

Skriptmuster

Bernd Schmid, 1986

Tonaufzeichnung aus der Ausbildungsgruppe für Transaktionsanalytiker/innen. Transkript: Klaus Röscher

Lit. "Was sagen Sie, nachdem Sie Guten Tag gesagt haben?"

Berne beschreibt mit Skriptmustern formale Muster, nach denen Erleben und Verhalten, auch Sprache strukturiert sind, die man beobachten kann als themenunabhängige Dynamiken.

NIEMALS-Skriptmuster (Tantalus):

T. ist jemand, der an einen Felsen geschmiedet im Wasser steht, die Trauben hängen ihm im Mund, aber wenn er danach fassen will, weichen sie vor ihm zurück; das Wasser steht ihm bis zur Unterlippe, aber wenn er sich beugt zu trinken, entflieht es seinen Lippen.

Es gibt Menschen, die verhalten sich in bestimmten, in mehreren Lebensaspekten nach diesem Muster, d.h. ihre Lebens- wie ihre Verhaltensbewegungen sind so ungerichtet und ungeordnet, dass sie nichts erreichen. (Bernd gibt ein Rollenbeispiel davon, in dem die Dynamik auch in dem nicht Zuendereden deutlich wird.) Er kommt weder voran noch an. Hauptantreiber ist der 'Streng-dich-an' (siehe Tabelle bei Mike Brown).

BEINAHE-Skriptmuster (Sisyphus):

Mythos von der Vergeblichkeit.

Er kommt voran, aber er kommt nicht an. Er kommt beinahe rechtzeitig in die Sitzung; schreibt beinahe was richtig; macht beinahe deutlich, worum es ihm geht; räumt beinahe sein Zimmer auf, dass er mit darf am Sonntag, bis auf die Sachen, die in der Mitte liegen bleiben, weshalb er nicht mit darf.

Wir können ihn daran erkennen, dass er sich hinsetzt: "Ich wollt' doch noch mal versuchen, an mein Problem ranzugehen, das mal vorwärts zu treiben, ich will wieder versuchen, das zu klären." >Mal wieder< heißt, er hat's schon oft probiert, er will's versuchen. Er zeigt den streng-dich-an-Antreiber von der emotionalen Dynamik.

Es ist nicht erkennbar, dass er eine innere Entscheidung getroffen hat, dass er ankommen darf. Wenn man ihn fragt, ob er denn entschieden hat, erfolgreich zu sein, kann er sich nicht vorstellen, dass man über Erfolg, über/s Ankommen zuerst entscheiden kann und dann wie man hinkommt. Sondern er sagt: Ja, wenn ich wüsste WIE! - Die Wie-Frage steht vor der Ob-Frage. - Das ist jemand,

der z.B. am Ende der Gruppensitzung sich meldet und ein Problem so groß bringt, dass es garantiert in der verbleibenden Zeit nicht gelöst werden kann und ist beinahe an einem Punkt, dass etwas geschehen könnte, wenn die Sitzung zu Ende ist. Wenn der Therapeut rechtzeitig aufhört, fängt er beim nächsten Mal nicht an dem Punkt an, an dem sie beim letzten Mal aufgehört haben, sondern überhaupt am Anfang.

Bei solchen Klienten ist sehr wichtig, sie dazu zu bewegen, Dinge zu portionieren, richtig zu timen, Zwischenziele zu definieren, deren Erreichung zu sichern und Kontrakt zu machen, dass man an der Stelle weitermacht. Oder paradox gucken, wie wird er wieder davon loslassen, wie wird er das Erreichte wieder zunichtemachen.

Die Erlaubnis vom Hauptantreiber wie bei NIEMALS richtet sich auf: Du darfst es gelassen tun und vollenden.

Es gibt ein BEINAHME-MUSTER, das Taibi Kahler oder Mike Brown vorstellt, das nicht so leicht erkennbar ist. Das sind die Menschen, die mit großer Anstrengung sehr wohl ihre Ziele erreichen, die aber nur beinahe Genugtuung oder Gratifikation erleben. Genugtuung und Gratifikation, dass sie etwas erreicht haben: die kommen auf den einen Gipfel und anstatt sich zu freuen, dass sie da sind, gehen sie gleich auf den nächsten. Sie springen also von Erfolg zu Erfolg, um dann doch schließlich doch von der Genugtuung, von der Erfüllung am Anfang zu stehen. Trotz Bemühungen und erfolgreicher Teilstationen schaffen sie es nicht, Genugtuung und Gratifikation zu erfahren.

