

# Inhalt

Vorwort . . . . .	13
Eric Berne und sein Werk . . . . .	17
Die Lehre von den Ich-Zuständen oder die Strukturanalyse . . . . .	20
1. Grundlegende Überlegungen zur Lehre von den Ich-Zuständen . . . . .	20
2. Die Begriffsverschiebung vom «Ich-Zustand» zur «Teilpersönlichkeit» oder zur «(inneren) Person» . . . . .	25
3. Verschiedene Gesichtspunkte zur Auffassung von den drei Ich-Zustän- den . . . . .	27
a) Die erlebnisgeschichtliche Betrachtungsweise . . . . .	28
b) Die allgemeintypische Betrachtungsweise . . . . .	28
c) Der am Beziehungsgefälle orientierte Gesichtspunkt . . . . .	29
d) Die Unbedachtheit als Gesichtspunkt . . . . .	29
e) Der abstrahierende Gesichtspunkt . . . . .	30
4. Umschreibung der drei Ich-Zustände . . . . .	31
a) Der Kind-Ich-Zustand (Kindhaltung), das Kind-Ich oder das innere Kind . . . . .	31
Der kleine Pfiffikus (auch: kleiner Professor) . . . . .	35
Der kleine Faschist . . . . .	36
Die mit einer Persona versehene Persönlichkeit als Aspekt des Kind- Ichs . . . . .	37
b) Der Eltern-Ich-Zustand (Elternhaltung), das Eltern-Ich oder die inneren Eltern . . . . .	37
c) Der Erwachsenen-Ich-Zustand als sachliche Haltung (Erwachse- nenhaltung) und das Erwachsenen-Ich . . . . .	41
5. Das Verhältnis der drei Ich-Zustände oder Persönlichkeitsanteile zueinander . . . . .	43
a) Die gegenseitige Beziehung der drei Ich-Zustände . . . . .	43
b) Die Vorherrschaft eines Ich-Zustandes . . . . .	44
c) Die Aktivierung der Ich-Zustände . . . . .	45
d) Das «erlebende Ich» und das «verhaltenssteuernde Ich» . . . . .	46
e) Dissoziation, Integration und Syntonie . . . . .	48
6. «Strukturelle» Störungen im Bereich der Ich-Zustände (BERNE: «Struk- turelle Pathologie») . . . . .	49
a) Voreingenommenheit oder Trübung . . . . .	49
b) Befangenheit, Ausschluß, Außer-Funktion-Setzung, Auslöschung . . . . .	51
7. «Funktionelle» Störungen im Bereich der Ich-Zustände (BERNE: «Funktionelle Pathologie») . . . . .	54

8. Die Unterteilung der Ich-Zustände . . . . .	56
a) Strukturelle Unterteilung der Ich-Zustände oder formale Struktur- analyse zweiter Ordnung . . . . .	56
b) Funktionelle Unterteilung der Ich-Zustände . . . . .	60
c) «Traditionelle» Unterteilung des Kind-Ich-Zustandes . . . . .	60
(1.) Die funktionelle Differenzierung der Ich-Zustände zweiter Ordnung im Kind-Ich . . . . .	61
(2.) Die Integration der kleinkindlichen «Struktur» in die erwach- sene Persönlichkeit . . . . .	64
(3.) Die Ich-Zustände als Anhaltspunkte für entwicklungsge- schichtliche Betrachtungen . . . . .	66
9. Das Egogramm nach DUSAY . . . . .	66
10. Das eigentliche und wirkliche Selbst oder die Person . . . . .	68
11. Anwendung der Lehre von den Ich-Zuständen an zwei Beispielen von BERNE . . . . .	71
a) Die junge Hausfrau (Frau Primus) . . . . .	71
b) Der erfolgreiche Anwalt (Ned Segundo) . . . . .	73

Die Analyse von Transaktionen als kommunikationspsychologische  
Anwendung der Lehre von den drei Ich-Zuständen . . . . . 76

