

## **DIE INTEGRATION VON NEUENTSCHEIDUNGS-ARBEIT UND NEUBEELTERUNG ZUR VERÄNDERUNG DES BEZUGSRAHMENS**

Von Ken Mellor

### **Zusammenfassung**

Die Erneuerung des Bezugsrahmens, die darauf ausgerichtet ist, in jemandes Bezugsrahmen (frame of reference) (J. Schiff) Modifikationen zu bewirken, integriert den Ansatz des Neubeelterns von J. Schiff wie auch den Ansatz der Gouldings, Neuentscheidungen zu erarbeiten. Die einzelnen Schritte im Konzept des Neubeelterns und im Konzept der Neuentscheidungsarbeit werden benannt. Weiter werden Richtlinien dafür gegeben, wann beim Erneuern des Bezugsrahmens das Neubeeltern und wann die Arbeit an Neuentscheidungen angewendet werden kann. Schließlich wird an Beispielen erläutert, wann die Erneuerung des Bezugsrahmens wirksam, und wann sie wirkungslos ist.

*Barton W. Knapp*

### **Hintergrund**

Ich hatte als PTM das große Glück, von Jacqui Schiff und von Bob und Mary Goulding gefördert zu werden. In dieser einzigartigen Lage habe ich einen enormen Nutzen daraus ziehen können, daß sich mir die Theorie und Praxis beider Schulen so intensiv darbot. Und, im Gegensatz zu der damals vorwiegend anzutreffenden Auffassung, war ich von der Übereinstimmung in der Philosophie beider Schulen zutiefst beeindruckt, und, was mir dabei am wichtigsten ist, von ihrer Komplementarität. Wo die eine Schule Lücken zu haben schien oder durch eine andere Schwerpunktsetzung hätte verstärkt oder abgemildert werden müssen, da füllte die andere diese Lücken oder hatte die nötige Schwerpunktsetzung. Schließlich begann ich als Folge dieser Beobachtungen ganz natürlich damit, beide Systeme in meiner Arbeit zu verwenden. Das Verfahren zur Erneuerung

des Bezugsrahmens, das ich mit diesem Artikel vorstelle, ist das Ergebnis dieser anfänglichen Mischung der beiden Ansätze und basiert auf dem Konzept vom Bezugsrahmen (Schiff et. al. 1975, S. 49 -54) und dem, was ich als notwendig erachte, um eine Arbeit abzuschließen. Ich glaube, daß es im Zusammenhang mit vielen verschiedenen Methoden angewandt werden kann, auch wenn ich mich in diesem Artikel darauf konzentriere, die getrennte und kombinierte Anwendung von Neuentscheidungs- und Neubeelterungsmethoden zu beschreiben.

### **Eine unnötige Wahl**

Unglücklicherweise ist es zur Zeit in TA-Kreisen wohl so, daß viele dahin tendieren, zu meinen, sie müßten sich zwischen den beiden Schulen entscheiden. Ihnen wurde erzählt und mitunter auch gelehrt, daß sie die beiden Ansätze nicht zusammen anwenden können oder nicht zusammen anwenden sollten. Wie auch immer, nach meinen Erfahrungen bin ich davon überzeugt, daß solch eine Auswahl unnötig ist. Ich weiß, daß mir jede Orientierung für sich genommen dazu verhilft, Klienten darin zu unterstützen, wenn sie sich einen neuen Bezugsrahmen erarbeiten; ich weiß aber auch, daß es viele Klienten gibt, die ihre Arbeit an einem neuen Bezugsrahmen nicht abschließen können, wenn ihnen nur eine Art von Techniken zu Verfügung gestellt wird. Die Folge von derlei Entscheidungen ist deshalb, daß es weiterhin viele Klienten gibt, die nicht die Unterstützung bekommen, die sie bekommen könnten.

Ich denke, daß diese Frage ganz allgemein so wichtig ist und daß beide Arten von Techniken so grundlegend sind, um eine Erneuerung des Bezugsrahmens bei vielen zu erreichen, daß ich sie zunächst vergleichen werde, bevor ich das Verfahren zur Erneuerung des Bezugsrahmens vorstelle, das ich entwickelt habe.

## Neuentscheidung

Wie sie von Bob und Mary Goulding beschrieben wurde (Goulding and Goulding 1978), beinhaltet die Arbeit an Neuentscheidungen vier Schritte:

1. Abschluß eines Vertrages,
2. Klärung der Sackgassen (impasses),
3. Neuentscheidung und
4. Verstärkung.

Im ersten Schritt wird bestimmt, um welches Problem es in der Arbeit gehen wird und welche Veränderungen das Ziel der Arbeit sein sollen. Im Zweiten Schritt werden frühe Entscheidungen, Einschärfungen, Ersatzgefühle, Spiele, Zuwendungsmuster und Sackgassen (ersten, zweiten und/oder dritten Grades) benannt, die zur Erfüllung des Vertrages wichtig sind. Als ein Teil der Klärung von Sackgassen werden Erfahrungen -frühere Szenen und Phantasien identifiziert und eine Methode zur Neu-Inszenierung dieser Erfahrungen entwickelt, damit sie in der Arbeit erledigt werden können. Im dritten Schritt werden die entsprechenden Sackgassen aufgelöst, indem erwünschte Entscheidungen getroffen werden, die die früher getroffenen und das Selbst begrenzenden Entscheidungen aufheben. Im vierten Schritt erhält der Klient von anderen die Bestärkung für seine Veränderungen, insbesondere positive Zuwendung, und wird dazu ermutigt, sich Möglichkeiten zu überlegen, wie er sich selbst bestärken kann, wenn er bei sich immer noch den Impuls wahrnimmt, in alte Verhaltensmuster zurückzufallen.

Die typischerweise angewendeten Techniken umfassen die Gestaltarbeit mit mehreren Stühlen, die Desensibilisierung mit Phantasie-Arbeiten und die Traumarbeit wie auch Verhaltensmodifikationstechniken zur Verstärkung des erwünschten Verhaltens – insbesondere positive Zuwendung aus dem Kind-Ich.

Der Therapeut arbeitet sehr viel aus dem Kind- und dem Erwachsenen-Ich-Zustand.; die „Kraft des Patienten“ wird besonders betont; ein hoher Stellenwert kommt auch der kognitiven Anwendung vieler Konzepte der TA zu; es wird eine nährenden und beschützenden Umgebung gepflegt; der Modellcharakter, den der Therapeut hat, wird als bedeutend erachtet; und es wird betont, in der Arbeit kurz und bündig zu sein.

