

24. Warum Menschen Spiele spielen

Spiele sind nicht zum Lachen. Warum spielen wir dann überhaupt welche?

Einzelne TA-Autoren haben auf diese Frage eine Reihe von Antworten gegeben.¹ In einem Punkt stimmen alle überein, nämlich: wenn wir Spiele spielen, halten wir uns an überholte Strategien. Der Einsatz von Spielen war eins der Mittel, die wir als Kinder eingesetzt haben, um von der Welt zu bekommen, was wir wollten. Aber im Erwachsenenleben haben wir andere, effektivere Möglichkeiten.

Spiele, Rabattmarken und Skript-Auszahlung

In erster Linie spielen die Menschen ihre Spiele, um ihr Lebensskript voranzubringen.

Eric Berne hat die typische Abfolge der Ereignisse angegeben, in denen dies erreicht wird. Bei der Auszahlung jedes einzelnen Spiels erlebt der Spieler ein *Maschengefühl*. Jedesmal kann er dann dieses Gefühl als *Rabattmarke* einkleben.

Wie das dann weitergeht, war in Kapitel 21 zu sehen. Hat der Spieler erst einmal eine Markensammlung angelegt, die ihm groß genug scheint, dann hält er sich für „berechtigt“, sie einzulösen gegen die negative *Skriptauszahlung*, die er als Kind bereits beschlossen hatte – was immer das im Einzelfall sein mag.

Jede Person wählt also ihre Spiele so aus, daß sie die Art von Rabattmarken abwerfen, die den Betreffenden auf den Ausgang des von ihm beschlossenen Skripts hin voranbringen. Wie beim Ausleben des Skripts kann die Skriptgeschichte *en miniature* im Laufe des Lebens eines Spielers viele Male durchgespielt werden.

Schau dir unter diesem Gesichtspunkt das Spiel „Hab ich dich jetzt erwischt“ von Grete an. Jedesmal wenn sie es spielt, sammelt sie

Wutmarken und löst sie dann ein gegen die Berechtigung, ihr Gegenüber zurückzuweisen. Die für ihre ferne Zukunft anvisierte Skriptauszahlung heißt somit, ihr Dasein alt und einsam zu fristen, denn alle, die sie kennengelernt hat, hat sie am Ende zurückgewiesen.

Die Menschen suchen sich den Grad ihrer Spiele so aus, daß er zu dem Grad ihrer Skript-Auszahlung paßt. Stellen wir uns vor, Gretes Skript wäre hamartisch statt banal. Sie würde dann wahrscheinlich ihr „Hab ich dich erwischt“ als Spiel dritten Grades spielen. Die Männer, die sie sich aussucht, würden sie körperlich zusammenschlagen, statt mit Worten zu bedrängen. Bei dem Rollenwechsel im Spiel würde sie dann ihrerseits ihre Wutmarken einlösen, indem sie den Mann körperlich verletzen würde. Ihre Skript-Auszahlung oder Endauszahlung wäre dann Mord oder Totschlag oder aber schwere Körperverletzung.

Nun blicke zurück auf dein eigenes Spiel-Beispiel. Welche Gefühls-Rabattmarke hast du eingeklebt?

Auf welche negative Skriptauszahlung hin hast du möglicherweise solche Märkchen gesammelt?

Das Verstärken der Skriptüberzeugungen

Du weißt, daß das Kind in seinen frühen Beschlüssen den einzigen Weg erblickt, durchzukommen und zu überleben. Somit ist es nicht überraschend, daß wir, wenn wir als Erwachsene im Skript sind, uns immer wieder bestätigen wollen, daß unsere Skriptüberzeugungen über uns selbst, die anderen und die Welt „stimmen“. Jedesmal wenn wir ein Spiel spielen, benutzen wir die Auszahlung, um diese Skriptüberzeugungen zu verstärken. Als z.B. Angelika ein kleines Kind war, hat sie nonverbal beschlossen, ihre Aufgabe im Leben solle es einmal sein, anderen Menschen zu helfen, aber gleichzeitig auch, daß ihre Hilfe niemals wirklich ausreichend sein könnte. Jedesmal wenn sie ihr Spiel „Versuch's doch mal so...“ spielt, wiederholt sie am Ende diesen Beschluß im Kopf. In der Sprache des Maschensystems speichert sie eine weitere Verstärkende Erinnerung ein, um ihre Skriptüberzeugungen über sich selbst, die anderen und die Natur des Lebens zu fördern.

