

## Wenn "Gott" dem Leben im Weg steht Gespräche bei Glaubensschwierigkeiten

Als Hinführung zu dem Anliegen will ich die gewählte Überschrift einmal umkehren und fragen: **Was ist, wenn Gott dem Leben *nicht* im Weg steht?** Er ist dann kein Hindernis für unser Leben. Es herrscht ein Einvernehmen zwischen Gott und dem Leben des Menschen. Gott ist dann der geheimnisvolle ANDERE, der zur Ich-Werdung verhilft. Ein Buchtitel des Psychotherapeuten Peter Schellenbaum umschreibt diese positive Variante sehr schön: ‚Im Einverständnis mit dem Wunderbaren. Was unser Leben trägt.‘

### Ziel des Heftes

Diese Ausführungen wollen Menschen ein hilfreiches Grundkonzept an die Hand geben, die immer wieder ein religiöses Gespräch mit anderen führen, ohne dafür eine professionelle Ausbildung zu haben. Wie können wir glauben fördernd mit anderen reden, gerade wenn Vorbehalte oder gar Vorwürfe gegen Gott bzw. Glaubensinhalte geäußert werden?

### Abgrenzungen

Aus unseren Überlegungen klammern wir aus, was in den Bereich der Pathologie gehört und psychiatrischer Behandlung bedarf. (Schwere seelische oder geistige Verwirrtheit; wahnhaftes Denken und Erleben.) Hier kann zwar auch die religiöse Sozialisation eine Rolle spielen, doch mit den Phänomenen umzugehen, bedarf es der medizinischen und psychotherapeutischen Heilkunst. Weiterhin befassen wir uns nicht mit der Problematik von Besessenheit/ Umsessenheit durch dämonische Mächte. Auch ihr Wirken ist gegen Gott gerichtet. Der Umgang mit ihnen ist an eine spezielle kirchliche Erlaubnis gebunden, darf also nicht Gegenstand von allgemeiner geistlicher Begleitung sein.

Wir blicken in diesen Überlegung auf die Not, die Menschen spüren, welche zusammenhängt mit religiösen Bildern, Aussagen, Erlebnisweisen, Praktiken. Solche Not rührt meistens her aus Beeinflussungen von Menschen bzw. von Schlussfolgerungen, die aus Fremdeinflüssen kommen. Wie kann es sein, dass Gott dem Leben im Weg steht, wo er doch laut biblischen Aussagen die Quelle und die Fülle des Lebens ist?

### Beispiele der ‚Gottesnot‘ von Menschen

- Es gibt Menschen, denen als erstes durch den Kopf geht: Das ist die ‚Strafe Gottes, wenn sie von etwas Schicksalhafterem hören.
- Andere klagen Gott oder die Kirche an, dass sie durch das Befolgen kirchlicher Aufforderungen um ihr Leben betrogen worden seien. Sie ließen sich z.B. auf einen Lebensweg der evangelischen Räte (Orden) ein oder wurden Priester. Erst nach vielen Jahren in diesem Stand entdeckten sie, welche Lebensvarianten für sie auch anziehend gewesen wären.
- Mancher junge Mensch kämpft verbissen gegen die Existenz Gottes, weil er mit ihm Assoziationen verbindet wie: Aufseher, Verbieter, Despot, Über-Vater u.ä.
- Zum Gottesbild vieler Menschen gehört: Er ist nie zufrieden zu stellen; ich müsste für ihn immer noch mehr leisten; ich müsste viel besser sein, um ihm zu gefallen.....

- “Gott kenne ich nur in der Abbildung des Gekreuzigten Jesus. Aber ich will leben und nicht ständig durch das Symbol des Todes gebremst werden.”
- Gewissensbisse lassen Menschen nicht in Ruhe, obwohl sie alte Verfehlungen schon wiederholt gebeichtet haben.

Die Liste dieser Beispiele steht für viele weitere Anklagen gegen Gott oder ein Leben aus dem Glauben.

Wie es zum Leiden an Gott, Religion oder Kirche kommen kann, ist schon oft untersucht worden. (Literaturhinweise im Anhang!) Krankmachende Einflüsse wurden beschrieben und es lassen sich Zusammenhänge aufzeigen, die unheilvolle Auswirkung auf das Seelenleben von Menschen haben. (Die Tiefenpsychologie und die Religionspädagogik haben sich dieser Thematik angenommen.)

### **Stichwortartig einige dieser Faktoren**

- Religiosität eintrichtern wollen durch strenge Erziehung.
- Gott als Erzieher benützen, dem niemand auskommt: “Gott sieht alles.”
- Schlimme zwischenmenschliche Erlebnisse vor allem in der Kindheit (z.B. Verlassen worden sein; Gewalterfahrung ...) geben Gott und Glaube oft keinen Raum .
- Wie kann zu Gott ein positiver Zugang gefunden werden, wenn seine Verkündiger unzugänglich, ja ‘unmenschlich’ wirken.
- Genügend schockierende Bilder und Berichte in der Hl. Schrift haben eher eine abschreckende bzw. ängstigende Wirkung. Z.B.: Gott als Rächer, Bestrafer, Kriegsherr...

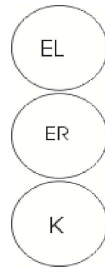
Wenn ein Mensch den Eindruck oder die Idee hat, Gott steht ihm im Weg, dann hat nach theologischer Ansicht dieser Mensch auf sich zu schauen und sich zu fragen: Was ist mit mir, dass Gott für mich ein Hindernis ist, ein Konkurrent? Was ist in meinem Denken, Erleben/Fühlen, Verhalten/Tun so, dass dieses schöpferische Beziehungsverhältnis zwischen Gott und mir zu einem Problem geworden ist? Im rechten Gläubigsein kommt zum Ausdruck, dass das Verhältnis Gott – Mensch stimmig ist.

Theologisch denken beruht auf der Grundlage: Im Beziehungsverhältnis Gott – Mensch entdeckt der Mensch, wer er selber ist. Und im Gestalten dieser Beziehung kommt er zu seiner Verwirklichung. Gläubig-/Religiössein ist eine Grundhaltung des Menschen, welche die Person in ihrem Denken, Fühlen, Verhalten/Tun formt. Jede dieser drei personalen Funktionen kann in Bezug auf Gott ,’gestört’ sein. Wie diese ’Störungen’ gesehen und verursacht werden, dem gelten diese Ausführungen.

### **Die Personstruktur in unseren Überlegungen**

Wir verwenden für das Personverständnis Teile von Konzepten aus der Transaktionsanalyse (weiterhin abgekürzt: TA), einer Psychotherapieschule mit dem Menschenbild der Humanistischen Psychologie. Einer der Grundpfeiler für ihre Sicht der Einzelperson sind die sog. drei Kategorien der Ich-Zustände: Kind-Ich, Eltern-Ich und Erwachsenen-Ich. In unserem Zusammenhang hier möchte ich sie verständlich machen und bildlich umschreiben mit “drei inneren Grundprogrammen”, welche in der Persönlichkeit eines jeden einzelnen ,arbeiten. Ihr Funktionieren dringt nach außen und tritt in Erscheinung im Verhalten der Menschen.

Die TA stellt diese drei Ich-Zustands-Kategorien in einer weithin bekannten Graphik dar:



Im Laufe des Heranwachsens werden Personen und Systeme, denen das Kind ausgesetzt ist, bzw. die es in seiner Umgebung registriert, verinnerlicht. Es bildet sich mit deren Werten, Geboten, Rollen ein eigenes ‚Programm‘, das sog. Eltern-Ich (EL). (Fachausdruck: Extero-Psyche) Von ihm aus wird viel von unserem Bezug zur Welt gesteuert.

Entwicklungsmäßig am Ende bildet sich das Erwachsenen-Ich (ER). (Fachausdruck: Neo-Psyche) Es ist die kognitive Instanz, die überlegt, Schlüsse zieht, mit der Realität sachgemäß umgeht; aber auch schöpferisch wirkt. Zu seinen Funktionen gehört u.a., zwischen EL und K auszugleichen.

Das Kind-Ich (K) stellt den ältesten Teil des Menschen dar. Er wird deswegen im TA - Fachausdruck Archaio-Psyche genannt. In sieht man die Lebensenergie, das physische und psychische Erleben. (Antriebe, Wünsche, Bedürfnisse) Man sagt, dass das K der wertvollste Teil des Menschen ist, weil das energetische, seelische und rationale Grundkapital in ihm angelegt ist.

(Um Verwirrungen vorzubeugen, sei hier schon darauf hingewiesen, dass die Kürzel EL/ER/K im Kap. II noch Ziffern als Zusatz haben. Die Ziffern werden verwendet bei größerer Differenzierung der Kategorien. Zu den Inhalten der einzelnen Ich-Zustände kommen wir im Kap. II. Jetzt beschäftigt uns, wie Menschen sich nach außen verhalten.)

