



«There is a crack in everything.
That's how the light gets in.»

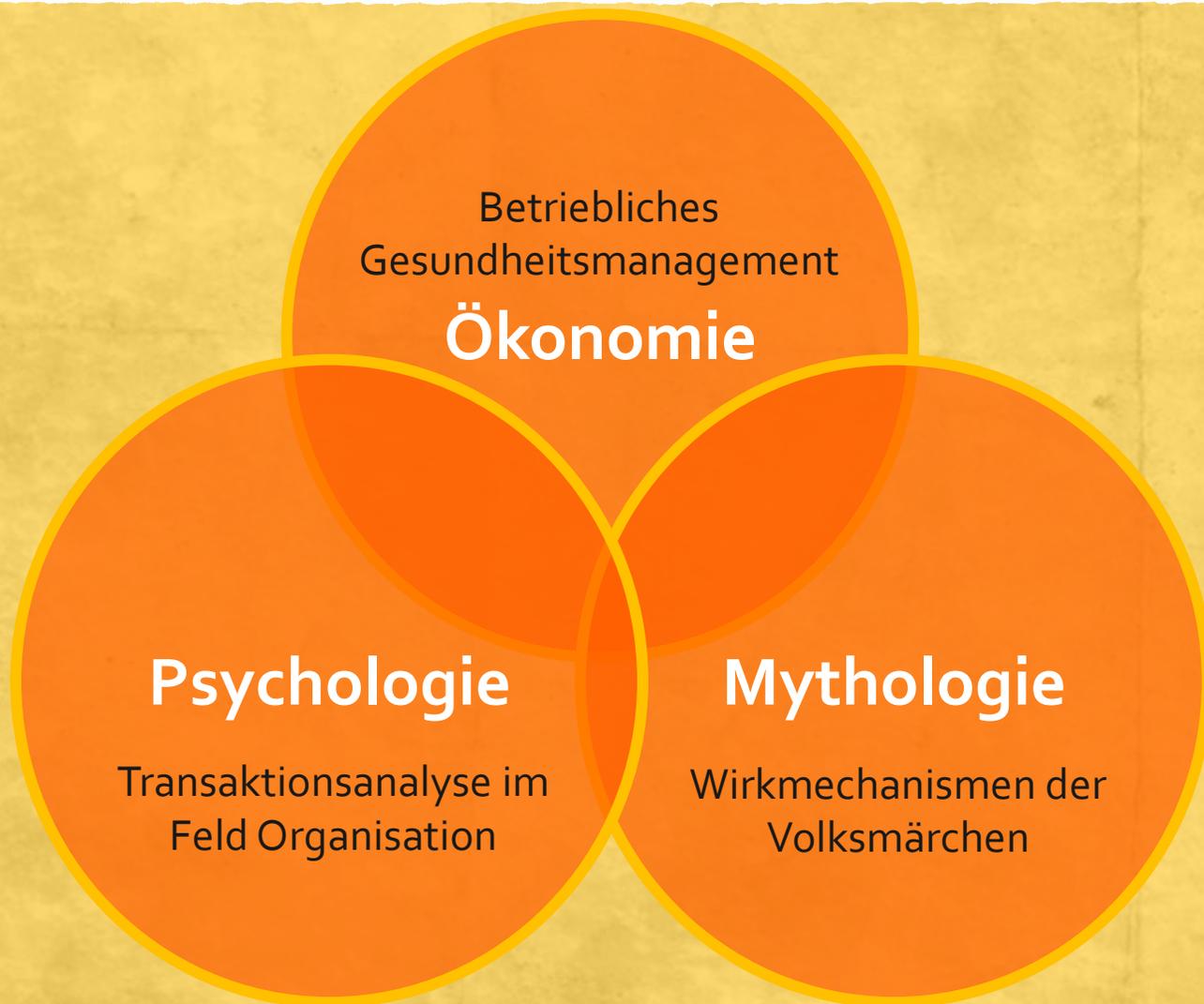
Anthem, Leonard Cohen

https://www.youtube.com/watch?v=c8-BT6y_wYg

Vom Aufbrechen – Ich-Zustände als Ressource zur
Lebens- und Beziehungsgestaltung nutzen

