Ich-Gefühl (ego-feeling) erlebt werde (*Berne*, 1961, Introduction XIX+XX). Auch hier geht es bestenfalls um eine Umschreibung und keine Definition des Begriffs „Energie“. Auch transaktionsanalytische Literatur anderer Autoren geht auf den Energiebegriff ein: Beispielsweise weist Jack *Dusay* im Rahmen seiner „Constancy-Hypothese“ auf die mengenmäßige Verteilung von Energie in den funktionalen Ich-Zuständen hin (*Dusay*, 1972, S. 133) und greift damit auf das von *Berne* beschriebene Phänomen zurück. Auch hier kommt es zu keiner Definition des Begriffes Energie. In „Systemischer Transaktionsanalyse“ (*Schmid*, 1986) beschreibt Bernd *Schmid*, dass bestimmte Ich-Zustände, strukturell und funktional verstanden, in bestimmten Situationen mehr oder weniger ausdrucksstark in Erscheinung treten, und dass der Energiebegriff eingeführt wurde, um diesem Phänomen gerecht zu werden und es beschreiben zu können. *Woollams & Brown* (*Woollams & Brown*, 1978, S. 32) geben einen Abriss des Konzeptes, wobei betont wird, dass die Quelle aller Energie im K2 läge und dass von hier aus auch der gesamte Fluss der Energie reguliert werde. Auch Leonhard *Schlegel* geht in seinen Ausführungen auf verschiedene Aspekte des Energiekonzeptes ein. Der interessierte Leser möge dort nachschlagen (*Schlegel*, 1988, S. 43 ff.).

Ansonsten habe ich in der oben erwähnten Literatur über die Beschreibung des Phänomens hinaus keine Definition von Energie finden können.

Bernes eigenes Verständnis des Energieflusses basiert meiner Meinung nach auf der gleichen Idee, die zunächst auch Grundlage seiner Ich-Zustands-Theorie ist: dass es nämlich, so hoffte er anfangs, zum Nachweis eines neurophysiologischen Korrelates der Ich-Zustände kommen werde (*Berne*, 1961, Introduction XVII+XIX). Damit geht *Berne* von einem als substantiell angenommenen Fluss von Energie aus.

Ich möchte mich im Rahmen der Ich-Zustands-Theorie von einem solch substantiell verstandenen Energieverständnis distanzieren und schließe mich hier dem von *Schmid* beschriebenen systemischen Gedankengut an (*Schmid*, 1986). Dieses Gedankengut schlägt vor, vorhandene Konzepte der TA als Konzeptionalisierungsversuche zur Abbildung relevanter Fragestellungen zu betrachten. Diese Versuche stellen theoretische Konstrukte dar, die keineswegs „Realität“ abbilden wollen oder können, sondern es handelt sich um Wirklichkeitskonstruktionen eines jeweiligen Beobachters im Kontakt mit dem jeweiligen Klientensystem (im Dienste eines von diesem definierten Interesses).

Gehe ich hier auf das von *Berne* beschriebene Energiekonzept ein, so sehe ich den „Fluss der Energie“ als eine von *Berne* gewählte Metapher, die letztlich nichts anderes ist als eine Wirklichkeitskonstruktion im oben genannten Sinne. In gleicher Weise möchte ich den hier von mir angebotenen Energiebegriff verstanden wissen: Ich definiere Energie als ein die Materie belebendes, feinstoffliches und damit nicht sichtbares Prinzip. Diese Energie ist vorstellbar als in jedem lebendem Organismus „fließend“ und bestimmte Persönlichkeitsanteile oder psychische Funktionen aktivierend.

Soweit wir uns im klaren darüber bleiben, dass auch diese Definition Wirklichkeit nur konstruiert, scheint sie mir im Rahmen des Energiekonzeptes durchaus anwendbar. Insofern, als es sich hier um die Aktivierung von Ich-Zuständen (Persönlichkeitsanteile!) als Resultat des „Energieflusses“ handelt.

Zur Verwendung der Ich-Zustandsmodelle:

Die frühe Literatur von *Berne* lässt selten erkennen, wo von Ich-Zuständen im strukturellen Sinne (als Persönlichkeitsanteile) gesprochen wird und wo diese funktional (als psychische Qualitäten) zu verstehen sind. Unter anderem nahm ich dies zum Anlass, die Ich-Zustandsmodelle je nach Bedarf voneinander zu unterscheiden. Erneut sei auch hier angemerkt, dass es sich jeweils um Konstrukte handelt, die eine Wirklichkeit hypo-thetisieren, sie aber nicht real schaffen.

Im Folgenden seien die drei hier verwendeten Ich-Zustandsmodelle noch kurz aufgezeigt. Ich sagte bereits, dass der Schwerpunkt meiner Ausführungen in Zusammenhang mit dem Ursprungsmodell von *Berne* stehen wird.

1. Konzept der psychischen Energie

Wenn *Berne* von „cathexis“ spricht, so bezieht er sich mit diesem Begriff auf die Gegenwart von Energie in den Ich-Zuständen. Diese Energie sei beweglich und könne von einem zum anderen Ich-Zustand wechseln („shiften“). Das Resultat ist dann ein Energiefluss, der so genannte „flow of cathexis“. Im Übrigen setzte *Berne* eine Durchlässigkeit der Ich-Zustandsgrenzen voraus, er erwähnt diese als optimalerweise „semipermeabel“ (*Berne*, 1961, S. 23+24).

Berne spricht auch von einer „Cathexis-Capacity“, und ich schließe mich hier gern *Schlegel* an, der diesen Begriff mit dem „Fassungsvermögen“ eines Ich-Zustandes für Energie gleichsetzt (*Schlegel*, 1988, S 45).

Jeder Ich-Zustand verfügt demnach über ein gewisses „Fassungsvermögen“ an Energie, und diese Energie gerät unter bestimmten Bedingungen in Bewegung. *Berne* nennt in diesem Zusammenhang jeweils nur die drei Ich-Zustands-Systeme als solche. Ich denke, hier pauschalierter. Denn tatsächlich findet, strukturell verstanden, auch ein Fluss von Energie innerhalb *eines* Ich-Zustands-Systemes statt (nämlich auch zwischen den Ich-Zuständen einer Kategorie, beispielsweise als energetische Besetzung eines mütterlichen und väterlichen Ich-Zustandes im Wechsel miteinander).

2. Konzept der gebundenen, entbundenen und freien Energie

a) Gebundene Energie

ist potentiell verfügbare Energie, d. h. diese Energie wird als stets gegenwärtig in jedem Ich-Zustand aufgefasst, auch dann, wenn dieser vorübergehend außer Dienst gestellt worden ist (decommissioned) (*Berne*, 1961, S. 31).

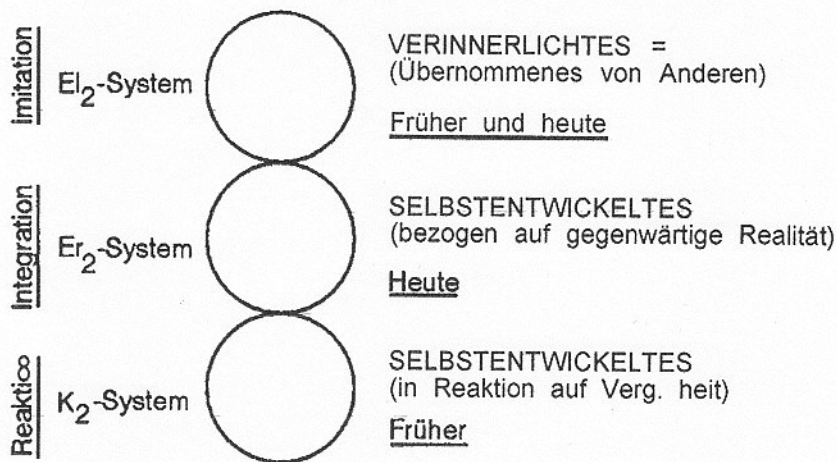


Abb. 1: Ursprungsmodell (Konzeptmodell) nach Berne 1961
(Ein Ichzustand ist als zusammenhängendes System von Gedanken, Gefühlen und Verhalten definiert.)

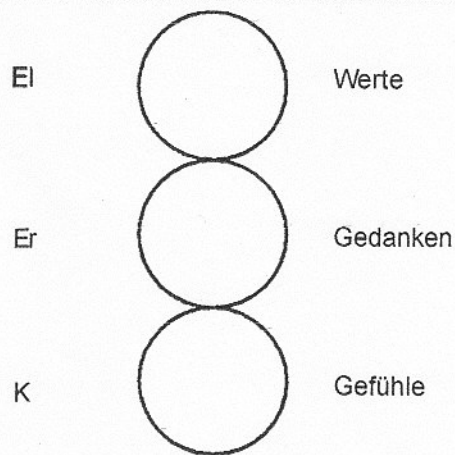


Abb. 2: Struktur- bzw. Phänomenologisches Modell
(nach Trautmann R. & Erskine R. 1931)
(Die Definition eines Ichzustandes ist meiner Meinung nach ungeklärt, bezeichnet eigentlich verkürzt Funktionen.)

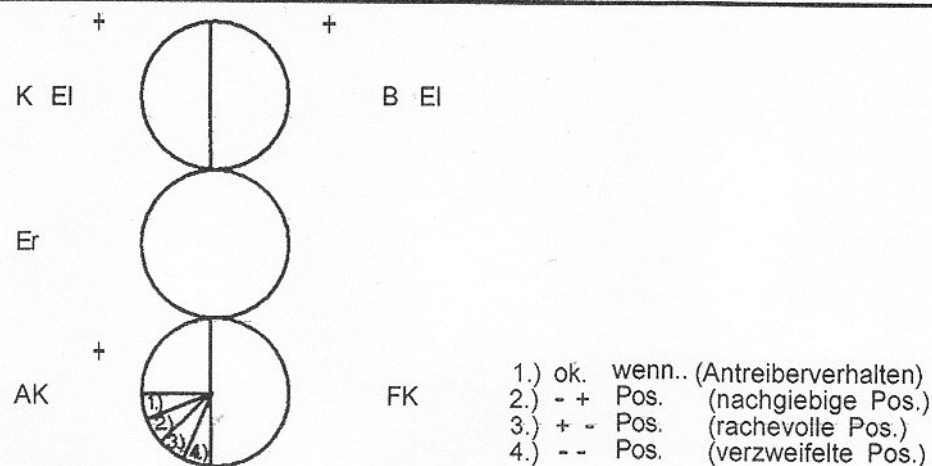


Abb. 3: Funktionsmodell nach Kahler T. 1978
(Ein Ichzustand ist als Er₂ eine psychische Funktion, wie sie nach außen hin sichtbar wird [Ausdrucksqualität], definiert.)

