

Das dynamische Handlungspentagon – Dynamik und Struktur des Getriebenseins, eine Weiterentwicklung der Antreibertheorie¹

J. Schneider

Einleitung

Die Theorie der „Antreiber“ (Kahler und Capers 1974) beschreibt menschliches Verhalten unter Druck, das den Charakter inneren und äußeren Zwangs und des Getriebenseins aufweist.

Steiner (1966) beschreibt ursprünglich die später von Kahler und Capers (1974) genannten „drivers“ (ins Deutsche mit Antreiber übersetzt) in seiner Skripttheorie als Gegenskript und Gegeneinschärfungen. Er erklärt damit zunächst von außen gegebene, dann intrapsychisch wirksame Botschaften, die als Kompensationen für (gegen) Einschärfungen entwickelt wurden. Von Kahler werden diese Botschaften „counter-script-slogans“ und „driver“ genannt (Kahler 1974). Kahler und Capers erläutern die Dynamik zwischen den „Einschärfungen“ und den „Antreibern“ ausführlich mit dem Miniskriptmodell (Kahler T., Capers, H., 1974, deutsche Übersetzung 1977). Hay formuliert „Vorteile“ des Antreiberverhaltens und lenkt so den Blick auf Fertigkeiten, die durch das Antreiberverhalten trainiert werden (Hay, 1996). Kreyenberg publizierte eine schon lange kursierende und in der Quelle unbekanntes Checkliste, an hand derer ein Antreiberprofil erstellt werden kann und stellt Interventionen vor (Kreyenberg, 2003). Schmid und Hipp beleuchten die aktuellen Kontextbedingungen für die Antreiberdynamik, beschreiben die Konterdynamik, erläutern die Beziehungsanalyse und wenden die Aufmerksamkeit mit den Begriffen Tugend, erlöste Tugend, Talent und erlöstes Talent auf Ressourcen (Schmid & Hipp, 2000).

Preukschat stellt heraus, dass es fünf Antreiberverhaltensweisen gibt und beschreibt schlüssig, wie sie als Handlungskomponenten miteinander zusammenhängen. Die fünf Antreiberverhaltensweisen beschreiben Handeln auf drei Ebenen: Handeln in der Beziehung zu anderen („mach's recht“), Handeln in der Beziehung zu sich selbst („sei stark“) und Handeln in Bezug auf mögliche Handlungsobjekte und das eigene Subjekt mit den Komponenten „Kraft“ („streng Dich an“), „Geschwindigkeit“ („beeil Dich“) und „Präzision“ („sei perfekt“) (Preukschat, 2003, S. 18ff). Für die depressive Grundeinstellung stellt er schlüssig eine Reihenfolge und den inneren Zusammenhang zwischen den verschiedenen Antreiberverhalten dar (Preukschat, 2003, S. 21).

In diesem Artikel stelle ich, die Gedanken der oben genannten Autorinnen und Autoren aufgreifend, eine Weiterentwicklung des Antreiberkonzepts vor, mit

- einer Sprache, die der Grundannahme der Antreibertheorie als einer Prozesstheorie Rechnung trägt,
- fünf den Antreiberverhalten zugrunde liegenden Fähigkeiten, aus denen beobachtbares Antreiberverhalten aktiviert werden kann,
- einer graphischen Darstellung, mit der sich die Fähigkeiten und die Antreiberverhalten ohne Rangfolge und dadurch für verschiedene Abwehrformen brauchbar, darstellen lässt und
- einer logisch aufgebauten Interventionsstrategie zur Auflösung der Antreiberdynamik

¹ Der 2003 erschiene Artikel von Preukschat hat mich angeregt, die hier vorgestellte graphische Darstellung zu entwickeln und die anderen über lange Jahre entwickelten Gedanken zum Antreibermodell zu veröffentlichen. Danken möchte ich an dieser Stelle Dr. Gabriele Meckelburg-Randau, Pinneberg, Hanne Raeck, Hamburg, Christin Gebers, Neumünster und Martin Warnecke, Bremen, für die wertvollen Rückmeldungen zum Manuskript.

Der Sprachgebrauch

Ich benutze folgende Begriffe: **Antreiberverhalten** und **Gegenantreiberverhalten** für die auf der Verhaltensebene sichtbaren und erlebten Verhaltensweisen, **äußere Antreiberbotschaft** oder **äußeres Antreibermotto** für die von der Umgebung ausgesandten Botschaften, die das Antreiber- und Gegenantreiberverhalten verhalten aktivieren, **innerer Antreiberbotschaft** oder **innerer Antreiberdirektive** oder **inneres Antreibermotto** für den innerlich erlebten Druck (visuell, akustisch oder kinästhetisch), **Antreiberdynamik** für die Benennung innerer und äußerer Zusammenhänge in der Entstehung und Aktivierung der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten² und **Konterdynamik** oder **Gegenantreiberdynamik** für die inneren und äußeren Zusammenhänge bei Gegenantreiberverhalten.

Damit trage ich zum einen der Tatsache Rechnung, dass es sich bei dem, was wir mit der „Antreibertheorie“ beschreiben, um innere und äußere Prozesse und um Verhaltensweisen handelt, um „wie“ etwas gemacht wird und wie es sich anfühlt, wie Kahler es auch herausgearbeitet hat (Kahler 1975b); zum anderen trage ich der professionellen, wirklichkeitskonstruktiven Bildungs-, Beratungs- oder Therapiesituation Rechnung, in der es darauf ankommt, mit Sprache nicht erneut Zuschreibungen („Du hast“ oder „ich habe einen ... Antreiber“) zu verwenden, sondern eine Sprache zu wählen, die den beschriebenen Prozessen Rechnung trägt und darauf angelegt ist, die Klienten darin zu unterstützen, ihr Antreiberverhalten und die zugrunde liegende Antreiberdynamik aufzulösen³.

Worte wirken. Ich möchte Sie an dieser Stelle zu einem kleinen Experiment einladen, durch das Sie die Wirkungsweise unterschiedlicher sprachlicher Wendungen erfahren können. Beobachten Sie doch einmal den Unterschied in Ihrer eigenen Reaktion auf die Sätze „Ich habe einen Antreiber“ und „ich verhalte mich in einem ... - Antreiberverhalten“, oder den Unterschied in der Reaktion Ihrer Klienten, wenn Sie sagen „Sie haben einen Machs-recht-Antreiber“ und „Sie verhalten sich nach dem Motto „mach’s recht“. Sie werden die wirklichkeitskonstruktive Kraft von Worten wahrnehmen und feststellen, dass Sie und Ihr Klient sich bei „ich habe einen ... - Antreiber“ oder „Du hast einen ... - Antreiber“ festgelegt fühlen. Bei dem Sprachgebrauch „ich verhalte mich in einem ...Antreiberverhalten“ oder „Sie verhalten sich in einemAntreiberverhalten“, oder „ich befinde mich gerade in einem ...Antreiberverhalten“ oder „ich handle gerade nach dem Motto ...“ werden Sie feststellen können, dass Ihnen oder dem, den Sie ansprechen, Veränderung möglich erscheint. Mit dem Sprachgebrauch „Ich habe ...“ oder „Sie haben ...“ legen Sie fest, etikettieren und stempeln ab und begrenzen so das Handlungs- und Veränderungspotential des Klienten, der sich durch diese Sprachformulierung eingeschränkt fühlt. Mit „Ich verhalte mich ...“ oder „Sie verhalten sich ...“ beschreiben Sie Verhalten und innere Prozesse, die veränderbar sind, Sie stimulieren und eröffnen Handlungsalternativen.

² Von Gegenantreiberverhalten oder „von einer Konterdynamik spricht man, wenn sich jemand zwar an der Logik einer Dynamik ausrichtet, aber versucht, ihr durch verneinendes Verhalten auszuweichen“ (Schmid & Hipp 2000, S. 6).

