

## NEUBEELTERN DES ELTERN-ICHS ZUR UNTERSTÜTZUNG VON NEUENTSCHEIDUNGEN Von Ken Mellor und Graham Andrewartha

### Zusammenfassung

Im Zusammenhang mit Eltern-Ich-Interviews (J. McNeel) werden Techniken des Neubeelterns eingesetzt, die dazu dienen sollen, daß das Kind-Ich, das eine Neuentscheidung trifft, darin vom neubeelternen Eltern-Ich-Zustand unterstützt wird. Die Bedürfnisse, Wünsche und Gefühle im Eltern-Ich werden dabei bestimmt und erfahren, so daß sichergestellt ist, daß sie im Prozeß des Neubeelterns für das Eltern-Ich angemessen berücksichtigt werden. Der Artikel beschreibt und kommentiert das Neubeeltern des Eltern-Ichs an einem Beispiel. Es werden auch spezielle Angaben und Beispiele für geeignete Begleitumstände beschrieben, wann das Neubeeltern des Eltern-Ichs durchgeführt werden sollte.

*Barton W. Knapp*

### Einführung

Wir haben unabhängig voneinander und schon bald, nachdem wir die Technik des Eltern-Ich-Interviews (McNeel 1976) anzuwenden begonnen hatten, wiederholt festgestellt, welchen hohen Wertes hat, Eltern-Ich-Interviews bereits mit einer gewissen Orientierung des Neubeelterns zu führen. Wir haben uns, ebenfalls unabhängig voneinander, vorgenommen, über unsere Erfahrungen zu schreiben, haben uns „zufällig“ von unseren Plänen erzählt und uns entschieden, unser Wissen zusammenzulegen: daher dieser Artikel.

### Das Ziel

Unser Ziel beim Neubeeltern des Eltern-Ichs ist es, Menschen bei solchen Veränderungen im Eltern-Ich-Zustand zu helfen, die sie bei Neuentscheidungen unterstützen. Diese Neuentscheidungen können sie bereits getroffen haben oder sie wollen sie aufgrund ihrer Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche unbedingt noch treffen.

Um dieses Ziel zu erreichen, erarbeiten wir jeweils die wichtigen „Elternpersönlichkeiten“ (Mutter, Vater, Bruder, Lehrer etc.), um neue Botschaften zu verankern und wichtige Informationen aufzunehmen, und daraufhin diese neuen Botschaften und Angaben mit den Entscheidungen in Einklang zu bringen. Das Ziel ist dann erreicht, wenn die notwendigen Entscheidungen und Neuentscheidungen getroffen und durch Übereinkünfte zwischen der jeweils wichtigen „Elternpersönlichkeit“ und dem Kind-Ich-Zustand gefestigt worden sind.

### Das Vorgehen

Das Vorgehen beim Neubeeltern entspricht dem Vorgehen, das beim Punktuellen Neubeeltern (spot re-parenting) gewählt wird (Osnes 1974) bis auf die Tatsache, daß es hier um eine Arbeit mit dem Eltern-Ich geht. Es gibt fünf Schritte:

1. Sich der Zustimmung eines Betreffenden zur Arbeit in seinem Eltern-Ich versichern (vgl. McNeel 1976).
2. Auf die Elternpersönlichkeit als eine eigenständige Person reagieren, die drei vollständig intakte Ich-Zustände hat, und das benötigte Beeltern identifizieren.
3. Die „Elternpersönlichkeit“ dazu veranlassen, in das Kind-Ich zu gehen (KEI), so daß deren Bedürfnisse, Gefühle und/oder Wünsche erfahrbar sind.
4. Den Gefühlen, Bedürfnissen und/oder Wünschen beider angemessen beeltern, also sowohl entsprechend denen der „Elternpersönlichkeit“ wie auch entsprechend denen des Kind-Ichs des jeweiligen Klienten.
5. Eine angemessene Entscheidung der „Elternpersönlichkeit“ erlangen: dies kann auch die Auflösung von Sackgassen (impasses) ersten oder zweiten Grades (Goulding and Goulding 1978) für die „Elternpersönlichkeit“ mit sich bringen.  
Ein Transaktionsdiagramm dieses Vorgehens ist in Abbildung 1 enthalten.

## Das Beeltern

Es gibt einige Leitlinien, die für das Neubeeltern von Bedeutung sind (vgl. auch Schiff 1975); sie gelten für das hier beschriebene Neubeeltern, wie überhaupt für jedes Neubeeltern oder Beeltern.