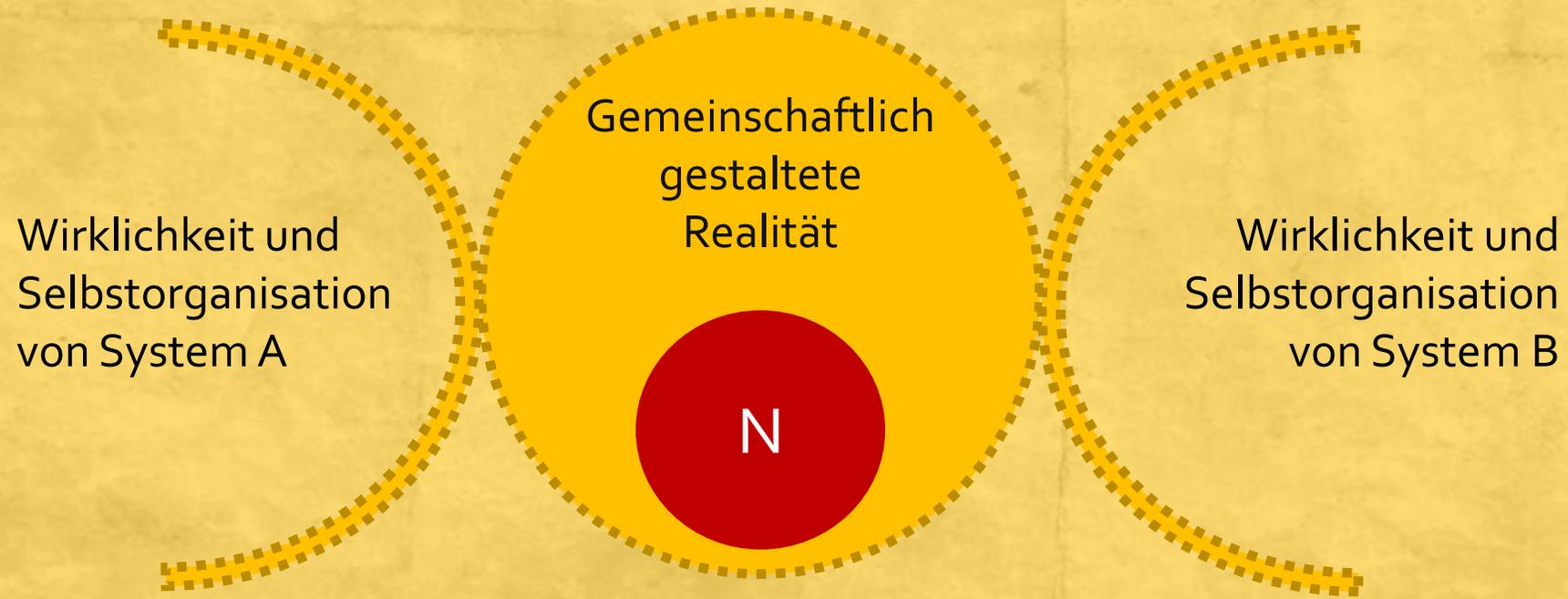


Tun-Gebiete der Synop-Sys Organisationsentwicklung GmbH



- **BGM:** Früherkennung und -intervention
- **Team- und Einzelcoachings:** Konfliktmanagement, konstruktive Beziehungsgestaltung, professionelle Identität und Stellensuche
- **New Leadership:** Führungsentwicklung (insb. für Männer)
- **Normative Organisationsentwicklung:** Orientierung, Kultur- und Wirklichkeitsgestaltung
- **Begleitung und Beratung:** Prozesse, Moderation, Schulung und Storytelling

