

## „Das ist ja nur Spaß!“ Spielen und das Erleben von Beziehungskonflikten.

Sigmund-Freud Stiftungsprofessur  
für psychoanalytisch orientierte Entwicklungspsychologie

Antrittsvorlesung an der Fachhochschule Potsdam, 13.10.2006

Prof. Dr. H. Staats

„Spielen und Spiel“ – ich nehme an, da fällt Ihnen schnell etwas zu ein: Fußballspiel, Kinderspiel, Liebesspiel, Vorspiel, Nachspiel, falsches Spiel – beim „Spielen“ klingt immer ein deutlicher Beziehungsaspekt mit an.

Und mit diesem Beziehungsaspekt sind zwei unterschiedliche, ja gegensätzliche emotionale Einstellungen verbunden:

Eine idealisierende: Spielen ist hier mit Kreativität, Lust, Freiheit, selbstbestimmter Versunkenheit in eine Aufgabe verknüpft – ein romantisches Konzept, das z. B. Friedrich Schiller (1795) mit der Aussage auf den Punkt brachte: „Der Mensch ist nur da – ganz – Mensch, wo er spielt“ (Briefe zur ästhetischen Erziehung, 15. Brief) - das heißt da, wo er sich – frei von den Mühen einer Bewältigung des Alltags – ganz seiner Lust am Leben von Beziehungen hingeben kann.

Eine andere Vorstellung entwertet das Spielen: Philosophen und Erzieher seufzen über die verpassten Chancen einer – angeblich - „unsystematischen“ Erziehung kleiner Kinder. Junge Mütter spielen und tanzen mit ihren kleinen Kindern, reden in komischer Sprache und merkwürdigem Singsang zu ihnen. Wäre es da nicht besser, frühzeitig und systematisch mit dem Lernen zu beginnen? „Was“, so lautet einer dieser Seufzer, „könnte ein systematisch vorgehender Lehrer nicht alles erreichen in dieser frühen, so lernbereiten Zeit?“

Und in dieser Zeit kann – und will – viel gelernt werden.

### **Pädagogik**

Bei der aktuellen Diskussion um PISA, Kindergartenplätze und Fremdbetreuung kleiner Kinder stehen wir also in einem traditionsreichen Diskurs.

Und in einem wichtigen: Ich habe in England an einer Schule mein Abitur gemacht, für die Nelson Mandela die Schirmherrschaft übernommen hat. Als „Patron“ hat er uns Schülern und den Lehrern damals geschrieben. **„Education is the most powerful weapon which you can use to change the world“**

Wie kann eine solche Erziehung zur Veränderung der Welt - der großen, aber auch der inneren Welt eines Menschen - aussehen? Worauf ist zu achten?

Wir wissen heute um die

- Bedeutung der ersten Lebensjahre für das Lernen. Pädagogisch, medizinisch und neurobiologisch vielfach abgesichertes Wissen;
- die Wichtigkeit von Beziehungen für das Lernen von Stoff in der Schule oder im Kindergarten. Lehrer, mit denen Sie gut konnten, bei denen war auch das Fach interessant, und da haben Sie etwas gelernt.

Gute Beziehungen sind aber nicht nur wichtig, weil Sie dann besser Mathematik lernen können; sie sind auch wichtig, weil Sie an ihnen gute Beziehungen lernen - und damit die mehr oder weniger erfolgreiche und glückliche Bewältigung des Lebens.

Kinder lernen immer. Sie lernen die Beziehungen, die wir ihnen vorleben und auch die, die sie im Fernsehen oder vor dem Computer erleben..

- Ich möchte Ihnen auch zeigen, wie wichtig das Spielen für die Entwicklung von Beziehungen ist, für das Lernen von Beziehungen und für die Bewältigung von Konflikten.
- Und ich ziehe dann auch einige Verbindungen zur Arbeit mit Erwachsenen in Beratung, Rehabilitation und Therapie. Kann man auch mit Erwachsenen spielen? Nutzt das – noch - was?

Ich habe zur Bedeutung der ersten Lebensjahre ein Zitat aus einer aktuellen Studie ausgesucht, der Longitudinalstudie zur Genese individueller Kompetenzen (LOGIK).

“Unterschiede zwischen Kindern, die beim Lernen mit 3 oder 4 Jahren gemessen wurden, bestehen noch weitgehend mit 23 Jahren....

Wir müssen die frühe Phase des Lebens sehr viel ernster nehmen. Die Jahre vor der Schule sind die prägendsten für die Entwicklung eines Menschen. Hier müssen wir Defizite erkennen, hier muss Förderung einsetzen. Geschieht das nicht, scheinen die Pfade des Lebens ziemlich vorbestimmt. --- und im Zitat nahtlos anschließend -

Bei der Rechtschreibung zeigt sich das besonders.“ (Schneider 2006, Die Zeit)

Die frühe Phase des Lebens ernst nehmen. Wenn Sie sich den Satz zur Rechtschreibung wegdenken und auch die Möglichkeiten einer Psychotherapie im späteren Leben außer acht lassen – dann passt diese Formulierung auch zu Beiträgen der Psychoanalyse zur Pädagogik. Deren Aufmerksamkeit für die ersten Jahre des Kindes, für die frühen und prägenden Beziehungserfahrungen und die mit ihnen verbundenen Konflikte wurde schon angesprochen. Solche Konflikte sind überwiegend nicht bewusst – das Kind kann das nicht beschreiben, was es da lernt.

Da geht es dem Kleinen wie Ihnen: Auch Sie können nur teilweise die Grammatik beschreiben, nach der sie sprechen – obwohl Sie deren Regeln selbstverständlich und fehlerfrei nutzen. So ist das auch mit dem Lernen von Beziehungen. Es ist das Spiel des kleinen Kindes mit seiner Mutter, mit Vater, mit anderen Kindern und mit Bezugspersonen außerhalb der Familie, in dem Beziehungen erlebt und von Beginn des Lebens an vom Säugling **aktiv** gestaltet werden. Die kommunikative Kompetenz kleiner Kinder und ihre rasante Entwicklung hat einen eigenen Zauber.