Neuentscheidungen können dann getroffen werden, wenn jemand seine Sackgassen auch „im Leib“ spürt und sich mit ständigen Angaben darüber und durch seine Erfahrung, ein Bewußtsein vom Nutzen einer Veränderung erlebt, und nicht bloß im Kopf überlegt. Eine

Neuentscheidung gilt dann als abgeschlossen, wenn die gewünschten Veränderungen vollzogen und aufrechterhalten wurden.

## Neubeelterung

Nach dem, was ich als Praxis im Cathexis Institute während meiner Ausbildung mitbekommen habe (Schiff et. al. 1975), was zum Teil von Russel Osnes (Osnes 1974) beschrieben wurde, und was ich selbst praktiziere, kann auch das Neubeeltern in vier Schritte untergliedert werden:

1. Abschluß eines Vertrages,
2. Einschätzung der bisherigen Entwicklung,
3. Neubeeltern und
4. Anwendung.

Wie diese Schritte im Einzelnen beschaffen sind, verändert sich jeweils entsprechend der Ziele des Neubeelterns und entsprechend den angewendeten Verfahren. So ist z. B. eine generelle Orientierung zugrundezulegen, wenn ein wesentlicher Ersatz für das alte Eltern-Ich ins Auge gefaßt wird, ins Auge gefaßt wird, insbesondere durch die Anwendung einer umfassenden Regression. Eine sehr spezielle Orientierung ist dort vonnöten, wo das Ziel z. B. darin besteht, mit Hilfe von kurzfristigen Regressionen auf sehr spezielle Probleme einzugehen. Im Rahmen dieses Artikels will ich meine Ausführungen auf die spezielle Orientierung beschränken, obwohl viele dabei erwähnten Aspekte auch für ein „vollständiges“ Neubeeltern gelten.

Im ersten Schritt wird geklärt, um welche Probleme eines Klienten es geht, und festgelegt, welche Ziele er sich für Veränderungen steckt. Im zweiten Schritt besteht das Ziel darin, die Eltern-Ich-Botschaften zu identifizieren und zu bestimmen, die der Klient zur Lösung eines Problems benötigt. Diese Botschaften werden innerhalb eines entwicklungsmäßigen Bezugsrahmens erörtert, um bestimmen zu können, welcher Art die Kindheitserfahrungen waren, die die bestehenden Schwierigkeiten eines Klienten zur Folge hatten. Zugleich werden die Situationen bestimmt, die sich ein Klient im Hier-und-Jetzt schaffen muß, um neue „elterliche“ Reaktionen entsprechend festgelegter Ziele durch die Bezugsperson hervorzurufen. Das Alter für die Regressionsarbeit und die Zeit, die diese Arbeit in Anspruch nehmen soll, werden im Prozeß bestimmt. Im dritten Schritt besetzt der Klient sein Kind-Ich im vorher festgelegten Alter und es wird auf ihn reagiert und für ihn gesorgt, als wenn er wirklich in diesem Alter wäre. Während

der Klient noch „klein“ ist, belebt er im Kind-Ich die ungelösten Probleme wieder, regt dadurch eine „elterliche“ Reaktion an und lernt diese Reaktion dann als Beitrag zu einer Problemlösung im Kind-Ich. Zur Lösung gehört die ausdrückliche Entscheidung, künftig gemäß der erhaltenen Beelterung zu handeln und so, wie er es eben in einem neuen Verhalten schon versucht hat. Im vierten Schritt werden die Ergebnisse der Arbeit mit dem nun „Wieder großen“ Klienten erörtert. Dabei wird auch diskutiert, ob eventuell weitere Arbeit nötig ist und, wenn dies sinnvoll ist, daß gezielt positive und negative Zuwendung gegeben wird, um den Klienten darin zu unterstützen, seine neue Erfahrung kontinuierlich zu nutzen.

Üblicherweise beinhalten die verwendeten Techniken, daß das Beeltern sich im Hier-und-Jetzt auf das Verständnis der inneren und äußeren Realität beim besetzten Kind-Ich richtet. Es wird dabei alles genutzt, was für ein wirksames Beeltern wichtig ist. Die von den „Eltern“ besetzten Ich-Zustände variieren entsprechend den Problemen, mit denen sie von den „Kindern“ konfrontiert werden. Jedenfalls ist die Tendenz zu beobachten, daß vom Eltern- und Erwachsenen-Ich-Zustand aus gearbeitet wird, insbesondere mit sehr aufgeregten „Kindern“. Es wird betont, daß es wichtig ist, eindeutige Elternbotschaften und relevante Informationen zu geben. Das Beeltern ist speziell darauf eingestellt, eine Lösung für die Probleme zu erwirken, mit denen das Kind-Ich befaßt ist. Diese Lösung muß jeweils vom Kind-Ich erlebt und verarbeitet werden. Für das Neubeeltern wird als von allergrößter Bedeutung erachtet, daß die Umgebung, in der eindeutige „elterliche“ Verantwortlichkeiten für die Betreuung der „Kinder“ vorhanden sind und Grenzen gesetzt werden, sicher und permissiv ist. „Eltern“ dazu ermutigt, ein Modell für ihre „Kinder“ zu sein. Von hohem Wert sind ein angemessenes Verhalten und die Übernahme persönlicher Verantwortung. Und anschließend wird dazu ermutigt, die Selbsterfahrung allmählich in das Bewußtsein und die Erfahrung als Erwachsener zu integrieren. Das Neubeeltern ist dann abgeschlossen, wenn die neuen Elternreaktionen vom Kind-Ich ausprobiert und als wichtig erfahren wurden und der Klient daraufhin eine Entscheidung im Kind-Ich getroffen hat, diese Erfahrung zu nutzen. Dann ist das Beeltern vollständig aufgenommen worden.

