

lebten Situation ähneln, die du jetzt zusammenstellst. Wenn du daran denkst, fällt dir vielleicht eine ganze Reihe ein.

Und was, wenn dir wirklich überhaupt nichts dazu einfällt? Dann *laß* dir welche einfallen! Denk dir einfach welche aus und mach dir klar, daß die Erinnerung an nur in der Vorstellung laufende positive Situationen genauso wirksam ist wie die Erinnerung an echte.

Jetzt hast du eine Anfangsfassung für dein Autonomie-System. Genauso wie bei dem Maschen-System kannst du es im Laufe der Zeit revidieren und verfeinern.

Stell dir vor, das vollständige Diagramm für dein Maschen-System schwebt über dem Tisch, etwa eine Handbreit über dem Diagramm für dein Autonomie-System. Dann kannst du in der Zukunft eine Falltür an jeder Stelle des Maschen-Systems anbringen, eine Strickleiter herablassen und jederzeit hindurchsteigen zu dem entsprechenden Punkt im Autonomie-System. Von diesem Punkt aus folgst du dann dem Fluß des Autonomie-Systems, statt die vermaschten Feedback-Schleifen immer wieder zu durchlaufen, wie du das in der Vergangenheit getan hattest.

Vielleicht baust du für dich mehrere solcher Falltüren ein. Je mehr du hast, um so leichter wirst du es finden, aus deinem Maschen-System herauszutreten und hinein in die Autonomie. Und jedesmal, wenn du diesen Schritt getan hast, wird damit der nächste wieder leichter, wenn du ihn in der Zukunft tun wirst.

23. Die Spiele und die Spielanalyse

Bist du jemals mit jemand im Gespräch gewesen oder sonstwie umgegangen, wo ihr euch am Ende beide mies gefühlt habt und euch hinterher etwa gefragt habt:

„Weshalb passiert mir sowas immer wieder?“

„Wie in aller Welt ist denn *das* wieder passiert?“

„Ich dachte, die (der) wäre anders, aber ...“

Warst du überrascht über die schmerzhafteste Wendung, die die Sache genommen hatte – und bist dir doch gleichzeitig darüber klar gewesen, daß dir fast die gleichen Geschichten vorher auch schon passiert sind? Wenn du eine solche Interaktion erlebt hast, dann ist es sehr wahrscheinlich, daß du, in der Sprache der TA ausgedrückt, *ein Spiel* gespielt hast.¹ Genau wie ein Fußballspiel oder ein Schachspiel, wird ein psychologisches Spiel (im Deutschen bisweilen abgekürzt als Psychospiel) nach vorher festgelegten Regeln gespielt. Eric Berne hat als erster auf diese vorhersehbare Struktur der Spiele hingewiesen und Methoden zu ihrer Analyse vorgeschlagen. In diesem Kapitel behandeln wir Methoden der Spielanalyse, wie sie von Berne und anderen TA-Autoren entwickelt worden sind.

Beispiele für Spiele

Im folgenden zwei Beispiele für den Ablauf von Spielen.

Beispiel 1: Hans begegnet Grete. Sie verlieben sich ineinander und beschließen zusammenzuziehen. Am Anfang geht auch alles gut. Aber im Laufe der Monate macht Hans seiner Partnerin das Leben immer schwerer. Über ihre Bedürfnisse und Gefühle geht er hinweg. Er schreit sie an und kommandiert sie herum. Er betrinkt sich und kommt spät nach Hause. Er gibt Gretes Geld aus und „vergißt“, es ihr zurückzugeben.

Obwohl er sie so übel behandelt, bleibt Grete bei ihm. Je aggressiver er wird, desto mehr entschuldigt sie sein Verhalten.

Fast drei Jahre lang läuft das so. Dann verläßt Grete Hans ohne Vorwarnung um eines anderen Mannes willen. Hans kommt nach Hause und findet nur einen Zettel auf dem Küchentisch mit der Mitteilung, daß sie endgültig ausgezogen ist.

Hans ist sprachlos. Innerlich sagt er sich: „Wie in aller Welt ist nur so etwas passiert?“ Er spürt Grete auf und fleht sie vergeblich an zurückzukommen. Je mehr er bettelt, um so härter weist sie ihn ab und um so schlechter fühlt er sich. Lange Zeit hindurch fühlt Hans sich deprimiert, verlassen und wertlos. Er versucht dahinterzukommen, was mit ihm nicht stimmt: „Was hat dieser andere Kerl bloß, was ich nicht habe?“

Das Seltsame dabei ist, daß Hans all das schon einmal erlebt hat. Er hatte zwei Beziehungen und ist zweimal zurückgewiesen worden, mehr oder weniger nach dem gleichen Muster. Jedesmal hatte er sich dann gedacht: „Nie wieder!“ Aber dann passiert es doch wieder, und jedesmal fühlt sich Hans ratlos und zurückgewiesen.

Das Spiel, das Hans spielt, heißt *Kick Me* (zu deutsch etwa „Versetz mir eins!“).