Sie können gar nicht gut anders, als mit einem kleinen Kind in Beziehung zu treten. Beziehungen gestalten ist eine erste Kompetenz des neugeborenen Kindes. Und es wird **Sie** jetzt und später, seinem Alter und seiner Wachsen entsprechend, in neue und wieder neue Spiele hineinziehen.

### **Beziehung, Bindung, Übertragung**

Vielleicht ist es ganz gut, zunächst noch einmal auf die Bedeutung von Beziehungen für Sie , für mich, für uns hinzuweisen. Ich meine hier nicht **Ihre** “Beziehung” – auch wenn das eine wichtige Ressource der Unterstützung in Krisen sein kann. Die Qualität der Partnerschaft hat bei vielen Erkrankungen eine höhere Vorhersagekraft für die Lebensdauer als im engeren Sinn medizinische Variablen.

Wenn ich hier von der Bedeutung von Beziehungen spreche, ist die Art der Verbindung zu anderen Menschen, zur Welt und auch zu sich selbst gemeint – z. B. ein Vertrauen in andere und in sich selbst, ein Gefühl des Aufgehoben seins in der Welt, das Wissen darum, von anderen Unterstützung und Hilfe erwarten zu können. Hier finden sich die entscheidenden Ressourcen zur Bewältigung von Belastungen und Konflikten. Beziehungen sind zugleich

auch die wesentliche Quelle von Belastungen und Konflikten – unglückliche Muster können sich wiederholen, man kann an ihnen verzweifeln, den Ausstieg aus einem Muster nicht alleine finden. Wir leben in Beziehungen. Beziehungen sind unser Leben.

Kein Wunder dann, dass das Neugeborene in einer idealen Weise auf das Lernen von Beziehung vorbereitet ist!

### **Entwicklungspsychologie**

Die “Unreife” des menschlichen Säuglings – medizinisch ausgedrückt, seine “physiologische Frühgeburt” ist lange vor allem unter dem Gesichtspunkt eines Defizits gesehen worden. Ein neugeborenes Kind kann nicht viel allein – nicht laufen, nicht essen, nicht weit sehen, nicht “richtig” sprechen. Es ist existentiell auf die Beziehung zu anderen Menschen angewiesen, zuallererst zu seiner Mutter. Der Kinderarzt und Psychoanalytiker D. Winnicott hat diese besondere Beziehung auf dem Punkt gebracht mit der Formulierung: “There is no such thing as a baby”. Es gibt kein Baby – es gibt nur die gemeinsame Zweieinheit von Säugling und Mutter; manchmal auch von Säugling und Vater. Das gibt den Beziehungen in den ersten Lebensjahren ihre besondere Bedeutung.

Und in der Gestaltung dieser Beziehung hat das Neugeborene schon früh einen ganz aktiven Part. Es gestaltet etwas, was wir als Spiel betrachten. Ein Spiel mit der Musik der Kommunikation, mit Rhythmus und Melodie, einem Sich Einstimmen auf den anderen. Muster werden gegenseitig erkannt, aufgenommen, in andere Modalitäten übersetzt – Melodie in Bewegung, Bewegung in Sprache. Wie bei zwei improvisierenden Musikern entsteht das Entzücken darüber, dass und wie der andere ein eigenes Muster aufnimmt, verändert, wieder zurückgibt. Die abschätzig gemeinte Beschreibung von Müttern, die mit ihren Kindern “tanzen”, statt ihnen etwas systematisches beizubringen – sie bekommt jetzt einen ganz anderen Sinn: Dieser “Tanz”, dieses fein abgestimmte, genussreiche wechselseitige Spiel, das ist das, was Säuglinge in dieser frühen Zeit lernen und lernen sollen. Sie lernen in der Beziehung zur Mutter, und das ist zugleich ein Lernen von Beziehung.

Die physiologische Unreife des menschlichen Gehirns, in dem unterschiedliche Areale unterschiedlich schnell reifen und bis zum Abschluss der Pubertät in das Spiel eingreifen – sie ermöglicht die Anpassung des Menschen an die vielen unterschiedlichen Bedingungen, die er in seiner Umwelt vorfindet.

Das Gehirn übernimmt hier die Funktionen eines sorgsam Lehrers: Aus der verwirrenden Vielfalt an Informationen nimmt das Gehirn zunächst einfache Muster wahr: Erfahrungen, “gehalten” zu werden oder “fallen gelassen”, etwas “bewirken” zu können im anderen, oder nicht, sich einem Menschen “sicher und selbstverständlich verbunden” zu fühlen, oder von Anbeginn an für eine solche sichernde Bindung kämpfen zu müssen.

Der Ulmer Psychiater und Gehirnforscher Manfred Spitzer (2002) beschreibt anschaulich die zeitverzögerte Reifung bestimmter Funktionen unseres Gehirns. Dieses aufeinander aufbauende Eintreten von Funktionen mutet uns spezifisch und zeitgerecht das an Informationen zu, was wir auf dem Boden bisher gemachter Erfahrungen neu lernen können.

Dies ist ein bemerkenswerter und faszinierender Aspekt der menschlichen Entwicklung. Er führt dazu, dass aus der Fülle der Informationen zunächst die basalen und dann die komplexeren Muster erlebt werden. Wenn das gut läuft, ist das für das Lernen eine optimale Grundlage. Allerdings bedeutet sie auch, dass bestimmte Erfahrungen – vor allem in den ersten Lebensjahren – zu späteren Zeitpunkten nicht mehr oder nur noch eingeschränkt nachgeholt werden können. Ein Kind, das gelernt hat, sich „Sicherheit“ in Beziehungen durch aktive Anstrengung zu erarbeiten, kann das basale Gefühl eines „Urvertrauens“ kaum noch erwerben. Es kann einen basalen „Mangel“ daran mit komplexen Techniken umspielen und

tut das auch meist. Es gibt also zeitliche „Fenster“ für die Entwicklung von Fähigkeiten. Therapeuten und Berater müssen sich in ihrem Vorgehen, in ihrer Technik, bei bestimmten Störungen auf dieses „Umspielen von Mangelzuständen“ einstellen.

