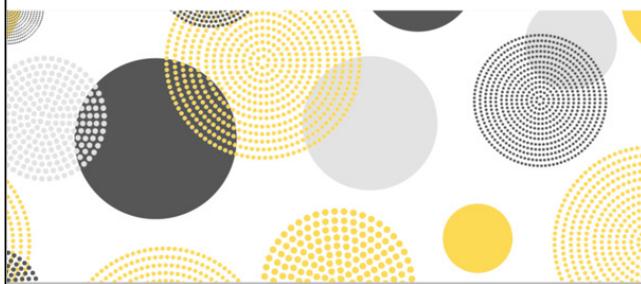


Gudrun Jecht, Georg Pelz et al.



Transaktionsanalyse



BELTZ

Leseprobe aus Jecht und Pelz, Transaktionsanalyse,
ISBN 978-3-407-36803-4 © 2022 Beltz Verlag in der Verlagsgruppe Beltz,
Weinheim Basel

[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/
gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-36803-4](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-407-36803-4)

Inhaltsverzeichnis

VORWORT	9
Warum sollten Sie dieses Buch unbedingt lesen?	10
Vorwort	12
Dank	15
1 Einführung	16
1.1 Ursprung und kurze Geschichte der Transaktionsanalyse	16
1.2 Menschenbild und ethische Haltungen	18
1.3 Intuition und Rationalität	22
1.4 Gesundheit – Krankheit – Heilung	25
2 Grundkonzepte der Transaktionsanalyse	30
2.1 Persönlichkeitsanalyse: ›Ich-Zustände‹	30
2.2 Kommunikationsanalyse: ›Transaktionen‹	46
2.3 Analyse kommunikativer Muster: ›Spiele‹	56
2.4 Motivationsanalyse: ›Grundbedürfnisse‹	69
2.5 Analyse von Gefühlen: ›Grundgefühle und Skriptgefühle‹	81
2.6 Erlebnisgeschichtliche Analyse: ›Lebensplan‹	92
3 Die Anfangsphase von Psychotherapie/Beratung	106
3.1 Die Voraussetzungen	106
3.2 Die Anamnese in der Transaktionsanalyse: Praxis der Skriptanalyse	110
3.3 Der Vertrag – Anfang und roter Faden der Behandlung	128
3.4 Die Diagnose	144
3.5 Therapie- und Beratungsplanung	157

4	Transaktionsanalytische Arbeitsweisen	165
4.1	Transaktionale Gesprächsführung in Therapie und Beratung	165
4.2	Persönliche Stile und das Modell der Türen, Fenster und Fallen	173
4.3	Zugänge mit kognitivem Schwerpunkt	182
4.4	Zugänge mit emotionalem Schwerpunkt	195
4.5	Zugänge mit verhaltensorientiertem Schwerpunkt	215
5	Die Veränderung intrapsychischer Prozesse	229
5.1	Die Veränderung des Erwachsenen-Ich-Zustands	229
5.2	Veränderung des Kind-Ich-Zustands	245
5.3	Veränderung des Eltern-Ich-Zustands	264
5.4	Die Integration der Ich-Zustände	279
6	Literaturangaben	284
	Vorwort zu den Anwendungsfeldern	293
7	Anwendungsfeld Psychotherapie	295
7.1	Die TA im Spektrum der Therapieverfahren – TA als humanistische Psychotherapie	295
7.2	Theoretische Entwicklungen	297
7.3	Psychotherapie – aktuelle Entwicklungen	304
7.4	Literaturverzeichnis	320
8	Anwendungsfeld Beratung	325
8.1	Der Prozess der Beratung	325
8.2	Die Vertragsarbeit in der Beratung	330
8.3	Förderung der Autonomie als zentrales Thema der Beratung	336
8.4	Skriptarbeit in der Beratung	340
8.5	Beendigung der Beratung	343
8.6	Literaturverzeichnis	345