ERST-WENN-Skriptmuster (Herkules):

Der Antreiber ist SEI STARK. Die Idee ist, erst wenn etwas getan ist, ist etwas anderes erlaubt. Mit sehr häufig der eingebauten Logik: wenn man an dem Punkt ist, ein neues ›erst wenn‹ auftaucht.

Also die Lösung, die Gratifikation, das erfüllte Leben schiebt man wie eine Fata Morgane, die sich am Horizont abzeichnet vor sich her. - Wenn das Kind erst mal geboren ist, geht es der Familie gut; wenn das Kind erstmal aus dem Gröbsten raus ist ... wenn man erst mal in Rente ist, dann kann ich leben ... und dann kommt der Herzinfarkt. Sie merken, dass die Rechnung nicht aufgeht und es gibt nichts, worauf sie's noch mal verschieben könnten. Es wird klar, dass man im Alter schwer lernt, was man im Leben nicht gelernt hat. Wenn das Leben sich dem Ende neigt, ist der SEI-STARK-Antreiber kräftemäßig schlecht durchzuhalten und es gibt keine Gelegenheiten, an denen man sich aufpäppeln kann (beruflich). Das geht dann hin bis zu Dekompensationen.

Es ist wichtig, solche zu ermutigen, beides nebeneinander zu lassen: Leben UND Arbeiten/Beziehung UND Vorankommen-wollen.

DANACH-Skriptmuster (Damokles):

D. ist jemand, der als ehrgeizig geschildert wird. Er wird durch die Gunst der Götter in den Stand des Reichtums jeder Art versetzt. Der einzige Pferdefuß, den er akzeptieren muss: ein an einem Rosshaar aufgehängtes Schwert zu seinem Haupte über seinem Bett, und er weiß nie, wann's fällt.

Das Lebensgefühl dieser Menschen: sie erwarten, dass ihrer ein Unglück harret, wenn es ihnen gut geht. (Der Vogel, der morgens singt, den holt abends die Katz.)

Das DANACH-Muster ist eher auf der magischen Ebene. Man fürchtet ein Unglück, weil das vielleicht eine Ahnungstradition in der Familie ist (Eine schlecht entwickelte Intuition, die sich immer auf böse Ahnungen richtet und die nicht daraus lernt, dass die Ahnungen gar nicht eintreffen, wie wenn durch die negative Ahnung das Gute beschwört werden soll).

Etwas anderes ist, wenn Menschen etwas Negatives erwarten und ohne dass sie es merken, etwas tun, dass sie's hervorrufen und damit dieses Wirklichkeitsbild auch leben, sei es emotional, dass sie Dinge, die objektiv gar nicht problematisch wären, katastrophal empfinden, sei es, dass sie es inszenieren, draußen und tatsächlich, auch in Beziehungen.

Das phänomenologische Muster ist: wenn es mir gut geht, dann darf es eine Zeit lang gehen, dann haut's mir auf die Schnauze und dann rapple ich mich wieder auf.

Das kann sich auch stabilisieren, dass jemand eine relative Erleichterung erfährt, wenn er immer wieder hochkommt und die auch immer wieder intensiv erfährt, genauso wie das Gefühl, dass es einen wieder reinhaut, so dass es vielleicht auch libidinös besetzt wird. Der Reiz des Untergehens und Wiederauftauchens! Das ist vielleicht sogar sexualisiert, so dass das vom Reiz her ein gewohnheitsmäßig hochbesetztes Muster ist. REIZHUNGER = Verselbständigung des Musters und Stillungen, die dadurch möglich sind.

Erfüllung von magischen Erwartungen, unabhängig von inneren Beweggründen ist das eine.

Es gibt aber auch den Punkt, dass jemand die Idee hat, dass ihm nur ein bestimmtes Glück, ein bestimmter Erfolg, also ein bestimmter Durchschnitt - auf Verschiedenes vielleicht bezogen - zusteht, und wenn er sich eine Zeitlang über dieses Mittelmaß es sich gut gehen lässt, muss er büßen, um den Durchschnitt, der ihm zusteht, wiederherzustellen.

Solche Menschen, solange das Muster aktiv bleibt, können entweder die Extreme leben oder sie fürchten sich, es sich sehr gut gehen zu lassen, weil sie dann wissen, dass sie sich selbst keine Buße bescheren oder sie büßen, lassen es sich schlecht gehen, um genügend Rabattmarken zu haben, dass es ihnen dann noch eine Zeit lang wieder besser gehen darf.