³ Es gibt keinen Antreiber. Der Begriff Antreiber stellt eine Reifikation dar, eine Verdinglichung oder Versachlichung von abstrakt Gedachtem. Sagen wir „der Antreiber“, implizieren wir, dass es so etwas gibt, es gibt aber nur die erlebten Prozesse, die wir mit Sprache und Theorie zu fassen versuchen.

Der innere Zusammenhang der fünf Antreiberverhalten

Preukschat stellt heraus, dass die einzelnen Antreiberverhaltensweisen miteinander verbunden sind. „Die Antreiber sind nicht voneinander unabhängige Einzelentitäten, sondern die miteinander verbundenen einzig möglichen Komponenten, aus denen sich jedes Angetriebensein seiner Struktur nach zusammensetzen muss; es sind Verhaltensdirektiven, die –vollständig! - das sich in fünf Ausrichtungen verzweigende Funktionieren des Angetriebenseins als solches beschreiben.“ (Preukschat, 2003, S.15)

Er arbeitet auf der Grundlage einer depressiven Grundeinstellung das Zusammenwirken der fünf Antreiberverhaltensweisen heraus und ordnet sie drei Handlungsebenen zu ((siehe Abb. 1):

- In der Beziehung zu anderen Subjekten („mach´s recht“),
- in der Beziehung zu sich selbst („sei stark“) und
- in der Beziehung zu den möglichen Handlungsobjekten („beeil Dich“, „streng Dich an“ und „sei perfekt“).(Preukschat, 2003, 21f)

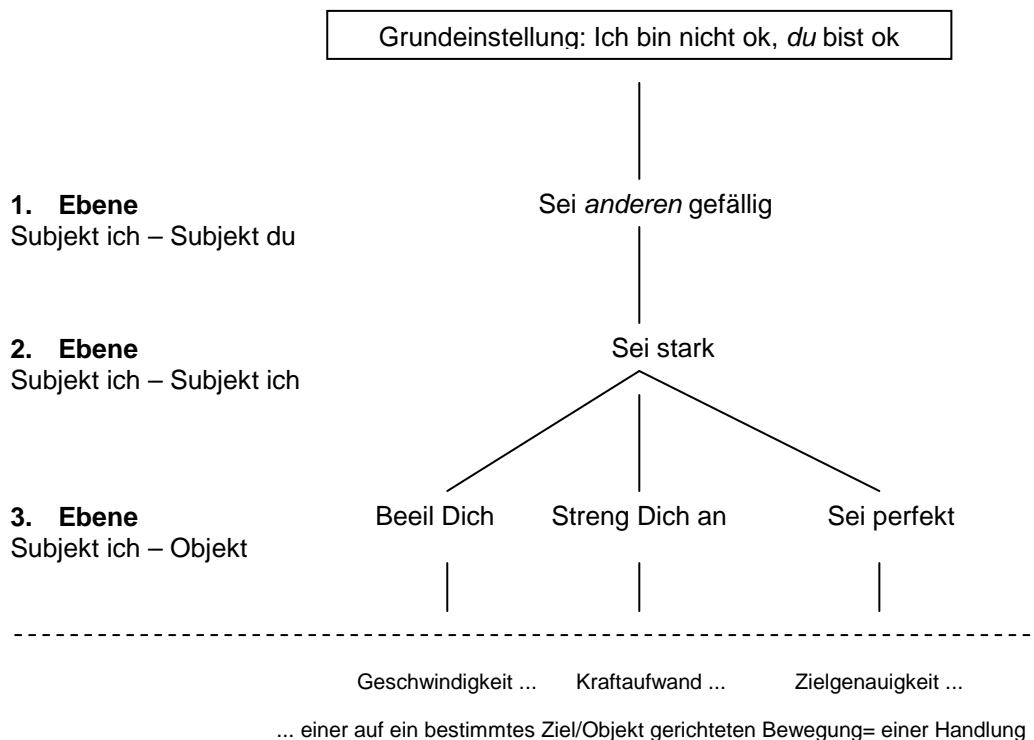


Abb.1: Struktur des Angetriebenseins bei einer depressiven Grundstruktur nach Preukschat, 2003, S. 31

Fünf Fähigkeiten

Preukschat ließ bewusst offen wie es gerade zu der Zahl fünf bei den Antreiberverhaltensweisen kommt. Er zitiert Ansätze für Erklärungen kommt jedoch zum Schluss, „dass alle bisherigen Erklärungsversuche zum besonderen Status der Antreiber erfolglos geblieben sind“ (2003, S. 11). Ich möchte hier eine Hypothese formulieren, die sich in meiner Beratungs- und Psychotherapietätigkeit pragmatisch als wirkungsvoll bewährt hat: Den fünf Antreiberverhalten lassen sich fünf Fähigkeiten zuordnen, die Menschen angelegt haben und für Handlungen brauchen. Sie müssen diese Fähigkeiten aktivieren und als Fertigkeiten

© Autor: Dr. Johann Schneider • Lehrtrainer bei:

ausbilden, um Handlungen wirkungsvoll und lustvoll zu erfahren⁴. Diese fünf Fähigkeiten (Abb. 2) sind:

- **Einfühlungsvermögen:** Die Fähigkeit sich auf die Umgebung⁵ und sich selbst zu beziehen, zu assoziieren.
- **Distanzierungsvermögen.** Die Fähigkeiten sich von der Umgebung und sich selbst zu distanzieren, zu dissoziieren
- **Durchhaltevermögen:** Die Fähigkeit angemessen Kraft einzusetzen
- **Raum-Zeit-Gefühl:** Die Fähigkeit sich räumlich und zeitlich im Bezug auf sich und die Objekte einzustellen, sich zeitlich und räumlich zu orientieren und die Handlung auf Raum, Zeit und Objekt bezogen mit der passenden Geschwindigkeit auszuführen. Ein gut entwickeltes Raum-Zeit-Gefühl zeigt sich in Sprintqualitäten wie auch in der Fertigkeit sich ruhig fließend zu bewegen.
- **Sinn für das Ganze, die Vollkommenheit:** Die Fähigkeit, für die Handlung eine passende Technik, zu entwickeln und einzusetzen⁶.

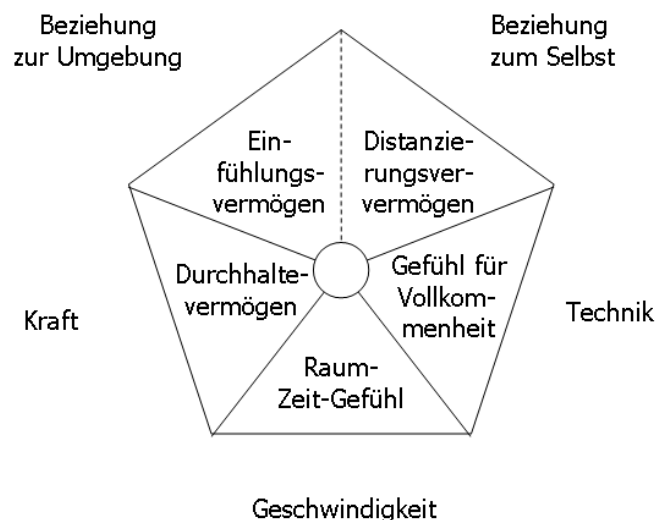


Abb. 2: Fünf Handlungsfähigkeiten, ihre Inhalte und ihre Ausrichtung⁷

⁴ Über diese Fähigkeiten hinaus brauchen wir für bewusste Handlungen als übergeordnete Fähigkeiten oder Funktionen: Bewusstsein, Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Denken, Gefühl, Intuition und Koordination. Diese übergeordneten Fähigkeiten symbolisiert in Abb. 2 der Kreis in der Mitte.