Für denjenigen, der das Beeltern ausführen will, ist es wichtig:

1. daß er alle seine Ich-Zustände gleichmäßig zur Verfügung hat und sie angemessen einsetzen kann;
2. daß er deutliche, verbale Botschaften geben kann, und zwar sowohl als Vorschriften, was zu tun sei, wie auch als Einschärfungen, was jemand nicht tun soll;
3. daß er jede Botschaft, die von der jeweils beelerten Person erfahren wird, als bedeutend für deren eigene Gefühle, Bedürfnisse und/oder Wünsche erklären kann;
4. daß er eine Entscheidung darüber herbeiführt, daß das Beeltern auch wirklich genutzt wird.

Dieser Ansatz zielt darauf ab, soweit wie möglich sicherzustellen, daß diejenigen, die beelert werden, aktiv an der therapeutischen Arbeit beteiligt sind und ihren Nutzen daraus ziehen.

## Der Gesamtprozeß

Schritte des Neubeelterns können auf bereits getroffene Neuentscheidungen einer Person folgen, oder auch selbst die Einleitung für notwendige Neuentscheidungen bilden. Unabhängig von der Reihenfolge haben wir es als nützlich erachtet, auf das Neubeeltern des Eltern-Ichs und die Neuentscheidungsprozesse eine Arbeit folgen zu lassen, in der die „Elternpersönlichkeiten“ das Kind-Ich im Dialog mit mehreren Stühlen aus der neuen Position heraus beeltern. Dabei ist es sinnvoll, das Eltern-Ich, wenn nötig, entsprechend den Leitlinien für das Beeltern zu betreuen. Verträge darüber, wie sich die einzelnen Anteile einer Person beim Umgang mit dem betreffenden Problem künftig verhalten werden, unterstützen eine weitere Festigung der Veränderungen, indem sie den allgemeinen Charakter künftiger innerer Dialoge bekräftigen. Wenn man nun das Kind-Ich liebkost und nochmal feststellt, daß es allein das Problem gelöst hat, so stellt man dadurch sicher, daß die jeweilige Person nicht die Arbeit abschließt und dabei denkt, die „Elternpersönlichkeit“ hätte alle Aufmerksamkeit bekommen und „Ich ging mal wieder leer aus!“

Aus diesen Überlegungen heraus stellen wir das Vorgehen beim Neubeeltern in den Kontext mit anderen Schritten:

Schritt 1: Neubeeltern des Eltern-Ichs (oder Arbeit an Neuentscheidungen)

Schritt 2: Dialog von Eltern- und Kind-Ich

Schritt 3: Arbeit an Neuentscheidungen (oder Neubeeltern des Eltern-Ichs)

Schritt 4: Verträge und Liebkosungen

Was schließlich das Ergebnis des Gesamtprozesses ist, zeigt die Abbildung 2.

## Beispiel für einen Gesamtprozeß

Mary ist eine ruhige Dreißigjährige, die in ihrer Gruppe einen Vertrag darüber geschlossen hat, daß sie lernen will, mit ihrer Wut in verschiedenen Situationen auch verschieden umzugehen und daß sie damit aufhören will, andere zu verletzen. In einer Dialogarbeit mit zwei Stühlen beschreibt sie die Zeit, als sie zehn Jahre alt war und gerade mit ihrem Vetter Cricket spielte. Sie wird wütend und schlägt ihren Vetter mit dem Schläger. Ihr Vater bestraft sie und sie entscheidet sich daraufhin, zu schmollen und ihre Gefühle ab sofort nicht mehr zu zeigen. Es hat den Anschein, als ob ihr Vater (Geoff) wenig Ahnung davon hat, wie er auf Marias Bedürfnisse reagieren soll.

„Geoff“: „Du solltest mich nicht so bloßstellen, indem Du David schlägst.“

Leiter: „Wie kann Dich das bloßstellen, Geoff?“

„Geoff“: „Es zeigt, daß ich sie nicht gut erzogen habe, daß sie keinen Respekt hat. Ich habe große Lust Dich zu schlagen!“

Leiter: „Hmmm. Ich dachte, daß Du gerade versucht hast, ihr beizubringen, daß sie andere nicht schlagen soll.“

„Geoff“: „Ja, habe ich auch!“ (wütend/defensiv)

Leiter: „Ich denke, dann bist Du auf dem falschen Weg. Weißt-Du, wie man Kinder dazu bringen kann, zu lernen, daß sie andere nicht schlagen?“

(„Geoffs“ letzte Antwort kam aus dem Eltern-Ich und die Frage zielt darauf ab, eine Antwort aus dem Erwachsenen-Ich zu bekommen, als eine Einleitung zu einem weiteren Wechsel in der „sein“ Kind-Ich und als Einleitung zu einer Betreuung darin, wie er beeltern kann.)

