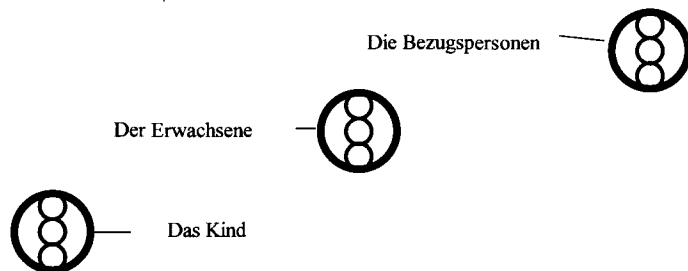


In dem Beispiel von *Berne* sagt der Rechtsanwalt: „Das ist das, wie ich mich fühle, ich bin nicht wirklich ein Rechtsanwalt, ich bin gerade ein kleiner Junge.“ Er spricht damit den Eltern-Ich-Zustand des anderen an.

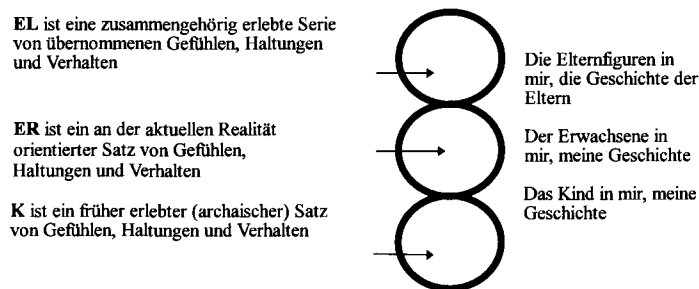
Modelle, die sich auf den inneren Prozeß beziehen

3. Die phänomenologischen bildhaften Modelle

Das phänomenologische Modell zeigt, wie jeder von uns sich in einer bestimmten Situation seines Lebens erlebt hat, oder wenn sich heute jemand wie Vater oder Mutter erlebt. Es sind sozusagen Momentaufnahmen aus dem Erleben eines Persönlichkeitsanteiles als ganze Person, die anderen Persönlichkeitsanteile treten dabei in den Hintergrund. Daher wurde die Darstellung so gewählt, daß eine Persönlichkeit innerhalb eines Ich-Zustandes dargestellt wird (nach Berne 1961 S. 186).

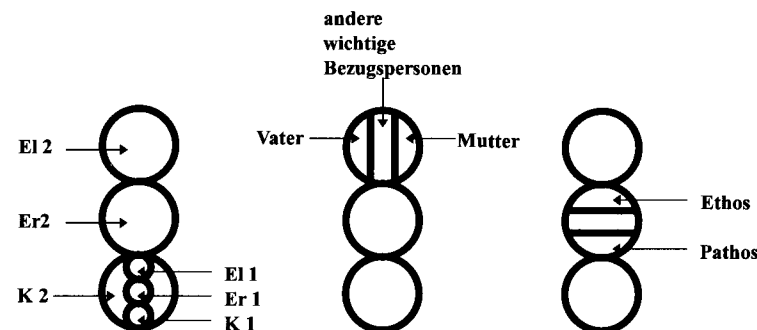


Die **erfahrungsmäßige, phänomenologische** Grundlage zeigt, daß Individuen sich in bestimmten Situationen erleben wie in ihrem früheren Leben. Im Beispiel von *Berne* sagt der Klient: „Ich bin kein Rechtsanwalt, ich bin nur ein kleiner Junge.“ Er beschreibt hier sein inneres Erleben, das eines kleinen Jungen aus früherer Zeit.



4. Die lebensgeschichtlichen Modelle, die als Strukturmodelle viel Verwendung gefunden haben.

Die Darstellung zeigt die Unterteilung der Ich-Zustände der erwachsenen Persönlichkeit. Um die Abbildung übersichtlich zu gestalten, wurde links die Unterteilung des Kind-Ich-Zustandes dargestellt, in der Mitte die des Eltern-Ich-Zustandes und rechts die des Erwachsenen-Ich-Zustandes.