Spiele und die Grundeinstellung

Wir können Spiele auch einsetzen, um unsere Grundeinstellung zu „bestätigen“ (dieses Konzept ist in Kapitel 12 dargelegt worden). Menschen, die wie Hans „Versetzt mir eins!“ spielen, verstärken ihre Grundeinstellung, nämlich „Ich bin nicht OK, du bist OK“. Diese Position gibt dem Spieler „das Recht“, von anderen abzurücken. Ein „Hab ich dich erwischt“-Spieler wie Grete glaubt, daß er jedesmal seine Grundeinstellung „Ich bin OK, du bist nicht OK“ bestätigt, wenn er seine Auszahlung als Verfolger mitnimmt und dadurch seine Strategie, andere Leute loszuwerden, „rechtfertigt“.

Wenn die Position eines Menschen unten in dem unteren linken Quadranten des OK-Geviets ist (bei der Position „Ich bin nicht OK, du bist nicht OK“), wird er seine Spiele sehr wahrscheinlich als Rechtfertigung dafür einsetzen, daß er mit anderen Menschen nichts zuwege bringt. Angelika zum Beispiel landet jedesmal da, wenn sie ihr Spiel „Versuchen Sie's doch mal so“ beendet.

Welche Skriptüberzeugungen über dich selbst, über andere und die Welt hast du unter Umständen verstärkt durch die Auszahlung in deinem eigenen Spiel-Beispiel?

Zu welchen Grundeinstellungen passen diese Überzeugungen? Stimmt das überein mit der Grundeinstellung, in der du dich gesehen hast, als du das OK-Geviert erarbeitet hast?

Spiele, Symbiose und Bezugsrahmen

Die Schiffs meinen, daß sich Spiele ergeben aus ungelösten symbiotischen Beziehungen, bei denen jeder Spieler sowohl sich selbst wie den Mitmenschen discountet.² Die Spieler halten fest an grandiosen Überzeugungen, um die Symbiose zu „rechtfertigen“, wie etwa „Ich schaffe einfach nichts“ (Kind-Ich) oder „Ich bin nur für dich da, Liebling!“ (Eltern-Ich). Ein Spiel ist also entweder ein Versuch, eine ungesunde Symbiose aufrecht zu erhalten, oder eine wütende Reaktion gegen diese Symbiose.

Wir können ein Symbiose-Diagramm zeichnen, um die ineinander verzahnten Spiele darzustellen, welche Hans und Grete spielen (Abbildung 24.1). In der Abbildung 24.1 A sehen wir ihre anfänglichen symbiotischen Positionen. Hans besetzt die Elternrolle, während Grete das Kind spielt. In der Darstellung, wie üblicherweise ein Symbiose-