Ein vernachlässigtes Kind kann lernen, die eigenen unglücklichen Muster zu reflektieren und zu umschiffen. Das bleibt aber – zumindest bei schweren Vernachlässigungen - etwas anderes als ein selbstverständliches und sicheres Gefühl einer Verbindung zu anderen Menschen. Die Bereitschaft, mit Gewalt zu reagieren, oder die, Belastungen und Konflikte in körperlich anmutende Erkrankungen umzusetzen, beide entstehen früh in der Kindheit. Sie sind späteren Interventionen nur noch begrenzt und mit viel Aufwand zugänglich. Ich gehe auf einen Aspekt der psychoanalytischen Behandlung dieser Störungen später noch ein. Die hier skizzierten Zusammenhänge betonen aber die hohe Bedeutung einer früh einsetzenden präventiven Arbeit, wie sie hier am Familienzentrum geleistet und gelehrt wird. Eltern lernen dieses Spielen meist von selbst; und wenn sie das nicht tun, in der Regel mit wenig Hilfe. Für diese Art des Tanzens sollten wir Zeit erhalten zwischen Mutter und Kind.

Kinder, die in den ersten zwei Lebensjahren nicht von ihrer Mutter betreut werden, brauchen in ihrer Krippe ausreichend kleine Gruppen, eine Konstanz der Beziehungspersonen und eine hohe Qualität ihrer Erzieherinnen. Die Kinder lernen auch dort von diesem Tanzen und Spielen – die Qualität der Betreuung in den ersten Jahren hat Folgen. Und spielen geschieht mit dem frisch „geschlüpften“ Säugling zunächst in einer nahen Zweiersituation – „face to face“ in der Säuglingsbeobachtung: Kleine Gruppen für die nötige Zeit, Konstanz und Qualität der Erzieherinnen, damit die gut genutzt werden kann.

„Frisch geschlüpft“ höre ich jetzt öfter. Wie finden Sie das?

Da wird dem Säugling mehr Aktivität und Kompetenz zugesprochen als etwa mit einem „gerade geboren“. Die Sicht auf Säuglingen und kleine Kinder als aktive, beziehungsuchende und kompetente Wesen schlägt sich schon alltagssprachlich nieder. Da ist Martin Dornes (1993, 2004) ist mit seinem **Bestseller** „Der kompetente Säugling“ eine breite und anspruchsvolle Vermittlung dieses Wissens gelungen.

Säuglinge und Kinder lernen in diesem Spielen, in diesem Tanz. Sie entwickeln ein Gefühl für sich, für den anderen und für die Qualität des Miteinander, für **Bindung**. Mit der Beobachtung eines eigenständigen Bedürfnisses nach Bindung hat Bowlby (1969) Einfluss auf unser Wissen um die Entwicklung kleiner Kinder genommen. Unterschiedliche Bindungstypen lassen sich bereits im zweiten Lebensjahr von Kleinkindern beschreiben. Diese Bindungsmuster können mit elterlichem Verhalten und Interaktionen in der Familie verbunden werden. Eine „sichere“ Bindung scheint einen gewissen Schutz bei Belastungen im späteren Leben zu bieten. Bestimmte Formen unsicherer Bindung – nicht alle - gehen mit einem erhöhten Risiko für das Auftreten von Störungen über die gesamte Lebensspanne einher.

Sie könnten hier kritisch fragen, ob eine „sichere Bindung“ denn ein Wert an sich ist. Wieso denn? Kriecht hier nicht ein normatives, wenig „analytisches“ Denken ein – sichere Bindung ist gut, unsichere Bindung ist schlecht?

Wieso bietet eine sichere Bindung an die Mutter oder den Vater oder eine Erzieherin einen gewissen Schutz, auch wenn die Bindungspersonen lange verblichen sind und der Kindergarten Jahrzehnte zurück liegt?

Der Londoner Bindungsforscher Peter Fonagy hat die Fähigkeit von Eltern, ihr Erleben in einer bestimmten Weise reflektieren zu können, als eine zentrale Ressource der Entwicklung von Kindern beschrieben (Fonagy, Gergely, Jurist, Target, 2002). Bindung ermöglicht es den Kindern, diese Art der Reflektion angstfrei zu lernen. Innerhalb einer sicheren Bindung macht

es Spaß, den anderen und sein Denken spielerisch und intensiv zu erkunden. Dieses Sicherheitsgefühl färbt die Umwelt eines Kindes so ein, dass es sich in Beziehung mit Mutter, Vater und Erzieherin aufmerksam betrachten kann. Bindung ist – so Fonagy und Mitarbeiter – kein normativ anzustrebendes Ziel an sich; es ist ein Mittel zum Zweck. Und der Zweck ist ein Erwerb von Fähigkeiten, die als Triangulierungskompetenzen, oder, wie Fonagy sagen würde, als „Mentalisierungsfähigkeit“ beschrieben werden. Auf die Entwicklung dieser Fähigkeit gehe ich ausführlicher ein. Sie ist für Kinder und Eltern langfristig so wertvoll.

In Untersuchungen zu Bindung, Mentalisierung, Triangulierung wird die Bedeutung der erzieherischen Kompetenz der Eltern betont. Eltern, die selbst unglückliche Erfahrungen in ihrer Kindheit gemacht haben, müssen diese nicht zwangsläufig an ihre eigenen Kinder weitergeben – dann nicht, wenn sie diese Erfahrungen in einer guten Form “verarbeitet” haben, gut „mentalisieren“ und „triangulieren“ können. Eltern und ErzieherInnen können etwas tun.

Aber: Nicht alles liegt an den Eltern. Kinder sind unterschiedlich, schon wenn sie auf die Welt kommen. Dieses kognitive Wissen wird zu einer tief verankerten Erfahrung **der** Eltern, die mehrere Kinder in ihrer Familie aufwachsen sehen. Kinder haben unterschiedliche Temperamente und machen unterschiedliche Beziehungsangebote. Nicht jedes Angebot der Mutter oder des Vaters ist passend genug, um ein Spiel zu beginnen. Nur ein zur Situation und zu diesem Kind passendes Angebot der Eltern löst eine beglückende Reaktion und ein gemeinsames Spielen aus. Nicht passende Angebote schaffen Distanz zwischen der inneren Welt des Kindes und seinen Bezugspersonen.