Praxis: Modelle bestimmen Realität und Weltgestaltung



Bernd Schmid
 Isb GmbH [isb-w.eu](http://www.isb-w.eu)
 Systemische Professionalität 2017

EBI Eric Berne Institut Zürich
<http://www.ebi-zuerich.ch/>
 Institut für angewandte
 Transaktionsanalyse (adaptiert)

Ich selbst: Schöpfung und Identität

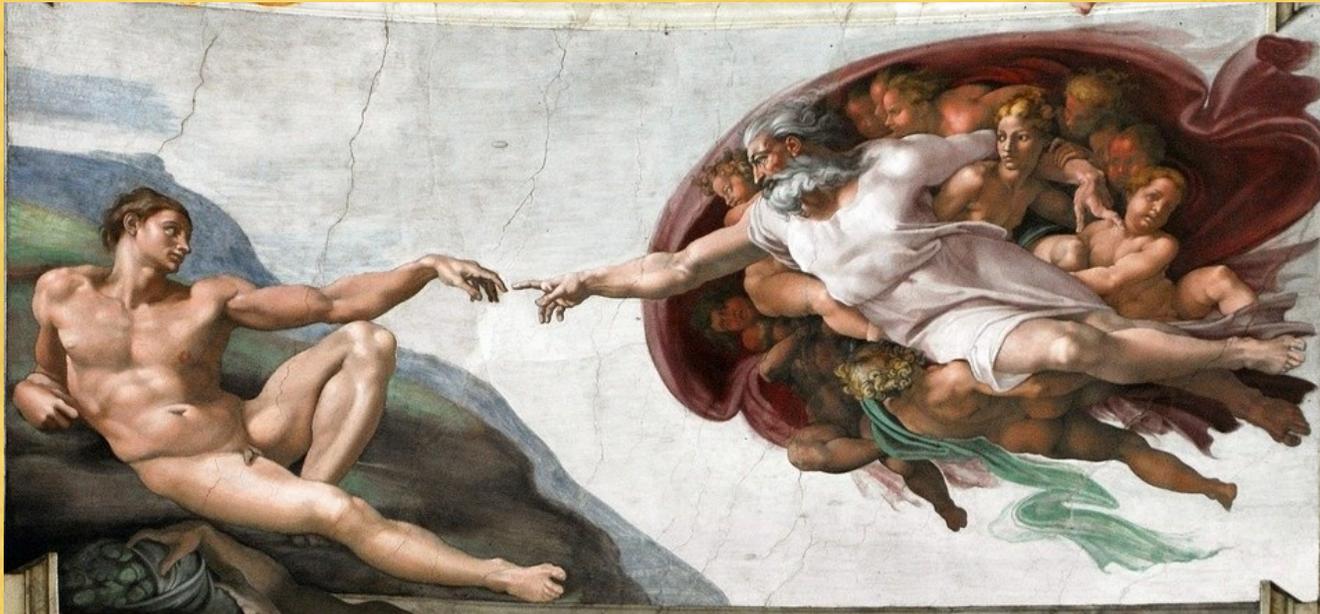
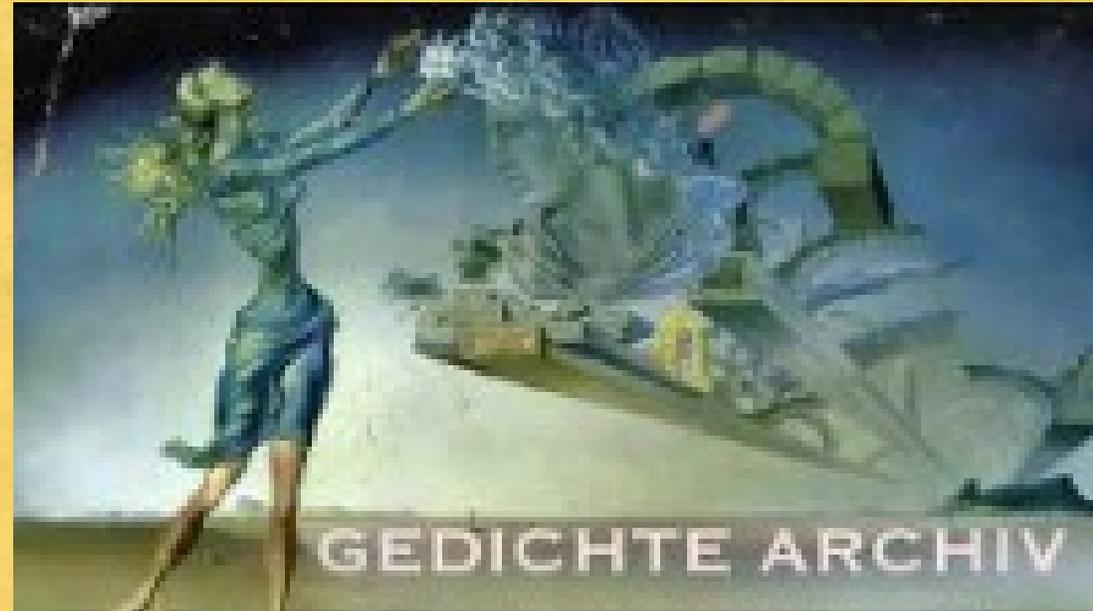


