

Das Innere Kind als psychotherapeutisches Konzept¹

Teil 2

Das Geheimnis *Inneres Kind*

*Jedes Kind ist gewissermaßen ein Genie
und jedes Genie gewissermaßen ein Kind
Arthur Schopenhauer*

1. Ichzustände und Persönlichkeitsanteile: Zwei Sichtweisen

Die Grundlagen und die historische Entwicklung des psychotherapeutischen Konzeptes „*Inneres Kind*“ sind in ZTA 2009/4 dargestellt bzw. nachgezeichnet. Das Geburtsjahr kann auf 1957 datiert werden, das Jahr, in dem Eric Berne ([1957a,b], 1992) den Zusammenhang zwischen einem archaischen Ich-Zustand, einer diesem zugrundeliegenden Ich-Fixierung in einer spezifischen Entwicklungsphase und einem entsprechenden Ich-Bild, das als Gegenübertragungsreaktion im therapeutischen Beziehungsgeschehen² zu verstehen ist, hergestellt. Die Triade „Ich-Zustand, Ich-Fixierung und Ich-Bild“ ist als Fundament einer transaktionsanalytischen Theorie der Dynamik und Struktur der Persönlichkeit anzusehen.

Die Verbindung dieser Triade mit kommunikativen Austauschprozessen führen Berne zu den Ich-Zuständen als Reaktionen der Transaktionspartner im Hier und Jetzt. Diese unterteilt er in Erwachsene-Ichzustände, die der Realität angemessen sind, und in die der Realität nicht angemessenen (pathologischen) Kind- und Eltern-Ichzustände, je nach der bestimmenden archeopsychischen oder exteropsychischen Herkunft. Damit entwickelt Berne das Modell der „doppelt getrübt Persönlichkeit“ (Berne 1957b, Rath 2009), das seiner Vorstellung der Psyche als Organ, das interne und externe Informationen und Stimuli verarbeitet, speichert und wieder zur Verfügung stellt, entspricht.

¹ Erweiterte schriftliche Fassung des Vortrages am Fortbildungstag des Österreichischen Arbeitskreises für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse (ÖATA) 12. Oktober 2007 in Salzburg und des Workshops am Kongress der Deutschen Gesellschaft für Transaktionsanalyse (DGTA) am 3. Mai 2008 in Schwerin.

² Ein Ich-Bild ist das Ergebnis eines intuitiven Wahrnehmungsprozesses, das vorwiegend durch die Gegenübertragung gestaltet wird.

<Die Ich-Zustände als Reaktionen der Transaktionspartner im Beziehungsgeschehen und das Modell der „doppelt getrübt Persönlichkeit“.>

In „The Mind in Action“ beschäftigt sich Berne insbesondere mit „mental images“ (mit geistigen Vorstellungsbildern) und schreibt (Berne 1947, S. 16, in der Übersetzung 1980, S.36): „Die Handlungen und Empfindungen eines Menschen richten sich nicht nach der Wirklichkeit der Dinge, sondern nach dem geistigen Vorstellungsbild, das er von ihnen hat. Jeder hat bestimmte Vorstellungen von sich selbst, von der Welt und seinen Mitmenschen“. Diese Vorstellungsbilder verbindet Berne nun mit den Ichgestalten von Paul Federn (1952), die einerseits als phänomenologischer Ausdruck der Psyche erlebbar sind und die andererseits in der Psyche gespeichert werden, und beschreibt die Persönlichkeit des Menschen durch die Persönlichkeitsanteile Kind-, Eltern- und Erwachsenen-Ich(zustand).

<Berne verbindet geistige Vorstellungsbilder mit den Ichgestalten von Paul Federn zu den Persönlichkeitsanteilen Kind-, Erwachsenen- und Eltern-Ich(zustand).>

Berne verwendet somit den Fachausdruck „Ichzustand“ in zweierlei Hinsicht, zum einen als Reaktionen der Transaktionspartner, zum anderen als Persönlichkeitsanteile. Die erste führt zum Modell der „doppelt getrübt Persönlichkeit“, die zweite zum Modell der strikt getrennten Persönlichkeitsanteile Kind-, Erwachsenen- und Eltern-Ich(zustand). Hier wechselt Berne allerdings von einer holistischen (vgl. Berne 1947, 1957a, b, 1968) zu einer mechanistischen Sichtweise des Menschen, die ich für die therapeutische Arbeit als nicht so hilfreich ansehe. Aus holistischer Sicht sind Kind- Eltern- und Erwachsenen-Ichanteile als Subsysteme der Wesenseinheit Mensch zu verstehen. Sie sind wechselseitig miteinander verbunden und wirksam und können nicht strikte voneinander getrennt werden. Für diese Persönlichkeitsanteile wird vorgeschlagen, die Metaphern *Inneres Kind*, *Innere Eltern* und (*integrierter*) *Erwachsener* zu verwenden (siehe ZTA 2009/4), anstelle von Kind, Eltern- und Erwachsenen-Ich(zustand), um Widersprüche zu vermeiden, die durch die Verwendung desselben Fachausdrucks in unterschiedlichen Kategorien entstehen können. Denn die subjektiven Reaktionen der Transaktionspartner (Ichzustände) werden von der „Psyche“ zu Vorstellungsbildern verarbeitet und mit bereits gespeicherten zu relativ autonomen Persönlichkeitsanteilen generalisiert, dann weiter zu Skriptleitlinien und schließlich zum Skript. Dadurch werden unterschiedliche Ebenen der

Generalisierung geschaffen, d.h. neue Kategorien gebildet, die auch unterschiedlich zu bezeichnen sind, will man Kategorienfehler als eine Art von Fehlschlüssen vermeiden³.