### **Gemeinsame Grundlagen in der Praxis**

Die gemeinsame Grundlage in der Orientierung beider Schulen besteht darin, daß beide

- betonen, wie wichtig es ist, einen Vertrag abzuschließen,
- Veränderungen als übergeordnetes Ziel anzustreben,
- die Lösung von Problemen (Ersatzgefühlen, Spielen, Skripts) anzustreben, die Schwierigkeiten in der Gegenwart zur Folge haben,
- die Wiederbelebung von problematischen Erfahrungen als Teil der Problemlösung vorsehen,
  - die Bedeutung von Informationen und kognitiven Strukturen betonen,
  - der Umgebung, in der die Arbeit stattfindet, eine wichtige Rolle bei der Förderung von Veränderungen beimessen,
- das Verhalten des Therapeuten als Modell ansehen, und schließlich beide
- die Kraft betonen, die der Klient selbst besitzt, um Entscheidungen zu treffen.

In der Ausrichtung beider Schulen wird einer allgemeinen entwicklungsmäßigen Orientierung eine Bedeutung beigemessen, die, wenn sie als nützlich eingeschätzt wird, als Basis für eine vollständige Zusammenführung der Impasse-Theorie und der Theorie kindlicher Entwicklung verwendet werden kann (Mellor 1980 a). Eine weitere gemeinsame Auffassung besteht darin, daß davon ausgegangen wird, eine Problemlösung auf einer bestimmten Altersstufe könnte enthüllen, daß ähnliche oder auch ganz andere, aber mit dem ersten Problem zusammenhängende, Probleme auf einer anderen Altersstufe noch gelöst werden müssen. Beide Schulen ermutigen zur Verwendung von Techniken aus anderen theoretischen Schulen innerhalb und außerhalb der TA und wenden diese auch selbst an.

### **Verbreitete Mißverständnisse**

Es gibt derzeit eine ganze Reihe von Mißverständnissen, die in Australien, England und in den Vereinigten Staaten anzutreffen sind und durch die sich manche Leute davon abhalten, sich der gemeinsamen Grundlagen beider Ansätze bewußt zu werden und sie zu akzeptieren.

Das erste Mißverständnis, das keineswegs nur auf die TA beschränkt ist, besteht darin, daß angenommen wird, wenn eine Schule recht hat, muß die andere Schule im Unrecht und daher

gänzlich anders sein. Und selbstverständlich gibt es auch Unterschiede, sogar einige gravierende, denn sonst könnten sie sich gegenseitig wohl nur wenig befruchten. Ich glaube jedenfalls, daß ganz allgemein gesagt werden kann, daß die beiden Schulen unterschiedlich sein und doch beide recht haben können; oder sie sind unterschiedlich und im wesentlichen richtig, auch wenn bestimmte Aspekte beider Ansätze falsch sind, und ich finde, daß es davon nicht viele Aspekte gibt. Anstatt nun den einen Ansatz gegen den anderen auszuspielen und sich durch die Unterschiede beirren zu lassen, finde ich es viel besser, sich dem zuzuwenden, was jeder Ansatz bietet, so daß ich Menschen wirksamer helfen kann.

Das zweite Mißverständnis besteht in der Annahme, das Eltern-Ich sei an der Neuentscheidungsarbeit nicht beteiligt. Die Gouldings betonen zwar den Wert, den es hat, das Eltern-Ich in einer Arbeit nicht zu benutzen (Goulding and Goulding 1978), wobei ein Hauptargument darin gesehen wird, Übertragungen zu vermeiden. Aber viel Interventionen, die vom Erwachsenen- und/oder Kind-Ich des Therapeuten kommen, enthalten durchaus Eltern-Ich-Positionen z. B. in Bezug auf das, was wertvoll, in Ordnung und real ist.

Beispiele:

Eltern-Ich-Botschaft: „Es ist in Ordnung, zu fühlen.“

Intervention: „Möchtest Du einmal als Experiment X erzählen, was Du fühlst?“ „Bist Du bereit, X zu erzählen, was Du fühlst?“

Eltern-Ich-Botschaft: „Du bist für das, was Du tust, selbst verantwortlich.“

Intervention: „Das ist eine Ausflucht.“ „Aus.“ „Du hast es ‚versucht‘?“

Eltern-Ich-Botschaft: „Sprich deutlich.“

Intervention: „Ich verstehe Dich nicht.“ „Ich will nicht mit Dir arbeiten, wenn Du weiter so sprichst, daß ich Dich nicht verstehen kann.“

Eltern-Ich-Botschaft: „Du bist in Ordnung.“

Intervention: „Du bist großartig!“ „Ich hab Dich gern!“

Die Tatsache, daß nicht ausdrücklich das Eltern-Ich dazu genommen wird, eine Botschaft zu äußern, heißt nicht einfach, daß das Eltern-Ich gar nicht beteiligt ist. Darüberhinaus wird das Eltern-Ich dazu verwendet, Grundregeln und Möglichkeiten zu vermitteln, damit sich der Klient schützen kann.

Ein drittes Mißverständnis besteht darin, daß angenommen wird, eine Neubeelterung geht vom Eltern-Ich des Therapeuten aus und der Klient nimmt lediglich dessen Eltern-Ich auf. Diese Vorstellung ist völlig verkehrt. Zur Neubeelterung ist der „elterliche“ Therapeut aufgefordert, während der Arbeit alle drei Ich-Zustände zu benutzen, um sowohl zu vermeiden, daß er ungesunde symbiotische Beziehungen wiederherstellt (Schiff et. al. 1975) wie auch, um dafür zu sorgen, daß dieser Aspekt in den zu bildenden Beziehungen gar nicht erst aufkommen kann. Dies bedeutet, in der Arbeit auch wirklich Eltern-, Erwachsenen- und Kind-Ich zu besetzen – und nicht nur so zu tun, als ob sie besetzt wären – damit die ganze Breite von möglichen Reaktionen der drei Ich-Zustände vom Kind-Ich aufgenommen werden kann. Wenn dies nicht getan wird, dann wird die Abwesenheit von Erwachsenen-Ich und/oder Kind-Ich so aufgenommen, wie in jeder vergleichbaren Eltern-Kind-Beziehung.

Wer von den beiden letztgenannten Mißverständnissen ausgeht, denkt über die Arbeit der letzten beiden Schulen, sie hätten eine symbiotische Beziehung miteinander (vgl. Abb. 1).

Ich nehme an, daß hierin auch die Ursache liegen mag, für die „entweder-oder“-Haltung, die dem erstgenannten Mißverständnis zugrundeliegt.

Ganz im Gegensatz zu den beiden letztgenannten Mißverständnissen kann ich nach meinen Erfahrungen mit guten Therapeuten beider Schulen sagen, daß sie sich dauernd aller drei Ich-Zustände bewußt sind und jeden Ich-Zustand benutzen, wenn sie annehmen, daß dies hilfreich ist.