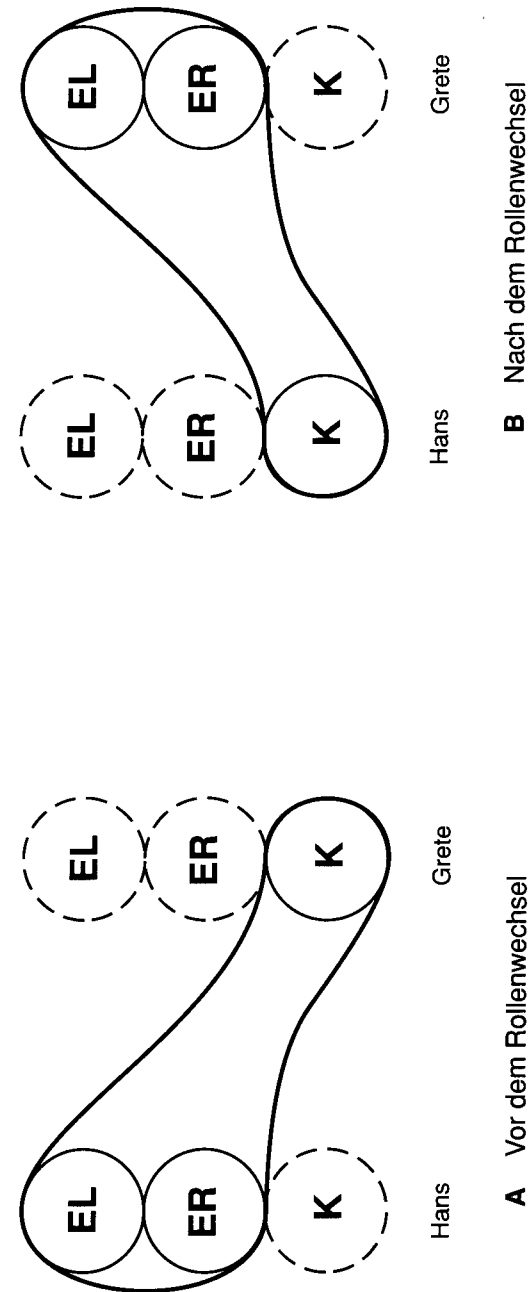


Abbildung 24.1:

Beispiel für die Verwendung eines Symbiose-Diagramms bei der Spielanalyse

Diagramm gezeichnet wird, wird sichtbar, daß Hans auch den Erwachsenen-Ich-Zustand für sich beansprucht. Aber in dem Augenblick, wo die Partner die frühen Phasen ihrer Spiele durchleben, hat keiner von beiden ein Bewußtsein für das, was eigentlich läuft. Man könnte sich infolgedessen auch vorstellen, das Diagramm so anzulegen, daß sowohl bei Hans wie auch bei Grete das Erwachsenen-Ich gar nicht eingeschaltet ist.

Im Augenblick des Rollenwechsels werden auch die symbiotischen Positionen gewechselt. Jetzt übernimmt Hans die Rolle des verletzten Kindes, und Grete steigt um in die des abweisenden Elternteils. Auf diese Weise ergibt sich das abschließende Symbiose-Bild, das in der Abbildung 24.1 B dargestellt ist. Ohne sich darüber klar zu sein, hat Hans seine Kindheitssymbiose mit seiner Mutter wieder aufgelegt. Als er noch ganz klein war, hat er nonverbal mitgekriegt, daß seine Mutter ihn ablehnte. Ohne Worte beschloß Hans: „Es sieht so aus, als würde ich nur dann Mutters Aufmerksamkeit erhalten, wenn sie sich anschickt, mich zurückzuweisen. Sonst würde ich hier überhaupt nicht beachtet. Also lege ich es besser weiterhin auf Zurückweisungen an.“ Er hatte dann eine ganze Reihe von Strategien ersonnen, um dieses Ergebnis zu erzielen. Manchmal konnte er stundenlang jammern und quengeln, endlos. Bei anderen Gelegenheiten produzierte er einen Wutanfall. So rum oder so rum, am Ende war die Mutter wütend auf ihn. Und dann schrie sie ihn an oder schlug ihn sogar. Diese Art Zuwendung tat weh. Aber es war besser, als überhaupt nicht beachtet zu werden.

Als Erwachsener befolgt Hans immer noch die gleiche Kleinkind-Strategie, natürlich ohne daß er sich dessen bewußt ist. Er wählt Frauen aus, die ihn mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit aus der elterlichen Position heraus zurückweisen. Wenn es länger dauert, bis die Ablehnung kommt, hilft er nach, indem er die Frau verfolgt, genau so wie er seine Mutter verfolgte, als er einviertel Jahr alt war.

Auch Grete hat die Symbiose ihrer Kindheit wieder aufgelegt. Als Säugling und Kleinkind hatte sie von ihrem Vater eine Menge neckischer Strokes bekommen und sich darin gesonnt. Aber dann kam die Zeit, als Grete nicht mehr bloß ein Baby war, sondern ein attraktives kleines Mädchen. Vater fing an, sich in seinem Kind-Ich unbehaglich zu fühlen angesichts seiner eigenen sexuellen Reaktion auf sie. Ohne daß ihm das klar wurde, zog er sich körperlich von Grete zurück.

