

Schriftenreihe für
SIZE Prozess®
Training & Beratung

Fritz Zehetner

6

Formung der Persönlichkeit

Wie genetische Veranlagung und
frühkindliche Erlebnisse **Denken**,
Fühlen und **Verhalten** nachhaltig
prägen

Wurzeln und Weiterentwicklungen
des SIZE Prozess®
Persönlichkeits- und
Kommunikationsmodells

1. Auflage, 2013

Bildquelle: www.fotolia.com

Lektorat: Catherine Schweiger, Anna Weingärtner

Verlag TOP im JOB® Gmbh

Nico-Dostal-Str. 4

A-4614 Marchtrenk

Tel. +43 (0)7243/53 198

Fax: +43 (0)7243/53 198 15

E-Mail: office@topimjob.at

Web: www.sizeprozess.at

Das Werk ist einschließlich aller seiner Teile urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne die Zustimmung des Verlags und von SIZE Prozess® unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in ein elektronisches System.

Copyright © 2012 TOP im JOB Verlag GmbH Marchtrenk

ISBN 978-3-902489-16-6

INHALT

Das SIZE Modell	5
Weiterentwicklung ab 2004	5
Wissenschaftliche Wurzeln des SIZE Prozess® Modells	5
Modelle und wissenschaftliche Wurzeln des SIZE Prozess® Persönlichkeitsmodells	7
Ich-Zustände oder Strukturmodell der Transaktionsanalyse	7
Funktionsmodell der Transaktionsanalyse	8
Egogramm	9
Anpassungen der Persönlichkeit	10
Bioenergetische Charakterstrukturen	11
Persönlichkeitsstil versus Persönlichkeitsstörung (Anpassungsstörung) Diagnostische Kriterien DSM-IV-TR....	12
Grundüberzeugungen nach A.T. Beck	13
Systemische Einflüsse auf das SIZE Prozess® Modell	13
Persönlichkeitsstile können positiv und negativ eingesetzt werden	14
Formung der Persönlichkeit	15
Frühkindliche Bindungserfahrungen	15
Bouding – Bindungskonzept	18
Auswirkungen von Bindungserfahrungen auf die Persönlichkeit	19
Genetische Veranlagungen	19
Persönlichkeit – Energielevel – Introversion und Extraversion.....	20
Aufwachsen in einer bestimmten Umgebung	20
Einflussfaktoren auf den Lebensplan	21
Elterliche Botschaften	21
Elterliche Wegweiser und Antreiber	21
Elterliche Erlaubnisse	22
Elterliche Einschärfungen oder Bannbotschaften	22
Psychologische Spiele.....	22
Dramadreieck.....	23
Stufenmodell psychosozialer Entwicklung	24
Entwicklungsphasen von Menschen	26
Entwicklungsphasen und Übergänge	26
Aktueller Lebensabschnitt von Persönlichkeitsstilen	27
Bedeutung der Entwicklungsphasen im beruflichen Alltag	27
Entwicklungsphase 21. —28. Lebensjahr	27
Entwicklungsphase 28. —35. Lebensjahr	28

Entwicklungsphase 35. —42. Lebensjahr	28
Entwicklungsphase 42. —49. Lebensjahr	28
Entwicklungsphase 49. —56. Lebensjahr	28
Entwicklungsphase 56. —63. Lebensjahr und darüber hinaus	29
Persönlichkeit und Persönlichkeitsstile und ihre Entstehung	29
Formung analytischer Persönlichkeitsstil	31
Entwicklungseinflüsse analytischer Persönlichkeitsstil	31
Formung wertorientierter	35
Persönlichkeitsstil	35
Entwicklungseinflüsse wertorientierter Persönlichkeitsstil	36
Formung einfühlsamer Persönlichkeitsstil	40
Entwicklungseinflüsse einfühlsamer Persönlichkeitsstil	40
Formung ruhiger Persönlichkeitsstil	44
Entwicklungseinflüsse ruhiger Persönlichkeitsstil	45
Formung kreativer Persönlichkeitsstil	48
Entwicklungseinflüsse kreativer Persönlichkeitsstil	49
Formung aktiver Persönlichkeitsstil	52
Entwicklungseinflüsse aktiver Persönlichkeitsstil	53
Das entwicklungsorientierte SIZE Prozess® Persönlichkeits- und Kommunikationsmodell – Stand 2013	57
Person als System statt Typologie	57
Duale Methode von SIZE Prozess®	58
Literaturverzeichnis	60

DAS SIZE MODELL

Das Persönlichkeits- und Kommunikationsmodell mit den sechs Persönlichkeitsstilen habe ich ursprünglich (2001—2004) zusammen mit meinem Kollegen **Hannes Sieber** auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Transaktionsanalyse Eric Bernes und seiner Nachfolger, der Bioenergetik nach Alexander Lowen und Ron Kurtz zusammengestellt und weiterentwickelt. Unsere gemeinsame Entwicklung des Modells war damals noch auf eine Typologie ausgerichtet. Das Wort SIZE ist aus einer Wortspielerei aus unseren beiden Namen SIEBER und ZEHETNER (**SI-ZE = SIZE**) entstanden.

WEITERENTWICKLUNG AB 2004

2004 haben Hannes Sieber und ich unsere gemeinsame Zusammenarbeit beendet. Hannes Sieber hatte mir den bis dahin nicht geschützten Markennamen SIZE Prozess überlassen, da er selbst mit neuem Markennamen (SIZE Success) weiterarbeiten wollte. Ich habe daraufhin von meinem Trainings- und Beratungsunternehmen TOP im JOB GmbH die Wort und Bildmarke SIZE Prozess® international schützen lassen. Ab diesem Zeitpunkt habe ich das Modell in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten im In- und Ausland innovativ und praxisnah – orientiert an den aktuellen Herausforderungen des Marktes – permanent weiterentwickelt. In vielen Phasen waren mir dabei meine Frau Gabriele und meine Tochter Anna, die beide in unserem Unternehmen mitarbeiten, eine wertvolle Unterstützung.

