

Harry Merl

Der Traum vom gelungenen Selbst (Teil 2)

The Dream of Being a Successful Self (Part 2)

Abstract The Dream of being a successful i.e. an important and able Self (DSS), and acknowledged as such by the individual itself and others in all areas of life is a constant demand fulfilled by beneficial information throughout life. Human beings invest energy in every area and try to gain control over it and with that creating field-typical patterns of success or failure of that dream with corresponding and clinically definable and social consequences, as briefly described for every field. A special effort to succeed is the building of ecologically compensating regulations (ECR) If an individual is trying to find out about the amount of success of his DSS in a field he has to go through a double examination by himself i.e. his PRMS, and the demands and expectations of the others.

To bring this to mind by drawing up an eco-systemic map of a person's DSS may help to find better strategies and improve communication as a way to Win-Win changes acceptable and favorable for all.

Keywords:

Human ecology; Self, Self-worth; Self development; Self confidence and clinical disturbance; Self in therapy; Communication.

1. Einführung

Das Konzept vom Traum vom Gelingenen Selbst (TGS), das im 1. Teil ausführlich dargestellt wurde, bedeutet, hier nochmals kurz für die folgende Darstellung zusammengefasst, das jeder, das Bestreben jedes Mensch in allen Lebensphasen und in allen Bereichen, in denen er involviert ist, ja die Sehnsucht, in den eigenen und den Augen der jeweils anderen „jemand zu sein und etwas zu können“ und in seiner Autonomie anerkannt und respektiert zu werden. Dabei wird die eigene Person ebenso als Gegenüber gesehen wie andere Menschen. Es ist ein Bestreben nach *Profilierung* als Person, das nach der dafür zuträglichen Information, d.h. nach *Zeichen der Anerkennung* verlangt.

Dieses Bestreben ist so mächtig, dass sein Gelingen das Gefühl von Selbstsicherheit und Selbstbewusstsein vermittelt, und offener für andere, lernbereiter und experimentierfreudiger mit dem Leben macht, sein Misslingen aber zu Zorn, Verzweiflung, Verbitterung, Hass und zu Verhalten führen kann, das teilweise auch klinisch und sozial auffällig ist.

Obwohl ein „Dauerzustand“ des Gelingens des TGS anstrebt wird¹, ist ein solcher durch die Veränderungen der Entwicklung und auch des Alltags in den verschiedenen Lebensbereichen nicht erreichbar. Daher muß sich der TGS immer wieder neu erproben, besonders wenn kein „Vorrat“ an Erfahrungen des Gelingens besteht, der auch das Misslingen ertragen lässt.

Für die Bemühungen, den TGS zu realisieren steht auch ein Instrument zur Verfügung, das „persönliche Referenz Modell System“ (PRMS) oder „Ich-

Haus“, ein seelisches Konstrukt aus allen persönlichen Erfahrungen eines Menschen, das ihn anleitet, wie er die Welt und sich darin zu sehen hat, d.h. welche Einstellungen er zu sich und seiner Welt hat, und wie er damit umgehen soll. Diese Erfahrungen werden nach bestimmten Gesichtspunkten „ausgewertet“ und sind in Teil 1 als „Abteilungen“ dargestellt. Da alle Erfahrungen sehr individuell sind, d.h. von den persönlichen Ausgangssituation, und den Umständen zu allen Perioden des Lebens in allen Lebensbereichen ausgehen, ist dieses „Ich-Haus“ in seinen Sicht- und Handlungsmöglichkeiten d.h. Strategien grundsätzlich beschränkt, aber, trotz der Selbstverständlichkeit, mit der es die Welt „fest“-stellt und darin zu Handlungen anleitet oder sie auch behindert, durch neue Erfahrungen erweiterbar. (Für eine ausführliche Darstellung s. auch Teil 1.) Daher zielen fast alle Bemühungen von Helfern, seien sie Eltern, Freunde, aber auch professionelle Helfer aller Art darauf ab, durch das Herausfordern oder Ermutigen zu neuen Erfahrungen das Ich-Haus zu verändern. Dafür bieten sich entsprechend den „Abteilungen“ darin zahlreiche Ansatzpunkte, und was die Therapie i.e.S. betrifft, zahlreiche therapeutische Modelle an. Diese alle sind nur spezielle und gleichzeitig komplexitätsreduzierte Modelle der Arbeitsweise der Seele, um Menschen zu „verstehen“, aus denen entsprechende Strategien zur Veränderung des PRMS entwickelt wurden und immer weiter entwickelt werden.

Der vorliegende 2. Teil soll auf Teil 1 zurückgreifend und verweisend sowohl

¹ Dies zeigt sich in der Verliebtheit als Schwüre „ewiger Liebe und Treue“, die aber häufig bald widerrufen werden.

Korrespondenz: Dr. Harry Merl, Fazenystraße 9, A-4201 Gramastetten, Österreich, e-mail: h.merl@nexta.at

Zusammenfassung

Der Traum vom gelungenen Selbst (TGS) ist das Bestreben jedes Menschen nach Profilierung in den eigenen Augen und denen anderer in allen Bereichen seines Lebens, die im Umgang mit der eigenen Person und der Umwelt durch die Zufuhr zuträglicher Information, insbes. Anerkennung erfüllt werden soll. Um dies zu erreichen wird in jedes Feld Energie investiert, um die Funktionen darin gemäß dem eigenen Maßstab und den der anderen zu erfüllen, und die Kontrolle über das jeweilige Feld angestrebt. Daraus ergeben sich für jedes Feld, „feldtypische“ Muster des Ge- wie auch des Misslingens mit entsprechenden, auch klinisch fassbaren und gesellschaftlichen Folgen, die für jedes Feld kurz dargestellt werden. Es werden aber auch zusätzliche Felder zum Ausgleich eingeführt („Ökologische Ausgleichsregulationen“ – ÖAR), die dem Bestreben nach Gelingen des TGS dienen sollen. Jeder Mensch muss in den Funktionen, die er in einem bestimmten Feld hat, eine doppelte Prüfung, nämlich vor seinem PRMS und den Erwartungen der anderen bestehen, um das Gelingen bestätigt zu bekommen. Dies für jedes Feld mit Hilfe einer „ökosystemischen Landkarte“ seines TGS zu klären, kann helfen, bessere Strategien zu entwickeln und bessere Kenntnis der Erwartungen der anderen zu erhalten, die zu Win-Win Veränderungen führen, die für alle annehmbar and günstig sind.

Schlüsselwörter:

Humanökologie; Selbst; Selbstvertrauen und klinische und soziale Störung; Selbst in der Therapie; Kommunikation.

dem weiteren Verständnis des TGS dienen, als auch grundlegende Möglichkeiten vermitteln, dadurch gezielter hilfreich eingreifen zu können.

2. Der TGS in den einzelnen Feldern

Der TGS ist in Teil 1 als ein Feld dargestellt, in dem sich viele kleine Felder befinden, die jedes für sich Lebensfelder eines Menschen im Umgang mit sich selbst und anderen darstellen, in denen er nach Gelingen des TGS trachtet (s. Abb. 1). Die hier dargestellten Felder stammen aus *meiner* Erfahrung als systemischer Therapeut, d.h. ihre Zahl lässt sich je nach der Erfahrung mit Menschen und ihrem Involviertsein in noch anderen Feldern erweitern. Die einzelnen Felder haben unterschiedliches Gewicht je nach Gelingen des TGS für den Gesamthaushalt an Anerkennung, der den TGS als ge- oder misslungen bestätigt kann².

Im Folgenden soll für die verschiedenen Felder jeweils kurz und anekdotisch ihre allgemeine Bedeutung für den Umgang eines Menschen mit sich selbst und anderen, mögliche Folgen der Störung der Realisierung und die klinische Bedeutung beschrieben werden. Dabei lassen sich Bereiche in denen die Bestätigung durch die eigene Person höheres, wenn auch nicht ausschließliches Gewicht hat, von solchen, in denen die Fremdbestätigung von hohem Gewicht ja sogar unabdingbar ist, unterscheiden und sollen in dieser Reihenfolge dargestellt werden.

Der Traum vom annehmbaren Äußeren

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen Augen* annehmbar (schön, anziehend, sauber etc.) aussehen (und es mir bestätigen können und auch von dir bestätigt bekommen, s.o.)³.

² Daher werden viele der Felder auch in der Werbung verwendet, indem ein bestimmtes Produkt mit dem Traum im jeweiligen Bereich verknüpft wird. So wird etwa in einer Werbung Hundefutter mit den TGS in den Bereichen gelungener Familienbeziehung (der Hund als Familienmitglied) und gelungener Beziehung zum Tier verknüpft.

³ Dieser Zusatz wird in den weiteren Feldern nur mehr zur Verdeutlichung der Feldverhältnisse hinzugesetzt.

Dieser Traum bezieht sich auf die persönliche Erscheinung, d.h. ob man sich so, wie man sich selbst in seiner äußeren Erscheinung wahrnimmt, annehmen kann und wie man auf andere wirkt. Das Äußere betrifft das Erscheinungsbild des Körpers, d.h. nicht nur das Aussehen sondern auch den Geruch des Körpers insgesamt und aus seinen Öffnungen. Der tägliche Blick in den Spiegel, die vielen Möglichkeiten, das äußere Erscheinungsbild zu gestalten bzw. zu verändern, sind hier einzuordnen und haben das Entstehen vieler Industrien, wie Mode, Kosmetik, aber auch die Entwicklung des speziellen medizinischen Bereiches der kosmetischen („Schönheits-“)Chirurgie bewirkt, die diesem Bestreben entgegenkommen⁴. Dieser Traum wird daher stark in der Werbung verwendet, um ein ideales Aussehen mit Betonung der individuellen Möglichkeiten zu unterstreichen. Dabei geht es oft um Körperteile, die der äußeren Betrachtung und Beurteilung zugänglich sind, wie etwa das Haar, die Haut, etc., aber auch um solche Äußerlichkeiten, die sich durch Geruch zeigen, hier in Verknüpfung mit „wahrer Männlichkeit“, oder auch Vermeidung von Gerüchen, welche die Anerkennung der äußeren Erscheinung vermindern könnten, wie dies in der Deodorant-Werbung der Fall ist.⁵ Zu der alten, aber in letzter Zeit zunehmenden Gestaltungsform des Äußeren des Tätowieren ist das Piercing hinzugekommen, das sich zur sog. Body-Modification – einer mehr oder weniger weitreichenden Verstümmelung des Körpers, bei der die Genitalien, die schon beim Piercing große Bedeutung haben, auch hier besonders bevorzugt erscheinen – weiterentwickelt hat⁶.

⁴ In diesen Bereich fällt auch das Bestreben von Frauen, ihre Brust zu vergrößern, seltener zu verkleinern. In einer kürzlichen Dokumentation zu diesem Thema wurde eine junge attraktive Frau vorgestellt, die sich selbst erst nach der Brustvergrößerung als „selbstsicher“ erlebt.

⁵ Menschen wissen im Allgemeinen, wie sie riechen, wenn es ihnen schlecht geht, und auch, wenn es ihnen gut geht. Die Vermeidung von Gerüchen wird auch auf den Wohnraum quasi als Erweiterung des persönlichen Äußeren verwendet, etwa, wenn es um die Verwendung um Duftsprays für die anderen Wohnräume und sogar von Deodorants am Klosett geht.

⁶ Das Internet erlaubt, solche Entwicklungen zu verfolgen, wobei die Zahl der tag-

Da dieser Traum stark an die Möglichkeit der Selbstwahrnehmung geknüpft ist, ist eine äußere Bestätigung weniger von Bedeutung, auch wenn sie erwünscht ist und, wenn sie erhalten wird, durchaus willkommen und „schmeichelhaft“ ist. Dementsprechend kann die Gestaltung der äußeren Erscheinung auch als Möglichkeit zur Demonstration der Individualität und des Protests verwendet werden. Eine Bestätigung von außen kann aber durch die Gruppe derer geschehen, die sich diesem Stil anschließt⁷, oder ihn auch bewundert. Andererseits kann der Wunsch nach Zugehörigkeit zu einer Gruppe auch durch bewusst gestaltete Unauffälligkeit der äußeren Erscheinung angestrebt werden, um den Gruppennormen zu entsprechen.

Die hohe Bedeutung dieses Traums als Selbstdarstellung mit der Hoffnung auf Bestätigung durch andere ist nicht zu übersehen, etwa wenn es um den Wunsch geht, eine Partnerschaft einzugehen, und man schon vom Äußeren her, so gut man es versteht, den besten Eindruck erwecken möchte („sich schön machen“). Das Gleiche gilt in allen Bereichen, in denen es um „ertragreiche“ Kontakte geht.

Ein wichtiger Indikator der äußeren Erscheinung ist das Körpergewicht, wenn es die persönliche Nicht-Annehmbarkeit der äußeren Erscheinung anzeigt. Davon lebt ebenfalls die Industrie der Schlankheitsmittel und Schlankheitsfarmen. Die Sorge gilt dabei weniger der Gesundheit als der Erscheinung. Dementsprechend zeigen die Photos der Werbung immer Bilder von „vor der Kur“ und „nach der Kur“. Wie groß die Einflussnahme dieses Bestrebens nach annehmbaren Äußeren auf den Organismus ist, zeigen Essstörungen, etwa bei der Anorexie in der ständigen Sorge, zu dick zu sein und

lichen oder monatlichen Zugriffe auf eine Webseite die Stärke des Trends angibt. Für Body-Modification hier die Web Adresse: www.bodymodification.com. Man kann hier erfahren, dass sich ein Mann namens Erik Sprague, der „Lizard Man“, die Zunge spalten und die Zähne spitzen ließ und mit seinen Tätowierungen und Teflon Implantaten wie eine Science Fiction Gestalt aussieht.

⁷ Diese Gruppe kann auch durch die, die eine bestimmte Kleidermarke bevorzugt, begründet sein, auch wenn sich nachher eine ideologische Untermauerung dazu ausbildet.

noch weiter Gewicht verlieren zu wollen⁸.

Gleichgültigkeit gegenüber der äußeren Erscheinung kann ein Zeichen von Abgewandtheit von der Realität, als klinisches Zeichen z.B. bei Drogenabhängigkeit, oder Depression sein, oder auch letzter verzweifelter Protest, auch im politischen Bereich, als Hungerstreik.

Der Traum vom gelungenen Lebenssinn

Ich möchte, dass mein Leben, so wie es ist, sinnvoll und von anderen als solches anerkannt wird⁹.

Dieser Traum, der auf der Fähigkeit von Menschen beruht, sich für ihr Leben Sinn zu schaffen, und imstande ist große Energien zu mobilisieren, um diesem Sinn entsprechen zu können, ist stark von der eigenen Person abhängig, wieder aber ist die Anerkennung von außen willkommen. Es ist wichtig zu wissen, wozu man lebt und etwas tut. Dieser Traum kann große Kräfte und auch Widerstände gegen ablenkende Einflüsse mobilisieren und vor allem Kraft, diesem Sinn, trotz misslicher Umstände, zu folgen. Er mobilisiert auch die Kraft und Entschlossenheit, Ziele zu entwickeln, und Risiken, die damit verbunden sein können, in Kauf zu nehmen.

Daraus folgen Lebensphilosophien und -aufgaben oder Werke mit Zukunftsbedeutung und werden als jede Anstrengung lohnend erlebt, auch wenn diese gegen erhebliche Widerstände unternommen wird. Daher wirkt Sinn auch lebensstärkend und ist ein wichtiger Faktor in der Salutogenese (Antonowsky, 1987)

Bsp.: Eine an Brustkrebs schwer erkrankte Frau, Mutter einer unverheirateten Studentin, hatte sich vorgenommen, so lange zu leben, bis die Tochter ein Kind haben würde. Dies dauerte einige Jahre doch lebte sie diese Zeit durchaus einigermassen unbehindert.

⁸ Gerade bei der Anorexie finden sich wie die Erfahrung schon lange lehrt von der familiären System her immer wieder Hinweise auf innere und äußere Konflikte, die einerseits die Anerkennung der Person und ihrer Autonomie und andererseits die Loyalität zu den Personen dieses Systems betreffen, so dass diese Erkrankung und auch als einzige Möglichkeit der Selbstbehauptung durch „Hungerstreik“ in diesem Dilemma bezeichnet wurde (Selvini-Palazzoli, 1974).