Bild: <https://pixabay.com/de/illustrations/erschaffung-des-menschen-gott-finger-1159966/>



<https://www.youtube.com/watch?v=20-PS-gvxYQ>

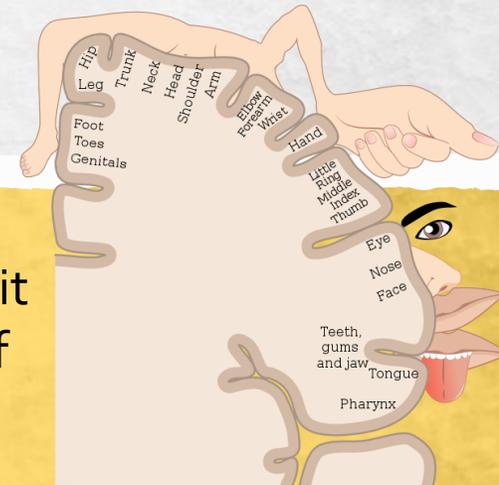
«Ta'aroa entstand, als die Welt nichts weiter als unendliche Einsamkeit war.
Ta'aora schuf sich selbst. Er war sein eigener Vater und seine eigene Mutter.»

Ta'aroa und Tane, Märchen aus Polynesien.
Steinwede, D. (1982: 47): Wo die Sonne übernachtet – Schöpfungsmärchen der Völker, 2. Aufl., Gütersloher. Gütersloh.

Aspekte des Ich

- « Wenn man eine anatomische Analogie für [das ICH] sucht, kann man es am ehesten mit dem ‚**Gehirnmännchen**‘ der Anatomen identifizieren, das in der Hirnrinde auf dem Kopf steht, die Fersen nach oben streckt, nach hinten schaut und, wie bekannt, links die Sprachzone trägt.» Freud, S.: 1923, Das Ich und das Es
- «Der Ich-Komplex ist beim normalen Menschen die oberste psychische Instanz: wir verstehen darunter die **Vorstellungsmasse** des Ichs, welche wir uns von dem mächtigen und immer lebendigen Gefühlston des eigenen Körpers begleitet denken.» Jung, C. 1936, Archetypus §GW 9 | § 119
- «Jede Definition des Ichs scheitert daran, dass in derselben das ‚Ich‘, als **Sonderwesen** der Aussenwelt gegenübergestellt, wiederkehrt.» Federn, P. 1958, Ichpsychologie und die Psychosen
- «[Das ICH] ist ein Teilgebiet der Persönlichkeit und wird durch seine Funktionen bestimmt [...] Kein Analytiker hat es je versucht, eine vollständige **Liste der Ich-Funktionen** zusammenzustellen, und auch ich habe nicht die Absicht, dies hier zu tun.»

