

## **Zwickmühlenkonzept (Vortrag mit Beispielen)**

### **Bernd Schmid (1990)**

Eine Zwickmühle ist ein Muster im Bezugsrahmen einer Person, innerhalb dessen Lösungen für ein Problem oder die Gestaltung einer Beziehung aufgrund falscher Definitionen, Implikationen und Verknüpfungen so konzipiert sind, dass die Befriedigung des Anliegens durch solche Lösungen unmöglich oder unannehmbar wird. (Schmid, B. und K. Jäger, 1986, S. 5-6).

Ein Individuum, das in seinem Bezugsrahmen eine Zwickmühle konstruiert hat, erlebt sich selbst in einem Dilemma. Ein Dilemma ist eine Situation, in welcher das Individuum die Realität so wahrnimmt, dass es gefangen ist. (Schmid, B. 1989, S. 142).

In solchen Situationen hat das Individuum Lösungsvorstellungen, die nur Lösungen enthalten, die eigentlich nicht akzeptabel sind.

Jede Lösung, die versucht wird, führt entweder zu einer Unauflösbarkeit der Situation, oder versündigt sich an einem anderen wichtigen Anliegen der Person in einer Weise, dass dieser Weg (subjektiv gesehen, aus dem Bezugsrahmen der Person) nicht gegangen werden kann.

Wenn das der Fall ist, hat es keinen Sinn, innerhalb der Lösungslogik der Person weiterhin nach Lösungen zu suchen, sondern es muss die Beschreibung des Problems, wie auch die Versuche, das Problem zu lösen, auf in ihr liegende Unmöglichkeiten hin untersucht werden. Das heißt, es muss die Fragestellung verändert werden. Es hat keinen Sinn, Antworten innerhalb der Logik der Fragestellung zu suchen, denn die Unlösbarkeit liegt bereits in der Art der Fragestellung.

Beispiel:

Ein Prüfungskandidat sagt: 'ich möchte von Autoritäten geliebt werden, auch ohne dass ich Leistung erbringe. Schon mein ganzes Leben lang wollte ich das. Die Prüfer sind Autoritäten, sie sind Menschen, die ein System vertreten, dem ich wirklich zugehören möchte. Aber ich möchte als der, der ich bin, zugehören und nicht wegen meiner Leistung. Immer werde ich bloß wegen meiner Leistung geliebt. Wenn ich jetzt in die Prüfung gehe und dort meine Leistung verstecke, um zu erfahren, dass ich dieses Mal als Person geliebt werde, falle ich durch. Stelle ich meine Leistung in den Vordergrund, dann heißt das für mich, ich bestehe dann zwar, die haben aber nur meine Leistung gewollt und nicht mich.' Also, egal, wie die Prüfung ausgeht, es ist unbefriedigend.

Hier sollen zwei Probleme gleichzeitig in einem Interpretationsrahmen gelöst werden, nämlich 'um seiner selbst willen geliebt werden' und 'Leistungen in einer Prüfung erbringen'. Bei einer Prüfung geht es darum, eine Leistung abzuprüfen, nicht einen Menschen um seiner selbst willen aufzunehmen. Der Wunsch, um seiner selbst willen geliebt zu werden, könnte z.B. von Eltern oder Freunden befriedigt werden. Ein Prüfungskomitee kann nicht

gleichzeitig einen Prüfungskandidaten aufgrund seiner professionellen Leistungen in ein System aufnehmen und ihn um seiner selbst willen, unabhängig von seinen professionellen Leistungen, in dieses selbe System aufnehmen.

Grundsätzlich besteht die logische Lösung von Dilemmata darin, Gleichsetzungen verschiedener Anliegen oder die Verknüpfung verschiedener Fragestellungen, die nach verschiedenen Logiken gelöst werden müssen, voneinander loszubinden, selbst, wenn sie in der gleichen Situation stattfinden.

Am Beispiel:

Der Prüfungskandidat muss eine Haltung entwickeln, in der er es akzeptiert, dass er in der Prüfung Leistungen vollbringen muss, welche bewertet werden. Unabhängig davon kann er empfinden, dass er (oder sie) als derjenige, der er ist, angenommen wird.

Die Polarisierung von 'Leistung erbringen' und 'um seiner selbst geliebt werden' muss aufgelöst werden. Beide Anliegen müssen so definiert werden, dass sie gleichzeitig nebeneinander bestehen können. Solange sie nicht in parallelen aber unterschiedlichen Verständnissen derselben Situation definiert werden, ist dieses Problem in der Prüfung nicht zu lösen.

Bei Zwickmühlen handelt es sich um relativ gefestigte Wirklichkeitssysteme, die immer wieder zu der gleichen Unlösbarkeit führen, weil sie aus Fragestellungen, Definitionen und Implikationen bestehen, die falsch miteinander verbunden sind. Analysiert man die Logik dieser Unlösbarkeit, so kann man sie bestimmen und eine Kontinuität über die Zeit feststellen. Insofern handelt es sich um ein Wirklichkeitssystem, das sich durch Erfahrung nur auflösen lässt, wenn dabei die Logik der Wirklichkeitsinszenierung verändert wird.

### **Der Dilemma-Zirkel**

Im Folgenden werden vier erlebnis- und handlungsmäßige Stadien als "Dilemma-Zirkel" beschrieben. Dabei handelt es sich nicht um die logische, geistige Komponente, sondern um die emotionale und verhaltensmäßige Komponente eines Dilemmas. Diese vier Stadien sind nicht als Phasenschema im Sinne von Hintereinander zu verstehen, sondern als verschiedene Zustände, zwischen denen man in unterschiedlichen Reihenfolgen wechseln kann.

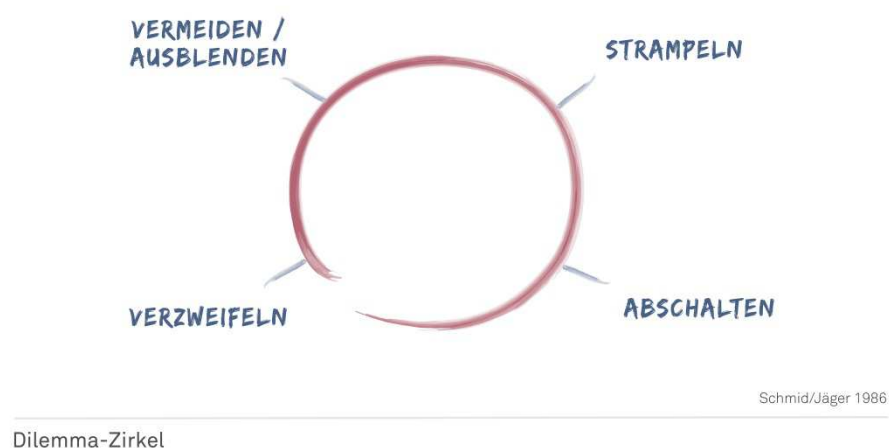
Das eine ist das Vermeiden (es werden absichtlich keine psychoanalytischen Termini wie "Verleugnen" verwendet). D.h., wenn jemand, z.B. in der Beziehung zum anderen Geschlecht, regelmäßig in Dilemmata gerät, versucht er einfach über längere Zeit solche Beziehungen zu meiden. Jedoch lassen sich elementare Entwicklungs- oder Lebensanliegen auf Dauer nicht vermeiden. Dann wird man wieder damit konfrontiert und gerät dann in der Regel in das zweite Stadium, welches mit Strampeln oder "Kämpfen, Rudern" umschrieben werden kann. Man erlebt

das Gefühl, zu kämpfen, zu strampeln und sich zu verausgaben und merkt, es löst das Problem nicht wirklich. Es ist kein wesentlicher Fortschritt erreicht, oder zu verspüren. Aber, es nicht zu versuchen fühlt sich noch schlimmer an.

