

Die Sprache der Transaktionsanalyse (Ulrike Müller)

A Bedeutung des Themas

Theoretische Reflexionen in der Transaktionsanalyse finden ihren Niederschlag in Modellen; z.B. dem Ichzustandsmodell mit Trübung und Ausschluss, der Vorstellung der Besetzungsenergie (ein ursprünglich psychoanalytischer Begriff), dem Engpassmodell, dem Symbiosemodell und dem Skriptmodell.

Die Transaktionsanalyse ist eine psychologische und primär psychotherapeutische Schulrichtung. Ihr Interesse ist es zu verstehen, was sich im Inneren eines Menschen abspielt (intrapyschische Vorgänge) und wie sich dies auf sein Verhalten im zwischenmenschlichen Umgang (interpersonal) auswirkt.

Da sich innerpsychische Vorgänge nur durch Introspektion erschließen lassen, sind die transaktionsanalytischen Modelle keine getreuen Abbilder einer Wirklichkeit wie in den Naturwissenschaften. Im Folgenden wird gezeigt, wie das theoretische Modell als Verstehensmodell aufgefasst werden und in die Praxis umgesetzt werden kann.

B Ausführungen

1. Das Theoretische Modell als Verstehensmodell (die Metapher)

Trotz der durch die Hirnforschung gewachsenen endokrinologischen Kenntnisse lässt sich die menschliche Psyche nicht auf naturwissenschaftliche Erkenntnisse reduzieren. Es bleibt immer ein Mehrwert. Etwas, das sich als Selbererleben zwar beschreiben aber nicht naturwissenschaftlich verifizieren lässt.

Hieraus erwächst die Bedeutung der transaktionsanalytischen Theoriemodelle. Sie wollen nicht etwas naturwissenschaftlich Belegtes wiedergeben, sondern sie wollen einen Verstehensprozess befördern. Sie gehen davon aus, dass das Ungefähre, Erahnte, Erfüllte, wie es die Klienten äußern, mithilfe der Theoriemodelle verstanden werden kann – vom Therapeuten/Berater wie auch vom Klienten. So gesehen haben die transaktionsanalytischen Modelle metaphorischen Charakter:

Der Arzt Leonhard Schlegel (1918 -2008), ein Praktiker und Theoretiker der Transaktionsanalyse meinte, dass es unzulässig sei, naturwissenschaftliche Erkenntnisse mit den Theorie-Modellen gleichzusetzen, weil das Sprechen über die Biologie des Menschen niemals dasselbe meinen und bezeichnen könne wie das weiter gefasste Verständnis vom Menschen, das sich metaphorisch und modellhaft beschreiben lässt.

2. Hermeneutik

Die Transaktionsanalyse ist wie die Psychoanalyse auf dem Schnittpunkt von Natur- und Geisteswissenschaft angesiedelt. Beiden geht es darum, die unverständlichen Geschichten, die die Patienten ihren Therapeuten erzählen, zu verstehen.

Als der Nervenarzt Dr. Sigmund Freud um 1880 mit der Krankengeschichte eines jungen Mädchens konfrontiert wurde, für die sein naturwissenschaftliches Repertoire nicht ausreichte, war das die Geburtsstunde der Psychoanalyse, die aus spekulativen Rückschlüssen zusammen mit den Patienten ein Verstehensmodell zu entwickeln sucht. Ein Ansatz, der heute ko-kreativ oder narrativ genannt wird.

Es geht um Geschichten, die dem Therapeuten von seinen Patienten/Klienten erzählt werden und die der Therapeut entschlüsseln können soll, ähnlich wie bei der hermeneutischen Kunst der Geisteswissenschaften. Einen Text verstehen, heißt, ihn zu entschlüsseln auf mehreren Ebenen: Auf der präsentierten der Handlungsebene, auf der Einbettung in seinen historischen Kontext, auf der biographischen seines Autors. Nur so kann die Tiefendimension des Textes annähernd „zur Sprache gebracht“ werden.

Um dies tun zu können, bedarf es einer gemeinsamen Sprache und auf jeden beliebigen Text anwendbarer Methoden und Modelle. Bei einer Textinterpretation spricht man vom

Leitmotiv, von Symbolen und Metaphern, von der Aussagekraft eines bestimmten Satzbaus, von Ironie.

