

Zu praxisrelevanten Unterschieden von:

**Ambivalenz/Konflikt – Engpaß-Zwickmühle –
Doublebind**

Ein Selbsterfahrungsseminar mit Lernanteilen (1:1)

23.04. – 26.04.2014

**Angelika Glöckner
Juli 2013**

Inhalt

1a) Ambivalenz

1b) Konflikt

2) Engpass nach Goulding

3) Zwickmühle

4) Doublebind

1a) Ambivalenz

Bei Ambivalenzen geht es wesentlich um den Widerstreit von Gefühlsinhalten. Gemeint ist meines Erachtens eher vorübergehende Strittigkeiten mit weniger Leidenspotenzial. Eine Ambivalenz *kann* sich zum Konflikt erweitern.

1b) Konflikt

Ein Konflikt kann verstanden als der Widerstreit seelischer Kraftwirksamkeiten. Es kann sowohl um Gefühle, Motive oder Verhaltensweisen gehen oder um eine Mischung aus diesen.

2) Engpass nach Goulding

Ein Engpass wird nach Goulding als das Ergebnis einer bestimmten Konfliktkonstellation gesehen. Dies auf dreierlei Art und Weise:

Der Engpass ersten Grades

gilt als Ergebnis zwischen Gegeneinschärfung und dem dagegen stehenden Freiheitsstreben im Kind (strukturell betrachtet).

Der Engpass zweiten Grades

gilt als ein Ergebnis zwischen Einschärfung und dem dagegen stehenden Freiheitsstreben im Kind (strukturell betrachtet).

Der Engpass dritten Grades

wird von Goulding funktional beschrieben (AK versus fK) und ist als Konflikt auf Seinsebene (ich BIN doof, undankbar, unerträglich...) bzw. als Identitätskonflikt beschrieben (so BIN ich dem Wesen nach).

Der Engpass kann zu Gunsten gesunder Lösung oder auch zu Gunsten problematischer Ausgänge durchbrochen werden.

Unter professionellen Bedingungen strebt man natürlich eine heilsame Lösung an.

3) Die Zwickmühle (Dilemmatazirkel von Bernd Schmid, hier mit meinen Worten definiert)

Die **Zwickmühle** ist ein Bündel kognitiver, logischer oder auch unlogischer Verknüpfungen dergestalt, dass im Angesicht des Glaubensmosaiks (fast immer Skriptglaubenssätze) dem Betroffenen eine Lösung unmöglich erscheint (und selten ist).

Eine therapeutische Lösung ist hier nicht vorrangig über die Aufarbeitung beteiligter Gefühle möglich (wie bei Konflikt und Engpass), sondern an erster Stelle hat die unter Trübung stehende Logik und die Verknüpfung der Glaubenssätze zu stehen. DANACH ist auch emotionale Arbeit sinnvoll.

http://www.systemische-professionalitaet.de/isbweb/component/option.com_docman/task.doc_view/gid.407/

4) Der Doublebind

Der Doublebind nach Gregory Bateson ist ein Kommunikationsdilemma, bei dem eine oder mehrere Botschaften dergestalt in Konflikt miteinander stehen, dass die eine die jeweils andere (oder mehrere) negiert. Eine richtige Antwort ist unter diesen Bedingungen nicht möglich.

Zugleich steht der Empfänger unter äußerem Verbot, das innenwohnende Dilemma wahrzunehmen und zu konfrontieren.

Ebenso erlaubt die Kommunikation kein Verlassen des Schlachtfeldes: Gegenwehr bestätigt den Absender, Flucht ist in der gegebenen Logik keine Möglichkeit. Lösung ist verunmöglicht. Doublebinds benötigen einen Metastandpunkt, den oft auch psychologisch Geschulte in der notwendigen Komplexität nicht aufbringen können.

Zum Vertiefen hier noch einige Stellen, wo zu den Punkten nachgelesen werden kann:

http://en.wikipedia.org/wiki/Double_bind: (leider nur in Englisch):

A **double bind** is an emotionally distressing dilemma in communication in which an individual (or group) receives two or more conflicting messages, in which one message negates the other. This creates a situation in which a successful response to one message results in a failed response to the other (and vice versa), so that the person will be automatically wrong regardless of response. The double bind occurs when the person cannot confront the inherent dilemma, and therefore cannot resolve it or opt out of the situation. For example, if your employer tells you to do a job, but doesn't allow enough time for you to do it, and you are in danger of losing your job if you question the situation, you are in a double bind.