⁹ Auch im Sinne von „... dass ich auf mich und ihr auf mich stolz seid“.

Sobald das lang erwartete Kind da war, verschlechterte sich ihr Zustand, und sie starb.

Ein Leben, dem kein Sinn gegeben werden kann, ist eines, das eben „sinnlos“ und daher nicht mehr lebenswert erscheint¹⁰. Die Bedeutung von Sinn für die psychotherapeutische Behandlung schwererer Erkrankungen ist durch die Logotherapie seit langem bekannt.

Ein Weg, diesen Traum zu verwirklichen, scheint bei Menschen das Bestreben zu sein, sich selbst in waghalsigen Unternehmungen beweisen wollen. Sie suchen den „Kick“ dieser Waghalsigkeit und leiten daraus Sinn und persönliche Philosophien ab. So äußerte ein bekannter Freikletterer, dass er so seine Angst besiegen lerne. Der Traum vom Gelingen solcher Unternehmungen, hat viele Erfinder beseelt und zu Fortschritt und Entwicklung in vielen Bereichen beigetragen, oft verbunden mit großen Opfern, z.B. der Traum, fliegen zu können.

Der Traum von der gelungenen spirituellen Verankerung

Ich möchte, *so wie ich bin*, jemand sein, der weiß, woher er kommt, wozu er hier ist und wohin er geht, und dadurch mit einer höheren Ebene verbunden und angenommen ist. Dieser Traum ist stark von der eigenen Person her bestätigt, aber auch hier, was die Suche nach einer höheren spirituellen Ordnung betrifft, ist die Anhängerschaft eine willkommene Bestätigung, wie dies die verschiedenen Religions- bzw. Sektengründer und -gründungen zeigen.

Er knüpft oft an die Sehnsucht nach dem Traum vom gelungenen Lebenssinn an, sucht aber nach einem „Höheren Selbst“ und einer „höheren Ordnung“ als Bestätigung dafür, dass der Mensch mehr ist, als nur der, als der er sich kennt, besonders wenn er Schwierigkeiten hat, sich als der, der er ist, anzunehmen¹¹, wobei diesem „Höheren Selbst“ auch edlere Eigenschaften und

¹⁰ Eine jüngst veröffentlichte Statistik zeigt, dass eine steigende Selbstmordrate von Jugendlichen mit der zunehmenden Sinnlosigkeit zu tun hat („Mal sehen, ob ihr mich vermisst ...“, Bericht d. Österr. Fernsehens i. R. von science orf.at.)

¹¹ In einer Fernsehendung berichtete ein junger Mann, der Priester in einem Satanskult ist, dass er „gegen alles ist, was die da oben sagen“, dass er sich bewusst als Jünger Satans versteht und in dieser Verbundenheit auch Friedhöfe schändet.

L'idéal de l'accomplissement du Soi (2ème partie)

Résumé L'ambition d'un accomplissement personnel réussi est une construction utilisée dans le travail psychothérapeutique ; elle renvoie à l'aspiration propre à tout être humain : « être quelqu'un et être à même de réaliser quelque chose », que ce soit du point de vue de l'acteur lui-même ou de celui des êtres appartenant aux domaines existentiels dans lesquels il s'investit. Ce désir correspond à une exigence de développement présente dès la naissance et pendant toute la vie, accompagnée d'un besoin d'information utile. Elle doit être constamment visée et réalisée, dans tous les domaines dans lesquels l'individu s'engage. On a appelé l'instrument utilisé par l'individu pour accomplir cet objectif le « *persönliches Referenz Modell System* » (PMRS/ 'modèle personnel et systématique de référence'. L'expression « maison du Moi » ('Ich-Haus') peut également être employée : il s'agit d'une construction qui s'élabore sur la base des expériences faites par l'individu dans les différentes sphères de sa vie et qui l'incite à réaliser de manière très spécifique son accomplissement personnel ('Traum vom gelungenen Selbst', TGS, littéralement 'rêve du Soi accompli') (à ce sujet voir 1ère partie du présent article).

Dans cette seconde partie nous nous proposons de décrire les différents domaines – ou champs – pour montrer que de l'énergie est investie dans chacun d'eux en vue d'obtenir continuellement une réalisation du TGS. Dans ce sens, il s'agit d'acquérir les informations spécifiques à chaque champ ; ceci est particulièrement important au niveau des champs 'écologiques', comme les relations avec un partenaire et la famille. On peut cerner pour chaque domaine des schémas de réussite ou d'échec, ceux du second type pouvant aboutir à des comportements pathologiques ou socialement singuliers. En vue d'obtenir l'information utile requise, il arrive que l'individu élabore des

« champs auxiliaires », associés aux principaux domaines ; nous les appelons mécanismes de compensation écologique.

Ces derniers sont, dans le cadre de chaque champ, le produit de rapports dynamiques entre deux tendances : d'une part parvenir à un TGS réussi par le biais d'une démarche individuelle et, simultanément, la volonté de garder autant que faire se peut le contrôle de la situation pour parvenir à ce but et, d'autre part, viser à remplir dans chaque champ la fonction exigée ou souhaitable aussi bien que possible, que cette exigence vienne de l'individu ou des autres. Ceci revient à dire que tout individu doit constamment se soumettre à une double évaluation, celle qu'il fait lui-même et celle des autres – et réussir à ces deux niveaux.

La manière dont la personne s'évalue elle-même dépend de son PRMS et en particulier des attitudes et valeurs qu'elle a adoptées par rapport à elle-même ainsi que du poids attribué à un champ donné. L'évaluation effectuée par les autres s'exprime par le biais des exigences et énoncés qui lui sont transmis concernant la (bonne) manière de remplir sa fonction. Il s'agit là d'un problème de communication.

Si l'on se demande comment les différents champs et niveaux se situent par rapport les uns aux autres et qu'on établit une sorte de carte topographique de l'écosystème caractérisant l'individu, il devient possible de soutenir la découverte par ce dernier de nouvelles stratégies et attitudes, sans avoir à appliquer d'autres méthodes particulières. Dans ce contexte, il est important d'encourager la recherche d'une voie personnelle et adéquate, impliquant dans la mesure du possible des stratégies de type 'win-win' ('tous gagnants') qui constitueront la meilleure base possible pour chaque champ. Pour accomplir ce travail, il faut connaître l'instrument que nous appelons TGS et être capable d'accompagner le client de manière adéquate.

Bestimmungen zugeschrieben werden. Daher ist dieser Traum auch stark mit Selbsterkenntnis mit Hilfe von Methoden oder Mitteln verbunden, die ein Eintreten in einen höhere als die Alltagssphäre erlauben.¹² Er drückt sich oft in religiöser Verbundenheit, bis hin zum Wahn aus. Er betrifft vermehrt auch das höhere Lebensalter mit seiner Tendenz Bilanz des eigenen Lebens zu ziehen (Erikson, 1966). Daher kann dieser Traum Trost und Schutz in schweren Krisen geben¹³.

Nahe-Todes-Erlebnisse können einen großen Einfluss haben, wie die Berichte von Menschen zeigen, die solche Erlebnisse gehabt haben, wie die Erfahrungen mit Jugendlichen zeigen (Morse, 1992).

¹² Dementsprechend ist die Selbsterkenntnis auch ein einträgliches Geschäft durch Bücher und Seminare, die als Ziel auch in den Umschlägen bzw. Ausschreibungen verkündet wird.

¹³ Viele Menschen machen ihr „Karma“ für ihr Schicksal verantwortlich.

So kann er Zufluchtsmöglichkeit bei gestörten Beziehungen, wo er Halt und Identität gibt, oder aus der Einsamkeit werden.

Er wurzelt vermutlich in der Vorstellung und den damit verbundenen Gefühlen von Kindern von Zugehörigkeit zu ihren Eltern aber auch zum „lieben Gott“, einem tröstlichen Verhältnis, das in der Betreuung von Sterbenden große Bedeutung gewinnen kann, wo es um das „Heimkehren“ geht bzw. wo es notwendig sein kann, besonders depressiven und verbitterten Menschen das Sterben zu erleichtern, indem man die Möglichkeit einer „Heimkehr“ anspricht, die von ihnen auch oft selbst angesprochen wird. Durch Erziehung und Bildung kann diese frühe Einstellung verloren gehen und durch andere Einstellungen ersetzt werden, z.B. kann er in einer strikten „wissenschaftlicher Einstellung“ als Ausdruck einer solchen höheren Ordnung bestehen, d.h. eine Existenz in Materie, mit dem Tod als Auflösung zum „Nichts“ („Mit dem Tod ist alles aus!“) wird vehement verteidigt.

Der Traum von der gelungenen Geschlechtsidentität

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und in deinen Augen* ein Mann/eine Frau sein. Dass dies gelingt, und Menschen in ihrem Geschlecht „zu Hause sind“, ist keineswegs selbstverständlich. Dies zeigen jetzt die Bestrebungen der Frauen, sich mehr als Frau zu fühlen, als es in den Beziehungen zu Männern durch Jahrhunderte hindurch möglich war und jetzt immer noch ist, und die Ängste der Männer davor¹⁴. Aber auch Menschen, die sich die Kleider des anderen Geschlechts anziehen, um ihre „eigentliche“ Identität in diesem Traum zu unterstreichen („Transvestiten“) und schließlich in besonders eindrucksvoller Weise Menschen, die ihr Geschlecht wechseln wollen machen die Wichtigkeit dieses Bereichs deutlich. Ihr Kampf

¹⁴ So werden in der Arbeitswelt für gleiche Leistung Männer immer noch besser bezahlt als Frauen, trotz aller Versuche, diese Ungleichheit gesetzlich abzuschaffen.

um die Durchsetzung der Geschlechtsumwandlung und die Bereitschaft zu großen finanziellen Opfern um das Ziel zu erreichen, zeigt ihre Sehnsucht nach dem Gelingen dieses Traums. Sigusch (1992), der sich mit dem Wunsch nach Geschlechtsumwandlung intensiv beschäftigt hat, spricht von tiefreichender innerer Heimatlosigkeit, die durch eine Geschlechtsumwandlung aufgehoben werden soll.

Zwar wird die Selbstdefinition als Mann bzw. Frau durch das andere Geschlecht mehr oder weniger stark bekräftigt, wie dies besonders in der Pubertät zu beobachten ist, aber eben nicht nur. Sie hat auch mit Einstellungen und Werten zu tun, die in den eigenen Augen ebenso wie in denen des anderen Geschlechts gelten. Dass bei der deren Entstehung soziale Entwicklungen eine Rolle spielen, ist offensichtlich und unbestreitbar. Dies zeigt sich an der z.B. veränderten Einstellung unserer Gesellschaft zur Homosexualität.¹⁵

Der Traum von der gelungenen sexuellen Intimität

Ich möchte den/die anderen sexuell befriedigen können. Dieser Wunsch dient der Äußerung des Sexualtriebs und der

¹⁵ So zeigt sich in letzter Zeit in den Eheberatungsstellen ein Trend langjährig Verheirateter, aus der heterosexuellen Beziehung, der auch Kinder entstammen, auszusteigen, weil sie homosexuelle Partner gefunden haben. Sie begründen dies oft, dass sie sich immer schon als „anders“ empfunden haben. Inwieweit dies eine Lösung aus einer als unglücklich oder unbefriedigend empfundenen Beziehung i.S. ökologischer Ausgleichsregulation (ÖAR, s.u.) nach Misslingen des Traums von gelungener Partnerschaft ist, müsste untersucht werden. Zweifellos spielt aber dabei auch die zunehmende soziale Akzeptanz der Homosexualität eine bedeutende Rolle. Dass Homosexuelle allmählich politisch wirksam werden, zeigen Berichte aus den Vereinigten Staaten, in denen in Schulen für die Annahme geworben wird, dass Homosexualität als gleichwertig mit der Heterosexualität angesehen werden könne. Ein weiterer Bereich politischer Aktivität ist der Kampf um die Herabsetzung des Schutzalters für Jugendliche in homosexuellen Beziehungen. In der politischen Agitation für diese Themen bleibt die Unsicherheit Jugendlicher über ihre Geschlechtsidentität und ihre erhöhte Verführbarkeit unberücksichtigt (<http://www.narth.com/docs/makingsafe.html>).

Gestaltung einer Möglichkeit zu seiner Befriedigung und damit gleichzeitig der Bestätigung der sexuellen Identität, bei Männern insbesondere der Potenz. Er fördert dadurch das Bewusstsein der sexuellen Attraktivität als besonderer Qualität in Beziehungen und sein Misslingen verunsichert dementsprechend dort, wo die sexuelle Aktivität als Zeichen auch gesellschaftlichen Ansehens gilt.¹⁶ In diesem Bereich werden typische Witze gemacht und Spott getrieben. Dabei sind die Männer besonders angesprochen. Vorzeitiger Samenerguss und Impotenz, auch ausgelöst durch Angst, stellen daher Auslöser des Misslingens dieses Traums mit entsprechenden Folgen für den Selbstwert dar.¹⁷ Aber auch Frauen beziehen aus diesem Traum Selbstwert, machen sich durch Kleidung und andere Accessoires anziehend, und fühlen sich gegenüber anderen Frauen in diesem Bereich begehrenswerter und besser.

Für diesen Traum spielen Pornographie und Prostitution eine wichtige Rolle.

Die Pornographie ist anziehend, weil hier die Willigkeit eines Sexualpartners zur sexuellen Aktivität bildlich dargestellt und so zum Angebot des imaginierten Erlebens seiner freiwilligen, ja gewollten Zustimmung und Unterordnung unter das sexuelle Begehren des Zuschauers wird. Die Prostitution macht die Willigkeit eines anderen käuflich erwerbbar.

Eine zweite Seite dieses Traums ist der Traum von der gelungenen Orgasmusfähigkeit. Auch dieser gilt für Männer und Frauen und führt zur Suche nach dem eigenen Orgasmus und als

¹⁶ Dies hat einen starken gesellschaftlich-ideologischen Überbau, besonders in der Gegenwart, wo Sex ein gutes Geschäft ist, wie Sexshops und Erotik-Messen zeigen. Männer müssen immer „können...“, mit entsprechenden Folgen für den Leistungsdruck in der Sexualität. In einer TV-Tourismus-Werbesendung über Kuba wurde kommentiert, dass die Männer immer zum Geschlechtsverkehr und die Frauen immer zur Verführung bereit sind.

¹⁷ Dieser Traum bringt Männer anscheinend auch in die Versuchung, Frauen zu vergewaltigen, mit der Begründung, dass Frauen ja solche Phantasien haben, die dadurch befriedigt werden sollen. Dabei wird die Kombination der sexuellen Aktivität mit Aggression deutlich und erscheint den betreffenden Männern erlaubt.

Ideal – in Verbindung mit der gelungenen sexuellen Intimität – zur Suche nach dem gemeinsamen Orgasmus und möglichst multiplen Orgasmen. Anorgasmie, bei Frauen als Frigidität bezeichnet und oft in der Partnerschaft als Vorwurf der sexuellen Unreife verwendet, wird daher als persönliches Versagen erlebt, oder auch als Vorwurf der Unfähigkeit an den Sexualpartner verwendet.

So wird der Orgasmus zur eigenen und wechselseitigen Bestätigung des Selbstwertes.¹⁸

Um Enttäuschungen, die in der Wechselseitigkeit möglicherweise eintreten könnten, zu vermeiden, bieten sich Selbstbefriedigung, oder auch andere ungewöhnliche Möglichkeiten der Befriedigung an, leider auch solche, in denen Gewalt angewendet wird.¹⁹

Der Traum von der gelungenen Partnerschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen Augen* der beste Partner sein. Pathetischer ausgedrückt: Ich möchte dich glücklich machen können. Dabei geht in erster Linie um den freundschaftlichen Teil einer Partnerschaft, d.h. den Teil, der die Qualität der Beziehung im Alltag bestätigt, in den die sexuelle Beziehung integriert ist und während der ganzen Dauer einer Partnerschaft gelingen muss²⁰. Dieser Traum ist mit dem *Traum von der gelungenen sexuellen Beziehung* meist, aber nicht notwendigerweise verbunden. Sehr oft aber wird das Glücklich-machen-Können des anderen zunächst über diesen Traum d.h. sexuell definiert und dient damit gleichzeitig dem Traum von der gelungenen Geschlechtsidentität, mit

¹⁸ Um anziehend zu bleiben und eine Beziehung nicht zu gefährden wird von Frauen, ein Orgasmus „vorgespelt“. Wenn Männer davon erfahren, sind sie in ihrem Traum von der gelungenen sexuellen Intimität gekränkt.