1. Transaktionen mit komplementären oder stimmigen Botschaften («parallele Transaktionen») . . . . .	77
2. Transaktionen mit disparaten oder unstimmigen Botschaften («gekreuzte Transaktionen») . . . . .	79
3. Transaktionen mit unterschwelligem Botschaften . . . . .	80
a) Die unterschwellige Verführung («Winkeltransaktion») . . . . .	80
b) Vollständige und unvollständige doppelbödig Transaktionen . . . . .	81
4. Transaktionen mit eine Frage umdeutenden oder umdefinierenden Antworten . . . . .	83
5. Kommunikationsregeln nach BERNE . . . . .	84
6. Die Beziehungsanalyse . . . . .	85
7. Die «Symbiose» zwischen Mutter und Neugeborenem als Sinnbild für mangelnde Eigenständigkeit . . . . .	87
a) Das Ur-Wir zwischen Mutter und Kind als Sinnbild einer mangelhaf- ten Abgrenzung . . . . .	88
b) Der Umsorgende und der Umsorgte beim Mutter-Kind-Verhältnis als Sinnbild gegenseitig fixierender Abhängigkeit . . . . .	89
c) Das Mutter-Kind-Verhältnis als Sinnbild für unverlangtes Entge- kommen und unausgesprochenen Anspruch darauf . . . . .	94
d) Zusätzliche Anmerkungen zum Begriff der «Symbiose» . . . . .	95

Grundbedürfnisse, Zuwendung («Streicheln»), «Mißachtung» und die verschiedenen Möglichkeiten, die Zeit (miteinander) zu verbringen . . . 97

- 1. Die von der Transaktionalen Analyse hervorgehobenen psychologischen Grundbedürfnisse . . . . . 97
  - a) Das Grundbedürfnis nach sinnlicher Anregung . . . . . 97
  - b) Das Grundbedürfnis nach Zuwendung und Anerkennung . . . . . 97
  - c) Das Grundbedürfnis nach Zeitgestaltung . . . . . 98
- 2. Zuwendung, Beachtung oder «Streicheln» . . . . . 99
- 3. «Mißachtung», Nicht-Beachtung oder Abwertung . . . . . 106
- 4. Sechs Möglichkeiten, die Zeit (miteinander) zu verbringen nach BERNE 111
  - a) Rückzug . . . . . 112
  - b) Rituale . . . . . 112
  - c) Unverbindlicher Zeitvertreib oder unverbindliche Unterhaltung . . 112
  - d) Aktivität . . . . . 113
  - e) Manipulative Spiele (oder allgemein: manipulative Verhaltensweisen) . . . . . 114
  - f) Vorbehaltlose uneigennützigte Vertrautheit oder Intimität . . . . . 114
- Ergänzungen . . . . . 116

Festgefahrene Erlebens- und Verhaltensmuster . . . . . 117

- 1. Gewinner und Verlierer . . . . . 117
- 2. Die Grundeinstellung . . . . . 120
  - a) Ich bin nicht O.K., du bist (die anderen sind) O.K. . . . . 121
  - b) Ich bin O.K., du bist (die anderen sind) nicht O.K. . . . . 121
  - c) Das Verhältnis der beiden asymmetrischen Grundeinstellungen zueinander . . . . . 122
  - d) Ich bin nicht O.K., du bist (die anderen sind) nicht O.K. . . . . 123
  - e) Ich bin O.K., du bist (die anderen sind) O.K. . . . . 124
  - f) Das O.K.-Gitter oder der O.K.-Korral nach F. ERNST . . . . . 125
  - g) Anmerkungen von BERNE zu den Grundeinstellungen . . . . . 126
  - h) Anmerkungen von Th. HARRIS zu den Grundeinstellungen . . . . . 128
  - i) Anmerkungen von HOLLAND zu den Grundeinstellungen . . . . . 129
  - k) Anmerkungen von Fanita ENGLISH zu den Grundeinstellungen . . . 130
  - l) Anmerkungen von Claude STEINER zu den Grundeinstellungen . . . 130
  - m) Die Überwindung einer Nicht-O.K.-Grundeinstellung . . . . . 131
- 3. Die negativen drei Grundeinstellungen als Alternativen zur Abwehr gegen eine Gesundung in Selbstverantwortlichkeit . . . . . 132
- 4. Lieblingsgefühle (auch: vertraute Verstimmungen), Maschen, Ersatzgefühle und psychologische Rabattmarken . . . . . 133
  - a) Das Lieblingsgefühl oder die vertraute Stimmung . . . . . 134
  - b) Das Auspielen von Gefühlen («Maschen») . . . . . 136
  - c) Lieblingsgefühle als Ersatzgefühle . . . . . 138
  - d) Psychologische Rabattmarken . . . . . 139

e) Erkennung und Aufhebung negativer Lieblingsgefühle . . . . .	141
(1.) Erkennung von Lieblingsgefühlen . . . . .	141
(2.) Aufhebung von Lieblingsgefühlen . . . . .	143
5. Lieblingsüberzeugungen oder Skriptüberzeugungen . . . . .	144
6. Der «Aushänger» . . . . .	146
7. Die manipulativen Rollen oder das Drama-Dreieck nach KARPMAN . . . . .	148
8. Manipulative Spiele . . . . .	151
a) Beispiele von manipulativen Spielen . . . . .	152
b) Kommentar zu den Beispielen . . . . .	153
(1.) Verschiedenheit von manipulativen Spielen . . . . .	154
(2.) Gemeinsamkeit von manipulativen Spielen . . . . .	156
c) Motive für die Einleitung manipulativer Spiele . . . . .	159
d) Spielfreiheit . . . . .	161
e) Typische manipulative Spiele . . . . .	164