Double bind theory was first described by Gregory Bateson and his colleagues in the 1950s.^[1]

Double binds are often utilized as a form of control without open coercion—the use of confusion makes them difficult to respond to or resist.

A double bind generally includes different levels of abstraction in orders of messages, and these messages can be stated or implicit within the context of the situation, or conveyed by tone of voice or body language. Further complications arise when frequent double binds are part of an ongoing relationship to which the person or group is committed.^{[2][3]}

Double bind theory is more clearly understood in the context of complex systems and cybernetics because human communication and also the mind itself function in an interactive manner similar to ecosystems. Complex systems theory helps us understand the interdependence of the parts of a message and provides "an ordering of what to the Newtonian looks like chaos."

The double bind is often misunderstood to be a simple contradictory situation, where the victim is trapped by two conflicting demands. While it's true that the core of the double bind is two conflicting demands, the differences lie in how they are imposed on the victim, what the victim's understanding of the situation is and finally, who (or what) imposes these demands upon the victim. Unlike the usual no-win situation, the victim has difficulty defining the exact nature of the paradoxical situation in which he or she is. The contradiction may be unexpressed in its immediate context and therefore is invisible to external observers, only becoming evident when a prior communication is considered. Typically, a demand is imposed upon the victim by someone who they respect (a parent, teacher or doctor), but the demand itself is inherently impossible to fulfill because some broader context forbids it. For example, when a person in a position of authority imposes two contradictory conditions but there is an unspoken rule that one must never question authority.

Gregory Bateson and his colleagues defined the double bind as follows^[2] (paraphrased):

1. The situation involves two or more people, one of whom (for the purpose of the definition), is designated as the "victim". The others are people who are considered the victim's superiors: figures of authority (such as parents), whom the victim respects.
2. Repeated experience: the double bind is a recurrent theme in the experience of the victim, and as such, cannot be resolved as a single traumatic experience.
3. A "primary injunction" is imposed on the victim by the others in one of two forms:
 - (a) "Do X, or I will punish you";
 - (b) "Do not do X, or I will punish you".
 - (or both a and b)

The punishment may include the withdrawing of love, the expression of hate and anger, or abandonment resulting from the authority figure's expression of helplessness.

4. A "secondary injunction" is imposed on the victim, conflicting with the first at a higher and more abstract level. For example: "You must do X, but only do it because you want to". It is unnecessary for this injunction to be expressed verbally.
5. If necessary, a "tertiary injunction" is imposed on the victim to prevent them from escaping the dilemma. See phrase examples below for clarification.
6. Finally, Bateson states that the complete list of the previous requirements may be unnecessary, in the event that the victim is already viewing their world in double bind patterns. Bateson goes on to give the general characteristics of such a relationship:
 - a. *When the victim is involved in an intense relationship; that is, a relationship in which he feels it is vitally important that he discriminate accurately what sort of message is being communicated so that he may respond appropriately;*
 - b. *And, the victim is caught in a situation in which the other person in the relationship is expressing two orders of message and one of these denies the other;*
 - c. *And, the victim is unable to comment on the messages being expressed to correct his discrimination of what order of message to respond to: i.e., he cannot make a metacommunicative statement.*

Thus, the essence of a double bind is two conflicting demands, *each on a different logical level*, neither of which can be ignored or escaped. This leaves the victim torn both ways, so that whichever demand they try to meet, the other demand cannot be met. "I must do it, but I can't do it" is a typical description of the double bind experience.

For a double bind to be effective, the victim must be unable to confront or resolve the conflict between the demand placed by the primary injunction and that of the secondary injunction. In this sense, the double bind differentiates itself from a simple contradiction to a more inexpressible internal conflict, where the victim really *wants* to meet the demands of the primary injunction, but fails each time through an inability to address the situation's incompatibility with the demands of the secondary injunction. Thus, victims may express feelings of extreme anxiety in such a situation, as they attempt to fulfil the demands of the primary injunction albeit with obvious contradictions in their actions.

History

The term *double bind* was first used by the anthropologist Gregory Bateson and his colleagues (including Don D. Jackson, Jay Haley and John H. Weakland) in the mid-1950s in their discussions on complexity of communication in relation to schizophrenia. Bateson made clear that such complexities are common in normal circumstances, especially in "play, humor, poetry, ritual and fiction" (see Logical Types below). Their findings indicated that the tangles in communication often diagnosed as schizophrenia are not necessarily result of an organic brain dysfunction. Instead, they found that destructive double binds were a frequent pattern of communication among families of patients, and they proposed that growing up amidst perpetual double binds could lead to learned patterns of confusion in thinking and communication.