¹⁹ Gerade der sexuelle Missbrauch von Kindern vom Säuglingsalter an ist zu einem einträglichen Industriezweig geworden, der die Kombination von Sexualität mit extremer Gewalt ermöglicht und dadurch doppelt befriedigt.

²⁰ In groß angelegten Untersuchungen von Ehepaaren zeigt sich, dass die Freundschaft der Partner die wichtigste Rolle für den Grad der Befriedigung in der Ehe spielt (Gottman, 2000).

der Folge der Desillusionierung im Zusammenleben, weil der freundschaftliche Teil sich nicht entwickelt hat und sich infolge Auseinandersetzungen um dessen Ausformung auch nicht mehr entwickeln kann²¹.

Der Traum von der gelungenen Partnerschaft ist in erster Linie sehr von der Bestätigung durch den Partner abhängig, in zweiter Linie durch andere²², und seine Entwicklung ist daher durch Missverständnisse und Konflikte immer wieder gefährdet. Er hat hohe Bedeutung für Menschen, mobilisiert große Kräfte und ist der „Initialtraum“ jeder Partnerschaft. Dementsprechend schmerzlich ist sein Misslingen durch Trennung oder Scheidung oder durch den Tod des Partners²³, so dass im ersten Fall der nächste Partner möglichst „anders“ sein soll, im letzteren Fall der Traum aus einer vergangenen Beziehung in eine neue Beziehung hinüber getragen wird und als Maßstab dient, dabei aber für diese neue Partnerschaft unangemessen sein kann. Dieser Traum lässt viele Beschwerden lange ertragen, damit er gerettet wird. Dies hat sowohl positive Seiten, als auch negative Auswirkungen, von denen z.B. eine der schwerwiegendsten ist, dass Frauen, um die Partnerschaft zu retten, die Misshandlung oder den Missbrauch ihrer Kinder ertragen und vertuschen

Die hohe Bedeutung des TGS in diesem Bereich liegt darin, das Gelingen in der Partnerschaft unmittelbar erleben und erhalten zu wollen. Die Partnerschaft besteht *jetzt* und das Gelingen, wenn es jetzt geschieht, ist *jetzt* beglückend, während das Gelingen der Elternschaft demgegenüber nachrangig ist oder erst in die Zukunft verlegt wird.

²¹ Die dabei entstehende Leere der Beziehung wird oft durch „antörende Hilfsmittel“, wie pornographische Videos, oder andere „reizbietende“ Aktivitäten überbrückt, um die Beziehung doch zu retten (s. Fußnote 25).

²² Die Bestätigung durch andere erfolgt z.B. bei Partnerschaftskonflikten durch Freunde oder die Eltern (manchmal auch Schwiegereltern) der Konfliktpartner, die sich jeweils an eine Seite gegen die andere stellen und bestätigen, dass „er/sie doch alles tue“. Dies dient ihrem TGS, zeigt aber, dass sie dabei in die tatsächliche Schwierigkeit keine Einsicht haben.

²³ Daher auch der hohe Stellenwert als Life-Event in der Holmes-Rahe-Lebensstress Skala (Holst und Scherer, 1988)

Eine andere negative Auswirkung ist, eigene Misshandlung als Möglichkeit zu interpretieren, dem Partner gerade durch das Ertragen der Misshandlung die „wahre“ von ihm „nie erfahrene Liebe“ zu zeigen (s. Löw, 1992).

Der Traum von der gelungenen Partnerschaft findet sich in den Schulzen der Pop-Sender, vorallem in Form von Erwartungen an und deren Enttäuschung durch den andern, aber auch in Liebesgedichten und Geschichten, wo es um das Gelingen oder Misslingen dieses Traums geht. Dementsprechend werden diese Produkte daher gerne gehört bzw. gelesen. Das Happy End einer Beziehungsstory etwa, ist ein Beispiel für die illusionäre Möglichkeit, diesen Traum durch die Personen der Story als Stellvertreter für die eigene Person zu verwirklichen²⁴. Dementsprechend findet er sich auch in Form der „Liebe par distance“ als Zeichen schizophrener Symptomatik oder in der „Paranoia erotica“ im Rahmen von Wahnerkrankungen²⁵.

Der Traum von der gelungenen Partnerschaft, kann von sog. Heiratschwindlern oft sehr erfolgreich angesprochen werden.

Die Kränkung des Misslingens, etwa im Fall von Trennung oder Scheidung führt zu entsprechenden Folgen und Kämpfen, die mit äußerster Härte und oft völlig an der Wirklichkeitswahrnehmung eines Betrachters vorbei geführt werden.

Gerade beim Misslingen wird deutlich, dass der Teil der Partnerschaft verletzt ist, der als freundschaftlicher Teil einer Partnerschaft angesehen werden muss, jener Teil, der sich außerhalb der Sexualität entwickelt und den Bestand und den Zusammenhalt und die Zusam-

²⁴ Der tragische Tod von Prinzessin Diana aus dem englischen Königshaus ist in diesem Zusammenhang gesehen eine gute Identifikationsmöglichkeit für Menschen, deren Traum von gelungener Partnerschaft „durch ein grausames Schicksal“ zerbricht und drückte sich auch als quasi persönliche Betroffenheit der vielen Trauernden aus.

²⁵ Eine sehr um das Wohl ihrer vom Vater früh verlassenen Mutter besorgten und für diese sorgende Frau, fühlte sich von einem ehemaligen Bundeskanzler durch geheimnisvolle Radio- und Fernsehbotschaften umworben, aber niemals so wie sie sich sehnte, direkt angesprochen. Diese Illusion war quasi die 2. geheime Seite ihres Lebens im Zusammenleben mit der Mutter.

menarbeit durch alle Wechselfälle des Lebens sichern kann. Dies gelingt aber nur, wenn die Partner vom anderen in ihrem Bestreben ihren Traum von der gelungenen Partnerschaft gesehen und darin unterstützt werden. Daher kommt es leicht zu Annahmen der Böswilligkeit des anderen zu Konflikten, Trennung, Scheidung, die aber auch zu psychischen Störungen und auch Mord und Selbstmord führen, wie Zeitungsberichte immer wieder zeigen. Bei drohendem Misslingen können in Partnerschaften Arrangements getroffen werden, welche die Sexualität ausgliedern, um diesen Teil der Beziehung zu erhalten²⁶.

Der Traum von der gelungenen Elternschaft bzw. Kindschaft

Der Traum von der gelungenen Elternschaft

Dieser Traum hat 2 Teile:

Den *Traum von der gelungenen Fruchtbarkeit* und den *Traum von der gelungenen Elternschaft i.e.S.*

Der Traum von der gelungenen Fruchtbarkeit heißt: Ich möchte, *Kinder haben* (zeugen/empfangen) können. Es ist dies ein Traum, dessen Gelingen in früheren Zeiten hohen Stellenwert hatte, wurden doch Kinder als Segen angesehen, der die Kontinuität der eigenen Familie ideell und materiell sicherte. Die Abwertung dieses Traums hat sicher einerseits mit der wirtschaftlichen Situation einer Familie zu tun, etwa, wenn sie viele Kinder nicht mehr ernähren kann, andererseits aber auch mit sozialen Einstellungen, etwa wenn Kinder dem eigenen Leben, oder auch der Karriere hinderlich erscheinen. Paare unternehmen, wenn sie sich den Wunsch nach Kindern nicht erfüllen können, große und oft verzweifelte Anstrengungen. Der „Schuldige“ an der Kinderlosigkeit fühlt sich oft schuldig und wird vom anderen auch schuldig gesprochen, wenn auch oft verdeckt, so dass große,

²⁶ („Meine Seitensprünge helfen mir, meine Beziehung aufrecht erhalten“ sagte eine Frau in einer TV Sendung („Thema“, ORF 16.3.98) über Seitensprünge. Seitensprünge werden oft als das Mittel bezeichnet, die einer Beziehung ihre Lebendigkeit und Würze erhalten, daher nimmt die Zahl der sog. „Seitensprungagenturen“ zu. Das Gleiche gilt für „Swinger“. Viele Paare berichten auch, dass ihre Partnerschaft trotz nicht befriedigender Sexualität gut ist.

unausgesprochene Spannungen bestehen, die durch verschiedenen Kompensationsmöglichkeiten ertragen werden. Bleibt der Traum unerfüllt, und bleibt die Beziehung bestehen, wird manchmal ein Partner umsorgt, oder Haustiere ersetzen die Kinder²⁷.

Der Traum von der gelungenen Elternschaft i.e.S., der von der Möglichkeit, Kinder zu haben abhängt, lautet: Ich möchte, *so wie ich* zu dir Kind/euch Kindern *bin, in meinen und in deinen/euren Augen PartnerIn bzw. Kinder* ein guter Vater/eine gute Mutter sein.

Dieser Traum trachtet einerseits danach, als Mann/Frau *fruchtbar* zu sein, und andererseits nach Bestätigung der jeweils eigenen Vorstellungen und Handlungen eines Menschen von Elternschaft. Der Traum von der gelungenen Fruchtbarkeit, anders als der Traum von der gelungenen Partnerschaft, ist zukunftsgerichtet, nämlich darauf zu sehen und zu hoffen, dass die Erziehung gelingt, und das Kind/die Kinder der Vorstellung von dem, wie sie als Erwachsene sein sollten, entsprechen – und es dem Elternteil schließlich danken. Alle Hürden und Schwierigkeiten eines Kindes bis zu seinem Erwachsenwerden und alle Anstrengungen, sie zu überwinden, sind daher von einer persönlichen Perspektive des Elternteils hinsichtlich der eigenen Zukunft und der des Kindes und der der Eltern-Kind-Beziehung getragen. Dies bedeutet, dass Erwartungen von der erfolgreichen Verwirklichung dieses Traums durch das Kind sich fortlaufend und zunehmend aus seinem Verhalten bestätigen müssen²⁸, wobei der Lernprozess auch auf Seiten der Eltern, wenn er der Entwicklung des Kindes und der Beziehung angemessen stattfindet, die Erwartungen modifizieren kann²⁹. Wenn diese Bestä-

tigung nicht kommt, muss sie erwartet werden können. Sind die Erwartungen nicht flexibel und am Wohl des Kindes und seinen aber auch den familiären Möglichkeiten angepasst, so kann die Bestätigung ausbleiben. Dann ist die Beziehung Eltern-Kind durch beiderseitige Enttäuschung, Groll und Schuldgefühle geprägt. Dieser Traum hat daher einige Komplikationen:

Elternschaft wird aus der eigenen Erfahrung und Vorstellung ausgeübt. Beides muss nicht unbedingt dazu geeignet sein, dass die Erziehung wunschgemäß gelingt.

Erwartungen an Bestätigung können zu früh und zu hoch sein, etwa, wenn von einem Kind zu früh Dankbarkeit erwartet wird, was zu Vorwürfen an die Kinder bzw. Schuldgefühlen bei ihnen führen kann, aber spontane Dankbarkeit verhindert. Oder es werden Leistungen gefordert, die es (noch) nicht erbringen kann. Da Kinder ja auf die Führung durch Eltern angewiesen und davon abhängig sind, kann es zu Drängen zu bestimmter Ausbildung kommen, wie das bei Eltern, oft Müttern, der Fall ist, die ihre Kinder zu „Schauspielerinnen, Eiskunstläuferinnen“ etc. heranbilden wollen oder sie veranlassen, sich zu „Schönheitswettbewerben“ zu stellen, oft schon in Baby-Schönheitswettbewerben, die in den USA durchaus üblich sind.³⁰

Eine weitere Gefahr ist, dass die Vorstellungen eines Elternteils von guter Elternschaft mit denen des Partners nicht übereinstimmen, so dass Erziehungshandlungen zu Konflikten mit dem Partner führen können, oder es zu Heimlichkeiten ihm gegenüber kommt, damit der Traum von der gelungenen Partnerschaft nicht ständig gefährdet ist³¹.

Bei Trennung oder Scheidung wird versucht, wenigstens diesen Traum zu retten, wenn schon der Traum von der gelungenen Partnerschaft misslungen ist. Dann wird dieses Bestreben zum Kampf um die Kinder und um deren Gunst, mit allen negativen Folgen für deren Loyalität.

Schließlich besteht die Gefahr, dass unvorbereitet eingetretene Elternschaft einen Menschen so sehr überfordert, dass es zu einer Konkurrenz mit dem Traum von der gelungenen Ich-Autonomie kommt und das Kind alle Schwierigkeiten daraus zu spüren bekommt³².

Andererseits ist dieser Traum auch in der Lage, große Kräfte zu mobilisieren, um einem Kind zu helfen, es zu fördern, oder es in Notzeiten einfach „durchzubringen“, wie viele Geschichten von Eltern es dartun. Besonders eindrucksvolle Beispiele sind Eltern behinderter Kinder, die allem Schock und allen negativen medizinischen Prognosen zum Trotz durch viele Opfer, die sie zu bringen bereit sind, alles für ihr Kind tun, um es zu fördern und dabei oft – entgegen diesen Prognosen – sehr erfolgreich sind. Eindrucksvoll sind auch „verrückte“ Formen, sich als gute Eltern bestätigen zu lassen, wie dies beim Münchhausen Syndrom by Proxy der Fall ist (Dokumentation „Im Brennpunkt“ des österreichischen Fernsehens und Kommentar durch den Vorstand der

Elternteil besonders zu und versorgt ihn mit Geld, mit dem die Sucht finanziert wird. Der andere soll davon nichts wissen, weil seine Einstellung dazu als „nicht annehmbar“, ja sogar als hartherzig und verständnislos angesehen wird. Dieser andere wendet sich oft von sich aus ab, aus dem Gefühl, ohnehin nichts dazu zu sagen zu haben.

³² Dabei werden Kinder vernachlässigt und auch misshandelt, weil der frühere Zustand von Autonomie wieder herbeigesehnt wird, wenn es nicht schon vorher durch Abtreibung „entfernt“ oder „weggelegt“ oder gar getötet wird. Dies kann auch in Partnerschaften geschehen, in denen ein Kind die Zweisamkeit stört und kann dann tragisch enden, wenn etwa ein Mann in eine Beziehung mit einer Frau, die älter als er ist und schon ein Kind mitbringt, eintritt und sich durch das Kind überfordert fühlt.

Aber auch die Lage junger Mädchen, die ein Kind gebären und nicht wissen, wie sie mit dieser Situation umgehen sollen und auch Angst haben, Hilfe zu suchen und sich in ihrer Hilflosigkeit ihren Eltern zu offenbaren, ist oft so schwer, dass sie ihr Kind weglegen oder umbringen.

²⁷ Es ist interessant in dieser Zeit zu beobachten, dass in unserem Land oft triumphale Ankündigungen einer gelungenen Geburt eines Kindes in Form eines Storches, der eine Puppe im Schnabel hat, aufgestellt werden.

²⁸ Die spontane Umarmung eines Elternteils durch ein Kind wird daher auch von Eltern als beglückend, weil ihre gute Elternschaft bestätigend erlebt und beschrieben.

²⁹ Dies muss z.B. bei der Elternschaft bei einem behinderten Kind stattfinden können, andernfalls besteht die Gefahr der Überforderung der Eltern, ebenso wie des Kindes, wie das bei mangelnder Aufklärung und Hilfestellung für Eltern behinderter Kinder oft der Fall ist.

³⁰ Hier wird wohl die Bestätigung dieses Traums über die „Schönheit“ des Babys erhofft, die sich aus dem Wettbewerb ergibt, und nicht vom Kind kommt, sondern der Jury. Richter(1963) beschreibt, wie Eltern ihren Kindern zum Ausgleich des Misslingens ihres eigenen TGS unter dem Deckmantel der Erziehung in verschiedener Weise Rollen zuteilen, welche den Werdegang der Kinder bestimmen. Dabei definiert er „Rolle“ als das Gesamt der bewussten und unbewussten Erwartungen an einen Menschen.