Auch Grete hat all das schon einmal mitgemacht. Sie hatte verschiedene andere Beziehungen mit Männern, ehe sie Hans begegnet war. Es scheint ihr irgendwie zu gelingen, an Männer zu geraten, die am Anfang gut zu ihr sind, wenn sie sie kennenlernen, die aber dann bald anfangen, ihr übel zuzusetzen, so wie Hans. Und jedesmal hat sie das Verhalten des Mannes in Kauf genommen und war sozusagen ein „braves Frauchen“ – eine Zeitlang. Und jedesmal hat sie dann einen plötzlichen Sinneswandel erlebt und den Mann von einem Tag zum anderen zurückgewiesen. Und dabei fühlt sie sich dann makellos und irgendwie triumphierend. Sie sagt sich dann: „Das hab ich mir ja gedacht. Die Männer sind doch alle gleich.“ Dennoch verliert sie nicht viel Zeit, bis sie mit jemand anderem eine neue Beziehung anknüpft, und der ganze Ablauf beginnt wieder von vorne.

Gretes Spiel heißt *Now I've Got You, Son of a Bitch* – abgekürzt im Englischen als NIGYSOB, zu deutsch etwa „Hab ich dich erwischt!“ (manchmal auch: „Hab ich dich doch erwischt!“, oder „Hab ich dich wieder erwischt!“ usw).

Beispiel 2: Angelika ist Fürsorgerin. Sie sitzt in der Beratungsstelle und spricht mit einem Mann, der gerade hereingekommen ist. Er wirkt niedergeschlagen.

Der Mann sagt: „Mir ist was ganz Schreckliches passiert. Mein Vermieter hat mich gerade rausgeschmissen, und ich weiß nicht, wo ich hin soll. Ich weiß jetzt wirklich nicht, was ich machen soll.“

„Ach Gott, das ist ja schrecklich“, sagt Angelika und setzt eine besorgte Miene auf. „Was kann ich da tun?“

„Weiß ich auch nicht“, sagt der Mann betrübt.

„Passen Sie mal auf“, sagt Angelika, „weshalb lesen wir nicht zusammen die Abendausgabe durch und sehen, ob da nicht irgendwo ein Zimmer zu vermieten ist?“

„Das ist es ja gerade“, sagt Angelikas Gesprächspartner und schaut noch betrübter drein, „Ich hab ja kein Geld für die Miete.“

„Na ja, in so einem Fall bin ich sicher, daß da was rauspringt für Sie bei der Sozialhilfe, wenn ich mich darum kümmere.“

„Zu nett von Ihnen“, sagt der Mann. Aber, ehrlich gesagt, ich will mir von niemand was schenken lassen.“

„Ach so. Wie wär's, wenn ich Ihnen erst mal einen Schlafplatz besorge in der Notunterkunft, bis Sie was anderes gefunden haben?“

„Danke“, sagt der Mann. Aber ich kann mir nicht gut vorstellen, wie ich mit all den Leuten da zurechtkäme, wenn ich so am Ende bin.“ Dann tritt Schweigen ein, und Angelika zermartert ihr Gehirn, ob ihr nicht irgend etwas anderes einfällt. Aber ihr fällt dann doch nichts ein.

Der Mann stößt einen gedehnten Seufzer aus, steht auf und schickt sich zum Gehen an. „Ja, Sie wollten mir wenigstens helfen – trotzdem dankeschön“, sagt er verdrießlich, als er die Beratungsstelle wieder verläßt.

Angelika fragt sich: „Was in aller Welt ist da passiert?“ Sie fühlt sich erst verwundert, dann inkompetent und deprimiert. Sie sagt sich, daß sie als Helferin so gut wohl nicht ist.

Inzwischen geht ihr Besucher die Straße hinab und ist empört und wütend auf Angelika. Er sagt sich im Kopf: „Hätt' ich mir doch denken können, daß die mir auch nicht helfen kann, und *natürlich* konnte sie's nicht!“

Und für Angelika und ihren Besucher ist diese Szene eine Neuauflage von vielen anderen, die sich in der Vergangenheit abgespielt haben. Angelika gerät recht oft in solch ein Geschehen. Sie bietet jemand Rat und Hilfe an, und dann fühlt sie sich ungut, wenn beides nicht angenommen wird. Und ihr Besucher kennt die Gegenposition nur allzu gut. Irgendwie schafft er es immer wieder, die angebotene Hilfe auszuschlagen, dann auf den Helfer wütend zu werden, weil der ihn hat sitzenlassen.

Angelika und ihr Besucher spielen zwei Spiele, die gut zueinander

passen und oft im gleichen Hergang gespielt werden. Angelikas Spiel heißt *Why Don't You...?*, zu deutsch etwa „Versuchen Sie's doch mal so...“, und ihr Besucher spielt *Yes, But*, im Deutschen wiedergegeben mit „Ja, aber...“²

Was typisch ist für Spiele

Anhand dieser Beispiele lassen sich einige Charakteristika aufzeigen, die allen Spielen gemeinsam sind.

1. *Spiele laufen immer wieder gleich ab.* Jeder Mensch spielt noch und noch sein Lieblingsspiel in der gleichen Weise durch. Die Mitspieler und die Bühne mögen wechseln, aber das Spielmuster bleibt das gleiche.

2. *Beim Spiel bleibt das Erwachsenen-Ich ausgeschaltet, es läuft „unbewußt“ ab.* Obwohl Menschen ihre Spiele noch und noch wiederholen, durchlaufen sie jede Neuauflage ihres Spiels, ohne sich darüber klar zu sein. Erst in den Schlußphasen des Spiels fragt sich der Spieler manchmal: „Wie konnte *das* nun wieder passieren?“ Und selbst an *der* Stelle machen sich die Menschen meistens nicht klar, daß sie selbst zum Zustandekommen des Spiels beigetragen haben.