## Das Skript oder der unbewußte Lebensplan . . . . . 171

1. Entstehung des unbewußten Lebensplans . . . . .	172
2. Elterliche Botschaften . . . . .	176
a) Die Einstellung der Eltern zum Leben . . . . .	178
b) Erwartungen und Befürchtungen der Eltern . . . . .	179
c) Erzieherisch gemeinte Anweisungen . . . . .	179
d) Glückwünsche und Verwünschungen . . . . .	180
e) Schuldgefühl-Erzeuger . . . . .	181
f) Provokationen . . . . .	181
g) Zuschreibungen . . . . .	182
h) Bannbrecher und Erlösungsrezepte . . . . .	183
3. Destruktive Grundbotschaften oder einschränkende existentielle Grundannahmen (auch: Einschärfungen, Verfügungen) . . . . .	184
4. Antriebe (auch: Antreiber) und das Miniskript nach KÄHLER . . . . .	190
a) Antriebe . . . . .	190
b) Miniskript . . . . .	195
5. Das Verhältnis von destruktiven Grundbotschaften zu Antrieben . . . . .	197
6. Antiskript, Gegenskript, Episkript . . . . .	198
a) Das Antiskript nach BERNE . . . . .	198
b) Das Gegenskript nach STEINER . . . . .	200
c) Das Episkript nach ENGLISH oder Überskript nach BERNE . . . . .	202
7. Hat jedermann ein Skript? . . . . .	203
8. Skript-Matrix . . . . .	205
9. Grundentscheidung . . . . .	209
10. Die Veranschaulichung des Verhältnisses von konstruktiven zu destruktiven Grundbotschaften nach WOOLLAMS und BROWN . . . . .	213
11. Vorbilder und Skript-Modelle . . . . .	215
a) Eltern, Großeltern und andere reale Vorbilder . . . . .	215
b) Der Skript-Held und die Lieblingsgeschichte . . . . .	217

c)	Märchen und Mythen als Skript-Modelle . . . . .	218
(1.)	Griechische Heldensagen als Modelle . . . . .	219
(2.)	Volksmärchen als Modelle nach BERNE . . . . .	221
d)	Die drei Skript-Modelle nach STEINER . . . . .	222
12.	Grundlegende Phantasien oder Illusionen . . . . .	223
13.	Galgen-Transaktion und Galgenlachen . . . . .	224
14.	Skriptzeichen, Skriptsignale, Körperveränderungen und Krankheits- symptome . . . . .	225
15.	Lebenslauf und unbewußter Lebensplan oder Skript . . . . .	227
16.	Skript und Bezugsrahmen . . . . .	230
17.	Der Skriptbegriff in der Praxis . . . . .	231
18.	Das Skript-System (Racket-System) nach ERSKINE und ZALCMAN . . . .	233
19.	Die vierfache Wurzel des Skriptbegriffs nach BERNE . . . . .	235
	Die Transaktionale Analyse als Therapie . . . . .	238
1.	Begegnung zwischen Therapeut und Patient . . . . .	239
a)	Strukturanalytische Verhältnisse . . . . .	239
b)	Das «Retter-Opfer-Spiel» . . . . .	240
c)	Die Vermeidung von «Mißachtung» . . . . .	242
d)	Die therapeutische Triade: die drei E . . . . .	242
e)	Widerstand, Übertragung und Fügsamkeit . . . . .	244
f)	Einzeltherapie und Gruppentherapie . . . . .	249
2.	Der Behandlungsvertrag und andere vertragliche Abmachungen . . . .	253
3.	Wichtige therapeutische Eingriffe . . . . .	260
a)	Befragung . . . . .	260
b)	Hervorhebung . . . . .	262
c)	Konfrontation . . . . .	262
d)	Transaktionsanalytische Deutung . . . . .	264
e)	Veranschaulichung . . . . .	267
f)	Bestätigung als Ergebnis der Durcharbeit . . . . .	268
g)	Erlebnisgeschichtliche Deutung . . . . .	269
h)	Kristallisation oder: Den Patienten vor die Entscheidung stellen . .	272
4.	Der Behandlungsplan und allgemeine Bemerkungen zu den verschiede- nen Behandlungsansätzen . . . . .	273
5.	Erlebnis und Entwicklung der drei Ich-Zustände . . . . .	277
a)	Die Emanzipation des unvoreingenommenen Erwachsenen-Ichs . . .	279
b)	Die Selbst-Erneuerung des Eltern-Ichs nach Muriel JAMES . . . . .	281
c)	Die Befreiung des unbefangenen Kind-Ichs . . . . .	282
6.	Mit Wiederbelebung der Kindheit (Regression) verbundene Behand- lungsansätze . . . . .	284
a)	Die Regressionsanalyse nach BERNE . . . . .	284
b)	Die Neu-Beelterung nach SCHIFF . . . . .	285
c)	Die Beelterung . . . . .	286
d)	Die Regression durch thematische Phantasien . . . . .	288