So denkt/fühlt/verhält sich jemand aufgrund seiner innere Steuerung sachgerecht gegenüber dem, was vor sich geht: Er hat eine klare Erkenntnis davon. Er macht sich nützlich in der umgebenden Realität. Sinnt auf Lösung des Anstehenden im Hier und Jetzt. Hier ist das Erwachsenen-Ich am wirken. Oder man sagt einfach **er ist im Erwachsenen-Ich.**

Ist jemand im ‚Programm‘ von Werten, Geboten, Normen, Zielvorstellungen, die sein sollen, bzw. von denen er meint, dass sie sein sollen, dann denkt/empfindet/verhält er sich in Ausrichtung auf sie. **Hier ist der Betreffende im Eltern-Ich.**

Jemand spürt seine Empfindungen und Gefühle, weiß über sie Bescheid, lässt sich von ihnen lenken. **Hier ist die Person im Kind-Ich.**

Wir sind in jedem bewussten Augenblick in einem der drei Ich-Zustands-Kategorien. Der reife und psychisch gesunde Mensch wird abwechselnd aus einem der drei bestimmt. Auf ein wahrgenommenes Signal, einen Stimulus, reagieren wir. Z.B.:

- Auf dem Gehsteig sehen wir einen Blinden mit weisem Stock (-> Stimulus). In uns regt sich der Impuls, ihn zu fragen, ob wir ihn über die Straße begleiten sollen. Unsere Fürsorglichkeit - eine Variante des **EL** - macht sich bemerkbar.

- Wir schlagen eine Zeitung auf (-> Stimulus) und lesen ganz konzentriert einen uns interessierenden Artikel. Unser **ER** ist aktiv.
- Wir beobachten eine Frechheit (-> Stimulus) und fangen an auf die Jugend zu schimpfen. Das **kritische EL** ist aktiv.
- Wir sehen ein spielendes Kind (-> Stimulus) und bleiben gerührt oder wehmütig stehen. Unser **K** wird mit Energie geladen.
- Es spricht mich jemand unerwartet an (-> Stimulus) und ich trete erschreckt einen Schritt zur Seite. Das **K** reagiert ganz spontan.
- Der Pfarrer beginnt mit der Predigt (-> Stimulus) und Frau X wird müde. Sie fällt ins **K**.
- Am Biertisch kommt das Gespräch auf die Kirche (-> Stimulus) und Herr Y wird aggressiv. Sein **rebellisches K** regt sich.- Ein theologischer Referent deutet eine Bibelstelle (-> Stimulus). Mancher Zuhörer sagt sich: so habe ich diese Stelle noch nicht bedacht. Das werde ich mir merken. Sein **ER** ist in Funktion

Je nach Stimulus und Situation wird ein bestimmtes Programm in uns geweckt, ein elterliches, erwachsenes oder kindhaftes. Wie an manchen Beispielen ausgeführt, können wir die Erscheinungsweisen unserer Programme nochmals genauer beschreiben: **Rebellisches K; angepasstes K; kiritsches EL; fürsorgliches EL.**

Wir sind bei entsprechender Reife und psychischer Gesundheit in der Lage, in unterschiedlicher Schnelligkeit von einem Programm auf ein anderes zu wechseln, je nach dem wie es die Situation erfordert. In psychologischer Terminologie ausgedrückt heißt dies: Wir besetzen in rascher Folge unsere verschiedenen Ich-Zustands-Kategorien mit Energie, so dass wir aus ihnen bestimmt werden.

### **Wie tritt uns Gott in der Bibel gegenüber?**

Wenn wir Menschen uns in unserem Gläubigsein auf Gott beziehen oder in einer Verbindung mit ihm leben, dann sind dabei unsere drei personalen Funktionskräfte gefragt: Denken – Fühlen – Handeln. Wie aber tritt er uns entgegen? Betrachten wir deshalb die Aussagen der Bibel über Gott, wie er sich den Menschen zeigt:

- Gott als Autorität gibt den Menschen Anweisungen und Gebote, wie wir leben sollen. (Ich bin der Herr, dein Gott...) Alles, was Gott uns Menschen autoritativ sagt, will uns zum Handeln bringen. Es hat EL - Charakter.
- Von Gott haben wir durch die Heilige Schrift Aussagen, die er über sich macht: Wer er ist und wer er für die Menschen sein will. (Quell des Lebens, Schöpfer, Helfer usw.) Wir selber können jedoch auch durch unser Nachdenken (Philosophie und Theologie) zu Aussagen über ihn kommen. Es gilt: "Gott ist stets mehr als das, was von Gott zu sagen, zu wissen und zu erfahren ist." (Meister Eckhart) Oder das ignatianische Wort von Gott, der immer größer ist als das, was wir von ihm kennen. Solche Aussagen bzw. diese Einsichten haben ER – Charakter.
- Gott will die Freude der Menschen sein. Er sagt von sich, dass er die Liebe ist. Er verspricht ewige Seligkeit. Durch ihn soll Ruhe und Zufriedenheit in das Herz des Menschen einziehen; er will das Glück der Menschen; dass wir bei ihm daheim sein können und dürfen. Diese Botschaften von Gott haben Bezug zum K.

Wir entdecken bei Gott die Entsprechung der drei Grundprogramme wieder, in denen er sich an uns Menschen wendet. In gleicher Weise begegnet Jesus den Menschen.

### **Gläubigsein nach den Kategorien der Ich-Zustände**

Das einfache Strukturmodell lässt uns das Gläubig- bzw. Religiössein in der Dreiheit unserer, inneren Programme sehen. Sie erlauben, den Menschen in seinem Glaubensvollzug zu beschreiben nach dem, was an ihm besonders zum Vorschein kommt.

### **Gläubigsein aus dem K**

Im K leben unsere Gefühle und seelischen Regungen. Oder einfacher gesagt, es ist unser Gefühlsbereich. Sind wir von ihm bestimmt, fragen wir nicht zuerst nach den Ideen und Argumenten von etwas Gehörtem (z.B. einer Predigt, oder einer Zeremonie), sondern wir sind damit zugange, was sie mit uns machen. So ist es tröstlich, die Bibel zu lesen. Wir lassen uns ergreifen bei bestimmten Liedern oder Feiern; sind gerührt von der Art des Predigers u.ä.m. Solche Menschen sind begeisterungsfähig; zeigen spontan ihre inneren Regungen. Es ließe sich für sie das Wort Jesu anführen: „Wenn ihr nicht werdet wie die Kinder...“ (Mt 18,2) Seelische Qualitäten sind für das Gläubigsein aus dem K bestimmend. Es besteht im Erleben der gehörten Botschaft.

### **Gläubigsein aus dem ER**

Glaube und Religion werden hier mit dem ‚Programm des Denkens‘ angegangen. Philosophisches und theologisches Reflektieren stehen im Vordergrund. Man ist auch der Suche nach neuen oder einleuchtenderen Interpretationen der Tradition. Auseinandersetzung mit den Quellen der Tradition ist wichtig. Das ER definiert klar: Was glaube ich und warum. Z.B. ist die persönliche Entscheidung für den Kirchengang an diesem heutigen Tag sehr entscheidend und weniger die Befolgung eines Kirchengebotes. Was sie in ihrer Glaubenswelt einleuchtend finden, hat einen hohen Stellenwert. Sie denken eigenständig über Traditionen, Gelerntes oder Erlebtes nach und sie akzeptieren es, weil sie es mit ihren Verstandeskräften nachvollziehen können. Gläubigsein besteht hier wesentlich im Bedenken der gehörten Botschaft.

### **Gläubigsein aus dem EL**

In diesem Programm besteht das Wichtige des Glaubens in den Anforderungen, Gesetzen und Vorschriften des Glaubens. Sie zielen auf Befolgen der überkommenen Lehre. Man hat in Bezug auf Gott vor allem Glaubenspflichten. Die Volkskirche war die typische Variante eines Kirchengebildes, das dem EL-Muster entsprach: Die Hierarchie gab vor, was zu glauben war; die ergebene Zustimmung und Ausführung war der Part der Laien. Ein Vorwurf aus der EL-Haltung könnte sein: „Jeder sucht sich nur das aus, was ihm zu glauben gefällt.“ Gläubigsein besteht hier wesentlich im Leben aus Geboten und Vorgaben.

Unser Gläubigsein macht sich kund in Verhaltensweisen, den Glaubensinhalten und dem Glaubenserleben. Die drei Ich-Zustands-Gruppen lassen sich leicht wiedererkennen. Wie bei der gesunden Persönlichkeitsstruktur ein Wechseln innerhalb der Ich-Zustands-Kategorien dazugehört, so ist auch im Gläubigsein ein Wechseln innerhalb der drei Kategorien nötig. Reifes und ‚gesundes‘ Glauben hat in seinen Erscheinungsformen diese drei Ausfaltungen: elterlich – erwachsen – kindhaft. Ist jemand primär von einem der drei Grundprogramme bestimmt, können wir von einer unvollständigen, verzerrten Glaubensweise sprechen. Gibt es ein gelingendes Hin und Her zwischen den drei Weisen, wie Gläubigsein in Erscheinung tritt, dann sprechen wir von

einem erfüllten Glaubensleben.