Ein viertes Mißverständnis besagt, daß die Klienten die Opfer eines Neubeelterungsprozesses seien; es würde mit ihnen etwas unternommen, worüber sie keine Kontrolle hätten und womit sie nicht umgehen könnten. Dabei wird angenommen, daß dies einen unverkennbaren Kontrast zur Arbeit an Neuentscheidungen ausmache, in der die „Kraft des Patienten“ bekräftigt und dazu ermutigt wird, sie zum Tragen kommen zu lassen. Ich habe bereits erklärt, welche Betonung in beiden theoretischen Schulen auf die Bedeutung gelegt wird, die der persönlichen Verantwortlichkeit, der Entwicklung von Autonomie und der Pflege der entscheidungswilligen Anteile einer Person zukommt. Wo dies in der Praxis durchgeführt wird, wird auch niemand vom Therapeuten verfolgt oder verletzt, wenn dieser einen der beiden Ansätze verwendet. Ich war in der Tat zugegen, wenn durch die Arbeit von Therapeuten beider Schulen gleichermaßen Menschen verletzt wurden. Doch dies

habe ich nicht als Mangel einer Schule verstanden, sondern als Hinweis darauf, daß der jeweilige Therapeut noch keine weitere Arbeit an sich selbst zu leisten hatte.

### **Richtlinien für die Anwendung**

Aufgrund der geschilderten gemeinsamen Grundlagen habe ich keine Schwierigkeiten damit, beide Ansätze zusammen anzuwenden. Dabei sind es jedoch gerade die bestehenden Unterschiede, die dies so lohnend machen. Bei der Entscheidung darüber, wann ich welchen Ansatz zugrunde lege, beachte ich verschiedene Richtlinien.

Erstens verwende ich Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes, wenn ich mit Klienten arbeite, die „überbeeltert“ wurden, und solche des Neubeelterungs-Ansatzes mit Klienten, die „unterbeeltert“ wurden. Gewöhnlich ist eine weitere Beelterung das Letzte, was ein „überbeelterter“ Klient braucht, wohingegen es ideal ist, ihn durch Erwachsenen-Ich-Reaktionen dazu zu ermutigen, aus dem Kind-Ich zu handeln oder ihn durch das Kind-Ich des Therapeuten dazu zu verlocken – „Es lohnt sich“ und „Los, riskier es; es bringt Spaß!“

Umgekehrt ist es das Letzte, was ein „unterbeelterter“ Klient braucht, dazu ermutigt oder verlockt zu werden, daß er Gefühle und Bedürfnisse mit noch größerer Intensität erlebt, als er dies ohnehin schon tut. Ganz im Gegenteil ist es notwendig, daß er durch eindeutig gesetzte Eltern-Ich-Botschaften mit relevanten Informationen lernt, Verantwortung zu übernehmen und daß er dazu ermutigt wird, die Verwendung der Botschaften auszuprobieren – „Beruhige Dich; wenn Du Dich so aufregst, habe ich den Eindruck, daß Du mir gar nicht mehr zuhörst; Gut, nun denke darüber nach, was ich Dir gesagt habe, und erzähle mir, wie Du darauf reagiert hast.“ (Zu weiteren Richtlinien darüber, wann ein Neubeelterer erfolgreich sein sollte vgl. Mellor und Andrewartha 1980.)

Zweitens bevorzuge ich gewöhnlich Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes, wenn die identifizierten Sackgassen auf bestimmten frühen Erlebnissen, insbesondere sehr belastende Szenen, beruhen. Wenn sich dagegen die Sackgassen während andauernder alltäglicher Erfahrungen als Kind entwickelt haben - eine nach der anderen in einer scheinbar endlosen Abfolge - so ist es häufig sehr erfolgreich, Techniken des Neubeelterns anzuwenden, in deren Verlauf die Klienten jeweils in das

entsprechende Alter regredieren. Die sehr weit gestreute Möglichkeit, in der Neubeelterung Schwerpunkte zu bilden, scheint den Bedürfnissen solcher Klienten zu entsprechen, die den letztgenannten Typ von Erfahrungen gemacht haben.

Beispiel:

Andrew, ein „Arbeitssüchtiger“ aus einer Familie von lauter „Arbeitssüchtigen“, hatte anfänglich Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes als nicht schlagkräftig und als wirkungslos erlebt. Andererseits fand er die Regressionsarbeit beim Neubeelteren zutreffend und befreiend - er schwelgte „in der Wonne des Nichtstuns, während andere geschäftig waren“, eine „völlig neue Erfahrung“. Im Verlauf der Arbeit wurden ihm verschiedene, sehr spezielle Szenen bewußt, die äußerst signifikant waren für die von ihm entwickelten Sackgassen zweiten Grades, demzufolge er sich fröhlich verhielt und anderen zu gefallen suchte, anstatt sich wütend und depressiv zu fühlen. Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes halfen ihm nun dabei, mit diesen Szenen sehr schnell fertig zu werden.

Drittens, wenn Klienten der Anwendung von Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes Widerstände entgegenbringen, weil sie keine Hoffnung haben, daß dabei etwas herauskommt („Es wird sich doch nichts ändern“), dann helfen häufig Techniken des Neubeelterns weiter. Das Ziel einer Neubeelterung ist dabei, diesen Klienten zu positiven Erfahrungen im Umgang mit den betreffenden Problemen zu verhelfen, die sie dazu nutzen können, sich selbst auf das Ergebnis späterer Arbeit an Neuentscheidungen Hoffnung zu machen.

Beispiel:

Hectors Geburt verlief sehr lang und traumatisch und hatte regelmäßige Magenbeschwerden und die Erfahrung zur Folge „Ich bin ein grundschlechter Mensch“. Jedesmal, wenn er sich anschickte, die anstehende Arbeit an neuen Entscheidungen aufzunehmen, „erstarrte“ er und wollte die Arbeit nicht mehr fortsetzen. Um diese Sackgasse über das Wiedererleben seiner Geburt aufzulösen, unterzog er sich einer Neugeburt nach Leboyer in seinem eigenen Tempo und in einer warmen, akzeptierenden Atmosphäre. Daraufhin zog er aus dieser Erfahrung soviel Zutrauen zu sich selbst, daß er seine Reaktionen auf seine wirkliche Geburt wiedererleben und sich freimachen konnte, eine Neuentcheidung zu treffen.