Es liegt also nicht alles in den Händen den Eltern. Braten (1992), ein norwegischer Entwicklungspsychologe, dessen Arbeiten in Deutschland wiederum durch Dornes (2006) bekannt geworden sind, beschreibt Beziehungsstrukturen als angeborene Muster. Kinder kommen schon mit vorbestehenden Beziehungserwartungen, mit Präkonzeptionen zu einem „anderen“ auf die Welt. Sie treten in das Leben ein und weisen ihrem Gegenüber eine Rolle in ihrem Spiel zu. Braten spricht vom „virtuellen Anderen“ (zit. nach Dornes, S. 85) in der inneren Welt des Kindes, „der die Mutter als den tatsächlich anderen im wechselseitigen Dialog erwartet und willkommen heißt“. Mutter und Vater treten in eine vorbestehende Beziehungserwartung ihres Kindes nur ein – sie erzeugen sie nicht selbst. Kinder bringen unterschiedliche Spielregeln mit auf die Welt. Eltern – auch Pädagogen - können diese Spielregeln lernen und in Grenzen modifizieren. Sie können sie aber nicht ohne Schaden außer Acht lassen.

Möglicherweise ist diese Gedanke nicht so einfach nachvollziehbar. Sollen wir uns einen Säugling tatsächlich so vorstellen wie ein frisch geschlüpftes Küken, das vom Wasser und vom Schwimmen weiß und vor der Silhouette eines Raubvogels erschrickt?

Ja, es spricht einiges dafür, sich den kompetenten Säugling in seiner Spezialdisziplin „Beziehungen“ so vorzustellen.

Wie lassen sich solche unbewussten Muster wissenschaftlich erfassen?

Ich bin auf den teils erworbenen, teils wohl aber auch genetisch mitbestimmten Bindungsstil schon eingegangen. Der „virtuelle Andere“ des Kindes und des erwachsenen Menschen prägt aber natürlich nicht nur das Bindungsverhalten. Psychoanalytiker sprechen umfassender von Übertragungen und Übertragungsbereitschaften eines Menschen – seiner individuell spezifischen Sicht, Informationen in Beziehungen eine Bedeutung zu geben, einen Sinn.

## Übertragung

Auf diese – wieder überwiegend nicht bewussten – individuellen Regeln für Beziehungsspiele gehe ich jetzt etwas ausführlicher ein.

Diese „Übertragungsbereitschaften“, diese automatisch ablaufenden Sinngebungen von Verhalten, kann man nicht direkt erfragen. Wie die Grammatik sind sie allenfalls teilweise bewusstes Wissen.

Beziehungsmuster können aber in Erzählungen von Menschen über ihre Interaktionen mit anderen Menschen zuverlässig bestimmt und gemessen werden. Solche Erzählungen über Interaktionen mit anderen Menschen, sogenannte „Narrative“ kommen in Gesprächen im Alltag oder in Beratungen und Therapien regelmäßig und spontan vor. Bereits bei 6 Wochen alten Säuglingen gibt es vokale Interaktionen zwischen Kind und Mutter, die narrativ gegliedert sind (Trevorthen 2003) – mit einer Einleitung, der Entwicklung eines Motivs, dem dramatischen Höhepunkt und einem Schluss. Hier bilden sich in Interaktionen basale Muster von Erzählstrukturen ab – und hier wirkt, so könnte man folgern, der reale Andere auf das Bild des „virtuellen Anderen“ ein. Mütter nennen das auch so: „Mein Kind erzählt!“.

Wie wirkt sich so etwas im späteren Leben aus? Stellen Sie sich vor, Sie sind in einem Beratungsgespräch und Ihre Klientin erzählt Ihnen vom Beginn des Tages ein Narrativ:

„Mein Mann und ich saßen beim Frühstück. Er las die Zeitung. Ich fragte ihn: „Warum unterhalten wir uns nicht?“ Er sagte: „Schlag Du doch ein Thema vor.“ Und ich dachte: „Was ist er nur für ein Ekel!“

Auf dem Hintergrund dessen, was Sie bisher gehört haben, könnten Sie so etwas wie den späten Widerhall einer – vielleicht oft wiederholten – Interaktionserfahrung wahrnehmen: Die Klientin sucht Kommunikation; sie trifft auf jemand, der ihr ganz die Initiative überläßt. Und sie zieht sich enttäuscht und mit einer Abwertung des Anderen zurück.

Wenn Sie ein Stück weit psychoanalytisch denken, werden Sie sich vielleicht auch fragen, warum Ihnen diese Klientin jetzt gerade diese Geschichte erzählt. Sie könnten dann prüfen, ob dieser Frau diese Geschichte gerade jetzt assoziativ in den Sinn kommt, weil die augenblickliche Situation sie an diese Erfahrung erinnert. Sind Sie als Beraterin oder als Berater auch zu zurückhaltend für diese Frau? Erlebt sie **Sie** ähnlich wie den Ehemann damit als zurückweisend? Besteht die Gefahr, dass sie nicht mehr viel sagen, aber sich zurückziehen wird? Und: Sind Sie dann nicht mehr nur das virtuelle „Ekel“, sondern ein ganz reales für die Klientin?

Luborsky (1988, 1984) hat eine wissenschaftlich und didaktisch nutzbare Methode entwickelt, Übertragungen und Übertragungsbereitschaften in psychoanalytischen Therapien zu bestimmen, zu messen. Hier ergibt sich die Möglichkeit, den - durch Erfahrungen im Laufe des Lebens vielfach überarbeiteten – virtuellen „Anderen“ in einem sich durch viele Erzählungen wiederholendem Muster empirisch zu erfassen. Erzählungen kommen in Gesprächen häufig und spontan vor. In ihnen lassen sich regelmäßig drei Komponenten bestimmen: ein Wunsch an den anderen, eine erwartete oder reale Reaktion dieses Anderen und die eigene Reaktion darauf. Dieses Muster aus Wunsch, Reaktion eines anderen und der eigenen Reaktion darauf kann durch die aktuelle Beziehungssituation angestoßen werden – und dann etwas zu den aktuellen Beziehungserwartungen des Erzählers aussagen: Die Beziehung zum Interviewer ist – nicht immer, aber häufig – unbewusster Organisator der Einfälle.