„Geoff“: „Erst sagst Du es ihnen, und wenn sie nicht spüren, dann gibt es eben Schläge.“

Leiter: „Haben sie das auch mit Dir gemacht?“

„Geoff“: „Natürlich. Und es hat gewirkt!“

(wütend/selbstgerecht)

Leiter: „Es hat so gut gewirkt, daß Du jetzt denkst, Deine Tochter schlagen zu können.“ (Pause, um

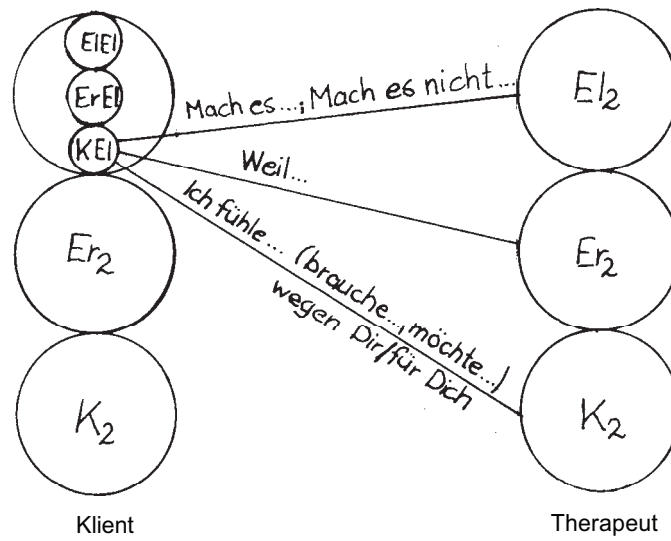


Abb. 1

Diagramm der Transaktionen beim Neubeeltern des Eltern-Ichs.

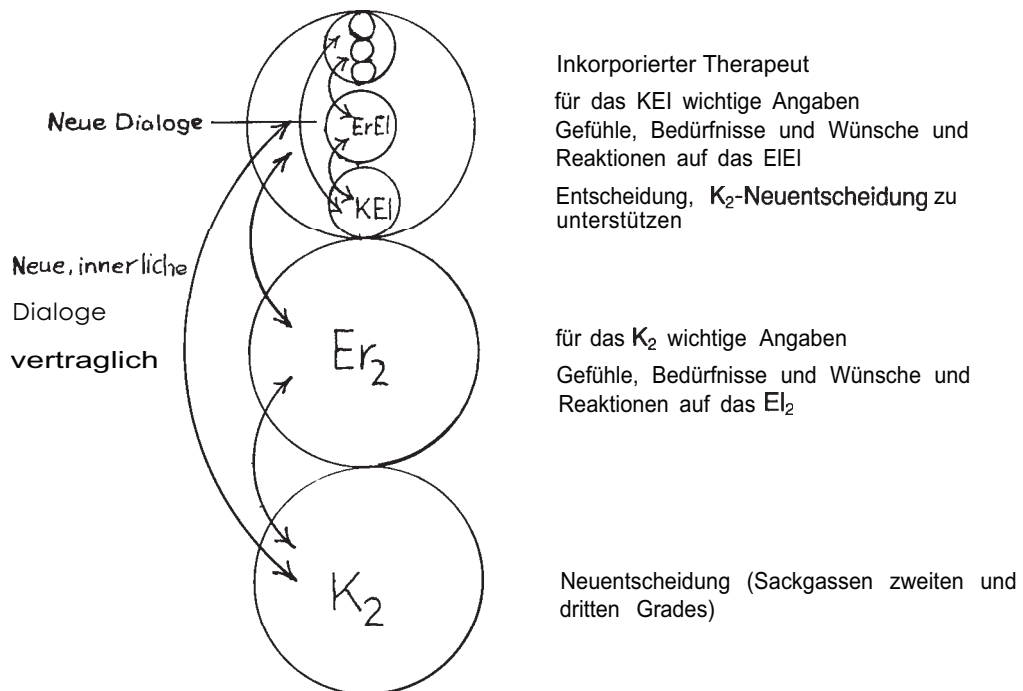


Abb. 2

Ergebnis des Gesamtprozesses

diesen Widerspruch sacken zu lassen.) „Wie war es, geschlagen zu werden dafür, daß Du geschlagen hattest und dabei gesagt zu bekommen, daß Du nicht schlagen sollst? Wie hast Du Dich gefühlt?“