Inhaltsverzeichnis

9	Anwendungsfeld Bildung	347
9.1	Transaktionsanalyse und Pädagogik	347
9.2	Wichtige Transaktionsanalytische Modelle im Bereich der Bildung	350
9.3	Transaktionsanalyse in der Erwachsenenbildung	356
9.4	Die Rollentheorie	358
9.5	Erfahrungsorientiertes Lernen	358
9.6	Lernstile	360
9.7	Gruppenimago	366
9.8	Literatur	368
10	Anwendungsfeld Organisation	370
10.1	Einleitung und Rahmung	370
10.2	Der weite Kontext des Anwendungsfeldes Organisation	370
10.3	Spezielle Fokussierungen bei der Arbeit mit und in Organisationen	372
10.4	Die Adaption von TA-Konzepten im Anwendungsfeld Organisation	378
10.5	Typische Beratungs-Fokuse und Beratungs-Formen in Organisationen	384
10.6	TA-Literatur im Anwendungsfeld Organisation	387
	Über die Autor_innen	389

1 Einführung

1.1 Ursprung und kurze Geschichte der Transaktionsanalyse

Transaktionsanalyse ist eine relativ junge Psychotherapierichtung. Sie entstand Mitte der fünfziger Jahre, profitierte von der enthusiastischen Erneuerungsstimmung der Nachkriegsjahre. Die Fragestellung nach den Wurzeln, den bleibenden Werten in ihrer historischen Entwicklung, ihrer Bedeutung heute und den zukünftigen Aufgaben bestimmen die Diskussion.

Die ersten Ideen zur Transaktionsanalyse stammen von ihrem Gründer *Eric Berne* (1910–1970), einem Psychiater mit psychoanalytischer Lehrtherapieausbildung, die er bei *Paul Federn* und *Erik Erikson* erhielt. Diese beiden Lehranalytiker haben sein Denken wesentlich geprägt: Von *Federn* übernahm er das Konzept der Ich-Zustände als Einheiten des Erlebens einer Person, *Eriksons* Theorie der menschlichen Entwicklung als eine Wechselwirkung zwischen inneren Prozessen (Lebensaufgaben) und sozialer Realität (Kultur und Gesellschaft) ist als Grundlage in die Ideen über den Lebensplan eines Menschen (Skript) eingegangen.

 *Jorgensen/Jorgensen*: Eric Berne. 1984

Bernes Kritik und neue Ideen

Die Unzufriedenheit mit Teilen der Psychoanalyse, in ihrer Theorie und Arbeitsweise wie ihrer berufsständischen Organisation, animierte *Berne* zu einer Reihe von Neuerungen, die auch in der modernen Transaktionsanalyse Geltung haben:

Die Kritik an der **Behandlungsdauer** führte zu einer Methodik, die nicht die völlige Neustrukturierung der Persönlichkeit zum Ziel hatte, sondern punktuell und pragmatisch Problemlösungen suchte. Dafür wurde die **Zielorientierung** wesentlich: Im Arbeitsvertrag legen Therapeut/Beraterin sich auf bestimmte, begrenzte Ziele fest. Um diese zu erreichen, musste die **Zusammenarbeit zwischen Therapeut/Beraterin und Klient** neu geregelt werden: Beide sind für das Ziel verantwortlich und arbeiten so gleichberechtigt wie möglich zusammen. Der Therapeut / Die Beraterin besitzt nicht mehr ein Geheimwissen, das der Klient nicht verstehen kann. Das bedeutet auch, dass die **Fachsprache** der Sprache von Laien entsprechen muss. So verwendete *Berne* zum Beispiel vielfach Begriffe aus dem amerikanischen Slang und orientierte sich am Verständnis eines achtjährigen Kindes. Die Vielzahl von Begriffen aus der Transaktionsanalyse, die heute im allgemeinen

Ursprung und kurze Geschichte der Transaktionsanalyse

Sprachgebrauch Eingang gefunden hat (z. B. ›das Kind in Dir‹, ›Spiele‹, ›Skript‹, ›OK-Haltung‹), zeigt den Erfolg dieses Ansatzes. Diese begriffliche Einfachheit hat der Transaktionsanalyse leider auch den Ruf eingebracht, oberflächlich zu sein. Wer sich allerdings intensiver mit ihr beschäftigt, wird merken, dass Verständlichkeit und Gründlichkeit zugleich möglich sein können.