<Die Metaphern *Inneres Kind*, *Innere Eltern* und (*integrierter*) *Erwachsener* als Modell der Persönlichkeitsentwicklung>

Jedes Kind kann sein innewohnendes Potential für seine Individuation und seine Lebensgestaltung nur innerhalb der ihm zur Verfügung stehenden Welt zur Entfaltung bringen. Es ist von Beginn seines Lebens an auf ein Fürsorgesystem angewiesen, in dem der transaktionale Austausch zwischen Kind und Mutter/Vater neben der innewohnenden schöpferischen Kraft eine zusätzliche treibende Kraft darstellt. Diese beiden Kräfte stehen in einem dialektischen Verhältnis und formen das Innere Kind zu dem Kind, zu dem es zu einem bestimmten Zeitpunkt der Entwicklung geworden ist. Die Metapher *Inneres Kind* enthält somit einen idealtypischen und einen realtypischen Aspekt, d.h. wohin es sich auf Grund der innewohnenden Möglichkeiten hätte entwickeln können und wohin es sich auf Grund der vorhandenen Möglichkeiten entwickelt hat. So treibt beispielsweise eine Kartoffel im dunklen Keller trotz widrigstem Umfeld aus, bekommt aber keine Blüten und Früchte.

<Es ist zwischen einem oftmals verborgenen idealtypischen und einen realtypischen Aspekt des Inneren Kindes zu unterscheiden.>

2.. Das Innere Kind in der Transaktionsanalytischen Psychotherapie

Der **realtypische Aspekt** des Inneren Kind äußert sich bei Berne darin, dass er Kinder zunächst vorgeburtlichen und dann postnatalen elterlichen Einflüssen ausgesetzt sieht, die sie im Beziehungsgeschehen zu „Prinzen“ oder „Fröschen“ bzw. zu „Prinzessinnen“ oder „Gänselieseln“ (Berne [1972],1988, S.105) werden lassen. Diese Erfahrungen prägen sich in der Folge als frühe Grundüberzeugungen des „O.K.-Seins“ in der Beziehung zu sich selbst und den anderen als Abdrücke in der Psyche ein. Es ist erwähnenswert, dass sich die gesunde Grundposition „Ich bin in Ordnung und Du bist in Ordnung“ nach Berne erst in Beziehung zu den Primärpersonen entwickelt und nicht genetisch determiniert ist (Berne [1972],1988). Den von Steiner zitierten Aphorismus „Die Menschen werden als Prinzen

³ Ein Kategorienfehler liegt dann vor, wenn ein Fachausdruck einer bestimmten Kategorie durch einen Fachausdruck besetzt wird, der nicht zu dieser Kategorie gehört. Ichzustand als Reaktion der Transaktionspartner gehört nicht zur Kategorie Ichzustand als Persönlichkeitsanteil.

und Prinzessinnen geboren, bis ihre Eltern sie in Frösche verwandeln“ (Steiner 1982, S. 16), den er Berne zuschreibt, hat er nicht belegt, ich habe ihn auch bei Berne noch nicht gefunden. Die Entwicklung des *Inneren Kindes* ist an seine Umwelt gebunden, der wechselseitige materielle, emotionale und geistige Austausch formt das Innere Kind. Auch wenn es in Beziehung zum Umfeld zu Verformungen kommt, bleibt das Potential des unverformten Inneren Kindes erhalten.

<Die Grundüberzeugungen des „O.K.-Seins“ beruhen auf frühen Erfahrungen im transaktionalen Austausch mit einem Fürsorgesystem.>

Der **Idealtypische Aspekt** des *Inneren Kindes* wird bei Berne in der Unterscheidung von natürlichem und adaptiertem Kind-Ichzustand sichtbar (Berne [1972], 1988, S. 131).

Weiters ist er in der Skripttheorie implizit enthalten, insbesondere in der Vorstellung der (relativen) Autonomie mit Bewusstheit, Kreativität, Spontaneität und Intimität und in der Frage der Skriptfreiheit des Menschen. Der idealtypische Aspekt des Inneren Kindes hat durch die Humanistische Psychologie in den 60er und 70er Jahren eine fast explodierende Entwicklung bis heute durchgemacht. Dies dürfte mit den Wertvorstellungen der Humanistischen Psychologie, insbesondere mit der Ressourcenorientierung und mit dem damaligen Boom zur Selbstverwirklichung in Verbindung stehen. Wachstum, Selbstverwirklichung und Autonomie wurden oftmals idealtypisch aufgefasst, ihre Abhängigkeit und Angewiesenheit vom Du nicht mehr gesehen, die Befreiung von individuellen, sozialen, politischen, technischen und anderen Beschränkungen oder Zwängen stand im Mittelpunkt dieser Epoche. Möglich ist das, was ich will, ich brauche es nur zu wollen. „Utopien sind machbar“ war damals ein bezeichnender Buchtitel. Damit wird aber subtil suggeriert, dass sich Denken eins zu eins ins Handeln übersetzen lässt und zwischen der inneren Welt des Menschen und der äußeren Realität manchmal nicht mehr unterschieden wird. Ich glaube, dass Eric Berne oder eher seine unmittelbaren „Schüler“ auf diesen Zug aufgesprungen sind, sich dem Mainstream angeschlossen haben und dem Optimismus einer schnellen Heilung allzu sehr erlegen sind.

<Der idealtypische Aspekt des Inneren Kindes ist implizit mit Kreativität, Spontaneität, Intimität, Wachstum und Entwicklung verbunden.>

Der idealtypische Ansatz wurde von Claude Steiner ([1974], 1992), Bob und Mary Goulding ([1978], 1979) und Jaqui Lee Schiff et al.