Das Prinzip der ungebundenen Energie besagt, dass vorhandene Ich-Zustände in jedem Menschen prinzipiell verfügbar sind, auch dann, wenn diese in einem gegebenen Moment nicht aktiviert und damit von außen nicht beobachtbar bzw. intern nicht erfahrbar sind.

b) Entbundene Energie:

ist kinetische, also bewegliche Energie, die sich in Antwort auf innere oder äußere Stimuli von einem Ich-Zustand zu einem anderen bewegt. Verlagert sich ungebundene Energie in einen der Ich-Zustände, so wird dieser stärker in Aktion gesehen als ein anderer.

Das Prinzip der ungebundenen Energie besagt, dass Energie in Antwort auf Stimuli beweglich wird und von einem zum anderen Ich-Zustand „shiftet“. (*Schlegel*, 1988, S. 43 ff.) übersetzt den Begriff „ungebundene Energie“ mit „entbundener Energie“, da letztere aus der gebundenen Energie als Ergebnis der Aktivierung eines jeweiligen Ich-Zustandes entsteht. Forthin möchte ich diesen Sprachgebrauch übernehmen.

c) Freie Energie:

ist „muskuläre Energie“, die als aktive Energie bewusst und willentlich zu einem gewählten Ich-Zustand verlagert werden kann. Mit dem Begriff der freien Energie scheint mir auch auf die Fähigkeit einer Person hingewiesen zu sein, die Energie bewusst zu lenken, was im Übrigen der Fähigkeit der willentlichen Besetzung eines Ich-Zustandes entsprechen würde.

d) Aktive Energie:

dies ist der Begriff, den *Berne* wählt, um die Gesamtmenge an entbundener und freier Energie zu bezeichnen.

Nochmals zur Erinnerung:

gebundene Energie = potentielle Energie

entbundene Energie = kinetische Energie

freie Energie = muskuläre Energie

aktive Energie = Gesamtmenge entbundener und freier Energie

Zur Illustration der drei Energieformen erwähnt *Berne* in seinen Aufzeichnungen die Metapher des Affen auf einem Baum (*Berne*, 1961, S. 23). Ich möchte mich an dieser Stelle nicht auf die Symbolik des Affen beziehen, da sie meiner Meinung nach nicht das abbildet, was *Berne* als gebundene, entbundene und freie Energie bezeichnet.

Kommentar:

In *Bernes* Ausführungen bleibt für mich unklar, ob es sich bei der gebundenen Energie möglicherweise um die grundsätzlich potenziell vorhandene Energie eines jeden Ich-Zustandes handelt (auch des noch nicht entwickelten), und ob diese beispielsweise als „genetische Ausstattung“ des Menschen zu sehen ist. Im Übrigen wäre interessant zu fragen, ob diese Potentialität an Energie je aufgehoben werden kann, beispielsweise dergestalt, dass ein gegebener Ich-Zustand zukünftig mit keinerlei Energie mehr besetzt werden kann. Diese Frage wird ja auch immer wieder im Zusammenhang mit dem Neubeelterungsprozess diskutiert.

Was die freie Energie betrifft, so äußert sich *Berne* nicht darüber, ob diese u. U. auch aus der gebundenen Energie abrufbar ist, oder ob sie nur Ergebnis der „Entbindung“ aus der gebundenen Energie sein kann.

Ich möchte jetzt anhand eines einfachen Beispiels das Konzept der gebundenen, entbundenen und freien Energie kurz erläutern:

Lassen Sie mich annehmen, ich sitze an meinem Schreibtisch und arbeite einen Vortrag aus. Energetisch ist in diesem Augenblick, strukturell betrachtet, mein Erwachsenen-Ich (Ursprungsmodell) in Aktion.

Kurz darauf höre ich im Garten laut und lachend Kinderlärm. Ich erlebe mich als abgelenkt und gestört und reagiere einen Augenblick lang ungehalten und springe auf. Ich bin versucht, die Kinder anzuherrschen und zurechtzuweisen.

Ich beobachte rückblickend einen Fluss von Energie von Er2 in den elterlichen Ich-Zustand (EI2), d. h. Aspekte meiner Verinnerlichungen (hier meines Vaters) werden spontan aktiv. Ich kann gerade noch das Ausagieren dieses „angesprungenen Ich-Zustandes“ verhindern, kehre an meinen Schreibtisch zurück und arbeite noch einige Augenblicke konzentriert weiter (Rückbesetzung des Er2 mit Energie, die freie Energie „greift also ein“).

Auf den gleichen Anlass hin erlebe ich mich wiederum abgelenkt, diesmal durch mein sehnsüchtiges Bedürfnis, mich den Kindern anzuschließen und mit ihnen gemeinsam zu spielen. Ich gebe diesem Impuls schließlich nach und begeben mich zu den Kindern. Wiederum in der rückwärtigen Reflektion dieses Erlebnisses stelle ich fest, dass als „Relikt“ der Vergangenheit ein Ich-Zustand des K2-Systems aktiviert wurde: Ich selbst hatte mich als Kind meinen Schulaufgaben zu widmen und durfte meinem Bedürfnis nach Anschluss an das Spiel anderer Kinder nicht nachgeben, bevor diese Aufgaben nicht bewältigt waren.

Hatte sich im ersten Fall auf den Stimulus der spielenden Kinder hin entbundene Energie vom Er2 in das EI2 verlagert, so ging es im zweiten Fall darum, dass ich jener unerfüllten Sehnsucht schließlich *willentlich* nachgab und damit freie Energie in das K2 verlagerte.

Unterdessen war der Ich-Zustand des elterlichen Systems, der zuvor durch entbundene Energie aktiviert worden war, jetzt in latentem Zustand, d. h. potenziell verfügbar im Rahmen der Besetzung mit gebundener Energie.

3. Konzept des realen Selbst und der ausführenden Macht

Hier scheint *Berne* dem Phänomen Rechnung tragen zu wollen, dass einzelne Ich-Zustände je nach Situation nach außen hin mehr oder weniger „handlungsaktiv“ werden und/oder jeweils mehr oder weniger als „ich selbst“ erlebt werden.

Er führt dies auf die verschiedenartige Besetzung der Ich-Zustände mit den drei Energieformen zurück. *Berne* benennt den Ich-Zustand als reales Selbst („real self“), der zu einem gegebenen Zeitpunkt über die größte Menge an freier Energie verfügt.

Dieses „reale Selbst“ versteht er als jenen Teil der Persönlichkeit, der als „Ich“ erlebt wird: wobei es hier um ein Selbsterleben geht, das für diesen Augenblick mit dem eigenen Wesen in Übereinstimmung ist, bzw. mit diesem identisch erlebt und begriffen wird.

Anmerkung: Ich möchte an dieser Stelle darauf aufmerksam machen, dass ich nicht der Meinung bin, dass der Begriff des realen Selbst in Zusammenhang mit dem Selbstbegriff der Schulen der Selbstpsychologie steht (z.B. Kohut). Schlegel diskutiert diese Frage in seinem Buch ausführlicher.

Was *Berne* als reales Selbst beschreibt, ist meiner Meinung nach zwar eine mit sich selbst stimmig erlebte Instanz, die aber keineswegs einen festen Platz in der Persönlichkeitsorganisation hat, sondern „mal diesen, mal jenen“ Teil der Persönlichkeit mit „Selbsterleben“ besetzt. Ein „Kernselbst“ hingegen, wie ich es verstehen wollte, hätte eine gewisse Permanenz: eine verlässliche Dauerhaftigkeit im Rahmen des sonstigen Persönlichkeitsausdrucks. Im übrigen wäre zu fragen, ob ein solches „wahres Selbst“ oder „Kernselbst“ nicht unter Umständen den Rahmen einer Persönlichkeitspsychologie sprengt und deshalb zur Beschreibung dieser Phänomene andere Konzepte als psychologische zur Anwendung zu bringen wären, z.B. spirituell orientierte.

Berne benennt weiterhin den Ich-Zustand als „ausführende Macht“ (executive), der zu einem gegebenen Zeitpunkt über die größte Menge an entbundener und freier Energie verfügt.

Diese ausführende Macht bezieht sich auf den Teil der Persönlichkeit, der in bestimmten Augenblicken die tatsächliche Kontrolle über das Verhalten einer Person hat.

Fernerhin benenne ich diese ausführende Macht zeitweise mit dem Begriff „Handlungsaktivität“. Gleichzeitig wiederum mag es vom Standpunkt eines Beobachters aus oder in der Selbstwahrnehmung einer Person andere Persönlichkeitsanteile geben, die in ihrem „Ich-Erleben“ durchaus nicht mit der derzeitigen „Handlungsaktivität“ bzw. „ausführenden Macht“ in Übereinstimmung sind.

Nach *Berne* ist die ausführende Macht in *den* Augenblicken gegeben, da die aktive Energie, also die unwillkürliche und willkürliche gemeinsam, andere Energierepräsentanzen anteilmäßig dominiert und damit handlungssteuernd ist.

Nochmals sei darauf hingewiesen, dass dies keineswegs ein sich „stimmig fühlen“ mit dem handelnden Anteil zur Folge haben muss.

Beispielsweise kann ein Patient aus der Dynamik des K2 heraus suizidale Impulse ausagieren (sich gefährden), wobei er von einer anderen Instanz her diesen Anteil durchaus nicht als mit sich selbst stimmig erlebt (Es fühlt sich so fremd an ...), sondern ihn reflektiert hinterfragt (Warum tue ich das. ...?).

Hier ist das reale Selbst als reflektierender Anteil im Er2 gegeben, während die ausführende Macht (das Ausagieren des Suizidimpulses) vom K2 ausgeht.

Während im obigen Beispiel die Person aus dem Er2 heraus deutlich registriert, dass ihr am Leben gelegen ist, wäre ebenso vorstellbar, dass jemand zwar den Suizidimpuls aus nachvollziehbaren Gründen nicht auslebt (Er2 hat die ausführende Macht), aber sich selbst sehr wohl mit diesem Impuls als stimmig erlebt und ständig durch ihn „verführt“ ist. Beide Beispiele zeigen, dass reales Selbst und ausführende Macht in jeweils unterschiedlichen Ich-Zuständen zuhause sind, dies auf zweierlei verschiedene Weisen.

Schlegel (1988, S 46) benennt das reale Selbst als „erlebendes Ich“ und die ausführende Macht als „verhaltenssteuerndes Ich“. Die Verwendung dieser Begriffe scheint mir zwar einerseits plausibel, andererseits will ich sie hier nicht grundsätzlich übernehmen, weil sie meiner Meinung nach Implikationen beinhalten, die wiederum der Diskussion bedürften. Diese Diskussion würde aber den hier gemeinten Rahmen meiner Ausführungen sprengen.

