

DIE DUNKLE SEITE DER MACHT ODER DAS FREMDE IN MIR

Arbeit mit destruktiv wirkenden Ego-States –
ein Demonstrationsworkshop

Dr. Kai Fritzsche
Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

ARBEIT MIT DESTRUKTIV WIRKENDEN EGO-STATES

Einblicke

Impulse

Konzepte

Interventionen

RESSOURCENSUCHE IN DER HYPNOTHERAPIE UND EGO-STATE-THERAPIE

Ressourcen können sich in verschiedenen Gewändern zeigen.

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

**Wir stoßen u.a. auf Ressourcen, die deutlich hervortreten,
die wir begrüßen und die wir als positiv bewerten.**

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

**Wir stoßen auch auf Geschehen, das nicht sofort
ressourcenreich erscheint.**

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

VON UNS ÜBERWIEGEND ALS NEGATIV BEWERTETES INNERES GESCHEHEN

- insgesamt die Symptomatik
- Problemtrancen
- destruktives Verhalten
- aggressives/autoaggressives Verhalten
- sich (und andere) hindern, bremsen, etwas verbieten, verurteilen, abwerten
- selbstschädigendes / selbstverletzendes / suizidales Verhalten
- therapiegefährdendes Verhalten
- ...

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

WAS WIR HEUTE NICHT BETRACHTEN

- die gesellschaftliche Ebene / der gesellschaftliche Kontext destruktiven Geschehens
- die soziale Ebene / der soziale Kontext destruktiven Geschehens
- die Entstehung „des Bösen“, also die Entstehung von destruktivem Verhalten und seinen unterschiedlichen Ausdrucksformen einschließlich der Auffassungen über Aggressivität
- Konzepte für Moral und Moralentwicklung
- Konzepte für verantwortliches Denken und Handeln

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

WAS WIR HEUTE BETRACHTEN

- destruktiv wirkendes Geschehen in Psychotherapie und Beratung
- destruktiv wirkendes Geschehen aus der Perspektive der Ego-State-Therapie und der zu Grunde liegenden Persönlichkeitstheorie
- destruktiv wirkendes Geschehen auf Patienten- und Therapeutenseite
- destruktiv wirkende Ego-States im Zusammenspiel mit ressourcenreichen und mit verletzten Ego-States
- destruktiv wirkendes Geschehen auf den fünf Beziehungsebenen der Ego-State-Therapie

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

WAS IST EIN EGO-STATE?

Ein Ego-State ist ein organisiertes Verhaltens-, Erfahrungs- und Wahrnehmungssystem, dessen Elemente durch ein gemeinsames Prinzip zusammengehalten werden und das von anderen Ich-Zuständen durch eine mehr oder weniger durchlässige Grenze getrennt ist.

Jeder dieser Ich-Zustände hat eine ihm eigene Selbst- und Weltsicht und ist Ausdruck einer Beziehungs- und Entwicklungserfahrung. Damit zeigt ein Ich-Zustand auch charakteristische Muster in Wahrnehmung, im körperlichen Ausdruck und im Beziehungsverhalten.

Deutsche Arbeitsgemeinschaft für Ego-State-Therapie – EST-DE, in Anlehnung an Watkins, 1997

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

MERKMALE VON EGO-STATES

- eine eigene Geschichte
- eine eigene Funktion
- einen eigenen Entwicklungsstand
- eine eigene Art, die Welt zu sehen und entsprechend zu handeln
- *sind gekommen*, um zu helfen
- haben ihre eigenen Stärken und Schwächen
- wollen ihre Existenz schützen

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

ENTSTEHUNG VON EGO-STATES

Sicherung des Überlebens als Grundfunktion

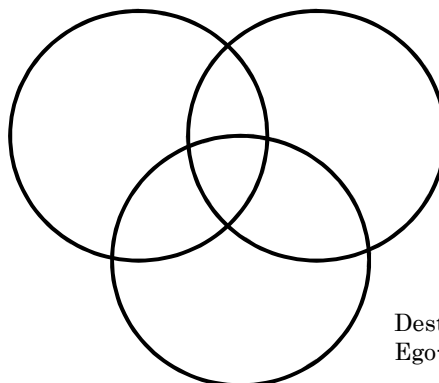
Schutz und Befriedigung von psychischen Grundbedürfnissen:

- Bindung
- Orientierung und Kontrolle
- Selbstwertschutz und Selbstwerterhöhung
- Lustgewinn und Unlustvermeidung