Grete fühlte sich verraten und verletzt. Damit das nicht gar so weh tat, überlagerte sie ihren Schmerz mit Wut und machte sich klar, daß sie weniger Unbehagen erleben müsse, wenn sie diejenige wäre, die das

Gegenüber zurückweisen würde. Sie ging in ihr Eltern-Ich, um das Kind-Ich ihres Vaters runterzuputzen. Diesen gleichen Beschluß lebt sie, ohne das zu wissen, als erwachsene Frau noch aus. Sie setzt den Männern, zu denen sie in Beziehung tritt, „Vaters Gesicht“ auf, stößt sie zurück und spürt dabei noch einmal die Wut aus ihrer Kindheit.

Zeichne die Symbiose-Diagramme für die Spiele, die Angelika und ihr Besucher gespielt haben.

Nimm dein eigenes persönliches Beispiel zur Hand und stelle fest, welche Symbiose-Position du anfangs eingenommen hattest und in welche Position du im Augenblick des Rollenwechsels übergewechselt warst. Kannst du identifizieren, welche Kindheitssymbiose du wieder aufgelegt oder gegen welche du reagiert hast?

Wenn Menschen Spiele einsetzen, um eine Kindheitssymbiose wiederzuerleben, dann „rechtfertigen“ sie das Problem, das discountet wird, und behalten es bei. Dadurch verteidigen sie ihren Bezugsrahmen.

Spiele werden also gespielt, um zu „rechtfertigen“, was die Spieler bereits fühlen und glauben (ihre Maschengefühle und ihre Grundeinstellungen), und um die Verantwortung dafür auf jemand anderen oder auf etwas anderes zu schieben. Jedesmal wenn jemand das tut, verstärkt er dabei sein Skript und bringt es voran.

Spiele und Strokes

Du weißt, daß das Kind Strokes braucht, um zu überleben. Jedes Kind wird schon mal von der Angst ergriffen, der Nachschub an Strokes könnte abreißen. Um sich davor zu hüten, entwickelt das Kind ein ganzes Repertoire von Manipulationen, damit es weiter Strokes bekommt.

Spiele sind ein zuverlässiger Weg, mit intensiven Strokes beliefert zu werden. Die Strokes, die in den Eröffnungsphasen des Spiels ausgetauscht werden, mögen positiv oder negativ sein, je nach dem Spiel, um das es geht. Beim Rollenwechsel wird jeder Spieler intensive negative Strokes bekommen oder geben. Ganz gleich, ob es sich nun um positive oder negative Strokes handeln mag, jeder Stroke, der während eines Spiels ausgeteilt wird, beinhaltet einen Discount.

Spiele, Strokes und Lockmaschen

Fanita English meint, die Menschen würden sich um Strokes aus Spielen bemühen, wenn sie befürchten, aus *dem Stricken von Lockmaschen* nicht mehr genügend Strokes (oder keine mehr) zu bekommen.³ Vielleicht habe ich im Umgang mit dir eine „Hilflos“-Rolle eingenommen, während du „Hilfreich“ gespielt hast. Ich erzähle dir z.B. alle üblen Dinge, mit denen Menschen mir im Laufe des Tages mitgespielt haben, während du mir das Mitgefühl eines Retters zukommen läßt. Eine Zeitlang bilden wir also unseren Club und tauschen solche Lockmaschen-Strokes aus.

Dann bist du den Austausch leid und gibst mir zu verstehen, daß du weitergehen willst. Aber in meinem Kind bekomme ich Angst und reagiere vielleicht dadurch, daß ich die Rolle wechsele und in ein „Hab ich dich erwischt!“-Spiel einsteige und dann etwa folgendes sage: „Ach nee! Dabei habe ich immer gedacht, ich könnte mich auf dich verlassen, aber jetzt muß ich wohl einsehen, daß ich mich geirrt habe.“ Ohne daß ich mir dessen bewußt bin, hoffe ich, daß du mit einem „Versetzt mir eins!“ reagieren wirst und damit die Belieferung mit Strokes aufrecht erhältst.