Hartmann, H.: 1964, Zur psychoanalytischen Theorie des Ichs



Ich-Zustände: Einheit von Gefühl und Verhalten – und Denken

Extero-
psyche

Denken, Fühlen und Verhalten, das von Bezugspersonen übernommen wurde.

Neo-
psyche

Denken, Fühlen und Verhalten im Hier und Jetzt (Bezogene Autonomie).

Archeo-
psyche

Denken, Fühlen und Verhalten in der Kindheit «gewählt» (psych. Homöostase).

«Ein Ichzustand lässt sich bei einem beliebigen Individuum phänomenologisch definieren als

- ein kohärentes System von Gefühlen;
- operational als eine Anzahl kohärenter Verhaltensmuster;
- aus pragmatischer Sicht als ein Gefüge von Gefühlen, das bestimmte auf sie bezogene Verhaltensmuster hervorruft.»

Berne, E.: 1961, Die Transaktionsanalyse in der Psychotherapie

Ich-Zustände: Tor zur Spontaneität im Hier und Jetzt

Extero-
psyche

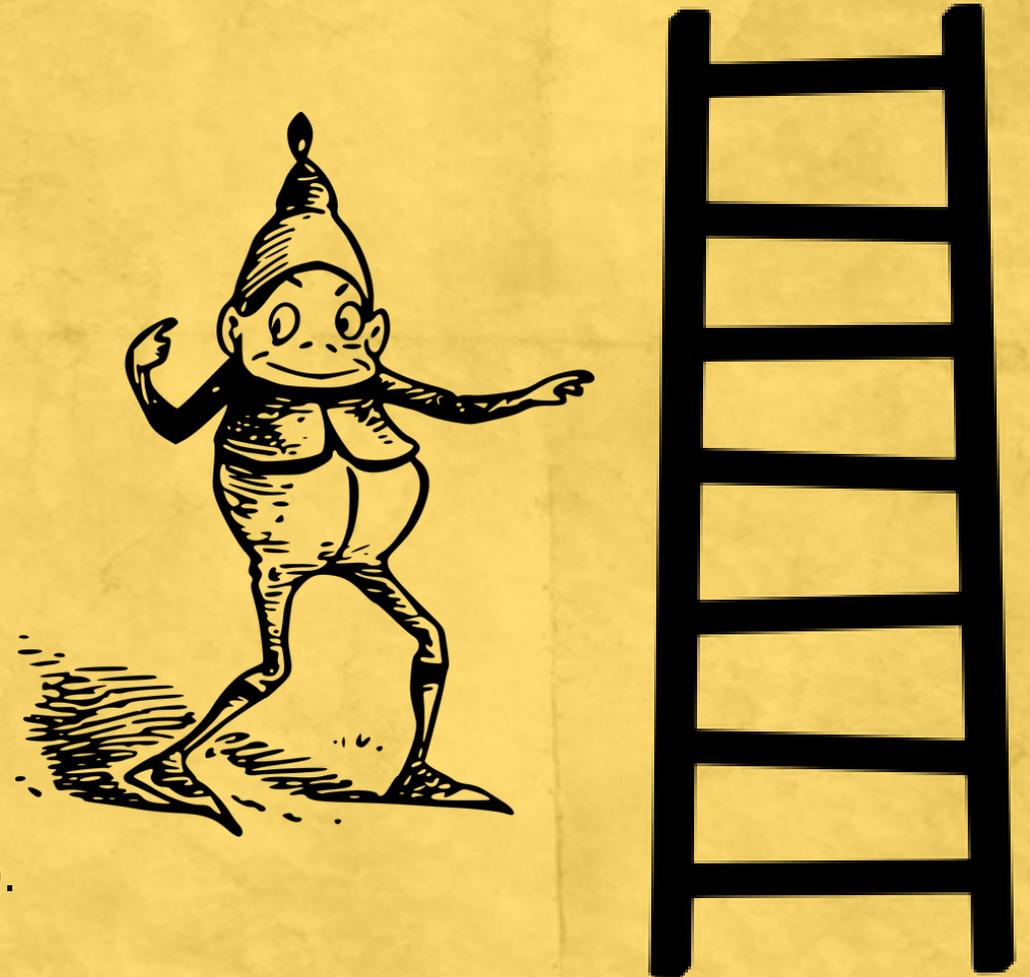
Denken, Fühlen und Verhalten, das von Bezugspersonen übernommen wurde.