Ich hatte von Beginn weg das Ziel, das Modell von bisher bereits bestehenden ähnlichen Modellen nachhaltig abzugrenzen und an **systemische Modelle anschlussfähig** zu machen. Ich wollte vor allem das Modell deutlich **von einer reinen Typologie abgrenzen**. Ebenso war es mein Ziel, das Modell für die Arbeit im Bereich Organisations- und Personalentwicklung ständig weiterzuentwickeln und an aktuelle Herausforderungen anzupassen.

WISSENSCHAFTLICHE WURZELN DES SIZE PROZESS® MODELLS

Es gibt viele theoretische Ansätze zur Unterscheidung von Persönlichkeitsstilen. Sie unterscheiden sich durch die verschiedenen Schwerpunkte ihrer Beobachtungen. Einige legen den Schwerpunkt auf den Charakter und andere auf das Temperament einer Person. In das SIZE Prozess® Modell sind etliche dieser Ansätze eingeflossen und um eigene Aspekte erweitert worden.

Besonders erwähnen möchte ich aber **Paul Ware**, der als erster Transaktionsanalytiker die klassischen diagnostischen Kategorien der Anpassungsformen zusammengefasst und identifiziert hat. Aber auch die Transaktionsanalyse nach **Eric Berne** stellt viele Grundlagenmodelle zur Verfügung, wobei die Ich-Zustände, die Grundbedürfnisse (**Berne** 1964, 1966, 1970, 1972) oder das Spielemodell (**Berne** 1964) und das Dramadreiseck (**Karpman**) einen ganz besonderen Beitrag darstellen.

Auch **Taibi Kahler**, der die Persönlichkeitsstile unter dem Blickwinkel seines Miniskripts betrachtet hat, verdient große Anerkennung. Er machte sich Gedanken über die Persönlichkeitsstruktur und -dynamik (ähnlich dem Funktions- und Strukturmodell der Transaktionsanalyse) und hat zu Struktur und Dynamik sein Modell entwickelt, das aber in diesem Zusammenhang nicht identisch ist mit dem systemischen Modellansatz von SIZE Prozess®.

Vann Joines (2002) entdeckte weitere neue Aspekte der Persönlichkeitsstile, wobei auch er unter anderem einige Grundlagenmodelle der Transaktionsanalyse verwendete.

Interessant sind weiters die Forschungsarbeiten von **Wilhelm Reich** und seinem Schüler **Alexander Lowen** im Zusammenhang mit ihren Charaktertypen, ebenso die Arbeiten von **Aaron T. Beck** mit seinen Grundüberzeugungen als Denk- und Betrachtungsweisen verschiedener Persönlichkeiten wie auch die Arbeit von **Hans Jürgen Eysenck** (1952, 1969), der die Ideen von Introversion und Extraversion Carl Gustav Jung um den Faktor Energielevel erweiterte. Das Stufenmodell psychosozialer Entwicklung von **Erik H. Erikson** sowie die Entwicklungsphasen von Bernard Lievegoed sind ebenfalls von großer Bedeutung. Alle Arbeiten zusammen lassen die Formung bzw. Entstehung besser verstehen. Auch liefert die Transaktionsanalyse mit dem Modell des Skripts (Berne), dem Modell des Bezugsrahmens (Berne 1961, 1968, 1970, 1972; **Schiffs**, J. u. Mitarbeiter 1975a, 1975 b) sowie der Grundbotschaften (Berne 1966, 1972; **Goulding** 1976, 1979; **Steiner** 1966, 1974) neben den bereits erwähnten Modellen zusätzlich wertvolle Hinweise.

Sehr wertvoll sind außerdem die vielen systemischen Erkenntnisse, wie z. B. die des radikalen Konstruktivismus (**Glaserfeld** und **Heinz von Foerster**), der davon ausgeht, dass es keine objektive Wirklichkeit gibt. Stattdessen blickt jeder Mensch mit seiner eigenen „Brille“ auf die Welt und konstruiert sich so seine subjektive Wirklichkeit. Einen interessanten Beitrag liefert auch die Theorie der Selbsterhaltung (Autopoiese — **Maturana**) und Kontextsteuerung, die davon ausgeht, dass aufgrund der Wirklichkeitskonstruktion jedes System bestimmte ureigene Interaktionsmuster entwickelt. Diese Muster zielen auf die Selbsterhaltung des Systems ab und reproduzieren sich immer wieder. Das bedeutet, dass auch ein Personensystem in gewisser Weise in seinen Mustern verhaftet ist. Veränderungen sind nur in jenem Maß möglich, wie sie innerhalb der Spielregeln des Personensystems vorgesehen sind bzw. aus der angelernten Eigendynamik hervorgehen. Speziell die Metapher des „inneren Parlaments“ von SIZE Prozess® hat den Fokus auf Kommunikation als zentralen Faktor im System gerichtet (**Niklas Luhmann**). Betrachtet werden die Dynamik innerhalb des Systems und ihre Wechselbeziehung zu ihrer Umwelt. Besondere Beachtung finden dabei die Interaktionsmuster und die daraus entstehenden Kommunikationsergebnisse und Entscheidungen.

SIZE Prozess® greift dabei auf die Erkenntnisse der Systemaufstellungen zurück. Hintergründe für diese Aufstellungen sind die wertvollen Arbeiten und Erkenntnisse aus unterschiedlicher therapeutischen und philosophischen Modellen, wie z. B. Psychodrama (**Jakob Moreno**), Familienskulptur (**Virginia Satir**), Systemtheorie, Konstruktivismus. **Matthias Varga von Kibéd**, **Insa Sparrer** und andere haben diese Ansätze in den letzten Jahren wesentlich erweitert.