Viertens, wenn sich Klienten dagegen wehren, für ihr Eltern-Ich wichtige Botschaften aufzunehmen, so tun sie dies häufig, weil sie sehr früh die Entscheidung getroffen haben, von dem, was ihnen Mutter/Vater erzählt haben, keine Notiz zu nehmen, ihnen nicht zuzuhören bzw. ihnen nicht zu gehorchen. Techniken des Neuentscheidungs-Ansatzes sind häufig der direkteste Weg, diesen Klienten einen Zugang zu der Beelterung zu verschaffen, die sie brauchen.

Beispiel:

Simon war äußerst selbstzerstörerisch und wehrte sich hartnäckig gegen die Aufnahme einer Botschaft „Verletz Dich nicht, Du mußt gut auf Dich aufpassen“. Er identifizierte eine Szene, in der ihn sein Vater dafür schlug, daß er geflücht hatte und in der er daraufhin beschloß: „Ich werde dem, was er oder überhaupt Menschen sagen, nie mehr vertrauen.“ In der therapeutischen Arbeit änderte er diesen Beschluß um zu einer Entscheidung: „Ich werde über das, was mir gesagt wird, nachdenken und mir eine eigene Meinung dazu bilden.“ Dadurch war er für das beabsichtigte Beeltern, das für ihn sinnvoll war, zugänglich und nahm es, während er „klein war“, erfolgreich in sich auf.

Fünftens andere ich die Technik, wenn Klienten bei der Anwendung der jeweils anderen Technik festzustecken scheinen. Häufig genügt es schon, den Ansatz zu wechseln, um Klienten darin zu unterstützen, daß sie wieder vorankommen. Insbesondere in andauernden Gruppen scheinen manche Klienten herauszufinden, wie sie sich den Anschein geben können, zu arbeiten, ohne sich jedoch wirklich zu verändern. Ein Wechsel der Arbeitsweise bedeutet, daß sie sich erst auf etwas Neues einstellen müssen und, während sie das tun, erledigen sie wieder mehr tatsächliche Arbeit.

Sechstens können die anderen Richtlinien im Rahmen einer Gesamtarbeit dazu herangezogen werden, zu entscheiden, wann zu beeltern ist und wann neue Entscheidungen anzustreben sind. Ein Großteil der therapeutischen Arbeit kann erledigt werden; wenn ein integrativer Ansatz verwendet wird, in dessen Rahmen notwendige Eltern-Botschaften gegeben, wichtige Informationen bereitgestellt und neue Entscheidungen darüber getroffen werden, wie jeweils auf Bedürfnisse, Gefühle, Wünsche und Situationen reagiert wird.

(Anmerkung: Diese Verallgemeinerungen stellen Empfehlungen dar; sie sind keine universellen Vorschriften.)

## Der Bezugsrahmen (frame of reference)

Der Bezugsrahmen wurde innerhalb der TA (Schiff et. al. 1975) zuerst definiert als die Gesamtheit der strukturellen Verbindungen zwischen Eltern-, Erwachsenen- und Kind-Ich und der Grad ihrer funktionalen Integration, wie sie für eine Persönlichkeit charakteristisch sind. Um es einfacher auszudrücken, er beschreibt, wie sich jemand mit allen drei Ich-Zuständen als einem dynamischen Ganzen verhält, d. h. er bezieht sich auf Verhalten als dem kombinierten Ergebnis der Reaktionen aller drei Ich-Zustände.

Diese Vorstellung ist dort von großem Wert, wo man über die entscheidenden Probleme nachdenkt und mit ihnen umzugehen hat, die mit allgemeinen Veränderungen einer Persönlichkeit zusammenhängen (z. B. vgl. Schiff et. al. 1975, Kapitel 6) weil sie die allgemeine Struktur und die Muster menschlicher Verhaltensweisen betrachtet.

Spezielle Bezugsrahmen stellen jeweils eine Abwandlung dieser Vorstellung dar. Sie beziehen sich auf die jeweilige Struktur und das Muster individuellen Verhaltens angesichts spezieller Probleme: also auf die strukturellen Verbindungen zwischen der funktionalen Integration der Reaktionen aus den einzelnen Ich-Zuständen gegenüber einem speziellen Problem. Jeder von uns besitzt solche Bezugsrahmen.

Nun zur Arbeit am Bezugsrahmen.

Beispiel:

Problem – Gewalt

Struktur

Eltern-Ich (Vater): „Schlag ihnen die Seele aus dem Leib!“

(Mutter): „Sei brav, Liebling, und verletze niemanden.“

(Beide): „Tu, was ich Dir gesagt habe.“

Erwachsenen-Ich: Gewalttätige Menschen bekommen manchmal, was sie haben wollen. Andere fürchten sich oft vor ihnen. Manchmal werden sie von anderen verletzt. (Sehr wenig Angaben darüber, wie mit gewaltsamen Regungen umzugehen ist.)

Kind-Ich: „Ich werde ihm nicht zuhören, bis er mich dazu zwingt.“ (Entscheidung, den Vater teilweise auszuschalten.) „Ich werde mein Bestes versuchen, Mutter.“ (Entscheidung, der Mutter zu gefallen.) „Ich kann mich nicht zurückhalten, wenn ich mich fürchte.“ (Grandiose Entscheidung, sich handlungsunfähig zu machen.)

## Funktion

Dieser Klient namens William hatte sehr häufig gewaltsame Regungen. Er versuchte, sie zu ignorieren, indem er sich darein vertiefte, anderen dadurch gefallen zu wollen, daß er sich so verhielt. Jedenfalls blieb er gewalttätig, insbesondere wenn er einen Konflikt mit seinem Chef, seiner Frau oder anderen hatte, die ihn unterdrücken konnten. Er trieb sich selbst zur Gewalt an, indem er sein Vater-Eltern-Ich benutzte und rechtfertigte sich dann mit seiner grandiosen Entscheidung aus dem Kind-Ich. Er strukturierte eine Menge Zeit damit, sich selbst verletzt zu fühlen oder zu fürchten, verletzt zu werden.