Der Kind-Ich-Zustand

Der Kind-Ich-Zustand ist von den Persönlichkeitsanteilen her auch in El, Er und K gegliedert.

Es handelt sich hier um kindliche Anteile in dem Sinne, daß diese Qualitäten in kindlicher Weise vorhanden sind. Das Eltern-Ich im K^2 , das $E1^1$, hat unterschiedliche Benennungen erhalten wie **Elektrode**, das bedeutet, daß dieser Teil schnell anspringt (*Berne*, 1975/1972), oder **Schweine-Eltern-Ich** (*Steiner* 1982), dies bezieht sich auf die destruktiven elterlichen Botschaften im $E1^1$. Das Erwachsenen-Ich im K^2 wird der **kleine Professor** genannt, er hat noch wenig Informationen und denkt noch kindlich ganzheitlich.

Zur Darstellung der lebensgeschichtlichen Anteile werden unterschiedliche Modelle verwandt, je nach dem auf welchem Persönlichkeitsaspekt der Schwerpunkt liegt, z. B. Persönlichkeitsentwicklung oder Eltern-Ich-Strukturen. Die Informationen erhalten wir aus der biographischen Anamnese oder durch gezielte Befragung zu wichtigen Themen, z. B. wie die Einschulung verlaufen ist, oder wie es war, wenn der Vater in der Wohnung etwas reparierte oder wie die Mutter das erste Mal Auto fuhr oder wie die große Schwester Hausaufgaben

machte. Diese Beispiele geben Informationen über Rollenverhalten, Geschwisterposition oder wichtige Lebensereignisse.

Der Eltern-Ich-Zustand

Im Eltern-Ich sind die Elternfiguren als ganze Personen introjiziert, sie werden dort auch als solche wirksam. In der Darstellung des inneren Dialoges werden diese Anteile deutlich. Im Eltern-Ich sind nicht nur ‚Personen‘, sondern auch Wertvorstellungen, Haltungen und Meinungen verankert.

Der Erwachsenen-Ich-Zustand

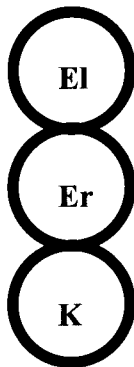
Obwohl *Berne* nicht explizit über die geschichtliche Dimension des Erwachsenen-Ich schreibt, bringt er diese Dimension über seine Begriffe wie **Ethos** und **Pathos** als Unterteilung dieses Persönlichkeitsanteils mit hinein, denn sie beschreiben Anteile des Erwachsenen-Ichs, die inhaltlich zu den elterlichen bzw. kindlichen Bereichen gehören und eine Entwicklung des Erwachsenen-Ich bedeuten. Es sind die ethisch bestimmten und die gefühlsmäßig bestimmten Anteile (*Berne* 1961 S. 209).

Die **biographische** Grundlage kommt aus der Erlebnisgeschichte, den Erinnerungen eines Ich-Zustandes. Diese geschichtliche Dimension wird auch in der Vorstellung der psychischen Organe als Hintergrund der Ich-Zustände deutlich. Hier gebrauchte *Berne* die aus der Gehirnentwicklung geprägten Begriffe für die Beschreibung der psychischen Strukturen. Er erwartete, daß in der weiteren Forschung Hirnstrukturen für die psychischen Organe gefunden werden würden. Heute verwenden wir diese Begriffe als Beschreibung der Herkunft der Inhalte. *Berne* bezeichnete die übernommenen Anteile als die **Exteropsych**e, die Erfahrungen aus der Kindheit als **Archeopsych**e und die Anteile, die mit der heutigen Zeit in Verbindung stehen, als die **Neopsych**e.

**übernommen
von
Elternfiguren**

Realitätsbezug

**stammt aus
der Kindheit**



Modelle werden zur Darstellung von bestimmten Aspekten des Systems verstanden und nicht als Abbildung der Realität, sie sind vergleichbar mit Landkarten, die die Orientierung erleichtern.