Auch die **Aktivität des Therapeuten / der Beraterin** wurde überdacht: Wieso sollen sie ihre Fachkompetenz, intuitiven Einsichten und emotionalen Reaktionen nicht für den therapeutischen Prozess nutzbar machen und damit eine schnellere Heilung erreichen? Damit wird der Behandler als Mensch sichtbar, die Zusammenarbeit wird zur Begegnung, er braucht kein Guru oder Zauberer zu sein. Die daraus folgenden Fragestellungen zur ›Abstinenz‹ – der nötigen therapeutischen Distanz – führten zur Entwicklung von Ethikrichtlinien, als dies für andere noch lange kein Thema war.

Viele Fachleute suchten vor dem Hintergrund der TA-Haltungen eine **Einheit von professioneller und persönlicher Praxis**, die in Therapie und Weiterbildung Eingang fand: Die Suche nach eigener Weiterentwicklung, das offene Gespräch, eine familiäre Atmosphäre und das Engagement auch ohne finanzielle Interessen werden nicht mehr Widerspruch zu einer professionellen Einstellung gesehen.

Die Entwicklung der Transaktionsanalyse

Aus Vorträgen entwickelte sich seit 1950 ein Arbeitskreis um *Berne*, die San Francisco Seminare für Soziale Psychiatrie, in dem die Ideen, Konzepte und Erfahrungen diskutiert wurden. Hieraus wurde 1964 die Internationale Gesellschaft für Transaktionsanalyse (ITAA). Neben den grundlegenden Büchern von *Berne* zur Psychotherapie (1961) und zur Gruppenbehandlung (1966) wurden die Ansätze in dem *Transactional Analysis Bulletin* und seit der Gründung der ITAA im *Transactional Analysis Journal* veröffentlicht.

Die Offenheit der Neuerungsbeziehung führte zur Integration kybernetischer und systemischer Ideen (Kommunikationstheorie), lerntheoretischer, entwicklungs- und sozialpsychologischer Ansätze. Die Verbindung von TA-Theorie mit anderen Behandlungsmethoden wie Gestalttherapie, Psychodrama, Adlerianischer Therapie u. a. wurde erprobt (vgl. Barnes 1977, 1980, 1981).

Nach *Bernes* Bestseller ›Games people Play‹ (1964, dt.: ›Spiele der Erwachsenen‹ 2002) wurde Transaktionsanalyse auch einer breiteren Öffentlichkeit bekannt. Da die Konzepte so leicht verständlich waren, interessierten sich über die Therapie hinaus auch Fachleute anderer Professionen für die Anwendung in ihren Bereichen. So wurde Transaktionsanalyse bald auch in der Beratung, Seelsorge, Erziehung, Erwachsenenbildung und der Organisationsentwicklung angewandt.

Transaktionsanalyse heute

Die Praxis der Transaktionsanalyse als Psychotherapie ist heute vielfältig geworden: Neben der Gruppentherapie gewinnt zunehmend auch die Einzelbehandlung wieder an Bedeutung. Sie wird im stationären, halbstationären oder ambulanten Setting für praktisch alle psychischen Störungen angeboten.

Von der Theorie und Methodik her versteht sich Transaktionsanalyse als Integrative Therapie (Erskine/Moursund 1991, Clarkson 1996). Sie verknüpft psychoanalytische und verhaltenstherapeutische Konzepte mit Methoden der Humanistischen Psychologie, intrapsychische mit interpersonalen Betrachtungsweisen und individuelle Analyse mit gesellschaftlichen Erscheinungen (kulturelles Skript, Drego 1993). Auch wenn sie ihren Ursprung in der Phänomenologischen Betrachtung (Primat des Erlebens) hat, verknüpft sie diese Ideen mit einer kritischen Rationalität (Theorieanspruch und Hypothesenbildung) und einer hermeneutisch-historischen Methodik (Geschichtsbezug des Individuums).