[1975], 1977) aufgegriffen. Sie schreiben dem natürlichen unbefangenen freien Kind-Ichanteil eine besondere Bedeutung zu und stellen ihn dem angepassten, reaktiven Kind-Ichanteil gegenüber (z.B. Goulding & Goulding 1979). Nach Claude Steiner stellt das Kind-Ich „den wertvollsten Anteil einer Persönlichkeit dar und ist der einzige, der wirklich

genießen kann. Dem Kind-Ich (*in der hier vertretenen Sichtweise der freie unbefangene Kind-Ichanteil oder das Selbst, erg. IR*) entspringen Spontaneität, Sexualität, Kreativität und Lebendigkeit“ (Steiner 1992, S. 43). Weiter betont er, dass für die Psychotherapie „der Dialog zwischen dem kritischen „Elternteil“ und dem natürlich-unverformten „Kind“ von besonderer Bedeutung“ (a.a.O. S.45) ist. Das natürlich-unverformte „Kind“ entspricht dem bereits erwähnten idealtypischen Aspekte des Inneren Kindes.

<Dem Inneren Kind entspringt nach Claude Steiner auch die Sexualität.>

Wenn ein Kind immer wieder hört und erfährt, dass es dumm und hässlich ist, wird es zum „Schluss“ kommen, dass es so ist und sich auch so fühlen, nämlich dumm und hässlich. Dieser Anteil gehört dann zum realtypischen Aspekt des Inneren Kindes, das trotz dieser Verformung im Kern das Potential des unverformten Inneren Kindes behält. Im Mittelpunkt der therapeutischen Arbeit steht der Dialog des inneren Kindes mit dem/der Patienten/in, um Verformungen (Fixierungen) aufzulösen und destruktive Introjekte zu mildern bzw. außer Kraft zu setzen.

<Der realtypische Aspekt des Inneren Kindes enthält trotz Verformungen im Kern das Potential des unverformten Inneren Kindes.>

Schiff et al (1975) stellen das freie unbefangene, noch unverformte Kind (dies entspricht nach heutigem Theorieverständnis dem Selbst) dem Teil der Persönlichkeit, der durch Anpassung an ein soziales Bezugssystem sich entwickelt, dem Ich als Bewältigungs- und Abwehrsystem gegenüber.⁴ Diese Sichtweise spiegelt sich im Metamodell des transaktionalen Austausches von Rath (1996, 2007 a), welches das Zusammenspiel zwischen Selbst und Ich (als Selbstich bezeichnet) in seiner Wechselwirkung mit der Außenwelt, dem DU, beschreiben lässt.

Rückblickend ist die intuitive Weitsicht von Berne anzuerkennen, die das Konzept des Inneren Kindes in ein umgebendes Fürsorgesystem einbettet und so die Autonomie des Menschen durch seine Angewiesenheit auf ein DU und durch seine existentielle Eingebundenheit in einem psychosozialen System relativiert.

<Die Beziehung zwischen zwei Menschen ist die kleinste psychosoziale Wesenseinheit.>

3. Das Innere Kind in der Psychoanalyse und in der analytischen Psychologie

⁴ Schiff et al ([1975], 1977, S. 128-130) beschreiben das Bewältigungs- und Abwehrsystem als Bezugsrahmen und definieren ihn als integrierte Gesamtheit aller möglichen Ichzustände, (Erwachsenen-, Kindheits- und Eltern-Ichzustände), die sich im Beziehungsgeschehen zwischen Menschen entwickeln können

Die transaktionsanalytische Psychotherapie ist von ihrem Ursprung her von Berne psychoanalytisch (tiefenpsychologisch) fundiert entwickelt worden. Auch wenn hier das Konzept „Inneres Kind“ auf Eric Berne zurückgeführt wird, so sind, wie bereits erwähnt, neben Paul Federn auch Sigmund Freud und C.G. Jung als Vorläufer des Begriffes des Inneren Kindes zu erwähnen.

Das Innere Kind weist eine Verbindung zum Freudschen ES und zum Selbst auf, Anna Freud betrachtet beide Begriffe als ident. Es und Selbst sind triebdynamisch orientiert, auch wenn Freud dem Ich eine eigene Energie zugestand. Paul Federn (1952) hat diese Idee aufgegriffen und weiter ausgeführt und das von Freud als sexuell verstandene Konzept der Libido durch das Konzept der Ichbesetzung und Objektbesetzung erweitert, aus dem er die Konzepte der Ichzustände als Ich-Gestalten entwickelte. Auch, wenn Federn sich nie öffentlich von der Freudschen Triebtheorie distanziert hat, leitet er dennoch den Wandel von einer triebdynamischen zu einer beziehungs-dynamischen Objektbeziehungstheorie in die Wege. Aus meiner Sicht hat Eric Berne diesen Ansatz von Federn aufgegriffen, ihn in den Mittelpunkt der theoretischen und therapiepraktischen Überlegungen in der Arbeit mit schwerer gestörten Patienten gestellt und diese als eine Weiterentwicklung bzw. Ergänzung zur Psychoanalyse betrachtet.

In diesem Ansatz werden nicht alle (Beziehungs)wünsche als Triebwünsche angesehen d.h. nicht jeder Wunsch wird aus Triebenergie gespeist betrachtet. Das Beziehungsgeschehen kann auch unter dem Gesichtspunkt gegenwärtiger und vergangener – wirklicher oder phantasierter – Beziehungswünsche betrachtet werden. „Der Drang nach Wiederherstellung unserer Beziehungen zu inneren oder verinnerlichten Objekten mittels ihrer Neuschaffung in der Außenwelt ist umso größer, je geängstiger oder bedrohter wir uns fühlen und je weniger wir glauben, uns und unsere Umwelt kontrollieren zu können (Sandler 1994, S.233)“. Diese Beziehungswünsche beruhen wiederum auf Erinnerungen an frühere Befriedigungen oder Versagungen, die im psychischen Apparat bzw. im Ich-System (Rath 1992, 2007) verarbeitet oder gespeichert sind. In diesem Zusammenhang ist auch die Psychoanalyse über ihre Objektbeziehungstheorien auf das Konzept des Inneren Kindes gestoßen. Ich verweise in diesem Zusammenhang auf den bemerkenswerten Aufsatz von Joseph Sandler „Das Es oder das innere Kind?“ aus dem Jahre 1978.