3. *Am Ende eines Spiels erleben die Spieler immer Maschengefühle.*

4. *Spiele bringen eine Folge von verdeckten Transaktionen zwischen den Spielern mit sich.* Bei jedem Spiel läuft auf der psychologischen Ebene etwas anderes als das, worum es auf der sozialen Ebene zu gehen scheint. Das ist erkennbar an der Art und Weise, wie Menschen ihre Spiele immer wieder durchspielen und andere Menschen finden, deren Spiele zu den ihren passen. Als Angelikas Besucher sich hilfeschend an sie wandte und sie ihm auch Hilfe anbot, glaubten beide, das sei der eigentliche Zweck des Besuchs. Aber das Resultat ihres Umgangs miteinander zeigt, daß ihre unbewußten Motive ganz woanders lagen. Auf der psychologischen Ebene haben sie einander „geheime Botschaften“ übermittelt, mit denen sie ihre wirklichen Absichten kundgetan haben. Angelika war daran gelegen, eine Hilfe anzubieten, die dann nicht akzeptiert werden würde. Ihr Besucher war gekommen, um um Hilfe zu bitten und diese dann nicht anzunehmen.

5. *Zu einem Spiel gehört immer ein Augenblick der Überraschung oder Verwirrung.* An einer Stelle hat der Spieler die Empfindung, etwas Unerwartetes sei passiert. Irgendwie scheinen die Beteiligten ihre Rolle gewechselt zu haben. Hans hat das in dem Augenblick so erlebt, als er entdeckte, daß Grete ihn verlassen hatte. Grete ihrerseits ging fort, weil sie ganz plötzlich ihre Einstellung zu Hans geändert hatte.

Denke an einen Ablauf in deiner eigenen jüngeren Erfahrung, wo du mit jemand anderem so umgegangen bist, daß dies in schmerzlicher Weise zur Beschreibung eines Spiels paßt.

Nimm Papier und Bleistift und halte fest, wie die Situation aussah. Dann mach dir klar, ob die fünf Charakteristika vorlagen, die wir als typische Kennzeichen eines Spiels aufgeführt haben.

Notiere auch, wie du dich am Ende gefühlt hast. Ist das ein Gefühl, das dir vertraut ist?

T-Shirts

Es ist kaum zu glauben, mit welcher Sicherheit Menschen es immer wieder schaffen, andere zu finden, die ihrerseits Spiele spielen, welche zu dem eigenen Spiel so passen, als wären sie miteinander verzahnt. Hans findet ständig Frauen, die ihn um eines anderen Mannes willen sitzen lassen. Angelika zieht Besucher an, die sie um Hilfe bitten und diese dann nicht annehmen.

Es ist so, als trüge jeder Mensch ein *T-Shirt*, auf dem seine Spielangebote aufgedruckt sind. Das *T-Shirt* hat auf der Vorderseite ein Motto, das wir der Welt bewußt zeigen wollen. Auf der Rückseite jedoch steht die „geheime Botschaft“, die die psychologische Ebene kennzeichnet. Und die Botschaft auf dem Rücken ist diejenige, die am Ende darüber entscheidet, mit wem wir Beziehungen eingehen. Wir können uns vorstellen, daß auf der Vorderseite von Gretes *T-Shirt* ein Motto steht, das etwa so klingt: „Ich werde lieb und folgsam sein.“ Aber auf dem Rücken steht ein anderes Motto: „Aber warte nur, bis ich dich erwische!“

Was sind deiner Meinung nach die Inschriften auf der Vorder- und Rückseite von Hans' *T-Shirt*? Und bei Angelika?

Nimm dein eigenes Spielbeispiel noch einmal vor. Was fällt dir da ein als Motto auf der Vorderseite deines *T-Shirts*? Und auf der Rückseite?

Was waren deiner Meinung nach die Botschaften auf der Vorder- und Rückseite des *T-Shirts* bei irgendwelchen anderen Personen, mit denen du in jener Situation in Beziehung standest?

Bei Gruppenarbeit macht Dreier- oder Vierergruppen. Jedes Gruppenmitglied benutzt seine Intuition, um die Botschaften auf der Vorder- und Rückseite der anderen Mitglieder einmal aufzuschreiben. Dann teilt einander mit, was ihr aufgeschrieben habt.

Und wenn ihr die anderen Menschen in der Kleingruppe nicht gut kennt? Das spielt keine Rolle, weil wir uns ohnehin immer gleich beim ersten Eindruck ein Bild davon machen, was so auf dem T-Shirt aufgedruckt ist.

Wenn du willst, kannst du die Übung mit anderen wiederholen, die du gut kennst. Wenn du die unterschiedlichen Aufschriften vergleichst, die verschiedene Leute auf deinem T-Shirt lesen, kannst du unter Umständen manches Interessante über dich erfahren.

Die Intensität von Spielen (unterschiedliche Grade)

Spiele können mit unterschiedlicher Intensität gespielt werden, und man spricht dann von Spielen ersten, zweiten oder dritten Grades.³

Ein *Spiel ersten Grades* hat ein Resultat, über das der Spieler in seinen Kreisen durchaus auch spricht. In den Spielbeispielen zu Beginn dieses Kapitels haben alle Spieler Spiele ersten Grades veranstaltet. Man kann sich vorstellen, daß auf der einen Seite Angelika ihren Zweifel an sich selbst in der Kaffeepause bei ihren Kolleginnen loswerden will, während ihr Besucher in irgendeinem Lokal *seinen* Freunden gegenüber darüber quengelt, wie wenig sie ihm wirklich geholfen hat. Ihre Freunde und ihre Kolleginnen werden das als absolut akzeptables Verhalten betrachten. In der Tat liefern Spiele ersten Grades im allgemeinen einen großen Teil der Zeitstrukturierung bei Parties und bei Gesellschaften.