## Erneuerung des Bezugsrahmens

Die Erneuerung des Bezugsrahmens stellt ein Verfahren dar, mit dessen Hilfe Klienten bei der Veränderung ihrer speziellen Bezugsrahmen unterstützt werden können, so daß schließlich alle drei Ich-Zustände, bezogen auf die jeweiligen Probleme, aufeinander ausgerichtet und integriert sind (strukturell und funktional). Neue Bezugsrahmen müssen Wege zur Lösung der Probleme beinhalten sowie ich-unterstützend und regeneriert sein. Andernfalls ist das Verfahren noch nicht vollständig abgeschlossen. Im Verlauf der Arbeit können alle drei Ich-Zustände verändert worden sein.

### Beispiel:

Das Ergebnis der Arbeit an einem neuen Bezugsrahmen, die mit William geleistet wurde, war folgendes:

### Struktur

Eltern-Ich: „Sei nicht gewalttätig; werde mit Deiner Wut fertig, ohne jemanden zu verletzen.“ „Bring Dich zur Geltung und sei negativ, wenn Du es sein mußt.“ „Tu, was Dir gesagt wurde, wenn Du selbst dafür gute Gründe hast.“

Erwachsenen-Ich: (Alte Informationen wurden durch neue Angaben darüber ausgeglichen, wie William mit gewalttätigen Regungen umgehen kann, wie er Probleme mit anderen lösen kann, wenn diese aufgebracht sind, und wie er sich angemessen verhalten kann, unabhängig davon, wie furchtsam er ist.)

Kind-Ich: „Ich werde auf Vater hören und überlege mir auch andere Wege, wie ich meine Probleme lösen kann. Ich werde seine Energie dazu nutzen, mich dafür zu motivieren.“

(Neuentscheidung, zu überlegen, wann er anderen gefallen will und dabei zu entscheiden, wann und wie sehr er dies tun will.) „Egal, wie ängstlich (wütend etc.) ich mich fühle, ich habe die Kontrolle über das, was ich tue.“ (Neuentscheidung, die Verantwortung für sein Verhalten zu übernehmen.)

## Funktion

Nach Abschluß dieser Arbeit hatte William keine häufigen gewaltsamen Regungen mehr. Er war sich wichtiger Informationen bewußt und suchte sich die jeweils passenden heraus, um sich ein eigenes Urteil darüber zu bilden, was zu tun sei; und er wurde angenehm und wirksam, wenn er mit Leuten zu tun hatte, die ihn zu dominieren suchten, insbesondere dadurch, daß er sich nicht aufregte, wenn man ihn dazu anstacheln wollte und indem er sich durch den Verlauf nicht mehr verletzte oder verletzt fühlte.

## Das Verfahren

Bei der Arbeit an einem neuen Bezugsrahmen unterscheide ich vier Schritte:

1. Abschluß eines Vertrages,
2. Einschätzung des vorhandenen Bezugsrahmens,
3. Erneuern des Bezugsrahmens (einschl. der Arbeit an Neuentscheidungen und/oder Neubeeltern) und
4. Ausrichtung und Intergration.

Jeder Schritt ist im Gesamtprozeß von großer Bedeutung. Die angegebene Reihenfolge zeigt den üblichen Verlauf, den die Arbeit nimmt, wenn auch, wie bei der Arbeit an Neuentscheidungen und beim Neubeeltern, diese Reihenfolge nicht rigide übernommen werden sollte.

Zum Abschluß von Schritt 1 ist geklärt, welche Probleme gelöst werden sollen und welcher Art die Lösung sein soll, d. h. daß das Ziel der Arbeit bestimmt ist. In diesem Verlauf ist mit den üblichen Problemen zu rechnen, die mit dem Abschluß von Verträgen verbunden sind (vgl. Steiner 1974; Mellor 1980 b).

Am Ende von Schritt 2 erhält man ein deutliches Verständnis vom Bezugsrahmen eines Klienten, bezogen auf die jeweiligen Probleme, um die es geht. Um Veränderungen zu erreichen, muß der vorhandene Bezugsrahmen hinlänglich deutlich geworden sein. Dies zu erreichen, gibt es viele Möglichkeiten, wie z. B. eine Strukturanalyse, eine Transaktionsanalyse im engeren Sinne, eine Analyse der Ersatzgefühle, Spiele, Beziehungen und des Skripts (Berne 1961; English 1971,1972

und 1976; Erskine and Zalzman 1979; Holtby 1979) eine Klärung der Sackgassen mit den Methoden der Neuentscheidungs-Schule (Goulding and Goulding 1978) oder denen meines eigenen Ansatzes (Mellor 1980 a) wie auch eine eingehende Identifikation der entwicklungsbedingten Probleme und der früheren Reaktion auf diese Probleme mit den Methoden der Neubeelterungs-Schule (Schiff 1970; Schiff et. al. 1975).

Am Ende von Schritt 3 sind alte Eltern-Ich-Reaktionen entweder bekräftigt oder abgewandelt worden und, wo nötig, neue Reaktionen erworben worden; neue und relevante Informationen und Überlegungen zu den Problemen werden vom Erwachsenen-Ich übernommen und angewandt; das Kind-Ich wird die notwendigen Entscheidungen darüber getroffen haben, welche alten Verhaltensweisen gelöscht oder abgewandelt werden und welche neuen gegebenenfalls angewandt werden sollen. Diese Arbeit kann mit Hilfe vieler verschiedener Techniken, einzeln oder integriert, geleistet werden. Innerhalb der TA sind es nach meiner Meinung zwei theoretische Schulen, die zusammen eine umfassende Grundlage für die Arbeit an neuen Bezugsrahmen abgeben: die Neuentscheidungs-Schule und die Neubeelterungs-Schule.

Am Ende von Schritt 4 schließlich wird das Alte, das Abgeänderte und das Neue in der Weise ausgerichtet und integriert, daß der neue Bezugsrahmen gegenüber dem ursprünglichen Problem Ich-stützend und regenerierend wirkt. Um die angestrebte Ausrichtung und Integration zu erreichen, ist die Arbeit mit mehreren Stühlen eine sehr gute Technik, die den Klienten dazu verhilft, Übereinkünfte zwischen den verschiedenen Teilen ihres Selbst zu erzielen (vgl. Mellor 1979 und Mellor and Andrewartha 1980). Das Ziel besteht in einer inneren Zusammenarbeit und Unterstützung zwischen den verschiedenen Teilen.