Nochmals zur Übersicht:

Reales Selbst (real self) = freie Energie:

der Teil der Persönlichkeit, der als mit sich selbst stimmig bzw. identisch erlebt wird (sowohl in der Selbstwahrnehmung der Person als auch möglicherweise von außen)

Ausführende Macht (Executive) = freie und entbundene Energie:

der Teil der Persönlichkeit, der das Verhalten zu einem gegebenen Zeitpunkt tatsächlich steuert (sowohl in der Selbstwahrnehmung der Person als auch möglicherweise von außen)

4. Konzept des Ich-syntonen und Ich-dystonen Zustandes

Ich-synton (ego-synton) nennt man einen psychischen Zustand, bei dem reales Selbst und ausführende Macht in einem Ich-Zustand zusammentreffen.

Eine solche Person erlebt sich oder wird als mit ihrer derzeitigen Handlung und sich selbst stimmig erlebt: sie ist mit ihrem Tun und ihrem Erleben als in einem Ich-Zustand deckungsgleich zu betrachten.

Ich-dyston (ego-dyston) nennt man einen psychischen Zustand, bei dem reales Selbst und ausführende Macht nicht in einem Ich-Zustand zusammentreffen, sondern das reale Selbst einem anderen Ich-Zustand zugeordnet werden muss als die ausführende Macht.

Eine solche Person erlebt sich oder wird als nicht mit ihrer Handlung deckungsgleich erlebt: der eine Ich-Zustand hat die ausführende Macht, ist also handlungsaktiv, das Erleben aber der Stimmigkeit mit sich selbst ist in einem anderen als dem handelnden Ich-Zustand zuzuordnen.

Ich habe zuvor das Beispiel eines suizidalen Patienten angeführt, bei dem reales Selbst und ausführende Macht in verschiedenen Ich-Zuständen zu finden ist. Diesen Zustand bezeichnet man jeweils als dyston.

Im Beispiel eines suizidalen Patienten bleibend, will ich nun zeigen, was ein syntoner Zustand bedeuten mag:

Lebt ein Patient seine suizidalen Impulse in Form von starker Selbstgefährdung tatsächlich aus und fühlt sich gleichzeitig mit diesem Anteil stimmig, so ist er als K2-synton zu betrachten, sofern die Dynamik der Suizidalität dem K2 entstammt. Hier ist sowohl die Handlungsaktivität aus der Dynamik des K2 gegeben, als auch das Selbsterleben mit diesem handelnden Anteil stimmig. In einem fortgeschrittenen Stadium des Therapieprozesses ist vorstellbar, dass zum einen das Er2 die Kontrolle über das Verhalten behält und damit die ausführende Macht hat, und andererseits das Selbsterleben mit der ehemals vorhandenen Suizidalität im K2 nicht mehr identisch ist, sondern sich in einen lebensfrohen und -bejahenden Anteil des Er2 zurückverlagert. Auch hier hätten wir es, diesmal in gesunder Form, mit einem Ich-syntonen Zustand zu tun

Der Ich-Zustand des K2-Systems, aus dem heraus zuvor die Suizidalität erlebt und gelebt wurde, wäre jetzt in latentem Zustand, d. h. nur noch mit gebundener Energie besetzt, damit aber durchaus prinzipiell noch abrufbar.

Unter anderem zeigt das oben angeführte Beispiel, wie sowohl der Begriff „reales Selbst“ als auch der Begriff „ausführende Macht“ zunächst wertfrei zu denken sind, denn weder das eine noch das andere sind an sich „besser oder schlechter“, sondern gewinnen ihre Bedeutung erst im Zusammenhang mit funktionalen oder dysfunktionalen Äußerungsformen einer Person.

Desgleichen möchte ich an dieser Stelle nochmals daran erinnern, wie sehr es durchaus Konsequenzen für die Konzeptionalisierung und die Anwendung des Energiemodells hat, ob ich strukturanalytisch (Ursprungsmodell von Berne) oder funktionsanalytisch denke.

Um das Vorausgegangene in Punkt 3 und 4 einem noch konkreteren Verständnis zugänglich zu machen, will ich hier noch einmal auf das anfangs erwähnte Beispiel zurückkommen:

Ich sitze an der Ausarbeitung meines Vortrages, sammle Material, reflektiere es und bringe es zu Papier. Ich tue dies gern und erlebe in meiner Aktivität eine Stimmigkeit mit mir selbst: nicht nur bin ich aus dem Er2 heraus verhaltensgesteuert, sondern ich erlebe mich auch mit mir identisch oder „wesensgleich“. Hier treffen ausführende Macht und reales Selbst in einem Persönlichkeitsanteil bzw. Ich-Zustand zusammen, nämlich im Er2. Man könnte sagen Er2-synton. Denkbar wäre auch, dass ich zwar meinen Vortrag ausarbeite und in diesem Sinne auch aus dem Er2 heraus handlungsaktiv bin, ich mich aber gleichzeitig wenig oder gar nicht mit dieser Aktivität wesensgleich fühle. Mein reales Selbst wäre dann in einem anderen Ich-Zustand zu vermuten als die ausführende Macht. Wenn wir davon ausgehen, dass es in einem der Ich-Zustände der drei Ich-Zustands-Systeme anzutreffen ist, dann hinge sein Aufenthaltsort sicher auch von der sonstigen innerpsychischen Lage meiner Person ab: erlebe ich beispielsweise, wie zuvor, die Mobilisierung eines Ich-Zustandes des K2-Systemes (sehnsüchtiger Wunsch sich den spielenden Kindern anzuschließen und die Blockierung dieses Wunsches in meiner Kindheit), so verlagert sich in diesem Augenblick mein reales Selbst in diesen Ich-Zustand, und damit ist dort für diesen Augenblick mein Selbsterleben gegeben. Ich befinde mich jetzt in einem Er2-dystonen Zustand, wobei sich, bei bleibender Handlungsaktivität aus dem Er2 mein Selbsterleben in das K2 „abgesetzt“ hat (der mobilisierte Ich-Zustand des K1-Systems als „fixiertes“ Relikt der Vergangenheit betrachtet).

Wähle ich an dieser Stelle funktionsanalytisch zu denken, so wäre zunächst die Frage, welche psychischen Qualitäten jeweils in Aktion sind, während ich arbeite. Eine weitere Frage könnte dann sein, ob ausführende Macht und reales Selbst in einem Ich-Zustand anzutreffen sind oder sich jeweils auf verschiedene Ich-Zustände verteilen. Davon hänge ein dystonischer oder syntonischer Zustand ab.

Ob Überlegungen zum Energiekonzept in Zusammenhang mit dem Funktionsmodell praxisrelevant sind, wäre natürlich je nach Situation neu zu bedenken. Das Gleiche würde für mich im Rahmen des phänomenologischen Modells (Worte-Gedanken-Gefühle) gelten, wobei ich im Übrigen dieses Modell für ein verkürztes funktionsanalytisches Modell halte (*Schmid*, 1986).

5. Konzept der Ich-Zustands-Grenzen

(ego-state-boundaries)

Ich erwähnte bereits anfangs, dass *Berne* Ich-Zustands-Grenzen als „semipermeabel“ annimmt. Hier sei noch ergänzt, dass *Berne* einen Ich-Zustand als eine „psychological entity“ (*Berne*, 1961, Introduction XVII+S.22) beschreibt, die sich jeweils von einer anderen unterscheidet. Es seien eben diese psychologischen Einheiten, die eine psychologische Wirklichkeit erkennbar werden lassen (*Berne*, 1961, Introduction XIX), und die bestimmte Inhalte vom Rest des psychischen Materials abgrenzen (*Berne*, 1961, S. 22).

Auf dem Hintergrund dieser gegeneinander abgegrenzt gedachten Einheiten entwickelte *Berne* dann die Idee der Ich-Zustandsgrenzen, die eben diese Einheiten (entities) voneinander scheiden und die gleichzeitig semipermeabel sind. Diese Durchlässigkeit garantiert einen gesunden Energiefluss, den von ihm als „flow of cathexis“ (*Berne*, 1961, S. 21) bezeichneten Fluss von Energie.

Nun zu dem von *Berne* verwendeten Beispiel zur Erläuterung seines Energiekonzeptes:

Anmerkung: *Berne* selbst verwendet mit diesem Beispiel verschiedene Ich-Zustands-Modelle, ich möchte mich darauf beschränken, mein Verständnis seines Beispiels im Rahmen des Konzeptmodelles wiederzugeben.

Berne beschreibt eine psychotisch organisierte Frau, Mrs. Tettar (*Berne*, 1961, S. 21+24), die unter einem Waschzwang leidet. Er beschreibt sie im gesunden Zustand und im neurotischen Zustand (den er in diesem Zusammenhang interessanterweise deckungsgleich benennt mit dem Zustand der Remission oder auch eines präpsychotischen Zustandes).

a) Im **gesunden** Zustand beschreibt *Berne* die Patientin als Er2-synton:

Dies, weil die aktive Energie (ungebundene und freie gemeinsam) mengenmäßig im Vergleich zur Restenergie im Er2 dominiert und damit die ausführende Macht darstellt, und weil gleichzeitig freie Energie im Er2 verfügbar ist, die das reale Selbst ausmacht, also auch die Stimmigkeit mit sich selbst aus diesem Ich-Zustand heraus garantiert.

Zu diesem Zeitpunkt ist die zuvor vorhandene Symptomatik des Handwaschwangs in den Hintergrund getreten: das K2 ist mit gebundener Energie besetzt und daher nur latent verfügbar. *Berne* würde wohl auch sagen, es ist jetzt „de-commissioned“, also außer Dienst gestellt. Der Zwang zum Händewaschen wird von der Patientin derzeit also weder erlebt noch ausgelebt.

b) Im **neurotischen** Zustand (bzw. im Zustand der Remission oder im präpsychotischen Zustand) beschreibt er die Patientin als Er2-dyston:
Dies, weil die ausführende Macht jetzt, zumindest zeitweise, im K2 „residiert“ und die Patientin somit ihrem Waschwang nachgibt.

Während also das Verhalten der Patientin aus jenem Ich-Zustand des K2-Systems gesteuert ist, liegt gleichzeitig eine weitere Energiebesetzung vor, nämlich die des Er2 mit freier Energie. Dieses reale Selbst weiß das Symptom zu reflektieren bzw. sich in gewisser Weise von ihm zu distanzieren.