³¹ Solche Konstellationen finden sich häufig bei Familien, in denen ein Kind drogenabhängig ist. Diesem Kind wendet sich ein

Wiener Universitäts-Kinderklinik, Prof. Dr. Friedrich).

Der Traum von der gelungenen Kindschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen/euren Augen, Mutter, Vater bzw. Eltern* ein gutes Kind sein.

Dieser Traum hat zwei wichtige Komponenten.

- Er bezieht sich auf die Eigenart des Wesens eines Kindes: „so wie ich *bin*“ und
- er bezieht sich auf das Können eines Kindes: „was ich als der, der ich bin, *kann*“.

Beides ist deshalb wichtig, weil ja ein Kind mit seinem Wesen von Anfang auf die Erwartungen der Eltern trifft und davon abhängig ist und zunächst aus deren Äußerungen ablesen muss, ob es in seinem Wesen und seinem Können bestätigt wird. So beginnt der TGS zumindest nach der Geburt mit der Herausforderung durch den Eintritt des Kindes in ein unbekanntes und zunächst nicht kommunizierbares Erwartungsfeld. Daher ist schon die Bestätigung des *Wesens* der *erste* Schritt zu der Entwicklung von Selbstwert eines Kindes³³. Unterbleibt dieser Schritt, ist es ein Manko, das Kinder durch Leistung – „Bravsein“ – auszugleichen trachten, oder, wenn dies nicht gelingt, es auf andere Weise zeigen.

Die Bestätigung des Könnens ist der *zweite* wichtige Teil, der dem Kind Selbstwert und Selbstvertrauen gibt. Sie lässt das Kind wissen, dass die Fähigkeiten die aus seinem Wesen kommen, wichtig und wertvoll sind.³⁴

Beides ist Teil einer effektiven Pädagogik, nicht nur bei Kindern, sondern auch von Erwachsenen (s. die Grundbotschaften, Teil 1).

Dadurch, dass Kinder auf diese Bestätigung angewiesen sind, sind sie bei ihren Eltern bereit, vieles auf sich zu nehmen und zu ertragen, auch wenn das ihre psychische und physische Belastbarkeit überfordert.

Da ihre Fähigkeit, Spannung in ihrer Familie wahrzunehmen, früher besteht

als die, den Zusammenhang zu verstehen (Liebsch, 1984), sind sie eher bereit, sich an einem solchen Zustand schuldig zu fühlen und werden danach trachten, etwas zu ihrer „Entschuldigung“ zu tun, oder irgendwie Einfluss zu nehmen, um die Situation zu entspannen. Dies wird besonders dann gefördert, wenn Konflikte der Eltern dazu führen, dass die Existenz eines Kindes daran „schuld“ ist, besonders wenn dies im Zorn geäußert wird („Wenn du nicht wärst, hätten wir gar nicht geheiratet“, „wir streiten immer nur deinetwegen“, „wenn du nicht wärst, wäre ich längst über alle Berge“ usw.).

Wenn Kinder den Eltern durch irgendetwas weh tun, fühlen sie sich schuldig, auch wenn es eine eigene Erkrankung ist, die ihre Eltern besorgt macht. So trachten schwer kranke Kinder oft danach, auch ihre Ahnung ihres bevorstehenden Todes zu verschweigen, um ihre Eltern nicht zu „kränken“. Diese Angst, sich den Eltern gegenüber schuldig zu machen, ist auch der Angelpunkt, an dem die Drohungen Erwachsener greifen, die Kinder misshandeln bzw. sexuell missbrauchen („Wenn du etwas sagst, bringst du unsere Familie ins Unglück“), etwas, was sowohl die Täter, als auch häufig die Mütter solcher Kinder, die häufig von diesem Missbrauch Kenntnis haben, ja diesen oft auch dulden und sogar fördern, verwenden.

Bsp.: Eine jetzt ca. 50-jährige Frau war mit Wissen der Mutter für die regelmäßige sexuelle Befriedigung des Vaters verantwortlich. Sie wusste, „wenn der Vater grantig war“, dass es Zeit für ihre „Aufgabe“ war. Sie tat dies auch, um ihre Geschwister davor zu schützen. Als sie vom Vater schwanger wurde, forderte die Mutter sie auf, das Kind abtreiben zu lassen. Erst ihre Weigerung, dem Folge zu leisten, gab ihr die Kraft in einem Heim Zuflucht zu suchen.

Sie sind aber auch bereit, bis in das Erwachsenenalter große Opfer für ihre Eltern zu bringen, wenn diese in Not sind, ihre Therapeuten zu sein, sie zu pflegen, oder zu versorgen.

Bsp. 1: Ein 18-jähriges Mädchen, das wegen einer Psychose in stationäre Behandlung kam, sagte, sie könne sich nicht selbstständig machen, bevor sie (!) ihre Eltern nicht dahingehend behandelt habe, dass sie sich wieder vertragen und in das gemeinsame Schlafzimmer ziehen, das die Mutter verlassen hatte, um sich zu ihrer Tochter zu legen.

Bsp. 2: Ein junger Drogenabhängiger beging Selbstmord und schrieb in seinem Abschiedsbrief, er hoffe, dass sich seine

Eltern endlich an seinem Grab versöhnen würden.

Auch sind es oft die Schwiegerkinder, die sich verantwortlich fühlen, zwischen den Eltern des Partners und diesem, eine gute Beziehung herzustellen, wenn dessen Beziehung zu ihnen gestört ist. Sie bauen, offenbar aus ihrem eigenen Traum von der gelungenen Kindschaft, für ihren Partner eine Brücke, einen Weg, der schließlich begehbar werden soll.

Die Opfer, die Erwachsene für ihre Eltern zu bringen bereit sind, können sich auch auf ihre Partnerbeziehung als Störung auswirken.

Bsp: Eine junge verheiratete Frau erlebte den wirtschaftlichen Abstieg ihrer Eltern und fühlte sich sowohl, was ihre Zeit betrifft als auch so weit wie möglich finanziell verpflichtet, sich voll für sie einzusetzen, weil sie meinte, die Eltern könnten mit der neuen Situation nicht umgehen. Sie fürchtete auch die Reaktion der Eltern, wenn sie es nicht tun würde. Dies belastete die eigene Familie und die Partnerschaft stark. Erst als sie merkte, dass sie mit ihrer Unterstützung einem alten Interaktionsmuster aus ihrer Jugend folgte, und nicht mehr „mitspielte“, zeigte ihr das, dass die Eltern durchaus in der Lage sind, ihre neue Situation zu bewältigen aber auch das Verhältnis der Eltern zu ihr ungetrübt blieb. Zwar bestand das Gefühl den Eltern zu helfen weiterhin, aber in einer Weise, in der sie gelassener und mit den eigenen Ressourcen sparsamer umgehen konnte.

Der Traum von der gelungenen Großelternschaft bzw. Enkelschaft

Der Traum von der gelungenen Großelternschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und in deinen/euren Augen, Eltern/Kinder*, ein guter Großeltern teil sein.

Dieser Traum betrifft Großeltern als Möglichkeit zu einer Familie zu gehören. Da er in eine Periode höheren Lebensalters fällt, üblicherweise mit mehr Erfahrung im Umgang mit Kindern bei gleichzeitig weniger Verantwortung für deren Erziehung, ermöglicht er „Wiedergutmachung“ am eigenen Traum von der gelungenen Elternschaft, ist aber auch, besonders im höheren Lebensalter, Möglichkeit, über die Enkelkinder „dazu zu gehören“, um noch eine Aufgabe zu haben. Daher besteht die Gefahr, dass Großeltern als aufdringlich oder als Eindringlinge in das Familienleben erlebt werden, besonders, wenn

³³ Kohut (1971) spricht vom Glanz in den Augen der Mutter, durch das Kind sein Angenommensein erlebt.

³⁴ Die Bestätigung in diesem Bereich gleicht der des Traum vom gelungenen Tätigsein (s.u.).

das über das Favorisieren bestimmter Enkelkinder oder heimliche Zuwendungen von Geld oder anderen Gütern geschieht. Großeltern gewinnen Wichtigkeit, ja Unentbehrlichkeit daraus, dass sie oft Elternfunktion übernehmen müssen, wenn die Eltern nicht oder nicht mehr in der Lage dazu sind, etwa wenn sie für einen alleinerziehenden Elternteil nach Trennung oder Scheidung der Eltern einspringen müssen, oder wirklich Elternrolle übernehmen müssen, wenn die leiblichen Eltern verunglückt sind. Wenn Großeltern für die Eltern eines Kindes erzieherisch einspringen müssen, weil diese ihre Aufgabe als Eltern nicht so erfüllen können, wie sie es sich vorstellen, kann es leicht zu Differenzen über die Erziehungsstile und Rivalität zwischen dem Traum der Großeltern und Eltern, genauer deren Traum von der gelungenen Elternschaft kommen. Eine wichtige Erfüllung des Traums liegt auch in der Anerkennung ihrer Zeitzeugenschaft für die Kinder, d.h. sie können von Zeiten erzählen, von denen Enkelkinder nichts mehr wissen können und verbinden so für die Kinder die Herkunftsgenerationen. Sie übernehmen in manchen ethische Gruppe Sozialisationsaufgaben (Gardano, 1998)

Das Bild von Großelternschaft, das auch in der Werbung verwendet wird, ist üblicherweise eines von Zeit-haben, Verwöhnen, verständnisvoll, gütig und abgeklärt sein und den Enkelkindern immer zur Verfügung stehen. Großeltern oder Menschen in Großelternalter sind sehr unglücklich, wenn die Zugehörigkeit zu einer Familie fehlt. Es kann sein, dass Männer und Frauen, die sich nie um ihre Kinder gekümmert haben im „Großelternalter“ plötzlich Zugehörigkeit und Zugang zu Kindern und den Enkelkindern reklamieren.

Der Traum von der gelungenen Enkelschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen/euren Augen* Eltern, bzw. Großeltern/Eltern. Großeltern, ein gutes Enkelkind sein.

Im Zwiespalt der Eltern mit ihren Eltern sind Enkelkinder oft einbezogen, haben aber eine eigene Einstellung, die sich in der Loyalität zu Großeltern zeigt, wenn diese in ihren Augen von den Eltern schlecht behandelt werden. Ein schönes Beispiel findet sich im Märchen

„Der alte Großvater und der Enkel“ (Br. Grimm). Handlungen oder Einstellungen, die in den Augen der Kinder ungerecht erscheinen, berühren deren Ambivalenz in ihrer Einstellung zu ihren Eltern. Als Elternersatz oder auch durch die besondere Beziehung zu den Großeltern, können diese große Bedeutung als Zufluchtsort gewinnen, und sind damit eine Ressource, selbst wenn sie verstorben sind.

Bsp.: Ein junger Mann, der die stürmischen Zeiten der unglücklichen Ehe seiner Eltern erlebt hat, konnte nur Ruhe bei seiner Großmutter finden. Nachdem sie verstorben war, war sie seine „Ansprechpartnerin“ für alle Notlagen. Er fand dadurch nicht nur Trost und Ruhe, sondern auch in für ihn wundersamer Weise die Hilfe, die er in bestimmten Zeiten seines Lebens brauchte.

Der Traum von der gelungenen Geschwisterschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen/euren Augen von meinen Geschwistern* als gleichwertig angenommen sein.

Dieser Traum schafft die Gleichrangigkeit der Geschwister mit zunehmendem Alter und ist gleichzeitig die Verbindung von Menschen einer Generation einer Familie. Es geht um Gleichrangigkeit und Anerkennung der Autonomie in Wechselseitigkeit, d.h. der Traum vermittelt das Gefühl, von Zusammenhalt, den Geschwistern vertrauen und auf sie zählen zu können, wenn Hilfe notwendig ist, und ebenso zur Stelle zu sein und dabei erwünscht sein, wenn die anderen Hilfe brauchen³⁵. Es ist wie gleichzeitig Freundschaft und Verwandtschaft. Da es hier eine in großen Teilen gemeinsame Vergangenheit gibt, wird über diesen Traum Vergangenheit und Gegenwart verbunden.

Die Ungleichrangigkeit oder das Nicht-Angekommen-Sein kann einerseits aus der Familiensituation kommen, etwa wenn jemand von den Eltern, durch deren Konflikte oder Präferenzen konstant gegenüber seinen Geschwistern benachteiligt oder abgewertet wurde, andererseits aus der Geschichte der Heranwachsenden z.B. ihrer Stellung in der Geschwisterreihe selbst, und den Konsequenzen die sich allein daraus für das Verhältnis zu den Eltern ergeben.

³⁵ Daher wird dieser Traum gerne von religiösen Gemeinschaften als Ziel der Verbindung der Mitglieder verwendet.

Bsp: Eine jungen Frau fühlt sich ihrer älteren Schwester gegenüber immer unterlegen, nachdem diese sie als kleines Kind sexuell missbraucht hat und auch jetzt noch ihr gegenüber herablassend auftritt und sie in ihren Schwierigkeiten als verrückt beurteilt. Diese Schwester hatte bei den Eltern, besonders der Mutter immer höheres Ansehen.

Schwierigkeiten zwischen Geschwistern im Sinne des Misslingens dieses Traum treten häufig bei Erbstreitigkeiten zutage, wobei sich auf diese Weise oft alte ungelöste familiäre Probleme zeigen. Der Wunsch nach Lösung und Verbindung der Geschwister bleibt oft unentdeckt, bzw. wird von den Beteiligten unterdrückt, so dass diese zurückgezogen und abseits erscheinen, ist aber erhalten und in Notlagen und z.B. auch therapeutisch aktivierbar.

Aus diesem Traum heraus treten Geschwister in der Familientherapie häufig als „Ankläger“ gegenüber ihren Eltern für ein problembeladenes oder erkranktes Geschwister auf und sind auch bereit, Hilfe zu stellen, wenn die Eltern nicht willens oder auch nicht in der Lage sind, ihre Aufgabe zu erfüllen. In dieser Funktion können Geschwister oft „Ersatzeltern“ sein, z.B. auch, wenn sie durch Verlust der Eltern an deren Stelle treten müssen.

Der Traum von der gelungenen Freundschaft

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen und deinen/euren Augen* als Freund angenommen sein³⁶.

Dieser Traum hat große Bedeutung außerhalb der Familie, und ist dem Traum von der gelungenen Geschwisterschaft vergleichbar, was die Gleichrangigkeit in Autonomie und Wechselseitigkeit betrifft. Für Heranwachsende ist er die Möglichkeit, wertschätzende Verbindungen außerhalb der Familie zu finden und damit ihre Ablösung zu unterstützen. Dementsprechend sind Eltern besorgt, wenn Kinder keine Freunde haben. Sie sind aber auch beunruhigt, wenn ihre Kinder nicht die „richtigen“ Freunde haben. In diesem Fall bieten diese etwas, was in der eigenen Familie nicht möglich ist, sind also Zuflucht und Hafen, bzw. bieten be-

³⁶ Die Bezeichnung „Freund/Freundin“ für einen Menschen, der früher „Geliebte(r)“ hieß, hat wohl tiefere Bedeutung, vermittelt sie doch das Gefühl jemanden zu haben, von dem man angenommen ist.

stimmte den TGS fördernde Beziehungsqualitäten an, die im familiären Bereich nicht zu haben sind. Freunde sind eine wesentliche Ressource für die Überwindung von Krisen und ersetzen in dieser Form oft auch die nähere Verwandtschaft oder sogar Therapeuten.

Der Traum von der gelungenen Intimität

Ich möchte, *so wie ich bin*, mit dir/euch in enger vertrauter Beziehung sein können. Es ist der Traum von Vertrauenswürdigkeit in Wechselseitigkeit.