ERLAUBNISSE: Was fehlt, ist die Erlaubnis, dass es ihnen unendlich gut gehen darf, dass sie unendlich erfolgreich sein dürfen. ... "Bitte, hör das als Erlaubnis." Also, dass es keine inneren Gründe geben muss, keine Skriptgründe geben muss, sich zu beschränken.

Dass wir an Grenzen stoßen natürlicherweise, das ist universal; es ist, als würden diese Menschen lieber an die hausgemachten Grenzen stoßen als an die Grenzen, an denen sie wirklich Unsicherheit erleben und wirklich unbeholfen sind und noch nicht wissen, wie's ausgeht. Das ist eine echte Unsicherheit; während, wenn man nur diesem Muster entlangfährt, ist es zwar unangenehm, aber es ist in dem Sinne eben nicht unsicher, denn es ist selbst manipuliert, wenn man auch nicht recht weiß.

Es ist auch ein Muster der Vermeidung echter Grenzerfahrung, sich nicht anheimstellen im Guten wie im Bösen.

Elterliche Botschaften könnten da im Hintergrund stehen. (Bernd nimmt seine Mutter als Beispiel, die geradezu wütend ausruft "Dir geht's wohl zu gut!". Als könnte es jemandem zu gut gehen. ("Wenn's dem Esel zu wohl ist, geht er auf's Eis." - und fällt auf die Schnauze)

Durch solche Metaphern werden auch Abläufe suggeriert (Du sollst den Tag nicht vor dem Abend loben.). "Siehst Du, es ist doch nicht so gut gegangen!", wenn etwas Problematisches auftritt, d.h. es wird die Logik induziert: man hätte das Glück nicht so ausschöpfen dürfen, weil es ja jetzt relativiert wird in der Summe.

Damit wird praktisch diese innere Gesetzmäßigkeit im Wirklichkeitsverständnis der Person induziert. - Umkehrschluss: seid nicht fröhlich, müsst ihr auch nicht so viel heulen. -

Wie kommen die Leute so weitverbreitet auf so magische Vorstellungen? Häufig ist die Quelle dieses Musters, dass Menschen, die im Moment nicht Glück empfinden können, eher das Glück der anderen als erklärungsbedürftig hinstellen.

Wenn elterlicher Einfluss da eine Rolle spielt, wird da oft der Neid, der abgewehrte Schmerz des eigenen Unglücks beim erlebten Glück des Kindes sein. Wobei das doppelbödig ist, denn man will ja auch über Identifikation am Glück teilhaben und gleichzeitig tut das so weh, zu merken, wo man selbst das Glück verfehlt hat, wenn's dem Kind relativ gut geht.

Und auch die Angst in Familien, wenn's den Kindern gut geht, woll'n sie nichts mehr von den Eltern wissen. Die Furcht, eine Bindung wird von den Kindern aufgelöst, wenn sie ihren Weg machen, ist eine unnötige Furcht, weil es fast nichts gibt, was die Liebe der Kinder zu ihren Eltern kaputt machen kann, es sei denn, die übertriebene Angst, sie könne kaputt gehen.

Da trifft das zu, was wir schon bei der Skriptmatrix hatten: dass aus dem schmerzlichen Erleben der eigenen Grenzen, ohne sich mit denen auseinandersetzen zu wollen, oft die Herausforderung abgewehrt wird, die durch die anderen auftritt, die diese Grenzen nicht erleben, indem man versucht, die anderen in dieses Gefängnis mit einzusperren, speziell die Kinder, als freiwillige Treueleistung, es sich nicht besser gehen lassen als die Eltern.

Wenn man es von der ödipalen Konstruktion her sieht, ist da eine Konkurrenz zwischen gleichgeschlechtlichen Kind/Eltern, was daher rührt, dass sie eine falsche Vorstellung von Konkurrenz haben, was gegeneinander geht und nicht ein freudiges Miteinander ist, miteinander zu wetteifern.

Wenn Menschen in eine ganz glücklichen Situation reinkommen und plötzlich depressiv werden, kann das daran liegen, dass sie in der inneren Szenerie (persönlichkeitsanalytisch angefeuchtet) die Logik vollziehen, dass wenn sie nicht rechtzeitig mittelmäßig depressiv werden, nach einer Zeit des übertriebenen Glücks schwer depressiv werden.