Lösungsversuche aufgeben heißt im Dilemma-Bezugsrahmen Resignieren, das dritte Stadium im Dilemma-Zirkel. Strampeln sein zu lassen heißt "ich gebe auf, das Problem lösen zu wollen, bzw. das Entwicklungsanliegen befriedigen zu wollen".

Sich bewegen innerhalb dieser drei Phasen heißt abwechseln zwischen Vermeiden, Strampeln und Resignieren. Die Menschen kämpfen intensiv und sind dann erschöpft, tun eine Weile nichts, um das Problem anzugehen, ohne aber eine neue Haltung zu ihrem Problem zu finden. Sie bleiben innerhalb der Logik, in der sie ihr Problem definiert haben.

Das vierte Stadium im Dilemma-Zirkel ist das unangenehmste, aber fruchtbarste, das ist die Verzweiflung. Verzweifeln ist eine natürliche Reaktion, wenn eine Situation als ausweglos erlebt wird. Verzweiflung kann milde und existentielle Formen haben. Positiv gesehen, ist Verzweiflung ein Anzeiger, der auf eine Unlösbarkeit hinweist. Weil dies jedoch oft nicht erkannt wird oder aber als existenziell bedrohlich empfunden wird, möchte man sich dieser Verzweiflung nicht anheimstellen und kann daher Verzweiflung als Kompetenz nicht nutzen. An dieser Stelle fehlt als Gegenkraft die Zuversicht, dass man einerseits die Unlösbarkeit erkennen und aufgeben darf und dass darin eine Chance liegt, die Sache neu zu konzipieren und eine Lösbarkeit zu erzeugen. Deswegen meidet man diese für die Steuerung der Situation richtige Emotion und geht stattdessen eher wieder ins Strampeln.



Wenn man mit einer Person zusammen ist, die in Dilemmata verstrickt ist, oder die Situationen zu Dilemmata macht, während sie sie in ihre Wirklichkeit übersetzt, dann versteht man von außen

nicht, wo die Unlösbarkeit liegt. Derjenige ringt mit irgendetwas. Alle Lösungsmöglichkeiten, die ein Außenstehender für ihn sieht, nimmt er nicht. Sie stimmen nicht für ihn, aber er kann nicht sagen, warum nicht. Selbst hat diese Person jedoch keine Bewusstheit darüber, dass sie in einem Dilemma ist.

### **Was ist ein Dilemma und was nicht?**

Verzweiflung ist eine bestimmte Art von Unzufriedenheit, bei der man eigentlich einerseits das dringende Bedürfnis hat, etwas zu ändern, und andererseits in sich keine Hoffnung spürt, dass etwas zu ändern ist. Man kann es aber weder lassen, noch erfolgreich tun und reibt sich darin auf, fühlt sich darin gefangen. Das ist eine ganz bestimmte Gefühlsqualität.

Man kann auch unzufrieden sein, weil man bestimmte Standards hat und weiß, wie etwas sein könnte und man weiß, man selbst oder der andere genügt diesen Standards nicht. Das ist kein Dilemma. In solchen Situationen muss man lernen, ein menschliches Maß zu akzeptieren und einen angemessenen Ausgleich zwischen Ansprüchen und Erreichbarem zu finden. Das ist nicht unlösbar angelegt. Auch Entscheidungs- und Interessenkonflikte sowie Ambivalenzen (oft besser Polyvalenzen) sind an sich keine Dilemmata. In solchen Fällen muss man sich entscheiden und wenn man mehreres nicht gleichzeitig haben kann, dann muss man das eine loslassen, wenn man das andere haben will. Das ist aber kein Dilemma, sondern das ist sachlich gesehen durch Entscheidung zu lösen. Dilemmata sind schon logisch durch einfache Entscheidungen nicht zu lösen.

Manche Menschen neigen jedoch dazu, Entscheidungen für sich zu Dilemmata zu machen und deswegen nicht zu entscheiden. Von außen erlebt man es als ein Entscheidungsproblem, derjenige erlebt es von innen als ein Dilemma. Dann ist es wichtig, eine beraterische oder therapeutische Arbeit zu machen, aufgrund derer das Dilemma auch für den Betroffenen wieder zu einem Entscheidungsproblem werden kann.

### **Diagnostische Probleme bei Dilemmata**

Das erste Problem im therapeutischen und beraterischen Umgang mit Dilemmata besteht in der Diagnose einer Dilemmadynamik. Manche Klienten konstruieren Dilemmata nur in einzelnen Lebensbereichen. Andere zeigen in vielen Lebensbereichen Dilemma-Erleben und -Verhalten. Ein Hinweis auf ein mögliches Dilemma ist die Beobachtung des Dilemma-Zirkels, also der Abfolge von Verzweiflung - Wegschieben - Strampeln - Resignieren. Diese vier Phasen können dabei von Klient zu Klient in der gezeigten Symptomatik sehr unterschiedlich sein.

Diagnostisch erkennt man Dilemmata häufig auch daran, dass man sich als Berater oder Therapeut eingeklemmt fühlt, und dass man selbst beginnt, sich in den Stadien des Dilemma-Zirkels hin- und

herzubewegen. Man sagt sich beispielsweise 'das ist doch ein lösbares Problem, jetzt warte ich erst einmal ab, der ist vielleicht gerade verwirrt'. Also ich versuche als Berater oder Therapeut, das Dilemmahafte daran nicht zu empfinden (= Wegschieben). Oder ich denke 'na gut, vielleicht braucht er doch eine Hilfe, ich gebe ihm jetzt mal eine richtige Fachberatung'. Dabei fehlt mir jedoch die Überzeugung, dass das gewählte Vorgehen dem Gegenüber wirklich helfen kann. Trotzdem erkläre ich ihm verschiedenes und immer sagt er "ja, das kenne ich aber schon", oder "das ist mir zwar neu, aber das ist mein Problem nicht" (= Strampeln des Beraters/ Therapeuten). Dann resigniere ich und denke beispielsweise 'ich muss einen anderen Beruf ergreifen, es muss ja nicht jeder Berater/Therapeut werden'. Und irgendwann merke ich, dass ich eigentlich verzweifle mit diesem Menschen. Und das ist häufig schwer, sich das einzugestehen. Stattdessen verschlechtert sich die Beziehung zum Gegenüber und es liegt nahe, dass sich der Berater/Therapeut durch einen irgendwie gerechtfertigten Beziehungsabbruch der Verfangenheit entledigt.

### **Probleme im therapeutischen/beraterischen Umgang mit Dilemmata**

Viele Berater/Therapeuten, die einem Klienten gegenüber das Gefühl haben "ich verzweifle mit diesem Menschen", setzen dieses Gefühl gleich mit der Überzeugung "ich hätte es besser machen können und es ist mein Problem, dass ich das nicht löse".