Dies bezieht sich auf die soziale Intimität einer Beziehung, in der es Vertrautheit, Verlässlichkeit, Verständnis, Hilfe etc. gibt, d.h. man hat/ist „jemand(en) mit dem man über alles reden kann“³⁷. So gesehen ist dieser Traum mit dem Traum von der gelungenen Freundschaft sehr verbunden (s. Fußnote 12). Die Gemeinsamkeit bei gegenseitigem Respekt besteht durch Nähe und gleichzeitig passenden Abstand, durch den die persönlichen Grenzen gewahrt bleiben. Das intime Gespräch zwischen Menschen hat besondere Qualität. Es hat für die Beziehung von (Ehe-)Partnern, Freunden, Eltern und Kindern und besonders für die Helfer-Klienten-Beziehung Bedeutung³⁸.

Dieser Traum spielt natürlich auch in der Intimität sexueller Beziehung eine große Rolle, ist aber in erster Linie nur der Rahmen, der die sexuelle Beziehung zweier Menschen bereichert.

Dieser Traum ist in allen familiären und freundschaftlichen Beziehungen besonders wichtig. Sein Misslingen führt einerseits zu Zweifel am eigenen Wert, andererseits zu Misstrauen, Entfremdung, und in Partnerschaften und Familien trotz der bestehenden Bindung zu Leere, die oft mühsam durch Hilfsmittel oder Therapie überbrückt werden muss, quälenden Konflikten und bei Paaren letztlich zu Trennung oder Scheidung.

³⁷ Er ist daher die Intimform des Traums vom gelungenen Dialog (s.u.)

³⁸ Die ärztliche bzw. seelsorgerische Schweigepflicht sind Beispiele für die zunehmende Sicherheit in einer solchen Beziehung. Die Intimität einer helfenden Beziehung ist grundsätzlich von größter Bedeutung für den Hilfesuchenden, da er sich dabei in die Hände seines Helfers begeben kann. Dementsprechend schwerwiegend sind die psychischen Verletzungen, wenn es dabei zu sexuellem Missbrauch kommt.

Der Traum vom gelungenen Tätigsein

Ich möchte, *so wie ich bin, in meinen Augen und deinen/euren Augen*, Mitarbeiter, Vorgesetzte, aber auch Untergebene, in dem, was ich arbeite oder worin ich mich betätige, etwas können.

Dieser Traum liegt abseits vom familiären Bereich. Voraussetzung ist ein Beruf, oder eine Tätigkeit, die dieses Gefühl vermitteln kann, bzw. dass man in der Lage ist, einen Beruf oder eine Tätigkeit auszuüben. Daher ist er der Traum, der bei Invalidität oder bei Eintreten von Arbeitslosigkeit gefährdet ist und bei jeder Rehabilitation angesprochen und aktiviert wird.

Bsp.: Ein langjähriger sehr schweigsamer Insasse eines psychiatrischen Krankenhauses hatte es sich zur Aufgabe gemacht, jeden Tag am Parkplatz der dem Krankenhaus angeschlossenen Krankenpflegeschule nach Autos zu suchen, die er waschen könnte. Dies tat er dann auch, – ohne jedes Entgelt. Er ignorierte auch jedes Entgelt dafür wortlos. Er tat dies viele Jahre lang ganz selbstverständlich und wurde darin auch vom Pflegepersonal toleriert³⁹.

Dieser Traum ist für die Rehabilitation dann nicht wirksam, wenn etwa nach psychischer Erkrankung jemand einen Beruf oder eine Tätigkeit lernt, dann aber damit in der „freien Wirtschaft“ keinen Platz findet. Insofern sind auch sog. „geschützte Werkstätten“ diesem Traum nur bedingt förderlich, aber immerhin als Bemühung in Richtung der Aktivierung dieses Traums zu werten und in gewissem Maße auch wirksam und ermöglichen so den Betroffenen eine kleine ökologische Nische (s.u.). Abseits vom familiären Bereich liegend ist dieser Traum eine sehr häufig gewählte Zufluchts- und Kompensationsmöglichkeit vor familiären Konflikten und auch Rettung in Krisen als Halt und Richtung gebend.

³⁹ Gerade das Psychiatrische Krankenhaus ist ein Beispiel für die Bedeutung von Dienstleistungen durch Menschen, die sich auf diese Art das Gefühl eines Ranges und damit Bedeutung verschaffen können, etwa wenn sie in der Lage sind, als Hausarbeiter, Boten, etc. zu fungieren. Allerdings wird auch hier die formende Kraft der Anerkennung für Tätigkeiten deutlich, die sonst wohl kaum als besondere persönliche Fähigkeiten gelten würden. So wird das psychiatrische Krankenhaus für viele zur „geschützten Werkstätte“.

Bsp.: Ein Mann, dessen Tochter plötzlich schwer verunfallt war, sagte, dass seine Arbeit ihn diese schwere Zeit, bis die Überlebenschancen der Tochter wieder deutlich waren, überstehen half.

Eine besondere Bedeutung hat dieser Traum für die Bewältigung der Pensionierung.

Bsp.: Ein Mann, der plötzlich pensioniert wurde, war seiner Frau zuhause im Weg, da der Alltag ohne ihn bisher Gewohnheit war. Seine Frau wusste nicht, wie sie jetzt ihren Tag in seiner Anwesenheit oder gar mit ihm zusammen gestalten sollte. Erst als er versuchte, sich zu erhängen, wurde ihr das Ausmaß der Veränderung seines Lebens klar. Sie mussten etwas finden, was sie gemeinsam tun konnten.

Der Traum von der gelungenen kulturellen Identität

Ich möchte (als Türke, Serbe, Afrikaner, Amerikaner etc.) *mit meinem kulturellen Hintergrund* angenommen sein.

Dieser Traum betrifft die Anerkennung der persönlichen kulturellen Wurzeln eines Menschen, einerseits durch die eigenen Person, andererseits die durch die anderen. Er ist in Immigranten-Familien von Bedeutung, die sich in einem fremden Land etablieren, und für deren Kinder, die einerseits mit ihrer Familie verbunden sind, andererseits schon viel stärker in die Kultur ihrer neuen Heimat integriert sind, ganz besonders, wenn sie dort schon geboren sind, da dieser Traum sie in das Dilemma zwischen der Heimat, die ihre Familie repräsentiert, und der, in der sie leben, bringt⁴⁰. Er betrifft auch Paarbeziehungen zwischen verschiedenen kulturellen Partnern, auch dann, wenn kleine, auch nur regionale, Unterschiede bestehen, die in der Partnerschaft mitgeteilt und respektiert werden wollen.

Das Nichtrespektieren durch andere führt sehr rasch zu „Typisierung“ („alle Türken, Amerikaner, Deutschen, Burgenländer sind ...“) und Feindbildern mit entsprechenden Phantasien auf beiden Seiten, und fördert die Neigung, auch seine eigenen Wurzeln als typisch zu sehen, mit der Tendenz die eigene

⁴⁰ Als vor dem 1. Weltkrieg eine starke Einwanderung von Juden aus dem Osten stattfand, lehnten die „assimilierten Juden“, die ihren Platz in einer für Juden ohnehin nicht allzu freundlichen Umgebung gefunden hatten, sie ab, fanden abwertende Bezeichnungen für sie und grenzten sie aus.

Nationalität depressiv („ich bin halt nur ein ...“) oder militant überzubetonen.

Bsp.: Eine junge Frau aus den Philippinen, mit einem Österreicher verheiratet, kam mit eigentümlichen Beschwerden in psychiatrische Behandlung. Sie hatte das Gefühl, in ihrem Kopf seien verschiedenfarbige geometrische Figuren in Bewegung, was sie und ihren Mann sehr beunruhigte. Durch die Übersiedlung nach Österreich hatten sich die Kontakte mit ihrer Heimat, besonders mit ihrer Familie dort, die der dortigen Kultur entsprechend lebhaft und vielseitig waren, fast ganz reduziert, auch weil die Reise dorthin sehr kostspielig war. Dazu kam, dass sie sich hier auch von ihren Schwiegereltern nicht angenommen fühlte. Die Bemühungen ihres Mannes um sie persönlich, konnten das nicht ausgleichen. Erst als für ihn offenkundig war, welchen Verlust seine Frau erlitten hatte und er begonnen hatte, mit ihr „philippinische Abende“ zu veranstalten und außerdem für sie die Möglichkeit zu regelmäßigem Kontakt mit ihrer Heimat zu schaffen trachtete, verschwand die Symptomatik.

Verbunden mit diesem Traum ist auch der des Gelingens in der Nationalität (ein guter Österreicher, Deutscher etc. zu sein) und der politischen Gesinnung (ein „guter“ Sozialist, Demokrat, etc. zu sein. Diese beiden Träume sind imstande, starke (z.B. patriotische) Emotionen zu wecken und Kräfte zu mobilisieren, die auch destruktiv werden können. Daher wird dieser Traum auch zur politischen Mobilisierung von Menschen benützt, die dadurch gegenüber differenzierteren Betrachtungsweisen der Realität blind werden und zu Massenprotesten, Aufständen, und Revolutionen animiert werden können, wobei alle rationalen Überlegungen in den Hintergrund treten⁴¹.

⁴¹ Dazu gehören Phrasen, wie sie seinerzeit von Goebbels im 2. Weltkrieg gesprochen wurden wie „Wollt Ihr den totalen Krieg? Und als alle begeistert zustimmend aufsprangen (auch das war im Hintergrund organisiert worden) kam die berühmte Satz: „Volk steh auf und Sturm brich los“. Ähnliche Phrasen begeisterten die Amerikaner nach dem schrecklichen Terrorangriff auf New York und Washington am 11.9.2001, als der Präsident (Bush) die Worte sprach „Wir werden die Täter jagen, ausräuchern und vor Gericht stellen. Wir wollen sie (wie im Wilden Westen) „tot oder lebendig“. Das führte zu einer Unterstützung für den Präsidenten von 91% und 71% waren bereit, einen Kriegseinsatz zu unterstützen, und diente dadurch auch, wie auch im ersten Fall dessen TGS. Erst nach ca. 2 Wochen kam es zur Besinnung und damit auch zu

Der Traum von der gelungenen (Haus-)Tier-Pflanzenbeziehung

Ich möchte, *so wie ich bin* und mit (bestimmten) Tieren oder Pflanzen umgehe, ein guter Halter des/der Tiere/e bzw. Pflanze/n sein und es auch durch deren Gedeihen (in meinem Sinn) auch durch andere bestätigt bekommen.

Dieser Traum ist in seinem Gelingen stark von der Bestätigung durch die eigene Person, und für das erzielte Gedeihen der Tiere und/oder Pflanzen, auf die sich dieser Traum bezieht abhängig, d.h. es ist in erster Linie die besondere Beziehung, die starke Bestätigung des eigenen Selbstwerts gibt, durch ein Leben, dessen Wert sich am Gedeihen der Tiere und Pflanzen misst, und dadurch von der Bestätigung durch andere erst sekundär abhängig wird⁴².

Dieser Traum wird auch durch die Haltung von Hunden und Katzen, aber auch mit anderen Tieren zu realisieren gesucht, wobei ein Reiz darin zu liegen scheint, auch gefährlichere Tiere halten zu können. Hunde mit ihrer Bereitschaft zu gehorchen und ihrer Abhängigkeit von der Zuneigung in der Haltung sind hier besondere Ermöglicher dieses Traum und können gleichsam zur Demonstration der Wehrhaftigkeit, Gefährlichkeit und Macht ihres Halters dienen. Hier bestätigt das durch die „Erziehung“ (Dressur) erreichte Instrumentalisieren der Tiere und die Reaktionen anderer darauf diesen Traum. Auch

einer Veränderung der Sprache (s. hierzu auch Freuds „Massenpsychologie und Ich Analyse“, insbes. d. Nachtrag, wo er die Bewegtheit einer Masse durch einen Menschen als „Ersatz des Ich-Ideals durch ein Objekt“ erklärt).

⁴² Beim Umgang mit Pflanzen sei, so wird berichtet, besonders das Gespräch mit ihnen wirksam, auf das hin diese sich besser entfalten und eine „Liebesbeziehung“ mit ihrem Betreuer zeigen. Dies geht so weit, dass Pflanzen, die länger nicht geblüht oder Bäume, die länger keine Frucht getragen haben, nachdem ihr Pfleger alles für sie getan hat, was er als nützlich angesehen hatte, durch Drohungen plötzlich das ersehnte Resultat zeigen. Menschen, bei denen eine solche Beziehung besteht, werden als mit einem „grünen Daumen“ begabt bezeichnet. Es ist ganz erstaunlich, wieviele Menschen diesen Traum entfalten, dies gilt für jung und alt. Es ist ein bisschen die Furcht, dafür belächelt zu werden, dass darüber nicht gesprochen wird. Daher muss man respektvoll, aber explizit danach fragen.

Katzen mit ihrer spontanen Neigung Berührung zu suchen, sind, wenn mit ihnen entsprechend umgegangen wird, Trost und Zärtlichkeit spendende Gefährten⁴³. Die Bedeutung dieser Tiere für Menschen, besonders für Kinder, für die dieses Tiere oft Vertraute werden, ist nicht zu unterschätzen.

Bsp. Ein über die Scheidung der Eltern und besonders über den Verlust des geliebten Vaters trauriges und gegenüber ihren Bruder von der Mutter benachteiligtes 15-jähriges Mädchen hatte ein Pony, dem es als einzigem Wesen seinen Schmerz anvertraute. Als sie das Pony weggeben musste, entwickelte sie eine Bulimie.

Die Bedeutung dieses Traums zeigt sich auch daran, dass Tiere und Pflanzen in Pflegeinstitutionen wie Altersheimen oder psychiatrischen Langzeit-einrichtungen den dort zur Untätigkeit verurteilten Menschen zur Pflegeaufgabe werden und dementsprechend beleben.

Misslingen des TGS wird daher auch als Gewalt gegen Tiere und Pflanzen ausgelebt, wie viele Berichte über Tierquälerei und Zerstörung in Gartenanlagen zeigen.

Der Traum vom gelungenen Dialog

Ich möchte mit mir selbst/mit dir, *so wie ich bin*, reden können, ohne erniedrigt, mundtot gemacht oder niedergeschlagen zu werden und ohne andere dadurch in Verteidigung erniedrigen, mundtot zu machen oder niederzuschlagen zu müssen. Es ist der Traum vom „sich verständlich machen können“ d.h. vom einander verstehen können.

Dies ist der Traum, an dessen Misslingen Menschen in ihren Beziehungen sehr bald leiden und darüber anderen gegenüber klagen

Wichtig dabei ist die Unterscheidung zwischen dem Dialog eines Menschen

⁴³ Ein besonderes Zeichen für die wirtschaftliche Bedeutung dieser Zuwendung zeigt sich in der Werbung für Hunde bzw. Katzenfutter, wo wie in der Werbung für Menschenprodukte vorgegangen wird, etwa, die Geschmacksvielfalt, der Genuss für das Tier, der Vitamingehalt eines Futter angepriesen wird, so als wären die Tiere kleine Kinder. Dazu gehören auch die passenden Bilder, von Zärtlichkeit, Liebe und Freude der Tiere mit den Menschen, die ihnen dieses Futter geben.

mit sich selbst und dem mit anderen Menschen.

Der Traum vom gelungenen Dialog mit sich selbst

Er ist ähnlich dem gelungenen Dialog mit anderen, nur dass der Betreffende gleichzeitig auch mit sich selbst freundlich und kooperativ umgehen kann. Er ist misslungen wenn jemand sich selbst gegenüber fordernd, perfektionistisch, abwertend, verbietend, d.h. mundtot machend behandelt⁴⁴, bis hin zur Selbstbestrafung mit großer Brutalität, wie dies etwa bei an Schizophrenie Erkrankten vorkommt, die sich z.B. selbst kastrieren. Hier wird tatsächlich eine Konfrontation deutlich, meist zwischen einem beobachtend kritischen Teil, (entspr. dem „Über-Ich“ d. Psychoanalyse) und einem untergeordneten Teil. Dieses Verhältnis kann aber auch umgekehrt sein, wenn die kritische Stimme mundtot gemacht wird, sei es durch Argumente oder auch mit Hilfe von Alkohol und Drogen oder sehr drastisch bei der Manie, bei der der/die Betroffene keinerlei Einschränkungen in seinem So-Sein und Können zu haben scheint.