Sich häufig wiederholende Muster von Wunsch, Reaktion des Anderen und eigener Reaktion können als „zentrales Thema“ eines Menschen beschrieben werden. Therapeuten, die mit ihren Interventionen dieses Thema zutreffend erfassen, haben bessere Ergebnisse als die, die

diese unbewußten Beziehungsmuster nicht zutreffend ansprechen (Crits-Christoph et al 1988, 1993). Hier liegt also eine Methode vor, die es ermöglicht, die Richtigkeit von Interventionen, von Deutungen zu messen. Das zentrale Beziehungskonfliktthema ist Teil des impliziten Handlungswissens und nicht bewusst.

Dieses Verfahren war zunächst auf die Erfassung von Übertragungen in psychoanalytischen Therapien beschränkt. Übertragung tritt aber auch in Beratungsgesprächen und diagnostischen Interviews auf. Sie wird als zentrales Thema von Patienten und Klienten in die Beziehung zum Berater und Therapeut eingebracht. Das Verfahren kann an unterschiedliche Fragestellungen und Untersuchungssituationen angepasst werden.

Ich habe unterschiedliche Vorgehensweisen bei der Bestimmung von zentralen Beziehungskonfliktthemen an diagnostischen Interviews, an Beratungen von Paaren und in Gruppen erprobt (Staats 2004). Mit diesem Verfahren können Berater lernen, an den Erzählungen von Klienten nicht bewußte Interaktionserwartungen ihrer KlientInnen zu erfassen. Sie lernen damit die „Spielregeln“, anhand derer Interaktionen entwickelt werden. Mit dieser Methode kann dann geprüft werden, wieweit Berater diese Regeln erkennen und kenntnisreich in der Rolle des virtuellen anderen „mitspielen“. Ein solches Erkennen der Spielregeln ist in einer Therapie die Voraussetzung dafür, in Beziehung zu treten und Einfluss auf die Regeln nehmen zu können.

Ein Beispiel zum Einfluss solcher Muster? Ein Kollege von mir, Falk Leichsenring, schilderte mir eine Testsituation mit einer jungen Frau. Er führt mit ihr einen Rohrschach Test durch – zeigte ihr Klecksbilder mit der Bitte, ihm zu erzählen, was sie darin sähe.

Die junge Frau sah die erste Tafel: „Das ist ein Monster da, man sieht die Augen und den offenen Mund und die Zähne“; Sie sah die zweite Tafel: „Zwei Monster, die miteinander kämpfen. Das linke hat ein Bein des anderen schon im Maul.“

Auf der dritten Tafel schilderte sie ein Monster, an dessen Mund noch Blut vom letzten Fressen zu sehen sei.

Und bei der vierten Tafel sah sie auf, schaute ihren Untersucher ärgerlich an und sagte: „Also, wenn Sie hier nur solche Bilder mit Monstern haben – dann können wir gleich aufhören!“

## **Entwicklungspsychologie 2**

Sie sehen an diesem Beispiel, dass da etwas in der Entwicklung nicht gut gelaufen ist. Aber wie lernt ein Kind erkennen, dass seine Sicht der Dinge eine individuelle ist – und andere Perspektiven möglich sind?

Die verschiedenen Fähigkeiten des Säuglings – seine Suche nach Augenkontakt, erste Zeigeversuche, das Imitieren von Verhalten, ein sich Orientieren an Reaktionen der Mutter - sie entwickeln sich als Ausdruck einer einzigen, diese Fähigkeiten zusammen fassenden Kompetenz: der Kompetenz darin, andere Menschen als andere, eigenständig handelnde Personen zu erleben und zu verstehen.

Aus Verhalten muss dabei auf Absicht, aus Mimik auf Verfasstheit, aus Bruchstücken von Informationen auf das Ganze geschlossen werden.

Diese wichtige Kompetenz für die Bewältigung von Beziehungskonflikten entwickelt sich weiter mit der Differenzierung der Art es Spielens. Im Alter von 6 Monaten kann das Kind weiter sehen. Die Augen haben sich entwickelt, es kann Dinge über das Gesicht der Mutter hinaus fokussieren und genauer wahrnehmen. Aus dem Spielen „face to face“ wird das gemeinsame Betrachten von etwas Drittem. Dabei wird das emotionale Erleben geteilt – das kleine Kind hat ein Bedürfnis, etwas zu zeigen, den ihm wichtigen anderen an seinem Erleben teil haben zu lassen, Eindrücke und Gefühle zu teilen: „Da!,...Da!“

Aus neurowissenschaftlicher Sicht wird angenommen, das Leben des Säuglings beginne mit einem Zustand der „sharedness“ (Tirassa, Bosco und Colle 2006), der harmonischen Verschränkung mit Anderen. Mit diesem Zustand ist nicht Symbiose oder Verschmelzung gemeint, sondern ein „Wissen“ des Kindes darum, dass der eigene mentale Zustand dem Anderen, der Mutter, bekannt ist. Diese Fähigkeit zur „Sharedness“ ist angeboren. Sie befähigt das Kind, den eigenen Handlungen und den Handlungen der Mutter Sinn zu geben. Das Kind nimmt an, dass die eigenen seelischen Zustände von Mutter, Vater und anderen wichtigen Bezugspersonen geteilt werden.

Dieses selbstverständliche Wissen wird im zweiten Lebensjahr in Frage gestellt. Jetzt werden unterschiedliche Regeln des Spielens erkannt. Es ist nicht dasselbe, wem ich etwas sage, wann ich etwas sage. Eine Einstimmung auf die Situation ist notwendig – wer das nicht gut kann, eckt an. Wer es gar nicht kann, wird als taktlos betrachtet. Das „Fremdeln“ eines 18 Monate alten Kindes kann auf diesem Hintergrund auch als Unsicherheit angesichts eines fremden Kontextes und unklarer Spielregeln gesehen werden. Das Kind merkt, dass es nicht weiss, nach welchen Regeln mit diesem Fremden gespielt werden wird, und diese Unsicherheit ist unangenehm, ängstigend, vielleicht auch beschämend.