Das ist eine magische Abwehr des noch größeren Rückschlags.

Wer Therapie macht, hat die Erfahrung gemacht, dass Klienten, die nach einer besonders guten Sitzung erstmal ein paar Wochen Scheiße drauf sind, völlig einer normalen Prognose zuwiderlaufend.

Das kann etwas mit diesem Muster zu tun haben.

Das kann auch mit Treuebindung zu tun haben, je nachdem ob wir das beziehungsanalytisch oder persönlichkeitsanalytisch angucken oder wirklichkeitsanalytisch.

Gucken wir uns das beziehungsanalytisch an in der Übertragung zwischen Klient und Therapeut. Kann sein, dass der Klient meint, er müsse den Therapeuten-Elternteil damit versöhnen, dass es ihm schlechter geht und auf diese Weise transaktional versichern, dass, er noch gebraucht wird, auch wenn's dem Klienten mal gut geht" zwischendrein.

Persönlichkeitsanalytisch könnten wir sagen: es könnten die inneren Eltern sein, mit denen er fürchtet, in Konflikt zu geraten.

Wirklichkeitsanalytisch betrachtet könnte man sagen: das ist eben die Idee, wie die Welt ist, und die befürchtete Gefahr wird magisch abgewehrt.

Man kann auch andere provozieren, das an einem selbst zu vollziehen. Weil man denkt, es ist mir so gut gegangen, kann man den Chef, den Ehemann provozieren, dass der einem die bittere Pille verpasst. Man hat dann nachher den Schuldigen draußen, der dafür gesorgt hat, dass man wieder down ist.

Interessant ist, dass man immer ausgerechnet solche sucht und interessant ist, wie man die dazu einlädt, einem die Pille zu geben, bzw. ...

Naiverweise wird auch behauptet, mir ging's gut, wenn der nicht da wäre; nur ist komischerweise immer einer da, der sich findet (warum findet sich gerade der immer ein?). Wenn man das Beziehungsanalytische, das eine einseitige Attribution an das Gegenüber beinhaltet, mal zurücknimmt, (das kann stimmen, wenn der Andere ein Vertreter des früheren Elternteils

(Bruder/Schwester) ist; es kann mal gestimmt haben, dass sie es einem mal verdorben haben) dann ist man heute selbst derjenige, der heute dazu einlädt, jemanden anderen in diese Rolle zu bringen.

ZWICKMÜHLENPROBLEMATIK

Diese Dynamiken haben oft zu tun mit Legendenbildung in Vertriebenenfamilien. Aufspaltung in frühere glückliche Welt (nachträgliche Glorifizierung) und heutige unglückliche.

Keine Bereitschaft durch ein Heimischwerden in der neuen Welt zu relativieren.

Für die Kinder dieser Familien besteht oft das Problem, dass die Sehnsucht der Eltern nach rückwärts gerichtet ist. Den Kindern geht's nun gut, sie haben ein Auto usw.: Warnung "Ja, wir haben auch gedacht, es könnte uns gut gehen, aber guck mal, was geworden ist."

Und wenn diese Idee von der jüngeren Generation in das Skript, den Lebensentwurf aufgenommen wird, kann sein, dass sie selbst, vielleicht zum selben Lebensalter der Eltern, wie sie damals waren, für eine hausgemachte Heimatvertreibung sorgen. Entweder sie machen sich heimisch und vertreiben sich wieder oder aus Angst vor der Vertreibung werden sie sich nie heimisch machen.

Magische Abwehr des Unglücks.

Die Erlaubnis, dass es einem unendlich gut gehen kann, ist eine Floskel, die meint, dass man sich die Selbstbegrenzung nicht aufzuerlegen braucht, denn, wenn ich mich frei gebe, komme ich von selbst an Grenzen.

Das hat auch etwas damit zu tun, dass diese Menschen - theologisch gesehen - erlösungsunfähig sind, weil sie die Erlösung und Verdammung selbst machen. Nicht nur, dass sie sich dem größeren möglichen Glück entziehen, sondern sie entziehen sich auch, wirklich am Kreuz zu hängen und von einer anderen Schicht ihrer Seele - Gott oder wie immer man es nennen mag - getragen zu fühlen.