Das Misslingen zeigt sich auch im Dialog mit den anderen durch vermehrte Spannungen und Konflikte oder auch deren krampfhafter Vermeidung. Mit Hilfe entsprechender Methoden kann auch ein Dialog zwischen mehreren „Teilen“ (Teilpersönlichkeiten) sichtbar und hörbar gemacht werden, der genauso unfreundlich verlaufen kann, wie der zwischen mehreren Menschen (s. hierzu Schwartz, 1995; Breunlin et al., 1997).

Der Traum vom gelungenen Dialog mit anderen Menschen

Er ist wohlvertraut als Sehnsucht in Diskussionen, Streit, und Konflikt. Die Art der Dialogführung entscheidet auch über das Schicksal der Betroffenen, u.U. ganzer Völker. Die Idee der Demokratie suggeriert, dass ein respektvoller Dialog auch gegensätzlicher Standpunkte möglich ist. Allerdings besteht die Tendenz, diese Idee immer wieder durch die selbsterteilte Berechtigung zur Abwer-

⁴⁴ Die Aufforderung „reiß dich zusammen“, mit denen Menschen, denen es schlecht geht, sich „gnadenlos“ selbst beeinflussen wollen, macht sehr oft die Situation nur schlechter.

tung des/der anderen zu verdünnen, was sich dann in verbalen oder tätlichen Ausbrüchen von Gewalttätigkeit äußert. Diktaturen sind ein Beispiel dafür, dass der Dialog gemieden wird, indem die Machthaber die anderen mundtot zu machen trachten und in der Wahl ihrer Mittel nicht zimperlich sind. Sie fördern damit aber, offenbar ohne es zu wissen oder gar zu wollen, die Kräfte, durch die sie letztlich gestürzt werden.

Wie im Großen ist auch in kleineren Strukturen, und besonders schmerzlich in Paar- und Familienbeziehungen, das Misslingen dieses Traums eine bittere und demütigende Erfahrung. Daher ist die Klage „wir können nicht mehr miteinander reden“ eine typische Äußerung, wenn Hilfe gesucht wird. Da durch das Misslingen des Traums, wie im Großen so auch im Kleinen die Kränkung der Verhältnisse mobilisiert, was aber dann im Dialog nicht möglich ist, kommt es häufig zu verbalen oder brachialen Gewaltausbrüchen, die dann Anlass zur Suche nach Hilfe von außen führen können. Die Auswirkungen des Misslingens dieses Traum zeigen sich umso drastischer, je abhängiger Menschen von einer bestimmten Beziehung sind, und führen zu Gewaltspiralen, die in Katastrophen enden können. Das Gelingen dieses Traums ist in allen Feldern wichtig, in denen es um die Bestätigung durch andere geht.

Gerade das misslingt im Konflikt, wo es um einen Dialog über verschiedene Standpunkte, Ansichten etc. geht. Die Verschiedenheit geht sehr schnell in eine Abwertung des anderen und damit Kränkung des TGS über, mit entsprechenden Gegenreaktionen des anderen. Das Nichtgelingen der Wahrung der Würde des anderen in dieser Situation macht den Konflikt so gefährlich und legt dann nahe, Konflikte soweit wie möglich zu vermeiden, auch wenn der TGS der Kontrahenten darunter leidet.

Wie beginnt das Misslingen des Dialogs in familiären Beziehungen?

Entweder als zunehmender Streit ohne Einigung, mit der Tendenz zur „Typisierung der Gesprächspartner“ („Du bist ein ...“, „Du willst ja nur ...“), Zunahme von Beschimpfungen und Beschuldigungen bis hin zu Handgreiflichkeiten oder anderen Gewaltmaßnahmen, oder/und (oft erst im Anschluss an die Phase offenen Konflikts) der Dialog wird durch Konfliktvermei-

dung zunehmend seichter, belangloser und letztlich bricht Schweigen aus als Schutz vor Kränkung des TGS in einem bestimmten Bereich. Man geht aneinander vorbei und vermeidet auf diese Art Konflikte.

Bsp.: Eine wegen Depressionen in das psychiatrische Krankenhaus aufgenommene Frau berichtete, dass sie mit ihrer Mutter, mit der sie im gleichen Haus lebt, 10 Jahre lang kein Wort gesprochen habe.

Das dabei zunehmende Gefühl des Misslingens des TGS zeigt sich schließlich in anderer Form, etwa als Gespannt- oder Gereiztheit mit Wutausbrüchen, oder Flucht aus der Situation, etc.⁴⁵

Das Misslingen dieses Traums zeigt sich im Partnerbereich oft daran, dass der Traum von der gelungenen Partnerschaft mit einem anderen Menschen angebahnt und in Gang gesetzt wird, bei dem die Betroffenen es genießen, wieder reden zu können, etwa nach zufälligen Begegnungen bei Kuraufenthalten mit der Folge von kurzfristigen Außenbeziehungen („Kurschatten“). Die Rettungsmöglichkeit vor dem Misslingen ergibt sich auch oft zufällig z.B. bei Reisen im Gespräch mit Fremden, oder selbst im Bordell mit dem Gespräch als manchmal wichtigerer Teil eines Bordellbesuchs.

Der Traum von der gelungenen Ökologischen Nische

Ich möchte, *so wie ich bin*, in meinen Lebensbereichen physikalischen aber auch ideellen Raum haben, d.h. ich bin mit meinen Gedanken und Vorstellungen aber auch als Person insgesamt angenommen, indem jemand an mich wohlwollend denkt. Dabei zeigt sich, dass physikalische Verhältnisse auch Botschaften vom Angenommen sein und Zugehörigkeit enthalten. So kann ein eigenes Arbeitszimmer, ein Schreibtisch oder die richtige Beleuchtung, oder wie das Essen serviert wird Respekt für die Würde eines Menschen vermitteln, bzw. das Fehlen solcher Umstände das Gegenteil.

⁴⁵ Für Partnerbeziehungen beschreibt Gottman das „Mauern“, ein Ignorieren des Dialogversuchs durch den Partner, als Schutz vor Beschuldigung und Abwertung und sieht es als Unheil verkündendes Zeichen für die Beziehung („vierter apokalyptischer Reiter“).

Es ist ein Zustand des Integriertsein eines Menschen in ein Beziehungsgeflecht und vermittelt das Gefühl von Zugehörigkeit in Respekt⁴⁶, im Gegensatz zum ausgegliedert, ein Nichts in den Augen anderer und so völlig bedeutungslos zu sein.

Dies betrifft sowohl der größeren Sozialraum⁴⁷ mit seinen Phänomenen Arbeits- und vor allem Obdachlosigkeit (= *kein* physikalischer Raum) und Menschen die wegen ihres nicht genehmen Verhaltens „ausgegliedert“ werden, z.B. auch wegen politischer Ansichten, wegen ihrer Herkunft, oder auch im Mobbing etc.⁴⁸ Ein besonderer Fall der Verhinderung dieses Traums sind die Straßenkinder in den verschiedenen Ländern⁴⁹ Es betrifft aber auch die intimeren Lebensräume Partnerschaft und Familie, in letzteren besonders Kinder und Jugendliche, die mit ihrem TGS nicht verstanden und ausgegliedert werden. Ihre Ansichten, ihre musikalischen Vorlieben, ihr Verhalten werden unannehmbar.

Die Folge daraus ist, wenn möglich, die Selbstorganisation solcher Gruppen⁵⁰, die dann als Freundeskreise, „Randgruppen der Gesellschaft“ oder „Banden“ gelten und so zu ökologi-

⁴⁶ Es entspricht durchaus dem, was Antonovsky(a.a.o) „Sense of Coherence“ nennt.

⁴⁷ Die Randständigkeit der Slums in den großen Städten mit ihren schlechten physikalischen Verhältnissen zeigt die Beachtung, die den Menschen dort geschenkt wird.

⁴⁸ Dazu gehören die Erlebnisse von Juden, die nach der Machtübernahme Hitlers gemerkt haben, dass die Menschen, mit denen sie befreundet waren, sie plötzlich nicht mehr kannten oder sie gar verfolgten. Bei meinen USA Aufenthalten merkte ich, dass die amerikanische Straßenszene in der Großstadt häufig durch augenscheinlich psychotische Menschen geprägt war, die halluzinierend und offenbar heimatlos immer wieder nur auf der Straße ihren Platz finden.

⁴⁹ Deren Beseitigung wurde in Brasilien besonders deutlich, als sie als Störenfriede für die Gesellschaft mit ihrem Traum vom gelungenen Selbst für die Polizei „zum Ab-schuss freigegeben“ wurden.

⁵⁰ Die Organisation der Arbeitslosen in Frankreich und Deutschland ist ein Beispiel für den Versuch, durch Selbstorganisation den TGS, im Bereich Arbeit zu retten, der in Frankreich drastischer verdeutlicht wurde als in anderen Ländern.

schen Nischen werden, oder im extremen Fall der Selbstmord⁵¹.

Bahnhöfe in größeren Städten sind für entwurzelte Menschen („Sandler“), auch ökologische Nischen geworden, in denen sie sich durch Alkohol damit abfinden. Ebenso Unterführungen und Parks für Jugendliche, die durch Drogeneinnahme für ihre eigentliche Heimatlosigkeit gleichgültig geworden und mit dieser „neuen Heimat“ in der Gemeinsamkeit und unter Drogeneinfluss „zufrieden“ sind.

Der Realisierung dieses Traum für Menschen ohne die Möglichkeit dazu dienen viele Aktivitäten sozialer insbes. karitativer Organisationen, Heime, Kinderdörfer, Pflegefamilien und leider oft psychiatrische Krankenhäuser, und für „ausgesetzte Tiere“, Tierheime. Diese Institutionen sind wieder dem TGS derer, die sie einrichten dienlich.

Der Traum von der gelungenen Ich-Autonomie

Ich bin Ich und möchte, *so wie ich bin*, und dies *in meinen und deinen/euren Augen*, akzeptiert und in der Lage sein, allein sein und (über-)leben zu können.

Dieser Traum stellt sich den Abhängigkeiten entgegen, d.h. relativiert sie und vermittelt so das Gefühl von Autonomie⁵², d.h. auch allein (be-)stehen zu können und daher auch allein mit sich selbst etwas anfangen zu können, aber auch sich nach eigenem Bedarf und Urteil Hilfe holen können bzw. allein versorgen zu können, wenn andere Quellen versiegen oder versagen. Er ist stark von der eigenen Person her bestätigt, aber auch hier ist die Bestätigung von außen willkommen. Er vermittelt von innen und gegenüber außen das Gefühl der Selbstständigkeit.

Im Verhältnis zum Selbst ist, wenn dieser Traum gelingt, die Wahrnehmung des eigenen Ich quasi die Oberfläche dieses Selbst und gibt „Ich-Identi-

⁵¹ Die Selbstmordtendenz Arbeitsloser wurde in der Vorkriegszeit für die Arbeitslosen von Marienthal beschrieben, da Arbeit ein integrierender Faktor ist (Jahoda und Lazarsfeld, 1978), wenn dies nicht durch Mobbing verhindert wird, bei dem dann auch die Selbstmordgefahr besteht.

⁵² Covey (2000) spricht von „Interdependenz“ im Gegensatz zu Dependenz und Independenz, als Zeichen der wechselseitigen Abhängigkeit in Autonomie. Sie ermöglicht Kooperation.

tät“, d.h. Stimmigkeit als Ich innerhalb der vielfältigen Verbindungen und Einflüsse, die auf das Selbst einströmen. Dieser Traum baut sich im Laufe der Entwicklung eines Menschen aus dem Wechselspiel zwischen Individuum und Familie auf, aus der sich der einzelne als Person heraus entwickelt⁵³. Dabei spielt die Anerkennung von Sein und Können eines Menschen eine große Rolle, so dass er auf sich selbst stolz sein kann.

Mit dem Ich als eigenem Feld summiert dieser Traum die Erfahrungen in den einzelnen Feldern und schenkt daher nicht nur Ich-Identität, sondern besonders Selbstbewusstsein, d.h. Bewusstsein des eigenen Seins in der Welt und dessen Wichtigkeit für die eigene Person und die anderen in den verschiedenen Lebensfeldern, der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten und Selbstwert, oder aber auch Wertlosigkeit, Schwäche und Versagen, z.B. in Form des Gefühls, „nicht allein sein zu können und allein nichts zu schaffen“. Daher hat dieser Traum in Partnerschaften und Familien hohe Bedeutung, wie sich nach Trennung oder Scheidung oder nach Verlust des Partners oder wichtiger Angehöriger durch Tod zeigt, da die Ich-Autonomie (wieder) gewonnen werden muss. Das möglichst rasche Eingehen einer neuen Beziehung kann diese Notwendigkeit nur für kurze Zeit kaschieren.

Dieser Traum kann aber auch durch andere Umstände behindert werden: durch medizinische Auflagen, z.B. bestimmte Medikamente immer einnehmen zu müssen, oder auch vom Gericht Auflagen bekommen, die Menschen erfüllen müssen, um ihre Freiheit nicht zu verlieren. Die Demütigung, die damit eingeht, kann dann zum Widerstand gegen die Maßnahmen und damit, z.B. was den medizinischen Bereich betrifft, zu lebensbedrohlichen Situationen führen⁵⁴.

⁵³ Dieses Bestreben wurde in der frühen Familientherapie genutzt, indem junge Menschen aufgefordert wurde, sich aus der „Ego-mass“, der Ich-Masse der Familie heraus zu differenzieren (s. Bowen, 1960)

⁵⁴ So bewirkt bei psychiatrischen Patienten die Auflage, immer ihre Medikamente einnehmen zu müssen, die sie wegen ihrer biochemischen Situation ebenso brauchen „wie ein Diabetiker sein Insulin“ (wörtlich!) eher, dass die Medikamente abgesetzt werden, sobald durch sie annehmbares Wohlbefinden eingetreten ist. Das hat dann oft

Der Traum vom gelungenen TGS gegenüber einem Helfer

Ich möchte gegenüber dem, dessen Hilfe ich brauche, in meinen und seinen Augen meine Würde behalten – auch wenn ich abhängig bin, Fehler mache oder Hilfe brauche.

Dieser Traum ist in allen Kontakten wichtig, wo jemand einem Vorgesetzten, vor dem er sich verantworten muss, oder einem Helfer gegenübersteht. Diese Situation ist an sich demütigend, und kann die „überlegene“ Person zu demütigendem Verhalten verführen (s. auch Teil 1).

Bsp.: Ein Unternehmer kündigt einen langjährigen Mitarbeiter mit den Worten: „Wenn Sie 30 Jahre alt wären, würde ich es vielleicht nicht tun, denn Sie könnten zur Konkurrenz gehen. Aber mit 55 Jahren finden Sie ohnehin keinen Job mehr“ (AK f. Oberösterreich Report April 1999).

Auf diesen Traum ist es daher auch bei den sog. Mitarbeitergesprächen, wie Sie jetzt in größeren Organisationen geführt werden, wichtig, zu achten, damit sie der Absicht, in der sie geführt werden, dienlich sind. Jede Demütigung aus der Überlegenheit in einer solchen Situation ist daher zu vermeiden, ja es ist auf jedes Zeichen zu achten, dass sie eintritt, um sie rechtzeitig zu verhindern. Dies ist besonders dort wichtig, wo es um die Förderung von behinderten Menschen geht, wo die Gefahr der Überlegenheit als „Normaler“ besonders groß und für dessen TGS verführerisch sein kann, sich „herablassend“ zu verhalten.

Bleibt die Würde trotz der Unterlegenheit erhalten, fördert dies Vertrauen, Kooperation, Willigkeit, ja macht geradezu bereit, auch Fehler einzugestehen und sie auszubessern, so dass die für die Beteiligten angestrebten Ziele erreichbar werden (Merl, 1995).

Dies sind die offensichtlichsten Felder, in denen der TGS nach Gelingen strebt.

In jedem dieser Felder kann der Eindruck eines anderen Selbst entstehen, wie außenstehende Beobachter der verschiedenen Felder auch berichten, wenn sie ihre Eindrücke vergleichen. Dennoch ist es jeweils der TGS, angepasst an den

einen Rückfall zur Folge. Eine andere schwerwiegende Folge solcher induzierter Demütigung ist leider oft der Selbstmord, weil „man ja nie mehr hoffen darf, gesund zu werden“.

jeweiligen Bereich, der nach Gelingen strebt, wobei das PRMS die jeweils passenden Strategien zu seiner Realisierung wählt, seien diese günstig oder nicht. Das Misslingen zeigt dabei die oft tiefen Notlagen auf, die manchmal auf verrückte Weise, bewältigt werden sollen. Darin äußert sich dann die Beschränktheit des PRMS.