Hier also existiert bereits ein klares Wissen um die **Kontextabhängigkeit** der Gestaltung von Beziehungen. Es wird gefördert durch ein Verhalten der Eltern, die ihren Einstieg in ein Spiel mit ihrem Kind „markieren“ - z. B. durch ein Übertreiben von Reaktionen, durch mimische Signale, das Anheben der Stimme – „Oh, Du armer kleiner Held!“. Die Eltern signalisieren damit, dass sie vorübergehend die Position ihres Kindes übernehmen, dessen Affekt spielen – nicht ihren eigenen. Sie markieren dieses Verhalten deutlich.

Ein solches Markieren ist ein Einstieg in ein Spiel – und oft ist da noch offen, wohin es sich entwickelt. Wird der kleine Held weinen? Wird er sich in dem elterlichen Verstehen seines Kammers so gehalten fühlen, dass er sich mit dem tröstenden Ton und der Relativierung seines Kammers identifiziert und lächelt? Hier wird im Spiel immer wieder die Perspektive kenntlich gemacht, aus der das Kind und die Mitspieler handeln. Und diese Perspektiven können als Rollen erkannt und gewechselt werden – die Faszination der Rollenspiele entfaltet sich. In jedem dieser Rollenspiele wird ein gemeinsamer Bedeutungsraum hergestellt und geteilt. Das Kind nimmt den Schuh an der Garderobe, schiebt ihn hin und her und macht „brumm“. Und Mutter sagt nicht nur – „lass den Schuh da stehen!“- sondern vielleicht: „Der ist ja schnell! Da gehe ich besser rasch aus dem Weg!“. Mit diesem Mitspielen wird ein gemeinsamer, geteilter Bedeutungsraum – hier Auto und Verkehr - hergestellt. Mit dem gemeinsam geteilten Bedeutungsraum entsteht Beziehung. Das beglückt und macht Spass! Michal Buchholz (2006) weist darauf hin, dass mit einem solchen Spielen in Beziehungen **Freiheiten** entstehen. Dinge werden nicht nur als die Dinge, die sie sind, gesehen. Sie können unterschiedliches **bedeuten** – wie eine Metapher. Je nach – gemeinsam geteilten - Bedeutungsraum kann etwas **hier** etwas ganz anderes sein als **da**. Unterschiedliche Spiele mit unterschiedlichen Spielregeln warten darauf, gemeinsam gespielt zu werden.

Wenn ein Kind zu seiner Mutter sagt: „Wir spielen jetzt mal etwas ganz tolles. Wir spielen, Du bist meine Mama, und ich bin Dein Kind!“ Dann klingt das für die Mutter vielleicht ein wenig absurd oder komisch – sie **ist** doch die Mutter und ihre Tochter ist doch ihr Kind! Mit der Markierung „wir **spielen** jetzt, Du bist meine Mama und ich bin das Kind“ eröffnet das Kind aber einen neuen Bedeutungsraum für diese Beziehung mit anderen Freiheiten. Die Dinge können auf einmal ganz anders sein! Und das ist wirklich ein tolles Spiel.



## Triangulierung

Wenn wir diese Spiele zu zweit beschreiben, vereinfachen wir ganz erheblich. Säuglinge können schon mehr. Sie erleben bereits im ersten Lebensjahr unterschiedliche geteilte Welten mit Mutter und mit Vater und können diese unterscheiden. Das Kind identifiziert sich abwechselnd mit Mutter und Vater und übernimmt dabei mit der Zeit eine eigene Position. Diese Fähigkeit zur Triangulierung wird idealtypisch bereits im ersten Lebensjahr durch die triadische Kompetenz von Eltern gefördert oder kann durch eine Fixierung der Eltern auf die Zweierbeziehung (dyadische Fixierung, König 1988) gehemmt werden. Fonagy und Target (2003) beschreiben die Entwicklung dieser Fähigkeit detailliert mit dem Konzept der Mentalisierung. Diese Fähigkeit ist eine entscheidende Ressource der detaillierten Wahrnehmung und der Bewältigung von Konflikten und Belastungen im späteren Leben. Vielleicht kommt Ihnen eine solche Haltung ganz selbstverständlich vor. Oder aber sie denken, dass eine solche Haltung überhaupt nicht selbstverständlich ist und auch wichtigen politischen Persönlichkeiten fehlt. Sie könnten sich darauf einigen, dass die Fähigkeit zum Einnehmen einer solchen triangulierten Position etwas **störanfälliges** ist. Etwas erworbenens, das eigentlich als Kompetenz zur Verfügung steht, geht in einer bestimmten Situation vorübergehend verloren – es findet eine „Rückkehr“ auf frühere oder jedenfalls einfachere Bewältigungsmöglichkeiten statt. Viele Studierende kennen das von Besuchen bei ihre Eltern. Sie können da nicht arbeiten – das alte Zimmer, die regelmäßigen Mahlzeiten, die Fragen der Eltern führen dazu, dass eine Rückkehr auf eigentlich schon abgelegte Verhaltens- und Erlebensweisen stattfindet. Psychoanalytiker sprechen dann von einer „**Regression**“. Regression kann Spass machen, bei manchen Spielen ist sie geradezu notwendig, um kreativ zu werden. Sie kann einem aber auch zustoßen. Der damit verbundene vorübergehende Verlust an eigentlich vorhandenen Kompetenzen ist dann lästig – z. B. beim Lernen.

Ich kenne den Verlust der Fähigkeit zu triangulierendem Denken z. B. in Auseinandersetzungen in der Partnerschaft. Glücklicherweise gewinnen meine Frau und ich eine gewisse Fähigkeit zur Triangulierung meist einigermaßen schnell und manchmal mit Humor wieder zurück. Ein Verlust eigentlich vorhandener Fähigkeiten in einem Streit ist ein häufiges Phänomen. Viele Menschen verlieren dann bestimmte Fähigkeiten vorübergehend - Regression. Anderen Menschen fehlt dagegen eine Fähigkeit weitgehend und dauerhaft. Eine solche dauerhafte Störung der Triangulierungsfähigkeit kann als Ergebnis komplexer Entwicklungsstörungen in den ersten Jahren der Kindheit verstanden werden (z. B. Rupprecht Schampera 1997). Therapeuten sprechen dann von einer strukturellen Störung.