Obwohl diese Menschen oft auf dem Leidenstrip sind und das Leiden womöglich verherrlichen, sind sie's, die am wenigsten leiden können im Sinne von sich anheimstellen und wirklich zu sehen, dass es nicht mit dem Ich zu machen ist, dass es keine Grenzen gibt.

Sie kommen ja nie an einen Punkt. Z.B.: TA-Prüfung: Wenn ich mir immer selber die Prüfung versau, dann komme ich nie an den Punkt, dass ich in die Prüfung geh und es wirklich dem Lieben Gott, meiner Seele oder wo immer ich diese Instanz ansiedle, überlassen muss, ob ich plötzlich Aufwind kriege und plötzlich meine Talente, meine Kompetenzen sich in mir versammeln und ich's auf den Punkt bringe.

Das ist nicht nur eine Ich-Leistung, dann muss das Ich getragen sein von einem anderen Kräftestrom. Wenn ich's selbst immer wieder sabotiere, lasse ich's nie darauf ankommen, vielleicht aus Angst dass wenn ich's mal wirklich darauf ankommen lasse, dann könnte es mich nicht tragen.

Es ist ständig das Bemühen da, zu steuern, und weil der Erfolg so nicht zu steuern ist, wird das Unglück gesteuert, denn das ist eher steuerbar.

Das ist eine Form extremer Ich-Verhaftetheit und damit Erlösungsunfähigkeit.

Das nervt einen daran, an Menschen, die viel Unglück produzieren und erleben. Obwohl es denen wirklich Scheiße geht, gibt's etwas, was einen unendlich nervt. Das ist der Eigensinn des selbstgemachten Unglücks. Dieser gottlose Eigensinn.

IMMER-Muster (Arachne):

A., eine talentierte und ehrgeizige Dame, die eine Göttin, die als kunstfertig im Spinnen gesehen wird, herausfordert und mit ihr wetteifern möchte. Die Göttin, anstatt sich zu freuen, dass jemand seine Talente ausloten möchte, um es zu Vollkommenheit zu bringen, reagiert beleidigt und verwandelt sie in eine Spinne. A. muss ihr Leben lang Spinnennetze spinnen.

"Wenn es das ist, was du willst, dann kriegst du es zwar, aber anders, als du gedacht hast und du darfst auch nie wieder damit aufhören." Das sind Menschen, die Bindungsprobleme haben.

Er bindet sich nicht, weil er ein Beziehungsmodell hat: Wenn ich mich binde, dann muss ich bei der Art der Bindung, z.B. dem Verliebtheitsstadium, immer bleiben.

Er hat kein inneres Modell, das man durchaus aufbrechen darf in eine neue Sphäre, die dann aber nicht immer so sein muss, sondern man immer wieder neue Aufbrüche in guter Weise, so wie das Leben und die Entwicklung weitergeht, machen kann.

Die schließen keine Verträge, weil sie nicht die Freiheit haben, in neue Verhandlungen zu treten und Verträge wieder abzuändern, wenn sie nicht mehr das Leben gestalten.

Das sind Menschen, die heiraten vielleicht aus Sich-Losreißen vom Elternhaus den falschen Partner und sie dürfen sich nicht scheiden lassen.

Es sei denn

- entweder sie müssen bis zum bitteren Ende bleiben und sie verkümmern dann,
- oder sie suchen den Ausstieg, aber nicht, indem sie sich einfach freigegeben oder die Beziehung nochmal zur Debatte stellen, sondern sie sammeln RABATTMARKEN.

Sie tun, ohne dass sie es wissen, etwas dazu, dass die Beziehung so saumäßig ist, dass man auch vom Gutwilligsten nicht erwarten kann, in dieser Beziehung zu bleiben. Sie müssen eine Beziehung zugrunde richten, vorher dürfen sie nicht raus.

Etwas reinprojiziert: Sie haben sich längst entschlossen zur Trennung und kommen zur Paartherapie und sie weigern sich, jede positive Sache in der Beziehung anzuerkennen. Und immer

wenn ein Lichtblick erscheint, dass das Paar sich doch noch entwickeln könnte, machen sie etwas, dass es noch schlimmer wird.

Weil: Sie dürfen nicht, sie wollen sich ja trennen, sonst wollen die gar nichts - und sie dürfen sich nicht trennen, ohne dass die Beziehung in einem absolut desolaten Zustand ist.

Jeder Versuch des Therapeuten, der Beziehung etwas Gutes abzugewinnen innerhalb ihrer Logik, verbietet ihnen, die Beziehung zu verlassen.