### **Reflexionsübung zur Selbsteinschätzung**

*Lassen Sie sich fünf Glaubensaussagen oder Bibelstellen einfallen und prüfen Sie, welcher Kategorie von Ich-Zuständen sie entsprechen! Sind sie primär normativ – rational – erlebnishaft?*

*Schauen Sie dann auf sich selber: Was sagen diese fünf Glaubenswahrheiten über mich; welches ist meine hauptsächliche Haltung, in der ich mich als Glaubender befinde? Sind bei mir nur eine oder zwei oder alle drei dieser Kategorien vertreten? Welche am deutlichsten, welche am geringsten?*

### **Praktische Anwendungen aus dem Bisherigen**

Die drei Ich-Zustands-Kategorien, aus denen Menschen bestimmt werden, lassen sich auch hernehmen und Rückschlüsse daraus ziehen, wie Menschen sich verwirklichen. primär ,elterlich oder ,kindhaft oder ,erwachsenengemäß zu geben. D.h. Menschen werden aus einem der inneren Programme hauptsächlich bestimmt und besetzen die anderen schwächer oder kaum einmal. Die reife/psychisch gesunde Persönlichkeit integriert alle drei, Programme. Werden eines oder gar zwei ausgeblendet, dann können wir von einer Einseitigkeit oder auch Fehlform der Persönlichkeitsverwirklichung sprechen. Diese Defizite in der Persönlichkeitsstruktur sollten den betreffenden Menschen bewusst gemacht werden.

### **An biblischen Szenen die drei ,Programme zeigen**

Eine Möglichkeit für das Gespräch über Religiöses ist, biblische Szenen herzunehmen und darauf zu schauen, wie die Ausdrucksformen der drei 'Programme' hier zu sehen sind. Mit den biblischen Beispielen können wir Gesprächspartnern aufweisen, dass in den Begegnungen Jesu mit Menschen oder in Aussagen Gottes an sein Volk die drei Programme zum Vorschein kommen. So weist z. B. Jesus die Pharisäer zurecht, die sich in ihren gedanklichen Spitzfindigkeiten (scheinbares ER) verfangen und darüber das Herz (K) vergessen haben. Oder Jesus erinnert die Gesetzeslehrer an ihr eigenes Schuldigsein (K), wenn sie in legalistischer Weise (EL) sich über eine Sünderin erheben. Im Alten Testament lockt Jahwe mit warmherzigen Bildern sein Volk an, er zeigt ein Herz für sein Volk (K). An nicht wenigen Stellen ist er aber auch schroff wie ein Despot (EL).

### **Verarmungen im Gläubigsein bewusst werden lassen**

Die drei individuellen Ausdrucksweisen elterlich – erwachsenen-gemäß – kindhaft sind wie ein erstes ,Diagnose-Instrument. Ausblenden eines oder zweier innerer Programme sind eine Verarmung und führen zu Unglücklichsein oder Leiden. Die drei möglichen und abwechselnd tätigen Persönlichkeitsprogramme lassen sich mit Hilfe des einfachen Strukturmodells schön beschreiben.

Wenn wir im Gespräch Menschen zuhören und die drei Kategorien als Beobachtungsraster anwenden, können wir ihnen bzgl. ihrer Glaubensweise Rückmeldungen geben. Einseitigkeiten, Defizite bis zu Verzerrungen im Gläubigsein lassen sich mithören und ins Gespräch bringen: Manche Menschen kommen nicht auf die Idee, dass ihr gewohntes, religiöses Leben wenig mit der Fülle eines geistgewirkten Glaubens zu tun hat. Sie kennen z.B. nur Glaubensgehorsam (EL) und haben kaum Erfahrung, was die Freude am Glauben (K) ist. Andere bewegen sich nur in Argumenten und Gedanken über Glaubensaussagen. Sie suchen nach ständig neuen Erklärungen,

diskutieren immer und immer wieder um Themen des Glaubens (ER). Wenn jedoch ihr Denken dabei nicht zur Ruhe kommt, fehlt ihnen z.B. die elterliche Erlaubnis: "Du brauchst doch für dein Gläubigsein gar nicht die ganze Glaubenslehre verstehen!" (-> fürsorgliches EL). Wir brauchen für ein Leben aus dem Glauben nicht alle Lehren kognitiv erfassen. Wir dürfen (erlaubendes EL) manche Aussagen auch auf sich beruhen lassen. Oder es ist manchmal Menschen nicht deutlich genug gezeigt und gesagt worden, dass z.B. die Freude im Gläubigsein (K) genau so bedeutsam ist wie der Glaubensgehorsam (EL).

Auch die Körperhaltung, der Gesichtsausdruck oder Tonfall in der Stimme geben Hinweise darauf, aus welchem inneren Programm heraus Menschen gerade sprechen. Für einen Gebote-Glauben eintreten und zu seiner Befolgung aufrufen, drückt sich in mahnender und fordernder Stimme und belehrender Gestik aus. Wer vom Gemüt oder vom Herzen bestimmt ist, redet weich, manchmal beschwingt. Diese Beobachtung in Zusammenhang bringen mit den inneren Programmen und sie dem Gesprächspartner rückmelden ist eine Hilfe. Dadurch kann größere Bewusstheit über die eigene, persönliche Religiosität erlangt werden.

### **Durch Fragen auf Fehlendes hinweisen**

Sind bei einem Gesprächspartner fundamentalistische Unbeweglichkeit oder Rigorismus in den Forderungen oder übergroßer Enthusiasmus zu beobachten, dann dürfen wir sie einordnen als Einseitigkeiten im Gläubigsein, die zugleich immer Verarmungen sind. Es empfiehlt sich dann im Gespräch einen anderen der Ich-Zustands-Kategorien anzusteuern und damit auf die Verarmung aufmerksam zu machen.

- Was denken Sie selber denn zu einer bestimmten Frage, unabhängig von dem, was ein Gebot, eine Vorschrift sagt?
- Können Sie mir das Gebot auch von seinem Sinn oder Nutzen her erklären oder gilt es für Sie weil es in ..... steht?

Beides könnte man z.B. einen Gesprächspartner fragen, der nur auf Gebote pocht. Hier wird vom EL zum ER gewiesen.

- Wann freuen Sie sich in Dingen des Glaubens? Was ist dann anders, wenn sie eine seelische Regung spüren?

Dies ist eine Frage an jemanden, der z.B. hauptsächlich denkt und reflektiert. Hier wird vom ER zum K gewiesen.

- Wann ist der Glaube für Sie Anlass zum Nachdenken? Welche Erkenntnisse und Herausforderungen aus dem Glauben sind für sie wichtig?

Das könnte man jemanden fragen, der allzu sehr aus der Begeisterung über die Dinge des Glaubens spricht. Damit wird vom K zum ER und EL gewiesen.

### **Blockaden zwischen den Programmen**

Gelegentlich stehen Menschen in Bezug auf Gott in dem Dilemma, dass sie ein schlechtes Gewissen haben: "Für Gott müsste ich...., aber ich mag eigentlich nicht". Dieses Dilemma werden unter dem Raster der drei Ich-Zustands-Kategorien. Jemand steht in dem Konflikt zwischen EL und K. Aus dem EL kommt ein Gebot/Verbot, doch das K möchte nicht, oder möchte statt dessen lieber ... Dies hat eine innere Spannung zur Folge, die wir gewöhnlich das schlechte Gewissen nennen.

Oder es begegnen uns häufig jammernde Fragen wie: "Was soll ich denn tun in Bezug auf ...?" Sie zeigen an, dass eine Blockade besteht zwischen ER und K. Das ER kennt in solchen Fällen meistens Entscheidungsmöglichkeiten, aber aus dem K kommt nicht genügend zustimmende Energie (Lust, Spontaneität) dafür, oder das ER hat nicht genügend Ideen, Inspirationen, Einfälle, mit denen die Ausführung einer Sache ermöglicht wird.

In beiden Fällen können wir darin behilflich sein, dass wir die verunsicherten Gesprächspartner zu ihrem eigenen Denken und Erkennen führen. D.h. wir verhelfen ihnen zu ihrem ER. Mit den drei Ich-Zustands-Kategorien arbeiten, bringt in einigen Fällen (nicht immer!) Menschen zur Lösung ihres Dilemmas zwischen den drei Programmen. An diesen Beispielen wird deutlich, wie das ER als inneres Programm auf Lösung ausgerichtet ist.

Woher kommen nun die Inhalte dieser Kategorien von Ich-Zuständen? Für diese Fragen benützen wir einige Grundsätze aus der Entwicklungspsychologie unter dem TA-Konzept des Strukturmodells zweiter Ordnung.

## **II. Abschnitt**

Das Wesentliche des I. Abschnittes war: Wie tritt Innerliches nach außen? Das Zentrale des II. Abschnittes wird sein: Wie kommt Innerliches zustande?

Das Beziehungsverhältnis Mensch – Gott erstreckt sich im Christentum nicht allein auf das Verrichten vorgeschriebener Praktiken (Opfer, Gebete u.ä.), womit das Verhältnis abgegolten ist. Zur gelingenden Beziehung gehören: Zutreffende Gedanken über Gott, entsprechende Gefühlsregungen und ein Verhalten, das Gott entspricht.