### „Heilung“

Nach meiner Auffassung ist eine „Heilung“ dann erreicht, wenn die Probleme gelöst sind, die die Klienten dazu veranlaßt hatten, sich Hilfe zu suchen. Sie ist erreicht, wenn die Klienten die Probleme vollständig oder soweit vorläufig gelöst haben, daß sie dies immer wieder ohne professionelle Hilfe tun könnten, sollten sie noch einmal auftauchen. Dies bedeutet, daß jeder ein Eltern-, Erwachsenen- und Kind-Ich benötigt, die

jeweils ein relevantes Problem benennen können, die wissen, wie sie mit ihm umgehen können und dies dann auch tun, die sich im Prozeß gegenseitig unterstützen und die für jede weitere Veränderung, jedes weitere Wachstum offen sind, wenn es wünschenswert oder notwendig werden sollte. Mit anderen Worten bedeutet das, einen ich-stützenden und regenerierenden Bezugsrahmen gegenüber den jeweiligen Problemen zu entwickeln (für eine genauere Erklärung vgl. Mellor 1980 b, Kapitel 26 und Abschnitt 7).

Im Grunde habe ich eine pädagogische Orientierung. Ich unterstütze Leute im Lernen, Umlernen und Verlernen. Dementsprechend betrachte ich die Veränderungsprozesse, in denen ich aktiv beteiligt bin, dann als abgeschlossen, wenn die am Anfang der Arbeit vertraglich vereinbarten Ziele erreicht wurden. Diese Verträge schließe ich unter dem Gesichtspunkt einer Arbeit am Bezugsrahmen ab. So akzeptiere ich z. B. gewöhnlich keinen Vertrag mit Klienten, an Neuentscheidungen zu arbeiten, oder ein neues Beeltern zu erhalten, oder jedwede andere Veränderung allein zu erarbeiten, ohne daß ich nicht zuerst den Nutzen einer Arbeit am Bezugsrahmen erörtert hätte und mir sicher bin, daß die gewünschte Arbeit ein Ich-stützendes und regenerierendes System ergeben wird.

Nach meiner Erfahrung mit Therapeuten der meisten theoretischen Schulen ist es so, daß ein guter Therapeut eine Arbeit solange nicht als abgeschlossen ansieht, solange nicht auch eine Erneuerung des Bezugsrahmens erarbeitet wurde, unabhängig davon, ob er nun den Neuentscheidungs-Ansatz, das Neubeeltern oder irgendeine andere Technik verwendet hat. Diese Therapeuten sind sich auch der Notwendigkeit bewußt, zerstörerische innere Konflikte gegenüber wichtigen Problemen zu lösen und solange zu arbeiten, bis die Klienten diese Lösung erreicht haben; dies bedeutet, solange zu arbeiten, bis die Klienten alle drei Ich-Zustände so ausgerichtet und integriert haben, daß sie mit den Problemen fertig werden können, aufgrund derer sie eine therapeutische Arbeit begonnen hatten.

Im folgenden einige gewöhnliche Beispiele dafür, wann eine Erneuerung des Bezugsrahmens nicht erreicht wurde:

1. Wenn ein Klient sein Eltern-Ich durch eine Neuentscheidung ausschließt – „Ich werde Dir nicht mehr zuhören“; (Ein Eltern-Ich-Interview, das den Wert des bestehenden Eltern-Ichs beachtet und in dessen Verlauf neue



- Botschaften aufgenommen werden, könnte sehr gut zur Folge haben, daß das Eltern-Ich ein unterstützender Teil des Klienten wird und somit eine ausschließende Entscheidung als unnötig erweise (McNeel 1976; Mellor and Andrewartha 1980.);
2. Wenn Klienten eine neue Entscheidung treffen, ihre „Ersatzgefühle“ aufzugeben, obwohl diese Gefühle erlebt werden müssen, um eine Sackgasse (impasse) höheren Grades zu lösen; (Um Sackgassen zweiten und dritten Grades zu lösen, ist eine weiter zurückgehende, tiefergehende und häufig längere Arbeit an den Gefühlen nötig, als vielfach möglich ist.);
  3. wenn ein Klient andere beeltern kann und ganz überzeugt im Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich neue Eltern-Botschaften ausdrücken kann, aber nur wenige oder gar keine Anzeichen zeigt, auch so für sein Kind-Ich zu sorgen, wie es die Botschaften nahelegen. (Weitere Regressionsarbeit, Neubeeltern oder Neuentscheidungs-Arbeit ist oft erforderlich, damit der Klient den Wert der neuen Botschaften in seinem Kind-Ich erfährt und sie sich so auch auf der Gefühlsebene aneignet.); und
  4. wenn Probleme der frühen Kindheit zwar gelöst werden, diese Lösung aber nicht in spätere Entwicklungsstufen integriert werden; (Weitere Regressionsarbeit in späteren Altersstufen und/oder weitere Arbeit im Hier-und-Jetzt ist dann notwendig, um die angestrebte Integration zu erreichen.).

Die Arbeit eines Klienten an einem bestimmten Problem ist dann abgeschlossen, Klienten haben sich dann selbst „geheilt“, wenn sie eine aktuelle Situation mit einer angemessenen Lösung bewältigen können und Methoden besitzen, das Problem auch in Zukunft lösen zu können. Ganz allgemein läßt sich sagen, daß ich oben beschrieben habe, was ich unter einer „Problemlösung“ verstehe.

Ken Mellor, BA, Dip. Soc. Studs., CTM, ist ein Sozialarbeiter mit eigener Praxis in Clifton Hill, Victoria, Australien.

#### Literatur:

- Berne, E. *Transactional analysis in psychotherapy*. New York: Grove Press, 1961.  
 English, F. The Substitution factor: Rackets and real feelings, Part I. *Transactional Analysis Journal*, 1974, 1(4), 27-32.  
 English, F. Rackets and real feelings, Part II

- Transactional Analysis Journal*, 1972,2 (1), 23-25.  
 English, F. Racketeering. *Transactional Analysis Journal*, 1976,6 (1), 78-81.  
 Erskine, R. & Zalcman, M. The racket System. *Transactional Analysis Journal*, 1979,9 (1), 51-59.  
 Goulding, R. & Goulding, M. *The poweris in the patient: A TA/Gestalt approach to psychotherapy*. San Francisco :TA Press, 1978.  
 \*Holtby, M. Interlocking racket Systems. *Transactional Analysis Journal*, 1979, 9 (2), 131-135.  
 McNeel, J. The parent interview. *Transactional Analysis Journal*, 1976,6 (1), 61-68.  
 Mellor, K. Suicide, being killed, killing and dying. *Transactional Analysis Journal*, 1979, 9 (3), 182-188.  
 Mellor, K. Impasses: A developmental and structural understanding. (See this issue), 1980 a.  
 Mellor, K. *Takeing Charge: Task analysis, Option development, Problem solving*. Melbourne: P.I.T. Press, 1980 b.  
 Mellor, K. & Andrewartha, C. Reparenting the Parent in support o fedecisions. (See this issue), 1980.  
 Osnes, R. Spot reparenting. *Transactional Analysis Journal*, 1974,4 (3), 40-46.  
 Schiff, J. *All my children*. New York: Pyramid Books, 1970.  
 Schiff, J. et. al. *Cathexis reader, transactional analysis treatment of psychosis*. New York: Harper and Row, 1975.  
 Steiner, C. *Scripts People live*. New York: Grove Press, 1974.