Neo-
psyche

Denken, Fühlen und Verhalten im Hier und Jetzt (Bezogene Autonomie).

Archeo-
psyche

Denken, Fühlen und Verhalten in der Kindheit «gewählt» (psych. Homöostase).



Ich-Stärke und -Schwäche – das Ich-Gefühl

- «Das Wort ‚Ichstärke‘ oder ‚Ichschwäche‘ ist der populäre Ausdruck für das, was ich bis jetzt gute oder wenig gute **Ichkohärenz** genannt habe, was immer auch bedeutet, dass der Ichkomplex deutliche Strukturen und klare **Ichgrenzen** aufweist.»

Kast, V.: 1990, Die Dynamik der Symbole

- «Ichgrenzen scheinen auf die Gleiche Weise zu funktionieren wie **komplexe Membranen** von hoch **selektiver Durchlässigkeit**. Verletzungen an der Grenze zwischen dem Erwachsenen- und dem Kind-Ich-Zustand können zu jeder Art einer Sondergruppe von Symptomen führen, die man ‚Symptome der Ichgrenze‘ nennen kann: Derealisationssymptome, Entfremdung, Depersonalisationssymptome, jamais-vu, déjà-vu und deren Analogien wie das bekannte déjà-raconté.»

Berne, E.. 1961, Die Transaktionsanalyse in der Psychotherapie

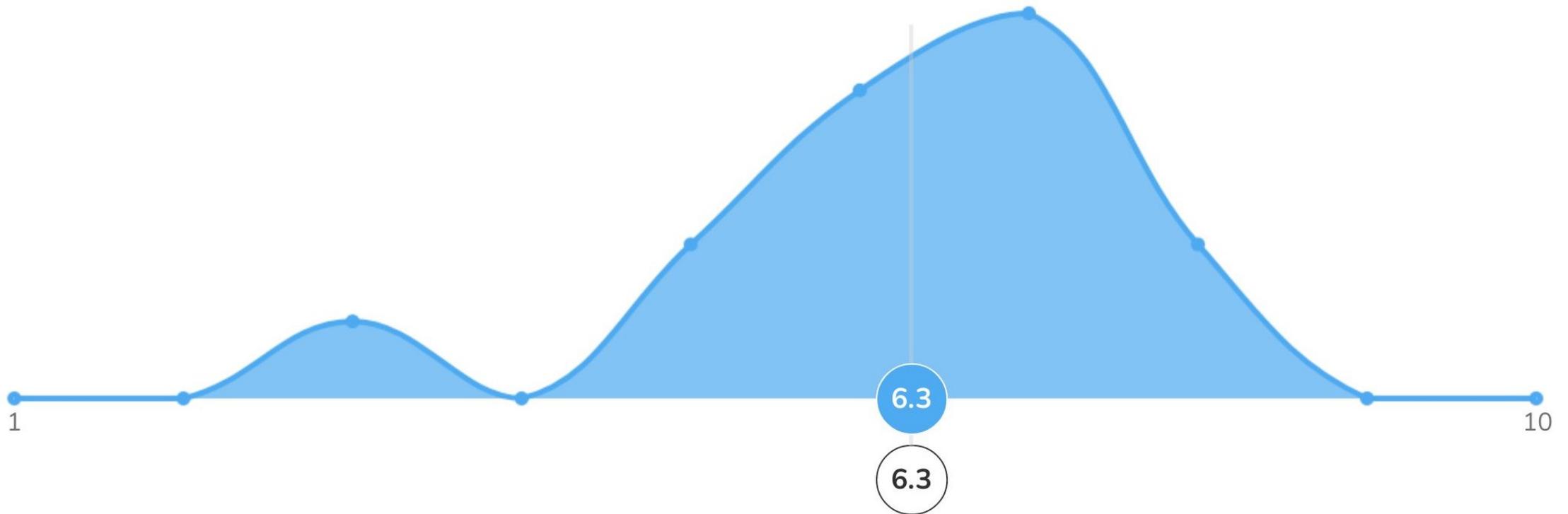
- «Das Ichgefühl ist die **Sensation**, die man jederzeit von seiner eigenen Person hat, das **Eigengefühl des Ichs** von sich selbst.»