Wer mit Menschen über ihren Glauben redet, sollte nicht nur die sichtbaren Beobachtungskriterien als ‚Diagnosemittel‘ kennen. Es ist nützlich, einen gewissen Tiefenblick zu haben für innerseelische Zusammenhänge und ihre Entstehungsgeschichte. Auch Gläubigsein hat seinen persönlichen Werdegang.

Die TA ist einerseits eine Anthropologie, d.i. eine Theorie der individuellen Persönlichkeit. Andererseits auch eine Sammlung von Methoden zur Klärung und Veränderung von Prozessen und Dynamiken innerhalb der Person. Unser Verhalten, Erleben, Reagieren, unsere Einstellungen zur Umgebung usw. bilden sich nicht unabhängig von der Umwelt. Unser seelisch – geistiges Leben wird geweckt, geprägt aber auch verformt durch die Kommunikation mit nahestehenden Bezugspersonen. Von ihnen übernehmen wir ganz viel, das später wie Eigenes zum Vorschein kommt.

Es wurde oben schon gesagt, dass es einer Verarmung/Verzerrung des Glaubens gleich kommt, wenn nur ein inneres ‚Grundprogramm‘ laufen würde und die anderen nicht aktiviert werden. Wie im technischen Bereich wird ein Programm in Gang gesetzt durch ein Signal oder einen Impuls. Doch bevor es in Kraft treten kann, muss es ‚geschrieben‘ sein. So ist es auch mit dem, was in den Ich-Zustands-Kategorien aufbewahrt ist.

Wir betrachten nun mehrere Elemente, die wichtig sind für die Inhalte, die in unserer Seele aufbewahrt sind.



## **Kommunikation – die Transaktionen**

Zwischen Menschen gibt es beobachtbare, aber auch nicht sichtbare Vorgänge. Botschaften vielfältiger Art (→ Transaktionen) gehen hin und her. Dazu gehören: Gehalte, Ideen, Emotionen, Appelle, Erwartungen, unterschwellige und doppelbödige Aussagen. Kommunikationsgeschehen heißt, dass von einem Menschen bzw. auch von Gruppen von Menschen zu einem anderen rationale und emotionale Botschaften fließen. Sie werden von uns aufgenommen, gespeichert und fließen in unsere Reaktionen ein. Auch unser Gläubigsein bildet sich nicht ohne zwischenmenschliche Transaktionen:

- “Der Glaube kommt vom Hören” (Römerbrief Kap. 10), ist nur ein biblischer Beleg dafür.
- Der Religionsunterricht nimmt Einfluss auf unser religiöses - Es ist allgemein bekannt, dass wir durch einfaches Mittun in religiösen Vollzügen unserer Umgebung Anteile davon übernehmen und zur eigenen Praxis machen.
- Wir sind kirchlichen Traditionen angepasst oder verweigern uns ihnen.
- Im Exerzitienbuch (Randnummer 22) sagt Ignatius für den Exerzitienprozess: Jeder gute Christ soll die Aussagen des Nächsten eher retten als sie ablehnen. D.h. im dialogischen Selbstverständnis wird Gottesbegegnung zu einem Heilsweg.

Das sind nur wenige Beispiele von transaktionalen Vorgängen für das Werden unseres Gläubigseins. Transaktionsanalyse ist das Aufdecken alles dessen, was im Beziehungsgeschehen zwischen Menschen abläuft.

### *Zu Bedenkendes für das Glaubensgespräch:*

Wenn wir Dialoge mit Menschen führen, sollte uns bewusst werden, dass in ihnen mehrschichtige Botschaften zwischen den Sprechenden ausgetauscht werden. Der Gesprächsinhalt ist gewöhnlich für uns zentral. Doch in den Transaktionen der Kommunikation liegt viel Unausgesprochenes, das vom Gegenüber registriert wird. Die Glaubwürdigkeit des Gesagten hängt immer auch an den nicht verbal gesagten Botschaften! Im ungünstigsten Fall kann es passieren, dass wir durch unbewusste Transaktionen das mit Worten Behauptete untergraben. (Der Prediger, der mit grimmigen Miene und autoritärer Haltung über die Liebe spricht.)

Wie kommen nun Inhalte der drei Kategorien zustande? Welche ‘Fehlerquellen’ ergeben sich beim Entstehen, die dann auch für das Verhältnis zu Gott problematisch werden?

## **Die einzelnen Ich-Zustände**

(Das Konzept der Ich-Zustände in der TA ist natürlich komplexer als ich es hier wiedergebe. Ich greife für unseren Zweck etwas nützliches heraus!)

Unser Seelenleben füllt sich durch die ständige Vielfalt der Transaktionen. Wesentlich durch sie entstehen in uns sog. einzelne Ich-Zustände. Diese stellen unser Wirklichkeitserleben und unsere Wirklichkeitsvorstellungen dar.

Die Ich-Zustands-Kategorien haben wir ,’Grundprogramme’ für die zwischenmenschliche Kommunikation genannt. Im Unterschied zu ihnen ist ein einzelner Ich-Zustand die Einheit eines Erlebens- oder Seinsmomentes, ganz unabhängig davon, wie er nach außen dringt (elterlich, erwachsen, kindhaft). So ein Erlebens- oder Seinsmoment besteht aus einem

zusammenhängenden Gebilde von Gedanke/Gefühl/Verhalten. Ein solches zusammenhängendes Gebilde wird miteinander verknüpft hauptsächlich durch das, was in den Transaktionen geschieht oder auch durch das, was in den Transaktionen geschieht oder auch durch das, was wir in Situationen erleben.

Wir haben in uns eine ungeheure Anzahl solcher Einzelzustände, ja unser Innenleben besteht aus dem Nacheinander der in uns vorhandenen Ich-Zustände.

Jeder einzelne Ich-Zustand ist für uns subjektiv die augenblicklich erlebte Wirklichkeit, so wie wir sie gerade zur Verfügung haben. Die Wirklichkeiten, die wir erfassen und die uns beschäftigen, bestehen gleichsam aus einem Netz von vielen miteinander gekoppelten, einzelnen Ich-Zuständen. Das Miteinander von Menschen und die dabei laufenden Transaktionen sind mit beteiligt an der sich bildenden inneren Repräsentanz von Wirklichkeitsvorstellung und Wirklichkeitserleben. Die Kommunikation spielt deshalb auch für die problematische Verknüpfung von Gedanke/Gefühl/Verhalten eine wichtige (nicht die einzige) Rolle. Es wird nun verständlich, dass bei der Bildung eines Ich-Zustandes nicht zutreffende Verknüpfungen passieren können.

Beispiele: So kann sich das, was wir z.B. über Gott denken, was uns über ihn beigebracht oder nicht beigebracht wurde, mit einem merkwürdigen Verhalten verknüpfen und mit einem nicht adäquaten Gefühl. Zum Beispiel:

- Ernste Haltung einnehmen, Kopf einziehen (beides ist Verhalten) und dazu ein schlechtes Gewissen haben (Fühlen).
- Oder: Erleichterung, aufatmen können (Empfindung) und wieder aktiv werden (Verhalten).
- Oder: Achselzucken (unschlüssiges Verhalten) Abneigung (Fühlen).
- Wir könnten die Beispiele zusammenhängender Gebilde von Denken/Fühlen/Verhalten weiterführen: Vater – Angst – Rückzug. Oder: Mutter – lieb – helfen. U.a.m.

Die für jeden einzelnen von uns geltenden Wirklichkeiten von Gott, Vater, Mutter und aller anderen Realitäten sind als Ich-Zustände innerlich präsent.

Einzelne Ich-Zustände zu analysieren und auf unzutreffende Verbindungen von Denken/Fühlen/Verhalten aufmerksam machen, sie zu korrigieren, aber auch zu neuen einzelnen Ich-Zuständen verhelfen, ist ein wichtiges Anliegen der Therapie und Beratung in der TA. Damit kommen wir an die Schwelle des professionellen Umgangs mit Menschen.

### **Zu Bedenkendes für das Glaubensgespräch:**

Wir können im religiösen Gespräch darauf achten, welche Ich-Zustände wir in den Äußerungen eines Gesprächspartners entdecken. Und wir können auch nachfragen, wie die Verknüpfungen von Denken/Fühlen/Verhalten entstanden sind. Dadurch ergibt sich schon mancher Anstoß zur Veränderung der Ich-Zustände. Im alltäglichen Umgang miteinander geschieht es oft unreflektiert, dass wir unsere eigenen oder die Ich-Zustände bei anderen in Frage stellen. Wir wundern uns über etwas, was wir wahrnehmen und fragen nach:

- Wie kommt es, dass Sie beim Thema Gott auf Rückzug gehen?
- Oder warum verbinden Sie mit dem Vater so große Angst? War denn Ihr Vater nur so .... oder hatte er auch andere Seiten?

- Manchmal sagen wir: Ich hab da im Gespräch eine neue Erfahrung gemacht, die mich jetzt eine Sache ganz anders sehen lässt.