Zu diesem Zeitpunkt wird der Waschwang also zeitweilig ausgelebt (aus dem K2 als ausführende Macht), aber gleichzeitig gibt es eine weitere psychische Repräsentanz (aus dem Er2 mit dem realen Selbst), die sich von dem Symptom abgrenzt und es als unnötig begreift. Rationalisierungen aus dem K2 („das muss sein, weil meine Hände schmutzig sind“) können so vom realen Selbst „abgefangen“ und als Scheinargumente identifiziert werden.

c) Im **psychotischen** Zustand schließlich (akutes Stadium) beschreibt *Berne* die Patientin als K2-synton:
Die freie Energie des Er2 hat sich zu diesem Zeitpunkt in das K2 verlagert, und die Gesamtmenge an aktiver Energie (entbundene und freie) ist nun dort groß genug, um das K2 die ausführende Macht haben zu lassen.

Zu diesem Zeitpunkt residiert das Selbsterleben im K2, und ebenso wird vom K2 aus der Waschwang handelnd ausgelebt. Reales Selbst und ausführende Macht sind also im K2 deckungsgleich geworden, und damit ist ein K2-syntoner Zustand gegeben. Erklärungen aus dem K2 („es muss sein“) werden hier vom Er2 widerspruchlos hingenommen und eben nicht „abgepuffert“ bzw. „abgefangen“, weil eine entsprechende Energiebesetzung des Er2 in diesem Augenblick nicht gegeben ist.

6. Konzept der funktionellen und strukturellen Pathologie (functional and structural pathology)

A. Funktionelle Pathologie

Unter **funktioneller Pathologie** beschreibt *Berne* Störungen im Rahmen der Energiedichte und Störungen der Durchlässigkeit der Ich-Zustands-Grenzen.

1. Wechselnder Fluss der Energie (altered flow of cathexis)

a) Die Dichte (Viskosität) der Energie ist zu niedrig.

Das Ergebnis ist eine „dünnflüssige Energie“, die sich in der Labilität einer Person bemerkbar macht (z.B. zu schneller Stimmungswechsel).

b) Die Dichte (Viskosität) der Energie ist zu hoch.

Das Ergebnis ist eine „zähflüssige Energie“, die sich im Phlegmatismus einer Person bemerkbar macht (z.B. deutlich verlangsamte Reaktion auf eine Vielzahl von Stimuli).

Zusatzkommentar: Indem Energie von Berne als „dicht“ (Viskosität) bezeichnet wird, schleicht sich hier wieder das Bild einer Flüssigkeit ein. „Energie“ ist damit aber nicht notwendigerweise gleichzusetzen.

2. Wechselnde Durchlässigkeit der Ich-Zustands-Grenzen (altered permeability of ego-state-boundaries)

Hier ist das Problem nicht durch die Konsistenz bzw. Dichte der Energie gegeben, sondern es liegt in der veränderten Durchlässigkeit der Ich-Zustands-Grenzen, die nicht mehr wie gesunderweise als halbdurchlässig betrachtet werden können:

a) Die Durchlässigkeit ist zu gering, dies ist gleichbedeutend mit rigiden Ich-Zustands-Grenzen (rigid boundaries).

Das Ergebnis ist der allmähliche Ausschluss eines Ich-Zustandes, weil der Fluss der Energie bei zu rigiden Ich-Zustands-Grenzen nicht mehr in genügendem Ausmaß gewährleistet ist.

b) Die Durchlässigkeit ist zu hoch, dies ist gleichbedeutend mit laschen Ich-Zustands-Grenzen (lax boundaries).

Das Ergebnis hier soll eine besondere Form des Stimmungswechsels sein, der aber nach *Bernes* Beschreibung sehr der zuvor erwähnten Labilität ähnelt.

Anmerkung: Ich selbst glaube nicht, dass für die Anwendungspraxis bedeutsam ist, ob „Pathologie“ das Ergebnis einer Störung der Energiedichte ist oder Ergebnis einer Störung der Permeabilität der Ich-Zustands-Grenzen. In beiden Fällen kommt es einerseits zu einer „Grenzverschwimmung“ der Ich-Zustandsgrenzen (Energie zu dünnflüssig und/oder Durchlässigkeit der Ich-Zustandsgrenzen zu hoch) - oder andererseits zur „Überabgrenzung“ der Ich-Zustände untereinander (Energie zähflüssig oder Durchlässigkeit der Ich-Zustands-Grenzen zu gering).

Im ersten Fall ist das Resultat letztlich eine Trübung oder möglicherweise sogar die teilweise Aufhebung der Ich-Zustandsgrenzen (z.B. wäre dies für einen Borderline-Patienten zu bedenken), im zweiten Fall ist das Resultat ein allmählicher Ausschluss eines oder mehrerer Ich-Zustände. Damit würde aber die von *Berne* als funktionelle Pathologie beschriebene Störung letztlich auf das hinauslaufen, was er später als strukturelle Störung bezeichnet.

B. Strukturelle Pathologie

Bei der Beschreibung der strukturellen Pathologie zeigt sich noch einmal deutlich, wie *Berne* hier im Rahmen des Energiekonzeptes sowohl funktionsanalytisch z.B. „judge-mental“ oder „nurturing“ (*Berne*, 1961, S. 30) und andererseits strukturanalytisch denkt, wenn er beispielsweise „delusions“ erwähnt (*Berne*, 1961, S. 31).

1. Ausschluss (Exclusion)

Ausschluss bezeichnet nach *Berne* die vorwiegende Dominanz eines der Ich-Zustands-Systeme, wobei jeweils eines oder zwei ausgeschlossen werden können, wobei die verbleibenden Ich-Zustands-Systeme ausschließenden Charakter haben.

Ausschluss ergibt sich entweder aus einer Störung der Energiedichte oder einer Störung der Permeabilität der Ich-Zustands-Grenzen (siehe funktionelle Pathologie).

Ebenso wird von *Berne* der Ausschluss auch als das Ergebnis psychodynamischer Prozesse beschrieben, die es dem Individuum nötig erscheinen lassen, diese Form der Abwehr oder der Verleugnung und Kontrolle psychischer Aspekte einzusetzen (*Berne*, 1961, S. 27+28).

2. Trübung

Berne spricht von „prejustices“ einerseits und „delusions“ andererseits (*Berne*, 1961, S. 31). Die von ihm später angeführte Definition von Trübung (*Berne*, 1961, S. 61) scheint mir eine sinnvollere und insgesamt brauchbarere zu sein: dort beschreibt er Trübung als den standardisierten Teileinschluss eines Ich-Zustandes in einen anderen. *Berne* macht dabei deutlich, dass es sich jeweils um „completely cathected coherent states of mind“ handelt (*Berne*, 1961, S. 61). *Berne* diskutiert die Begriffe *synton* und *dyston* im Zusammenhang mit dem Trübungskonzept (*Berne*, 1961, S. 31). Auf diesen Aspekt möchte ich später zurückkommen.

7. Konzepte der Ich-Zustands-Grenz-Symptome (boundary-Symptoms)

Berne geht hier erneut auf eine Störung der Grenzen zwischen den Ich-Zuständen ein, die er mit dem Begriff „Läsion“ prägt:

Während Ich-Zustandsgrenzen als „komplexe Membranen von außerordentlich selektiver Durchlässigkeit“ gesehen werden, kommt es bei der Läsion zu Symptomen, die er „Grenzsymptome“ nennt (*Berne*, 1961, S. 51).

Darunter fallen nach *Berne* unter anderem:

- Gefühle der Irrealität,
- Entfremdungsgefühle,
- und Depersonalisationserleben.

Ich will hier auf *Bernes* Beschreibung dieser drei Phänomene nicht weiter eingehen, da mir seine Überlegungen dazu im Zusammenhang mit dem Energiekonzept wenig Sinn machen.

Berne beschreibt (1961, S. 52), wie diese Phänomene unter anderem durch den „Abbruch des Kontaktes von einem Ich-Zustand zu einem anderen“ zustande kommen. Gleichzeitig ist meiner Meinung nach natürlich zu bedenken, ob dieser Abbruch nicht in die Nähe dessen rückt, was wir unter Ausschluss verstehen, nämlich etwas, das *Berne* im gleichen Kontext ebenfalls diskutiert.

Bedenkenswert ist unter Umständen auch, wie diese drei Begriffe unter energetischen Gesichtspunkten weiterhin begriffen werden könnten.

Erwähnenswert scheinen mir noch *Bernes* Überlegungen zum Symptombegriff im Allgemeinen, die er im selben Kapitel diskutiert. Er sagt: „Symptoms are each exhibitions of a single definit ego-state, activ or excluded“, und er erwähnt weiterhin, dass diese Symptome auch Resultat von Trübungen zwischen verschiedenen Ich-Zuständen sein könnte (*Berne*, 1961, S. 49). Als eine der ersten Aufgaben der Strukturanalyse benennt er die Notwendigkeit der Entscheidung darüber, welcher Ich-Zustand es jeweils sei, der ein Symptom zeige.

Begreift man EI, Er und K als Sammelkategorie für die Vielzahl aller bei einer Person bestehenden Ich-Zustände, so lässt sich daraus ableiten, wie schwierig es zuweilen sein kann, ein Symptom als übernommen (EI2), als realitätsgerecht (Er2) oder als Relikt der Vergangenheit (K2) zu identifizieren. Dies gilt, unter anderem, insbesondere für jene Störungen, bei denen Kliniker eher instabile Ich-Zustands-Grenzen anzunehmen versucht sind (z.B. bei Borderline Patienten oder vorübergehend bei psychotisch organisierten Persönlichkeiten).

8. Praxisrelevante Überlegungen zum Energiekonzept

Dieser Teil der Arbeit soll sich nun vorwiegend mit mir interessant erscheinenden Aspekten der Anwendungspraxis befassen. Ich werde hier z. T. über das Energiekonzept hinausgehende Konsequenzen einfließen lassen, soweit sie für meine Fragestellungen relevant sind. Die Beispiele sind meinem Erfahrungsbereich als Psychotherapeutin entnommen.

Berne beschreibt in seinem Buch das schließliche Ziel der TA (*Berne*, 1961, S. 246): Neben der „anatomischen Phase“, die in der strukturellen Neuordnung und der Neuintegration (structural readjustment and reintegration) besteht, geht es in der „physiologischen Phase“ um die Neuverteilung von Energie (redistribution of cathexis) mit dem Ziel der Vorherrschaft (Hegemonie) des Er2 in Form von sozialer Kontrolle.

Dieser dynamischen Phase sollte eine zweite folgen, er nennt sie „analytische Phase“, die den Versuch darstelle, das K2 zu entwirren (*Berne*, 1961, S. 246). Die Neu- und Umverteilung von Energie ist also ein „physiologischer Begleitprozess“ während einer strukturellen Neuordnung der Gesamtpersönlichkeit, metaphorhaft von *Berne* als „anatomische Phase“ bezeichnet.