<Die Verbindung des Inneren Kindes zum Freudschen ES und zum Selbst und Sinders Aufsatz „Das Es oder das Innere Kind?“>

In der analytischen Psychologie nach Jung entspricht dem Idealbild des natürlichen unverformten Kindes der Archetyp des göttlichen Kindes, dem Realbild des Inneren

verformten Kindes der Komplex *inneres Bild des Kindlichen* (vgl. Herbold & Sachsse 2007, S.18). Ein Komplex stellt in der Analytischen Psychologie eine abgespaltene Teilpersönlichkeit mit unbewussten seelischen Themenfelder dar, die die Wahrnehmung des Bewusstseins beeinflussen. Der realtypische Aspekt des inneren Kindes der Transaktionsanalyse findet darin eine Entsprechung, kann aber nicht gleichgesetzt werden, da der realtypische Aspekt des Inneren Kindes nicht nur aus einem Spaltungsprozess resultiert. Eine Gemeinsamkeit besteht in der Sichtweise entwicklungsfördernder Anteile der kindlichen Seele und dem existentiellen Ausgeliefertsein und der Ohnmacht der kindlichen Seele.

<Inneres Kind: Verbindung zur Analytischen Psychologie nach C.G. Jung.>

4. Der Götterbote *Hermes*, das Selbstich und das Innere Kind

In der griechischen Sage trägt Hermes, der Götterbote und Seelenführer, alle kennzeichnenden Attribute des Inneren Kindes. Er ist sowohl der Gott der Intuition und Kreativität als auch der Gott der Kaufleute und Betrüger. Das hängt mit seiner ursprünglichen Bestimmung als Gott der Wege, der Wanderer und des Grenzgängers zusammen. Er ist der Bote zwischen Bewusstem und Unbewusstem, zwischen der erlebten Welt und dem Totenreich. So stellt nach Damasio (2001) das schöpferische Innere Kind keine unnützen Verbindungen her, nur solche, die in der Vergangenheit und Zukunft nützlich sind, denn es ist zeitlos, in ihm sind Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft vereint. Das Innere Kind hat die Fähigkeiten einer Seherin bzw. eine Wahrsagerin, es ist auch der/die Gestalter/in des Skripts.

<Hermes der Götterbote und Seelenführer trägt alle Attribute des Inneren Kindes.>

Das Innere Kind ist zutiefst intuitiv und kreativ und bedient sich der Summe der Erfahrungen der Gesamtperson im Hier und Jetzt (es hat grundsätzlich Zugriff auf alle Speicher des Gedächtnisses), das bedeutet, es hat auch einen Realitätssinn, was nicht mit der Realitätsprüfung gleich zu setzen ist. Der Realitätssinn, in der Sprache Bernes (1955), ist ein primäres Urteil, das sich auf eine gefühlsmäßige Realitätsbewertung bezieht, z.B. angemessene, unangemessene Reaktion eines Patienten. Man könnte sagen, die Intuition des Inneren Kindes stellt das **Know how** zur Verfügung und kann das rationale Denken aktivieren, das auf das **Know what** spezialisiert ist. Das Innere Kind ist von der Realitätskontrolle emanzipiert, behält aber den Realitätssinn.

<Die Intuition des Inneren Kindes stellt das Know how zur Verfügung, das rationale Denken das Know what.>

Das Innere Kind ist der Träger des Selbst und erkennbar in der unschuldigen Neugier und Intimität (Kontaktsuche), seiner Intuition, seiner Lebendigkeit, seiner vitalen Kreativität, seiner Spontaneität, es zeigt sich entwicklungs- und zukunftsorientiert. In der Annahme der Psyche als (psycho)dynamisch holistisches System, das im transaktionalen Geschehen zwischen Menschen in Phasen der Differenzierung und Integration sich selbst organisiert und reguliert, symbolisieren diese Kräfte den idealtypischen Aspektes des Inneren Kindes.

In dieser Sichtweise ist das Selbst nicht nur Ursache und Ausgangspunkt der Selbstorganisation, sondern auch Hüterin der Subjektivität und zugleich der Ganzheitlichkeit (der Differenziertheit in der Ganzheit) und somit eine Energiequelle zur Bewältigung des Lebens in dieser Welt, d.h. zur Organisation von Bewältigungs- und Abwehrmechanismen, dem Ich. Selbst und Ich werden hier als zwei verschiedene Aspekte einer Person beschrieben. Das Ich dient sozusagen als Biorucksack des Selbst zum Leben in dieser Welt⁵. Das Zusammenspiel von Selbst und Ich im Beziehungsgeschehen, beschreibbar durch intrapsychische und interpersonale Prozesse, bezeichnet Rath (1996, 2007a) als Selbstich.