⁵ Als Umgebung bezeichnet man wissenschaftlich die subjektiv wahrgenommene Umwelt, (Uexküll, 2002, S. 17). Ich benutze hier diesen Begriff lieber als den Objektbegriff.

⁶ Preukschat bezeichnet die einzelnen Antriebsverhalten als Strukturkomponenten des Antriebens (2003, S. 18). Dem stimme ich zu, gehe hier aber einen Schritt weiter und postuliere fünf Fähigkeiten, aus denen das Antriebsverhalten als zwanghafte Handlung mit den fünf Handlungskomponenten erwächst.

Handlung ist auch Bewegung, Bewegung ist die physische oder physikalische Komponente von Handlung. Stellen Sie sich vor, sie führen eine Bewegung aus. Sie werfen und fangen einen Ball (das lässt sich in einer Gruppe gut als Anschauungsbeispiel durchführen) oder Sie spielen Klavier. Sie brauchen alle oben erwähnten fünf Fähigkeiten, um spielen zu können: Sie können die Klaviertasten nur anschlagen, wenn Sie zu diesen eine Beziehung herstellen können. Sie erreichen Ihre Zuhörer nur, wenn Sie auch zu ihnen Kontakt aufnehmen können. Wenn Sie kein Gefühl, keine Beziehung zu Ihrem eigenen Empfinden und Ihrem Körper haben, zu nah (zu assoziiert) oder zu weit von sich weg (zu dissoziiert) sind, können Sie ihre Fähigkeiten nicht adäquat einsetzen. Ohne Kraft können Sie die Finger gar nicht bewegen. Ohne ein Zeitgefühl finden Sie keine passende Geschwindigkeit, keinen Rhythmus. Wenn Sie keinen Sinn für das Ganze der Bewegung, des Ausdrucks mit dieser Musik haben, können Sie nicht die Technik (Fingerfertigkeit, Körperhaltung, Bewegungsstil) entwickeln und das, was Sie musikalisch empfinden, nicht voll zum Ausdruck bringen. (Nur) Das ausgewogene Zusammenspiel aller fünf Fähigkeiten mit den dazu ausgebildeten Fertigkeiten ergibt ein Ganzes, ein ausdrucksvolles Spiel.

Sie können den Ball nur werfen, wenn Sie zu diesem eine Beziehung herstellen können. Sie erreichen Ihre Mitspieler nur, wenn Sie auch zu ihnen Kontakt aufnehmen können. Wenn Sie kein Gefühl, keine Beziehung zu Ihrem eigenen Empfinden und Ihrem Körper haben, zu nah (zu assoziiert) oder zu weit von sich weg (zu dissoziiert) sind, können Sie ihre Fähigkeiten nicht adäquat einsetzen. Ohne Kraft können Sie ihren Körper nicht bewegen. Ohne ein Zeitgefühl finden Sie keine passende Geschwindigkeit, keinen Rhythmus. Wenn Sie keinen Sinn für das Ganze der Bewegung, des Ausdrucks mit diesem Ball haben, können Sie nicht die Technik (Geschicklichkeit, den Ball zu werfen mit entsprechender Körperhaltung, Bewegungsstil) entwickeln und das, was Sie spielerisch empfinden, nicht voll zum Ausdruck bringen. (Nur) Das ausgewogene Zusammenspiel aller fünf Fähigkeiten mit den dazu ausgebildeten Fertigkeiten ergibt ein Ganzes, ein ausdrucksvolles Ballspiel.

Die Antreiber- und Gegenantreiberverhalten als Übertreibung oder Untertreibung von fünf Fähigkeiten

Befindet sich jemand in einem Antreiber- oder Gegenantreiberverhalten setzt er eine oder mehrere dieser fünf Fähigkeiten nicht - sich, den anderen und der Situation dem Hier und Jetzt entsprechend – ein. Strukturanalytisch ausgedrückt, befindet er sich in diesem Moment in einem Eltern- oder einem Kindichzustand. Im Antreiberverhalten überzieht er die Fähigkeiten, im Gegenantreiberverhalten verweigert oder untertreibt er die Fähigkeiten⁸.

Die Entstehung der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten

⁷ Die gestrichelte Linie zwischen Einfühlungsvermögen und Distanzierungsvermögen verdeutlicht, dass beide Fähigkeiten sowohl in der Beziehung zur Umgebung als auch in der Beziehung zum Selbst gleichzeitig gebraucht werden. Der Kreis im Zentrum stellt die übergeordneten Fähigkeiten oder Funktionen (Bewusstsein, Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Denken, Gefühl, Intuition und Koordination) dar.

⁸ Ich unterscheide in meiner Arbeit mit Klienten bewusst Fähigkeiten von Fertigkeiten. Fähigkeiten werden in Fertigkeiten nach außen und innen zum Ausdruck gebracht. Die Ausgestaltung der Fähigkeit zeigt sich in der Fertigkeit.

Antreiber- und Gegenantreiberverhalten entwickeln Menschen im Laufe ihrer Lebensgeschichte, um mit emotional und existentiell bedrängenden oder traumatischen Erfahrungen aus ihrer Umgebung⁹ fertig zu werden. Diese Art der Umgebung wird in der klassischen Transaktionsanalyse mit einschränkenden Botschaften beschrieben. Menschen müssen mit Einschärfungsbotschaften und Zuschreibungsbotschaften, die für sie bedrängende Erfahrungen bedeuten, umgehen, um sich selbst mit ihren Grundbedürfnissen durchzubringen und um körperlich, geistig und seelisch zu überleben. Sie entwickeln Überlebensstrategien und verinnerlichen diese Botschaften in eigener Form als innere Zuschreibungsbotschaften und innere Einschärfungsbotschaften¹⁰. Sie geben sich auch selbst solche inneren Botschaften. Die Einschärfungs- und Zuschreibungsbotschaften beeinträchtigen die Fähigkeiten. Gleichzeitig lernen sie, selbst und gedrängt durch ihre Umgebung, mit diesen einschränkenden Erfahrungen sowie äußeren und inneren Botschaften umzugehen, sie versuchen ihnen zu entkommen und erhalten dazu auch aus der Umgebung Botschaften, die ihnen dabei helfen sollen, nämlich die so genannten Gegeneinschärfungsbotschaften¹¹ (siehe Abb. 3). Die Gegeneinschärfungsbotschaften beeinflussen direkt die Ausgestaltung der Fähigkeiten, die Fertigkeiten. Die dazu entwickelten Verhaltensweisen stellen die fünf verschiedenen Antreiber- und Gegenantreiberverhalten mit ihrem zwanghaften Charakter („ich bin nur OK, wenn ...“) dar.

Die Antreiber- und Gegenantreiberverhalten können als eigene Entwicklung oder als übernommene Verhaltensweisen abgespeichert und wieder aktiviert werden und aus Kindichzuständen und aus Elternichzuständen¹² gezeigt werden (z. B. „ich mach´s Dir recht“ (KI) „Mach mir´s recht“ (EL)).

⁹ Als Umgebung bezeichne ich hier die subjektiv wahrgenommene Umwelt. „Was Umwelt ist, wird aus der Sicht des Systems nur durch Parameter des eigenen Programms definiert.“ (Uexküll, 2003, S.17)

¹⁰ In der klassischen Literatur als Einschärfungen und Zuschreibungen bezeichnet. Ich unterscheide sprachlich innere und äußere Botschaften voneinander.

¹¹ In der klassischen Literatur als Gegeneinschärfungen oder Antreiber bezeichnet.

¹² In der strukturanalytischen Betrachtungsweise (Schneider 2001).