Während es *Berne* um die „Clarification“ (Klärung) und Definition der Ich-Zustands-Grenzen geht (*Berne*, 1961, S. 246) und damit auch um einen Entrübungsprozess, geht es ihm gleichzeitig einerseits um die Verbesserung (emendation) oder um das Ersetzen (replacement) des EI2 und andererseits um die Entwirrung des Kindes (*Berne*, 1961, S. 246).

Dazu ein Beispiel:

Ich helfe über einen gewissen Zeitraum hinweg einer Patientin, ich will sie hier Beate nennen, durch spezifische Interventionen, ein in ihrem Elternhaus üblich gewesenes und noch übliches verrücktes Kommunikationsmuster als solches wahrzunehmen, zu durchschauen und sich davon zu distanzieren. Hebe ich gleichzeitig diesbezüglich bestehende Trübungen des Er2 auf, durch einerseits eine Entrübung vom traditionell verankerten psychischen Erbe (EI2) und durch andererseits eine Entrübung von negativ entwicklungsgebundenen Reaktionen (K2), dann setzt ein solcher Neustrukturierungsprozess bereits ein. Gleichzeitig bedeutet dies eine Klärung (Clarification) und Neudefinition der Ich-Zustands-Grenzen, die unter anderem ja auch dadurch gegeben ist, dass ich die, bisher das Er2 trübenden Inhalte an das EI2 und K2 zurückdelegiere.

Eine der EI2 bedingten Trübungen war die Idee: „Nach etwas fragen heißt: wissen müssen, ob ich es kriege; bekomme ich es nicht, heißt dies, dass ich das Falsche gewollt habe; also frage ich nicht, um nicht das Falsche gewollt zu haben.“ Eine gründliche Exploration dieses skriptgebundenen Gedankenmusters zeigt, dass es bereits von der Mutter gegenüber dem Vater gelebt wurde, wobei die Tochter von früh an diesen Aspekt mütterlichen Verhaltens und dazugehörige Denk- und Fühl-Schemata übernahm und gleichermaßen auslebte. Eine der K2- bedingten

Trübungen war die Idee: Fragen! (im Weltbild der Patientin: mich in Erscheinung bringen oder exponieren heißt, jemanden verletzen, weil ich ihn mit meinen Wünschen „in die Klemme bringe“ und mit ihm konkurriere).

Daran gekoppelt war die generelle Idee, dass deutliche Abgrenzung gegen andere, diesen Schaden zufügen könne. Diese Ideen samt dem dazugehörigen massiven Rückzugsverhalten und starken, verleugneten Ängsten waren unter anderem eine Reaktion des K2 auf die gegebenen irremachenden Bedingungen

Jede effektive Arbeit mit den Inhalten des E12 und des K2 führt einerseits zur strukturellen Neuordnung traditionsgebundener Inhalte (E12), andererseits zur Neuorganisation entwicklungsgebundener Inhalte (K2). Gleichzeitig wird dabei das Er2 enttrübt, welches im Übrigen auch durch die Integration neuer Inhalte seine Hegemonie wieder gewinnt oder sie sich erwirbt.

Sind Inhalte des E12- und des K2-Systems, welche das Er2 bisher trübten, an den Ort ihrer Herkunft „zurückverwiesen“ worden und entsprechend nach Notwendigkeit und Bedarf auch bewältigt worden, dann ist es während dieses Prozesses zu einer Wiederherstellung und/oder Festigung der Ich-Zustands-Grenzen gekommen (realignment and strengthening) (Berne, 1961, S. 148).

Der Aspekt der Reintegration und Integration neuer Inhalte schließt natürlich auch die Wiedereingliederung ausgeschlossener Ich-Zustände ein (z.B. den ausgeblendeten Aspekt eines positiven mütterlichen Elternteils) und ebenso die Aufnahme geeigneter alternativer Sichtweisen und Korrekturen in allen drei Ich-Zustands-Systemen. Dazu kann auch die Verinnerlichung neuer funktionaler E12-Aspekte gehören und das Resultat eines gelungenen Entwirrungsprozesses, wie Berne ihn metaphorhaft beschreibt (Berne, 1966, S. 243).

Hier kurz die Ausführung zu dem, was Berne als „Entwörung des Kindes“ bezeichnet:

- Entziffern (decoding)
- Entgiften (detoxifine)
- Neuorganisation vergangener Erfahrungen (reorganization of past experiences)
- Korrektur von Verzerrungen (correction of distortions)

Anmerkung: Ich bin der Meinung, dass bei derartigen Prozessen nicht nur das K2-System eine Neuordnung und eine Neuintegration erfährt, sondern u. U. auch das E12-System.

Alle oben genannten Prozesse erfordern den ständigen Fluss von Energie und ihren ständigen Wechsel im Rahmen der energetischen Umbesetzung von Ich-Zuständen innerhalb eines Ich-Zustandssystems und/oder der Ich-Zustands-Systeme untereinander. Sie erfordern ebenso den Energiefluss im Rahmen der Neubesetzung von Ich-Zuständen und im Rahmen des „Außer-Dienst-Stellens“ dysfunktionaler Ich-Zustände (Berne, 1961, S. 246).

Unsere therapeutischen Interventionen helfen also auch, jeweils Energie dort in Bewegung zu bringen, wo sie blockiert ist: z.B. bei der Auflösung von „Fixierungen“ im K2, bei der Auflösung von festgefahrenen und überlebten Mustern im E12 und/oder bei der Wiederbesetzung von ausgeblendeten Er2-Anteilen. Oder sie helfen, Energiefluss da zu blockieren, wo er „Symptome füttert“ bzw. dysfunktionale Ich-Zustände mobilisiert: z.B. auch die ständige Wiederbelebung eines feindseligen Vaterbildes (aus K2), das aus Loyalitätsgründen der Mutter gegenüber aufrechterhalten wird.

Berne diskutiert im Rahmen des Energiekonzeptes und des „Ziels der TA“ den Begriff der Autonomie nicht. Interessant wäre aber zu fragen, was eine Person unter energetischen Gesichtspunkten auszeichnet, die als autonom zu betrachten wäre. Ich will hier in Anlehnung an

Berne unter Autonomie die Fähigkeit zu Bewusstheit, Spontaneität und Intimität verstehen. Ebenso sei die Fähigkeit einer Person zur freien Wahl der Ich-Zustände ergäuzt.

Wer aber aufmerksam und achtsam sich selbst und anderen gegenüber ist, wer seine Ich-Zustände nach Wahl besetzen kann und dabei Spontaneität und Intimität ihren kontextangemessenen Platz haben lassen kann, der muss nicht nur eine ausgeprägte Fähigkeit besitzen, auf Stimuli von außen hin zu reagieren (und damit entbundene Energie zu mobilisieren), sondern er muss auch über ein Potential willentlicher Mobilisierung von Energie (und damit freier Energie) verfügen.

Beispielsweise die Bereitschaft, Stimuli der Umwelt aufzunehmen, zu verarbeiten, eventuell zu integrieren und unter Umständen mit einer entsprechenden und willentlich entschiedenen Handlungskonsequenz zu versehen: das regen wir nicht zuletzt auch bei unseren Patienten an.

Im Rahmen sich entwickelnder Autonomie kommt es also auch zu einer vermehrten Entwicklung von entbundener und freier Energie, wobei zuvor da gewesene „Verhärtungen“ oder „Fixierungen“ „althergebrachter“ und überlebter Muster der Lebensgestaltung nach und nach aufgelöst werden.

Vielleicht ist unter dem Vorzeichen dieser Sichtweise vorstellbar, dass in einem solchen Prozess mehr und mehr gebundene Energie entbunden wird und sich in freie verwandelt. Andererseits sollte man nicht auf die Idee kommen, die gebundene Energie als die Energie der „Unterdrückung“ zu bezeichnen, weil dies zu kurz gefasst wäre.

Wenn Energien innerhalb des psychischen Systems auf die oben beschriebene Weise mobilisiert werden, so stellen wir unter anderem auch fest, dass unser Handeln (ausführende Macht) und unser Selbsterleben (reales Selbst) öfter als zuvor deckungsgleich sind, und wir mehr Stimmigkeit mit uns selbst erleben. Mir scheinen unter dieser Bedingung dann prinzipiell sowohl syntone als auch dystone Zustände als aus allen drei Ich-Zustands-Systemen möglich. Das heißt, wir können uns zu einem gegebenen Zeitpunkt durchaus sowohl in EI, Er, oder K mit der ausführenden Macht und dem realen Selbst deckungsgleich oder identisch erleben und erlebt werden.

Ebenso, meine ich, werden wir dann fähig sein, dystone Zustände, also Augenblicke, in denen Handlungsaktivität und Selbsterleben auf zweierlei Instanzen verteilt sind, hinzunehmen bzw. zu tolerieren, z.B. trotz meiner Sehnsucht zu gemeinsamem Spiel mit den Kindern meiner Arbeit weiter nachzugehen (ausführende Macht Er2), obwohl mein Selbsterleben (reales Selbst K2) nach anderem drängt.

Ergänzend hinweisen möchte ich noch darauf, dass *Berne* die „normale Persönlichkeit“ als „well-organized“ beschreibt, die sich dadurch auszeichne, dass sie gut definierte, aber nicht undurchlässige, sondern halbdurchlässige Ich-Zustandsgrenzen habe, und diese Person fähig sei, EI, Er und K voneinander zu scheiden (segregate) (*Berne*, 1961, S. 44).

Ich denke, *Berne* spricht hier auch die Notwendigkeit der „Zusammenarbeit“ bzw. Kommunikationsfähigkeit der Ich-Zustandssysteme untereinander an, bei gleichzeitiger stabiler Funktion jedes einzelnen Ich-Zustandssystems (*Berne*, 1961, S. 44). Damit plädiert er für einen ausgewogenen Fluss der Energie *in* den Ich-Zuständen und ein ausgewogenes Kräftespiel von Energie *zwischen* den drei Ich-Zustands-Systemen.

Den meisten von uns dürfte die Notwendigkeit dieses Kontaktes der Ich-Zustände untereinander wohl bekannt sein.

2. Zur Symptomatologie

Bereits analytische Literatur (z.B. Greenson) weist darauf hin, wie wichtig die *Introspektionsfähigkeit* eines Patienten ist. Sie wird als notwendige Voraussetzung gesehen, um einen Patienten therapieren zu können: Gemeint ist mit dieser Fähigkeit zur Selbstwahrnehmung nichts anderes als die Verfügbarkeit einer psychischen Instanz, die die eigene Symptomatik reflektieren kann. Dies heißt aber in transaktionsanalytischer Sprache nichts anderes, als dass ein reales Selbst im Er2 gegeben sein muss, welches das ausgelebte Problem aus E12 oder K2 (ausführende Macht) in Augenschein nimmt und sich von ihm in irgendeiner geeigneten Weise distanziert, so dass die Problematik dann, weil reflektiert, einer Auflösung leichter zugänglich wird.