<Das Innere Kind als Träger des Selbst ist damit auch Hüter der Subjektivität und zugleich der Ganzheitlichkeit.>

Kinder sind zumindest von der Geburt an einer fordernden und fördernden Umwelt „ausgesetzt“. Sich seiner Selbst bewusst zu werden und die innewohnende Entwicklung der Subjektivität als Differenziertheit in der Ganzheit erfordert eine zunehmende Übernahme der Verantwortung für sich in der Eingebundenheit im Ganzen. All dies erfordert ein Fürsorgesystem, das eine Balance von fordernder und fördernder Unterstützung im Beziehungsgeschehen zu ermöglichen hat. Allerdings sind zur Entwicklung der Subjektivität Störungen dieser Balance unerlässlich, die wieder eine Modifizierung des Fürsorgesystems (je nach der phasenspezifischen Situation der Entwicklung) erfordern. So entsteht ein „Spiel“ wechselseitiger Bedingtheit von „Kind“ und „Eltern“, von Geben und Nehmen, von Sein und Tun, von Hingabe und Selbstbewahrung, von Intimität und Distanziertheit, usw. Diese Entwicklung verläuft im transaktionalen Geschehen zwischen „Kind“ und „Eltern“ in zyklischen Spiralen, die sich allerdings infolge

⁵ Diese Auffassung weitergedacht führt zum Schluss, dass der Biorucksack am Ende des Lebens wieder abgegeben wird.

der notwendigen Störungen nicht linear vollziehen, es kommt mehr oder weniger zu Verformungen und Hemmungen und manchmal auch zu Stillständen der Entwicklung. Der idealtypische Aspekt des „Inneren Kindes“ füllt sich mit störungsanfälligen Beziehungserfahrungen und der realtypische Aspekt bestimmt zusehends die weitere Entwicklung, sichtbar im Skript des Menschen.

<Entwicklung erfordert ein „Spiel“ wechselseitiger Bedingtheit von „Kind“ und „Eltern“, von Geben und Nehmen, von Sein und Tun, von Hingabe und Selbstbewahrung, usw.>

Wenden wir uns nochmals dem Götterboten Hermes zu, der bei den antiken Griechen auch als Gott der Kaufleute und Betrüger verehrt wurde. Die Bedeutung der griechischen Götter liegt darin, dass sie ursprünglich auf intrapsychische Prozesse des Menschen hinweisen, die sich natürlich auch im sozialen Leben auswirken. Kaufleute tauschen „etwas“ aus, handeln damit und manchmal kommt es zu Betrügereien. Ich erinnere an den Ausspruch Bernes (1984, S.8): „Ich weiß, dass Menschen, wenn sie miteinander reden, etwas austauschen, und das ist der Grund dafür, warum Menschen miteinander reden“. Das Innere Kind als Seelenführer zwischen Innen und Außen organisiert und reguliert den transaktionalen Austausch. Ist das Innere Kind einem verformten Fürsorgesystem ausgesetzt, wird der listige, manipulative und betrügerische Teil des Inneren Kindes aktiv, um doch noch etwas vom Gegenüber zu erhaschen, sei es auch nur als Ersatz, z.B. Hiebe statt Liebe. Solche „Betrügereien“ als Ersatzlösungen in lebensbedrohlichen Situationen, die zu Verformungen des Inneren Kindes führen, hat Berne (1964) in „Spiele der Erwachsenen“ aufgezeigt, bei denen manipulative Strategien, in der analen Phase entwickelt, die unbewusst gewordenen Motive darstellen. Diese manipulativen Strategien dienen dem Versuch der Behebung eines Mangels und werden eingesetzt, wenn a) die Interaktionspartner echte Bedürfnisse nicht erfüllen, b) echte Bedürfnisse nicht wahrgenommen und eingefordert werden und c) erlernte Ersatzbefriedigungen nicht „satt“ machen. Es können folgende funktional unangemessene Strategien unterschieden werden (vgl. Rath 2009):

a) *Sich in Beziehungen „hilflos“ machen*, indem Hilflosigkeit und Unvermögen zur Schau gestellt und keine Verantwortung für die Befriedigung eigener Bedürfnisse übernommen werden, b) *In Beziehungen „hilfreich“ sein*, indem die eigenen Wünsche und Bedürfnisse zurückgestellt, Verantwortung für das Wohl des Gegenüber übernommen und seine Erwartungen und Wünsche im Sinne eines vorausseilenden Gehorsams erfüllt werden, c) *In Beziehungen „verfolgend“ werden*, indem das Gegenüber durch aggressives Verhalten zu unterwürfigem Handeln einlädt oder zwingt und d) *Beziehungen verweigern*, indem die

Notwendigkeit auf die Angewiesenheit des transaktionalen Austausches in Beziehungen gelegnet oder abgewertet wird.

<Was hat Hermes als Gott der Kaufleute und Betrüger mit dem Inneren Kind zu tun?>

Der idealtypische Aspekt des Inneren Kindes bleibt dennoch erhalten, auch wenn er unterdrückt, verdrängt oder abgespalten wird, hat doch dieser Teil - aus der Not heraus - in der wahrgenommenen Situation die bestmögliche Lösung gefunden. Die oben vorgestellten manipulativen Strategien des Inneren Kindes sind dafür ein Beispiel.

In der hier vertretenen Sichtweise gilt dies auch für den „Inneren Dämon“ als Metapher für den pervertierten idealtypischen Aspekt des Inneren Kindes. Nach Berne ist der „Innere Dämon“ jener selbstdestruktive Teil der Persönlichkeit, der die eigene Entwicklung sabotiert. Der Innere Dämon wird beispielsweise im Ausspruch eines Patienten „Was ich aufbaue, das zerstöre ich“ sichtbar. Die von Berne eingeführte Metapher „Kleiner Faschist“ kann als anale Modifikation des Inneren Dämon angesehen werden, während der intuitive kreative und manipulativ schelmische Kleine Professor die anale Version des idealtypischen Inneren Kindes darstellt.