<http://de.wikipedia.org/wiki/Doppelbindungstheorie>:

Die **Doppelbindungstheorie** (engl. *double bind theory*, franz. *double-contrainte*) ist eine kommunikationstheoretische Vorstellung zur Entstehung schizophrener Erkrankungen.^[1] Die Theorie wurde von einer Gruppe um den Anthropologen und Kommunikationsforscher Gregory

Bateson entwickelt. Sie identifizierten (im Gegensatz zu bis dahin geltenden intrapsychischen Hypothesen) Beziehungsstrukturen, die in der Folge zu Verhaltensformen führen können, die als Schizophrenie bezeichnet werden, und prägten für diese den Ausdruck *double bind*.^[2] Die Doppelbindungstheorie beschreibt die lähmende, weil doppelte, Bindung eines Menschen an paradoxe Botschaften oder Signale und deren Auswirkungen. Die Signale können den Inhalt der gesprochenen Worte betreffen, oder Tonfall, Gesten und Handlungen sein. Wird beispielsweise ein Mensch nach seinem Wohlergehen gefragt, kann seine Antwort auf verschiedenen Ebenen widersprüchliche Botschaften vermitteln: Dies ist beispielsweise der Fall, wenn der Gefragte mit zittriger, unsicherer Stimme und ängstlich geduckter Körperhaltung antwortet „Danke, sehr gut“. Sein Gegenüber steht nun vor der Wahl, welche der Botschaften er stärker gewichten soll, welcher Botschaft er Glauben schenken soll.

zu Konflikt:

<http://lexikon.stangl.eu/537/konflikt/>:

1. Definition

[lt. conflictus das Zusammenschlagen, Streit]: Der Widerstreit, besonders auch im seelischen, und hier vor allem im Gefühlsleben. (Dorsch 1963, S. 188)

2. Definition

Reaktion auf widersprüchliche oder unvereinbare Verhaltenstendenzen (Tewes & Wildgrube 1992, S. 188)

3. Definition

(lat.), „Zusammenstoß“, „Kampf“; der Widerstreit zwischen Motiven oder Motivgruppen; ein in der Lebenssituation häufiges u. wesentliches Phänomen. Die Motive können der gleichen Schicht oder dem gleichen Entscheidungsniveau angehören (bei gleich wichtigen Aufgaben, Pflichten, Entscheidungen) und auf dem gleichen Niveau innerlich ausgetragen werden. Gewöhnlich aber stammen K. aus verschiedenschichtigen Wurzeln [Pflicht und Neigung, Bewußtseins- und Affektschicht, Gewissen und Trieb, Über-Ich und Ich, Bewußtes und Vorbewußtes]. (vgl. Wilhelm Hehlmann 1965, S. 278ff)

(...)

5. Definition

der; -[e]s, -e:ä) durch widerstreitende Auffassungen, Interessent o. ä. hervorgerufene schwierige Situation: einen K. diplomatisch lösen. a) sinnv.: Streit. Zus.: Ehe-, Generations-, Rassenkonflikt. b) innerer Widerstreit: aus einem (inneren) K. wieder herauskommen: ich bin in einem K. sinnv.: Zwiespalt. Zus.: Gewissens-, Herzenskonflikt (ohne Autor 1985, S.388)

Verwendete Literatur

Dorsch, F. (1963). Psychologisches Wörterbuch. Hamburg: Verlag Richard Meiner.
Hehlmann, W. (1965). Wörterbuch der Psychologie. Stuttgart: Alfred Kröner Verlag.
ohne Autor. (1985). DUDEN Das Bedeutungswörterbuch. Band 10. Mannheim, Leipzig: Dudenverlag.

Städtler T. (2003). Lexikon der Psychologie. Stuttgart: Alfred Kröner Verlag.
Tewes, U. & Wildgrube, K. (1992). Psychologie-Lexikon. München, Wien: R. Oldenbourg Verlag.

zur Engpasstheorie:

http://books.google.de/books?id=6df1XayL-BgC&pg=PA165&lpg=PA165&dq=entpanzerung+engpa%C3%9F+entladung&source=bl&ots=80Lr-B1gQC&sig=2eA_xFyErVU1AvtHbfRzfvkx7dk&hl=de#v=onepage&q=entpanzerung%20engpa%C3%9F%20entladung&f=false

Engpass (aus Sicht der Transaktionsanalyse).