Da die Grundsätze der Transaktionsanalyse einen individuellen Stil fördern, gibt es neben den klassischen Schulen der Transaktionsanalyse (San Francisco Schule, Neuentscheidungsschule, Cathexis-Schule) eine Vielzahl von Varianten in der Anwendung, die wir in diesem Buch nur andeutungsweise und keinesfalls vollzählig erfassen können.

In ihrer Organisationsform begann die Transaktionsanalyse als internationale Bewegung und ist es bis heute geblieben. Die Weiterbildung zum Transaktionsanalytiker ist international geregelt, auch wenn regionale oder nationale Besonderheiten gelten.

1.2 Menschenbild und ethische Haltungen

Menschenbild

Das Menschenbild in der Transaktionsanalyse, das die Arbeitshaltung und den Arbeitsstil beeinflusst, ist durch die humanistische Psychologie geprägt.

Die Sichtweise, dass die Einflüsse der Umwelt uns wesentlich beeinflussen, hat für einige Zeit die genetischen Faktoren und die angeborenen Temperamente in den Hintergrund treten lassen. Wir denken, dass die Umwelteinflüsse auf ein Muster von Stärken und Schwächen treffen, die dann ein Gesamtbild ausmachen. Schädigende Faktoren können sowohl genetisch, perinatal und entwicklungsgeschichtlich als auch in unterschiedlichen Kombinationen auftreten.

Für Berne (1961) war die These, dass Menschen in ihrem Grunde in Ordnung (OK) sind, eine zentrale Überzeugung, die seine gesamte Theorieentwicklung prägte.

Menschenbild und ethische Haltungen

Das bedeutet nicht, jedes Verhalten gut zu heißen. Hier wird unterschieden zwischen dem ›Sein‹ und dem ›Verhalten‹: der Mensch ist OK auch wenn er sich in bestimmten Situationen z. B. destruktiv verhält. Jeder von uns hat auch destruktive Anteile in sich, die *Berne* (1972) den »kleinen Faschisten« genannt hat, er beschreibt Persönlichkeitsanteile, die tief innerhalb des Kind-Ichs vorhanden sind und von sozialen Idealen überdeckt sind.

Jeder Mensch kann denken (entsprechend seiner angeborenen Möglichkeiten). Daraus leiten sich die **Lernfähigkeit sowie die Veränderungsfähigkeit** ab. Davon ausgehend gehört die Anforderung an die Denkfähigkeit zur TA Arbeit, sodass Informationen gegeben werden und deren Anwendung zum Verständnis der eigenen Situation erwartet wird.

Menschen können Entscheidungen treffen und damit über ihr eigenes Schicksal im Rahmen der inneren und äußeren Möglichkeiten entscheiden. Klienten haben selbst die Verantwortung für ihr eigenes Leben, das enthebt allerdings die Therapeutinnen/Berater nicht aus ihrer professionellen Verantwortung den Klienten gegenüber. Auch hier ist die Gleichberechtigung von Therapeutinnen/Beratern und den Klienten deutlich.

Jeder trägt **Verantwortung** für sich selbst, das betrifft auch Kinder ihrem Entwicklungsstand entsprechend und widerspricht nicht der Aufgabe, für andere Sorge zu tragen, sondern damit ist die prinzipielle Verantwortlichkeit gemeint, die jeder für das eigene Leben hat.

Die **Autonomie**, die *Berne* (1966) als Ziel seiner Arbeit sah, spiegelt sich für ihn in der Möglichkeit als autonomer Mensch Spontaneität, Bewusstheit und Intimität zu leben. Dies bedeutet Selbständigkeit im Kontakt zu anderen und nicht, wie es manchmal verstanden wird, einen rücksichtslosen Egoismus.

Die Wertschätzung und theoretische Betrachtung der gesunden Persönlichkeitsanteile und deren Stärkung ist in den letzten Jahren deutlicher geworden. Dies drückt sich in der Gesundheitspsychologie aus.

Grundlage für die transaktionsanalytische Arbeit auf der Basis dieser Überzeugungen ist die Arbeit innerhalb eines Vertrages mit dem beide Seiten einverstanden sein müssen und das Prinzip, dass die Kommunikation frei und offen ist. *Berne* (1961) vertrat die Einstellung, dass Informationen, die nicht auch im Beisein von Klienten gegeben werden können, wertlos seien.