Jetzt ist zweierlei möglich: Entweder ein Berater/Therapeut neigt selbst zu Dilemmata, dann kann es sein, dass er an den Dilemmata des Klienten mitkonstruiert. In einem solchen Fall wird der Beratungs- oder Therapieprozess für beide Seiten sehr problematisch. Oder der Berater/Therapeut hat von sich aus keine große Neigung zu Dilemmata, wird aber in die Inszenierung von Dilemmata durch den Klienten miteinbezogen. Dann wird er gefangen, wenn er nicht wagt, zu verzweifeln und zu erkennen, dass er eigentlich keine Lösung für den Klienten hat. Je länger dieser Prozess dauert, desto problematischer wird es sowohl für den Berater/Therapeuten als auch für den Klienten.

In dem Augenblick, wo der Berater/Therapeut wagt, zu verzweifeln, ist die Chance, dass er mit der Beratungs-/Therapiesituation professionell kompetent umgehen kann, größer. So lange er aber hofft, innerhalb des Dilemmas zu einer professionellen Lösung zu gelangen und die Verzweiflung zu vermeiden, ist die Chance kleiner. Das ist wieder ein Dilemma. Das heißt, auch als Berater/Therapeut muss ich aufgeben und verzweifeln können, um die Chance zu eröffnen, dass sich doch noch etwas Konstruktives ergibt. Deswegen ist es wichtig, Verzweiflung, die in mir als Therapeut/Berater mit Klienten entsteht, wahrzunehmen und sie nicht gleichzusetzen mit "ich habe da etwas falsch gemacht" oder "ich bin da inkompetent".

Ein weiteres Problem für "Dilemma-Menschen", sowohl unter den Klienten, als auch unter den Beratern/Therapeuten, ist es, sich einzugestehen, dass man lange in die Lösung eines Dilemmas fehlinvestiert hat. Menschen, die schon lange in die Lösung eines Dilemmas fehlinvestiert haben

und das sehr spät merken, haben dann das Problem, zu erkennen, dass sie viel Energie ineffektiv verwendet haben. Es können ganz schwierige Situationen entstehen, wenn man erkennt, dass man jahrelang versucht hat, ein Problem auf eine unlösbare Weise zu lösen. Es hätte aber lösbar sein können, wenn man das Dilemmaproblem, das damit zusammenhängt, früher gelöst hätte.

D.h., man muss etwas, was längst verloren ist, aufgeben können. Manche Menschen sind nicht bereit, das, was sie längst verloren haben, als verloren anzuerkennen. Sie haben die Idee, wenn sie nur genug strampeln, können sie daraus doch noch einen Gewinn ziehen, den Verlust abwehren oder die Fehlinvestition rechtfertigen. Aber außer der Erkenntnis, dass man eben in diese Verstrickung geraten ist, ist nicht viel zu gewinnen. Es wartet eine echte Trauer über verlorenes Leben oder verlorene Möglichkeiten auf diese Menschen. Am Ausgang der Dilemma-Situation, ist es häufig so, dass man nicht Befreiung erlebt, sondern erst einmal Trauer. Und das kann als eine so unangenehme Perspektive erscheinen, dass man lieber gleich in dem Dilemma bleibt.

### **Dilemmata in der Beziehung zwischen Therapeut/Berater und Klient**

Wenn man es mit Dilemmata zu tun hat, so handelt es sich oft um ein ganzes Bündel von Dilemmata, die auf vielen logischen Ebenen bestehen, auch auf der Beziehungsebene zwischen Therapeut/Berater und Klient.

Wenn der Berater dem Klienten beispielsweise sagt 'ich habe den Eindruck, Sie sind in einem Dilemma', dann kann er antworten 'jetzt soll ich wieder an allem schuld sein'. Wenn der Berater ihm etwa sagt 'ja, verstehen Sie, dasselbe Problem ist für einen anderen lösbar', dann erwidert er etwa 'ist das mein Problem, dass es nicht lösbar ist?' Er setzt seine Autorenschaft, dass er heute Träger dieser Dilemma-Problematik ist, gleich mit "du bist selbst schuld an deinem Leid", bzw. "ich möchte endlich einmal nicht schuld sein an meinem Leid" und "wie versuche ich nicht schuld zu sein an meinem Leid? - indem ich jemanden anderen Mitschuld oder Mitverantwortung übernehmen lasse."

In der Übertragungsdynamik ist das dann oft so, dass der Klient möchte, dass der Therapeut/Berater seinen Anteil an dem Problem des Klienten zugeben soll, obwohl aus der Sicht des Therapeuten/ Beraters es der Klient ist, welcher Dilemmasituationen mit ihm und mit anderen konstruiert. Dann ist der Therapeut/Berater in einem Dilemma. Wenn er sich die emotionale Dynamik des Klienten vorstellt und die Situation, welche der Klient vielleicht als Kind erlebt hat, dann wäre es richtig, zu sagen "ja, da waren die Eltern auch schuld, vielleicht war es überhaupt gar nicht deine Schuld". Nur, bezogen auf die Situation des Erwachsenen heute, ist es wenig sinnvoll und erhellend, das zu sagen, denn heute ist der Klient ja die Person, die das Dilemma inszeniert. Das heißt, man muss ihm die Verursachung lassen, ohne ihm die Schuld für das Leid und die

Entstehung der Dynamik zuzuschreiben. Die heutige Verantwortung und die Beurteilung einer Entstehungsgeschichte müssen voneinander getrennt werden.

Eine andere Möglichkeit besteht darin, dass der Berater/Therapeut selbst dazu neigt, Dilemma-Dynamiken zu konstruieren und tatsächlich einen verursachenden Anteil an dem Dilemma in der Beziehung zwischen Klient und Therapeut/Berater hat.

Häufig entstehen Dilemma-Situationen auch in der Therapie/ Beratung. Der Therapeut/Berater merkt, dass die Therapie/Beratung nicht fruchtbar ist. Der Klient merkt es auch. Aber, wenn er sagt, dass die Beratung/Therapie nicht förderlich ist, dann fühlt sich der Berater/Therapeut eventuell in seiner Kompetenz abgewertet. Er gibt dem Klienten vielleicht Deutungen, wie er glaubt, wie man das Problem lösen könnte. Dabei merkt er nicht, dass diese Lösung im Bezugsrahmen des Klienten nicht möglich ist. Der Klient steht dann vor dem Dilemma "sage ich 'das hilft mir nichts, obwohl ich es verstehe', dann ist der Therapeut/Berater beleidigt, vielleicht muss ich dann die Therapie abbrechen. Sage ich 'ja, ich will es versuchen, vielleicht habe ich ja wirklich einen unbewussten Widerstand, und ich versuche jetzt, den zu überwinden', dann verstoße ich gegen mein Gefühl, dass das nicht die Lösung meines Problems ist, nur, um die Therapie fortsetzen zu können." So entsteht wieder ein Dilemma. Wie man es auch macht, man ist immer wieder gefangen, und der gute Wille verkehrt sich immer wieder in ein Eingeklemmt-sein.