Ähnlich funktioniert der transaktionsanalytische Prozess, wenn er sich darum bemüht, das „präsentierte Problem“, also die dem Klienten bewusste Geschichte in ihrer Tiefendimension zu verstehen. Um diese „zur Sprache bringen“ zu können, bedarf es eigener spezifischer Modelle für die hermeneutische Arbeit. Wobei die transaktionsanalytische Deutung anders als die literarische Interpretation von der erzählenden Person (dem Klienten) immer wieder in Frage gestellt werden kann.

So wie Freud vor 100 Jahren eine Sprache entwickelt hatte, die es ihm ermöglichte, seine Deutungsarbeit zu tun, so hat der Begründer der Transaktionsanalyse, Eric Berne (1910-1970), durchaus in Anlehnung an die psychoanalytische Sprache, seine eigenen Modelle entwickelt.

3. Beispiele

Drei Kategorien von Ichzuständen

Für Freud war die psychische Instanz „Ich“ die Verbindung zwischen dem Es-Unbewussten und der Außenwelt und hatte deshalb die alleinige Aufgabe der Realitätsprüfung. Für Berne hatte diese psychische Instanz „Ich“ aber neben ihrer realitätsprüfenden Funktion noch weitere Dimensionen, die er durch Beobachtung und durch Nachfrage für wahr erklärte: Wenn sich Menschen elterlich oder kindlich verhalten, sind das bewusste, wenn auch nicht hinterfragte Verhaltensweisen; sie gehören also in die psychische Instanz Ich, ihre Funktion ist aber in keiner Weise Realitätsüberprüfung.

Wenn Menschen in ihnen altbekannte Muster verfallen und gewohnte Gefühle erleben oder sich unhinterfragt elterlichen Geboten (Antreibern) oder deren Werten und Normen unterwerfen, findet dies strukturell seinen Niederschlag in der psychischen Instanz „Ich“. Berne nannte dies nun „Kategorien von Ichzuständen“, kurz, das Ichzustandsmodell (strukturell und funktional).

Ein außerordentlich hilfreiches Modell, ein Bild für innerpsychische Befindlichkeiten und beobachtbares Verhalten, über die sich einerseits Therapeut und Klient relativ rasch verständigen können und die dem Therapeuten zur Orientierung im Verstehensprozess dienen. Deshalb sind die vier Ichzustands-Diagnosen so wichtig (E. Berne, (2001), Die Transaktionsanalyse in der Psychotherapie, Junfermann, Paderborn, S.71f).

Das Gleiche lässt sich vom *Engpassmodell* sagen. Berne schließt sich in seinem theoretischen Denken hier an den Psychoanalytiker W.R.D.Fairbairn (1889-1964) an mit der These, dass es keine Struktur ohne Dynamik geben könne (W.R.D Fairbairn (2007), Das Selbst und die inneren Objektbeziehungen, Psychosozialverlag Giessen, S.171f) . Das Engpassmodell erklärt, wie es zur Symptombildung kommt, indem das schlichte Bild der Sackgasse, also der Ausweglosigkeit, bemüht wird: Einschränkende elterliche Botschaften stoßen in bestimmten Bereichen auf den Lebens- und Entfaltungswillen des Kindes. Da der Lebenswille allemal siegreich bleibt, findet das Kind eine Lösung (Skriptentscheidung oder Symptombildung), die es ihm erlaubt, der elterlichen Botschaft dennoch gehorsam zu sein. Wie wirkungsvoll gerade dieses Bild ist, weiß jeder, der mit seinen Klienten an diesen Punkt der Einsicht kommt, bei dem der Widerstand gegen Veränderung noch einmal beträchtlich wächst. Sehr anschaulich beschreibt Berne diesen innerpsychischen Kampf und die Aufgabe des Therapeuten dabei in Kapitel 11 des Gruppenbehandlungsbuchs (E. Berne (2005), Grundlagen der Gruppenbehandlung, Junfermann, Paderborn, S. 218), wo es um die Entwirrung des Kind-Ichzustands geht.

Eine weitere Metapher, die in den großen Theoriebereich der Ichzustandsmodelle gehört, ist das *Energiemodell*. Berne übernimmt von Freud den Begriff der Besetzungsenergie. Hatte Freud, da im Denken des 19. Jahrhunderts verhaftet, noch die Vorstellung einer real im Körper fließenden Energie, so benutzt Berne den Begriff rein als Bild, um zu erklären, dass Menschen ihr Handeln manchmal als ich-synton und manchmal als ich-dyston erleben.