Ethik

Die ethische Grundhaltung ist in den Berufen, die sich mit menschlicher Entwicklung befassen, besonders wichtig, weil Persönlichkeit und Beruf in diesem Bereich nicht trennbar sind. Da Abhängigkeiten bestehen, ist die Gefahr von Aus-

beutung oder Missbrauch gegeben. Beraterinnen/Therapeuten erfahren sehr viel Intimes und erleben intensive Gefühle mit, die persönliche Seite der Professionellen bleibt jedoch im Hintergrund. Die Gleichheit wird in der Haltung deutlich, die den Vertrag der Arbeit bestimmt; die Ungleichheit besteht z. B. im Informationsaustausch. Wir stellen im Folgenden einige allgemeine Denkanstöße zu ethischen Fragestellungen im psychosozialen Bereich dar.

Die Seite der Berater/Therapeutinnen

Ein wichtiges Prinzip der beruflichen Ethik in der Heilkunde ist das »**nicht schaden**«, das »nihil nocere«. Bei jedem Umgang mit Störungen gibt es unangenehme Erfahrungen vergleichbar mit den Nebenwirkungen von Medikamenten. Wie viel von dem Schmerz, der verdrängt worden war, muss wieder aktiviert werden, damit Klienten sich zur Autonomie entwickeln können? Dies können nicht allein Berater/Therapeutinnen entscheiden. Die Klienten brauchen von ihnen die nötigen Informationen, um diese Entscheidung mitzutragen.

Wenn Studien durchgeführt werden darf dabei den Klienten kein Schaden entstehen. Auch hier brauchen Klienten Informationen über das, was geplant ist, welche Bedeutung es für sie selbst hat und welches Ziel damit verfolgt wird. Es muss auf Experimente verzichtet werden, wenn ein Schaden für Klienten entstehen könnte.

Die Ausbeutung von Klienten, z. B. finanziell oder sexuell, muss vermieden werden. Die »Abstinenz« ist eine Form der Vermeidung von Ausbeutung der Klienten, z. B. durch die eigene Selbstdarstellung in der Therapie, um damit narzisstische Bedürfnisse zu befriedigen.

Die Schutzelemente sowohl für Therapeutinnen/Berater als auch für die Klienten sind in den ethischen Prinzipien daher von zentraler Bedeutung. Klare Grenzen sind hier hilfreich: Grenzen in Bezug auf die schon besprochene Verantwortlichkeit und die die Beziehungsgestaltung betreffen z. B. keine partnerschaftliche Beziehung während eines Therapie- oder Beratungsprozesses einzugehen.

Ein weiterer Schutz für beide Seiten ist die Beachtung der Gefahren mehrerer unterschiedlicher professioneller oder persönlicher Beziehungen z. B. jemand ist zur gleichen Zeit Supervisorin und Therapeutin oder beruflicher Kollege und auch Supervisor. Die parallelen Beziehungen lassen sich oft nicht ganz vermeiden. Es ist allerdings wichtig, diesen Beeinflussungen Rechnung zu tragen und für Klarheit zu sorgen.

Schutz der Klienten

Es ist wesentlich zu unterscheiden: sind es wirklich den Klienten dienende **Schutzelemente** oder haben sie die Funktion der **Angstabwehr** für die Professionellen.

Menschenbild und ethische Haltungen

Die Neutralität dient der Gleichbehandlung z. B. in Bezug auf Rasse oder Geschlecht. In diesen Bereich gehört auch, dass es wichtig ist nicht zu missionieren, z. B. als Guru Jünger um sich zu versammeln und eine neue Weltordnung propagieren.

Ein wichtiger Schutz für Klienten ist, bis zur Erweiterung ihrer Möglichkeiten, ihre Abwehr. Wird ihnen zu früh ihre Abwehr geraubt sind sie schutzlos und destruktive Desintegration kann die Folge sein. Zu erlernen dies zu respektieren gehört in die Gruppe der fundierten Ausbildung zum verantwortlichen Professionellen. Ein eindeutiger Standpunkt und die klaren Grenzen sind hier notwendig.