Spiele zweiten Grades führen zu schwererwiegenden Resultaten, und zwar zu solchen, die der Spieler in seinen Kreisen lieber nicht publik machen möchte. Stellen wir uns vor, Angelikas Besucher hätte nicht nur gequengelt, sondern wäre rausgegangen und hätte dann eine Beschwerde eingereicht über ihre mangelnde Kompetenz. Angelika hätte dann vielleicht eine tiefe Depression erlebt und unter Umständen sogar an einen Stellenwechsel gedacht. Und es wäre dann auch weniger wahrscheinlich gewesen, daß sie so beiläufig ihren Freunden etwas gesagt hätte über das, was da passiert war.

Ein *Spiel dritten Grades* ist in Bernes Worten „...eins, bei dem es um endgültige Resultate geht und das im Operationssaal, vor Gericht oder im Leichenhaus endet.“

Wenn Hans und Grete mit so verbissener Intensität gespielt hätten, dann hätte Hans Grete vielleicht körperlich mißhandelt. Grete hätte dann ihrerseits unter Umständen ihre Wut so lange angestaut, bis sie eines Tages zum Messer gegriffen und zugestoßen hätte.

Die Bernesche Spielformel

Berne hat entdeckt, daß jedes Spiel eine Folge von sechs Phasen durchläuft.⁴ Er hat sie folgendermaßen benannt:

Con + Gimmick = Response → Switch → Crossup → Payoff

Die wörtliche Übersetzung würde in etwa heißen:

Verlockung, Gaunerei + üblicher Dreh = Reaktion → Wechsel → Verwunderung → Auszahlung.

Im Englischen wird diese Formel gerne als *Formula G* (für *Game*, Spiel) oder *Spielformel nach Berne* bezeichnet und mit den Anfangsbuchstaben für diese sechs Phasen abgekürzt.

In dem Bemühen, möglichst nahe an das heranzukommen, was durch die englischen Ausdrücke gemeint ist, haben zwei deutsche Autoren diese Formel folgendermaßen wiedergegeben:

**Attraktive Falle + (Mit-)Spielinteresse = harmlose Reaktionen
→ Rollenwechsel → Moment der Perplexität → Auszahlung**

Und nun wenden wir diese Formel an auf die Spiele, die zwischen Angelika und ihrem Besucher abliefen. Er eröffnet das Geschehen durch die Mitteilung, daß sein Vermieter ihn gerade rausgeworfen hat. Unter dieser auf der sozialen Ebene gemachten Mitteilung liegt ein *Angebot*, von dem er voraussetzt, daß es für sein Gegenüber *attraktiv* sein kann, das aber für diesen gleichzeitig wie eine *Falle* wirkt. Es wird nonverbal übermittelt und besagt: „Aber wenn du versuchst, mir zu helfen, werde ich mir gar nicht helfen lassen, haha!“

Wie Angelika ihm jetzt diese Spieleröffnung abkauft, signalisiert sie damit ihre Bereitschaft zu spielen, indem sie ihr *Gimmick*, ihr *eigenes Spielinteresse* signalisiert. Berne hat dieses Wort genommen, um eine skriptverursachte „weiche Stelle“ zu bezeichnen, die jemanden veranlaßt, auf das Angebot eines anderen Spielers einzusteigen. Für Angelika ist es eine Elternbotschaft in ihrem Kopf, welche besagt: „Du *mußt* jemandem helfen, dem es so dreckig geht!“

Während sie im Inneren diese Botschaft hört, reagiert sie auf ihren Besucher auf der psychologischen Ebene: „OK, ich werde versuchen, dir zu helfen, aber wir wissen ja beide, daß du dir am Ende gar nicht helfen lassen wirst.“ Auf der sozialen Ebene überdeckt sie das durch die Worte:

„Was kann ich da tun?“

Die Phase *Reaktionen* besteht bei einem Spiel aus einer Reihe von Transaktionen. Diese laufen vielleicht in ein, zwei Sekunden ab oder dauern Stunden, Tage oder Jahre. Im vorliegenden Fall bietet Angelika ihrem Besucher eine ganze Reihe von Ratschlägen an. Aber er hält dem jedesmal Begründungen dafür entgegen, weshalb einer nach dem anderen nicht funktionieren kann. Auf der sozialen Ebene sehen diese Transaktionen ganz *harmlos*, wie ein direkter Informationsaustausch aus. Aber auf der psychologischen Ebene wiederholen sie den Austausch eines attraktiven Angebotes und der Erklärung des Spielinteresses, mit dem das Spiel eröffnet wurde.

Zum *Rollenwechsel* kommt es (man könnte direkt sagen, ein *Schalter* sei umgelegt worden), wenn Angelika nichts mehr einfällt und der Besucher sagt:

„Ja, Sie wollten mir wenigstens helfen – trotzdem dankeschön!“

Im nächsten Augenblick fühlt sich Angelika total überrascht. Sie erlebt einen *Moment der Perplexität* und ihr Besucher erlebt seinerseits Ähnliches.

Im gleichen Moment kassieren beide Spieler ihre *Auszahlung* an Maschengefühlen. Angelika fühlt sich deprimiert und inkompetent und ihr Besucher fühlt sich „zu Recht empört“.