Klienten, Patienten mit einer strukturellen Störung der Triangulierungsfunktion können nicht von einer Bearbeitung von Konflikten über gute Ratschläge oder über klassische Deutungen profitieren. Menschen in einer Situation, in der sie diese Fähigkeit vorübergehend verloren haben, übrigens auch nicht. Berater können sich hierauf einstellen. Nicht nur auf die **Inhalte** dessen, was jemand sagt – das können viele von Ihnen spontan und ohne Ausbildung. Sondern auf die **Art** des Denkens, die Struktur. Berater und Therapeuten stehen dann spezifische Interventionstechniken zur Verfügung, mit denen sie auf die strukturellen Voraussetzungen oder den aktuellen Zustand („state of mind“, Horowitz 1991) ihrer KlientInnen eingehen können.

In Ein-Eltern Familien werden bei der Förderung der Triangulierungsfähigkeit besondere Anforderungen an Mutter und Kind gestellt. Es braucht hier einen wichtigen Dritten, der zu Mutter und Kind eine Beziehung hat, so dass die Mutter sagen kann: „Ich würde Dir das ja nicht erlauben, weil ich das zu gefährlich finde. Aber ich weiß, wenn Vater (oder Tante oder die Erzieherin aus der Kita) jetzt da wäre, die würde das erlauben. Also, Kind: ich bin einverstanden, Du darfst das machen. Sei vorsichtig!“

Die Relativierung des eigenen Standpunkts und der Einbezug eines Dritten kann also auch in einer Beziehung zweier Menschen gelingen. Dies erfordert hier aber eine besonders hohe triangulierende Kompetenz des einen Elternteils. Triangulierungskompetenz kann gefördert werden. Krippen und Kitas wachsen mit der Zunahme von Ein-Eltern Familien neue Aufgaben zu. Die Erzieherin kann die erste und wichtigste „fremde“ Bezugsperson sein, die zu einer Zweierbeziehung dazu tritt. Sie kann nicht davon ausgehen, dass Triangulierung im Elternhaus etwas selbstverständliches ist. Sie kann aber die triadische Kompetenz einer Mutter fördern und unterstützen. Für solche Aufgaben möchten wir Studierende im Studiengang Bildung und Erziehung in der Kindheit vorbereiten.

Die oft zu hörende Aussage: „Das ist ja nur Spass!“ ist ein solcher Versuch der Triangulierung, der eine Interaktion als „Spiel“ markieren will und damit einen Versuch macht, etwas zu reparieren, einen Konflikt zu entschärfen oder durch die Veränderung des Bedeutungsraums zu bewältigen.

„Das ist ja nur Spass!": Eine Beziehungsform wird markiert und der andere gebeten einen neuen, anderen Blick auf das zu werfen, was an Interaktion stattgefunden hat. Er - oder sie - soll es nicht so ernst nehmen, seine Position ändern. „Das ist ja nur Spass“ ist also eine Einladung an den anderen, das Geschehene als „Spiel“ zu betrachten – und mit einer solchen Veränderung des Kontextes einer Interaktion kann sich **alles** verändern.

Kitas sollten also zum Spielen einladen und dabei Spass vermitteln. Sie bieten dabei nicht nur Unterstützung von Eltern sondern auch genuin andere Erfahrungen: Kinder, andere, zunächst fremde Kinder können wichtig werden, Gruppen erlebt werden. Auch das ist ein Punkt, an dem Kitas neue Aufgaben zuwachsen. In einer englischen Studie zeigte sich, dass von 1955 bis 2005 die Zeit, die eine Mutter mit ihren Kindern verbrachte, weitgehend gleich geblieben ist. Zeitersparnisse durch die Rationalisierung von Waschen, Kochen und Einkaufen und durch die geringere Zeit, die für das „Betüddeln“ (im original „Pampering“) des Ehemannes „draufging“ gehend vollständig in die Erwerbsarbeit ein. Allerdings – die Anzahl der Kinder ist erheblich gesunken. Mutter und – mit deutlicherer Veränderung - auch Vater spielen pro Kind also mehr als 1955. Andererseits: Viel seltener als früher werden andere Kinder eingeladen oder Kinder sich selbst überlassen. Die Straße als Spielraum ist seltener geworden – weniger Freiheiten und weniger Gruppenerfahrungen für Kinder. Fernsehzeiten sind an deren Stelle getreten. Kitas bieten hier einen Raum für neue wichtige Beziehungserfahrungen. Dieser Raum kann nicht mehr selbstverständlich als gegeben angenommen werden kann.

### **Die Daltons und der Psycho-Doc**

Ich möchte Ihnen die Bedeutung von präventiven Interventionen gerade im Bereich der Förderung von Triangulierung anhand einer klassischen Studie zeigen.

Sie sehen hier Prof. Otto von Himbeergeist – begleitet von Lucky Luke - auf dem Weg zu einem Gefängnis im wilden Westen. Er möchte seine Theorien zur Besserung von Straffälligen beweisen.

Die schlimmsten Desperados des wilden Westens – das sind die Daltons. Otto von Himbeergeist unternimmt hier also eine Extremgruppenstudie.

Zunächst ist sein Talent zum Einleiten von Veränderungen über regressive Prozesse eindrucksvoll. Mit ein paar Fragen tauchen tatkräftige Männer wieder in das Erleben ihrer Kindheit ein. Passiv erlittenen Kindheitserfahrungen – Vater sperrte ein - werden aktiv umgestaltet mit Fliegen und Vögeln – und prägen dann die berufliche Karriere.

Mit dem Erinnern und Wiedererleben dieser Erfahrungen kommt es zu einer Veränderung von Erleben und Verhalten. Selbstreflektion setzt ein. Sie wissen jetzt, dass für die Fähigkeit, sich durch Einsicht so zu verändern, eine ausreichend gute Triangulierung Voraussetzung ist.

Otto von Himbeergeist wendet sein Talent in allen Situationen an. Sein Regression förderndes Vorgehen führt bei einigen Menschen zu dramatischen Veränderungen. Allerdings tritt dann ein Problem auf: Otto von Himbeergeist übernimmt selbst Haltungen seiner Klientel – der Daltons. Er verwandelt sich im Verlauf seines therapeutischen regressiven Abenteuers. Er spielt mit, taucht ganz in dieses Spiel ein und verwandelt sich selbst dabei. Das Mitspielen geht nicht spurlos an ihm vorbei.