Ethikrichtlinien

In den Verbänden für Transaktionsanalyse sind **Ethikrichtlinien** entwickelt worden, die einerseits Anregungen geben über diesen Themenkomplex nachzudenken und andererseits auch **klare Regeln** setzen, die notwendig sind einzuhalten. In den meisten TA Verbänden sind **Ethikkommissionen** eingerichtet worden, an die jeder Fragen oder Anliegen richten kann.

Die Ethikrichtlinien sind aus prinzipiellen Gedanken über ethische Fragen spezifisch für den transaktionsanalytischen Bereich entwickelt worden. Sie sind in internationaler Zusammenarbeit erarbeitet worden und sind, mit geringfügigen Unterschieden, sowohl in der internationalen (ITAA), der europäischen (EATA) und in der deutschen Gesellschaft (DGTA) gültig. Jedes Mitglied unterwirft sich diesen Regeln und diese sind somit Bestandteil jedes Vertrages (s. https://dgta.de/ethik/?no_frame=1 [22.11.2021]).

Ziel von Beratung und Therapie ist **Heilung** im weitesten Sinne. Das Verständnis von Heilung, ist jedoch sehr unterschiedlich und muss von jeder professionellen Gruppe definiert werden. Das Heilen kann sich darauf beziehen, dass jemand frei wird von Symptomen oder frei wird für die Sinnfindung seines Lebens. Im Bereich ethischer Themen geht es hier darum, dass ein Verfahren nicht zur Heilslehre erhoben wird, wodurch die Klienten in den Hintergrund gedrängt und als Personen unwichtig werden.

Ein Beispiel unethischen Verhaltens ist der Gebrauch der theoretischen Konzepte und der Erfahrungen im therapeutischen Bereich für Veranstaltungen mit Seminarcharakter zu nutzen, in denen in suggestiver Weise intensive Gefühle ausgelöst werden. Damit besteht die große Gefahr von Dekompensation, da diese Gefühle häufig zusammenhanglos bestehen bleiben und in einer solchen Situation nicht bearbeitet werden können.

1.3 Intuition und Rationalität

Intuition wird allgemein als subjektiver Erkenntnisprozess gesehen, der spontan auftritt, einen unklaren Ursprung hat, gewöhnlich ganzheitlich und bildhaft ist und unmittelbar stimmig erscheint. Wir sind dabei sicher, etwas Wesentliches zu erfassen, auch wenn wir nicht wissen wieso.

Berne befasste sich schon früh mit Fragen der Intuition und ihrer Verwendung in der Psychotherapie (1991/1949). Die ganzheitliche, integrative Funktion dieser Erkenntnis – Clarkson/Leigh (1992) beschreiben sie als rechtshemisphärische Informationsverarbeitung – erscheint ihm für diagnostische Aufgaben unentbehrlich. Er ist beeindruckt von ihrer Treffsicherheit und nimmt die unmittelbare Erkenntnis der Kinder als Modell für ein Denken, das unbeeinflusst durch die Erziehung das Wesentliche erfassen kann. In einer Reihe von Studien zum klinischen Urteil untersucht er die Bedingungen, unter denen Intuition treffsicher ist und wie man sie schulen kann (Berne 1991/1949, 1991/1952).

Da Intuition gleichzeitig auch eine falsche Gewissheit vermitteln kann, ist ihre Verknüpfung mit exakter Beobachtung und ihre Überprüfung durch das Urteil anderer (z. B. in der Supervision) unverzichtbar. So ist der Zugang zu Klienten oft intuitiv, die Interventionen dennoch rational.

Ebenso wie die Intuition für den Professionellen als nützlich angesehen wird, unterstützt und fördert die Transaktionsanalyse auch die Intuitionen des Gegenübers als Quelle von Selbsterkenntnis und Lösungssuche.