Welches waren die Phasen der Spielformel bei den ineinander verzahnten Spielen, die Hans und Grete miteinander gespielt haben?

Identifiziere die Phasen der Spielformel bei deinem eigenen persönlichen Spielbeispiel. Und welches waren die Botschaften, die in jeder Phase auf der psychologischen Ebene ausgetauscht wurden?

Das Drama-Dreieck

Stephen Karpman hat zur Analyse von Spielen ein ganz einfaches, aber äußerst effektives Diagramm entworfen, das *Drama-Dreieck* (Abbildung 23.1).⁵ Er sagt, daß immer dann, wenn Menschen Spiele spielen, jeder eine von drei skriptgebundenen Rollen besetzt: *Verfolger*, *Retter* oder *Opfer*.

Als *Verfolger* (etwa als „Verbesserer“) bezeichnet man jemand, der anderen zusetzt, sie meist runterputzt oder doch herabsetzt. Der typische Verfolger empfindet die anderen so, daß sie leicht unter ihm stehen und sowieso nicht OK sind, ihm also das Wasser nicht reichen können.

Auch der *Retter* (oder auch „Ratgeber“) betrachtet die anderen als nicht OK und etwas unter ihm stehend. Aber der Retter reagiert darauf, indem er aus seiner überlegenen Position heraus Hilfe anbietet. Er glaubt: „All diesen armen Leuten muß ich doch helfen, weil sie nicht imstande sind, sich selbst zu helfen.“

Für jemand, der sich als *Opfer* (und damit als „Objekt“ eines für ihn übermächtigen Geschehens*) erlebt, gibt es auch jemanden, der unterlegen und nicht OK ist: nämlich ihn selbst. Manchmal sucht sich das Opfer einen Verfolger, der ihm zusetzt und es herumbeutelt. Oder aber das Opfer ist auf der Suche nach einem Retter, der ihm Hilfe anbietet und damit die Überzeugung des Opfers bestätigt: „Ich komme alleine nicht zurecht.“

Jede Rolle im Drama-Dreieck bringt einen *Discount* mit sich. Sowohl der Verfolger wie auch der Retter discounten andere.

Der Verfolger discountet den Wert und die Würde anderer Menschen. Extreme Verfolger discounten unter Umständen sogar das Lebensrecht und die körperliche Gesundheit anderer Menschen. Der Retter discountet die Fähigkeit der anderen, selbst zu denken und aus eigener Initiative heraus tätig zu werden.

Das Opfer discountet sich selbst. Wenn es einen Verfolger sucht, stimmt es den Discounts des Verfolgers zu und betrachtet sich selbst als jemand, der es nicht anders verdient, als zurückgewiesen und herabgesetzt zu werden. Das Opfer, das einen Retter sucht, wird natürlich glauben, daß es dessen Hilfe dringend braucht, um richtig zu denken, zu handeln oder Entscheidungen zu treffen.

Nimm dir eine Minute Zeit und schreibe alle Wörter auf, die dir einfallen, wenn du an einen Verfolger denkst.

Tu das gleiche für den Retter und für das Opfer.

Alle drei Rollen im Drama-Dreieck sind letztlich *unecht*. Wenn Menschen in einer dieser drei Rollen sind, reagieren sie auf die Vergangenheit, nicht auf das Hier und Jetzt. Sie setzen alte, skriptgebundene Strategien ein, die sie schon als Kinder beschlossen oder sich von ihren Eltern her an Bord gezogen hatten.

* Anmerkung des Übersetzers: Die drei Klammern sind mit Zustimmung der Autoren in die deutsche Ausgabe eingefügt worden.

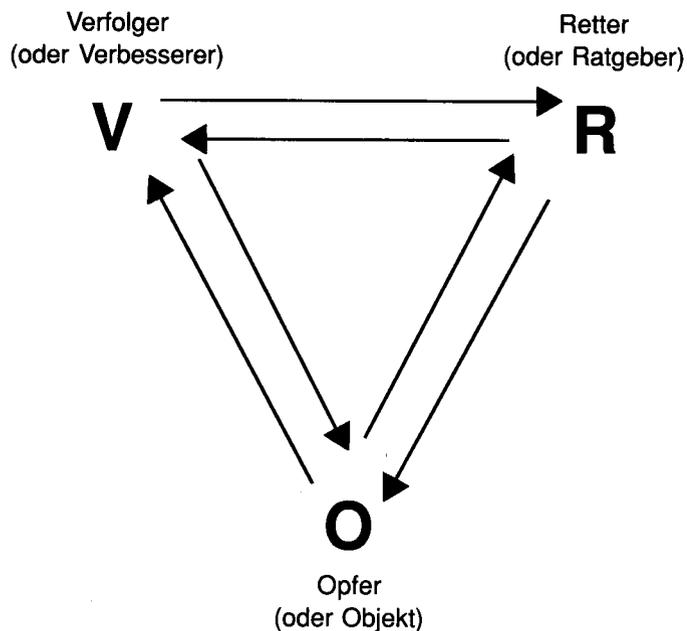


Abbildung 23. 1: Das Drama-Dreieck

Kannst du dir jemand vorstellen, der – unabhängig von einer solchen Betrachtung — als Verfolger auftritt und nicht auch im psychologischen Sinn ein „Verfolger“ ist?

Wo läge der Unterschied zwischen jemand, der nun wirklich „rettet“, und jemand, der nur die Rolle eines Retters im Drama-Dreieck spielt? Gib Beispiele!