MODELLE UND WISSENSCHAFTLICHE WURZELN DES SIZE PROZESS® PERSÖNLICHKEITSMODELLS

ICH-ZUSTÄNDE ODER STRUKTURMODELL DER TRANSAKTIONSANALYSE

Bereits 1996 begann ich während meiner fortgeschrittenen Ausbildung zum Transaktionsanalytiker (1993—1998 bei Dr. Vogelaue) die erste Potenzialanalyse. Basis war für mich das Ich-Zustandsmodell des US-amerikanischen Arztes und Psychiaters Eric Berne. Er hatte beobachtet, dass Menschen, wenn sie beruflich oder privat miteinander in Beziehung treten, immer wieder ihre Erlebens- und Verhaltensweisen verändern. Das ist bemerkbar an:

- der Körperhaltung
- physiologischen Merkmalen, wie z. B. Mimik
- Gestik
- vorzugsweise gewählten Worten
- dem Inhalt dessen, **was** jemand sagt
- dem willentlichen Verhalten

Diese wechselseitigen Einstellungen und dazugehörigen Verhaltensweisen nennt Berne Ich-Zustände (ego-states). Er verstand darunter die ganze Art, wie jemand erlebt und sich zu einem bestimmten Zeitpunkt verhält (1961, S. 61/S. 68).



Die Theorie zu den Ich-Zuständen wurde nicht von Berne erfunden, sondern er übernahm sowohl die Begriffe als auch die Theorie des Post-Freudianers Paul Federn (Ich-Psychologe, 1952) sowie jene von Federns Schüler, Edoardo Weiss (1950). Bernes wesentliche Innovation war die Erkenntnis, dass ein Ich-Zustandswechsel stets mit beobachtbaren Verhaltensveränderungen einhergeht (V. Joines & I. Stewart, S. 43).

Eltern-Ich

Das Eltern-Ich ist ein System von Gefühlen, Einstellungen und Verhaltensmustern, das dem der Eltern oder wichtigen Elternfiguren gleicht (Berne, 1980/1961, S. 75). Eine Person ist in ihrem Eltern-Ich-Zustand, wenn sie in ihrem Denken, Fühlen und Verhalten unreflektiert eine ihrer Elternfiguren kopiert. Weiss (1950) nannte diesen Zustand auch „psychische Anwesenheit“. Eine Person verhält sich im Eltern-Ich-Zustand nicht wie die Mutter oder der Vater, sondern reproduziert tatsächlich ohne Korrekturen das gesamte Verhalten von ihnen, einschließlich ihrer Hemmungen, ihrer Art, zu denken, und ihrer Impulse.

Kind-Ich

Das Kind-Ich ist ein System von Gefühlen, Einstellungen und Verhaltensmustern, die Relikte aus der eigenen Kindheit sind (Berne, 1980/1981, S. 77). Im Kind-Ich denkt, fühlt und verhält sich eine Person so, wie sie es in einem bestimmten Lebensalter auch getan hat. Sie können aus verschiedenen Altersstufen aus der Kindheit stammen.

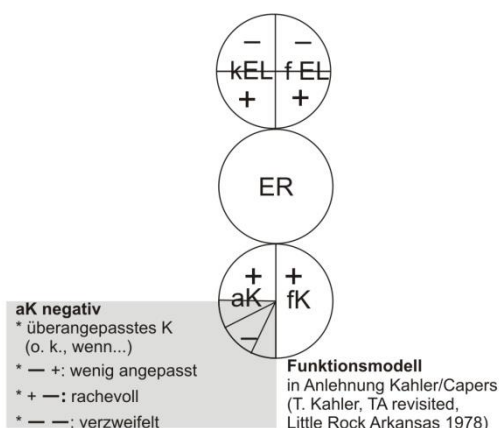
Erwachsenen-Ich

Das Erwachsenen-Ich ist gekennzeichnet durch ein autonomes System von Gefühlen, Einstellungen und Verhaltensweisen, die der aktuellen Wirklichkeit angepasst sind (Berne, 1980/1981, S. 76). Im Erwachsenen-Ich denkt, fühlt und verhält sich eine Person entsprechend ihrem altersgemäßen Selbst. Erwachsenen-Verhalten basiert auf Hier-und-Jetzt-Beobachtungen und wägt vorhandene Möglichkeiten ab.

FUNKTIONSMODELL DER TRANSAKTIONSANALYSE

Im **Funktionsmodell** der Transaktionsanalyse werden Eltern-Ich und Kind-Ich zusätzlich unterteilt, um zu zeigen, wie eine Person die Ich-Zustände auf der Verhaltens-ebene nutzt.

Zur Identifizierung der verschiedenen Ich-Zustände habe ich 1996—1997 mehrere Fragebögen und – in Zusammenarbeit mit dem Unternehmensberater Mag. Wolfgang Jocher 1996 –die erste einfache Software entwickelt. Die Fragebögen dazu habe ich (im Gegensatz zu späteren Fragebögen) nie auf Validität und Reliabilität evaluieren lassen und verwende sie heute in dieser Form nicht mehr. Die Frage, die mich 1996 sehr stark interessierte, war: „*Wie wirken sich die verschiedenen Erlebens- und Verhaltensweisen der einzelnen Ich-Zustände auf das Arbeitsverhalten aus und wie können sie leicht verständlich beschrieben werden?*“

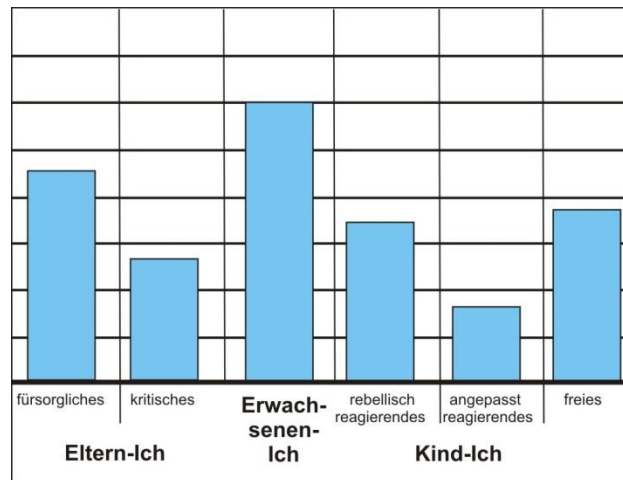


In der Ausbildung zum Transaktionsanalytiker und in der Literatur lernte ich Beschreibungen von Vokabular, Artikulation, Mimik, Gestik, Eigenschaften und allgemeinem Verhalten kennen, das eine Person einsetzt, wenn sie sich in den einzelnen Ich-Zuständen befindet. Ich habe diese Beschreibungen mit meinen Erfahrungen erweitert.