Die hier präsentierte Auswahl an Feldern kann jederzeit durch weitere Erfahrungen im Umgang mit Menschen ergänzt und erweitert werden.

Die Felddynamik 1

Die Felddynamik wird durch bestimmte Regeln geprägt:

- Jedes Feld ist ein Feld potentieller Energie, die investiert wird, um den TGS in Hinblick auf sein Gelingen „so gut es geht“ zu organisieren.
- Über jedes Feld trachtet jeder Mensch, die Kontrolle zu er- und behalten.
- Jedes Feld ist ein Feld doppelter Erwartungen eines Menschen, d.h. an sich selbst und durch die anderen des Feldes.

Jedes TGS-Feld bezeichnet einen Bereich, in dem im Umgang mit der eigenen Person und den anderen mit Hilfe aus dem „Ich Haus“ abgerufener Strategien Energie investiert wird, um es mit dem Ziel zu organisieren, zuträgliche Informationen hervorzurufen, die (mindestens) die Person an sich und ihre Fähigkeiten in ihrer Wichtigkeit und Autonomie bestätigen. Dabei ergeben sich feld-typische Organisationsformen (und Abweichungen), wie die Beschreibungen auch zeigen sollen. In jedem Fall besteht das Bestreben, die Kontrolle über dieses Feld zu gewinnen und aufrecht zu erhalten. Dabei werden ja nach Grad des Ge- oder Misslingens verschiedene Mittel in Bezug auf oder auch gegen „die anderen“ oder die eigene Person eingesetzt, etwas, was stark von den Möglichkeiten des „Ich-Hauses“, insbesondere den darin bestehenden Bildern über die eigene Person und die Welt und die Strategien, damit umzugehen, abhängt. Da alle Personen des Feldes das auf ihre Weise tun, besteht die Gefahr, dass sich Konflikte entwickeln, mit allen oben beschriebenen Folgen für den jeweiligen TGS. Dies verschärft sich ungemein, wenn eine Person aus Angst vor des Misslingens des TGS in

diesem Feld, die Bestrebungen der anderen, das Feld ebenfalls zu kontrollieren, nicht duldet. Die angestrebte und befriedigende Lösung in jedem Feld ist für jeden, einerseits mit sich in Frieden zu sein, was einen konstanten inneren Dialog an Hand der Erfahrungen, die gemacht werden, erfordert, so dass dieser innere Friede auch immer wieder gewonnen wird, und andererseits mit den anderen die Kontrolle über das Feld zu teilen, i.S. einer Win-Win-Situation⁵⁵, bzw. bei Konflikten einen Dialog zu führen, der wieder zu einer solchen Lösung und so zur Versöhnung führt. In diesem Zusammenhang sind das „nicht Richten“ (verurteilen)⁵⁶ der eigenen Person und der anderen und vergeben und sich wieder versöhnen können wichtige Strategien, vorausgesetzt, dass sie Teil des Strategierepertoires im Ich-Haus sind oder werden können. Das entspricht dann dem Bild einer funktionierenden Demokratie, mit Mitspracherecht aller und einem Dialog zum inneren und gemeinsamen Wohl aller, unter dessen Ausbleiben ja Menschen leiden.

Da jeder Mensch in jedem Feld bestimmte *Funktionen*⁵⁷ hat, die von ihm – auch durch ihn selbst – gefordert und/oder von ihm selbst angestrebt werden, d.h. mit bestimmtem Verhalten zum Erreichen eines bestimmten Ziels beizutragen, da ja auch sein Leben und Befinden davon abhängt, werden die Energien in jedem Feld bei jedem Beteiligten in die Erfüllung der Erwartungen an die eigene Person und die der anderen gerichtet (sofern diese für ein Feld wichtig sind), d.h. was muss ich vor mir selbst erfüllen und erwarten andere von mir, damit mein TGS in diesem Bereich gelingt? Diese Erwartungen gehen von meinen PRMS („Ich-Haus“) aus, d.h. von

⁵⁵ Dieser Begriff stammt aus dem Prisoner's Dilemma der Spieltheorie – s. v. Neumann und Morgenstern, 1980; s. auch die sehr gut verständliche Darstellung v. Stern im Internet unter <http://william-king.www.drexel.edu/top/eco/game/game.html> und Zimbardo (1995) im Zusammenhang mit Friedenspsychologie.

⁵⁶ Matthäusevangelium 7:1–5 und andere diesem Dialog dienliche Anweisungen der Bergpredigt.

⁵⁷ Funktion bezeichnet ein fortdauerndes Verhalten, das eine bestimmte Wirkung veranlasst. Dies kann sich ergeben, wie etwa in den Interaktionsmustern, kann angestrebt, oder auch gefordert sein.

den Standards, die ich für mich selbst aufgestellt habe und die ich glaube erfüllen zu müssen, um „jemand zu sein und etwas zu können“. Dies ist besonders dort wichtig, wo die Erwartungen, nicht wie in einem Anforderungsprofil für einem Arbeitsplatz, klar definiert sind, etwa beim Eingehen von Partner bzw. Familienbeziehungen, aber auch sie werden erst über das Ich-Haus „bearbeitet“.

Es stellt sich daher in jedem Feld die Frage „Wann bin ich vor mir selbst gut genug, um es mir selbst bestätigen zu können? Darf ich mir auch erlauben, „unvollkommen“ zu sein und auch Fehler zu machen? Dies entspricht einer inneren Prüfung, die jeder Mensch vor sich selbst ablegen muss und in der er sich für sein Tun rechtfertigt, für die er sich dann „bewertet“. Eine 2. Prüfung ist aber vor den anderen abzulegen, (wenn ich Wert auf deren Urteil lege) die auf ihre Weise prüfen. Ihr Urteil „ergeht“ allerdings nur teilweise durch direkte Rückmeldung, zu einem großen Teil aber wird der Eindruck, den die Rückmeldungen der anderen geben, durch das PRMS bewertet, so dass hier viel Raum für Missverständnisse besteht, besonders wenn die Erwartungen der anderen von ihnen nicht klar gemacht wurden und/oder u.U. nicht erfüllbar sind, so dass ich, in letzterem Fall besonders, von ihnen ein kritisches Bild, wie von Gegnern habe, gegen die ich „bestehen muss“. Eine Komplikation dabei ist, wie „streng“ oder „locker“ die Maßstäbe sind, die von den anderen angelegt werden, und welche Hilfe besonders von Seiten anderer gegeben werden kann, damit meine Prüfung vor ihnen und auch vor der eigenen Person leichter bestanden werden kann, und was sie von mir brauchen würden, um diese Hilfe geben zu können. Diese Spirale ist, wenn sie nicht beendet werden kann, oft Anlass zu Streit und Gewalt.

Ich möchte z.B. ein guter Vater vor mir selbst und in den Augen meiner Familie sein.: Wie streng ist mein Maßstab oder wie unsicher bin ich (nach meinen Erfahrungen, die im Ich-Haus niedergelegt sind) und wenn ich nach meinem Maßstab kein guter Vater bin, würde mir etwa mehr Anerkennung von meiner Familie helfen, dass ich es sein kann? Und was müsste dann von mir kommen, damit meine Familie mir die Anerkennung geben kann, die ich brauchen würde, usw.

So ist es eine doppelte Prüfung mit komplizierten Vorbedingungen, die ich bestehen muss, wobei ich selbst und die Welt für mich und die anderen Zeugen für mein Bestehen oder Versagen sind. Diese doppelte Prüfung findet ständig statt.

Dabei muss ich aber 1. die Aussagekraft dieser Zeugen prüfen und 2. bei einem Nicht- Bestehen der Prüfung, meinen TGS dennoch irgendwie retten. Dies ist für mein Befinden von großer Bedeutung.

Gelingt mir Erfolg für meinen TGS in einem Feld, kann ich es mir selbst in erster Linie zuschreiben und gegebenenfalls und, je nach Feld, auch den anderen, die daran beteiligt sind⁵⁸. Oder ich kann, abhängig von den Strategien meines PRMS sogar die Schwierigkeiten, die andere mir gemacht haben, als „Hilfe“ deuten und ihnen dafür danken. Das wäre dann eine Win-Win-Situation, die bei mir das Gefühl von Stolz auf mein Gelingen bewirkt und die anderen in ihrem TGS in diesem Feld stärken kann. Ist mein Bild von den anderen eher das einer kritischen Instanz, und sind sie es auch tatsächlich, kann ich mein Gelingen gegenüber einem mehr oder weniger starken „Feindbild“ mehr mir selbst zu schreiben. Es ist ein Gelingen „trotz“ der Widrigkeiten, das meinen Stolz auf mich verstärkt. Das kann in Richtung Win-Lose-Situation führen und sich auf das Bild, das diese anderen von mir haben, als Triumph über sie oder als Arroganz ihnen gegenüber auswirken, und ihr Verhalten, z.B. i.S. von Neid auf meinen Erfolg so beeinflussen, dass sie mir mein ungünstiges Bild von ihnen bestätigen. Das wieder kann mich in meinen Triumph nur noch bestärken, besonders wenn das Gelingen trotz allem als „besondere Tüchtigkeit“ bestätigt wird, und auf mich wie ein gewonnener Zweikampf wirken.

Misslingt mir der Erfolg in einem Feld, kann ich die Schuld auf mich nehmen oder die anderen beschuldigen. Das führt im ersten Fall zur Selbstabwertung. Ob ich die Niederlage ertragen kann, hängt einerseits vom Ausmaß der Niederlage und andererseits von meinem Selbstwert in anderen Feldern oder

⁵⁸ Dies ist ein wichtiger Schritt beim sog. „ReTeaming“, einer von B. Furman und T. Ahola 1997 entwickelten Methode, Teams zu organisieren oder zu reorganisieren.

insgesamt ab, auch wenn ich mich selbst streng beurteile. Ist aber das Misslingen meiner Erwartungen an mich in meinen Augen – und wie ich glaube oder es auch tatsächlich der Fall sein kann –, in den Augen anderer schwerwiegend und auch chronisch und habe ich nicht ein Selbstwert-„Reservoir“, dann ist die Abwertung anderer ein gebräuchlicher Weg, andere für mein Misslingen verantwortlich zu machen, was mir auch erlaubt gegen sie aggressiv vorzugehen. Das erspart die Demütigung vor mir selbst und erlaubt mir vieles, von der Verschwörung gegen die anderen bis zum „gerechtfertigbaren“ Mord an ihnen („Er hat ..., Sie haben es verdient ...“) (s. hierzu die Auflistung „Misslingen des TGS“ in Teil 1).

Kurz: In jedem Feld wird das Ge- oder Misslingen des TGS durch die Erwartungen an die eigene Person und die Bestätigung durch das Feld, d.h. die anderen in diesem Feld, wenn diese dabei wichtig sind, bestimmt. Dabei ist es oft tröstlich, dass die anderen praktisch nie eine einheitliche Front bilden, auch wenn Anerkennung bzw. Ablehnung oft nicht offen geäußert werden. Sicherheit vor dem Gefühl des Versagens bietet ein Selbstwert-„Reservoir“, das aber u.U. auch zu Ende gehen kann, wenn die Bestätigung zu lange ausbleibt oder vorenthalten wird wie etwa beim Mobbing. Hier entwickelt sich die Situation typischerweise zum Zweikampf, bis es durch den Mangel an Anerkennung der Zweifel an der eigenen Fähigkeit so groß wird, dass es zu verschiedenen Störungen bis hin zum Selbstmord kommt.⁵⁹

⁵⁹ Es ist geradezu charakteristisch für die Mobbingssituation, dass der/die Betroffene nicht das Feld verlassen kann, aber im Bestreben doch noch zu „siegen“, verliert. Über Verhaltenweisen, die Mobbing charakterisieren s. Leyman, H., der in einem Modell 45 Verhaltensweisen identifiziert (<http://www.leymann.se/deutsch/frame.html>)

- Angriffe auf die Möglichkeit sich mitzuteilen (Ständiges Unterbrechen, lautes Schimpfen, Kritik an der Arbeitsleistung, mündliche Drohungen, Kontaktverweigerung)
- Angriffe auf soziale Beziehungen (Ignorieren des Betroffenen, Kollegen lassen sich von ihm nicht mehr ansprechen und verbieten anderen, mit ihm Kontakt aufzunehmen)
- Angriffe auf das soziale Ansehen (Verbreitung von Gerüchten, Lächerlich-

Da wir als Menschen besonders in den TGS Feldern, in denen wir die Anerkennung der anderen suchen, bestimmte *Funktionen* ausüben wollen und sollen, d.h. auch Erwartungen der anderen an bestimmtes Verhalten unsererseits erfüllen müssen und auch wollen, um schließlich erfolgreich zu sein, dazu aber eben auch bestimmte zuträgliche Informationen brauchen, erlaubt das vorliegende Konzept die Frage, die sich jeder an sich und die anderen stellen kann und sollte:

Wie gut erfülle ich die meine Funktion in meinen und Augen der anderen, wie groß ist die Diskrepanz zwischen meiner Erwartung und der der anderen an mich und welche zuträgliche Information seitens der anderen würde mir helfen, meine Funktion besser bis optimal zu erfüllen. Diese Fragen sind nicht nur dort wichtig, wo Funktionen definiert sind, wie in Organisationen, sondern noch viel mehr dort, wo sie nur vage oder gar nicht definiert sind, wie in informellen Beziehungen wie Partner bzw. Familien- und Freundschaftsbeziehungen.

Bin ich ein guter Vater in meinen Augen und deinen Augen und was würde ich von dir, Partnerin, von euch Kindern brauchen, um in meinen und deinen, euren Augen ein besserer Vater zu sein. Weißt du überhaupt was ich brauche, und was würdest du brauchen, um mir zukommen zu lassen, was ich brauche, um möglicherweise dir dann besser zukommen zu lassen, was du brauchst, damit du mir geben kannst,

was ich brauche? Diese Fragen können entscheidend zur Klärung falscher Erwartungen und Entschärfung von Enttäuschungen beitragen, und werden oft erst in einer Therapie gestellt und behandelt.

Felddynamik 2

Das Ausmaß an Erfolg in jedem Feld lässt sich leicht von Menschen erfragen und durchskalieren (z.B. auf einer Skala von 0–10) feststellen. So ergibt sich das „Gesamtgewicht“ (Merl, 1998) des TGS als Selbstsystem, das über Hochgefühl, Lebensmut, Lebensfreude oder Niedergeschlagenheit und Selbstmordneigung entscheidet. Dabei ist zu beobachten, dass innerhalb des ganzen TGS einer Person die Bereiche einander nicht nur unterstützen bzw. konkurrieren können (s. Teil 1), sondern der TGS neue Felder eröffnen kann, in denen der Ausgleich für etwas gesucht wird, was in den zu einem bestimmten Zeitpunkt bestehenden Feldern an zuträglichen Informationen vermisst wird, etwas, was ich als „ökologische Ausgleichsregulation“⁶⁰ bezeichnen möchte. Die Möglichkeiten zu neuen Feldern sind vielfältig und oft überraschend, da sie bis hin zum extremen „Doppelleben“ eines Menschen führen können⁶¹. So kann etwa der Arbeitsplatz eine stagnierende Partnerbeziehung „tragen“, indem neben dem Gewinn aus der Arbeit auch zärtliche oder sexuelle Beziehungen mit einem anderen Menschen angebahnt werden, (was allerdings bei diesem dessen TGS

anspricht, z.B. den Traum von der gelungenen Partnerschaft, und ihn aktiviert und Energie investieren lässt und zu erheblichen Konflikten führt, s.o.).