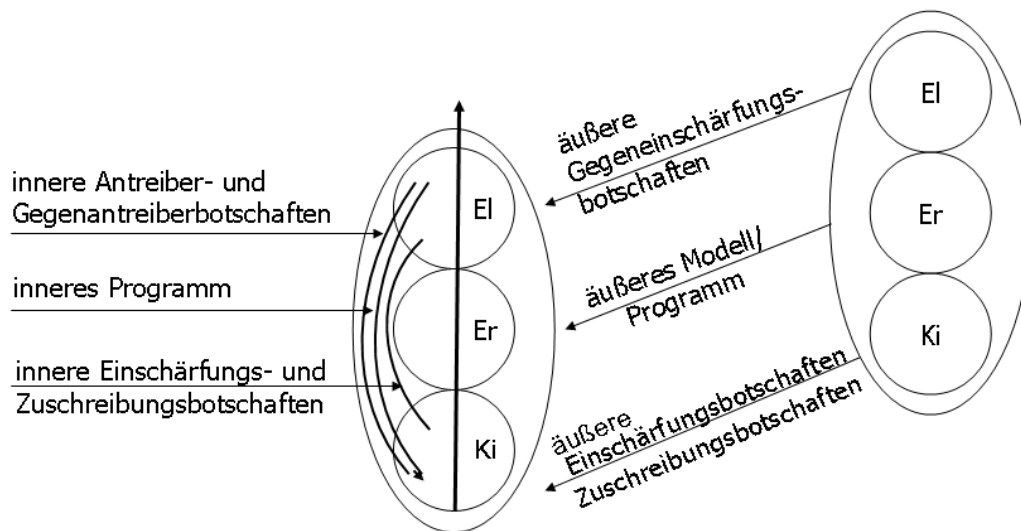


Abb.3: Skriptmatrix¹³

Eltern und andere Umgebungen vermitteln gewöhnlich diejenigen Einschärfungsbotschaften und Antreiberbotschaften, die sie für sich selbst benutzen. Diese Botschaften sind zwar meistens wohlwollend als Antrieb, das Leben zu meistern gemeint, führen letztendlich aber zum Scheitern, da sie in ihrer Absolutheit nicht erfüllbar sind und durch die damit einhergehende Aufmerksamkeitseinschränkung, Verkrampfung und Zwanghaftigkeit zu Misserfolg führen.

Die Antreiberdynamik entsteht unter dem Einfluss der Umgebung (äußere Botschaften) aus den angelegten Handlungsfähigkeiten. Im Antreiber- und Gegenantreiberverhalten werden diese Fähigkeiten zwanghaft (ich bin nur ok, wenn) ausgestaltet und führen im Hier und Heute zu keiner wirklich befriedigenden Handlung (Abb. 4).

Reaktiviert wird die Antreiberdynamik in aktuellen Situationen, in denen von außen und /oder von innen Antreiber- oder Gegenantreiberbotschaften wahrgenommen werden.

¹³ Um den Entstehungsprozess besser zu differenzieren und um in der Beratung und Therapie innere von äußeren Prozessen zu unterscheiden, stelle ich die Skriptmatrix mit äußeren und inneren Botschaften dar

© Autor: Dr. Johann Schneider • Lehrtrainer bei:

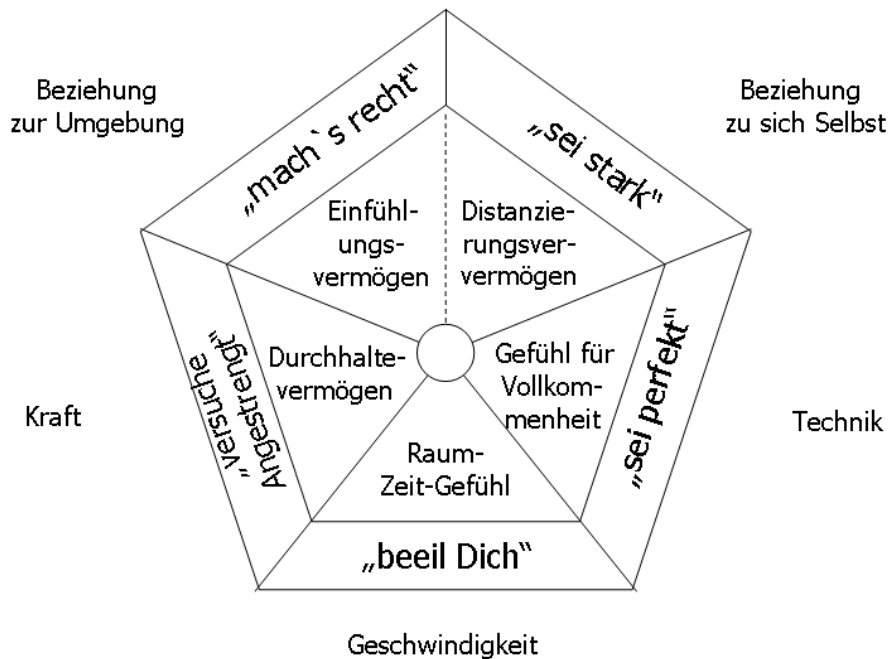


Abb. 4: Das dynamische Handlungspentagon¹⁴

Ich gehe davon aus, dass Menschen mit verschiedenen Fähigkeitsprofilen geboren werden und diese im Laufe des Lebens ausgestalten, Fertigkeiten zu diesen Fähigkeiten entwickeln. Je nach den Lebensumständen entwickeln sie dazu verschieden hoch ausgeprägtes Antreiber- und Gegenantreiberverhalten (Abb. 5).

¹⁴ Das Adjektiv dynamisch steht für den inneren Zusammenhang und das Zusammenspiel der Fähigkeiten. Von Preukschat (2003) habe ich die Begriffe Beziehung zu sich Selbst, Kraft und Geschwindigkeit übernommen. Verändert habe ich den Begriff Objekt in Beziehung zur Umgebung, um damit alle subjektiv wahrgenommenen Objekte aus der Umwelt einzubeziehen; ich spreche von Technik statt Präzision. Präzision sehe ich als ausgestaltete Fertigkeit der Fähigkeit „Sinn für Vollkommenheit“.

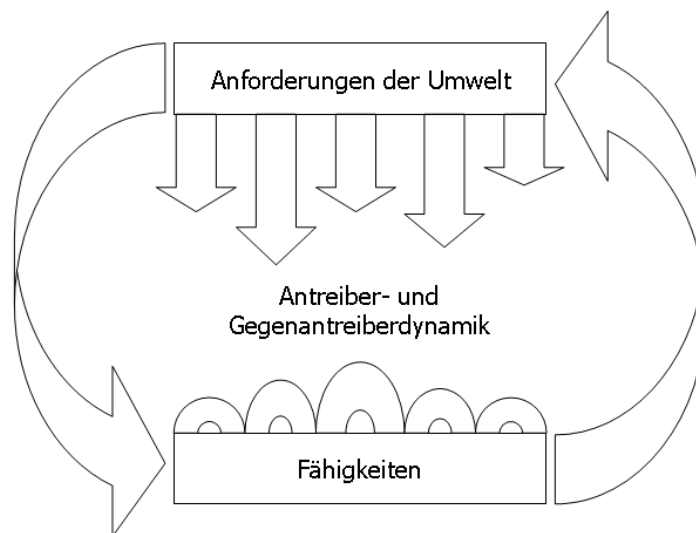


Abb. 5: Entstehung der Antreiberdynamik

Nach meiner Beobachtung werden Antreiber- und Gegenantreiberverhalten von Menschen¹⁵ mehr oder weniger belastend oder leidvoll erlebt, je nachdem, welche Fähigkeiten ihnen überzogen oder unterdrückt abverlangt werden und welche sie gut angelegt und schon entwickelt hatten. Kann ein Mensch auf die Umwelt mit Antreiberverhalten reagieren, zu dem er gut angelegte Fähigkeiten hat, empfindet er es das dazu entwickelte Antreiberverhalten als weniger belastend, als wenn er ein Antreiberverhalten zu einer weniger gut angelegten Fähigkeit entwickeln muss. Das heißt in der praktischen Arbeit, dass nicht unbedingt dort, wo das höchste Antreiberverhalten gezeigt wird die am besten angelegte Fähigkeit ist.