<Was ich aufbaue, das zerstöre ich“ – Der Innere Dämon und das Innere Kind.>

Der Ursprung des Inneren Dämon liegt in den pränatalen und postnatalen Erfahrungen, in der archaischen Aggressivität des Urbildes der Sehnsucht nach dem verlorenen Paradies (Rath 1999), die sich gegen die eigene Entwicklung stellt. In diesem Falle stellt das Innere Kind die Aggression nicht in den Dienst des Lebens, sondern richtet sie antagonistisch gegen sich selbst als Reaktion auf ein verformtes Fürsorgesystem. Nach Berne ist der Innere Dämon zumindest kein direkter Abkömmling des Todestriebes, sondern stellt die Pervertierung des idealtypischen Aspektes des Inneren Kindes durch elterliche Einflüsse dar. Destruktivität entsteht, wenn Fragmentierung entsteht (Rath 2007b), die ein Indikator für Krankheit und Elend ist, so wie es die antiken Griechen gesehen haben. Diese Destruktivität wird vorwiegend durch das Ich gesteuert und ist von Veränderungs- bzw. Umwandlungsprozessen, z.B. Altern und Tod, zu unterscheiden.

<Der Ursprung des Inneren Dämons liegt in pränatalen und postnatalen Erfahrungen und ist als Reaktion auf ein verformtes Fürsorgesystem zu verstehen.>

Das innere Kind hat neben einem beziehungs-dynamischen auch einen triebdynamischen Aspekt. Der beziehungs-dynamische Aspekt äußert sich in den Wünschen nach Herstellung oder Wiederherstellung bestimmter Beziehungsmuster, die nicht allein durch sexuelle oder aggressive Triebe motiviert sind. Er wird beispielsweise sichtbar in Wünschen, Wohlbefinden und Sicherheit wieder herzustellen, oder in der Erwartung, das Gegenüber möge gut machen, was früher schief gelaufen ist. Der triebdynamische Aspekt

des Inneren Kindes liegt in den universellen Wirkkräften der Psyche und wird wirksam, wenn durch Triebreize erzeugte Spannungen den Wunsch entstehen lassen, diese durch Energieabfuhr an einem „Objekt“ zu mildern oder zu neutralisieren, etwa wenn Triebe ein „Opfer“ zur Entladung der Spannung suchen. Natürlich sind beide Aspekte nicht strikt trennbar und meistens in einer Mischung wirksam, wie es im Konzept der Urbilder sichtbar wird. Urbilder sind nach Berne ([1955], 1991) vorsymbolische Darstellungen zwischenmenschlicher Beziehungsmuster, die frühe Triebchicksale enthalten.

<Der beziehungs-dynamische und der triebdynamische Aspekt des Inneren Kindes.>

Wir können feststellen, dass das **Innere Kind** in seinen verschiedenen Aspekten eine Metapher für die Wachstum und Entwicklung fördernde und hemmende Kräfte einer Person darstellt. Das *Innere Kind* repräsentiert die Selbstorganisation und das Zusammenspiel der differenzierenden, selbstbehauptenden und integrierenden Kräfte des Organismus. Es ist die Hüterin der Subjektivität und der Ganzheitlichkeit zugleich. Es ist intuitiv und kreativ und kann auch auf die Erwachsenenfunktionen des Patienten zurückgreifen. Das Innere Kind ist in seiner Weite nicht rational erfassbar, definierbar und in Modellen darstellbar, sein Geheimnis liegt in seiner Unschärfe des nicht „Fassbaren“, das ihm seine Wirkmächtigkeit verleiht. Es ist in der Beziehung zum DU subjektiv erlebbar und meist nur in Bildern zu beschreiben. Wenn der Kontakt in Beziehungen zum Inneren Kind hergestellt ist, weiß jede und jeder intuitiv, was damit gemeint ist.

<Das Geheimnis des Inneren Kindes liegt in der Unschärfe des Unfassbaren, das ihm seine Wirkmächtigkeit verleiht.>

Das Innere Kind enthält die Energiequelle zum Leben und wird bei äußeren Bedrohungen geschützt, abgeschirmt und in äußersten Gefahrensituationen sogar in Kräfte gegen sich selbst pervertiert, um das Überleben zu sichern. Manchmal ist das Innere Kind von der Person abgespalten, teilweise oder ganz verdrängt, so dass seine Energie nicht mehr oder nur teilweise für die Bewältigung der Entwicklungsaufgaben zur Verfügung steht.

Die psychotherapeutische Arbeit mit dem Inneren Kind bezieht sich auf die universellen Wirkkräfte in der Psyche und steht in Zusammenhang mit ressourcenorientierter und tiefenpsychologisch therapeutischer Arbeit. In der therapeutischen Begegnung kann das Innere Kind wieder entdeckt, belebt und, wenn es verdrängt oder abgespalten ist, in die Person integriert werden, so dass es für die Weiterentwicklung zur Verfügung steht.

<Die Innere Kind-Arbeit nützt die universellen Wirkkräfte der Psyche und steht in Zusammenhang mit ressourcenorientierter und tiefenpsychologisch therapeutischer Arbeit.>

5. Zur psychotherapeutischen Arbeit mit dem Inneren Kind

Die psychotherapeutische Arbeit mit dem Inneren Kind darzustellen, würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Daher beschränke ich mich auf eine schlanke Charakterisierung. Grundsätzlich kann festgehalten werden:

1) Die Energien und Ressourcen für Entwicklung, Veränderung und Heilung liegen im idealtypischen Aspekt des Inneren Kindes. Daher gilt es, die Verformung des Inneren Kindes wahrzunehmen und den idealtypischen Aspekt sichtbar zu machen.

2) Therapeuten sind die Repräsentanten eines fördernden und fordernden Fürsorgesystems. Das Innere Kind benötigt Begleitung und Empathie, Freiraum und Grenzen, Spiegelung, Resonanz und Akzeptanz, so wie es ist.

Abwehr und Widerstand des Inneren Kindes

Das Innere Kind entwickelt Abwehr und Widerstand im therapeutischen Prozess.