Würdest du sagen, daß jemand bei irgendeinem Geschehen Opfer sei oder einer Entwicklung zum Opfer fallen kann, ohne daß er auch ein „Opfer“ im Sinne der TA ist?

Im allgemeinen beginnt jemand, der ein Spiel spielt, in einer der drei Positionen und wechselt dann in eine andere über. Dieser Rollenwechsel im Drama-Dreieck findet in einem kurzen Augenblick statt, wie das in der Spielformel angedeutet ist.

Hans begann sein „Versetzt mir eins!“-Spiel in der Position des Verfolgers und blieb während der ganzen Phase der harmlosen Reaktio-

nen des Spiels darin. Als es zum Rollenwechsel kam, nahm Hans die Opfer-Position ein.

Welche Rollenwechsel im Drama-Dreieck hat Grete vorgenommen in ihrem Spiel „Hab ich dich erwischt!“? Und welche Angelika und ihr Besucher während ihres Spielablaufs?

Welchen Rollenwechsel hast du selbst bei deinem eigenen persönlichen Spielbeispiel im Drama-Dreieck vorgenommen?

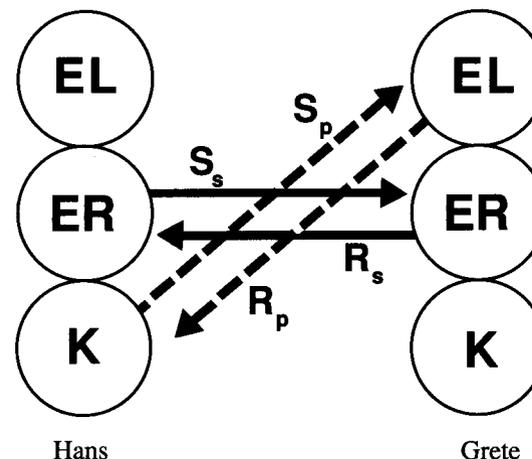


Abbildung 23. 2:

Beispiel für Bernes Transaktionsdiagramm eines Spielablaufs

Die Spielanalyse mit Hilfe der Transaktionen

Eine andere Weise, Spiele zu analysieren, ergibt sich aus der Verwendung eines Transaktionsdiagramms. Das ist besonders nützlich, weil dadurch die verdeckten Transaktionen zwischen den Spielern deutlich werden.

Das Transaktionsdiagramm von Berne für Spiele

Die Abbildung 23.2 zeigt Eric Bernes Fassung des Transaktionsdiagramms für die Darstellung eines Spiels.⁶ Hier wurden die Eröffnungszüge zwischen Hans und Grete aufgezeigt.

Hans (*soziale Ebene, S_s*): „Ich möchte dich ganz gern kennenlernen.“

Grete (*soziale Ebene, R_s*): „Ja, ich dich auch.“

Hans (*psychologische Ebene, S_p*): „Bitte versetz mir eins!“

Grete (*psychologische Ebene, R_p*): „Ich erwisch dich schon noch!“

Die verdeckten „geheimen Botschaften“ von S_p und R_p werden dem jeweiligen Spieler nicht bewußt, bis sie plötzlich im Augenblick des Rollenwechsels offenbar werden.

Das Diagramm von Goulding und Kupfer

Bob Goulding und David Kupfer haben eine andere Fassung des Transaktionsdiagramms für Spiele entwickelt (Abbildung 23.3).⁷ In ihrer Sicht gehören fünf Kennzeichen zu einem Spiel.

1. Zuerst erfolgt der „Eröffnungszug“ des Spiels (S_s) auf der sozialen Ebene. Goulding und Kupfer sprechen hier von einem „scheinbar eindeutigen Stimulus“. In diesem Fall sagt Hans in etwa: „Ich möchte dich ganz gern kennenlernen.“

2. Das zweite Element des Spieles ist die gleichzeitig übermittelte Botschaft (S_p) auf der psychologischen Ebene, welche die attraktive Falle des Spiels ausmacht. Sie wird bezeichnet als „geheime Botschaft“ und enthält eine skriptgebundene Feststellung über den Spieler selbst. Die „geheime Botschaft“ von Hans lautet: „Ich verdiene, zurückgewiesen zu werden, und ich werde das bei dir so lange ausprobieren, bis ich es dir beweisen kann. Bitte, versetz mir eins!“

3. Wie immer wird das Resultat auf der psychologischen Ebene entschieden. Grete kapiert die „Versetz mir eins!“-Botschaft von Hans

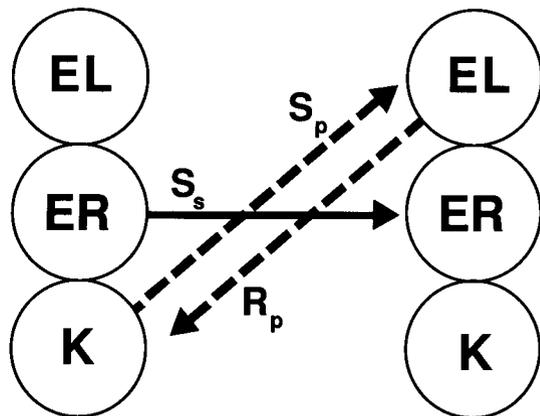


Abbildung 23.3:

Beispiel eines Spieldiagramms nach Goulding und Kupfer

und reagiert entsprechend, indem sie ihn eine Weile an sich fesselt und dann zurückweist. In der Spielfolge nach Goulding und Kupfer ist das die „Reaktion auf die geheime Botschaft“.