Man versucht, sich eine bedingte Erlaubnis, aus dieser Beziehung auszusteigen, zu ergaunern = er/sie muss etwas bestimmtes Erreichen, mit dem er sich freikaufen kann.

Wieder Beispiel: Richard KIMBLE, immer auf der Flucht. - Ich kann da auch mit Borderline-Diagnostik herangehen. - Ich kann aber auch mit der Diagnostik des Bezugsrahmens herangehen: ob er, wenn er sich probeweise bindet, frei ist, sich maßvoll zu binden, sich maßvoll zu lösen, ob er darin Rhythmus haben darf von weggehen und kommen.

Störung des Rhythmus von Autonomie und Nahsein: wenn jemand sich auf Nähe einlässt, glaubt er, er dürfe nicht mehr fern sein oder wenn so jemand mal weg geht, glaubt er, er dürfe nicht mehr zurück. Der Aufbruch, egal in welche Richtung, impliziert, dass man nicht mehr zurückdarf.

Wenn man sich das familienanalytisch anguckt, hat das oft damit zu tun, dass jemand auf diese Weise entweder in einem Käfig ist, aus dem er nicht raus darf oder in der Gegend herumschwirrt und sich nirgends niederlassen kann, weil er ein Kind ist, das vorgegebene Bahnen in einer Weise verlassen hat.

Praktisch nachvollziehbar: der einzige Sohn eines Handwerkers, der nicht die Nachfolge übernommen hat, der gegen den Widerstand der Eltern Lehrer geworden ist und der sich zwar gelöst hat, aber es ist, als würde auf ihm der Fluch liegen, wenn es das nicht war, wo du hättest Heimat finden können und der Unsrige sein, dann such dein Glück, aber glaub nicht, dass du je wieder zur Ruhe kommen kannst.

Es darf dann auch nie wieder Heimat sein. Wenn ich solchen Menschen gegenüber einfach das Wort "Heimat" ausspreche, kann sein, dass sie dann sofort in Tränen ausbrechen.

Es ist so auch ein Ausbildungsbeginn abrupt dann zu Ende, wenn ich jemandem die Erlaubnis gebe, mit dem, was er hat, auch heimisch zu sein, sich dran zu freuen, sich zu überlegen: wenn er Bedarf hat, mal eine Fortbildung zu machen, aber nicht zu müssen.

"Sich verwurzeln" sind Sprachfiguren, die solche Menschen sehr ansprechen, wobei man darauf achten muss, dass es nicht in die Kategorie geht, sich irgendwo anketten.

Anketten, nicht mehr beweglich sein, sich nicht mehr entwickeln dürfen mit heimisch sein.

Buchtitel: "Frei wie ein Baum." Das ist eine Sprachfigur, die ihre Unverträglichkeit in Frage stellt. Sie kennen nur Freiheit. oder heimisch sein, Entwicklung oder Konstanz und Bindung. Dass beides immer wieder ein neues Gleichgewicht finden darf, ist in ihrem Wirklichkeitsmodell nicht vorgesehen.

Das muss nicht der Beruf sein. Es kann sein, dass jemand eine bestimmte Rolle in der Familie nicht wahrnimmt. Es gibt Familien, in denen immer eine Tochter ins Kloster ging. Das war jahrhundertlang so und jetzt ist das eben nicht mehr so. Was tut die eine Tochter? Sie wird Blaustrumpf Lehrerin. Sie ist nicht ins Kloster gegangen, aber sie lebt das Gleiche. Was tut sie zwischendrein? Sie sucht sich Männer und lebt eine Zeit absolut promiskuitiv, bindet sich da aber nicht, und dann geht sie wieder zurück.

Sie haben sich losgerissen, den vorgesehenen Lebensentwurf abgestreift, sie haben keinen anderen Lebensentwurf gefunden und nur das Gegenteil versucht, mit dem Ergebnis, dass sie im Gegenteil ewig bleiben und nie wieder zur Ruhe, zu einer inneren Heimat, zu einer Gerichtetheit im Leben finden

- oder, dass sie dann schließlich doch irgendwann zurückkehren, aber dann eben in das Gefängnis.

Was sie nicht schaffen, ist, diese beiden Aspekte des Lebens, die Konstanz und die Bewegung flexibel miteinander zu integrieren.