In seiner Lesart heißt das dann so:

Wenn der Erwachsenen-Ichzustand, dem nun tatsächlich die Realitätsprüfung obliegt, das Ich dabei beobachtet, wie es sich realitätsunangemessen verhält, also z.B. aus dem Kind-Ichzustand, dann sind beide Ichzustände mit Energie besetzt, aber der Kind-Ichzustand

mehr, denn er hat die Exekutive, und der Erwachsenen-Ichzustand kann ihn an seinem Tun nicht hindern. Das Erleben ist ich-dyston (E.Berne, 2001, S.37ff).

Ist jedoch alle Energie im Kind- oder Eltern-Ichzustand gebunden, hat die Person nicht den Eindruck, neben sich zu stehen, sondern findet ihr Tun völlig im Einklang mit sich (ich-synton). Auch hier Bilder (Metaphern), die innerpsychische Vorgänge, die sich naturwissenschaftlicher Präzision entziehen oder deren naturwissenschaftliche, z.B. hirnpfysiologische Erklärungen nicht hilfreich wären, auf eine Weise verstehbar machen, dass sie das gemeinsame Narrativ befördern.

Als Beschreibung bestimmter Arten der Beziehungsgestaltung ist gerade das *Symbiosemodell* besonders eindrucksvoll:

Z.B. Menschen geben einen Anteil ihrer Ichstruktur auf, um für einen anderen besonders viel Zuwendung zu bekommen, häufig für das „Kind“. Wohingegen die versorgende Person dann dem Trugschluss unterliegt, über diesen Umweg auch für das eigenen „Kind“ etwas zu bekommen.

Das *Skriptmodell* lässt sich nach Berne kurz so fassen:

„Das Skript ist ein lebenslanges Übertragungsdrama“ (E.Berne 2001, S.115).

Allein schon die Begriffe Skript und Drama verweisen auf die Welt des Theaters, auf die Bühne. Ein plastisches Bild für das, was die Gewordenheit eines Menschen im Laufe seines Lebens bedeutet. Berne setzte sich so von den humanistischen Psychologien ab, die von der „organismischen Entfaltung“ (ebenfalls eine Metapher) sprechen. Ein völlig anderer Ansatz. Die Gewordenheit eines Menschen, die ihn dazu zwingt, das immer selbe Stück immer und immer wieder zu spielen, wenn es ihm nicht gelingt, durch entsprechende Unterstützung oder Erlebnisse von außen ein neues Rollenbuch zu schreiben und Entscheidungsfreiheit über sein Tun und Lassen zu bekommen.

Indem Berne dem jeweiligen Skript Gestalten aus der griechischen Mythologie oder Märchenfiguren zuordnet, widmet er sich dem Theoriekomplex der Skriptbildung, ohne dessen Bedeutung zu verringern. Dabei verzichtet er weitgehend auf die Abstraktion von Freuds Diskurs, auch wenn er sein Theoriemodell in enger Anlehnung an Freud entwickelt hat.

C Schlussfolgerungen und Einladung zur Diskussion

Zusammenfassend zwei Zitate von Berne, in denen er begründet, wie die Sprache der Transaktionsanalyse zustande gekommen ist. Es gibt „in der Regel drei verschiedene Ebenen der Fachsprache: die der Therapeuten unter sich, diejenige zwischen Therapeut und Patient und die Ebene der Patienten untereinander. [...] Eliminiert man die Unterschiede so weit wie möglich, erhöht das die Kommunikationsmöglichkeit. [...] Das hat mir die Vorwürfe der ‚Popularisierung‘ und der allzu starken ‚Simplifizierung‘ eingetragen. [...] Wo immer ich die Wahl hatte, habe ich mich auf die Seite des Laien geschlagen“ (E. Berne (1992), Was sagen Sie, nachdem Sie guten Tag gesagt haben, Fischer Verlag, Frankfurt am Main, S.11f). „Die transaktionale Theorie ist einfacher und wissenschaftlich ökonomischer als viele andere psychotherapeutische Theorien. Dennoch erfordert ihre klinische Anwendung ein gewissenhaftes Studium, und in den fortgeschrittenen Stadien [...] ist sie von zunehmender Komplexität“ (E. Berne, 2005, S.192f).

9528 Zeichen