„Geoff“: (gedankenversunken) „Wenn ich daran denke, war es ziemlich schlimm für mich. Ich fühlte mich verängstigt und verwirrt und dann war ich auf meinen Vater wütend, weil er so inkonsequent war.“

(„Er“ ist jetzt im Erwachsenen-Ich und beginnt, auf das Kind-Ich zu antworten.)

Leiter: „Erzähle weiter, Geoff.“

„Geoff“: „Das war unfair!“ (er beginnt zu weinen) „Ich wußte nicht, was ich tun sollte. Er sagte mir, ich sollte andere nicht schlagen, und mich schlug er gewöhnlich. Ich dachte, daß irgend etwas mit mir nicht stimmte, also würde es wohl besser sein, ihm nicht zu zeigen, wie aufgebracht ich war.“

(„Er“ ist jetzt im Kind-Ich und dafür offen, etwas beelert zu werden.)

Leiter: „Ich denke, er hatte nicht recht. Du solltest niemanden schlagen und da ist es sehr verwirrend, das zu sagen und dann selbst noch zu schlagen. Es ist sehr wichtig, daß man so redet, wie man auch handelt – und Du weißt ja auch, wie es ist, wenn man das nicht tut.“

„Geoff“: „Ja, das ist kaputt!“ (wutleidend)

Leiter: „Und es ist in Ordnung für Dich, zu wissen, daß Dein Vater verwirrend war und auch Deine Gefühle darüber auszudrücken. Du klingst jetzt wütend und aufgebracht. Wie wäre es damit, wenn Du es ihm einmal sagtest?“

(„Geoff“ sagt dem Großvater von Mary, was er fühlt, mit der Ermutigung durch den Leiter.)

Leiter: „Wenn nun jemand demnächst etwas Verwirrendes sagt oder tut oder etwas, was Du nicht magst, was wirst Du tun?“

(Das Ziel hierbei ist es, eine Neuentscheidung darüber zu erlangen, wie Mary allgemein ihre Gefühle ausdrücken wird, weil ihr dies mehr Möglichkeiten eröffnet, als wenn sie eine neue Entscheidung, nur bezogen auf ihre Wut, treffen würde.)

„Geoff“: „Wenn mich das nächste Mal jemand verwirren oder aufregen will, werde ich mir einen Weg ausdenken, ihm das auch zu sagen oder ich gehe damit sonst irgendwie um, ohne meine Gefühle zu unterdrücken.“

Leiter: „Und was ist mit dem Schlagen?“

„Geoff“: „Ich werde niemanden mehr schlagen; stattdessen werde ich sagen, wie ich mich fühle.“

Leiter: „Großartig! Wie ist es nun damit, was Du mit Mary vorhattest?“

(Das Neubeeltern von „Geoff“ ist weitgehend abgeschlossen (Schritt 1) und es ist nun Zeit, daß Mary ihren Nutzen auch direkt erntet (Schritt 2).)

„Geoff“: „Ja. Ich denke, ich habe genau das Gleiche mit Mary gemacht, was mein Vater mit mir gemacht hat.“

Leiter: „Du denkst?“

„Geoff“: „Ja. Ich meine, nein. -Ich habe es getan.“ (zu Mary) „Entschuldige, daß ich Dich gehindert habe, Deine Gefühle auszudrücken. Es ist in Ordnung, wütend zu werden. Ich werde auch manchmal wütend, wenn die Dinge nicht gut für mich stehen. Aber wenn Du wütend wirst, darfst Du niemanden schlagen. Es ist nicht in Ordnung, jemanden zu schlagen.“

Mary: „Aber was soll ich denn sonst tun, und außerdem, ich will sie ja schlagen.“

„Geoff“: (schaut den Leiter hilflos an) „Ich weiß nicht, was ich tun soll.“

Leiter: „Was machst Du, wenn Du wütend wirst und nicht jemanden schlägst?“

„Geoff“: „Ich schreie ihn an. Ja! Mary, Du kannst sie anschreien. Sag ihnen, worüber Du so aufgebracht bist, und wenn es nötig ist, schreie, damit sie Dir zuhören. Aber schlage sie nicht.“

Leiter: „Ich schlage vor, daß Du ihr auch sagst, daß sie den dringenden Wunsch haben kann, manches zu tun, wie z. B. Schlagen, und das dann doch nicht tun. Manche Kinder müssen das hören.“

(Hier wird, wie auch bei der folgenden Antwort des Leiters, eine weitere Betreuung beim Neubeeltern gegeben.)