Als Engpässe werden in der Transaktionsanalyse intrapsychische Konflikte bezeichnet, in denen zwei oder mehr entgegen gesetzte Kräfte so aufeinanderstoßen, dass es zu einer psychischen Pattsituation und zu keiner Lösung kommt. Engpässe stehen in direktem Zusammenhang mit in Reaktion auf Skriptbotschaften getroffenen Entscheidungen des frühkindlichen Erwachsenen-Ichs. Im Engpass stehen einschränkende Festlegungen des Skripts der Erfüllung gegenwärtiger Bedürfnisse entgegen, Goulding & Goulding (1981) entlehnten den Begriff der Gestalttherapie und gaben ihm eine eigene spezifische Bedeutung in der Transaktionsanalyse. Sie beschrieben Engpässe dreier Grade (1-3), wobei sich der Grad auf die Art der Konflikte, nicht auf den Schweregrad bezieht, Mellor (1981) definierte Engpässe zur präziseren Identifikation in Entwicklungskategorien. Auflösung eines Engpasses ist nach Goulding durch Neuentscheidung möglich.

Goulding M, Goulding R (1981) Neuentscheidung. Ein Modell der Psychotherapie, Stuttgart, Klett-Cotta)

Mellor K (1981) Impasses: Ihre Entwicklung und ihre Struktur. Neues aus der Transaktionsanalyse

Zu Zwickmühlen

http://www.systemische-professionalitaet.de/isbweb/component/option,com_docman/task,doc_view/gid,407/

Zum Thema Lösung zu 1. bis 4. aus professioneller Sicht

Meines Erachtens darf man davon ausgehen, dass eine gewisse Lösungshierarchie von 1. bis 4. gegeben ist: von 1. bis 4. vermehrt sich das benötigte Lösungsansatzpotenzial.

zu 1) Der Konflikt

Der Konflikt muss bewusst gemacht und innenwohnende emotionale Strittigkeiten geklärt und in der Gefühlswelt zur Lösung gebracht werden. Scheinbare Unvereinbarkeiten können meist durch Entrübbungsarbeit gelöst werden.

zu 2) Der Engpass (Goulding)

Der Engpass erfordert klare Exploration vorhandener (im Empfänger) Botschaften und deren Klärung (Einschärfung, Gegeneinschärfung und Zuschreibung) im Kontrast zum kindlichen Erleben (aK + fK): strukturell und/oder funktional gesehen.

Da alle diese Engpässe ineinander verschachtelt sein können ist Wachsamkeit für alle potenziell mögliche Dynamiken geboten.

zu 3) Die Zwickmühle (Bernd Schmid)

Die Zwickmühle oder Dilemmatazirkel erfordert viel klare Verstandestätigkeit, Nichtverwirrbarkeit im Bereich der Gefühle (selbst und dort) und ein hohes Vermögen, komplex zu denken.

Also:

- Durchblick per Exploration
- Aufgreifen der Implikationsstränge und Muster
- Entrübungs- und Entwirrungsarbeit zugleich (fast alle Interventionstechniken nach Berne einsetzbar und nötig)
- Fortlaufend im Prozess gelingende Unterscheidungsfähigkeit der fünf wesentlich involvierten Erlebens- und Verhaltensweisen, die meist sowohl echte, als auch (inzwischen geworden) Ersatzgefühle sein können:

Kampf, Erschöpfung, Resignation, Verleugnung, Verzweiflung:

Die energieverzehrenden Impulse müssen in regenerative wirksame Energie (aufbauend) umgewandelt werden.

Erst dann ist Lösung annehmbar, fast immer mit einem damit verbundenen Preis, wie er zu zahlen und meist unvermeidbar ist.

zu 4) Der Doublebind

Der Doublebind erfordert bis ins Kleinste gleiche Qualitäten beim Professionellen wie bei der Zwickmühle.

Zusätzlich jedoch muss sehr bald durchschaut werden, dass (anders als bei der Zwickmühle) ein Verbot der notwendigen und anstehenden Awareness vorliegt („merke nichts vom Wahnsinn...“) UND ein Verbot vorliegt, das Feld zu verlassen („bleib gebunden, fliehe ja nicht...“).

Wer dies nicht sieht, kommt mit besten Lösungsstrategien nicht weiter: Weil Wahrnehmung beim Klientensystem in vollem ungetrübten Bewusstsein nicht erlaubt ist.

Gelingende Interventionen müssen mit viel Potenz gegeben werden und das „Objekt im Visier“ übertönen können, ohne, dass der Klient sich bedroht fühlt.

Der Professionelle muss in besonderer Weise über ein höheres Komplexitätsniveau (nicht im Allgemeinen, aber eben im Besonderen) verfügen als der Klient. Denn nur dann kann er durchschauen und den Weg aus dem (meist) selbstgebauten Gefängnis weisen.