Intrapsychisch organisiert das Innere Kind Abwehr, weil es einerseits an seinen (kreativen) Lösungen festhalten will und sie verteidigt, andererseits, weil es die unerträglichen Gefühle, die es damals nicht bewältigen konnte, nicht nochmals erleben will. Einem Kind darf das, was es selbst erfunden hat, nicht weggenommen werden – wer weiß, ob es nicht doch noch einmal nützlich werden könnte – es darf aber neue alternative Lösungen finden.

Interpersonal organisiert das Innere Kind Widerstand im Beziehungsgeschehen, es lässt keine neuen Erfahrungen zu, so dass der therapeutische Prozess ins Stocken zu geraten droht. Widerstand richtet sich gegen ein Verstricktwerden in die Übertragung, d.h. in die therapeutische Beziehung, gegen das Bewusstwerden der Übertragung, gegen das Gebrauchtwerten des Fürsorgesystems der Therapeutin und schließlich gegen das Auflösen der Verformung des Inneren Kindes. Widerstand entsteht auch, wenn destruktive Introjekte im therapeutischen Geschehen wirksam werden. In solchen Fällen ist zunächst eine therapeutische Arbeit zur Milderung der Destruktivität der Introjekte ratsam (vgl. Rath 2006).

<Abwehr und Widerstand des Inneren Kindes ist Ausdruck der Selbstbehauptung>

Differenzierende Innere Kind-Arbeit

Mit der „Entrübungsarbeit“ hat Berne die Grundlage der differenzierenden Inneren Kind-Arbeit gelegt (s. ZTA2009/4). In dieser Arbeit wird ein traumatisches Erlebnis aus der Vergangenheit vom gegenwärtigen Erwachsenen, im objektivierten reflexionsfähigen Zustand, beobachtet, beschrieben und wahrgenommen. Die traumatische Szene kann

auch wie auf einer Bühne oder in einem Film ablaufend imaginiert werden (vgl. Peichl 2007, Watkins & Watkins 2003). Diese Technik schafft Distanz zur vergangenen traumatischen Szene und führt zu einer Affektreduktion des traumatischen Ereignisses,

(1) die eine neopsychische Verarbeitung ermöglicht,

(2) eine Beziehungsaufnahme zum beeinträchtigten Inneren Kind und

(3) die eine Aktivierung der angeborenen Fürsorglichkeit für das Innere Kind ermöglicht, wobei manchmal zusätzlich eine Beelternung nötig ist.

Die differenzierende Innere Kind-Arbeit legt die Grundlage für eine spätere Integration der unterdrückten oder abgespaltenen Anteile des inneren Kindes in die Gesamtpersönlichkeit und aktiviert die Selbstfürsorglichkeit.

<Die differenzierende Innere Kind-Arbeit führt zur Affektreduktion und Krankheitseinsicht.>

Integrierende Innere Kind-Arbeit.

Wenn das innere Fürsorgesystem ausreichend entwickelt und stabil ist, ist es für Patienten möglich, ihr Inneres Kind von damals annehmen, sich mit seinem Denken, Fühlen und Handeln zu verbinden, die frühere Situation durcharbeiten und zu betrauern. Das, was damals geschehen ist, kann nicht mehr ungeschehen gemacht werden, es ist zu betrauern. Ziel der integrierenden Inneren Kind-Arbeit ist es, unterdrückte bzw abgespaltene Gefühle und Fähigkeiten des Kindes von damals als Teil der eigenen Persönlichkeit zu erfahren und zu integrieren, blockierten Energien freizusetzen und neue Ressourcen zu erschließen.

< Das, was geschehen ist, kann nicht mehr ungeschehen gemacht werden.>

Phasenspezifisches Beeltern

Grundlagen des phasenspezifischen Beelterns (Rath 2006) bilden die phasenspezifische Skripttheorie nach Springer (1995) und das „Spot reparenting“ nach Osnes (1981). Ziel dieser Technik ist es, ein geschwächtes inneres Fürsorgesystems zu stärken oder ein destruktives zu mildern, um die selbstheilenden Kräfte des Inneren Kindes frei zu setzen, die zur Auflösung archaischer Gefühle und Konflikte führen. Methodisch wird eine intrapsychische Regression ermöglicht, ohne dass diese sich in der therapeutischen Beziehung ausbreitet. Ein frühes traumatisches Ereignis wird im therapeutischen Geschehen durch Erinnern, Erzählen, Imaginieren u.a. wiederbelebt. An den Stellen, an denen die Bezugspersonen unangemessen und schädigend handelten, erhält die Patientin phasenspezifische Unterstützung zur Neubewältigung der damals nicht lösbaren Situation. Trauern um das, was früher schief gelaufen ist und was das Leben bis heute bestimmt hat, ist eine Voraussetzung für die neopsychisch integrierende Verarbeitung, bei der die alte Lösung in einer neuen erweiterten aufgehoben wird.

Wenn die Integration geglückt ist, können die PatientenInnen die elterlichen Funktionen für sich selbst übernehmen und die Eltern aus ihren Funktionen entlassen. Das bedeutet, Schritt weise Abschied von der Kindheit zu nehmen.

<Eine der Entwicklungsphase angemessene Unterstützung zur Neubewältigung eines früherer nicht allein lösbaren Konfliktes.>

Zusammenfassung

Das Konzept des Inneren Kindes wird ideal- und realtypisch beschrieben, d.h. wohin es sich auf Grund der wachstums- und entwicklungsfördernden Gegebenheiten hätte entwickeln können und wohin es sich innerhalb der Möglichkeiten des erlebten Fürsorgesystems (Innere Eltern) entwickelt hat. Das Innere Kind, ebenso wie die Innere Mutter und der Innere Vater, wird als eine differenzierbare, nicht strikt von der Gesamtperson trennbare und mit relativer Autonomie ausgestatteter Persönlichkeitsanteil aufgefasst und beschrieben, der im transaktionalen Geschehen ein Leben zwischen Realität und Phantasie führt. Weiter wird das Innere Kind in den verschiedenen Facetten, erkennbar in der unschuldigen Neugier und Intimität, in der Lebendigkeit, Kreativität und Spontaneität, vorgestellt. Skizziert werden: Abwehr und Widerstand des Inneren Kindes, die differenzierende und integrierende Innere Kind-Arbeit und das phasenspezifische Beeltern.