Innerhalb der verschiedenen Darstellungen des Funktionsmodells während meiner transaktionsanalytischen Ausbildung galt mein Interesse vor allem dem Darstellungsmodell von Kahler/Carpers (1978), da in diesem Modell das Funktionsmodell weiter ausdifferenziert und die **negativen und positiven Anteile** von Eltern-Ich und Kind-Ich dargestellt wurden.

EGOGRAMM

Zusätzlich lernte ich das Egogramm von **John Dusay** kennen: Es veranschaulicht, wie leicht es jemandem fällt, jeden Ich-Zustand zu aktivieren (Dusay 1972, 1977), d. h. es veranschaulicht die relative Menge an Energie in den einzelnen Ich-Zuständen. In einem Balkendiagramm stellte Dusay mit seinem Egogramm dar, wie stark die einzelnen Ich-Zustände gegenüber den anderen zur Wirkung kommen. Das Egogramm stellt damit einen psychologischen „Fingerabdruck“ dar mit dem Unterschied, dass er verändert werden kann. Es ist sozusagen die „Topografie“ der Persönlichkeit.



Im Egogramm wird dem Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie Leonhard Schlegel (1993, S. 56) aber zu wenig betont, in welcher Situation sich eine Person befindet, dessen Egogramm dargestellt wird. Er schlägt stattdessen folgende Frage vor: *„In welchem Ich-Zustand fällt es einer Person am leichtesten (oder am schwersten) zu sein?“* Diese Sichtweise von Leonhard Schlegel habe ich später bei meinen eigenen Arbeiten mit dem SIZE Prozess® Modell stark integriert.

Dusay schreibt von einem Psychogramm, wenn jemand in einer Selbsteinschätzung darstellt, welche Ich-Zustände er am häufigsten und welche er am seltensten bei sich aktiv erlebt. Diese Selbsteinschätzung muss keinesfalls mit Fremdeinschätzung anderer übereinstimmen. Zumeist gibt es aber eine hohe Übereinstimmung, obwohl bei manchen Personen dennoch ein Unterschied zwischen beruflichem und privatem Verhalten erkennbar ist.

Ich habe die Möglichkeit der Selbsteinschätzung und der Fremdeinschätzung 1988 später aufgegriffen, da ich sie als hilfreich erlebte im Zusammenhang mit Selbst- und Fremdbild sowie bei der späteren Frage: *„Wie möchte ich gerne von anderen gesehen werden?“* und *„Was erwarte ich von mir selbst?“* Bei der Einschätzung erwies es sich auch als hilfreich, wie eine Person ihre Persönlichkeitsstile in unterschiedlichen Umfeldern einsetzen.

ANPASSUNGEN DER PERSÖNLICHKEIT

Im November 1996 lernte ich im Ausbildungsseminar „**Psycho-Diagnostik**“ im Rahmen der fortgeschrittenen Transaktionsanalyse-Ausbildung mit dem Schweizer **Willem Lammers** zum ersten Mal die Persönlichkeitsstile von **Paul Ware** kennen.

Paul Ware (Psychiater und Psychotherapeut) war der Erste, der die sechs Persönlichkeitsstile diagnostizierte (1978, 1983), als er Jugendliche im Rahmen eines speziellen Programms behandelte. Ihm war aufgefallen, dass es viele Möglichkeiten für ein Individuum gibt, sich in seiner Ursprungsfamilie anzupassen, um zu überleben und Erwartungen zu erfüllen. Seine Persönlichkeitsstile klassifizieren bereits den Faktor Persönlichkeitstyp. Paul Ware beschrieb die verschiedenen Persönlichkeitstypen aus Sicht des Skripts (Transaktionsanalyse) und zeigt auf, dass bestimmte Kombinationen von Einschärfungen (Bannbotschaften) und Gegeneinschärfungen (oder Wegweisern) zu spezifischen Persönlichkeitstypen (Anpassungstypen) führen. Paul Ware gab 1983 den sechs Anpassungstypen, in Anlehnung an psychiatrische Begrifflichkeiten, formale Namen:

- Zwanghaft
- Histrionisch
- Paranoid
- Schizoid
- Passiv-aggressiv
- Antisozial

Im Hinblick auf diese Persönlichkeitstypen entwickelte Paul Ware Vorgehensweisen für die therapeutische Arbeit mit ihnen (Anpassungen der Persönlichkeit — Türen zur Therapie/Personality Adaptations — Doors to Therapy).

Noch in der Ausbildung stellten wir Korrelationen zu den verschiedenen Ich-Zuständen nach Eric Bern her.