Durch solches Nachfragen bzw. in Frage stellen, kann sich manche unstimmmige Verknüpfung lösen. Das Konzept der Ich-Zustände liefert uns ein Verständnismodell für Veränderungsvorgänge in unserem Inneren, die recht häufig passieren. Wenn wir in einem Gespräch eine befreiende Erfahrung gemacht haben, dann ist diese dadurch zustande gekommen, dass wir belastende Verknüpfungen aufheben konnten. Kommen wir aus einem Gespräch bereichert heraus, dann können wir diese Erfahrung anzusehen als Erweiterung unserer verfügbaren Ich-Zustände.

### **Einige entwicklungspsychologische Aspekte nach dem sog. Strukturmodell zweiter Ordnung**

Gezeigtes Verhalten, mitgeteiltes Empfinden und geäußerte einem tatsächlichen Zusammenhang stehen mit dem, was die religiöse und gläubige Verbindung des Menschen mit Gott meint. Sie können in etwas ihren Ursprung haben, was mit einer alten 'Speicherung' bzw. Verknüpfung herrührt. Allerdings ruft ein aktueller Stimulus die alten Speicherungen ins gegenwärtige Erleben rufen.

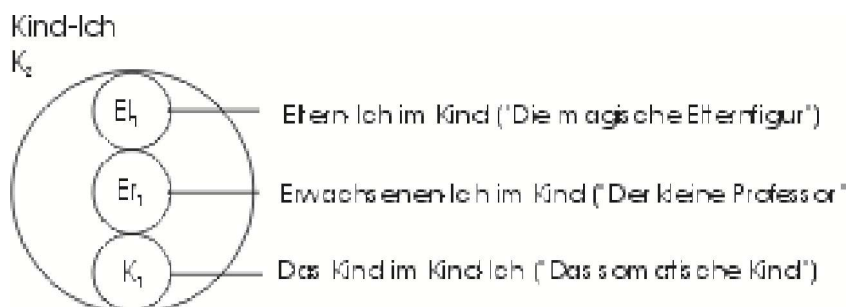
Es werden nun einige entwicklungspsychologische Faktoren beschrieben, die im Rahmen von Glaubensgesprächen Bedeutung haben für eine förderliche Begegnung bei Glaubensschwierigkeiten.

#### **Zum $K_2$**

(Wenn jetzt zu EL/ER/K die Ziffer 2 dazukommt, bleibt die Ich-Zustands-Kategorie von oben gemeint. Weil wir nun in 'Unterabteilungen' der Kategorien gehen, wird differenzierter unterschieden.)

Die TA denkt wachstumsorientiert. Sie geht davon aus, dass jeder Mensch, der biologisch gesund und in sozial günstigen Umständen geboren wird, als K (im Sinn der Archaio-Psyche von oben!) auf die Welt kommt. Das beobachtbare Leben des Neugeborenen und des heranwachsenden Babys besteht zunächst aus biologischen und energetischen Regungen und Antrieben, aus Empfinden und Fühlen. Unter dem Gesichtspunkt der Entwicklung lässt sich dieses K jedoch noch differenzierter betrachten und untergliedern.

Graphisch stellt die TA das K folgendermaßen dar:



Das Kleinkind erlebt sich und die Umwelt. Es reagiert auf innere und äußere Reize. Es ist darauf angewiesen, dass vor allem durch die pflegende Mutter die kindlichen Bedürfnisse von innen und

außen zu seiner Zufriedenheit reguliert werden und so Spannungen im Kind abgebaut werden. Wir dürfen in ihm verschiedene Potenzen unterscheiden:

- Da ist einmal seine vitale/biologische und psychische Energie: K1 in der Graphik.
- Weiterhin eine zielgerichtete Dynamik hin auf eigenes Wollen. Darin implizit eine anfanghaft vorhandene ‚Intelligenz‘ und Intuition: ER1 in der Graphik. (Wegen der mitgegebenen Intuition wurde das ER1 „Kleiner Professor“ genannt.)
- Und eine Wahrnehmungs-, Speicherungs- und Verarbeitungsfähigkeit für atmosphärische, nonverbale Botschaften aus seiner Umgebung: EL1 in der Graphik. (Es lässt sich an dieser Unterteilung des K<sub>2</sub> schon die Anlage der späteren Ich-Zustand-Kategorien erkennen. Sie entwickeln sich gleichsam aus den Potenzen des K)

Im frühesten Stadium schon registriert das Baby von der Mutter und der Umgebung bewusst oder unbewusst ausgehende, Botschaften. Bildlich ausgedrückt ist die Antenne, die diese Botschaften aufnimmt und verarbeitet, das EL1 im K<sub>2</sub>. Was hier wahrgenommen wird, bekommt Einfluss auf das eigene Daseinsgefühl. Das EL1 registriert und verarbeitet z.B. mit welcher Haltung und Gesinnung die Mutter auf das Kind eingeht. Ob sie innerlich wohlwollend, bejahend auf es eingestimmt ist; ob sie ihm bindungsfördernd oder in irgendeiner Form abweisend begegnet usw.

Insbesondere negative Botschaften wie: „Du bist mir eine Last; deinetwegen muss ich mich einschränken“ u.ä. machen schon der Psyche des Kleinkindes zu schaffen. Gibt es von Seiten der Umwelt gar destruktive Botschaften, die dem kleinen Lebewesen das Dasein absprechen möchten wie: „Eigentlich wollten ich/wir dich nicht haben“, (oder noch schlimmere Ablehnungen in der Gesinnung der kindlichen Umgebung) kann dies schwer schädigende Rückwirkungen haben auf die psychische Entwicklung, den Lebenswillen und die Energie des Kindes. Selbst die Potenz des K1 kann in Mitleidenschaft gezogen werden mit schädigenden Auswirkungen bis hinein ins Somatische.

In der Archaio-Psyche bilden sich das Sicherheitsgefühl der Umwelt gegenüber; die grundsätzliche Erfahrung des In-der-Welt-sein-dürfens; Vertrauen – Misstrauen; liebevolles Sich-Ein-lassen-können oder ängstlicher Rückzug von anderen. Im K<sub>2</sub> wird durch die Wahrnehmungen des EL1 grundgelegt, ob ein Mensch seinem Dasein gegenüber positiv oder negativ, hoffnungsvoll oder feindselig eingestellt ist. Diese existentielle Grundgestimmtheit hat für das Religiöse wichtige Bedeutung. Tragende gläubige Haltungen wie: Vertrauen, hoffen, lieben, sich als bejaht empfinden (Geschöpf Gottes), Verbundensein mit anderen und mit Gott (Kind Gottes) haben im K<sub>2</sub> ihr sehr früh angelegtes seelisches Fundament.

Ob wir religiöse Gestimmtheiten erleben können, ist nicht unabhängig von den psychologischen Botschaften, die nahe Bezugspersonen uns vermittelten. Wie sie ihre Empfindungen dem Kind gegenüber ausdrückten oder nicht ausdrückten, was sie erlaubten oder atmosphärisch nicht zuließen, wurde vom Kleinkind schon registriert. Es nahm feinfühlig auf, was seinen Eltern genehm war oder was sie nicht ertragen wollten. In seinem Erleben passte es sich ihnen an; gegen manches rebellierte es bis es sich leidvoll doch beugte; bei anderem gelang es, über manche elterliche Botschaft einfach hinwegzugehen und nicht reaktiv daraus Folgerungen zu ziehen. In den hier angedeuteten Vorgängen ist das ER1 im K<sub>2</sub> in Funktion.

Mit dieser knappen Wiedergabe wird schon ersichtlich, wie die Gemütsverfassung des Menschen in ihrer Tiefenschicht geprägt wird. Das spätere Glaubenserleben ist eingebettet und abhängig von den Dynamiken im K<sub>2</sub>.

**Zum** <sub>EL2</sub>

Es wird Extero-Psyche genannt, weil es aus Verinnerlichungen von nahen Personen und Systemen (z.B. Familie) besteht, insbesondere deren Anforderungen, wie der Bezug zur Umwelt auszusehen hat. Verinnerlichung ist nicht gleichzusetzen mit Erinnerung aus dem Gedächtnis! Mit ihr ist gemeint, dass in unser seelisch - geistiges Vermögen von außen leitende Bilder, normgebende Verhaltensmuster und Anschauungen u.ä. aufgenommen werden, die dann in Erscheinung treten als wären sie eigene Antriebe.

In diesem ab dem 3 – 4 Lebensjahr sich bildenden Teil unserer Persönlichkeit, werden die erlebten konkreten Bezugspersonen (später auch Persongruppen und Systeme, selber ausgesuchte Vorbilder) mit ihren Normansprüchen, ihrem Realitätsbezug und ihrem Gefühlsausdrücken aufbewahrt. Oft sogar in der körperlichen Ausdruckshaltung, Mimik, Verbindlichkeit, wie sie erlebt wurden. Das EL<sub>2</sub> nimmt wie ein großer Gedächtnisspeicher immer wieder neue Normbotschaften bzw. Personen mit solchen auf. Deshalb wird es graphisch dargestellt, dicht gefüllt mit Symbolen von verinnerlichten Menschen:

Eltern-Ich ( <sub>EL2</sub> )	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	Die verinnerlichten Eltern und Elternfiguren, von denen jede wiederum ihr eigenes Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich und Kind-Ich hat, wie dort gespeichert wird und wie viele Personen, ist von Mensch zu Mensch verschieden.
	E <sub>2</sub>	E <sub>2</sub>	E <sub>2</sub>	E <sub>2</sub>	
	K <sub>1</sub>	K <sub>1</sub>	K <sub>1</sub>	K <sub>1</sub>	

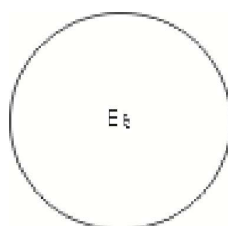
Das Bild vom Gedächtnisspeicher darf nicht so verstanden werden, dass er einmal voll ist. Das EL<sub>2</sub> ist zu keinem bestimmten Zeitpunkt fertig abgeschlossen ist. Auch im Erwachsenenalter nehmen wir noch Normgebendes oder vorbildliche Personen auf.