Ist dies der Fall, so sprechen wir von einem Ich-dystonen Zustand (Er2 reales Selbst, K2 oder E12 in der ausführenden Macht).

Insofern erweisen sich auch die so genannten „Widerstände“, solange sie unreflektiert bleiben, als grundsätzlich synton. Verweigert sich beispielsweise ein Patient das Eingeständnis einer Alkoholproblematik auf Existenz- oder Signifikanzebene und rechtfertigt er diese Schwierigkeit immer wieder, ohne sie zu beheben, so ist diese gegebene Konstellation zunächst einer Lösung nicht zugänglich. In der Regel würden wir davon ausgehen, dass ein zur Reflektion fähiger Anteil sich in das Er2 verlagern müsste (reales Selbst), um von dort aus zumindest gemeinsam mit dem Therapeuten, das Symptom der Reflektion zugänglich zu machen. Geschieht diese Reflektion, so ist der Patient jetzt nicht mehr in einem z.B. K2-syntonen Zustand, sondern er ist Er2-dyston geworden (reales Selbst im Er2, ausführende Macht evtl. nach wie vor in Form des Trinkens im K2). Wenn ich bei jenem Patient mit der Alkoholproblematik dieses Symptom in das K2 verlege, so ist dies eine der Möglichkeiten, die gegeben sein können. Grundsätzlich wäre natürlich genauso vorstellbar, dass diese Symptomatik aus dem E12 gelebt wird, dann nämlich, wenn sie als übernommen und in Tradition elterlicher Gewohnheiten nachgelebt wird. Dann würden wir entweder von einem E12-syntonen Zustand sprechen, sofern ein reales Selbst im Er2 nicht auffindbar ist, oder wir würden von einem Ich-dystonen Zustand sprechen, wenn das reale Selbst sich vom Symptom im E12 zu distanzieren weiß.

Ich will hier ein eigenes Beispiel aus meiner Praxis folgen lassen:

Ich habe Paul, so will ich ihn hier nennen, seit kurzer Zeit in Therapie. Die zunächst vorläufige Diagnose einer „Character-disordered-structure“ scheint sich zu bestätigen. Die ersten Explorationsgespräche haben bereits gezeigt, dass er selbst kein Problem zu haben glaubt, es unterdessen bei anderen Personen und umgebenen Bedingungen ansiedelt. Seine Frau hat sich vor kurzem von ihm getrennt und möchte sich jetzt scheiden lassen, wobei er den Tatbestand der Trennung nicht akzeptieren kann und die im Raum stehende Scheidungsabsicht der Frau hartnackig leugnet. Er hat der Frau gegenüber eine außerordentlich ausbeuterische Haltung gezeigt, was er z. T. lachend zugibt. Bezüglich einer Eigenbeteiligung an der Ehekrise ist er nicht zugänglich, die Schuld läge allein bei der Frau. In fast allen Bereichen ist ein Hinterfragen seiner Person oder sonstiger Einspruch von draußen (Freunde, Mitpatienten) nicht möglich. Jeder Anschein von Einsprüchen stammt entweder massiv zerstörerischen Anteilen des E12-Systems oder ähnlich zerstörerischen Anteilen des K2-Systems und ist damit keinerlei Anregung für einen Wachstumsprozess zugänglich.

Der Patient schien in den meisten Bereichen mit seiner Symptomatik durchaus stimmig zu sein: er identifizierte sich lachend mit unangebrachtem Verhalten (z.B. Einbruch in das Haus der Frau und z. T. aus dem El gelebter, massiver Abwertung allen Frauen gegenüber). Somit war er in vielen Bereichen als K2-synton oder E12-synton zu betrachten.

Erst nach einiger Zeit reflektiert er sich insofern, als er sehen konnte, dass sein Verhalten versuchte, auch die Frau „mit in den Abgrund zu reißen“, und auch er selbst nicht mehr sehr weit davon entfernt war, einen Sprung in diesen Abgrund zu tun.

Die jetzt vorhandene Haltung sich selbst gegenüber zeigt immerhin eine Verlagerung von Energie in das Er2-System, von dem aus er sein Verhalten und auch sein Erleben als zerstörerisch bezeichnet. Gleichzeitig war dies übrigens ein Wechsel weg vom „andere leiden machen“ hin zu „selbst leidensfähig werden“. Der Patient befand sich jetzt immerhin teilweise in einem Ich-dystonen Zustand, und seine Problematik war in diesem Augenblick für ihn selbst und auch für den Therapeuten angebar.

Trübung: Berne beschreibt, wie Trübungen grundsätzlich als Er2-synton zu betrachten sind (Berne 1961, S. 50). Solange aus dem getrüben Bereich heraus gelebt und argumentiert wird, kann keine Überprüfung der Realität geschehen. Erst wenn die Ich-Zustands-Grenzen wieder hergestellt sind, wird aus dem „Wahn“ (delusion) eine „komische Idee“ (strange idea) (Berne, 1961, S. 50).

Der Tatbestand einer „komischen Idee“ wird aus dem Er2 heraus „bezeugt“, welches hinterfragend das Symptom aus E12 oder K2 betrachtet. Somit können wir davon ausgehen, dass nach einem gelungenen Enttrübungsprozess höchstwahrscheinlich ein reales Selbst im Er2 abrufbar ist. So können wir jetzt von einem Ich-dystonen Zustand sprechen, wobei das reale Selbst (Er2) nicht mehr deckungsgleich oder identisch mit der Symptomatik ist, wie sie aus E12 oder K2 gelebt wird oder wurde. Stattdessen geschieht Abgrenzung von dieser Symptomatik und sie kann als Schwierigkeit einsehbar werden.

Sobald das Er2 wieder außer Dienst gestellt wird und sich das reale Selbst in das K2 oder EL2 zurückverlagert, wird die Symptomatik erneut widerspruchslos hingenommen.

Um mein vorhergehendes Beispiel (Beate) aufzugreifen:

Solange meine Patientin tatsächlich glaubt, dass Konturen annehmen bedeute, man verletze andere, ist ihr Zustand K2-synton: sie ist in Übereinstimmung mit ihrer selbstentschiedenen Idee (Trübung des Er2 durch das K2) und aus keiner Instanz wird Widerspruch signalisiert. Außerdem wird jede logische Argumentation von außen abgewiesen. Erst mein energisches Konfrontieren dieser Idee lässt sie schließlich ihr Er2 mit Energie besetzen (reales Selbst) und von dort aus einen gesünderen Standpunkt ihrer Skript-Idee gegenüber einnehmen. Jetzt konnte sie sagen: Es ist wirklich komisch, wieso ich das denke (Ich-dyston). Von nun an war sie meist einer Entwirrungsarbeit des K2 zugänglich, nämlich dann, wenn ihr Er2 „denkend mithalf“, den Fortgang der Therapie zu unterstützen

Zu merken bleibt also: alle Trübungen sind als Er2-synton zu sehen und der Enttrübungsprozess ist die energetische Umbesetzung dergestalt, dass sich ein reales Selbst in das Er2 zurückverlagert, um von dort aus entweder K2-Symptome oder E12-Symptome zu „konfrontieren“ bzw. mit dem Therapeuten gemeinsam zu reflektieren.

Jetzt mögen noch Symptome im E12 oder K2 erlebt oder auch ausagiert werden. Aber es hat sich eine Instanz aufgebaut, die sich von diesen Symptomen zu distanzieren weiß und sie hinterfragt.

Auch hier ist es dann zu einer Neuverteilung von Energie zugunsten eines konstruktiven Fortganges des Therapieprozesses gekommen.

Im Rahmen der Entwirrungsarbeit werden dann wiederum entweder fixierte Ich-Zustände des K2 oder dysfunktionale Ich-Zustände des E12 „erlöst“, wobei es erneut zu energetischen Um- und Neubesetzungen von Ich-Zuständen kommt und zur generellen Integration funktionalerer Persönlichkeitsanteile.

Ausschluss: *Berne* selbst definiert nicht, sondern beschreibt nur anhand von Beispielen, was unter Ausschluss zu verstehen sei (*Berne*, 1961, S. 27). Ich will hier jedoch auf *Berne* nicht eingehen, sondern mein Verständnis von Ausschluss auf dem Hintergrund des Ursprungsmodelles von *Berne* wiedergeben.

Definition: Ausschluss meint die Ausgrenzung eines oder mehrerer Teilbereiche der drei Ich-Zustands-Systeme. Somit wären gewisse Ich-Zustände in der Persönlichkeit nicht repräsentiert (*Schmid*, 1986).

Ein Beispiel, wieder bei Beate, wäre die Ausgrenzung eines nach positiver Orientierung hungernden Aspektes des K2-Systemes und die Ausgrenzung eines Aspektes des El-2-Systemes, welches diese Orientierung nur pathogen zu geben wusste: „Tu, was ich dir sage und du wirst sehen, es ist immer falsch“.

Nach *Berne* ist ein ausgeschlossener Ich-Zustand „außer Dienst gestellt“, ist aber grundsätzlich durch sein Potential an gebundener Energie noch abrufbar. Geht es uns Therapeuten um die von *Berne* gemeinte Reintegration, so dürfte dies auch in Zusammenhang mit dem Thema Ausschluss eine wichtige Rolle spielen: Erst das Wiederverfügbarmachen des ausgeblendeten Ich-Zustands und die Aufhebung der damit gekoppelten Abwehren macht die anstehende Problematik auflösbar.

Lässt sich Beate endlich oder erneut wissen und evtl. auch spüren, wie belastend es für sie war, zum einen nicht selbst handeln zu dürfen („Ich schade mit jeglicher Art von Eigeninitiative“), zum anderen aber auch auf Anweisung hin nur alles „falsch machen zu können“, so hat sie einen bis dahin ausgeblendeten K2-Ich-Zustand wieder mit Energie besetzt. Jetzt ist mir als Therapeutin die Dynamik des El2 zugänglich und damit auch auflösbar geworden. Desgleichen habe ich mehr Zugang zu den verleugneten Anliegen in K2-Systemen: nämlich eine gesunde Führung zu erfahren, die nicht potentiell verrückt machend ist.