Zwanghaft	Erwachsenen-Ich (+/-)
Histrionisch	Fürsorgliches Eltern-Ich (+/-)
Paranoid	Kontrollierendes (kritisches) Eltern-Ich (+/-)
Schizoid	Angepasstes Kind-Ich (+/-)
Passiv-aggressiv	Natürliches (reagierendes) Kind-Ich (-/-)
Antisozial	Natürliches (reagierendes) Kind-Ich (+/-)

1999/2000 stieß ich in einer Ausbildung (Hannes Sieber hatte mich dazu eingeladen) wieder auf diese Persönlichkeitsstile. Diesmal aber bei **Dr. Taibi Kahler**, der für sein klinisches Modell „Miniskript“ 1977 mit dem Eric Berne Memorial Scientific Award ausgezeichnet wurde. Er leitete ein Projekt, in dem mithilfe eines Fragebogens die verschiedenen Aspekte der Persönlichkeit erforscht wurden. Dabei bediente er sich einiger Grundlagen der Transaktionsanalyse (Kahler 1972). Bei seinen wertvollen Forschungsarbeiten legte er sein Augenmerk sowohl auf den Prozess (wie Personen etwas tun (Prozessmodell)) als auch auf den Inhalt (was Personen tun). Bei dieser Arbeit stieß er ebenfalls auf die sechs Persönlichkeitsmuster, die zuvor auch Paul Ware identifiziert hatte. Zudem beschreibt er in seinem Modell in genialer Art und Weise noch weitere Persönlichkeitsprozesse.

Vann Joines hat die Persönlichkeitsstile von Ware und Kahler aufgegriffen und entdeckte noch weitere Aspekte dazu (2002). Er entwickelte einen Fragebogen, um die sechs Persönlichkeitsstile, die Paul Ware und Taibi Kahler identifizierten, zu evaluieren. Er kam zu der Erkenntnis, dass diese Persönlichkeitsstile tatsächlich existieren. Er erkannte dabei (so wie vorher schon Paul Ware), dass jede Person einen bevorzugten Stil hat. Obwohl Personen alle Verhaltensweisen der sechs Persönlichkeitsstile nutzen, hat jeder einen für ihn typischen „Überlebensstil“ und einen „Leistungsstil“. Sowohl Kahler (1997, 2000) als auch V. Joines (1986) haben für die psychiatrischen Begriffe umgangssprachliche Bezeichnungen ausgewählt. Jeder Persönlichkeitsstil umfasst die gesamte Bandbreite von gesund bis dysfunktional. Auch er entwickelte das Modell weiter und entdeckte weitere Aspekte der Persönlichkeit.

BIOENERGETISCHE CHARAKTERSTRUKTUREN

In der Zeit von 2001 bis 2004 untersuchten Hannes Sieber und ich Übereinstimmungen zwischen den Modellen von Ware, Kahler, den Ich-Zuständen Berne sowie den Charaktertypen von Wilhelm Reich (die später um zwei weitere von Alexander Lowen erweitert wurden), um unser eigenes SIZE Modell zu entwickeln.

Die Bioenergetischen Charakterstrukturen haben ihre Wurzeln in der **Psychoanalyse Sigmund Freuds** und der **Charakteranalyse Wilhelm Reichs**. **Alexander Lowen** hat auf der Grundlage wesentlicher Konzepte dieser beiden Pioniere ein Psychotherapiemodell entwickelt, das die körperlichen Analogien seelischer Vorgänge sowohl diagnostisch als auch therapeutisch im Sinne einer ganzheitlichen Betrachtungsweise nutzt und es Bioenergetische Analyse genannt.

Die Charakterstrukturen zeichnen sich aus durch

- typische Verhaltensweisen,
- typisches inneres seelisches Erleben,
- charakteristische körperliche Haltungsmuster.

Aufbauend auf den Konzepten von Reich und seinen eigenen klinischen Erfahrungen entwickelte Lowen seine Typologie der Charakterstrukturen:

Charaktertypen Lowen (umfassen sowohl einschränkende Muster als auch das Potenzial, das eine Person in sich trägt)	Persönlichkeitsstile Ware (beschreiben ausschließlich den Faktor Persönlichkeit, ohne auf positive oder einschränkende Faktoren der Persönlichkeit einzugehen)
Orale Charakterstruktur	Histrionischer Persönlichkeitsstil
Schizoide Charakterstruktur	Schizoider Persönlichkeitsstil
Psychopathische bzw. narzisstische Charakterstruktur	Antisozialer Persönlichkeitsstil
Massochistische Charakterstruktur	Passiv-aggressiver Persönlichkeitsstil
Rigide Charakterstruktur	Zwanghafter Persönlichkeitsstil und Paranoider Persönlichkeitsstil

Die Charaktertypen haben eine hohe Übereinstimmung mit den von Paul Ware beschriebenen Persönlichkeitstypen (Joines, S. 220). Die psychoanalytischen Charaktertypen basieren überwiegend auf Theorien. Den Persönlichkeitsstilen von Ware, Kahler und Joines liegen vor allem Beobachtungen von Eltern-Kind-Interaktionen zugrunde, die jenes Anpassungsverhalten beschreiben, das ein Kind einsetzt, um die eigenen emotionalen Bedürfnisse zu befriedigen. Diese Beschreibungen sind in verschiedenen psychiatrischen Diagnostiken wiederzufinden.

ELTERLICHE ERLAUBNISSE

Eltern geben Kindern positive und entwicklungsfördernde Botschaften, die Erlaubnisse genannt werden. Erlaubnisse zwingen das Kind nicht, etwas Bestimmtes zu tun oder zu sein. Sie beinhalten eine aktive Einladung, die es annehmen kann, wenn es möchte. B. Goulding bringt dazu den Vergleich mit einem Angelschein: Der Schein gibt mir die Freiheit zu fischen, aber er zwingt mich nicht dazu.