Von außen Übernommenes wird im EL<sub>2</sub> so aufbewahrt und assimiliert, als wenn es eigene Impulse und Dynamiken wären. Aus dem EL<sub>2</sub> kommen für jeden Menschen die Anleitungen, wie wir es im alltäglichen Verhalten auch im Religiösen ‚zu machen haben‘. Das EL<sub>2</sub> steuert den Menschen in dem, ‚was er zu tun hat‘ im Sinn von imperativischen Impulsen. Vieles, was wir vermeintlich als eigene, innere Anregung (Gebote, Verbote usw.) verspüren, als gesollt oder gemusst ausführen, hat seinen Ursprung bei Bezugspersonen, von denen wir es übernahmen. In ihrer Tradition führen wir es weiter. Aktuell nehmen wir es jedoch als eigene El- Antriebe wahr.

**Zum** <sub>ER2</sub>

Es wird Neo-Psyche genannt, weil es Eigenständigkeit darstellt. Für sein Zustandekommen hat es keine ‚Fremdbestandteile‘ übernommen wie das EL<sub>2</sub> oder das K<sub>2</sub>. Deshalb wird es in der Graphik nicht weiter unterteilt.

Erwachsenen  
Ich (ER<sub>2</sub>)



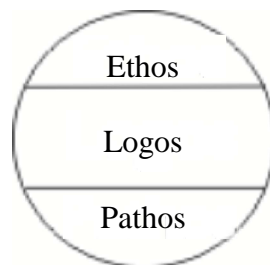
Das Erwachsenen-Ich stellt die eigene intellektuelle Leistung dar

Wozu wir auf Grund von bewusstem Nachdenken kommen, was der altersentsprechenden Weltansicht und dem Kenntnisstand entspricht, was plausibel und logisch ist, kommt aus dem ER. Es nimmt einen realitätsgerechten Bezug zur Umwelt auf im Hier und Jetzt. Seine Kenntnisse sind erweiterbar und entfalten sich mit zunehmendem Alter auf höhere Stufen des Wissens bis hin zu spiritueller Weisheit.

In seiner Wirkfähigkeit macht es sich erst bemerkbar in einem späten Stadium des Heranwachsens. Man sagt in etwa ab dem 10. Lebensjahr. Wegen seiner Abhängigkeit vom Alter und dem Kenntnisstand gibt es also ein relatives ER<sub>2</sub>, dessen Tätigsein sich auszeichnet durch die gleichen, unten genannten Qualitäten, jedoch in einem unterschiedlich hohen Grad.

Personintern hat das ER die wichtige Funktion der Integration und Steuerung der Impulse, die aus dem EL<sub>2</sub> und dem K<sub>2</sub> kommen. Manchmal sagen wir zu jemandem befehlend: "So nimm doch Verstand an!" D.h: Lass Emotionen, Vorurteile, Phantasien, Vorschriften u.ä. und bediene Dich Deines eigenen Denkens! Damit appellieren wir an die Funktion des ER.

Man zeichnet in den Kreis des ER jedoch die Qualitäten ein, die es auszeichnen. Nach TA Denken bestehen diese aus drei selbstentwickelten Dimensionen: Ethos, Logos, Pathos.



Diese drei Begriffe lassen sich folgendermaßen beschreiben:

- Verantwortungsbewusstsein, Beurteilungsfähigkeit, Werte grundsätze. Was ist mir wichtig? (Ethos)
- Überlegtheit, Verstand und Sprachgeschick Wie drücke ich mich aus? (Logos)
- Empfindsamkeit, Aufgeschlossenheit, Emotionalität. Was will/erstrebe ich? (Pathos)

In ihnen zeichnet sich die Tätigkeit des ER aus.

### **Warum dieser entwicklungspsychologische Exkurs?**

- Er gibt uns einen nachvollziehbaren Eindruck davon, wie seelische Inhalte des Individuums abhängen von der Umgebung.
- Es wird deutlich, wie sehr religiöse Offenheit oder Verschllossenheit abhängen von Verinnerlichtem. Annahme oder Ablehnung religiöser Botschaften sind nicht einfach eine Sache des Willens.
- Wir erweitern damit unsere Kenntnisse, worin Einseitigkeiten, Irrtümer, störende Gemütsregungen, Leistungsdenken in Bezug auf Gott/Religion ihren Ursprung haben.
- Mit einem solchen Hintergrundkonzept können wir leichter einordnen, in welcher Tiefenschicht unserer inneren Programme Fehlformen von Gläubigkeit ihren Sitz haben.
- Soweit es Geschicklichkeit im Dialog und Erfahrungen im Umgang mit Menschen es ermöglichen, können wir gezielter die Gespräche über Glaubensschwierigkeiten steuern; uns z.B. nicht in mühsame, die Freude raubende Argumentationen verstricken.

- Der Überblick bietet uns ein gutes Grundraaster, sicherer zu werden, wann professionelle Gesprächspartner gefordert sind. (Psychologische Beratung im seelsorglichen Bereich oder Psychotherapie.)

### **Anregungen für die Gesprächspraxis aus dem entwicklungspsychologischen Überblick:**

Wir schauen nun auf den möglichen Nutzen, den wir aus dem entwicklungspsychologischen Überblick ziehen können. Eine Reihe von Glaubensnöten der Menschen haben ihren Ursprung in den in uns gespeicherten Ich-Zuständen. Die zu einem Muster verbundenen Einheiten aus Denken/Fühlen/Verhalten beinhalten Fehler, Verzerrungen, Vermeidungen, Unerfülltes. Aber auch die Entwicklung des K<sub>2</sub> insgesamt ist für viele Schwierigkeiten im Erleben eines tragenden Glaubens verantwortlich. Die Defizite in den einzelnen Ich-Zuständen führen zu gestörtem Erleben, und Verhalten.

#### **Grundsätzliches zum Er und seinem förderlichen Einsatz :**

Relativ einfach sind solche Gespräche zu führen, bei denen Gesprächspartner mangelnde Kenntnisse haben bzgl. des Religiösen, der Bibel, Gott. Die unzureichenden bis falschen Informationen, die in ihrem Denken und Gedächtnis vorhanden sind, verhindern ein ‚gesundes‘ Gläubigsein. Das Verhalten und Empfinden wird durch diese Defizite ‚getrübt‘.

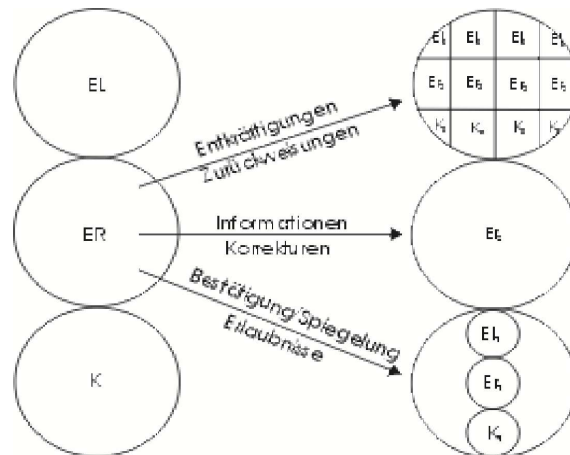
Beispiel: „Christ sein heißt immer streng sein mit sich und anderen“. Durch diesen Irrtum im Denken (Verallgemeinerung eines einzelnen Aspektes) trübt sich das Erleben (K). Es empfindet sich gebremst und gedrückt. Das EL übernimmt durch diesen Fehler die Aufgabe der Kontrolle, sich und andere auf den Ernst und die Strenge hinzuweisen. Der Glaubensvollzug ist so getrübt. Das Gespräch ist eine Methode, solche Irrtümer aufzudecken, damit die „Trübungen“ sich auflösen können.