### **Metapher zur Beschreibung von Dilemmadynamiken**

Es ist manchmal schwierig, mit Dilemmadynamiken zu arbeiten, weil man als Berater/Therapeut selbst loslassen muss und dem Klienten zumuten muss, trotz seiner Not loszulassen, damit Rettung möglich ist. Um das Verständnis dieser Schwierigkeit zu erleichtern, ist es hilfreich, mit folgender Metapher zu arbeiten:

Ein Mensch ist ins Eis eingebrochen. Er möchte am liebsten, dass sofort jemand kommt und ihn herauszieht. Wenn der Helfer aber hinginge, sich an den Rand des Eisloches stellen und ziehen würde, dann würde er mit einbrechen. D.h., gerade dann, wenn die Verzweiflung des Eingebrochenen am größten ist, muss der Helfer weggehen und den Hilfsbedürftigen verlassen, um eine Leiter zu holen, damit eine Lösung möglich ist. Und er muss es demjenigen noch plausibel machen.

Am Anfang einer Therapie/Beratung mit Klienten, die in Dilemmata verstrickt sind, ist es wichtig, dass der Therapeut/Berater in sich prüft, ob er außer der Verzweiflung auch Zuversicht empfindet, dass er mit diesem Klienten einen Weg aus dem Dilemma finden wird. In diesem Stadium der Therapie/Beratung kennt der Therapeut jedoch den Bezugsrahmen und das Gleichungssystem, nach welchen der Klient die Welt interpretiert, noch nicht genügend. Deshalb kann er nur vermuten, auf welche Weise sich der Klient in Dilemmata verfängt.

In dieser Phase der Therapie/Beratung hilft der Klient nicht mit, zu analysieren, welche Logik seinen Dilemmasituationen unterliegt. Er möchte lediglich aus diesen für ihn unangenehmen Situationen hinaus und erwartet, dass der Therapeut/Berater ihn befreit.

Entwickelt der Therapeut/Berater Hypothesen darüber, wie der Klient sich in Dilemmata verfängt, so hält der Klient diese Hypothesen häufig für nicht annehmbar. Wenn er diese Hypothesen nämlich in seinen Bezugsrahmen übersetzt, bedeutet das für ihn, dass er verloren ist, oder dass ein Gewinnen nur zu einem Preis, den er nicht zahlen kann, möglich ist. D.h., er empfindet, dass der Therapeut/Berater ihn in die Verzweiflung stößt. Gleichzeitig muss er empfinden oder ahnen können, dass dieser Schritt notwendig ist und dass danach etwas kommen wird, das ihm der Berater/Therapeut zum gegenwärtigen Zeitpunkt aber nicht versprechen kann. Als Berater/Therapeut kann ich das nur vermitteln, wenn ich es auch empfinden kann. Zuversicht ist etwas anderes als "ich weiß schon wie, und das machen wir dann". Zuversicht ist "wir müssen jetzt alles, was wir haben, loslassen" mit dem Vertrauen darauf, dass sich danach etwas Neues ergeben wird. D.h., "ich begleite dich, aber ich teile nicht deinen Bezugsrahmen". Und das ist für viele Menschen schwierig zu verstehen.

In die Metapher übersetzt heißt das: Derjenige, der im Wasser sitzt, macht das Eisloch, in das er eingebrochen ist, selbst. Seine Idee von Rettung ist, dass jemand, der ihm wirklich helfen will, zu ihm in das Eisloch steigt und ihn dann herausholt. Er glaubt, dass der andere es mit ihm nur dann wirklich ernst meint, wenn er bereit ist, in seine Wirklichkeit einzutreten und mit ihm von innen heraus das Problem zu lösen. Das Problem ist aber von innen heraus nicht zu lösen. D.h., der Helfer muss ihm sagen "du, wenn du dabei bleibst, ist es unlösbar und keiner kann dich retten. Es hat auch gar keinen Sinn, wenn ich zu dir reinspringe und an das glaube, woran du glaubst, denn dann habe ich das gleiche Problem wie du und kann es nicht mehr lösen."

D.h., der Therapeut/Berater bleibt außerhalb der Wirklichkeit des Klienten und versucht zu beschreiben, was er sieht. Er muss den Klienten dort mit dessen Verzweiflung in Kontakt bringen, wo es nötig ist, um Strampeln, Wegschieben und Resignieren zu vermeiden. Er "stößt" den Klienten in Verzweiflung, indem er ihm sagt "das geht so nicht". Ein in einem Dilemma gefangener Klient empfindet das so. Damit der Klient nicht zu viel Pein erleidet, ist es wichtig, ihm zu sagen "und es wird eine Lösung geben, die ganz anders sein wird als das, was du dir jetzt vorstellst". Darauf wird der Klient antworten "ja, erkläre mir, wie". Das kann der Therapeut/Berater aber nicht erklären, denn in diesem Stadium hat er noch nicht genügend Information über die Logik des Dilemmas des Klienten. Er spürt lediglich aus der Dynamik, dass es ein Dilemma ist. Er kann lediglich eine empfundene Zuversicht teilen.



## **Nach dem Dilemma**

Wenn es gelingt, dem Klienten plausibel zu machen, dass es entsprechend seiner Wirklichkeitskonstruktion keinen Ausweg gibt, kann es sein, dass der Klient wirklich verzweifelt. In dem Therapeuten/Berater hat er jemanden, der ihn nicht allein lässt in der Verzweiflung, obwohl er die Verzweiflung nicht teilt. Intern leidet der Klient einerseits an seinem Gefühl der Ausweglosigkeit. Andererseits sucht er, ermuntert durch den Therapeuten/Berater nach Möglichkeiten, die Fragestellung neu zu konzipieren und so zu einer Lösung des Problems zu kommen. Dies geschieht jedoch nicht rational bewusst, sondern wirkt auf einen Beobachter eher wie ein emotionaler Prozess. Für den Beobachter kann es so aussehen, dass der Klient am nächsten Tag befreit wirkt, so als ob irgendetwas an seiner Dilemmadynamik aufgelöst sei.

Jetzt wären die Voraussetzungen günstig, die Dilemma-Logik genau zu analysieren. Aber Klienten, die in ein Dilemma gefangen waren, interessieren sich nachher in der Regel nicht mehr für die Struktur ihres Dilemmas und sind nicht mehr daran interessiert, es zu analysieren. Sie wollen einfach nur draußen sein. D.h., nachträglich gelingt es nicht, den Klienten zu einer Verifikation der Spekulationen, mit denen der Therapeut/Berater gearbeitet hat, zu bringen.

Ein Problem mit Dilemmata ist, so lange Menschen darin gefangen sind, verstehen sie es nicht, und wenn sie draußen sind, interessiert sie es nicht mehr. Und das ist wieder ein Dilemma für den Theoretiker.

## **Psychotherapie von Dilemmata**

Der Therapeut soll einen Klienten, der sich in einem Dilemma befindet, ermutigen, zu verzweifeln. Wie das Ermutigen vor sich geht, ist sehr schwierig. Wo diese Verzweiflung auch etwas mit Beziehungsgestaltung zu tun hat, glaubt der Klient, dass der Therapeut ihn im Stich lässt, wenn er ihm spiegelt 'o.k., du verzweifelst'. Er kann nicht unterscheiden, zwischen 'im Stich gelassen werden' und dass er in eine Verzweiflung gehen muss, die aber etwas mit seinem Bezugsrahmen zu tun hat und nicht damit, dass Andere ihm etwas antun. Er empfindet - und das hat wieder mit dem Bezugsrahmen zu tun - dass der andere ihm nicht helfen möchte, wenn er weder Lösungsmöglichkeiten bieten kann, noch mit ihm seine Verzweiflung teilen mag.