So habe ich zum Beispiel einen Klienten begleitet, dessen Antreiberverhalten die Rangfolge „mach´s recht“ (1), „sei stark“ (2), versuche angestrengt“ (3), „sei perfekt“ (4) und „beeil Dich“ (5) aufwies. Im Laufe der Entwicklung stellte sich heraus, dass seine am besten angelegte Fähigkeit der Sinn für Vollkommenheit war, gefolgt von Durchhaltevermögen, Raum-Zeit-Gefühl, Einfühlungsvermögen und Distanzierungsvermögen.

Menschen leiden subjektiv am heftigsten unter den Antreiberverhalten, bei denen die angelegten Fähigkeiten und der Anspruch von außen am meisten auseinander klaffen.

¹⁵ Ich spreche hier von Menschen und meine damit Menschen in allen Altersstufen. Ich gehe dabei davon aus, dass Menschen einen Großteil der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten zwar in der Kindheit entwickeln, dass es aber viele Lebenssituationen im Jugend- und Erwachsenenalter gibt, in denen Menschen dies als Überlebensstrategie neu entwickeln, oder schon entwickeltes Antreiber- und Gegenantreiberverhalten verstärken oder modifizieren.

Um im Laufe einer Beratung, Therapie oder eines Erziehungs- oder Erwachsenenbildungsprozesses (auch nach der Erhebung des Antreiberverhaltens durch einen Fragebogen) die Ergebnisse zu skizzieren, habe ich ein Arbeitsblatt entwickelt, auf dem sich die eingeschätzte Rangfolge der Antreiberverhalten, die Rangfolge der Fähigkeiten und die unter den Antreiberverhalten liegenden Einschärfungsbotschaften festhalten lassen (Abb.6).

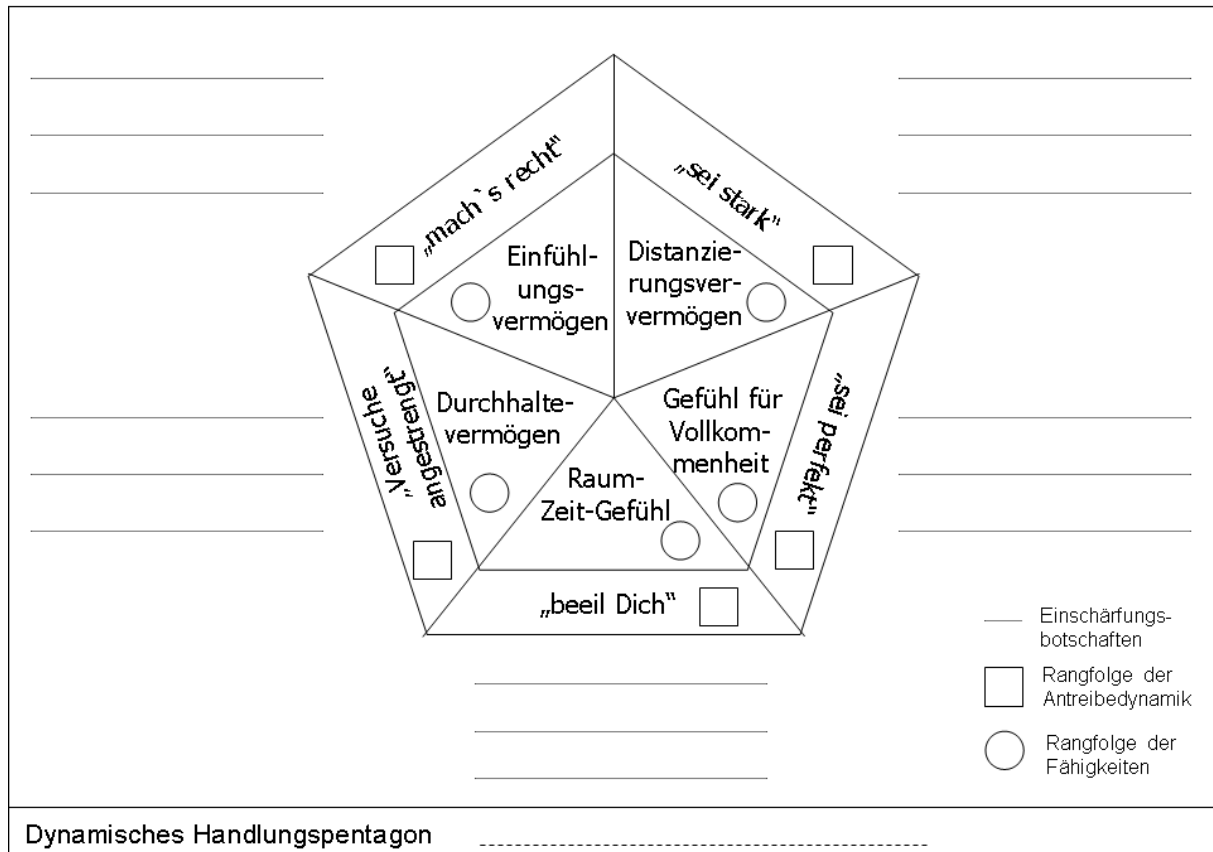


Abb. 6: Diagnoseblatt zum dynamischen Handlungspentagon

Die Unterscheidung von Fähigkeiten und Fertigkeiten

Ich selbst habe vor Jahren die von Hay (1994) benannten und von Kreyenberg (2003, S. 68) aufgelisteten „Vorteile“ eines Antreiberverhaltens sprachlich benutzt und dargestellt¹⁶. In der Zwischenzeit bin ich von diesem Sprachgebrauch abgekommen, da er nicht trennscharf ist, Fähigkeiten mit Fertigkeiten vermischt und fragliche Wertungen einführt. Der Grundgedanke von Hay ist, dass mit dem Antreiberverhalten Fertigkeiten entwickelt wurden, die auch Vorteile bieten. Der Begriff Vorteile löst sprachlich die zwanghafte Antreiber- oder Gegenantreiberdynamik jedoch nicht auf, trennt begrifflich die zwanghafte Dynamik nicht von der Fähigkeit und von frei entschiedenen Fertigkeiten, bleibt so im Dysfunktionalen verhaftet und schafft beim Klienten innere Widerstände. Aus meiner heutigen Sicht erfährt der Klient mit dem Benennen der

¹⁶ Workshop auf dem DGTA - Kongress, 1994 in Nürnberg

Antreiber- und Gegenantreiberdynamik als Überlebensstrategie eine Würdigung seiner Anpassungsleistungen und kann dann mit den zusätzlich neu eingeführten Begriffen Fähigkeit und Fertigkeit Überlebensstrategien von hier und heute aktuell passenden Möglichkeiten und Verhaltensweisen unterscheiden lernen.

Schmid und Hipp stellen ihrem Artikel das Zitat voraus „Jede Neurose ist ein unerlöstes Talent“ und implizieren damit bewusst oder unbewusst, dass Talente hinter den zwanghaften Antreiberverhalten liegen (Schmid & Hipp, 2000, S. 1). Später sprechen sie von Ressourcen (ab Seite 6) und auch von Tugend (S. 6, 12, 16, 20), wenn sie die nach meinem Sprachgebrauch hinter den Antreiberverhalten liegenden Fähigkeiten beschreiben¹⁷. Diese Metaphern können hilfreich sein, wenn gleichzeitig die Unterscheidung von Fähigkeit und Fertigkeit beibehalten wird. Begabung, Talent und Tugend lässt zusätzlich zu dem Begriff Fähigkeit noch andere Wertungen mitschwingen. Mit den Begriffen Fähigkeit und Fertigkeit haben wir trennscharfe Begriffe, die zumindest in der Aufarbeitungsphase für die Klienten hilfreich sind und nicht wieder Vermischungen stimulieren.