Wer helfend/klärend mit anderen sprechen will, sollte dies primär aus seinem ER heraus tun. Je mehr wir aus diesem Ich-Zustands-Programm heraus sprechen, desto sachlicher bleibt die Gesprächsatmosphäre und desto produktiver ist das Gespräch. Dem ER gelingt es, ein Gespräch nicht zu emotionalisieren und die Ansprüche aus dem EL zu relativieren. Bei Menschen, die mit etwas nicht zurecht kommen, verhilft das Aktivieren des eigenen Nachdenkens zur Klarheit. Missionierendes oder aufforderndes Reden (jetzt glaub es doch endlich!) gehört nicht zum ER. Aus dem ER heraus werden wir aktiv, wenn es gilt, Irrtümer, Fehlinformationen von Wirklichkeiten zu beheben. Unser ER benutzt seine Kenntnis einer Sache und bietet sie dem ER eines Gesprächspartners an. Damit korrigieren wir bei einem anderen eine fragwürdige Sicht von Menschen oder Dingen in der Welt. Ein treffenderes Wirklichkeitsverständnis, das übernommen wird, führt zu einer Entlastung im Erleben (K<sub>2</sub>) und verändert den gebietenden Umgang mit der Welt oder dem Menschen (EL<sub>2</sub>). Wir kennen dies als eine Alltagserfahrung: Eine neue Sicht der Wirklichkeit hat immer eine befreiende Wirkung und macht zufrieden.

Wir sind im ER

- wenn wir fragen bzw. nachfragen; wiedergeben, was wir verstanden haben, wie wir etwas gehört haben;
- wenn wir dem Gesprächspartner zurückmelden, wie wir ihn erleben (aufgeregt, freudig, ärgerlich, resigniert, dominant, sachlich...)

- auch die Kundgabe von eigenen Empfindungen und eigenem Denken kommt aus dem Er und darf im Gespräch eingesetzt werden.
- wenn wir treffendere Kenntnisse zu einer theologischen Sache haben als der Gesprächspartner, können wir anbieten, sie zu sagen;
- wenn wir den Gesprächspartner auf Widersprüchliches hinweisen in seinem Wirken. Z.B. wenn die Rede von traurigen Dingen ist und wir kein Anzeichen des Betroffenseins merken.



### Grundsätzliches in Bezug auf das EL:

Wenn wir beobachten, dass ein Gesprächspartner sehr dominant ist in seinen Ansichten bzgl. dessen, was zu sein hat oder was zu tun ist, dann befindet er sich höchstwahrscheinlich in einer starken, vielleicht festgefahrenen Position seines EL<sub>2</sub>. "Als Christ/Katholik muss man unbedingt...." Es besteht die Gefahr, dass wir als Ansprechpartner in Konkurrenz/Rivalität zu der geäußerten Meinung oder Haltung treten, eventuell eine noch stärkere EL Position beziehen. "Nein nur so..... kann das Christ sein richtig gelebt werden". Oft endet ein solches Gespräch in unbefriedigender Auseinandersetzung darüber, wer ‚mehr ‚recht‘ hat. Gewöhnlich bleiben die beiden EL Positionen als Kontroversen unbefriedigt nebeneinander stehen.

Nach den TA Vorstellungen ist so jemand meist identifiziert mit den dominanten Einstellungen eines verinnerlichten Menschen oder eines Familiensystems. Diese haben sich einmal in solcher Weise behauptet. Wenn wir als Gesprächspartner der Meinung sind, dass eine Übertreibung oder Rigorosität vorliegt, nützt es nichts, in Rivalität zu dieser Haltung zu gehen. Um jemanden auf die Spur einer Einsicht zu bringen, gehen wir besser so vor, bei ihm die Erinnerung kommen lassen, wer oder was früher einmal so fordernd/autoritär gesprochen hat. Das bewirken Fragen der Art:

- Woher haben Sie diese Meinung oder die feste Position?
- Gibt es jemand, von dem sie übernommen wurde? Hat diese Person die Sache auch so vertreten wie Sie?
- Klingt so, als müssten Sie jemand oder etwas verteidigen, oder mit jemandem loyal sein?
- Fühlen Sie jemandem oder einer Gruppierung verpflichtet?

Wird jemandem bewusst, dass er in einer Frage genauso rigoros ist wie..., dann löst diese Entdeckung nicht gleich die Identifikation auf. Es wird für unser Gesprächsanliegen jedoch deutlich, dass diese Person mit einem verinnerlichten Vorbild sehr identifiziert ist. Als Gesprächsstrategie für uns heißt dies, dass an der Verinnerlichung im EL<sub>2</sub> gearbeitet werden sollte und nicht auf der Ebene der vertretenen Sachposition. Das kann folgendermaßen gemacht



werden:

- Es lässt sich nachfragen, ob es in der Vergangenheit nicht auch andere Personen gab, die eine moderatere Position vertreten haben. "Wie hat denn in dieser Sache ... Ihr/ Ihre ... gedacht oder sich verhalten?"
- Wir können die rigorosen Positionen der verinnerlichten Person entschärfen, indem wir plausible Gründe anführen, die damals für eine solche Position galten, aber jetzt nicht mehr aktuell sind. Damit schaffen wir Verständnis für frühere Umstände und geben Raum, heute einer anderen Situation entsprechend zu denken oder sich zu verhalten.
- Es lassen sich aus dem Heute vertrauenswürdige Menschen nennen mit anderen Ansichten, die als mögliche Vorbilder zur Verinnerlichung angeboten werden.

Dies sind wiederum Vorgehensweisen aus unserer ER-Haltung. Durch solches Fragen und Herstellen von Zusammenhängen bieten wir dem EL<sub>2</sub> eines Gesprächspartners Inhalte und Personen an, die entschärfen. D.h. es vermindert sich ein Druck der Verinnerlichungen im EL<sub>2</sub>.

### **Grundsätzliches in Bezug auf das K:**

Die Äußerungen des K bestehen in der Kundgabe von Gefühlen, Empfindungen, seelischen Regungen positiver wie negativer Art. Es ist in jeder Form von Gespräch bedeutsam, die beobachteten seelischen Regungen zu spiegeln. Wir geben dem Gesprächspartner kund, dass wir aufmerksam auf ihn eingestellt sind.

- Ich sehe, wie es Ihnen im Augenblick geht.
- Ich kann gut nachempfinden, dass Sie das verletzt, ärgert.....
- Sie dürfen dieses Gefühl haben. Es ist in Ordnung.
- Das bewegt auch mich, was Sie berichten.

Nehmen wir Erlebenszustände oder Gefühlsregungen wahr, die überdimensioniert sind, oder die nicht zum Gesprächsthema passen bzw. zum Thema unverhältnismäßig groß oder gering sind, dann sollten wir dies aufgreifen und dem Gegenüber bewusst machen. Auch hier dürfen wir zurückspiegeln, manchmal auch konfrontieren, was wir sehen und nachfragen, warum der Gesprächspartner jetzt emotional so reagiert. Z.B.: "Für mich ist diese... (kirchliche oder religiöse Sache) nicht so störend, aufregend..., wie ich es bei Ihnen sehe. Bei mir löst sie Empfindungen aus wie ..."

Hören wir Klagen und Jammern, die aus dem Bereich des K stammen, wie:

- Ich bin nichts wert, kann nichts; mich mag niemand;
- Ich verzweifle noch am eigenen Dasein; wenn ich nur nicht mehr hier wäre;
- Resignation: mir geht immer alles schief; warum muss mir das immer passieren? Wir sind dann als Dialogpartner leicht geneigt, das Gegenteil zu behaupten:
- Das stimmt doch gar nicht. Das meinen Sie nur.
- Schauen Sie, wie viele Menschen Sie schätzen!
- Wieso jammern ausgerechnet Sie, wo Sie doch so viel erreicht haben.

Richtigstellungen, versuchte Tröstungen oder Zurechtweisungen nützen gewöhnlich nur für einen Moment. Sie können das dahinter liegende 'Leiden' nicht auflösen. Jammern ist ein klassischer

Erlebniszustand, der darauf hindeutet, dass in den tieferen Schichten des  $K_2$  eine Schädigung passiert ist. Ein nicht gestilltes, wichtiges Bedürfnis aus früherer Zeit verbirgt sich oft hinter Klagen und Jammern.

Ihre Entstehung können wir uns so vorstellen: Das  $EL_1$  im  $K_2$  hat einmal eine länger andauernde Frustration transformiert z.B. in einen Glaubenssatz: "Du bist nichts wert und wirst es im Leben zu nichts bringen". Oder es hat eine solche Botschaft verbal bzw. atmosphärisch aufgenommen und festgehalten. Eine gegenwärtige Frustration sogar von geringem Ausmaß reaktiviert die 'alte' Wunde. Diese meldet sich dann (unbewusst) zu Wort in Formen von Jammern, Verzweiflung, Rückzug, negativen Gefühlen und Ansichten bzgl. seiner selbst oder der Welt insgesamt.

Wenn im Zusammenhang mit Gläubigsein geklagt wird über Unvermögen, legt es sich nahe, daran zu denken, dass hinter den jetzigen Äußerungen frühe Enttäuschungen oder alte kindliche Entbehrungen liegen können. Religiöses Reden von Gott in seiner personalen Bezeichnung, 'Vater' kann z.B. auslösender Stimulus werden für den erlebten Verlust/Weggang des wichtigen leiblichen Vaters. Oder es erwacht die Sehnsucht nach seinen früher vermissten Schutz.