Oft hat es auch mit einem Generationskonflikt zu tun, der gar nicht neurotisch ist, sondern eine Last ist. Z.B. eine Bauernfamilie, die Jahrhunderte auf der Scholle war, und die Umstände ändern sich und irgendwann muss jemand aufbrechen und ein Sohn geht auf die Höhere Schule- Er verlässt die Dorfgemeinschaft, er fährt als Fahrschüler in die nächstgrößere Stadt, er ist der einzige, den die Familie finanzieren kann, er zieht die Hoffnungen, die narzisstische Identifikation, auf der anderen Seite den Neid seiner Geschwister auf sich. Er ist der Träger, seine Linie in eine höhere soziale Schicht zu bringen.

Er trägt das Unbehagen und den Neid (das ist eine Aufgabe von ganzen Generationen, der Wechsel von der einen in die andere Schicht dauert drei Generationen). Da gibt es natürlicherweise Heimatvertreibung.

Da jemandem Hilfe zu leisten, heißt auch jemandem die Gratifikationen zuzugestehen, dass er einen geheimen Wunsch (in eine andere Schicht zu kommen, das asoziale Viertel zu verlassen) der Familie trägt. Er erträgt auch den emotional schwierigen Kontrast zu den Anderen zu Gunsten von etwas, was alle irgendwo in ihrem Herzen als Wunsch tragen - nicht mehr für sich selber, weil sie's nicht mehr schaffen, aber für die nächste Generation, wenigstens für seine Kinder.

Bernd nennt das therapeutisch: eine Umdeutung des Leids, das so jemand erfährt, des Verstoßen seins aus den bisherigen Bezügen. Er definiert ein Getragensein von den Wünschen der Anderen. Er

redefiniert die Loyalität zu den Wünschen und versteckten Sehnsüchten aller, nicht ihr Neidverhalten, das sie außen zeigen. Es ist erstaunlich, wie Menschen dann eigentlich nur durch die Umdefinition plötzlich mit erheblich besserer Lebensqualität ihren Weg weitergehen. In diesen Familien gibt es besonders häufig psychiatrische Krankheitsbilder. -

OPEN-END- oder WAS-DANN-Skriptmuster:

Manche Menschen haben eine innere Programmierung, die emotional besetzt, sinngebend, orientierend ist nur bis zu einem bestimmten Punkt und danach ist es offen.

Beispiel: Bernds Frau. Sie hat bis zu einem bestimmten Punkt (Medizin, Psychologie und Therapieausbildung) gewusst, was sie wollte. Sie hat alles getan, was ihr Vater immer wollte und selbst nicht verwirklicht hat und dann am Herzinfarkt gestorben ist.

Erst als sie mit allem fertig war, war sie an einem Punkt, dass sie merkte, dass sie immer vergessen hatte, dem Vater die Frage zu stellen: "Und dann?". Das Programm ist zu Ende, bis dahin ist alles klar.

Das kann Menschen in massive Irritation stürzen.

Wenn in ihrem Skript - wie man so schön sagt - nachguckt, kann man nichts feststellen, was das erklärt. Und die Erklärung kann darin bestehen, dass dafür keine Erklärung da ist. D. h. sie kommen zum ersten Mal an den Punkt, dass das vorgegebene Programm sozusagen reißt und sie sich selbst Orientierung geben müssen. Das haben sie nie gelernt oder wenig entwickelt.

Das kann vorübergehend erhebliche Depressionen und andere Rückzugsmuster hervorrufen.

Das muss differentialdiagnostisch anders behandelt werden, als wenn es jemandem im Prinzip gut gehen dürfte und man sagt: "es darf dir endlos gut gehen". Das hilft an der Stelle nichts.

"Du darfst jetzt, nachdem Dein Programm zu Ende ist, gucken, was Du denn jetzt selbst möchtest. Das ist auch eine Freiheit."

Man kann jetzt alles Mögliche dazu phantasieren, wie es zu der Freiheit kommt, entweder, dass es ein Programm der Familie ist, dass man bis zu einem bestimmten Alter der Tradition folgt und sozusagen im Alter Narrenfreiheit hat. - Bis zum Abitur der Kinder herrschen geordnete Verhältnisse und nachher ist der Teufel los. -

Oder es kann sein, dass verschiedene Delegationen und Programmierungen da sind, die sich gerade so gegenseitig aufheben, dass dadurch gerade ein Freiheitsspielraum entsteht; keine ist genügend bindend.

Autor: Bernd Schmid
Quelle: isb