4. Beide Spieler erleben am Ende Maschengefühle, die „Auszahlung in miesen Gefühlen“.

5. Die ganze Serie von verdeckten Transaktionen läuft außerhalb des wachen Bewußtseins der Spieler, die ihr Erwachsenen-Ich nicht mitbenutzt haben.

Die Gouldings stellen fest, daß jemand, der stark daran interessiert ist, sein Lieblingsspiel zu spielen, durchaus die wirklichen (spielfreien) Reaktionen, die er von seinem Gegenüber bekommt, so umdeuten kann, daß er eine Spielreaktion hineininterpretiert. Er kann also dann seine Maschenauszahlung auch dann kassieren, wenn die Reaktionen des anderen nichts mit einem Spiel zu tun hatten.

Malen wir uns z.B. aus, Grete hätte sich standhaft geweigert, Hans fallenzulassen, so sehr er sich auch darum bemüht hatte. Er würde dann unter Umständen ihre Reaktionen redefinieren und sich im Kopf sagen: „Die tut ja nur so, als wollte sie mich bei sich haben. Ich weiß doch, daß sie mich in Wirklichkeit loswerden will, und wahrscheinlich geht sie heimlich schon mit einem anderen.“ Auf diese Weise könnte er sich den Discount, den er erwartet hatte, selbst zurechtzimmern und dann seine Auszahlung an miesen Gefühlen auf diese Weise einkassieren.

Setze Bernes Transaktionsdiagramm für Spiele und das Diagramm nach Goulding und Kupfer ein, um die Spiele zu analysieren, die von Angelika und ihrem Besucher gespielt werden.

Benutze sie, um dein eigenes persönliches Spielbeispiel zu analysieren.

Der Spielplan

John James hat eine Reihe von Fragen entwickelt, die uns weitere Mittel an die Hand geben, den Verlauf eines Spieles zu verstehen. Er bezeichnet das als den *Spielplan*.⁸

Die folgende Übung verwendet eine Variante des Spielplans, bei der zwei zusätzliche „Rätsel-Fragen“ aufgenommen worden sind. Diese Variante ist von Laurence Collinson entworfen worden.

Du kannst die Fragen des Spielplans benutzen, um das persönliche Spielbeispiel zu analysieren, das du bereits aufgeschrieben hast. Oder,

wenn du willst, nimm es zur Untersuchung einer anderen Spielsituation, die du in deinem Leben entdeckst.

Nimm Papier und Bleistift zur Hand und notiere die Antworten auf die folgenden Fragen, soweit sie auf das Beispiel zutreffen, das du gewählt hast. Du tust gut daran, dir jemand anders zu suchen, mit dem du dich austauschen kannst beim Beantworten der Fragen des Spielplans.

Die „Rätsel-Fragen“ werden am Ende dieses Kapitels wiedergegeben. *Sieh sie dir nicht eher an, ehe du alle anderen Fragen des Spielplans schriftlich beantwortet hast!* Dann erst trage die Antworten auf die beiden „Rätsel-Fragen“ ein!

1. Was ist es, was mir immer wieder passiert?
2. Wie fängt das an?
3. Was passiert dann?
4. (Erste Rätsel-Frage)
5. Und dann?
6. (Zweite Rätsel-Frage)
7. Wie geht es aus?
- 8 a. Wie fühle ich mich?
- 8 b. Wie muß sich, meiner Vorstellung nach, mein Gegenüber fühlen?

Interpretation

Die Folge von Antworten auf die Fragen des Spielplans sollen aufzeigen, welche Rollenwechsel im Drama-Dreieck vorgenommen werden und welche Phasen der Spielformel das Geschehen durchläuft.

Die Gefühle, die du unter den Fragen 8a und 8 b eingetragen hast, gehören wahrscheinlich *beide* zu deinem Maschenerleben. Es ist durchaus möglich, daß dir das Gefühl unter 8a vertraut vorkommt, aber du bist dann überrascht bei der Vorstellung, daß das unter 8b genannte auch deine Masche sein soll. Wenn du darüber wirklich überrascht bist, dann überprüfe das mit jemand, der dich gut kennt.

Die Antworten auf die beiden „Rätsel-Fragen“ sind die Botschaften, die im Transaktionsdiagramm für Spiele auf der psychologischen Ebene gegeben werden. Nun meint Laurence Collinson, daß *diese beiden Feststellungen wahrscheinlich auch Botschaften darstellen, die deine Eltern dir übermittelt haben, als du noch ganz klein warst*. Mach dir klar, ob das auch für dich gilt. Eine zweite Möglichkeit liegt darin, daß die Antworten auf eine dieser „Rätsel-Fragen“ oder auf beide eine Bot-

schaft darstellen, die *du* an deine Eltern gerichtet hast, als du noch ganz klein warst.

Bewahre deine Antworten auf dem Spielplan auf. Beim Durcharbeiten der nächsten beiden Kapitel kannst du sie wieder verwenden.

Definitionen von Spielen

Es besteht keine Einigkeit unter den TA-Autoren über die richtige Definition eines Spiels.⁹ Der Grund dafür liegt vielleicht darin, daß Berne selbst in verschiedenen Phasen seines Denkens Spiele unterschiedlich definiert hat.