Federn, P. 1958, Ichpsychologie und die Psychosen

Eine gesunde Ich-Stärke sollte sein...

Das ICH gehört aufgelöst

Nur das ICH zählt



Ich-Zustände: Entwicklungsdimensionen zur Spontaneität

Eltern-ICH

Denken, Fühlen und Verhalten, das von Bezugspersonen übernommen wurde.

Erwachsenen-ICH

Denken, Fühlen und Verhalten im Hier und Jetzt (Bezogene Autonomie).

Kind-ICH

Denken, Fühlen und Verhalten in der Kindheit «gewählt» (psych. Homöostase).

«Wir müssen also die Ich-Entwicklung als das Resultat von drei Faktorengruppen ansehen:

- ererbte Eigenschaften (und ihre Wechselwirkung),
- Einflüsse der Triebe und
- Einwirkungen der Aussenwelt.»

Hartmann, H.: 1964, Zur psychoanalytischen Theorie des Ichs

Vom Denken zu den Mythen – individuell und kollektiv



Symbole / Motive

- sind keine blossen Zeichen, die willkürlich durch Übereinkunft entstanden sind (Eindeutigkeit).



- lösen hochkomplexe neuronale Verschaltungsmuster zwischen den Nervenzellen im Gehirn aus.
- sind Treffpunkt von Welterfahrung und individueller sowie kollektiver psychischer Bedeutungszumessung.
- **verbinden Bewusstes, Unbewusstes und Überbewusstes (Intuition).**

Das starke Kind-Ich – Kintarō und der Dummling

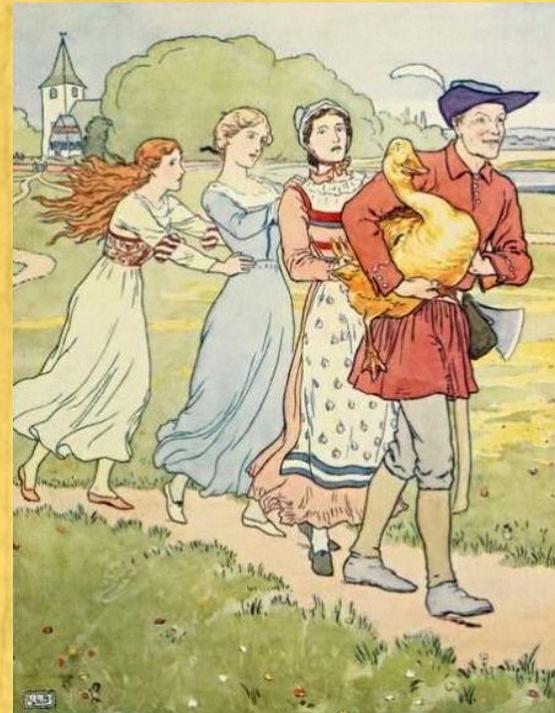


Bild: Gemeinfrei, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=315022>

«Der Geist der Tiefe lehrte mich, dass mein Leben umschlossen ist vom göttlichen Kinde.
Aus seiner Hand kam mir alles Unerwartete, alles Lebendige.»