Während der oben beschriebenen Integration von Ich-Zuständen werden diese gleichzeitig auch wieder dem „energetischen System“ angekoppelt, so dass nun mehr wieder ein „gesunder Fluss von Energie“ geschehen kann: Aus gebundener Energie kann entbundene mobilisiert werden und ebenso kann auf eigene Entscheidung hin freie Energie fließen und in den Dienst eines stimmigen Selbsterlebens (reales Selbst) gestellt werden. Je nach entsprechender Situation können jetzt auch auf gesunde Art und Weise ausführende Macht und reales Selbst entweder in einem Ich-Zustand zur Deckungsgleichheit kommen (syntonischer Zustand) oder aber sich auf verschiedene Ich-Zustände verteilen (dystoner Zustand).

Abwehrmechanismen: Interessant erscheint mir ein Nachdenken darüber, wie im Rahmen verschiedener Abwehrformen die „energetische Lage“ zu verstehen ist. Ich will hier nur kurz andeutungsweise meine Gedanken in Bezug auf zwei Abwehrmechanismen mitteilen.

Verdrängung mancher Art wäre wohl unter den Begriff des Ausschlusses von Ich-Zuständen zu fassen, wobei dieser Mechanismus dann vom gesunden, energetischen Fluss als abgekoppelt betrachtet werden müsste. Für das Weitere gilt dann, was ich unter dem Thema Ausschluss beschrieben habe.

Projektion scheint mir ein Mechanismus zu sein, der grundsätzlich auf einer Trübung (aus El oder K) basiert. Der psychische Inhalt, der bei sich selbst anzusiedeln wäre, wird nach „draußen“ verlagert und bei sich selbst verleugnet, z.B. von jemand, der in entsprechender Situation sagt: „Ich weiß nicht, was die Leute am Arbeitsplatz gegen mich haben, keiner will mir eine Chance geben, dabei versuche ich nur, mit jedem zurecht zu kommen.“

Dies zeigt beispielhaft die Projektion einer Borderline-Patientin im fortgeschrittenen Therapieprozess, die ihre eigenen Feindseligkeiten z. T. nach wie vor nach draußen verlagert. Statt diese bei sich selbst anzusiedeln und zu erkennen, nimmt sie diese zum Anlass, sich von „draußen“ verfolgt zu fühlen. Die Idee „ich bin es nicht, sondern ihr“ ist ein als Er2 maskierter K2-Inhalt und damit eine Trübung. Sprechen wir also von dem Mechanismus der Projektion, so können wir davon ausgehen, dass dessen Basis ebenfalls meist ein Ich-syntoner Zustand ist, der erst durch die Verlagerung des realen Selbst in das Er2 einer Auflösung zugeführt werden kann.

3. Zur Verwendung diagnostischer Kategorien

Ich habe zuvor das Beispiel eines Psychopaten (Paul) und das Beispiel einer narzisstisch gestörten Patientin (Beate) angeführt. Zunächst ist ja einmal die Frage, ob die Verwendung dieser psychopathologischen Störungsbilder für sinnvoll erachtet wird. Denkbar wäre ja auch, dass man davon abstrahiert und andere Denkschemata in Anwendung bringt (z.B. systemisches Denken, das auf klassische Diagnoseschemata verzichtet).

Ich selbst habe in diesem Rahmen diagnostische Kategorien verwendet, und insofern eröffnet sich die Frage, wie es denn bei den so genannten „Schwerer-Gestörten“ mit den Energieverhältnissen aussieht.

Dazu will ich mich gern in allgemeiner Form äußern und mich dabei auf Borderline-Patienten und Psychotiker beziehen.

Borderline-Patienten sehe ich insofern unter energetischen Gesichtspunkten als schwierig zu diskutieren an, weil bei diesen meiner Meinung nach die primäre Frage sein muss, ob wir es hier mit überhaupt klar gegeneinander abgegrenzten Ich-Zustands-Systemen und Ich-Zuständen der einzelnen Kategorien zu tun haben. Der so typischerweise auffällige und oft so verblüffend schnelle Wechsel von einer psychischen Instanz in eine andere macht es uns oft schwer, überhaupt Ich-Zustände irgendeiner Kategorie deutlich erkennen zu können.

Hier scheint mir also wichtig, sich klar zu machen, dass es bei bestimmten Borderline-Patienten durchaus erst einmal um die Herstellung von Ich-Zustandsgrenzen gehen muss: Verlässliche Instanzen des EL2-Systems müssen wieder gefunden und/oder neu gebildet werden, ein stabileres und realitätsbezogeneres Er2-System muss zur Ausformung kommen, und ein konfuses, grandioses und teils angstvolles K2 muss entwirrt werden. Erst, wenn diese Grenzen in ihren Konturen erkennbar werden, ist es sinnvoll, Konzepte wie Trübung, Ausschluss und Hegemonie des Erwachsenen-Ichs zu bemühen.

Sind wir aber erst so weit gekommen, derartiges diagnostizieren zu können, dann haben wir erste Spuren von Ich-Zustands-Grenzen identifiziert und aufgebaut, d.h. wir haben Fortschritte mit unserem Patient erzielt (oder er mit uns, je nachdem...). Was den *Psychotiker* betrifft, so mag es sein, dass er sich (vor allem im Akutstadium) aus sog. „verrückten“ Ich-Zuständen zeigt. Dennoch aber lässt sich meiner Erfahrung nach häufig diagnostizieren, aus welchem Ich-Zustands-System heraus ein Symptom ausgelebt wird (ausführende Macht) und ob das Selbsterleben (reales Selbst) damit identisch ist. Ich sehe also die Ich-Zustands-Grenzen einer psychotisch organisierten Persönlichkeit häufig als konturierter und stabiler, als dies beim Borderline-Patienten der Fall ist. Ich habe beobachtet, dass bei Psychotikern im sog. „akuten Schub“ kaum ein Persönlichkeitsanteil in der Lage ist, sich konstruktiv von einer entsprechend psychotischen Symptomatik zu distanzieren. Je nachdem, aus welchem Ich-Zustands-System diese agiert wird, zeigt er sich E12- oder K2-synton.

Gelingt es uns nun, funktionalere Aspekte der Persönlichkeit anzusprechen und möglicherweise in gesündere Äußerungsformen zu involvieren, dann lässt sich häufig auch das Er2 in Teilbereichen stärken und ausbauen, bis sich schließlich auch ein die Symptomatik reflektierendes, reales Selbst in das Er2-System zurückverlagert. Das reale Selbst ist nun nicht mehr mit der Symptomatik identisch, sondern beginnt, unter Mithilfe des Therapeuten, diese Symptomatik zu hinterfragen und evtl. herauszufordern. Dies ist dann häufig auch der Zeitpunkt, zu dem der Patient sein Weltbild gegen das unsere nicht mehr „abschottet“, sondern Anregungen unsererseits in seinem Bezugsrahmen zulässt und sich damit dem Prozess der prinzipiellen Neuorganisation der Persönlichkeit (in einem funktionaleren Sinne) öffnet.

Gleichzeitig werden beim Psychotiker vor allem im Akut-Stadium neben anderen Symptomen unter Umständen Grenzsymptome, wie *Berne* sie beschreibt, eine Rolle spielen: etwa Gefühle der Irrealität, Entfremdungsgefühle und Depersonalisationserleben.

Auch hier geht es therapeutisch darum, einzelnen Ich-Zuständen oder Ich-Zustands-Systemen den Zugang zueinander wieder zu ermöglichen, sie untereinander „kommunikationsfähig“ zu machen und ausgeschlossene Ich-Zustände wieder zu integrieren oder bis dahin nicht ausgereifte Ich-Zustände wieder zu konturieren oder neu aufzubauen.

Insgesamt scheint mir, wie zuvor gesagt, beim Psychotiker eine klarere Abgrenzung der Ich-Zustands-Grenzen insgesamt vorzuliegen, so dass EI2 und K2 bedingte Symptomatik eher als solche diagnostizierbar wird, als dies beim Borderline-Patient häufig der Fall ist. Hier scheinen mir die Ich-Zustands-Grenzen oft bei weitem labiler zu sein, und infantile (wertfrei gemeint!) Inhalte (K2) vermischen sich zeitweise auf groteske Art mit den dysfunktionalen bis zerstörerischen, traditionsgebundenen Inhalten des EI2-Systems.

Für beide Störungsbilder gilt, dass eine Neuorganisation der Persönlichkeitsstruktur bzw. eine effektive Um- und Neubesetzung von Energie erst dann stattfinden kann, wenn Ich-Zustands-Systeme und einzelne Ich-Zustände sich nach und nach als gegeneinander abgrenzbar entwickeln.

Erst dann werden Konzeptionalisierungshilfen der TA, wie sie in den Konzepten der Entrübung, Entwirrung und des Ausschlusses gegeben sind, tatsächlich sinnvoll und anwendbar.

9. Ich-syntone und ich-dystone Zustände und die Frage nach „bewusst-unbewusst“

Ein letztes Wort sei dem möglichen Zusammenhang zwischen synton-dyston und den Begriffen „bewusst und unbewusst“ gestattet: Ich fand diese Fragestellung am Anfang schwierig und wenig lösbar. Inzwischen scheint mir aber einigermaßen klar, dass sowohl pathologische als auch gesunde dystone und syntone Zustände einerseits bewusst und andererseits auch unbewusst sein können.

Ich möchte mich an dieser Stelle auf keine Diskussion zur Definition von bewusst und unbewusst einlassen, sondern ein konkludentes Verständnis beider Begriffe beim Leser voraussetzen.

Zwar erfordert ein gesunder Er2-dystoner Zustand ein gewisses Maß an Bewusstheit über die eigene Dynamik, aber auch ein pathologisch K2-syntoner Zustand kann „bewusst“ sein, ohne dass es allein deswegen schon zur Verlagerung eines realen Selbst in das Er2 käme.

Erinnert sei an Paul, der sich als Psychopath zeigt und sich mit seiner Symptomatik, gleich, ob aus E12 oder K2 gelebt, jeweils identisch erklärt und damit als El- oder K-synton zu betrachten ist. Paul erlebt sein dysfunktionales Verhalten durchaus bewusst, ohne dass es allein deswegen schon zur Verlagerung eines realen Selbst in das Er2 käme.

Es scheint also, als ob ein bewusster Anteil der Persönlichkeit die Symptomatik und die eigene Stimmigkeit mit der Symptomatik zu registrieren weiß, ohne dass dies zu einer signifikanten Verschiebung von Energie in den Ich-Zustands-Systemen führen würde: es kommt nach wie vor zu keiner Distanzierungsfähigkeit vom Symptom, und der K2- oder E12-syntone Zustand bleibt aufrechterhalten.