In seinem letzten Buch, *Was sagen sie, nachdem sie Guten Tag gesagt haben*, stellt Berne seine Spielformel vor und erklärt die sechs Phasen in der Weise, wie wir das weiter oben getan haben. Dann setzt er hinzu:

„Jedes Geschehen, auf das diese Formel paßt, ist ein Spiel, und alles, was nicht dazu paßt, ist keins.“

Eine klarere Definition kann man sich kaum wünschen. Und dennoch hat Berne in einem früheren Buch, *Grundsätze der Gruppen-Behandlung*, ein Spiel anders definiert:

„Ein Spiel ist eine Reihe von verdeckten Transaktionen mit einem *Gimmick* (einem „weichen Punkt“*), die auf eine gemeinhin gut verborgene, aber klar definierte Auszahlung hinführen.“

Der grundlegende Unterschied zwischen den beiden Definitionen liegt auf der Hand. Die spätere Fassung in *Was sagen sie...* enthält den *Rollenwechsel* und den *Augenblick der Perplexität* als wesentliche Charakteristika eines Spiels, während die frühere Definition diese nicht erwähnt.

In der Entwicklung der Spieltheorie hat Berne in der Tat die Vorstellung des Rollenwechsels erst recht spät eingeführt. Sie tritt zuerst auf in *Sex in Human Loving*, frei ins Deutsche übersetzt als *Spielarten und Spielregeln in der Liebe*. In dem früheren Buch *Spiele der Erwachsenen*** hat er eine Definition verwandt, die ähnlich war wie die in *Grundsätze der Gruppen-Behandlung* und keinen Hinweis enthielt auf Rollenwechsel oder Perplexität.

* *Anmerkung des Übersetzers:* Aus dem heraus einer der Spielpartner sein Interesse daran kundtut, in das Spiel einzusteigen.

** *Anmerkung des Übersetzers:* Auch dieser Titel, unter dem das Buch dem deutschsprachigen Publikum bekannt ist, fügt etwas hinzu, was Berne mit Sicherheit nicht gemeint hat; sein kurzer Titel *Games People Play* ließe sich sinngemäß in etwa wiedergeben mit *Spiele, wie Menschen sie eben spielen*.

Seit Berne haben nun einige Autoren Definitionen eingeführt, die sich an seine frühere Fassung halten. Sie haben auf verschiedene Weise ein „Psychospiel“ definiert als irgendeine Abfolge von verdeckten Transaktionen, die damit zu Ende geht, daß die Beteiligten sich mies fühlen (d.h. Maschengefühle erleben).

Wir haben es hier vorgezogen, der anderen Richtung zu folgen und uns an Bernes spätere Definition zu halten. Mithin definieren wir als „Spiele“ nur jene Abfolgen, bei denen sämtliche Phasen der Spielformel durchlaufen werden, *einschließlich* des „Rollenwechsels“ und des „Moments der Perplexität“, wie sie mit den englischen Ausdrücken *Switch* und *Crossup* wiedergegeben werden.

Der Grund dafür liegt darin, daß Bernes frühere Definition, also ohne den Rollenwechsel, in der modernen TA bereits durch einen anderen Begriff erfaßt wird: durch das *Lockmaschen-Stricken*. Es gibt einen klaren Unterschied zwischen dem Prozeß des Maschen-Strickens und dem Ablauf eines Spiels. Fanita English hat beschrieben, worin er liegt: die Lockmaschen-Stricker ähneln den Spielern insofern, als sie verdeckte Botschaften austauschen und gleichzeitig Auszahlungen in Form von Maschengefühlen entgegennehmen. Aber beim Stricken von Lockmaschen kommt kein Rollenwechsel zustande. Die Beteiligten stricken lustig weiter, solange beide Seiten wollen oder noch Energie haben, und dann hören sie einfach auf oder machen etwas anderes.

Nur wenn eine der beiden Seiten umschaltet, also die Rolle wechselt, dann wird aus der Strickerei im Lockmaschen-Club ein Spiel. (In dem folgenden Kapitel werden wir im einzelnen darauf eingehen, warum Menschen so vorgehen.)

Wir halten es für nützlich, klar zu unterscheiden zwischen dem Stricken von Lockmaschen und der Verstrickung der Beteiligten in Spiele. Wir gewinnen dadurch eine praktische Hilfe zum Verständnis dafür, wie Menschen in schmerzhaften Dialoge gelangen und wie sie wieder herausfinden können. Infolgedessen ist es auch nützlich, zwei unterschiedliche Definitionen zu verwenden, so daß wir uns jederzeit klarmachen können, von welchem der beiden Begriffe jeweils die Rede ist.

Stell dir vor, du willst ein „Psychospiel“ jemandem erklären, der die technische Sprache der Berneschen Spielformel nicht kennt. Du kannst ihm das auf folgende Weise klarmachen, wie Vann Joines es einmal vorgeschlagen hat:

„Ein Spiel ist ein Ablauf, bei dem etwas getan wird mit einem verdeckten Motiv, welches

1. dem klaren Bewußtsein nicht zugänglich ist,
2. erst in dem Augenblick offenbar wird, wo die Beteiligten ihre Verhaltensweise plötzlich ändern, und
3. dazu führt, daß jeder Beteiligte sich verwirrt und mißverstanden fühlt und den anderen dafür tadeln möchte.“

Die „Rätsel-Fragen“

Rätsel-Frage 4: Wie lautet meine geheime Botschaft an den anderen?

Rätsel-Frage 6: Wie lautet die geheime Botschaft meines Gegenübers an mich?