Emotionale Erlebenszustände, die keine angemessene Reaktion auf das Hier und Jetzt sind, haben gewöhnlich mit alten, negativen Erlebnissen zu tun. Hier entwicklungspsychologisch zu denken, entlastet uns als Gesprächspartner von der Anstrengung, helfende Ideen finden zu sollen gegen diese wiederkehrenden Muster von Gemütszuständen. Bei Phänomenen der genannten Art hilft in der Regel nur ein professioneller (therapeutischer) Umgang weiter, der darauf angelegt ist, die gegenwärtigen Erlebenszustände zurückzuführen in den Kontext ihrer Entstehungsgeschichte.

Als Faustregel gilt: Die aus dem  $K_2$  stammenden, störenden Emotionen können, weil sie meistens in früherer Zeit grundgelegt wurden, nur durch professionellen Umgang verändert werden.

### **Über den Zusammenhang der Dynamiken von $EL_2$ und $K_2$ :**

Das  $ER_2$  hat in unserer Persönlichkeitsstruktur auch die Funktion einen Ausgleich zu schaffen zwischen dem  $EL_2$  und dem  $K_2$ , gleichsam zwischen beiden zu moderieren. Wenn jedoch ein 'Übergewicht' an Energie in den beiden anderen Programmen vorherrscht, dann kann das  $ER$  seiner Funktion nur schlecht nachkommen. Wir als Gesprächspartner können uns als Anwalt dafür verstehen, dass das  $ER$  des Ratsuchenden zu einem Funktionieren gelangt. Wir stellen im Gespräch gleichsam unser  $ER$  zur Verfügung (mit Fragen, Informationen, Korrekturen), um beim Gegenüber die Energie in das eigene  $ER$  zurückzugewinnen.

Wenn z.B. Menschen von großen Belastungen und Ängsten bzgl. Gott reden, seine Strafen fürchten u.ä., dann kann ein Erklärungsgrund darin liegen, dass in ihrem  $EL_2$  Verinnerlichungen da sind, die mit Macht, Druck, Unterwerfung, Gehorsam zu tun haben. Diese Speicherungen müssen nicht unbedingt einen Zusammenhang mit Religiosität haben.

Die autoritative Macht, die Verinnerlichungen im  $EL_2$  haben, kann verursachen, dass Ängstlichkeit, gedrückt sein, ein gewisses Maß an Traurigkeit, Lustlosigkeit u.ä. Empfindungen im  $K_2$  gespürt werden. Wir dürfen uns das so vorstellen, dass die verinnerlichten Gehalte intrapsychisch einen Druck auf das  $K_2$  ausüben. Wenn es gelingt, Teile der beeinflussenden  $EL_2$  - Verinnerlichungen zu entkräften, geschieht es, dass sich das  $K_2$  insgesamt freier und wohler fühlt. Andere Gefühlsqualitäten kommen auf wie z.B. Entlastung, größere Zufriedenheit. Wenn Menschen uns sagen: "Es hat mir gut getan, was Sie mir da gerade gesagt haben", dann ist sehr wahrscheinlich eine solche Entlastung zwischen  $EL_2$  und  $K_2$  passiert.

Wir als Glaubensgesprächspartner können bis zu einem gewissen Maß relativierenden Einfluss nehmen auf verinnerlichte Normen und Personen des EL<sub>2</sub>. Deren Macht kann durch sog. Entlastungstransaktionen entschärft werden. Aus unserem ER stellen wir die rigorosen Einseitigkeiten richtig oder mildern sie ab. Z.B.:

- indem man die Bedeutung der verinnerlichten Personen in einen früheren Kontext stellt und ihn für heute abmindert. "Ihr Vater hatte sicher keine andere Möglichkeit als sich in strenger Unterordnung zu fügen. Sie brauchen nicht festhalten an seiner Art zu leben. Sie sind nicht in den gleichen Verhältnissen."
- Oder indem man aufzeigt, dass der Klient einmal bestimmten Einflüssen/Personen/Systemen (wehrlos) ausgesetzt war. Heute aber kann er selber festlegen, welche Autoritäten er für sich anerkennen will.
- Manchmal ist auch eine deutliche Zurückweisung einer verinnerlichten Person nötig. "Ihr .... (z.B. Vater usw.) hatte kein Recht, Sie mit seinen Ansprüchen so zu unterdrücken, Ihnen das ... zu verbieten." Oder: "Darin hat Ihnen jemand Unrecht getan und was geschehen ist, wurde bisher nicht oder zu wenig als Unrecht deklariert."

Mit solchen behutsamen Relativierungen von verinnerlichten Dingen im EL<sub>2</sub> können wir in manchen Fällen zu einer Befreiung im K<sub>2</sub> verhelfen. Mancher innerseelische Druck lässt nach und freiere Emotionen können sich im K<sub>2</sub> rühren.

Ein weiteres Phänomen begegnet uns im Gespräch: Menschen zeigen ein hohes Maß an Aggressivität gegen Gott oder Religiosität. Hier bringt das K<sub>2</sub> ein hohes Maß an Energie auf gegen religiöse Themen. Nach dem Personkonzept der TA gilt hier das gleiche Gesetz. Das K<sub>2</sub> wehrt sich vehement gegen Bilder und Muster, die im EL<sub>2</sub> verinnerlicht sind und aus früheren Erfahrungen stammen. Der Unterschied ist, dass hier das K viel Energie gegen die Verinnerlichtungen hat, es rebelliert. Ähnlich wie bei der Resignation führt es im Gespräch nicht weiter, wenn wir gegen die aggressive Energie angehen. Es ist manchmal von Nutzen, die hohe Energie, die aufgebracht wird, zurückzumelden, sie zu spiegeln und sie auch in gewissem Maß anzuerkennen:

- Ich sehe, wie sehr sich etwas in Ihnen wehrt gegen ...
- Sie haben sich stark abgegrenzt gegen... und ich nehme es zur Kenntnis. Sind Sie dennoch bereit zu hören, was ich in dem Punkt... vertrete?

Eine gewisse Anerkennung der Rebellion beruhigt zunächst einmal und eröffnet eventuell die Chance, für eine Hörbereitschaft. Eine Sache nun inhaltlich darstellen, bietet sich erst an, nachdem die hohe Energie im K<sub>2</sub> anerkannt wurde.

Menschen gehen häufig in resignierten Rückzug oder in Rebellion/Aggression gegen Religiöses, weil sie Einflüssen ausgesetzt waren, die sie in ihrem Selbstwertgefühl oder in ihrer Eigenentfaltungen gehemmt haben. Ihre Gesamteinstellung oder ihr Bezug zu Teilen des Religiösen ist dann immer noch bestimmt, von den damaligen Erlebnissen. Hier kann das Gespräch wie ein reinigender Filter wirken. Früher 'Getrübt' kann durch die Gesprächsbegegnung, 'enttrübt' werden.

Spüren wir allerdings einen hartnäckigen Widerstand gegen die Annahme solcher Entlastungstransaktionen, ist es ratsam, an eine Beendigung des Gesprächs zu denken. Hier legt sich der Verdacht nahe, dass mit religiösen Schwierigkeiten ein Widerstand gegen etwas verbunden ist. Es ist keine 'Niederlage' für uns als Gesprächspartner einzugestehen, dass wir

manchmal an die Grenzen der Möglichkeiten kommen, durch Gespräch weiterzuhelfen.

### **Abschließende Gedanken**

Der Psychotherapeut Tilmann Moser hat 1976 einen autobiographischen Bericht veröffentlicht: "Gottesvergiftung". Darin beschreibt er, wie Gott für ihn als Kind der strenge Herr war, (siehe bei Mt 25, 24) der viele ängstigende Phantasien in ihm auslöste. Gott wurde für T. Moser zum "Gift" in seiner kindlichen Seele. Sie verfiel in eine schlimme Leidensgeschichte mit ihm. Die Seele wieder zu reinigen von den vergiftenden Bildern, Vorstellungen war bei T. Moser ein schwerer therapeutischer Weg.

Das Glaubensgespräch, in das wir uns mit suchenden, verunsicherten Menschen einlassen, hat auch eine weiter helfende Funktion. In ihm bieten wir Menschen nährende und freimachende Gedanken, Bilder und Vorstellungen von Gott an, die auf das gläubige Existenzempfinden rückwirken.

Nach den Ausführungen des II. Abschnittes können wir sagen: Wir nehmen durch unsere Kommunikation Einfluss auf die einzelnen Ich-Zustände, die unser Wirklichkeitserleben ausmachen.

Das Gespräch ist ein Beziehungsgeschehen. Wir kennen die Erfahrung, dass wir aus einem Gespräch gestärkt, hoffnungsfroh oder mit einer neuen Perspektive herausgehen. Miteinander reden:

- durchleuchtet die Wirklichkeiten, in denen wir leben
- verändert die Sichtweisen der Wirklichkeiten um uns
- schafft neue Formen des Erlebens von Wirklichkeit.

Dass wir als Menschen die Sprache haben und wie wir miteinander sprechen, bildet die je individuelle Weise von unserer Wirklichkeit ab. Gottes Wirklichkeit nimmt uns nichts von unserem Lebensraum weg. Im Gegenteil! Das Beziehungsverhältnis zu ihm erschließt uns Lebenswirklichkeiten, die gut tun und uns weiterbringen. Gott steht unserem Leben nicht im Weg; aber viele Verinnerlichungen, die wir in uns tragen, tun es sehr wohl.