Bevor sich der Klient nicht selbst in seiner alten Wirklichkeitslogik verloren gibt, kann keine neue entstehen. Daher kommt diese Paradoxie "ich muss aufgeben können, um eine Chance zu haben". Als Therapeut verheiße ich ihm die 'Auferstehung', aber ich muss ihn subjektiv gesehen erst mal schutzlos dem 'Kreuz' preisgeben.

Viele Therapeuten schieben die Verantwortung ganz zum Klienten hinüber, wenn sie merken, sie kommen mit Dilemmadynamiken nicht zurecht. Das ist einerseits richtig, weil der Klient der einzige ist, der das Dilemma wirklich durchbrechen kann. Wenn der Therapeut die Verantwortung aber ganz

zum Klienten hinüberschiebt, dann wird nicht erkennbar, dass er etwas für diesen tut. D.h., der Therapeut muss dem Klienten klarmachen, dass er bei ihm ist und etwas für ihn tut, dass er aber trotzdem nicht in sein System eintreten wird. Auch das ist dilemmahaft.

Ein Teil im Klienten spürt, dass therapeutische Arbeit, die das Dilemma nicht angreift artig, aber nicht relevant ist. Ein Teil im Klienten kann unterscheiden, was hilft und was nicht hilft. Er kann es nicht sagen und nicht selber herstellen, aber er weiß, ob das beraterische/therapeutische Angebot eine übergeordnete Lösung sein kann, oder nicht. Es gibt bei aller Dilemma-neigung und Verstricktheit eine ganz gute Urteilsfähigkeit. Gleichzeitig wird der Klient aus der Dilemmaperspektive eine Lösungslogik verlangen, welche die Dilemma-Dynamik fortschreiben würde. Man kann das Dilemma auch nicht allein auf emotionaler Ebene lösen. Es geht nicht primär um emotionale Lösungen. Es ist primär eine geistige Arbeit, eine Haltungsarbeit, die emotionale Auswirkungen hat. Wenn ein Therapeut/Berater bei Dilemmata lediglich auf emotionaler Ebene arbeitet und die Logik des Dilemmas nicht in Frage stellt, so wird er kaum erfolgreich sein.

Viele Probleme, die nicht Dilemmata sind, brauchen eigentlich nicht wirklich Psychotherapie, sondern normale Lebens situationen, die Lernchancen bieten. Für Dilemmaprobleme braucht man Psychotherapie. Die wenigsten psychotherapeutischen Schulen haben jedoch ein Konzept für Dilemmata.

Das Dilemma-Konzept wurde bisher weniger adoptiert als man hätte annehmen können, nachdem es 1986 den Wissenschaftspreis der europäischen TA-Gesellschaft bekam. Liegt es daran, dass es ein schwieriges Konzept ist? Braucht man aber nicht ein genügend schwieriges Konzept, wenn die einfachen Konzepte der Komplexität des Problems nicht genügen? Dort, wo Beratungen und Therapien längerfristig hartnäckig nicht zu Lösungen führen, ist doch zu prüfen, ob nicht zu einfache Konzepte benutzt werden, welche die Dilemmata nicht erkennen oder deren Lösung nicht bewirken.

## **Dilem-10**

### **Beispiel für eine Zwickmühlenarbeit im psychotherapeutischen Kontext**

Im folgenden Beispiel verhakt sich der Dialog zwischen Therapeut und Klientin zunächst, dann gibt es jedoch eine Wende, in der das Dilemma klar wird und bearbeitet werden kann.

R. = Klientin

B. = Therapeut

R. ist Teilnehmerin an einem 4 Tage dauernden Therapie-Intensiv-Seminar, 36 Jahre alt, verheiratet, berufstätig. Sie hat sich wegen Problemen in der Ehe und am Arbeitsplatz mit ihrem

Vorgesetzten zu diesem Seminar angemeldet. Vor einem halben Jahr hatte sie bereits an einem Therapie-Intensiv-Seminar teilgenommen. Damals bestanden die gleichen Probleme.

Der Therapeut möchte wissen, was R. aus dem letzten Seminar mitgenommen hat und was sich im letzten halben Jahr geändert hat. Daraufhin kann R. keine konkrete Antwort geben. Aus ihrer Antwort geht vielmehr hervor, dass sie sowohl mit ihrem Mann, als auch mit ihrem Vorgesetzten herumstreitet. B. schlussfolgert daraus, dass sich nichts Entscheidendes geändert hat. Außerdem vermutet er, dass sich auch in diesem Seminar nichts Entscheidendes verändern wird. Diese Feststellungen fasst R. als Verurteilung auf und sie versucht, sich zu verteidigen.

Am nächsten Tag:

R.: Ich wollte erst einmal sagen, dass ich gestern eine unheimliche Wut gekriegt habe. Auf dich! Ich habe mich ungerecht behandelt gefühlt von dir.

B.: Und wenn ich mich ändere, ist das Problem gelöst.

R.: Ich weiß nicht, ob du dich unbedingt ändern musst.

B.: Ärger ist dazu da, um Unbehagen, dessen Quelle ein anderer ist, durch Einwirkung auf diesen zu verändern. Wenn du jetzt Ärger gegen mich pflegst, heißt das, ist das nur sinnvoll, wenn ich das Problem bin.

R.: Warum ziehe ich mich zurück? Ich habe schon wieder Angst gekriegt und gedacht, den B. darf man nicht angreifen.

B.: Du kannst mich ruhig angreifen. Wenn ich deinem Modell glauben könnte, dann wäre die Sache sehr einfach. Ich kann mich relativ leicht ändern. Es scheint mir wesentlich leichter, als auf dich Einfluss zu nehmen.

R.: Welches Modell meinst du?

B.: Ja, das Modell, dass etwas anderes herausgekommen wäre, wenn ich mich anders verhalten hätte. ... Hast du auch Verzweiflung gespürt?

R.: So ein Alleingelassenwerden habe ich gespürt. So ein ... irgendwie so das Gefühl, nicht raus zu können und alleingelassen zu werden. Ich weiß jetzt nicht, ob das gleich ist mit Verzweiflung.

B.: Klingt danach. Verzweiflung ist ein Gefühl, das man empfindet, wenn man eine Situation als ausweglos erlebt und auch nicht mit Hilfe von außen rechnet. Ist gut. Es ist wichtig, dass du die Verzweiflung spürst. Wie würdest du deine ausweglose Situation beschreiben?

R.: Ich habe mich da so allein gefühlt. Ich hatte das Gefühl, du drängst mich in eine Ecke und ich kann nichts sagen. Was immer ich sage, um mich zu verteidigen, dann sagst du, das ist ein Ja-Aber-Spiel, oder Autoritätsprobleme, oder dieses oder jenes. Und dann habe ich nichts gesagt und ich hab mich so richtig beschissen gefühlt.