Zu Kintarō

<https://www.japanwelt.de/blog/kintaro-legende-mythos>



https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Simpleton_takes_The_Golden_Goose_to_the_inn_-_Project_Gutenberg_eText_15661.jpg#/media/File:Simpleton_takes_The_Golden_Goose_to_the_inn_-_Project_Gutenberg_eText_15661.jpg



C.G. Jung



Ich-Zustände: Das Kind-Ich (K2)



Die magischen Eltern: Die grandiose Fantasie des Kindes kann sowohl positiv (gute Fee) wie negativ (Ungeheuer) sein ⇒ ER: ethische Reflexion und Verantwortungsübernahme, moralisches Werteprofil.
(Wahrnehmung, Wahrgebung und Phantasie)

Der kleine Professor («Pfiffikus»): Ganze Sammlung von Strategien, die dem Kind zur Problemlösung offenstehen: Das Kind entwickelt sich und verändert und erweitert seine Strategien. ⇒ ER: Fähigkeit, logisch und abstrakt zu denken, Worte für spontanen, adäquaten Ausdruck zu finden und universelle Wahrheiten zu empfinden.

Das somatische Kind: Kleinkinder erleben die Welt im Wesentlichen als eine Folge von Körpergefühlen.
⇒ ER: Anziehungskraft, Aufgeschlossenheit, Emotionalität und Gefühlswelt, Motivation und Antrieb

Die vier «P»s

Permission

Erlaubnis: Entwicklung, Fehlerkultur, Experimentierfreudigkeit, Regression, kindliche Bedürfnisse zu erfüllen, Identitätsentwicklung, Bindungszyklus (Annäherung)

Protection

Schutz: Vertraulichkeit, Geleitschutz, Vertragsklarheit, nEL, Bindungszyklus (Bindung)

Potency

Macht der neuen Mutter-/Vaterfigur: Klarheit schaffen, Orientierung, Sicherheit (psychologisch), Befähigung, Macht und Einfluss (Power Play), entschlossen verhandeln

Punishment

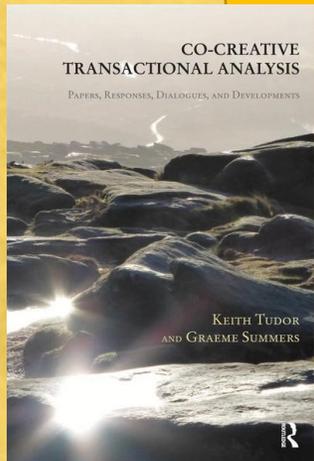
Abschied von Vertrautem, drohende Gefahr durch verinnerlichte Eltern (kEL), Bindungszyklus (Trennung, Trauer)

Das Überschreiten der Schwelle

Äussere Welt

Selbst

EGO



Innere Welt



<https://www.youtube.com/watch?v=OuJ87X9YX3c>

Nutzen Sie meine Ressourcen für sich und Ihr Unternehmen

artikelnovember2021

Gemeinsam einsam: aus der Selbsterschaffung in die Beziehung

artikelnovember2020

Perfekt oder schnell: Wem gehört die Welt



Komm mit und verbinde Perspektiven



Mitglied HRM- ExpertsGroup
Mitglied ExpertsGroup
Kooperation und Netzwerke



Ihr Partner für betriebliches Gesundheitsmanagement

Armin Zieseemer

CH: +41 79 420 52 46

A: +43 677 64 50 00 29

info@synop-sys.at

www.synop-sys.at