„Geoff“: „Ok. Mary, Du kannst den dringenden Wunsch haben, etwas zu tun und es dann doch nicht zu tun -wie Schlagen. Gestern war ich richtig sauer auf meinen Chef und wollte ihm wirklich eine runterhauen, aber ich habe es nicht gemacht.“

Mary: „In Ordnung.“

„Geoff“: „Fein.“

Leiter: „Geoff, ich denke, daß es gut ist, Kinder dazu zu bringen, daß sie ihre Entscheidungen deutlich aussprechen. ‚In Ordnung‘ kann alles Mögliche bedeuten. Vielleicht denkst Du auch daran, daß ihr beide eine Vereinbarung trifft, was ihr tun wollt, wenn Mary wütend auf Dich ist.“

(Dies ebnet den Weg für eine klare Entscheidung von Mary – Schritt 3 – und für den Abschluß von Verträgen-Schritt 4.)

„Geoff“: „Eine gute Idee.“ (zu Mary) „Was wirst Du tun, wenn Du wütend bist?“

Mary: „Ich werde es sagen und auch schreien,

wenn ich das will, und niemanden schlagen.“

„Geoff“: „Und wie ist es mir gegenüber?“

(Mary geht als „Geoff“ zum Abschluß von Verträgen über – Schritt 4)

Mary: „Ich bin da nicht so sicher. Ich denke immer noch, Du schlägst mich vielleicht, wenn ich auf Dich wütend werde.“

„Geoff“: „Nun, das habe ich wohl bisher so gemacht. Aber ich tue es nicht mehr. Ich werde Dich nicht schlagen, wenn Du mich anscheinst. Ich schreie Dich vielleicht an, aber ich werde Dich nicht schlagen, und Schreien verletzt nicht.“

Mary: „Dann ist es in Ordnung, ich werde Dich anschreien, wenn ich wütend bin.“ (Dann an den Leiter gewandt, der nickend und lächelnd sein Einverständnis ausdrückt.) „Ich kann ihm alle meine Gefühle mitteilen.“ (wendet sich an ihren „Vater“:) „Wenn ich will, werde ich Dir sagen, wie ich mich gerade fühle. Ich werde meine Gefühle nicht mehr verbergen. Wenn ich es will, werde ich sie Dir mitteilen und zeigen.“

„Geoff“: „Das finde ich gut.“

Mary: „Ich auch.“

Leiter: „Wie fühlst Du Dich?“

Mary: „Großartig! Ich fühle mich wie von einer schweren Last befreit. Irgendwie fühle ich mich auch harmonischer mit mir, so als ob ich nicht mehr mit einem Teil von mir kämpfen müßte.“

Leiter: „Willst Du noch irgend etwas anderes bearbeiten?“

Mary: „Nein. Ich fühle mich wirklich wohl!“

Leiter: „Ok. Ich finde Dich großartig.“

#### Hinweise

Unseres Erachtens ist dieses Vorgehen beim Neubeeltern bei einer Reihe von verschiedenen Begleitumständen von besonderem Wert.

Erstens ist Neubeeltern dann nützlich, wenn jemand sein Bedürfnis nach einer Entscheidung zwar artikulieren kann, diese aber noch nicht in seinem Bezugsrahmen vorgesehen ist.

Beispiel:

Haralds Mutter und Vater waren beide „sehr nette“ Leute, die auch Harald dazu ermutigten, „sehr nett“ zu sein. Während seines ganzen Lebens hatte er sehr nachdrückliche Einschränkungen erhalten „Fühle keine Wut“, an die er sich strikt hielt. Als er erwachsen war, waren alle seine Ich-Zustände fast vollständig intergriert und gegen Wut verbündet, um nett sein zu können, obwohl seine eitrige Darmentzündung ein immer größer werdendes Loch in seine

Panzerung fraß, während er Hilfe suchte. Mit seinem Eltern-Ich zu arbeiten, war der schnellste Weg, um ihm bei seinem Problem zu helfen.

Sowohl seiner „Mutter“ als auch seinem „Vater“ wurde dabei geholfen, selbst auch eine Bereitschaft zu entwickeln, Ärger zu zeigen.