Beispiele:

„Wir freuen uns, dass es dich gibt und du da bist!“	„Du darfst das Leben genießen!“	„Wir freuen uns, dass du ein Bub/Mädchen bist!“
„Deine Bedürfnisse sind uns wichtig!“	„Entdecke die Welt und probiere etwas aus!“	„Dein Denken ist uns wichtig!“
„Sorge für dich!“	„Wir sind froh, dass du größer wirst!“	„Es ist schön, dir nahe zu sein!“
„Dein Fühlen ist uns wichtig!“	„Es ist in Ordnung, selbstständig zu sein!“	„Du darfst neugierig sein!“
„Deine Erfahrungen sind uns wichtig!“	„Deine Bedürfnisse sind o. k.!“	„Du darfst auf dem Teller lassen, was du nicht magst!“

ELTERLICHE EINSCHÄRFUNGEN ODER BANNBOTSCHAFTEN

Negative einschränkende Botschaften werden vom Kind in der Regel in den frühesten Kindheitsjahren aufgenommen, also in einer Zeit, in der es noch nicht sprechen konnte. Sie werden zunächst wortlos, gleichsam atmosphärisch (Schlegl, S. 93) vermittelt, können später dann aber verbal verstärkt werden. Sie werden zumeist von den Eltern oder Elternfiguren unbewusst weitergegeben und haben ihren Ursprung in von Eltern nicht befriedigten kindlichen Bedürfnissen. Diese Erkenntnisse verdanken wir überwiegend Mary und Bob Goulding (1979, S. 34–39), die insgesamt zwölf Einschärfungen identifizierten:

„Sei nicht!“	„Sei nicht du selbst!“ (z. B. „Sei nicht dein Geschlecht!“)
„Sei kein Kind!“ (oder: „Genieße nicht!“)	„Werde nicht erwachsen!“ (oder: „Verlass mich nicht!“)
„Schaff es nicht!“ („Sei nicht erfolgreich!“)	„Tu es nicht!“ („Tu gar nichts!“)
„Sei nicht wichtig!“	„Gehöre nicht dazu!“
„Sei nicht nahe!“	„Sei nicht gesund!“
„Denke nicht!“	„Fühle nicht!“

PSYCHOLOGISCHE SPIELE

Indem Menschen die Welt auf eine bestimmte Art und Weise wahrnehmen und vorherbestimmte Reaktionen zeigen, tendieren sie unbewusst dazu, unangenehme bekannte Situationen immer wieder zu wiederholen. Eric Berne nannte diese Wiederholungen Spiele und wies dabei auf die Ähnlichkeit zum Konzept des „Wiederholungszwangs“ von Sigmund Freud hin. Psychologische Spiele dienen Personen dazu, sich eigene Grundüberzeugungen über sich und die Welt zu bestätigen und soziale Interaktionen zu suchen, in denen sie Ersatzgefühle auszuleben können. Dabei han-

ENTWICKLUNGSPHASEN VON MENSCHEN

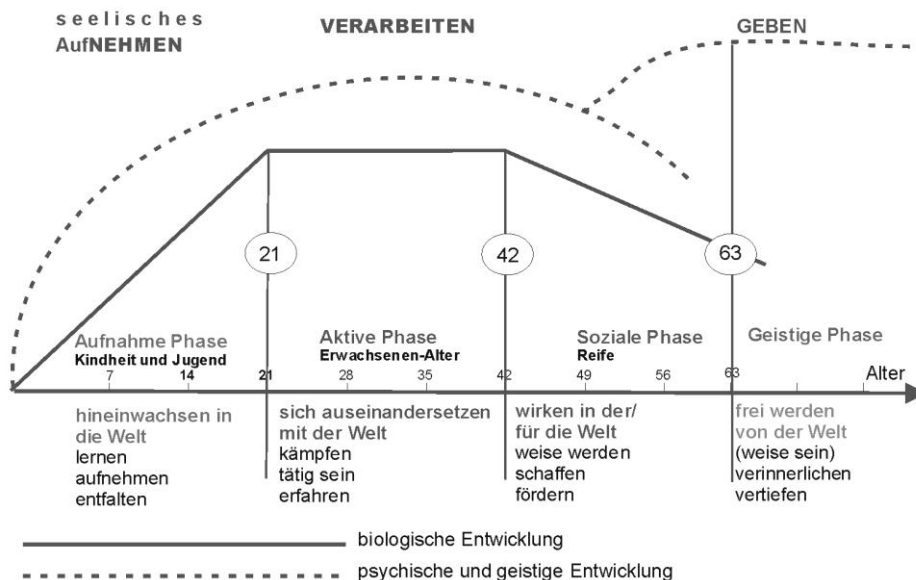
nach Bernard Lievegoed

Ein weiteres wichtiges Modell, das bei der Entwicklung des SIZE Prozess® Persönlichkeitsprofils eine Rolle spielte, ist das Modell von Bernard Lievegoed. Es beschäftigt sich mit der Entwicklung des Menschen zwischen Kindheit und Alter.

Bernard Lievegoed (Basiskonzept TRIGON) teilt das Leben eines Menschen in verschiedene Phasen ein. Sie gehen in ihrer Beschreibung davon aus, dass jeder Mensch im Laufe seines Lebens biologische und soziale Phasen durchlebt, die durch bestimmte Aufgaben, aber auch Konflikte gekennzeichnet sind. Diese Phasen sind im Allgemeinen an das Lebensalter gekoppelt. Dennoch gibt es individuelle Unterschiede.

Entwicklungsphasen und Übergänge

Lievegoed (1979) geht in seinem Orientierungsrahmen von 7-Jahres-Phasen aus. Dazu gliedert er den Lebenslauf in vier Hauptphasen.



In Anlehnung an B. Lievegoed

Ich habe dieses Modell in meiner Ausbildung zum Transaktionsanalytiker bei Dr. Werner Vogelaue, bei Hans von Sassen, den ich noch in einem Seminar erleben durfte, sowie bei Mag. Wolf Döring (alle TRIGON) kennengelernt. Ebenso habe ich dazu Publikationen von Dr. Fritz Glasl (TRIGON) gelesen. Ihnen verdanke ich meine theoretischen Grundlagen zu diesem Thema.