 Berne: Transaktionsanalyse der Intuition. 1991

Arten der Intuition

Die **kindhafte Intuition** ist die Fähigkeit, mit den Augen eines Kindes unvoreingenommen erkundend die Welt zu erfahren. Sie trägt dazu dabei, sich von vorgefestigten Gedankengängen frei zu halten und dadurch zu überraschenden und unkonventionellen Lösungen zu kommen. Berne nennt diese Funktion im Kind-Ich, den »kleinen Professor«: Sie hilft im Therapie- und Beratungsprozess Gefühle und verdeckte Botschaften zu erkennen, warnt uns vor Tricks, Spielen und Skriptgefühlen oder zeigt Auswege aus dem Labyrinth der Informationsflut. Eine Technik, um den Klienten trotz aller Verhaltensprobleme OK erleben zu können, ist die Vorstellung, ihn als Kind zu sehen. Das intuitive Bild vom anderen in seiner

Intuition und Rationalität

Kindhaftigkeit lässt verstehen, wie Störungen als bestmögliche Lösung einer für das Kind unangenehmen oder auch gefährlichen Situation ausgetüftelt wurden. Das Problem besteht dann »nur noch« in der Beibehaltung dieser Lösungen im Erwachsenenalter.

Die **geschulte Intuition (Expertenintuition)** ist eine Weiterentwicklung dieser kindlichen Fähigkeit durch Integration des Fachwissens und der Erfahrung. Auch hier ist die Freiheit von gängigen Lösungsschemata nötig, um besonders den Blick für das Wesentliche, das Unsagbare oder Nicht-Gesagte zu ermöglichen. Im TA-Modell der Ich-Zustände kooperieren hierbei Kind-Ich und Erwachsenen-Ich unter Vorrang des Erwachsenen-Ichs. Diese Intuition hilft bei der Diagnose wie auch bei der Prognose, sie kann den Klienten sowohl als Kind sichtbar werden lassen wie auch seine Zukunft erahnen. *Bernd Schmid* (1991) spricht hier in Anlehnung an *C. G. Jung* von der ›Intuition des Möglichen‹ und sieht die dadurch entstehende Interaktion als Schaffung einer gemeinsamen Realität zwischen Klient und Therapeut/Beraterin.

Die **skriptgebundene Intuition** ist eine Folge der kindlichen Über-Lebens-Entscheidungen: Die Erfahrung von Schmerz, Angst und Scham binden den Menschen in seinem Bemühen, eine Wiederholung traumatischer Erfahrungen zu vermeiden. So werden auch intuitiv Hintertüren sowie Möglichkeiten von Skriptgefühlen und Spielen gefunden. Die Fähigkeit, in dem Therapeuten/Beraterin die Seiten zu entdecken, die das Problemverhalten unterstützen, ist immer wieder erstaunlich und oft nur in der Supervision aufzudecken.

Übersicht über die Arten der Intuition			
Typus	Expertenintuition	Kindhafte Intuition	Skriptgebundene Intuition
Quelle	Erwachsenen-Ich (ER2)	Kind-Ich (ER1)	Kind-Ich (ER1)
Ziel	Wesenserkenntnis, effektives Handeln bei geringer Information	Neugierbefriedigung, Weltbewältigung, vorbehaltlose Erkenntnis	Schutz vor Schmerz, Angst, Scham, Skriptbestätigung
Inhalt	bildhafte Zusammenhänge	Transfer hilfreicher Erfahrungen	Übertragungsprozesse
Eigen-schaften	schöpferisch, kreativ, weise, visionär	›naiv‹, spontan, treffsicher, kindhaft	regressiv, rebellisch, vermeidend, schädlich

Angestrebte Beziehungsform	Subjekt-Subjekt	Subjekt-Objekt	symbiotisch: Subjekt-Introjekt
Erfordernisse der Anwendung	Training, empirische Prüfung	Supervision	Therapie

Bedingungen für intuitive Erkenntnis

Berne (1991/1949) beobachtete, dass die äußere Situation (z. B. Raumgestaltung) wenig zur Verbesserung der Intuition beitrug. Innere Haltungen des Beobachters waren hingegen ausschlaggebend: Ein Zustand der Wachsamkeit und Empfänglichkeit mit intensiver Konzentration im Unterschied zu passiver Aufmerksamkeit fördert intuitive Erkenntnis. Dabei darf sich das Ich des Beobachters nicht zur zielgerichteten Beteiligung oder denkend-analytischen Arbeitsweise verführen lassen. Auch eine urteilende Bewertung behindert eher. Intuition ermüdet, sie ist anstrengend, daher nicht jederzeit willentlich abrufbar.