Diagnose der Ich-Zustände

Aus diesen vier Modellen werden vier Wege der Diagnose von Ich-Zuständen angewendet, um diese bestimmen zu können. Hier eine kurze Zusammenstellung dazu, sie werden im Kap. 4.4 Diagnose ausführlich besprochen.

Vier Diagnosekriterien von Ich-Zuständen

Verhaltensbeobachtung →	Verhaltensdiagnose
Beziehungsangebot →	soziale Diagnose
lebensgeschichtliche Information →	historische Diagnose
inneres Erleben →	phänomenologische Diagnose

Sowohl für Therapie als auch Beratung benötigen wir alle vier Darstellungen der Ich-Zustände, denn nur wenn alle vier Diagnosemöglichkeiten genutzt werden können, ist die Diagnose eines Ich-Zustandes sicher.

Dies erklärt, weshalb immer wieder heftige Diskussionen bei der Bestimmung von Ich-Zuständen entstehen, denn selten sind alle vier Diagnosearten möglich.

Auch in der Beratung ist die Kenntnis der inneren Prozesse sinnvoll, um die Beratung angemessen planen zu können. Für die Überprüfung des Verlaufs von Beratung und Therapie sind die vier Diagnosearten hilfreich und dienen dem Erkennen der Veränderung, also dem Erfassen der Wirksamkeit.

Die Modelle brauchen die theoretische Einbindung, die folgende Definition beinhaltet die Überlegungen der vorangegangenen Darstellungen und ist in dieser Weise noch einmal eine Zusammenfassung, die einen weiteren Rahmen gibt als die vorangegangenen Definitionen.

„Ein Ich-Zustand ist eine Sammlung von stimmigen und zusammenhängenden Mustern des Seins, Entscheidens, Denkens, Fühlens, Verhaltens, das eine Person als stimmige Einheit erlebt und nach außen hin zeigt.“ (*Summerton* 1994 Übers. G. H.).

Psychische Energie

Ich-Zustände sind durch psychische Energie aktivierbar, für jegliche Veränderung benötigen wir eine Veränderung der Ich-Zustandsbesetzung, im Amerikanischen wird der deutsche Begriff Besetzungsenergie mit ‚cathexis‘ übertragen.

Der Begriff Besetzungsenergie ist dem analytischen Begriff der Libido gleichzusetzen. Berne (1961) bezieht sich in seiner Betrachtung auf einen frühen Artikel von Freud, der schon 1924 in englischer Sprache erschien, darin heißt es: „Libido bedeutet in der Psychoanalyse zunächst die Kraft der auf das Objekt gerichteten Sexualtriebe. Bei weiterem Studium ergab sich die Nötigung, dieser ‚Objektlibido‘ eine der auf das eigene Ich gerichtete ‚narzißtische oder Ichlibido‘ an die Seite zu stellen, und die Wechselwirkung dieser beiden Kräfte haben es gestattet, von einer großen Anzahl normaler wie pathologischer Vorgänge im Seelenleben Rechenschaft zu geben.“ (Freud 1926 S. 195).

Arten der psychischen Energie

Die Besetzung der Ich-Zustände, sowohl der innere Prozeß als auch die Aktivität nach außen, ist davon abhängig, wo die psychische Energie gebündelt ist. Berne (1961) beschreibt drei unterschiedliche Energieformen. Es gibt die **gebundene Energie**. Ein Teil ist jedem Ich-Zustand eigen. Ein anderer Teil ist die Energie, die in einen anderen Ich-Zustand wechseln kann und dann als **ungebundene Energie** der Besetzung eines Ich-Zustandes dient. Der Begriff der ungebundenen Energie stiftet immer wieder Verwirrung, so daß Glöckner (1992) die entbundene Energie vorschlägt nach der Übersetzung von Schlegel (1979). Dadurch wird der Wechsel von Bindung und ‚Entbindung‘ deutlich. Zusammen mit der **freien Energie** wird sie als aktive Energie bezeichnet. Wichtig dabei ist, daß eine Person sich als **ichsynton** erlebt, wenn alle **drei Energieformen** in einem Ich-Zustand vereint sind. Befinden sich die ungebundene Energie und die freie Energie in unterschiedlichen Ich-Zuständen, wird dies als Spannung erlebt; wenn eine solche Situation über einen längeren Zeitraum besteht, bedeutet dies ungesunden Streß.