Als sich bei Paul schließlich erste Anzeichen eines Er2-dystonen Zustandes zeigen („Ich bin nicht sicher, ob alles dies zu mir gehört“), erlebt er diesen Wandel wiederum keineswegs bewusst, sondern er bahnt sich wie beiläufig an

Ich halte es also für wichtig, darauf zu achten, einen dystonen Zustand nicht mit „bewusst“ gleichzusetzen und einen syntonen Zustand nicht mit „unbewusst“ gleichzusetzen. Dies würde die Komplexität des Geschehens unerlaubt reduzieren und damit zu falschen Schlüssen oder Konsequenzen führen.

10. Ein letztes Beispiel

Ein letztes Beispiel soll nochmals die „gesunde“ oder „pathologische“ Form dystoner oder syntoner Zustände demonstrieren.

Zurück zu Paul: Wann beispielsweise zeigt er sich in einem pathologisch-syntonen, pathologisch-dystonen, gesund-syntonen und gesund-dystonen Zustand?

Pathologisch-synton: Paul berichtet in der Gruppe, dass er spät abends in das Haus der von ihm getrennt lebenden Frau eingebrochen sei, weil diese nicht genügend lange mit ihm telefoniert habe. Er besteht aber darauf, das mit ihr begonnene Gespräch weiterzuführen, obwohl sie dies ablehnte. Auf meine Frage hin, was ihm nach dem Erzählten nun problematisch erscheine, sagt er, dass er nicht verstehen könne, warum seine Frau nicht mehr mit ihm leben wolle, und dass er ein Rechte habe, „alles von ihr zu erfahren, was er wolle“ (archaisch und narzisstisch gefärbter Besitzanspruch, Leugnung ihrer Trennungswünsche, Abwertung seines Einbruchsverhaltens und Redefinition meiner Frage).

Von der Gruppe und mir will er ernsthaft wissen, wie es zu bewerkstelligen sei, die Frau „wieder zur Vernunft zu kriegen“.

Auf meine und die Nachfragen der Gruppe hin zeichnet sich nicht ab, dass er in irgendeinem Punkt das eigene Verhalten als problematisch erlebt. Er gibt nur einmal lachend zu, dass der Einbruch eine „ungewöhnliche“ Methode sei: Er ist darauf stolz und scheint sich in vielerlei Aspekten aus dem K2 heraus mit seinem Verhalten stimmig zu fühlen.

Das reale Selbst (Selbsterleben im K2) zeigt sich mit der agierten Symptomatik (Handlungsaktivität im K2) identisch, der Zustand ist deshalb auf pathologische Weise K2-synton.

Pathologisch-dyston: Paul berichtet zu einem späteren Zeitpunkt, dass ihm in letzter Zeit zeitweise so übel sei und er sich nicht leiden könne. Mein Nachfragen zeigt, dass sich hier ein realitätsgerechter Widerwillen aus dem Er2 heraus aufbaut, der gegen das rachevolle und zerstörerische Ausagieren aus dem K2 gerichtet ist.

Obwohl es zunächst so aussieht, als wolle sich Paul mit dem von mir angebotenen Verständnis anfreunden, so kann er sich letztlich doch nicht damit stimmig erklären. Vielmehr identifiziert er sich nachhaltig mit einer Reaktion, die mir seit einiger Zeit als Aspekt des elterlichen Systems aufgefallen ist: von dort aus argumentiert „es“ rücksichtslos und tendenziell gewalttätig („ich habe ein Anrecht auf die Beziehung, die (Frau) trennt sich erst, wenn ich es will, in das Haus komme ich noch immer rein, keiner hat mir im Wege zu stehen.“).

Es gelingt Paul nicht, die anfangs berichtete Übelkeit mit sich selbst und seinem Verhalten in einen stimmigen Zusammenhang zu bringen. Obwohl dies anfangs in Spuren anklang, ist das hauptsächliche Selbsterleben in das El2 verlagert (Ursprungsmodell!) und leistet von dort aus argumentierend dem K2 Verhalten Vorschub. Das reale Selbst (Selbsterleben im El2 zeigt sich der ausführenden Macht gegenüber verteidigend (Handlungsaktivität im K2), ist aber mit dieser nicht in einem Ich-Zustand deckungsgleich. Der Zustand von Paul ist deshalb auf pathologische Weise als dyston zu bezeichnen.

Hier taucht eine neue Fragestellung auf, nämlich die, ob es eine Übereinstimmung von realem Selbst und ausführender Macht geben könne, die zwar nicht in einem Ich-Zustand (wie oben beschrieben) zusammentreffen, aber dennoch gemeinsam „eine Symptomatik vertreten“ und sie als „richtig“ deklarieren. Es ist sicher zu bedenken, dass die provokante Zustimmung eines El2-Ich-Zustands zu einer aus dem K2 zerstörerisch gelebten Symptomatik bestenfalls einen pathologisch syntonen Zustand zur Folge haben kann. Synton wäre der Zustand dann hier so zu nennen, weil reales Selbst und ausführende Macht „übereinstimmen“. Gleichzeitig aber spricht gegen einen syntonen Zustand die Tatsache, dass beides aus verschiedenen Ich-Zuständen heraus gelebt wird.

Gesund-dyston: Nach ein paar Wochen ständiger, geduldiger und z. T. auch scharfer Konfrontation zeigt Paul ein immer wieder aufflackerndes Interesse an seinem eigenen Unbehagen bezüglich seinem ausagierenden Verhalten. Es ist beobachtbar, wie dieses Interesse langsam das reale Selbst aus El2 und K2 in das Er2-System abruft:

Obwohl er weiterhin teils rücksichtsloses Verhalten zeigt, fühlt er sich immer weniger damit stimmig. Weder gelingt es jetzt noch K2-Inhalten, das Verhalten rebellisch zu verteidigen, noch gelingt es El2-Inhalten, es gewalttätig zu verteidigen; statt dessen beginnt sich Paul jetzt vorsichtig zu hinterfragen und sein Verhalten als „nicht unbedingt das Wahre“ zu identifizieren. Es hat eine energetische Umbesetzung (reales Selbst ins Er2 verlagert) stattgefunden. Das reale Selbst (Selbsterleben im Er2) zeigt sich jetzt mit der agierten Symptomatik (Handlungsaktivität im K2) nicht mehr identisch, der Zustand von Paul ist deshalb auf gesunde Weise dyston geworden.

Gesund-synton: Zwei Monate später hat Paul einen größeren Anteil seines archaisch geleiteten, destruktiven Verhaltens (K2) aufgegeben. Teils zeigt er sich noch inadäquat in seiner Argumentation, agiert aber insgesamt weniger ungesund.

Ein größerer Bereich des Er2 ist jetzt handlungsaktiv (ausführende Macht) geworden: statt rücksichtslos zu agieren, spricht er jetzt mit seiner Frau unter Berücksichtigung auch ihrer Interessen, er erlaubt sich zunehmend einen realitätsgerechten Trennungsschmerz (Er2) und fühlt sich mit diesem auch kongruent und stimmig.

Das reale Selbst (Selbsterleben in Er2) zeigt sich jetzt oft deckungsgleich mit seinem Verhalten (ausführende Macht im Er2). Sein Zustand ist in diesen Augenblicken auf gesunde Weise synton.

Schlussbemerkung

Am Ende dieses Artikels stelle ich fest, dass einige meiner vorhandenen Fragen zum Energiekonzept beantwortet werden konnten. Ebenso viele Fragen aber stellen sich nun neu: z.B. die, ob es nicht im Rahmen der Persönlichkeitsorganisation Aspekte eines „realen Selbst“ gibt, die sich zu einem gegebenen Zeitpunkt mit durchaus unterschiedlichen Aspekten der ausführenden Macht identisch oder auch nicht erklären. Darüber hinaus hoffe ich, auch den Leser zu neuen und ihm sinnvoll erscheinenden Fragen angeregt zu haben. Sollte mir dies geglückt sein, wäre es mir eine Freude.

Angelika Glöckner ist Lehrendes Mitglied des ITAA und DGTA. Ihre Schwerpunkte sind Psychotherapie in Praxis und Lehre sowie Theorienbildung.

Zusammenfassung

Dieser Artikel greift das Gedankengut zu Bernes Energiekonzept auf, differenziert hinsichtlich des Gebrauchs der Ich-Zustands-Modelle und geht ausführlich mit der möglichen Anwendung des Konzeptes im praktischen Gebrauch mit Klienten um. Am Anfang stehen die Definitionen und Beschreibungen der vier Formen der Energie, darauf aufbauend dann Bernes Verständnis des „realen Selbst“ und der „ausführenden Macht“.

Es folgt die gründliche Erörterung zur „funktionellen“ und „strukturellen“ Pathologie und zu den „Ich-Zustands-Grenzsymptomen.“

Im Anschluss diskutiere ich praxisrelevante Überlegungen zum Energiekonzept und gehe auf das Thema Bewusstheit-Unbewusstheit bezüglich symptomatischen Verhaltens ein. Während einerseits Inhaltliches immer wieder entlang praktischer Beispiele erläutert wird, gehe ich andererseits zum Ende des Artikels erneut auf die Demonstration des Konzeptes an einem Fallbeispiel ein.

Summary

Based on Bernes concept of psychic energy, this article differentiates the models of ego states and illustrates their clinical application. In the first part, the four kinds of energy are defined and described, whereupon Bernes „real self“ and „executive power“ are introduced. „Functional“ and „structural pathology“ are then discussed as well as „boundary symptoms“ of „ego states“, followed by clinical applications of Bernes concept and conscious and unconscious behaviour. In the final Part, Bernes concept is demonstrated by a clinical case.

Literatur

- Berne, E.*, TA in Psychotherapy. New York Grove Press, 1961
Principles of Group Treatment. New York Grove Press, 1966
Dusay, J., Egograms and the „constancy hypothesis”. TAJ 1972,2,133-137
Erskine, R. & Trautman, R., Ego State Analysis. TAJ 1981,11,178-185
Kahler, T., Transactional Analysis Revisited. Little Rock (Arkansas): & L. d. (Ed.) Human Development Publications, 1978
Schiff, J., Cathexis Reader: Transactional Analysis Treatment of Psychosis. New York, Evanston, San Francisco, London: Harper and Row, 1975
Schlegel, L., Die Transaktionale Analyse. - Dritte, völlig neu überarbeitete und erweiterte Auflage -Tübingen: Francke Verlag, 1988
Schmid, B., Systemische Transaktionsanalyse. Wiesloch: Eigenverlag, 1986
Woolframs, ST. & Brown, M., Transactional Analysis. Dexter: Huron Valley Institute Press, 1978

Anschrift der Autorin

Angelika Glöckner

Mühlweg 11
69253 Heiligkreuzsteinach

Tel: 06220-913300

Fax: 06220-913301

kontakt@angelika-gloeckner.de

www.angelika-gloeckner.de