Förderung der Intuition

Das Einüben der intuitiven Erkenntnisprozesse bedeutet ein regelmäßiges Training im Loslassen von Sicherheiten, die uns die Rationalität vermittelt. Folgende Schritte haben sich als nützlich erwiesen:

Elemente der Schulung intuitiver Erkenntnis

- Grundhaltungen einüben: aufmerksam, neugierig, unvoreingenommen, interessiert, empfänglich
- analytische Denkregeln außer Kraft setzen: analoges (bildhaftes) Denken anstelle abstrakter Logik
- alle Sinnessysteme nutzen, mit allen Sinnen wahrnehmen
- die erste Idee, das erste Bild wahrnehmen
- Mehrdeutigkeit tolerieren, keine Eindeutigkeit erwarten oder suchen
- Ungewissheit als Chance begreifen, sich von der Angst vor Unsicherheit lösen
- Widersprüche suchen und verstärken, statt sie abbauen
- das ›Ungesagte‹ hören, ›Hören mit dem dritten Ohr‹ wie Otto Rank es nennt.
- mehr als eine Antwort suchen, ungewöhnliche Ideen aufgreifen, vorschnelle Bewertungen meiden

Die Rationalität

Das Gegengewicht zur Intuition und der Betonung der linkshemisphärischen Erkenntnis bilden die rationale Modellbildung und handlungsleitende Hypothesen. Die Praxis der Transaktionsanalyse besteht vielfach im Herausfiltern von Mustern des Verhaltens, Denkens, Fühlens und der Lebensgestaltung. Erst ihre Analyse und die Beobachtung ihrer Wiederholungen erlauben eine diagnostische und planerische Sicherheit. Die Stärke der TA-Modelle liegt in ihrer Pragmatik: Sie sind auch für den Laien verständlich, sprechen unmittelbar an und helfen so bei der Erkenntnis wie auch der Veränderung. Der Klient wird ermutigt mitzudenken, sich zu erforschen und seine Veränderung zu planen.

Transaktionen, Spiele, Skriptgefühle und Elemente des Lebensplanes haben die Funktion von Hypothesen, die Voraussagen über das künftige Verhalten einer Person liefern. Erst wenn solche Voraussagen eintreffen, kann die Hypothese als belegt gelten. So ist z. B. die Hypothese, dass einem bestimmten Verhalten ein Spiel zugrunde liegt, erst durch die Beobachtung der einzelnen Schritte bis zum Endgefühl und durch eine mehrfache Wiederholung gültig. Die Zuordnung eines Erlebens zu einem bestimmten Ich-Zustand braucht neben der subjektiven Erlebnisqualität und der Verhaltensbeobachtung die soziale Reaktion eines Partners und den historischen Bezug im Leben des Klienten.

Erst aufgrund dieser rationalen Beweisführung lassen sich sinnvolle Vertragsinhalte für eine Behandlung ermitteln, Zwischenziele festlegen und Veränderungsstrategien entwickeln. Zur Effektivitätsprüfung gehört auch die Reflexion der Tauglichkeit eines Modells für eine bestimmte Problemlage und der angemessenen Interventionsschritte. Damit wird eine Unterscheidung zwischen Zufalls- oder Umgebungseinflüssen und professioneller Wirksamkeit möglich.

Erst die Wechselwirkung von intuitivem Erkennen und rationaler Analyse macht die Qualität und Stärke der transaktionsanalytischen Arbeitsweise aus.

1.4 Gesundheit – Krankheit – Heilung

Der Entwicklungspsychologische Ansatz und die gesunde Entwicklung wird in Beratung und Psychotherapie immer bedeutsamer. Bei der **Förderung der Autonomie** geht es nicht nur um innere oder äußere Konflikte, sondern auch um Entwicklungsdefizite, die erst dann entdeckt werden können, wenn wir das Normale kennen.