Als einsamem Forscher und Therapeuten fehlt ihm eine äußere stabilisierende Struktur, z.B. eine Hochschule.

So macht er gemeinsame Sache mit den Daltons. Mit seiner Studie zur Besserung von Straffälligen scheitert er – eindrucksvoll. Aber selbst in seinem Scheitern findet sich noch eine Bestätigung dafür, dass sein Ansatz nicht vollständig falsch war.

Spielen hat also Wirkung, auch später im Leben. Das spielerische Wiedereintauchen in das Erleben der Kindheit, auch – aber leider nicht bei allen. Für manche Patienten, die über Deutungen nicht erreichbar sind, braucht es andere Spielregeln – oder eine frühe Prävention, die Grundlagen für einen Wechsel der Perspektive schaffen kann.

### **Spieltherapie statt Analyse**

Spielen verändert also auch bei Erwachsenen. Nicht nur den Therapeuten! Ich möchte zwei kurze Beispiele aus der Behandlung einer jungen Frau schildern, die zu mir sagte: (Zitat) „Ich mache gar keine richtige Analyse bei Ihnen. Ich mache ein Spieltherapie!“

Sie hat das am Anfang eher streng gesagt, streng zu sich und streng zu mir. Ich habe das aber eher als eine ganz gute Beschreibung und auch als eine Wertschätzung verstanden.

Frau S., so will ich sie nennen, war seit ihrem 14. Lebensjahr chronisch suizidal mit zahlreichen körperlichen Symptomen. Vater und Großvater waren in ihrem dritten bzw. vierten Lebensjahr gestorben; ihre Mutter war – vielleicht im Zusammenhang damit - chronisch depressiv geworden und von ihrer lebhaften und klugen Tochter überfordert. Diese strenge, sich selbst als „völlig kontaktunfähig“ (ihr Ausdruck) schildernde junge Frau sprach also von einer „Spieltherapie statt Analyse“ bei mir.

In einer fortgeschrittenen Phase der Behandlung nahm Frau S. auf eine alte Schreibmaschine Bezug, die in meinem Behandlungsraum stand. Sie sagte, sie wolle darauf schreiben. „Staats ist doof, Staats ist doof, Staats ist doof.“. Ich habe geantwortet: „Das heisst: ich liebe Dich, ich liebe Dich, ich liebe Dich?“ und Frau S. antwortete im gleichen Rhythmus: „Das glaube ich nicht, das glaube ich nicht, das glaube ich nicht“.

Es geht hier in dieser Interaktion mit einer jetzt nicht mehr depressiven jungen Frau um etwas Inhaltliches. Das ist ohne einen umfangreicheren Kontext nicht einfach zu verstehen. Es geht aber auch um das lustvolle gemeinsame sich Einstimmen, um Rhythmus und Sprachmelodie. Im Schutz dieses Spielens kann Frau S. sich vorwagen, ohne eine Beschämung fürchten zu müssen. Eine Regression auf das Spielerische, Emotionale und eine Progression, ein Voranschreiten in der Auseinandersetzung mit einem konflikthaften Thema kommen hier parallel vor.

Später hat sich Frau S. manchmal auf der Couch umgedreht und mich – wie in einer Freibadatmosphäre direkt und aus der Nähe angesehen. Ihr Arbeiten im klassischen Liegen beschrieb sie als „zu brav“.

„Richtig liegen oder nicht richtig liegen, das ist hier die Frage?“ hat sie gesagt. Und sich wie ein Kind gefreut, als ich den Bedeutungshof dieses Spiels entdeckte und teilte, indem ich ihre Anspielung auf Shakespeares „Sein oder nicht sein“ ergänzte: „Ich selbst sein oder nicht ich selbst sein“. Hier konnten im Spielen einige Erfahrungen aus der Adoleszenz und aus der Zeit des Triangulieren lernens nachgeholt oder vertieft werden. Frau S. hatte dies in ihrer Entwicklung wenig erlebt. Und mit diesen Erfahrungen des Teilens von Bedeutungsräumen änderte sich auch die Beziehungsfähigkeit von Frau S.- deutlich. Ich glaube das erstmal offen hat sie das gesagt mit einem zähneknirschenden und nur vordergründig abwertenden: „Wissen Sie, ich liege eigentlich ganz gerne bei Ihnen rum!“

### **Zusammenfassung**

Freud hat (1927, GW14, 283) die Bedeutung von Bildung und Erziehung im Sinn gehabt, als er schrieb, Therapie sei nur eine der Anwendungen der Analyse, und „vielleicht wird die Zukunft zeigen, dass sie nicht die wichtigste ist“

Ich hoffe, Sie nehmen einen Eindruck von der Bedeutung des Spielens für das Lernen von Beziehungen mit. Vielleicht erinnern Sie sich an den anrührenden, frühen face to face „Tanz“ von Kind und Mutter, an die neu dazukommenden Tanzfiguren aber auch an die späteren, einen anders berührenden „Tänze“ in der Familie mit größeren Kindern, in denen Erleben und Bewältigen von Beziehungskonflikten weiter geübt wird.

Mit einem solchen Lernen von Beziehungen ist ein erfolgreiches Lernen kognitiver Fähigkeiten eng verbunden. Kinder – und auch Erwachsene – lernen in Beziehungen. Das gilt für komplexe kognitiv/emotionale Muster wie für die Rechtschreibung. Hier sind unterschiedliche Formen des „Spielens“ für das Lernen notwendig und hilfreich. Erfahrungen im Spiel haben Auswirkungen auf die „Innere Welt“ eines Menschen. Auf diese innere Welt müssen Sie sich als PädagogIn, BeraterIn oder TherapeutIn einstellen können. Dazu gibt es wissenschaftlich und „klinisch“ nutzbare Konzepte. Unser Wissen hat hier Konsequenzen für die Notwendigkeit einer Frühprävention, für die Praxis von Beratung und für Therapien.

Ich freue mich darauf, Sie im Laufe der kommenden Semester über gemeinsame Projekte oder Interessen weiter kennen zu lernen.