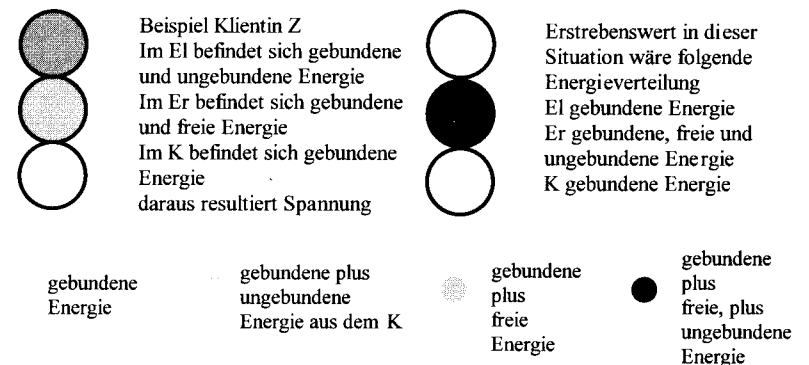
Energiebewegungen

⌘ Beispiel: Eine Patientin erlebte, wenn sie aus ihrem Erwachsenen-Ich reagierte, immer wieder, daß sie sich als nicht ganz ‚da‘ erlebte und immer wieder ganz schnell innerlich elterliche Botschaften hörte. In die-

sem Fall war die energetische Besetzung so, daß sich die freie Energie und die gebundene Energie im Erwachsenen-Ich befanden und die gebundene Energie im Eltern-Ich war. Die Patientin hielt die Spannung des Erwachsenen-Seins bei bestimmten Themen nicht lange aus, sondern wechselte dann in den Kind-Ich-Zustand.

In dem Beispiel wird deutlich, wie Energie gebunden ist und die Patientin bei bestimmten Themen, ‚bei denen die Eltern mitreden konnten‘, Spannung spürte und die Energie im Erwachsenen-Ich-Zustand nicht halten konnte. Der beeinflussende Ich-Zustand war in diesem Fall das Eltern-Ich und der beeinflusste Ich-Zustand das reagierende Kind-Ich.

Graphisch ist diese Energieverteilung folgendermaßen darstellbar:



Es wird hier deutlich, daß die ungebundene Energie den ‚Introjekten‘ entspricht, die in dieser Weise wirksam werden. Sie lösen das Festhalten der Energie, die Fixierungen im Kind-Ich-Zustand aus, so daß die eindeutige Besetzung eines Ich-Zustandes behindert wird. Bei Besetzung eines Ich-Zustandes mit allen drei Energieformen erlebt sich die Person als ichsynton, Berne hat dies als das Erleben des realen Selbst bezeichnet.

Von Patienten kommt während der therapeutischen Arbeit in befreienden Situationen, z.B. Gefühlsarbeit, die Rückmeldung über plötzliche Wärme im Sinne eines Hitzeschubes, der mit der Befreiung der Energie gleichgesetzt werden kann.