B.: Und das war ein Teil der Ausweglosigkeit, dass was immer du sagst, wird als Beweis genommen, dafür, dass ich Recht habe.

R.: Ja und dann hatte ich das Gefühl, wenn du das sagst, dann ist das auch richtig. Weil das ja sonst wieder ein Ja-Aber-Spiel wäre.

B.: Und wie geht es dir, wenn du das so erlebst, diese Situation?

R.: Ich habe mich ungerecht behandelt gefühlt. Weil ich denke, dass das, was ich sagen möchte, auch wichtig ist, das ist meine Lebenswelt und das ist für mich die Wirklichkeit.

B.: Ich werde in deine Erlebenswelt eintreten. Zwar bist du davon überzeugt, aber ich glaube nicht, dass sich dann etwas ändert.

R.: Warum glaubst du, dass sich da nichts ändert?

B.: Und dann muss ich beweisen, dass ich Recht habe.

R.: Von dir kam bei mir an, dass du sagst, du hast den Eindruck, es geht nicht weiter. Aber ich weiß nicht, warum du den Eindruck hast. Und ich denke, mein Eindruck ist es, dass es an verschiedenen Stellen schon weitergeht.

B.: Hm. Und dann drum kämpfen, jetzt muss ich wieder in den Beweisstand treten und dir etwas beweisen und du sagst dann, das ist schöner als verzweifelt sein, wenn man selbst auf den Richtertisch klettert. Es ist einfach angenehmer, als auf der Anklagebank.

R.: Genau.

B.: Das kann ich verstehen, aber das wird dir nicht helfen. Das ist immer noch im gleichen Gerichtssaal, nur zeitweilig mit vertauschten Rollen.

R.: Hm. Ja, welche Möglichkeiten gibt es denn, außerhalb des Gerichtssaals mit solchen Verletzungen umzugehen?

B.: Was ist eine Verletzung?

R.: Dass ich nicht das von dir bekomme, was ich in dem Moment gebraucht hätte.

B.: Und was wäre das gewesen?

R.: Zuwendung und dass du mal guckst, ob da, wo ich denke, dass es Veränderungen und Fortschritte gibt, ob das vielleicht doch welche sind. Also eine andere Perspektive einfach.

B.: Ja, und das ist deine Idee, es ist eine Verletzung, wenn ich das nicht tue. Aber du musst mich überzeugen, nicht ich mich bemühen, das herauszufinden.

R.: Ich müsste dir zeigen, dass sich etwas verändert hat?

B.: Mhm. Aber das geht natürlich nicht, weil du ja denkst, was immer du sagen wirst, hilft nicht zu deiner Rechtfertigung. Dein Modell sieht vor, du kannst es auch nicht sein, beziehungsweise, du wirst wahrscheinlich eine Art des Zeigens wählen, die mich nicht überzeugt, und dann denken, es sei mein Problem, dass ich mich nicht überzeugen lasse. Aber ich habe die Macht und dann bist du wieder das Opfer. Und da gibt es keinen Ausweg.

R.: Welcher Weg würde dich überzeugen?

B.: Das ist so nicht zu lösen, denn ich habe ja wahrscheinlich Recht. Das ist das Tragische, dass du mir recht geben müsstest.

R.: Meinst du, was immer ich auch zeigen würde, würde doch wieder zeigen, dass sich nichts bei mir ändern würde?

B.: Mhm, weil so lange du mir das beweisen willst, ich Recht habe, dass sich nichts geändert hat. Das ist die Paradoxie der Situation. Du müsstest mir recht geben, um zu zeigen, dass sich beginnt, etwas bei dir zu ändern.

R.: Ich müsste dir recht geben, damit sich zeigt, dass sich bei mir anfängt, etwas zu ändern?

B.: Das ist das Tragische. Nachdem du so lange prozessierst um Recht, du nur rauskommst, wenn du erkennst, dass du Unrecht hattest. Nicht immer, nicht am Anfang, als der Prozess angefangen hat, aber später dann, weil du nicht aufgehört hast, den Gerichtssaal stets von neuem zu betreten. Das ist das Tragische, dass dir Unrecht getan wurde und irgendwann hätte es gestimmt, wenn du aufbegehrt hättest und die, die dir Unrecht getan haben, hätten eingesehen, dass du Recht hattest, und sich geändert. Heute bist du diejenige, die das Unrecht immer wieder produziert und gleichzeitig verlangt, dass andere erkennen, dass du Recht hast.

R.: Unrecht gegen mich selber?

B.: Auch gegen andere. Du versuchst heute eine Position der Gerechtigkeit einzunehmen, die dir heute nicht zusteht, weil du das Unrecht selbst produzierst, die dir aber früher einmal zugestanden ist, und da hast du nicht Recht gekriegt.

R.: Das ist mir ein bisschen zu allgemein im Moment.

B.: Ich kann es im Moment nicht anders als allgemein machen.

Um aus der Paradoxie herauszukommen, müssen wir dich in zwei Personen aufteilen. Das eine ist eine Person, vermutlich ein Kind, das schlicht Recht hat, in seinem Anspruch, verstanden zu werden, und in seinem Anspruch, dass der Vater, oder wer immer die andere Person ist, der selbst seinen Standpunkt wechseln muss, dass der Vater, obwohl er gescheit daher schwätzt, dennoch Unrecht hat, weil er einen falschen Standpunkt einnimmt, aus dem heraus er zwar Recht hat, aber der deswegen falsch ist, weil er daneben liegt. Diesem Kind sage ich gerne, du hast Recht, ich habe mich geirrt. Es tut mir leid, dass du dadurch Schmerzen erlitten hast. Es war mein Fehler. Ich ändere meinen Standpunkt und dann kann es weitergehen. Dann gibt es eine zweite Person, das bist du heute. Und du produzierst Unrecht und verwickelst Menschen in Dilemmasituationen. Dir

heute muss ich sagen, du bist im Unrecht. Und gerade dann, wenn du am meisten dich ungerecht behandelt fühlst, bist du am meisten im Unrecht, weil du andere versuchst ins Unrecht zu setzen, obwohl sie Recht haben. Du bist jetzt Täterin geworden, nicht mehr Opfer. Und ich muss euch zwei Personen, jedem etwas völlig verschiedenes sagen. Wenn ich versuche, beiden Personen gleichzeitig eine Antwort zu geben, dann gibt es keine Lösung.

Könntest du in dir auch diese beiden Personen trennen?

R.: Das geht ein bisschen durcheinander bei mir.

B.: Ja klar, da sind wir ja dabei, das zu trennen. Wie reagiert denn die kleine R., oder hätte die reagiert, wenn da, als es recht war, ich dir gegenüber gesagt hätte, ja, du hast recht, meine Argumente stimmen zwar, aber sie sind trotzdem falsch, weil ich dir falsch begegne.

R.: Mir ist jetzt gerade eine neue Situation eingefallen.

B.: Ja, welche Situation ist das?