Die fünf Antreiberdynamiken¹⁸ und ihre Konterdynamik.

Schematisch stelle ich die „Antreibertheorie“ mit den Mottos des Antreiber- und Gegenantreiberverhaltens, dem Verhalten, das der Klient unter diesen Mottos an den Tag legt, der dahinter liegenden Fähigkeit und der oder den daraus entwickelten Fertigkeit (en) dar (Tab. 1).

Wenn sich jemand nach dem Motto „**beeil Dich!**“ verhält, versucht er, viel zu erledigen, die Fülle des Lebens auszuschöpfen, macht dabei aber in der Hektik Fehler. Im Gegenantreiberverhalten „jetzt aber erst mal langsam“¹⁹ blockiert er durch Stillstand. Wichtig wäre für ihn, sein Raum-Zeit-Gefühl zu aktivieren und sich in einer passenden Geschwindigkeit zu bewegen, so dass die Handlung gut gelingt. Die Fähigkeit sich in Raum und Zeit zu orientieren, zum Wesentlichen zu kommen und sich darauf zu konzentrieren, löst die Antreiberdynamik auf. Menschen die diese Fähigkeit sehr gut ausgeprägt angelegt haben und diese frei einsetzen können, zeigen ausgeprägte Sprinterqualitäten.

Während sich jemand nach dem Motto „**mach´s recht**“ verhält, setzt sie ihr Gespür für die Umgebung zu massiv ein, verliert den Kontakt zu ihren eigenen Bedürfnissen und Strebungen und denen der Umgebung, sie nimmt so keinen authentischen eigenen Standpunkt ein und grenzt sich nicht ab. Im Gegenantreiberverhalten nach dem Motto „besser garstig , als ein niemand“ oder einfacher ausgedrückt „Du kannst mich mal“

¹⁷ „Die Deeskalation und „Erlösung“ aus der Dynamik führt zu einer reif entwickelten Tugend. Der Unterschied der erlösten Position zur Antreiberdynamik liegt darin, dass das „erlöste“ Verhalten nicht mehr in der „OK, wenn“ – Logik steht. Es kann vielmehr kontextspezifisch gewählt werden: „Ich kann mich entscheiden, ob und wann ich mich beeile“ (Schmid & Hipp, 2000, S. 20). Ich würde formulieren: „ich kann entscheiden, welches Tempo ich anschlage“, da mit beeilen sprachlich in der Dynamik verharret wird.

¹⁸ Ich beschreibe hier nur kurz zusammengefasst die Charakteristik der fünf Antreiber- und Gegenantreiberverhalten. Sie lassen sich in der Originalliteratur (Kahler 1977, Schmid & Hipp 2000) und in den gängigen Lehrbüchern der Transaktionsanalyse ausführlich nachlesen.

¹⁹ Die Mottos der Konterdynamik, wie sie in der Tabelle aufgeführt sind habe ich von Schmid & Hipp (2000) übernommen. Man kann sie in der Arbeit einfacher, krasser, salopper und umgangssprachlicher ausdrücken, wie der Klient sie erlebt und berichtet.

oder „Ihr könnt mich mal“ verweigert sie diese Art der Beziehung und rebelliert, sie trotz den Überforderungen. In dieser Dynamik wird Nähe auf Kosten der Selbstbestimmung und Selbstbestimmung auf Kosten der Verbundenheit und Nähe hergestellt. Findet sie zu ihrem Einfühlungsvermögen für sich, andere und die Situation und zu ihrer Fähigkeit, sich auch von anderen zu distanzieren zurück, kann sie sich authentisch verhalten. Nähe und Distanz werden dann nicht mehr als Gegensätze oder Paradox erlebt, sie gehören zusammen. Aus dieser Haltung entsteht stimmige Hilfsbereitschaft.

Während sich jemand nach dem Motto „**sei stark**“ verhält, versucht er Ruhe zu bewahren, er distanziert sich zu stark von seinen eigenen Empfindungen und Gefühlen und der anderer und fragt nicht um Hilfe. Im Gegenantreiberverhalten fühlt er sich nach dem Motto „Mit mir könnt ihr machen“ sicherer, indem er seine Anliegen unvertreten lässt und sich unterwirft und leidet“ (Schmid & Hipp, 2000, S. 9), „wehleidig“ (Zitat eines Klienten) verhält. Er muss lernen, sich adäquat in seine eigene innere Situation, in die äußere Situation und andere Menschen einzufühlen und sich adäquat zu distanzieren, so dass er seine ursprünglichen Empfindungen, Gefühle Gedanken und Handlungsimpulse authentisch umsetzen kann und sich von ihnen nicht überrollt fühlt. Die geübte Fähigkeit sich authentisch distanzieren zu können, führt zu selbst bestimmter, kreativer Disziplin.

Während sich jemand nach dem Motto „**versuche angestrengt**“ verhält, lässt sie sich von ihrem Engagement wegtragen und geht über ihre Kräfte, bemüht sich („strampelt sich ab“), verzettelt sich dabei, kommt nicht auf den Punkt und zu keinem erfolgreichen Abschluss. Im Gegenantreiberverhalten verweigert sie unter dem Motto „alles easy“ (Schmid & Hipp, 2000, S. 16) „ganz lässig“ oder „null Bock“ ihre Kraft und kommt so auch zu keinem Abschluss. Die Auflösung gelingt, in dem sie sich darauf besinnt, ihre Kraft wahrzunehmen, diese gelassen und besonnen fließen zu lassen und einzusetzen. Mitten aus ihrer Kraft heraus zu handeln macht Durchhaltevermögen und Ausdauer für sie spürbar und sichtbar. Initiative und Engagement entstehen als bewusste Fertigkeiten.

Während sich jemand nach dem Motto „**sei perfekt**“ verhält, will er mehr als alles, er will mehr als 100%. Dabei versucht er gut organisiert, seine Aufgaben zu lösen und findet bei Aufgaben, Projekten und Beziehungen schwer ein Ende, da ihm immer wieder Verbesserungen und neue Ideen einfallen. Kritik und Anregungen, kann er dann schwer annehmen, da er ja schon sein bestes zu geben meint. Im Gegenantreiberverhalten schmeißt er nach dem Motto „jetzt ist mir alles egal“ (Schmid & Hipp 2000) oder „sch...egal“ die Flinte ins Korn, fühlt sich unverstanden und (in seiner Intention nach Vollkommenheit und Ganzheit) nicht gesehen. Es gelingt ihm die Perfekt-Dynamik aufzulösen, wenn er die Fähigkeit, Ganzheit und Vollkommenheit zu erahnen und nach ihr zu streben von der Ganzheit und Vollkommenheit im Handeln und in den Ergebnissen unterscheiden lernt. Wenn er lernt, auch unvollkommene Dinge, Handlungen, Menschen auch so „unvollkommen“ sein zu lassen und zu lieben,

findet er zu heiterer Gelassenheit und zu sich selbst²⁰. Die Fertigkeiten Präzision, Sorgfalt und Ästhetik werden zu einem bewussten Handlungsrepertoire.