Nach Lievegoed gliedert sich der menschliche Lebenslauf in 4 Hauptphasen (siehe Grafik). Die Übergänge sind individuell unterschiedlich. Eine 25-jährige Person ist in biologischer Hinsicht erwachsen, aber in Hinsicht auf psychische, soziale oder geistige Aspekte noch lange nicht „ausgereift“. Der Einblick in die Chancen und Eigenarten dieser einzelnen Lebens- und Entwicklungsphasen eines Menschen kann es ermöglichen, eine spezifische Reife oder Unreife eines Menschen zu erkennen. Jede Lebensphase geht einher mit bestimmten Grundbedürfnissen, Einstellungen, Werten und Motiven. Ebenso kann jeder Lebensabschnitt ideal dazu geeignet sein, bestimmte Fähigkeiten optimal zu entwickeln.

Die Jahreszahlen für die Übergänge zu den einzelnen Entwicklungsphasen können nur als ungefähr betrachtet werden. Je älter eine Person wird, desto mehr können sich die Übergänge individuell verschieben — bei einer Person kommen sie früher, bei anderen später.

Die Übergänge in eine nächste Phase sind oftmals einschneidend im Leben einer Person, manchmal gehen sie aber kaum bemerkbar ineinander über. Entwicklungsphasen können früher oder später eintreten, was zu typischen Lebensproblemen führen kann.

Aktueller Lebensabschnitt von Persönlichkeitsstilen

Geänderte Bedürfnisse ändern Verhaltensstile im Alltag.

Wenn Sie Menschen treffen, die Sie über einen längeren Zeitraum nicht gesehen haben, kann es sein, dass Sie feststellen, dass sich diese Personen in den gesamten Charakteristika ihres Auftretens verändert haben. Sie sind vielleicht offener und humorvoller geworden, vielleicht auch draufgängerischer als früher. Manche werden einfühlsamer oder vielleicht auch sachlicher. Vielleicht haben Sie mögliche Veränderungen in Ihrem Verhalten im Zusammenhang mit inneren Einstellungen, Werten und Bedürfnissen auch bei sich oder Ihrem Lebenspartner festgestellt.

SIZE Prozess® geht davon aus, dass sich Einstellungen, Werthaltungen und Bedürfnisse von Menschen nachhaltig ändern können. Ursachen dafür können die oben beschriebenen altersbedingten Entwicklungsphasen mit ihren typischen Eigenarten und möglicherweise begleitenden Lebensproblemen sein. Wir sagen dann, dass sich „der aktuelle Lebensabschnitt“ einer Person geändert hat und nun ein anderer Persönlichkeitsstil im Alltag dominiert.

Wir haben den Fragebogen so gestaltet, dass wir im Persönlichkeitsprofil Hinweise auf den aktuellen Lebensabschnitt erhalten. Er kann identisch sein mit dem stärksten Persönlichkeitsstil oder sich verändert haben. Veränderungen haben vor allem Auswirkungen auf die psychologischen Grundbedürfnisse. Der aktuelle Lebensabschnitt hat auch Auswirkungen auf Verstimmungs- und Stressmuster.

Bedeutung der Entwicklungsphasen im beruflichen Alltag

Bei diesen Ausführungen beziehe ich mich auf eine Zusammenfassung von Dr. Friedrich Glasl (TRIGON), der im Zusammenhang mit Personalpolitik interessante Überlegungen angestellt hat.

Mit etwa dem 18. Lebensjahr beginnt die Suche nach eigenen Werten und Idealen. In häufig kämpferischen Auseinandersetzungen erkunden junge Menschen ihre höchst persönlichen Ideale. Sie überprüfen die Welt der Erwachsenen laufend auf Wahrfähigkeit und Authentizität. Ist ihr Verhalten nicht bereits zu angepasst, äußern sie ihre Kritik an der Welt der Erwachsenen unumwunden.

Entwicklungsphase 21. —28. Lebensjahr

Emotionalität und Engagement sind für diese Entwicklungsphase bezeichnend. Personen in dieser Phase wollen ihre Grenzen und Möglichkeiten im praktischen Leben erfahren – weniger durch verbale Ratschläge als vielmehr durch eigenes Empfinden und Erfahren. Personen benötigen eine unmittelbare Resonanz auf die Erledigung ihrer Arbeit, damit die Auswirkungen ihres Handelns für sie persönlich spürbar werden.

Entwicklungsphase 56. —63. Lebensjahr und darüber hinaus

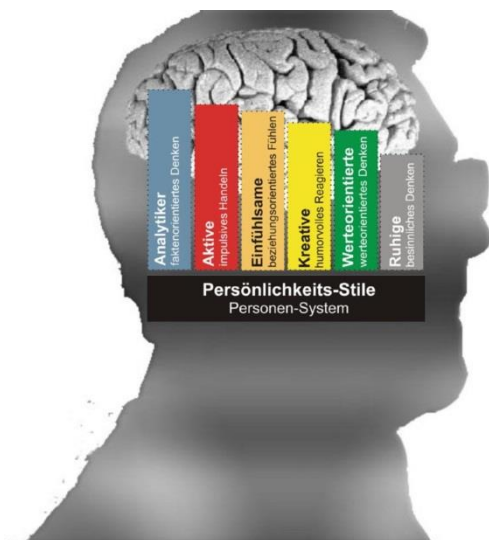
Diese Lebensphase kann eine Haltung der Selbstlosigkeit und die Orientierung am Wesentlichen bringen. Sie kann ein Gegengewicht zur Ich-Bezogenheit jüngerer Kollegen und Kolleginnen sein. Personen in dieser Phase wirken oft alleine schon durch ihre Präsenz oder durch gezielte Fragen zur richtigen Zeit.

Zeigen sich allerdings die Schattenseiten, wieder durch eine fortgesetzte Behinderung der Entwicklung in dieser Phase, kann der Unterschied zu den positiven Seiten dieses Entwicklungsabschnitts am deutlichsten sichtbar werden. Wurde mit Konkurrenz und Manipulation nicht der gewünschte Effekt erzielt oder bereits die Akzeptanz und Anerkennung der Umgebung verspielt, kann es nun zu beharrlichem Festhalten an eigenen Meinungen, Position, Macht usw. kommen.