R.: Das war eine Situation, da war ich ungefähr acht Jahre alt, und wurde geschickt, Apfelsaft zu holen und zwar in der Milchkanne, in so einer Plastikkanne, die habe ich an den Roller gehängt und bin gefahren. Und auf dem Rückweg, da bin ich über Kopfsteinpflaster gefahren und irgendwie ist diese Milchkanne heruntergefallen und der Deckel ist aufgegangen und der ganze Apfelsaft ist ausgelaufen. Und da hatte ich so einen Schreck, ich wusste nicht, wie das passiert ist. Ich bin nach Hause gefahren und mein Vater hat furchtbar geschimpft und gefragt, wie das passiert ist. Ich habe gesagt, ich weiß es nicht, das kam plötzlich. Und er hat gesagt "du lügst, du musst das sagen, du willst das nicht sagen, du lügst". Und ich habe gesagt "nein, ich weiß es wirklich nicht". Und ich habe gesagt "vielleicht ist das an der Hand vorbeigerutscht". Ich konnte es mir also nicht mehr vorstellen, wie das passiert ist. Und dann hat er gesagt "ich probiere es aus und wenn ich es rauskriege und du hast es nicht gesagt, dann wirst du ohne Abendessen ins Bett geschickt". Und er hat dann diese Kanne voll Wasser gefüllt und ist mit dem Roller die Bordsteinkante hinuntergefahren und dann ist der Henkel wieder abgegangen und die Kanne ist runtergefallen. Und dann hat er gesagt "siehst du, so ist das passiert, und du wolltest das nicht sagen, du hast gelogen und jetzt musst du zur Strafe eben dann ins Bett gehen, ohne Essen zu bekommen". Und dann hat er mich auch ins Bett geschickt, ohne dass ich zu essen bekommen habe. Hinterher habe ich gedacht, aha, so ist das passiert, offensichtlich, aber im Moment war mir das nicht präsent gewesen, weil das einfach so ein Schrecken für mich gewesen war. Und das hat so unheimlich

wehgetan, so total, also dieser Brutalität ausgeliefert zu sein und da war ich wahnsinnig hilflos, einfach, und ich konnte es nicht sagen.

B.: Ja, und dein Vater hat Unrecht gehabt. Denn es ist ja völlig egal, ob du das erklären konntest, oder nicht. Das war doch gar nicht das Thema. Der hat da künstlich ein Thema von Recht und Unrecht und Beweispflicht reingebracht. Da ist das achtjährige Mädchen, dem Unrecht widerfährt, das zu Unrecht bestraft wird und das außerdem noch in einem Weltbild von Beweispflicht und Sachverständigengutachten und sonstigem Kram eingespannt wird, was völlig inadäquat ist. Das ist zum Verzweifeln. Das ist jetzt die eine Szene, die du hast auf einem Fernseher. Und daneben ist ein zweiter Fernseher und da ist jetzt so eine Frau, die solche Situationen wieder herstellt.

R.: So, wie mein Vater sie gemacht hat?

B.: Ja, auch, die zu solchen Ungerechtigkeiten einlädt und selbst sich so verhält und die es selbst so einfädelt, dass sie das wieder inszeniert. Nicht aus Böswilligkeit, sondern auch aus dem Wunsche, es solle nochmal so sein wie damals, nur dass diesmal der Vater einsichtiger sein soll und sich entschuldigt und eine neue Art von Beziehung, eine neue Wirklichkeit, nicht eine Gerichtssaal-Wirklichkeit eintritt. Das Problem ist nur, heute bist du es ja gewesen, die das einfädelt. Es wäre heute verrückt, wenn ich sagen würde, du hast Recht, es war mein Fehler. Das wäre falsch, obwohl es deinem kindlichen Bedürfnis entsprechen würde. Das heißt, selbst wenn ich das tun würde, was damals richtig gewesen wäre, wäre es heute wieder falsch. Sondern ich muss heute sagen, R., du spielst Gerichtssaal. Ich kann dein kindliches Anliegen dahinter verstehen, aber so lange du das so wiederholst, ändert sich nichts. Und es ist tragisch, dass ich der Erwachsenen heute praktisch die Verantwortung voll zuschreiben muss dafür. Zwar trete ich ein in diese Wirklichkeit, aber ich spiele eine Rolle in diesem inszenierten Drama, aber es ist nicht mein Drama, weil ich das sonst nicht spiele, während ich es dich häufig spielen sehe.

Und das ist nun das tragische für dich, dass du praktisch für die erwachsene R. sagen müsstest 'du hast recht, ich bin, heute bin es allein ich, die es inszeniert, aber das war nicht immer so. Damals war es allein mein Vater, der es inszeniert hat. Und das sind zwei verschiedene Fälle. Und dann gibt es Mischformen, die wir jetzt nicht besprechen. Verstehst du das gedanklich?

R.: Ja, gedanklich ja. Ich würde aber noch ganz gerne wissen, wie ich solche Situationen selber herstelle, dass ich mich in eine Situation setze, wo ich negative Kritik provoziere, und ich diese Kritik dann als ins Unrecht setzen betrachte.



B.: Und dass du dich in Situationen bringst, in der jemand zu Recht sagt, überleg dir mal, wie du das angestellt hast, dass die Situation so schlimm geworden ist. Wo das Kind noch das Bedürfnis hat, entweder überhaupt nicht darüber nachzudenken, sondern einfach die Situation wieder in Ordnung haben zu wollen, oder wenn es schon etwas nachzudenken gibt, dass derjenige, der den größeren Kopf hat, das doch bitte machen soll. Da aber heute du die Fäden dazu in der Hand hast, kann ich das nicht für dich tun. Und ich kann es doch für dich tun, ein Stück, indem ich dir erkläre, warum ich es nicht tun kann. Kann denn die erwachsene R. anerkennen, dass du das machst? Dass du heute die Verantwortung hast, für dieses Unrecht, das dir geschieht?

R.: Im Kopf ja.

B.: Und kannst du gleichzeitig der achtjährigen R. sagen, dass sie nicht Schuld dran war, dass sie nichts dafür kann, dass der Vater so einen Terror mit ihr angefangen hat?

R.: Das ist ein bisschen schwieriger.

B.: Willst du das mal innerlich tun? ... zu dir sagen, dass du da nichts dafür konntest? (R. weint) Das tut dann erst richtig weh, gell? - Ja, das ist so richtig. Der Schmerz ist dir allemal zugefügt worden. Es ist gut, den zu spüren. Und das war zum Verzweifeln, denn dein Vater hat dir keinen Ausweg gelassen.

R.: Es ist fast noch schlimmer, schuldlos zu sein. Es wäre fast noch besser gewesen, wenn mein Vater recht gehabt hätte.

B.: Warum ist das schlimmer, schuldlos zu sein?

R.: Das tut noch mehr weh.

B.: Weil du dann spürst, wie ausgeliefert du warst?

R.: Ja

B.: Ja, aber du warst schuldlos. Du warst schlicht das Opfer. Und es gab kein Entrinnen. Und es ist schon über 20 Jahre her und es wird sich nie wieder wiederholen - wenn du es nicht wiederholst. ... So, wenn du sagst, es ist noch schlimmer zu merken, dass du unschuldig warst, dann heißt das ja,

dass du in der Wiederholung heute ja fast hoffst, ich könnte dir deine Schuld beweisen, dass du dann nicht so sehr den Schmerz spüren müsstest.

R.: Den Gedanken hatte ich auch gerade. Oder dass ich mir das selber beweise.