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

ERSCHEINUNGSFORMEN VON EGO-STATES

Grundsätzlich
ressourcenreiche
Ego-States

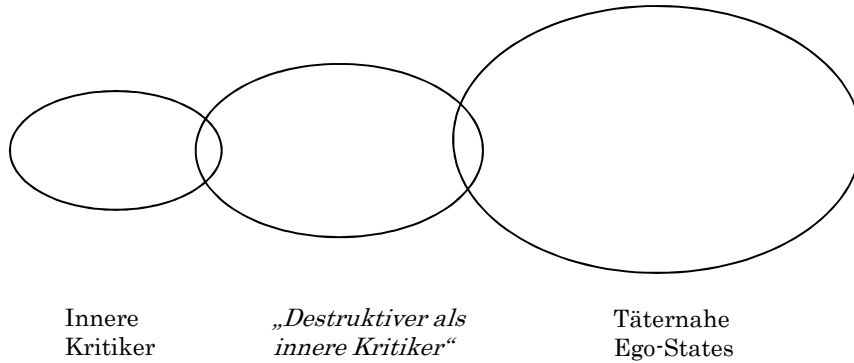


Symptomassoziierte
und traumatisierte
Ego-States

Destruktiv wirkende
Ego-States

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

KONTINUUM DESTRUKTIV WIRKENDER EGO-STATES



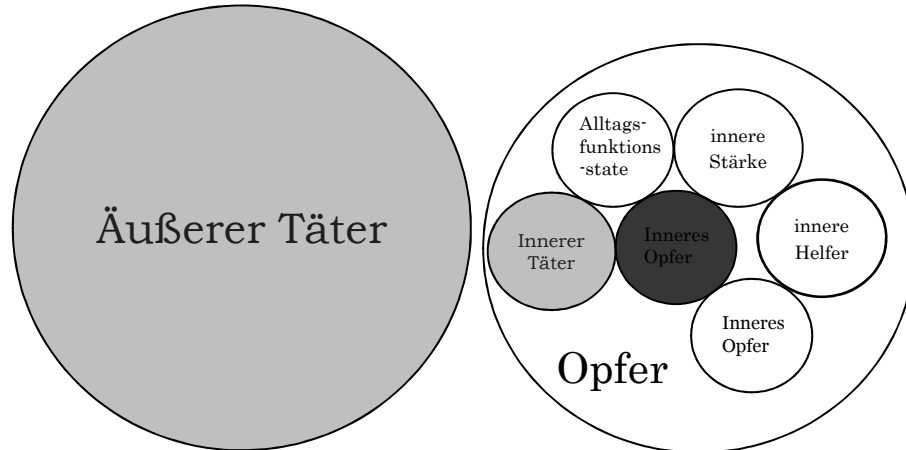
© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

ARBEIT MIT ALLEN INTERVENTIONEN DER EGO-STATE-THERAPIE

- Einzel- und Gruppensetting der Arbeit mit Ego-States
- Würdigung
- Verhandeln
- vermittelter Kontakt
- Gesprächsregeln
- neue Informationen
- eigene Bedürfnisse und eigene Werte
- neue Ziele und neue Strategien
- neue Rollen

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

INTERVENTIONEN ZUR ARBEIT MIT MEHREREN EGO-STATES



© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

INTERVENTIONEN ZUM TRENNEN DER BEDÜRFNISSE DES TÄTERS UND DES OPFERS

Bedürfnisse des Täters

- Kontrolle
- Lustgewinn
- Macht, Selbstwerterhöhung
- Bewältigung eigener Defizite, Konflikte, Störungen

Bedürfnisse des Opfers

- Überleben
- Bindung
- Abwehr von Ohnmacht
- Abwehr von Hilflosigkeit
- Kontrolle
- Selbstwertschutz



Entstehung eines destruktiv wirkenden Ego-States

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

INTERVENTIONEN ZUM TRENNEN VON FUNKTION UND INHALT/STRATEGIE

Funktion

- **Überleben**
- **Bindung**
- **Abwehr von Ohnmacht**
- **Abwehr von Hilflosigkeit**
- **Kontrolle**
- **Selbstwertschutz**

Inhalt/Strategie - *täterimitiert*

- **Wahrnehmung und Körper:** die eigene Person und die Welt aus den Augen des Täters sehen, eigene Bedürfnisse nicht mehr wahrnehmen
- **Verhalten/Handlungsmuster:** selbstschädigendes, selbstverletzendes und therapiegefährdendes Verhalten
- **Kognitionen:** Abwertungen, negative Überzeugung über die eigene Person und die Welt, Übernahme der Überzeugungen des Täters, Rechtfertigung der Gewalt, Schuldzuschreibung der eigenen Person
- **Spezifische schädigende Beziehungsmuster**

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

Die Existenz bewahren und neue
Strategien/Aufgaben entwickeln.

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)

Masken und Gewänder

© Dr. Kai Fritzsche · Institut für klinische Hypnose und Ego-State-Therapie (IfHE)