Immer wenn Menschen in Spiele einsteigen, um sich durch Manipulation Strokes zu besorgen, discounten sie die Realität. Sie klammern die vielen Alternativen aus, die sie als Erwachsene haben, um in positiver Weise an Strokes zu kommen.

Welche Strokes hast du bekommen und gegeben in jeder Phase deines eigenen Spiel-Beispiels?

Bist du in ein Spiel eingestiegen, als der Zufluß von Lockmaschen im Strick-Club gefährdet war?

Die „sechs Vorteile“ nach Berne

In seinem Buch *Spiele der Erwachsenen* hat Berne „sechs Vorteile“ der Verstrickung in Spiele aufgezählt.⁴ Heutzutage wird in der praktischen TA-Arbeit nicht oft darauf Bezug genommen.

Jeder von diesen Vorteilen läßt sich einfacher verstehen, wenn man ihn mit Hilfe anderer TA-Konzepte ausdrückt. Diese unterschiedlichen Fälle von „Nutzen“ wollen wir im folgenden kurz abhandeln. Zur Veranschaulichung gehen wir einmal davon aus, daß ich ein „Versetzt mir eins!“-Spieler bin.

1. Innerer psychologischer Vorteil

Durch Spiele bewahre ich Stabilität für die Gesamtheit meiner Skriptüberzeugungen. Jedesmal, wenn ich „Versetzt mir eins!“ spiele, verstärke ich meine Überzeugung, daß ich zurückgewiesen werden muß, um Zuwendung zu erfahren.

2. Äußerer psychologischer Vorteil

Ich vermeide Situationen, die meinen Bezugsrahmen in Frage stellen würden. Somit vermeide ich auch die Ängste, die ich bei einer solchen Herausforderung spüren würde. Indem ich „Versetzt mir eins!“ spiele, vermeide ich es, mich der Frage zu stellen: „Was würde geschehen, wenn ich meine Mitmenschen ganz einfach um positive Strokes bitten würde?“

3. Innerer sozialer Vorteil

In Bernes Worten „bieten Spiele einen Rahmen für eine soziale Beziehung, die man als Pseudo-Intimität bezeichnen kann, sei es irgendwo in der Wohnung oder sonstwo ganz still und heimlich.“ So kann es etwa zum „Versetzt mir eins!“-Spiel gehören, erst einmal ausführliche, herzzerreißende und „tief ehrliche“ Vertraulichkeiten mit dem Spielpartner auszutauschen. Wir erleben uns, als wären wir offen füreinander. In Wirklichkeit ist das keine Intimität. Unter den Botschaften auf der sozialen Ebene regen sich die verdeckten, und die bestätigen, daß wir in einem Spiel befangen sind.

4. Äußerer sozialer Vorteil

Spielverhalten gibt uns ein Thema für Tratsch in einem weiteren Kreis von Mitmenschen. Wenn ich mit einer Menge anderer männlicher „Versetzt mir eins!“-Spieler abends am Biertisch sitze, können wir Zeitvertreib oder Strick-Club veranstalten zum Thema „Sind Frauen nicht schrecklich?“

5. Biologischer Vorteil

Hier wird Bezug genommen auf den Ertrag an Strokes, den das Spiel bringt. „Versetzt mir eins!“ bringt in der Hauptsache negative. Als Kind war es mir sehr schwierig erschienen, an positive Strokes zu kommen. Deshalb hatte ich beschlossen, lieber zuverlässige Wege zu ersinnen, wie ich mir eins versetzen lassen könnte, um zu überleben. Zudem befriedige ich jedesmal, wenn ich das Spiel wieder spiele, nicht nur meinen Strokehunger, sondern auch meinen Strukturmangel.

6. Existentieller Vorteil

Dies ist die Funktion des Spiels bei der „Bestätigung“ der Grundeinstellung. Das Spiel „Versetz mir eins!“ wird aus einer Position heraus gespielt, die wir mit „Ich bin nicht OK, du bist OK“ bezeichnet haben. Jedesmal, wenn ich auf dem Wege über ein Spiel „eins drüberkriege“, also einen Schlag oder Fußtritt beziehe, stärke ich meine Grundeinstellung.