Zweitens kann das Neubeeltern dann gut sein, wenn jemand in seinem Eltern-Ich eine oder mehrere Personen hat, die desorientiert, verwirrt und/oder „verrückt“ sind. (Unsere Erfahrung widerspricht den zwei Gegenindikationen, die John McNeel gegen die Anwendung des Eltern-Ich-Interviews bei „verrückten“ Eltern-Ichs vorgebracht hat. Wir haben festgestellt, daß ein Therapeut, der in der Arbeit mit sehr gestörten Personen erfahren ist, mit solchen Personen Eltern-Ich-Interviews sehr nützlich einsetzen kann, ohne daß er dadurch ein übermäßiges Risiko eingehen würde.) Die „Verrücktheit“ in den „Elternpersönlichkeiten“ eines Klienten sind für die Bereitstellung einer klaren Eltern-Ich-Struktur ebenso zugänglich wie jede „Verrücktheit“ aus ihrem Kind-Ich. Das heißt, daß die „Verrücktheit“ verschwindet,

- wenn die Bedürfnisse, Gefühle und Wünsche identifiziert und berücksichtigt worden sind, die bisher offenbar unstimmmige und bizarre Reaktionen hervorgerufen haben;
- wenn „Verrücktsein“ als die beste Reaktion bestätigt wird, mit solchen Gefühlen, Bedürfnissen und Wünschen umzugehen; und
- wenn neue Methoden, die in der Arbeit als wirksam erfahren werden, zur Verfügung stehen und ausprobiert werden.

#### Beispiel:

Antonias Mutter hatte sich in Antonias Kindheit in vielerlei Hinsicht bizarr und desorientiert verhalten. Für eine zeitlang machte der bewußte Ausschluß dieses Teils ihres Eltern-Ichs den Weg für wichtige Veränderungen frei. Aber schließlich blockierte sie sich selbst, indem sie die Furcht vor der Reaktion ihrer „verrückten“ Mutter auf weitere Veränderungen dazu nahm, sich selbst zu stoppen. Ein Eltern-Ich-Interview enthüllte sehr schnell eine „Mutter“, die sich so bizarr verhielt, weil „sie“ darüber verzweifelt war, daß „sie“ für ein Kind sorgen mußte, das „ihr“ zuviel war. Antonia erschien ihrer „Mutter“ als viel größer als „sie selbst“ und so fordernd, daß sie ihre Energie verbraucht hätte, lange bevor „sie“ deren Bedürfnisse wirklich erfüllt hätte. Wie dem auch sei, ihre „Mutter“ reagierte sehr schnell auf Hinweise, wie „sie“ für Antonias Versorgung Unterstützung bekommen könnte, und auf bestimmte Beratung, wie sie für Antonia sorgen

und gleichzeitig „ihre“ eigenen Bedürfnisse besser befriedigen könnte.

Für Antonia ergab sich aus dieser Arbeit ein großes Gefühl der Erleichterung und eine schnelle Lösung vieler Probleme.

Drittens ist das Neubeeltern von Nutzen, wenn ein Bedürfnis nach einer inneren Erlaubnis und Schutz vorhanden ist, um frühere Einschärfungen rückgängig zu machen, insbesondere, wenn auch das Eltern-Ich diese Einschärfungen und Botschaften hat.

Beispiel:

Liz hatte die Einschärfung „Habe keinen Spaß“ von ihren Eltern übernommen, die beide diese Einschärfung von wiederum ihren Eltern übernommen hatten. Das Leben zu Hause war langweilig und bedrückend, außer, wenn es eine Krise gab. Eltern-Ich-Interviews mit der „Mutter“ und auch mit dem „Vater“ verhalfen ihnen dazu, sich „ihrer“ Verbote und auch „ihres“ Sehns nach Spaß bewußt zu werden. „Sie“ entschied sich, „für sich“ Spaß zu haben, und ermutigte Liz, das Gleiche zu tun. Schnell folgt Liz „ihrem“ Beispiel.