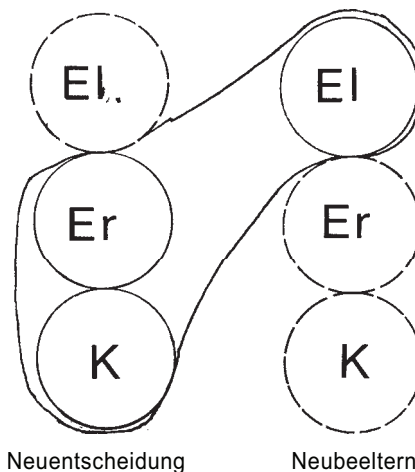


Abb. 1

Falsch verstandene Besetzung der Ich-Zustände eines Therapeuten bei der Arbeit an Neuentscheidungen und beim Neubeeltern.

## WIRKSAMES ERLAUBNISGEBEN UND DIE REPRÄSENTATIONSSYSTEME

Von William H. Thweatt

### Zusammenfassung

Ein Fall von Narkolepsie wurde erfolgreich mit einer „negativen Erlaubnis“ behandelt, die den Klienten von seinen Symptomen befreite. Der therapeutische Prozeß gab Aufschluß über einige Prinzipien, wie wirksam Erlaubnis gegeben werden kann. Es gilt, das vorherrschende „Repräsentationssystem“ eines jeweiligen Ich-Zustandes herauszufinden. Erlaubnisgeben ist nur dann wirksam, wenn es sich an dieses dominante Repräsentationssystem richtet. Die Kenntnis dieser Fakten wird dem Therapeuten die Wahl der für den jeweiligen Klienten angemessenen Technik erleichtern und so kann er/sie wissen, wann er/sie eine Phantasie- (visuell), eine Stuhl- o. ä. (auditiv) oder auch eine Arbeit mit Übungen (kinesthetisch) anwenden sollte.

Narkolepsie ist ein bestimmter Zustand, der durch kurze Schlafanfälle charakterisiert ist, die einige Minuten oder auch einige Stunden andauern können. Der Betroffene kann mitten in einem Gespräch oder auch bei einer manuellen Tätigkeit in festen Schlaf fallen. Während dieser Zustand in der medizinischen Fachliteratur meist im Zusammenhang mit Epilepsie diskutiert wird, sehen ihn andere als psychisch bedingt an. Sogar Kraepelin (Hinsie & Campbell 1960) hat ihn als eine hysterische Störung eingeordnet. Der vorliegende Artikel beschreibt einen Fall, der das Ergebnis einer frühen traumatischen Provokation war und der durch eine „negative Erlaubnis“ (Berne 1972) geheilt wurde. Dieser Fall gab zugleich Aufschluß über einige neue Grundsätze darüber, wie man Erlaubnisgeben wirksam machen kann.

### Der Fall Morph

Mit einem breiten Grinsen im Gesicht stellte sich Morph am ersten neuen Schultag dem Lehrervor. Er erklärte, er leide unter Narkolepsie und hielt ihm ein ärztliches Gutachten zur Bekräftigung seiner Aussage hin. Dieses Schreiben besagte, daß er mit Ritalin behandelt wird und enthielt

außerdem eine ausführliche Warnung vor seinen Schlafanfällen. Zweifellos wollte Morph sich für künftigen langweiligen Schulstunden retten, indem er dann eben ausrasten würde, und wollte nun auch noch die Erlaubnis des Lehrers dazu einholen. Der Lehrer erwiderte, daß Morph in jedem Fall, egal, ob er ausrasten würde oder nicht, am Ende doch alles wissen müßte, was sie in der Klasse behandelt hatten. Er fragte ihn auch noch, ob er schon einmal in einer therapeutischen Behandlung war.

Nach zwei Wochen Unterricht, in denen Morph einige Schlafanfälle gehabt hatte, begann er eine Therapie mit dem Lehrer. Während der zweiten Sitzung erinnerte er sich wieder an folgende Szene aus seiner frühen Kindheit:

Es war Heiligabend. Morph, etwa zweieinhalb Jahre alt, war ins Bett gebracht worden. Er war noch viel zu aufgeregt, um schlafen zu können, und rief dauernd nach seinen Eltern, daß sie ihn doch wieder hinunterkommen lassen sollen. Während Morph nun so in seinem Bettchen stand, sich an den Gitterstäben festhielt und danach schrie, herausgelassen zu werden, öffnete sein Vater die Tür. Er ging auf Morph zu, schüttete ihm ein Glas Wasser ins Gesicht (er hatte wohl etwas von Schocktherapie gelesen) und schrie: „SCHLAF JETZT!“ Morph fiel auf seinen Rücken und schlief auf der Stelle ein. Eine Woche später willigte Morph ein, herauszufinden, was er sah, hörte oder fühlte, kurz bevor er einen seiner Anfälle hatte. In der folgenden Sitzung berichtete er dann überrascht davon, daß er immer kurz vor einem Anfall deutlich die Stimme seines Vaters hörte, wie sie schrie: „SCHLAF JETZT!“ Und da er ein braver Junge war, gehorchte er!

### Theorie

Die Arbeiten von Bandler und Grinder (1975) die unser Verständnis von den Ich-Zuständen vergrößern können, schienen für Morphs Fall sehr ergiebig zu sein. Sie schreiben, daß unsere Erfahrung in fünf „Repräsentationssystemen“ gespeichert wird, nämlich visuell, auditiv,