Ich-Zustandsgrenzen

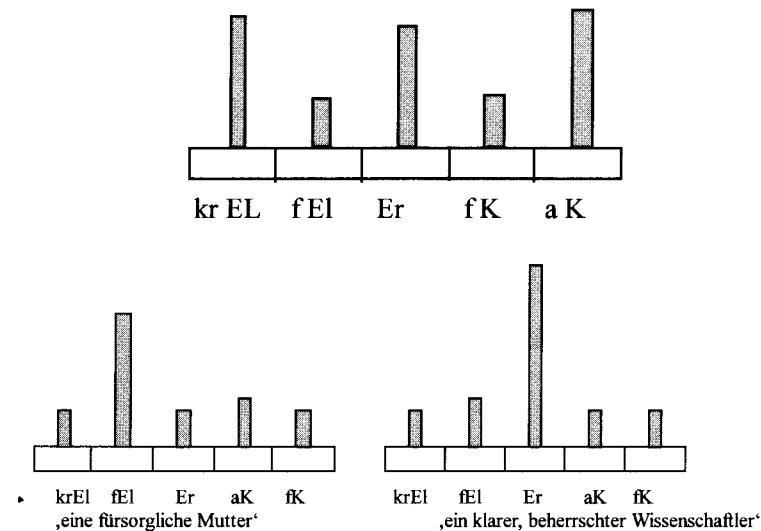
Die Ich-Zustandsgrenzen stellte Berne sich wie durchlässige Membranen von unterschiedlicher Durchlässigkeit vor, die die Geschwindigkeit des Energieflusses bestimmen. Es gibt sehr bewegliche Personen, die schnell den Ich-Zustand wechseln, und solche, die eher träge sind und sich langsam bewegen.

Egogramm

Aus dem funktionalen Modell in seiner Aufteilung in fürsorgliches Eltern-Ich, kritisches Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich, angepaßtes Kind-Ich und freies Kind-Ich hat *Dusay* (1972) eine Möglichkeit der graphischen Darstellung der Energieverteilung entwickelt.

Er geht davon aus, daß die psychische Energie, die eine Person zur Verfügung hat, konstant ist und in einer für diesen Menschen typischen Besetzung der Ich-Zustände gezeigt wird. Er nannte diese Darstellung das **Egogramm**, es wird aus der Beobachtung erstellt. *Dusay* schreibt, daß das Egogramm auf Intuition basiert und logisch aufgebaut ist. Er verwandte folgendes Modell, in dem die Ich-Zustände in einer horizontalen Skala aufgetragen werden.

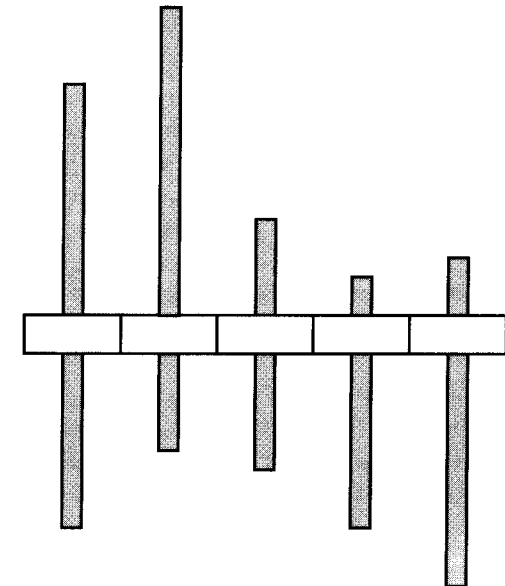
Beispiele nach *Dusay* (1977)



Diese dargestellten Egogramme sind typisch für bestimmte Persönlichkeiten. Da die innere Empfindung und das äußere Verhalten oft nicht übereinstimmend erlebt werden, kann die Beobachtung von außen mit dem inneren Erleben gegenübergestellt werden. Die Darstellung der Eigenbeobachtung wird als Psychogramm bezeichnet. Diese beiden Grafiken werden gegeneinander aufgetragen.

Wenn beispielsweise sich jemand innerlich kindlich unsicher erlebt, zeigt derjenige oder diejenige dies nicht unbedingt nach außen. Der Ich-Zustand, der dann in einer solchen Situation nach außen gezeigt wird, ist häufig das Eltern-Ich. Diese Person erlebt sich dann nicht ichsynton.

Egogramm



Psychogramm

Anwendungsbereiche von Egogramm und Psychogramm

Aus diesen Beispielen wird deutlich, daß die **Anwendung** des Egogramms, auch in Verbindung mit dem Psychogramm, für **Beratungssituationen** hilfreich ist, der Berater kann sich nach einem Gespräch in dieser Form der Übersicht das Egogramm seiner Klienten auftragen und in weiteren Gesprächen andere Ich-Zustände, die erforderlich sind, aktivieren (s. Kap. 3.3).