Viertens kann es nützlich sein, wenn sich jemandes Eltern-Ich aktiv in sein Kind-Ich einmischt, das gerade neue Entscheidungen trifft und/oder neue Elternbotschaften in sich aufnimmt – „Du hast meinem Kind nicht zu sagen, was es tun soll!“

Beispiel:

Jose war am College in großen Schwierigkeiten und bat um Hilfe. Dennoch hielt er sich lange Zeit von Veränderungen ab, indem er sich mit seinem Eltern-Ich in den Prozeß einmischte durch Botschaften wie „Hör nicht zu“, „Tu, was wir Dir sagen“, „Blamiere uns nicht, indem Du darüber sprichst“ und „Du denkst wohl, daß wir schlechte Eltern sind.“ In den Eltern-Ich-Interviews wurden zwei konkurrierende und furchtsame „Kinder“ sichtbar. Beide waren neidisch auf das, was Jose aus seinem Leben machte, und befürchteten, er würde schließlich dazu kommen, „sie“ zu hassen. Ein Beeltern dazu, „für sich selbst“ zu leben und nicht durch „ihre“ Kinder, veränderte dies ebenso wie eine Unterweisung darin, wie „sie“ mit „ihren“ Kindern reden können, wenn „sie“ sich fürchteten. Jose erlebte einen neuen inneren Frieden und die Freiheit, sich so zu verändern, wie er es für sich brauchte.

Fünftens ist ein Neubeeltern des Eltern-Ichs dann oft nützlich, wenn jemand eine Neuentcheidung getroffen hat, diese aber als zu

kümmerlich oder schwierig erlebt, um sie aufrechtzuerhalten, weil sie mit einem Teil seines Eltern-Ichs im Konflikt steht.

Beispiel:

Horst traf eine ganze Reihe neuer Entscheidungen, Spaß zu haben, in einem befriedigenden Beruf zu arbeiten und gut für sich selbst zu sorgen. Einige Wochen lang zehrte er von den gelösten Anregungen und fühlte sich sehr wohl, doch dann bremste er sich mit seinem Eltern-Ich. Sowohl seine „Mutter“ als auch sein „Vater“ arbeiteten hart und lebten nach dem Motto „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen“ und sie fanden immer wieder eine Arbeit, die zuerst erledigt werden mußte. Beide „Eltern“ ließen sich neubeeltern und verabredeten, Horst in seiner neuen Lebensweise zu unterstützen. Er erlebte keine weiteren Konflikte.

Sechstens ist der beschriebene Prozeß häufig von Wert, wenn man nach einer Familientherapie mit den aktuell am Skript eines Klienten Beteiligten annehmen kann, daß die Eltern in der Familie selbst ein Neubeeltern brauchen.

Beispiel

Andrew war des öfteren in einem solchen Ausmaß ängstlich, daß er sich außer Gefecht setzte und auch viele seiner persönlichen Angelegenheiten, die er zu regeln hatte, nicht mehr erledigte. Es wurde sehr bald offensichtlich, daß sein Eltern-Ich eine ausgesprochene Belastung war, indem ihm sein „Vater“ dauernd Sätze zurief, wie „Hör auf, Dich zu fürchten!“, „Du weißt, was Du zu tun hast!“ und „Sei nicht dumm!“, während seine „Mutter sich ruhig im Hintergrund hielt. Sehr schnell fand sein „Vater“ heraus, daß sein „Vater“ das Gleiche gesagt hatte und daß „er“ keine Ahnung hatte, was er tun sollte, wenn auch er sich einmal fürchtete. „Er“ reagierte anfänglich mit Skepsis auf das Neubeeltern, dann mit Dankbarkeit, die „er“ darin ausdrückte, daß er mit Andrew vereinbarte, mit ihm über seine Ängste zu sprechen und, wenn keiner von beiden wußte, wie der damit umgehen könnte, gemeinsam anderweitig Hilfe zu suchen.

### Umgang mit Widerständen

Wenn das Eltern-Ich sich Veränderungen sehr stark widersetzt und diesen Widerstand aufrechterhält, halten wir es für nützlich, die betreffende Person auf den Stuhl des Kind-Ichs zurückgehen zu lassen und zu fragen „Was hast Du dagegen, daß sich Deine Mutter (Vater, Schwester etc.)

verändert?“ Letztenendes verfügt das Kind-Ich über die Energie, mit der das Eltern-Ich besetzt ist; und so, wie Kinder ihre Eltern bei ihren Anstrengungen, Probleme zu lösen, zu stören versuchen, wenn die Eltern sich dabei ändern, so unterbricht das Kind-Ich oft auch, weil es sich Phantasien darüber macht, daß die Veränderungen im Eltern-Ich negative Konsequenzen zur Folge haben werden. Wenn man sich erst einmal solcherlei Phantasien angenommen hat, dann geht gewöhnlich auch die Arbeit mit dem Eltern-Ich reibungslos voran.