Welches sind die „sechs Vorteile“ von Gretes „Hab ich dich erwischt!“-Spiel?

Welches waren die „sechs Vorteile“ in deinem eigenen Spiel-Beispiel?

Positive Auszahlung bei Spielen

John James hat die Idee entwickelt, daß Spiele sowohl echte Vorteile wie skriptbezogene bringen. Er stellt fest, daß jedes Spiel neben seiner negativen Auszahlung auch eine *positive Auszahlung* bringt.⁵

Ein Spiel stellt die beste Strategie des Kindes dar, sich von der Welt etwas zu holen. Wenn wir als Erwachsene in Spiele verfallen, versuchen wir, ein echtes Kind-Ich-Bedürfnis zu erfüllen. Lediglich die Mittel zur Befriedigung dieses Bedürfnisses sind überholt und manipulativ.

James meint, daß der positive Gewinn *nach* der negativen Auszahlung in der Spielformel stehen müßte. Was ist z.B. das positive Kind-Ich-Bedürfnis, das ich befriedige, wenn ich mein „Versetz mir eins!“-Spiel spiele?

Es liegt darin, daß ich, jedesmal wenn ich das Spiel spiele, nach dem Einkassieren meiner Auszahlung in Form eines unguten Gefühls mir auch im Kind-Ich sagen kann: „Pah! Gottseidank hat es auch ein bißchen Zeit und Raum *für mich* gegeben!“ Andere „Versetz mir eins!“-Spieler beziehen unter Umständen andere positive Gewinne als ich. Der positive Gewinn ist für jeden Spieler etwas Ureigenes. Aber, sagt John James, irgendeine kann man immer finden.

Welche positiven Gewinne könnten Angelika und ihr Besucher angestrebt haben, als sie in ihren Austausch hineingerieten nach der Formel: „Versuchen Sie's doch mal so!“ - „Ja, aber...?“

Welchen positiven Gewinn hast du am Ende deines eigenen Spiel-Beispiels erzielt? Vielleicht fällt dir die Antwort sofort ein, oder aber du brauchst etwas Zeit und mußt erst darüber nachdenken.

25. Der Umgang mit Spielen

Die wichtigsten Schritte zur Entschärfung von Spielen hast du bereits getan. Du hast gelernt, was ein Spiel ist und wie es sich analysieren läßt. Du kennst auch die verdeckten Motive, die Menschen zum Spielverhalten bewegen.

In diesem Kapitel geben wir dir jetzt einen „Werkzeugkasten“ mit praktischen Wegen, Spiele zu durchkreuzen.

Müssen wir das Spiel benennen?

In seinem Bestseller *Spiele der Erwachsenen* hat Eric Berne seine Leser dadurch fasziniert, daß er den Spielen, die er anführte, griffige Namen gab.¹ Andere sind Bernes Beispiel gefolgt, und die Namensgebung wurde innerhalb der TA eine Mode, die ein paar Jahre lang anhielt. Es wurden buchstäblich hunderte von Spielen „entdeckt“, und jedes erhielt einen eigenen Namen.

Wenn wir heute über mehr als zwanzig Jahre zurückblicken, erkennen wir, daß nur wenige davon echte Neuerungen waren, die etwas zum Verständnis des Spielgeschehens beigetragen haben. Viele der vorgeschlagenen Namen haben ein Miteinander beschrieben, das mit Spielen überhaupt nichts zu tun hat, jedenfalls nach den Definitionen, mit denen wir uns in Kapitel 23 befaßt haben. Vor allem haben viele keinen Rollenwechsel und können infolgedessen konsequenterweise eher als Zeitvertreib oder Lockmaschen-Stricken bezeichnet werden. Das ist der Fall bei vielen der „Spiele“, die in *Spiele der Erwachsenen* aufgeführt werden. Wenn wir diese Nicht-Spiele beiseite lassen, entdecken wir, daß die dann verbleibenden sich in eine relativ kleine Zahl von Grundmustern einteilen lassen. Jedes dieser Muster läßt sich durch einen sehr bekannten Spieltitel charakterisieren. Alle anderen Namen sind lediglich Varianten davon, und die Variante bezieht sich meist auf den *Inhalt*, und