x 7. Konfrontation mit der Vermeidung, ein Problem anzugehen (SCHIFF: «mit Passivität») . . . . .	288
8. Auflösung festgefahrener Erlebens- und Verhaltensmuster . . . . .	293
9. Diagnostische Hinweise auf einschränkende und destruktive Lebens- leitlinien (Skriptanalyse) . . . . .	293
a) Die ersten Besprechungen mit dem Patienten . . . . .	293
b) Das «skriptbezogene Interview» . . . . .	294
10. Befreiung aus dem Skriptzwang durch Einsatz von «Erlaubnissen» . . . . .	298
a) Die «entscheidende Intervention» nach BERNE • . . . . .	298
b) Die «Erlaubnis» aus dem eigenen Eltern-Ich . . . . .	300
c) Der an den Antrieben orientierte Behandlungsansatz nach KAHLER und CAPERS . . . . .	302
11. Befreiung aus dem Skriptzwang durch Neu-Entscheidung • . . . . .	303
12. Befreiung durch Überwindung des inneren Feindes nach STEINER . . . . .	307
13. Träume . . . . .	310
14. Der Verhaltensvertrag oder die «Hausaufgabe» . . . . .	312
15. Stufen oder Stadien der Behandlung und Heilung . . . . .	314
a) Entwicklungsstadien nach BREEN . . . . .	315
b) Behandlungsstufen nach WOOLLAMS und BROWN (und H. BOYD) . . . . .	315
c) Entwicklungsstadien der Behandlung frei nach ERSKINE . . . . .	316
16. Von der Befangenheit im Skript zur Befreiung aus dem Skript • . . . . .	317
17. Die Verbindung der Transaktionalen Analyse mit anderen Behand- lungsmethoden . . . . .	317
18. Paar- und Familientherapie . . . . .	322
a) Paartherapie . . . . .	322
b) Familientherapie . . . . .	324
 «Autonomie» oder Lebensleitziel . . . . .	 326
 Die Beiträge von Eric BERNE zur Gruppendynamik . . . . .	 329
1. Der Vorschlag von BERNE zur Veranschaulichung des äußeren Rah- mens einer Gruppensitzung . . . . .	329
2. Die Struktur einer Gruppe . . . . .	331
3. Die dem Leiter vorgesetzten hierarchischen Einflüsse . . . . .	332
a) Formelle Einflüsse . . . . .	332
b) Informelle und weniger reguläre Einflüsse . . . . .	334
4. Die Gruppenimago . . . . .	335
5. Die Dynamik einer Gruppe . . . . .	338
6. Kranke Gruppen . . . . .	339
7. Einige weitere Definitionen und Überlegungen von BERNE . . . . .	341

Die Transaktionale Analyse im Vergleich mit anderen tiefenpsychologischen Richtungen . . . . .	344
1. Transaktionale Analyse und Psychoanalyse . . . . .	344
a) Der ideologische Hintergrund . . . . .	345
b) Der psychologische Gehalt . . . . .	346
c) Der therapeutisch-methodische Aspekt . . . . .	352
2. Transaktionale Analyse und Individualpsychologie . . . . .	358
3. Transaktionale Analyse und Analytische Psychologie nach C. G. JUNG . . . . .	363
 Übersetzung einiger englischsprachiger Fachausdrücke . . . . .	 366
 Literaturverzeichnis . . . . .	 368
 Register . . . . .	 379