Beispiel:

Maria befürchtete, daß sie von ihrem Gruppenleiter ignoriert würde, wenn ihre Mutter erst einmal mit ihm zusammenarbeiten und ein neues Beeltern akzeptieren würde: „Wegen ihr habe ich ein ganzes Leben lang vieles entbehrt, nun soll sie auch noch Dich kriegen.“ Als ihr versichert wurde, daß für beide genug Aufmerksamkeit vorhanden wäre und daß er nicht eine von ihnen zugunsten der anderen zurückweisen würde, ließ Maria ihre „Mutter“ ohne weitere Einmischung fortfahren.

Diese Methode, mit Widerständen umzugehen, scheint beim Eltern-Interview generell gut zu funktionieren, unabhängig davon, ob dabei nun ein Neubeeltern durchgeführt wird oder nicht.

### **Besonderer Nutzen**

Das Neubeeltern des Eltern-Ichs stellt eine Möglichkeit dar, Menschen darin zu unterstützen, daß sie wirkungsvolle Anteile ihrer Persönlichkeit, die bereits aktiv sind, für sich nutzen. Diese Anteile haben bereits einen etablierten und besonderen Platz in ihrem Leben inne, haben bereits eine Bedeutung, die andere eventuell erst nach Jahren erreichen. Daher steht in diesen Anteilen häufig eine große Menge wertvoller Energie zur Verfügung, wenn diese Menschen erst einmal gelernt haben, die vorhandenen Einstellungen und Reaktionen so zu modifizieren und zu nutzen, daß sie ihren angemessenen Umgang mit Problemen unterstützen und nicht stören. Nach unseren Erfahrungen ist es wegen der sich ergebenden Zusammenarbeit häufig sehr viel einfacher, das „Neubeeltern des Eltern-Ichs“ anzuwenden, als zu versuchen, Menschen dazu zu bewegen, daß sie neue Einstellungen und Reaktionen aufnehmen, die im Gegensatz zum vorhandenen Eltern-Ich stehen.

Dies ist auch eine andere Methode, wie man mit den Konflikten umgehen kann, die aufgrund von

Verhaltensänderungen entstanden sind. Bisher haben viele den bewußten Ausschluß eines Teils ihres Eltern-Ichs dazu benutzt, um „Ich werde nicht mehr zuhören“ (ausgehend vom Kind-Ich) und „Hör mir zu, nicht ihnen“ (ausgehend vom Eltern-Ich) zu erreichen. Aber dies ist ein aufwendiger Prozeß. Er bedeutet, einen bereits mit Energie besetzten Teil einer Persönlichkeit, mitunter einen sehr stark besetzten Teil, nicht zu nutzen. Darüberhinaus verbraucht es häufig einen Großteil weiterer Energie, diesen Ausschluß auch aufrechtzuerhalten. Das Neubeeltern des Eltern-Ichs verhilft dazu, daß all diese Energie aktiv genutzt wird und, wenn dies nicht möglich ist, daß die beteiligten „Elternpersönlichkeiten“ freiwillige Vereinbarungen mit dem Kind-Ich erzielen, sich selbst auszuschalten; so erweist es sich auch als unnötig, daß andere Teile ihre Energie verausgaben, um diese „Elternpersönlichkeiten“ auszuschalten.

Die innere Harmonie, das ergründete Gefühl und die Kraft, die Menschen oft nach dem beschriebenen Prozeß erfahren, stellen eine deutliche, klinische Unterstützung unserer Auffassung dar.

Ken Mellor, BA, Dip. Soc. Studs., CTM, ist ein Sozialarbeiter mit eigener Praxis in Clifton Hill, Victoria, Australien.

Graham Andrewartha, BAA, AUA, PTM, ist ein Studentenberater und er hat eine eigene Praxis am Impact Personal Growth Centre, Magill, Südaustralien, Australien.

### **Literatur**

- Goulding, R., & Goulding, M. *The power in the patient: A TA/Gestalt approach to psychotherapy*. San Francisco: TA Press, 1978.
- McNeel, J. The parent interview. *Transactional Analysis Journal*, 1976, 6 (1), 61-68.
- Osnes, R. Spot re-parenting. *Transactional Analysis Journal*, 1974 4 (3), 40-46.
- Schiff, J. et. al., *Cathexis reader, transactional analysis treatment of psychosis*. New York: Harper and Row, 1975, 32-34.