B.: Ah, ja

R.: Da war ich gerade dabei, also, dass da offensichtlich irgendwie das in mir selber drin ist, dass ich mir selber beweisen will, dass ich Schuld bin.

B.: Damit du nicht so sehr spüren musst, wie sehr du damals ausgeliefert warst?

R.: Ja

B.: Das heißt, das ist nochmal ein Dilemma heute. Auf der einen Seite willst du, dass deine Unschuld sich erweist, auf der anderen Seite willst du es nicht, weil du dann spürst, solange du angeschuldigt wirst, hast du die Hoffnung, die Verzweiflung nicht so sehr zu spüren.

R.: Mhm, und so lange ich angeschuldigt werde, kann ich dagegen protestieren

B.: und musst die Verzweiflung nicht spüren. Mhm. Es ist o.k., Verzweiflung zu spüren, wenn es keinen Ausweg gibt. Und es ist o.k. zu merken, dass du heute dich nicht mehr in verzweifelte Situationen begeben musst, zumindest in keine selbstgemachten.

In der Nacht nach diesem Gespräch hat die Klientin R. den folgenden Traum, den sie am nächsten Tag im Therapie-Seminar erzählt:

Nachdem ihre Examensarbeit fast fertig jahrelang geruht habe, habe sie das letzte Kapitel, in dem die Schlussfolgerungen und der Ausblick standen, geschrieben und die Arbeit dem zuständigen Professor in der Universität abgegeben. Der Professor habe sie gefragt, wann sie das letzte Kapitel geschrieben habe, jetzt, oder schon früher. Aus Angst, dass die Arbeit eventuell abgelehnt würde, habe sie gelogen und dem Professor gesagt, sie habe das letzte Kapitel schon früher geschrieben. Jetzt habe sie lediglich nochmal alles durchgelesen, nach Tippfehlern gesucht, etc. Das sei für den Professor aber irgendwie nicht das Thema gewesen. Der habe lediglich aus Interesse gefragt und auf ihre Antwort freundlich reagiert. Und sie habe gespürt, dass er genau so reagiert hätte, wenn sie

die Wahrheit gesagt hätte. Er hat die Arbeit angenommen und sie mit dem Universitätsstempel versehen. Mit dem beglückenden Gefühl, dass diese Arbeit jetzt vollendet und Eigentum der Universität ist, verließ sie den Professor. Damit war der Traum zu Ende.

B.: Nun hast du das ja heute Nacht geträumt. Hast du irgendeine Idee, wie das mit dem zusammenhängt, was hier passiert?

R.: Ja, ich denke, die Erfahrung, dass der Herr Professor mich nicht zurechtweisen will, weil ich die Arbeit erst nach vielen Jahren vollendet habe, sondern dass es für ihn nur wichtig ist, dass sie fertig ist. Im Traum hatte ich die Befürchtung, dass er mich zurechtweisen will und lüge dann ja auch. Und dann die Erfahrung, dass er das überhaupt nicht will, dass er auf einer ganz anderen Ebene denkt, das, denke ich, das ist ja auch mein Thema mit Gerichtssaalspiel und Schuld - nicht Schuld und so. Und das ist für mich irgendwie ein Hinweis, dass ich selber auch mal auf die andere Ebene gehe, also ein Hinweis, diese Gerichtssaalebene zu verlassen.

In der darauf folgenden Nacht hat R. diesen Traum:

R.: Ich bin mit meinem Vater in einem großen Saal. In dem Saal stehen Tische mit Stühlen und Leute sitzen da drum herum und gehen auch durch den Saal. Wir stehen an einem Tisch und mein Vater hat drei Pistolen bei sich. Er hat keinen Waffenschein und die will er nach Hause schmuggeln. Er sagt zu mir, zwei könne er bei sich am Körper verstecken und die dritte solle ich nehmen. Ich bin einverstanden und er ist dabei, die Pistolen bei sich zu verstecken. Die eine ist nur recht groß, die legt er auf den Tisch. Aber am Tisch sitzen Leute und die dürfen das nicht sehen. Er legt dann, ich weiß nicht, irgendetwas, entweder ein Buch, oder ein Tuch drüber, aber das ist zu klein, da guckt noch ein Stück von der Pistole heraus. Ich lege meine Hand drüber, dass die Leute das nicht sehen. Dann nimmt er sie und versteckt sie irgendwie bei sich am Körper. Er hat noch einen Anzug dabei, der hängt über dem Stuhl. Er meint, ich solle die dritte Pistole in die Tasche stecken und dann den Anzug über den Arm hängen und damit aus dem Saal hinauslaufen. Ich sage, gut, das mache ich. Er geht vor und ich soll nach einer gewissen Zeit nachkommen. Als er weg ist, höre ich plötzlich Schüsse und dann ist mir klar, dass die Polizei da ist und ihn geschnappt hat.

B.: Halleluja

R.: Dann weiß ich, dass die jetzt eine Razzia machen und mich auch suchen werden. Ich denke mir 'da werde ich mich nicht erwischen lassen' und hänge den Anzug wieder über den Stuhl. Ich denke

'wenn man die Pistole nicht bei mir findet, dann kann man mir auch nicht nachweisen, dass ich etwas damit zu tun habe.'

B.: Dann kommt man nicht mal auf die Idee.

R.: Und damit hört der Traum auf.

B.: Halleluja. Hast du ein Bedürfnis nach einer Interpretation? Der Traum ist selbsterklärend.

R.: Was erklärt er?

B.: Dass du dich distanzierst von den krummen Dingen, die dein Vater treibt, mit geistigen Funktionen, wenn man von der Symbolik des Schießens ausgeht. Und er hat keinen Waffenschein dafür. Das heißt, er darf nicht damit umgehen. Und die Behörden haben ihn jetzt erwischt und das war auch Zeit. Und du bist eigentlich nur reinverwickelt gewesen. Du entwickelst dich da wieder heraus und damit ist die Sache erledigt.

R.: Ja, den Teil habe ich auch gesehen. Auf der anderen Seite fand ich es ein bisschen schlecht, dass ich mich da nicht durch eigene Überlegung herauswickeln, sondern praktisch durch die Polizei, die Angst vor der Polizei.

B.: Die Polizei ist eine Ordnungsmacht.

R.: Mhm

B.: Es ist ganz lustig, das fällt mir gerade dazu ein. Ich habe dir ja mal das Feed-back gegeben, oder in mir ist das Bild aufgestiegen, dass du versuchst, Männer in den Schuldturm zu bringen. Jetzt brauchst du das nicht mehr zu machen.

R.: Stimmt

B.: Das kannst du dann dem Gericht und den Begnadigungsbehörden überlassen, ob sie ihn wieder herauslassen oder nicht.

## Literatur:

Schmid, B. & K. Jäger (1986): **Zwickmühlen. Oder: Wege aus dem Dilemma-Zirkel.**  
*Zeitschrift für Transaktionsanalyse* 3, 1, S 5-16.

Schmid, B. (1989): **Acceptance Speech: Programmatische Überlegungen anlässlich der Entgegennahme des I. EATA-Wissenschaftspreises für Autoren** (Blackpool 1988).  
*Zeitschrift für Transaktionsanalyse* 6,4, S. 1941-1963.

Autor: Bernd Schmid  
Quelle: isb