ANTREIBER-/ (GEGEN-ANTREIBER-) MOTTO	Antreiber-/ Gegenantreiberverhalten		dahinter liegende Fähigkeit/Fertigkeit
	„versucht“,	„macht dabei“	
„beeil Dich“ („jetzt erst mal langsam“)	viel zu erledigen (blockiert das Tempo)	Fehler	Raum-Zeit-Gefühl <i>Steuerung bei hoher Komplexität</i>
„mach´s recht“ („besser garstig, als ein Niemand“)	sein Gespür für andere einzusetzen (entzieht sich trotzig)	Vertritt oder findet keinen eigenen Standpunkt. Sagt nicht Nein.	Einfühlungsvermögen <i>Hilfsbereitschaft</i>
„sei stark“ („mit mir könnt Ihr´s machen“)	Ruhe in Krisensituationen zu bewahren (lässt sich quälen)	Fragt nicht um Hilfe.	Distanzierungsvermögen <i>Disziplin</i>
„versuche angestrengt“ („ganz lässig“)	mit Initiative, Interesse, Enthusiasmus Dinge umzusetzen (macht auf ganz lässig)	Verzettelt sich, schließt Projekte nicht ab.	Durchhaltevermögen <i>Initiative, Engagement</i>
„sei perfekt“ („jetzt ist mir alles egal“)	150% zu bringen, gut zu organisieren, im Voraus zu planen, vollkommen zu sein. (schmeißt die Flinte ins Korn)	Nimmt Vorschläge und Kritik nur schwer an.	Sinn für Vollkommenheit, <i>Sorgfalt, Präzision</i>

Tab. 1: Charakteristik der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten

Die Auflösung der Antreiber- und Gegenantreiberdynamik

Die Auflösung der Antreiber- und Gegenantreiberdynamik bedarf der Aufarbeitung der Gegeneinschärfungsebene und der Einschärfungsebene²¹.

Auf der Gegeneinschärfungsebene gelingt die Auflösung des Antreiber- und Gegenantreiberverhaltens am besten und am elegantesten, indem man

- die hinter dem jeweiligen Antreiber-/Gegenantreiberverhalten liegende Fähigkeit aufzeigt,
- die Fähigkeit als Ressource/Begabung/Talent deutet,

²⁰ Die Begriffe „Sinn für Vollkommenheit“ und „heitere Gelassenheit“ stammen aus den Studien zum Enneagramm, dort aus der Beschreibung des Typ I (siehe dazu Gündel, J. (1997). Ich selbst verdanke wesentliche Bestärkungen für die hier gewählte Darstellung der Antreibertheorie der Auseinandersetzung mit den Gedanken von Schmid und Erfahrungen in einem Enneagramm- Seminar mit Jürgen Gündel.

²¹ die Aufarbeitung der Einschärfungsebene ist letztendlich entscheidend, da sie die Grundlage der Antreiberverhaltensweisen darstellt.

- herausarbeitet, wie das Antreiber-/Gegenantreiberverhalten als Überlebensstrategie entwickelt wurde (innere Dynamik) und diese würdigt,
- wie das Antreiber-/Gegenantreiberverhalten zeitweise nützlich war (wie damit unangenehmen Gefühlen auf der Einschärfungsebene vermieden wurden),
- wie das Antreiber-/Gegenantreiberverhalten heute Lösungen blockiert und
- wie man die Fähigkeiten aufgreift und die dazu passenden Fertigkeiten entwickelt.

Wenn Sie sich in der Vergangenheit so(z.B. angestrengt) verhalten haben, wozu war das hilfreich?

Welche Fähigkeit haben sie eingesetzt, um sich so (z.B. anzustrengen)?

Welche Fertigkeiten haben Sie dabei entwickelt?

Kann es sein, dass Sie ein gutes(Fähigkeit, z.B. Durchhaltevermögen) entwickelt haben?

Wie haben Sie sich dabei gefühlt, wenn Sie sich so verhalten haben?

Wie fühlen Sie sich, wenn Sie jetzt ihre Fähigkeit annehmen und nutzen?

Wie können Sie Ihre Fähigkeiten entwickeln?

Es ist von entscheidender Bedeutung, dass der/die Professionelle nicht nur über den Inhalt des Antreiberverhaltens redet, und dies sprachlich benennt, evtl. auch visuell, akustisch und kinästhetisch aufbereitet, sondern sich auch auf der Prozessebene antithetisch zum gerade gezeigten Antreiberverhalten verhält²² (z. B. interessiert und in einem passenden Tempo zuhört, wenn der Klient ein „beeil Dich“ - Antreiberverhalten zeigt; den Klienten so befragt, dass er ihn wirklich versteht und dieser sich verstanden fühlt).

Es geht auf der Gegeneinschärfungsebene letztendlich darum, die Fähigkeiten herauszuheben und dem Klienten Anleitung zu geben, wie er diese als Fertigkeiten ausbaut. Hier ist zu lernen, sich authentisch und angemessen auf die Umgebung und sich selbst zu beziehen, Kraft effektiv einzusetzen und zu nutzen und damit Durchhaltevermögen zu entwickeln, Technik entsprechend zu üben und damit Sorgfalt zu entwickeln, sich in einer passenden Geschwindigkeit zu bewegen und auf diese Weise das Raum-Zeit-Gefühl zum Tragen zu bringen. Die zwanghafte Ausgestaltung der Fähigkeiten kann durch bewusste und willentliche Handlungsentscheidungen aufgelöst werden. Hier sind die klassischen Erlaubnissätze zur Auflösung der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten (Tab. 2) und die Selbstinterventionen nach Hay (1996, S. 92ff) als sprachlich verdichtete Erfahrung und als Leitfaden hilfreich, um den Fähigkeiten entsprechende Haltungen und Fertigkeiten auszubilden. Es gibt eine Vielfalt von Interventionen, die passend zum Entwicklungsbedarf der Klienten und der professionellen Begleitungssituation angewandt werden können.

²² Mehr zum antithetischen Arbeiten siehe Schneider 2000, S. 140 f.

Antreiber- / Gegenantreiber- dynamik	Auflösung auf der Gegeneinschärfungs-ebene	Auflösung auf der Einschärfungsebene (z.B.)
„mach´s recht“	Ich darf bei mir sein, mich abgrenzen und mich gleichzeitig verbunden fühlen.	Ich brauche nicht für andere zu sorgen, in dem ich für sie denke.
„sei stark“	Ich darf es nach meinen Kräften tun/lassen. Ich darf Hilfe in Anspruch nehmen.	Ich darf mich von meinen Gefühlen leiten lassen. Ich darf fühlen und denken gleichzeitig.
„versuche angestrengt“	Ich darf es so tun/lassen, wie es meiner Kraft entspricht.	Ich darf erfolgreich sein und einen Platz unter den Menschen haben.
„sei perfekt“	Ich darf Fehler machen und daraus lernen. Ich darf sorgfältig sein.	Ich darf meine eigenen Werte und Vorgehensweisen haben und mich verbunden fühlen.
„beeil Dich „	Ich darf mir Zeit lassen. Ich darf es in meiner Geschwindigkeit tun/lassen.	Ich brauche nicht unsicher zu sein, wenn ich weiß, was ich will.

Tab. 2: Auflösung der Antreiber- und Gegenantreiberdynamik auf der Gegeneinschärfungs- und der Einschärfungsebene

Auf der Einschärfungsebene geht es darum, tiefere Skriptschichten aufzudecken oder mit diesen antithetisch - ohne sie zu benennen - umzugehen. Will man diese offen legen, kann man den Klienten nach der Situation, in der die Antreiberverhalten reaktiviert wurden, oder nach der frühesten oder einer früheren Situation fragen, in der er dieses Verhalten als Überlebensstrategie entwickelt hat. Mit der Aufmerksamkeit für Einschärfungsbotschaften und die Entwicklungsthemen und -schritte im Laufe des Lebens findet man gemeinsam mit dem Klienten sehr schnell die entsprechenden Einschärfungsbotschaften und die dazu passenden antithetischen „Erlaubnisse“ (Tab. 2). Diese sind von Klient zu Klient verschieden, ganz individuell herauszufinden. Die in der klassischen Literatur vorhandenen Skriptkonzepte und eine modifizierte Erlaubnisarbeit auf dem Hintergrund des Modells „Cycles of Power“ haben sich in meiner Arbeit bewährt (Schneider, 2000, S. 154 ff, Levin 1982 und 1988).

In welcher Situation haben Sie dieses „.....“ - Antreiberverhalten entwickelt?