Literatur

Berne, E. (1947) *The Mind in Action*, Simon und Schuster, New York

Berne, E. (1968) *A Layman's .to Psychiatry and Psychoanalysis*, Simon und Schuster, New York

Berne, E. (1955) *Primal Images and Primal Judgment*, *Psychiatric Quaterly* 29: 634-658. Dt.: Urbilder und primäre Urteile, in Berne (1991, 99-130)

Berne E (1957a) *The Ego Image*. *Psychiatric Quarterly* 31: 611-627. Dt.: Das Ich-Bild, in Berne (1991, 131-152)

Berne E (1957b) *Ego States in Psychotherapy*. *The American Journal of Psychotherapy* 1957 (11) 293-309). Dt.: Ich-Zustände in der Psychotherapie, in Berne (1991, 153-176)

Berne E. (1964) *Games People Play*, Grove Press, New York, Dt.: *Spiele der Erwachsenen*, Rowohlt, Reinbeck bei Hamburg 1972

Berne, E. ([1972],1988) *Was sagen Sie nachdem Sie guten Tag gesagt haben?* Fischer, Frankfurt am Main

Berne, E. (1980) *Sprechstunden der Seele*, Rowohlt, Reinbeck bei Hamburg,

Berne, E. (1984) *Weg von einer Theorie der Einwirkung überpersonaler Interaktion auf nonverbale Partizipation*, *Zeitschrift für Transaktionsanalyse* Jg. 1/1 (6-16)

Berne, E. (1991) *Transaktionsanalyse der Intuition*, Junfermann, Paderborn

- Damasio, R. A. (2001) *Descartes Irrtum Fühlen, Denken und das menschliche Gehirn*, Deutscher Taschenbuchverlag, München
- Federn, P. (1952) *Ego Psychologie and the Psychosis*, Basic Books, New York, Dt. *Ich-Psychologie und Psychosen*, Suhrkamp, Frankfurt am Main 1978
- Goulding, M. & Goulding, R. (1978) *The Power is in the Patient*, TA Press, San Francisco, Dt. *Neuentscheidung*, Klett-Cotta, Stuttgart 1979
- Herbold W. & Sachsse U. (2007) *Das sogenannte Innere Kind*, Schattauer, Stuttgart-New York
- Osnes, R. E. (1981) *Punktuelles Neubeeltern (Spot reparenting)*, in: *Neues aus der Transaktionsanalyse*, Jg. 5, Nr. 17 (2-7)
- Peichl, J. (2007) *Die inneren Traumalandschaften*, Schattauer, Stuttgart
- Rath, I. (1992) *Ansätze zur Entwicklung einer stimmigen Theorienlandkarte der Transaktionsanalyse: Wissenschaftliche Überlegungen zu den Grundlagen der Transaktionsanalyse*, *Zeitschrift für Transaktionsanalyse in Theorie und Praxis*, 9. Jg. Heft 2/3 (90-120)
- Rath, I. (1996) *Transaktionaler Austausch und Lernen*, *Journal für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse*, Vol. 2, No. 1 (3-30)
- Rath, I. (1999) „Die Sehnsucht nach dem verlorenen Paradies“ *Das Paradiesschema als ein Organisator des Ich-Systems*, *Journal für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse*, Vol. 5, No. 2 (13-56)
- Rath, I. (2006) *Das "Elterninterview" nach McNeel und die Arbeit mit Introjekten*, Ausbildungsmanuskript, ÖATA, Linz
- Rath, I (2007a) *Wenn die Differenzierung zur Spaltung wird : Analyse transaktionalen Geschehens Teil 1* *Zeitschrift für Transaktionsanalyse* 24, 130-154
- Rath, I (2007b) „Was ist das für eine Art“ – „Das ist Knickerbocker“: *Analyse transaktionalen Geschehens Teil 2* *Zeitschrift für Transaktionsanalyse* 24, 200-218
- Rath, I. (2009) *Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse: Einführung in Theorie und Praxis-Ausbildung*, Österreichischer Arbeitskreis für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse, Linz
- Sandler, J. (1994) *Das Es – oder das innere Kind?*, in Sandler J. (Hrsg) (1994) *Dimensionen der Psychoanalyse*, Klett-Cotta, Stuttgart
- Schiff, J.L. & Schiff, A. & Schiff, E. (1975) *Transactional Analysis Journal* 5, 290-294, Dt. *Bezugsrahmen*, *Neues aus der Transaktionsanalyse* 1/3 1977
- Steiner, C (1974) *Scripts People live*, Grove Press. New York Dt. *Wie man Lebenspläne verändert*, Junfermann, Paderborn 1992
- Springer, G. (1955) *Grundlinien einer phasenspezifischen Skripttheorie*, *Journal für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse*, Vol. 3, No. 1-2 (3-33)
- Watkins, J. G. & Watkins, H. H. (2003) *Ego-States – Theorie und Therapie*, Carl-Auer-SystemeVerlag, Heidelberg

Dr. Ingo Rath, Psychotherapeut (Transaktionsanalytische Psychotherapie) in freier Praxis,
Lehrtherapeut des Österreichischen Arbeitskreises für Tiefenpsychologische Transaktionsanalyse
(ÖATA), der als wissenschaftliches psychotherapeutisches Fachspezifikum in Österreich gesetzlich
anerkannt ist.

Adresse. A-4725 St. Aegidi, Gschwendt 7a
eMail: rath.ingo@aon.at