Ökologische Ausgleichsregulationen im Dienste des eigenen TGS sind im Leben aller Menschen mehr oder weniger häufig. Sie lassen sich, wie die Beobachtung lehrt, je nach ihrer Bedeutung für ein bereits gegebenes TGS-Feld oder System klassifizieren, je nachdem, wie sie von ihm angenommen werden: Man kann 3 Formen ökologischer Ausgleichsregulationen (ÖAR) unterscheiden:

Erwünschte ÖAR, erlaubte ÖAR, und verbotene ÖAR. Jede Kategorie bedeutet Bezug zu den aktuell gültigen Regeln in den Feldern oder Systemen, in denen Menschen leben, zu denen ja auch der Umgang eines Menschen mit sich selbst gehört, d.h. seinem Organismus mit all seinen Teilsystemen.

Erwünscht ist etwa das Betreiben von Sport, oder anderen Hobbies, die einerseits einer Person z.B. in ihrer sonstigen Tätigkeit Abwechslung und Entspannung und auch vermehrte Gesundheit bieten, und ihnen damit nicht nur zu ihrem TGS in diesem Hobby-Bereich (z.B. dem Traum von der Pflanzenhalterschaft durch Gartenarbeit, z.B. Rosen züchten) beitragen, sondern sie dadurch für andere Personen zugänglicher und mehr zuträgliche Information spenden machen, zu *deren* TGS sie so i.S. einer Win-Win-Situation besser beitragen können.

Erlaubt und *geduldet* sind ÖAR, die notwendig sind, wenn auch nicht unbedingt erwünscht, aber nicht im Widerspruch zu einem oder verschiedenen TGS-Feldern stehen. So müssen etwa um den Frieden und das Wohlbefindens einer Partnerschaft zu erhalten, die Partner einander eigene Aktivitätsbereiche zugestehen und so Gleichberechtigung dokumentieren, die auch gesellschaftlich akzeptiert und geregelt sind, wie etwa Stammtischrunden oder „Frühschoppen“ der Männer oder „Frauentage“, und für die das Recht auf Teilnahme eingefordert werden kann.⁶² Das dient dem TGS des Einzelnen

machen über Privatleben, Verdrehen der Tatsachen „Du bist einfach zu empfindlich, geh mal zum Psychologen“, Nationalität und andere Einstellungen, falsche oder kränkende Beurteilung des Arbeitseinsatzes, Zwang zu Arbeiten, die das Selbstbewusstsein verletzen)

- Angriffe auf die Qualität der Berufs- und Lebenssituation (Entzug von Arbeitsaufgaben, Erteilung von sinnlosen, unter oder stark über der eigentlichen Qualifikation liegenden Aufgaben)
- Angriffe auf die Gesundheit (Zwang zu gesundheitsschädlichen Aufgaben, Androhung körperlicher Gewalt, Anrichtung materiellen Schadens am Arbeitsplatz oder zu Hause). Sogar sexuelle Annäherungen und eindeutige Angebote sowie das Verwenden obszöner Schimpfworte fallen unter Mobbing. Der Phantasie der Täter scheint dabei keine Grenzen gesetzt zu sein.

⁶⁰ „Ökologisch“ heißt, dass Menschen wie alle Lebewesen bestimmte, für ihr Gedeihen notwendige Anforderungen stellen, die im Austausch mit sich und der Umwelt erfüllt werden müssen, manchmal durch Anpassung an die Umwelt oder Anpassung der Umwelt an sie. Angestrebt werden dabei dem Gedeihen zuträgliche Verhältnisse. Dabei bestätigt das Befinden und besonders das Gedeihen die Zuträglichkeit des Zugeführten.

⁶¹ Ein klassisches Beispiel dafür ist die Gestalt von Dr. Jekyll und Mr. Hyde im Roman v. R.L. Stevenson. Banalere Formen sind das Leben von Spionen, die zur Zeit des kalten Krieges in ein anderes Land geschmuggelt werden mit dem Auftrag, sich an Frauen heranzumachen, die Zugang zu Informationen haben, sie auch zu heiraten und mit ihnen Familie zu „spielen“, aber auch von verheirateten Frauen, die ohne Wissen ihres Partners heimlich als Prostituierte arbeiten.

⁶² In einer mir bekannten großen Firma ist von dieser her die sonst verpönte Schwarzarbeit der Angestellten, selbst auf dem Firmengelände, erlaubt, um diesen einen besseren Verdienst zu gewährleisten und sie „bei der Stange zu halten“.

sowohl was diesen Ausgleichsbereich als auch den Traum von der gelungenen Partnerschaft betrifft, würde doch das Nichterlauben zu Spannung in der Beziehung, oder zum Gefühl des „Eingesperrt-Fühlens“ und Depression oder Ausbruch dessen führen, der sich in seinen Möglichkeiten beschnitten fühlt.

Oft wird medizinisch etwas erlaubt, um die Lebensqualität eines Menschen nicht allzu stark zu reduzieren, auch wenn es der Gesundheit nicht unbedingt förderlich ist.

Verboten sind ÖAR, die mit einem oder mehreren TGS Bereichen im Widerspruch zu deren Regeln stehen und sie dadurch schädigen könnten, d.h. Sie führen zu Konflikten mit einer bestehenden Regelung. So kann eine sexuelle Beziehung außerhalb einer Partnerschaft (Ehe) diese in Frage stellen⁶³. Aber auch im Umgang mit der eigenen Person gibt es verbotene ÖAR, etwa wenn jemand durch Suchtmittelgebrauch (Nikotin, Alkohol, Drogen) seine Leistungsfähigkeit oder künstlerische Produktion erhalten und fördern möchte und durch die Folgen für seine Gesundheit das Verbot durch die Gesetze des Organismus zu spüren bekommt.

Kurz gesagt: Ob und wann eine ÖAR erwünscht, erlaubt oder verboten, entscheidet das System und seine Regeln, zu dem sie in Bezug steht.

Allgemeine und therapeutische Bedeutung des TGS- Systems

Die Kenntnis des TGS und seiner Felder, einzeln und als Teile des Selbst-Systems, und des PRMS als Instrument der Realisierung macht es möglich, die Lebenssituation von Menschen auf ihre Lebensqualität hinsichtlich des Ausmaßes an Selbstwert zu beurteilen. Sie erlaubt, Konstellationen zu erkennen, die für bestimmte Felder charakteristisch

und daher erfragbar sind, sowohl was das Ge- als auch das Misslingen betrifft, und diesbezüglich auch den Gesamtzustand des TGS zu verstehen, d.h. einerseits welche Zuflüsse wo und mit wieviel an zuträglicher Information bestehen, und andererseits, wo Konkurrenzen oder Kooperationen und zwischen welchen Feldern sind und welche ÖAR die Lage mit welchen Wirkungen und „Nebenwirkungen“ beeinflussen, und welche Einstellungen und Strategien das alles bewirken. Es macht gleichzeitig auch die Auswirkung auf die Person was ihre Gesundheit betrifft und ihr Umfeld bzw. deren Beteiligung am Zustand deutlich. Dies ist in jedem Bereich der Betrachtung von Menschen in ihrer Lebenssituationen (auch der eigenen) wichtig, z.B. in der eigenen Familie oder in der Beziehung zu Freunden, aber natürlich auch bei Beurteilung einer schwierigen oder verfahrenen Lebenssituation, für die Hilfe gesucht wird. Insofern ist diese Möglichkeit für alle Bereiche helfender Arbeit, wie Sozialarbeit, Coaching, Supervision und Therapie sehr aufschlussreich und brauchbar.

Die Vorgehensweise – unter Beachtung der Grundregeln (s. Teil 1) – ist:

1. Das TGS Schema dem Betreffenden zu erklären und die Bewertung der Felder hinsichtlich Erfolg in diesem Bereich eintragen zu lassen, so dass dadurch eine „öko-systemische Landkarte“ der Lebenssituation entworfen wird. Dabei kann das hier vorgestellte Schema verwendet werden, in das zusätzliche Felder, und auch ÖAR-Felder eingetragen werden können, oder einfach ein eigenes Schema, wie es sich aus dem Gespräch ergibt, entworfen werden.
2. Das „Ich-Haus“ zu besprechen, insbesondere in Hinblick auf Einstellungen und Strategien.
3. Die ÖAR zu erklären, etwaige ÖAR zu identifizieren und ihre Notwendigkeit unter den gegebenen Umständen zu besprechen.
4. Die Möglichkeit der Skalierung des Ausmaßes an Gelingen im jeweiligen Feld und des TGS insgesamt zu bestimmen und an Hand der Bewertungen im TGS Schema danach zu fragen, in welchen Bereichen jemand Wert auf Veränderung bzw. Verbesserung legt, was er/sie tun könnte, um sie zu bewirken und, wie sich das

auf ihn/sie bzw. die verschiedenen Felder auswirken würde.

Im Verlauf dieses Vorgehens, besonders weil mit Bildern gearbeitet wird, erkennen die Betreffenden oft von sich aus Möglichkeiten zur erwünschten Verbesserung. Dies wird durch den Überblick, den die „Landkarte“ ermöglicht. Dann erst sollten

5. Möglichkeiten, die etwa ein Helfer kennt, eingesetzt werden, um die erwünschten Veränderungen zu ermöglichen. Dazu bieten sich dann die verschiedenen therapeutischen Möglichkeiten an.

Ethische Erwägungen

Die Kenntnis des TGS, des Ich-Hauses und der ÖAR führen in erster Linie vor Augen, dass Menschen grundsätzlich der inneren Anforderung entsprechen müssen, den TGS – und das immer wieder und in allen Feldern ihres Lebens – zum Gelingen zu verhelfen. Dies entspricht einer inneren *Notlage*, die, so gut es geht, mit Hilfe des Ich-Hauses bewältigt werden muss. Dabei werden Einstellungen und Strategien erkennbar, die den Wertvorstellungen menschlichen Zusammenlebens mehr oder weniger widersprechen können. Hier liegt auch die Gefahr, besonders auch für Helfer, jemanden zu verurteilen oder zu einem Verhalten zu verführen, wie es seiner Erfahrung, Überzeugung oder gar seinem Bedarf entspricht oder dienlich ist, etwa wenn Helfer aus eigener schlechter Erfahrung einem in seiner Beziehung gekränkten unglücklichen Partner zur Scheidung, oder „sich eine Freundin zu nehmen“ raten, oder als Anhänger ihrer Ideologie zu Taten veranlassen und diese gut heißen, die ihrem eigenen Zielen und nicht denen des/der so Verführten dienen. Hier steht dem Missbrauch Tür und Tor offen.

Andererseits sind alle Lösungsmöglichkeiten, die jemand für seine Situation findet, gut zu heißen auch nicht das Ziel, sondern Einstellungen und Strategien zu finden bzw. finden zu lassen, die einerseits vermitteln, dass der TGS gelingt, andererseits, sozial kompatibel sind, d.h. das Zusammenleben mit „den anderen“ nicht stören oder noch besser, sogar bereichern.

Das wäre auch ein Ausgangspunkt dafür, Kerne einer Gesellschaft zu schaffen, in der es zu leben erfreulich ist.

⁶³ Manchmal wird diese Möglichkeit erlaubt und bei Eingehen der Partnerschaft vereinbart. Ob die Vereinbarung, die zu einem bestimmtem Zeitpunkt von beiden getroffen wird, für die weitere Zeit ihre Tragfähigkeit behält, ist eine wichtige Frage, bedeutet sie doch das bewusste in Kauf nehmen einer Situation, in der sonst Eifersucht, und Werte wie Treue eine bedeutende Rolle spielen.

Autor

Harry Merl, Jg. 1934, Praktischer Arzt und FA für Psychiatrie und Neurologie, ehemaliger Leiter des Instituts für Psychotherapie der Landesnervenklinik Wagner-Jauregg des Landes OÖ, Univ.-Doz. für Psychotherapie an der Universität Graz, lehrte an den Universitäten Salzburg, Graz und lehrt derzeit an der Universität Wien für das Wahlfach Systemische Einzel- und Familientherapie und an der Universität Linz im Bereich Wirtschaftsinformatik „Ökosystemisches Denken“. Gruppentherapeut und Psychoanalytiker (Lehranalytiker), seit 1969 Familien- und Systemtherapeut, Supervisor. Seit der Pensionierung freischaffend als systemischer Therapeut, Supervisor. Interessensschwerpunkte: Systemerkennung und Veränderung (bes. auch in Form der Teamsupervision), Humanökologie, Erhaltung und Wiederherstellung von Gesundheit (Einführung des „Gesundheitsbildes“) insbesondere bei schweren psychiatrischen und körperlichen Erkrankungen (Schizophrenie, MDK, psychosomatische Erkrankungen, Krebs). Arbeit mit dem „Reflecting Team“, Rolle des Selbst in der systemischen Therapie („Der Traum vom gelungenen Selbst“). Zahlreiche Veröffentlichungen zum Thema Veränderung.

Literatur

- AK f. Oberösterreich Report, April 1999
- Antonovsky A (1987) *Unraveling the mystery of health*. Jossey Bass, San Francisco
- Bowen M (1960) A family concept of schizophrenia. In: Jackson DD (ed) *The etiology of schizophrenia*. Basic Books, New York, pp 346–372
- Breunlin DC, Schwartz RC, Mac Kune-Karrer B (1997) *Metaframeworks. Transcending the models of family therapy*. Jossey Bass, San Francisco
- Covey SR (2000) *Die sieben Wege zur Effektivität*. Heyne, München
- Matthäus Evangelium 7:1–5 (1980) *Die Bibel-Einheitsübersetzung*. Kath. Bibelanstalt, Stuttgart
- Erikson EH (1966) *Identität und Lebenszyklus, Theorie 2*. Suhrkamp, Frankfurt
- Frankl VE (1977) *... trotzdem ja zum Leben sagen*. dtv, Frankfurt
- Freud S (1921) *Massenpsychologie und Ich-Analyse*. GW, Bd 13. Imago, London (1940)
- Furman B, Ahola T (1997) *Succeeding together*. Snellman, Helsinki
- Gardano AC (1998) *Risk and resiliency factors among culturally diverse families: implications for family psychopathology*. In: L'Abate L (ed) *Family psychopathology: the relational roots of dysfunctional behavior*. Guilford Press, New York, pp 94–124
- Gottman JM (2000) *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe*. Marion v. Schroeder Verlag, München
- Grimm H, Grimm J: *Der alte Großvater und der Enkel*. In: *Kinder und Hausmärchen*. Weltbild Bücherdienst (ohne Jahresangabe)
- Holst D v (1988) *Stress*. In: Immelmann K, Scherer KR, Vogel C, Schoock F (Hrsg) *Psychobiologie – Grundlagen des Verhaltens*. Fischer, Psychologie Verlags Union, Frankfurt, S 289–327
- Jahoda M, Lazarsfeld P (1978) *Die Arbeitslosen von Marienthal*. 2. Aufl. Suhrkamp, Frankfurt
- Kohut H (1971) *The analysis of the self*. Int. Univ. Press, New York
- Liebsch B (1984) *Soziale Perspektivität und familiäres System*. *Familiendynamik* 3: 192–216
- Löw S (1992) *Ursachen und Folgen von Gewaltanwendung gegenüber Frauen und Kindern*. Teil 1. Projekt d. Bundesministeriums f. Frauenangelegenheiten
- Merl H (1995) *Reflecting supervision*. *J Systemic Therapies* 14: 47–56
- Merl H (1998) *Der Traum vom gelungenen Selbst*. In: Ahlers C, Merl H (Hrsg) *Selbstkonzepte in der systemischen Therapie*, S 107–134. In: Brandl Nebehay A, Rauscher-Gföhler B, Kleibel-Arbeits-huber J (Hrsg) *Systemische Familientherapie*. Facultas, Wien
- Morse M (1992) *Transformed by the light*. Villard Books, New York
- Neuman J v, Morgenstern O (1980) *Theory of games and economic behavior*. Princeton University Press
- Richter HE (1963) *Eltern, Kind und Neurose*. Klett, Stuttgart
- Schwartz RC (1995) *Internal family systems therapy*. Guilford, New York
- Selvini-Palazzoli M (1974) *Self-starvation*. Human Context Books, Chaucer, London
- Sigusch V (1992) *Geschlechtswechsel*. KleinVerlag, Hamburg
- Stevenson RL (1996) *Dr. Jekyll und Mr. Hyde*. Der seltsame Fall. Diogenes, Zürich
- Zimbardo PG (1995) *Psychologie*, 6. Aufl. Springer, Berlin Heidelberg New York Tokyo