Was war in dieser Situation los?

Was hätten Sie in dieser Situation gebraucht, um Ihr Problem gut und angenehm zu lösen?

Wenn Sie aus der Sicht von heute (Beratungs-, Bildungs-, Therapiesituation) darauf schauen, sich hineinfühlen, zuhören,

Was hätte Ihnen gut getan?

Was hätten sie gebraucht?

Was hätten sie gemacht, wenn Sie so hätten handeln können, wie es Ihnen ganz tief in Ihrem Inneren entsprochen hätte?

Wenn Sie könnten, wie Sie wollten, was würden Sie in einer ähnlichen Situation heute tun/lassen²³?

²³ Sie haben vielleicht schon in Tabelle 1 festgestellt, dass ich tun/lassen schreibe. Häufig assoziieren Klienten mit Tun aktives, tatkräftiges Handeln und vergessen dabei, dass Handeln auch beinhaltet etwas machen zu lassen und auch geschehen zu lassen. Insbesondere bei der „versuche angestrengt“ - Dynamik kommt es auch darauf an, aktive Passivität (aktives Lassen und Lassen zuzulassen) zu lernen.

Neben dem inhaltlichen Arbeiten ist auch hier auf der Einschärfungsebene eine antithetische Haltung des Professionellen nötig, um die Weiterentwicklung oder Nachentwicklung der Persönlichkeit in den jeweils unterdrückten Entwicklungsphasen anzuregen und zu fördern. Die stimmig erlebte Begegnung in der Professionellen – Klient - Beziehung hat einen nachhaltigen Effekt auf die Möglichkeiten der Entwicklung des Klienten.

Wenn Menschen das Antreiber- und Gegenantreiberverhalten aufzulösen beginnen, kippen sie oft in einer entweder – oder Haltung zunächst in das andere Extrem, vom Antreiberverhalten in das Gegenantreiberverhalten oder vom Gegenantreiber-verhalten in das Antreiberverhalten. Schmid illustriert diese Situation mit dem Satz: „Auf der anderen Seite vom Pferd heruntergefallen ist auch nicht geritten“ (mündlich überliefert und angedeutet in Schmid & Hipp 2000, S. 16). Hier ist es wichtig, dass der Professionelle diese Situation erkennt und den Klienten darin unterstützt die Antreiberdynamik auf der Einschärfungs- und auf der Gegeneinschärfungsebene aufzulösen (siehe Tab. 3).

Auf der Gegeneinschärfungsebene	Auf der Einschärfungsebene
Auflösen der inneren Antreiberbotschaften und der Antreiber- und Gegenantreiberverhalten Umgehen mit Antreiberbotschaften aus der Umwelt Antithetische Erlaubnishaltung im Kontakt mit dem Klienten einnehmen Handlungsalternativen aufzeigen und einüben (siehe Selbstinterventionen nach Hay (1964) und Ideen nach Kreyenberg (2003) und Schmid/Hipp (2000))	Auflösen der inneren Einschärfungs- und Zuschreibungsbotschaften und der dazu etablierten Verhaltensweisen Umgehen mit Einschärfungsbotschaften aus der Umwelt Antithetische Erlaubnishaltung im Kontakt mit dem Klienten einnehmen Inhaltliches Herausarbeiten der Entwicklungsthemen die Entwicklung der Persönlichkeit in den jeweils passenden Entwicklungsphasen anregen und fördern (Erlaubnishaltung und Erlaubnissätze nach Schneider (2000), Skriptmodelle)
Fähigkeiten benennen, Fertigkeiten herausarbeiten und einüben	die Fähigkeiten herausarbeiten und würdigen, die Dynamik auflösen

Tab. 3: Interventionsebenen und Interventionsinhalte

Schlussbemerkung

Ich habe versucht ein wenig Ordnung und Sprache in die Analyse und Theoriebildung des Getriebenseins zu bringen. Meine Absicht ist, menschliches Verhalten und menschliches Wesen zu verstehen und eine wirkungsvolle Hilfestellung für eine professionelle Begleitung von Menschen anzubieten. Ich hoffe, es ist mir gelungen, Sie in beidem anzuregen.

Zusammenfassung

Im Artikel wird das dynamische Handlungspentagon, eine Weiterentwicklung der Antreibertheorie dargestellt. In diesem Modell werden fünf Fähigkeiten postuliert, die im Antreiber- und Gegenantreiberverhalten zwanghaft ausgestaltet, unter- oder übertrieben ausgedrückt werden. Der Autor postuliert einen Ansatz, in dem diese Fähigkeiten ressourcenorientiert herausgearbeitet und die dazu passenden Fertigkeiten entwickelt werden. Dabei werden die Einschärfungsebene und die Gegeneinschärfungsebene parallel miteinander behandelt und so die Antreiberdynamik aufgelöst.

Summary

In this article, the concept of drivers is presented with abilities behind the driver-behaviours. The driver-behaviour and its counter-dynamic are regarded as an overdeveloped and an underdeveloped state of five abilities. A diagram, called dynamic action-pentagon, is presented, which shows the abilities behind the driver dynamic. This resource-oriented concept opens up a wider range of interventions. The interventions are directed to the injunctions and counter-injunctions, to resolve the driver-dynamic.

Literatur

- Berne, E. (1975) Was sagen Sie, nachdem Sie Guten Tag gesagt haben, Kindler
- Erikson, E (1971) Kindheit und Gesellschaft, Stuttgart, Klett-Cotta
- Goulding und Goulding (1981) Neuentcheidung, Klett-Kotta, Stuttgart
- Gührs, M., Nowack, C. (2003), Trainingshandbuch zur konstruktiven Gesprächsführung, Meezen, Verlag Christa Limmer, S. 156-162
- Gündel, J. (1997) Das Enneagramm, Neun Typen der Persönlichkeit, München, Heyne
- Hay, J., (1996) TA for Trainers, Sherwood Publishing, Watford
- Kahler, T., Capers, H. (1974) The Miniscript, TAJ 4, S. 26-42
- Kahler, Taibi
1975b Scripts, Process and Content, TAJ 5, p. 227
1975c, Drivers, The Key to the Process of Scripts
1977, The Miniskript, in Barnes, G. (Ed.) 1977b, pp. 222-256,
deutsch in Barnes, G. (Hrsg.) 1977, Bd. II, S. 91-132
- Kreyenberg, J. (2003), Arbeitsstil- und Kommunikationsanalyse mit Hilfe von AKA, Zeitschrift für Transaktionsanalyse 1 2003, S. 64-73, Paderborn, Junfermann
- Levin, P., (1982) „The Cycle of Development“, TAJ, 1982, 12, 2, 129-139
- Levin, P., (1988) Cycles of Power: A Users Guide to the Seven Seasons of Live, Health Communications, Deerfield Beach
- Preukschat, O. (2003) Warum gerade fünf? Ein neues Licht auf die Antreiber, ihren Status und Ursprung, Zeitschrift für Transaktionsanalyse 1/2003 S. 5-35
- Uexküll, Th. von (2003) Psychosomatische Medizin, München-Jena, Urban & Fischer
- Schlegel, L. (1995), Die Transaktionale Analyse, Francke, S. 210-214
- Schmid, B.& Hipp, J. (2000) Antreiber-Dynamiken – Persönliche Inszenierungsstile und Coaching, Institutsschriften des Instituts für Systemische Beratung, Wiesloch, www.systemische-professionalitaet.de
- Schneider, J. (2000) Supervidieren und beraten lernen, Paderborn, Junfermann
- Schneider, J. (2001) Von der Kunst erwachsen zu handeln, Zeitschrift für Transaktionsanalyse, Heft 4, 18. Jg. 2001, Junfermann, Paderborn, S. 148 – 164
- Steiner, C. (1966) Script and Counterscript, Transactional Analysis Bulletin 5, pp. 133-135