Unternehmen werden in den nächsten Jahren vor der Herausforderung stehen, die Erhöhung des Lebensalters ihrer Mitarbeiter mit den Marktanforderungen und den betriebswirtschaftlichen Erfordernissen in Einklang zu bringen.

PERSÖNLICHKEIT UND PERSÖNLICHKEITSSTILE UND IHRE ENTSTEHUNG

Die Hirnforschung geht – so wie sehr viele Ansätze der Persönlichkeitspsychologie – davon aus, dass die Persönlichkeit im Gehirn und im weiteren Sinn im peripheren Nervensystem verankert ist, das wiederum mit dem Körper und seinen Funktionen eng zusammenhängt (Roth 2007, S. 88).



1. Die **Persönlichkeit** mit ihren sechs integrierten Persönlichkeitsstilen als Ergebnis **genetischer Veranlagungen**

Etwa ab der siebten Schwangerschaftswoche entsteht die unterste Ebene der Persönlichkeit, die als vegetativ-affektive Ebene bezeichnet wird. Es bilden sich typische Mechanismen im Umgang mit Stress und Bedrohungen heraus - körperlich, emotionale Reaktionen bei Stress. Diese unterste Ebene der Persönlichkeit ist **weitgehend genetisch vorgegeben und ist im weiteren Leben** durch Erfahrungen und willentliche Kontrolle

nicht oder nur wenig beeinflussbar. Ein temperamentvolles extrovertiertes Kind wird später kaum lammfrom und introvertiert sein. Umgekehrt wird ein introvertiertes Kind kaum ein impulsives Energiebündel werden. Das Gleiche gilt für eher rational-planend bzw. eher emotional-spontan usw.

2. Die **Persönlichkeit** mit ihren sechs integrierten Persönlichkeitsstilen als **Ergebnis frühkindlicher Prägungen**

Neben **genetischen Veranlagungen** haben **Einflüsse in der Kindheit** einen signifikanten Anteil an der Formung der Persönlichkeit. Die Entwicklung der emotionalen Konditionierung einer Persönlichkeit beginnt schon vor der Geburt, wo es um die erfahrungsabhängige Verknüpfung negativer oder neuartiger Ereignisse mit Gefühlen der Furcht, Angst und Überraschung geht. Hier lernen wir meist unbewusst, wovor wir uns fürchten und in Acht nehmen müssen. Laut Eric Ericson (1963, S. 247) lernt der Säugling, seiner Umwelt entweder zu vertrauen oder zu misstrauen. Bei Misstrauen reagiert der Mensch mit Unsicherheit, Angst und Rückzug.

Diese nonverbalen, atmosphärischen (Schlegl, S. 93) positiven und negativen Erfahrungen und Botschaften erwirbt der Säugling für sein ganzes Leben. Aus dieser Phase entstehen die sogenannten **Überlebenspersönlichkeitsstile** (werteorientierte, aktive, ruhige). Diese Persönlichkeitsstile stellen die Anpassungsmuster eines Kindes dar, wenn das Vertrauen in das eigene Umfeld im Hinblick auf die Befriedigung der eigenen Grundbedürfnisse verloren geht. Überlebenspersönlichkeitsstile sind die Lösung für das Kind, um auf sich selbst aufzupassen.

Prägungen der Persönlichkeit in den nächsten Lebensjahren (achtzehntes Lebensmonat bis zum sechsten Lebensjahr) hängen eher mit Anpassungsmustern zusammen, in denen es darum geht, elterlichen Verhaltens- und Leistungserwartungen (innerhalb und außerhalb der Familie) gerecht zu werden. Sie können auch **Leistungs-persönlichkeitsstile** genannt werden.

Die elterlichen Bezugspersonen vermitteln in diesem Zusammenhang dem Kind Botschaften sowohl aus ihren bewussten als auch aus ihren unbewussten Anteilen ihrer Persönlichkeit. Die vermittelten Botschaften können fördernd, aber auch einschränkend sein. Das Kind erfährt Einflüsse aus mehreren Generationen, der gesamte kulturelle, religiöse und historische Hintergrund hat dabei wichtige Bedeutung. Aus verbalen und nonverbalen Botschaften zieht das Kind Rückschlüsse darüber, wer die anderen sind und was mit ihm geschehen wird. Es stellt einen Handlungsplan auf, um mit dieser Situation umzugehen. Persönlichkeitsstile werden aus diesem Grund auch als Anpassungsstile bezeichnet.

Paul Ware entdeckte als Erster grundlegende **Persönlichkeitstypen im Kontext des Bezugsrahmens der Transaktionsanalyse** (*Personality Adaptions — Doors to Therapy; Transactional Analysis Journal; 1983, S. 13*) die er aber im pathologischen Sinne untersuchte. Er stellt fest: Werden die biologischen und physischen Bedürfnisse eines Kindes gesund und ausreichend befriedigt, wird es normal aufwachsen, wird es klar denken lernen und lernen, wie es wirksam für sich und die eigenen Bedürfnisse sowie die anderer sorgt. Er wies darauf hin, dass es natürlich in der Realität nicht so ist, dass jemandem immer all seine Wünsche und Bedürfnisse erfüllt bekommt. Folglich muss das Kind einen Weg finden, sich in seiner Entwicklung an seine Umwelt anzupassen. Das Ergebnis sind Persönlichkeitstypen (bzw. Persönlichkeitsstile) mit mehr oder weniger Prägungen von psychologisch ganz gesund bis pathologisch.

Ware meint, dass Kinder im Prozess des Aufwachsens von den Eltern **zwei wichtige Botschaften** erhalten. **Antreiber** (siehe Transaktionsanalyse Kahler 1974), die die Anpassung der Persönlichkeit gezielter beeinflussen, sowie **Einschärfungen** (siehe Transaktionsanalyse Robert Goulding, 1972), die von den Eltern früh an das sich entwickelnde Kind weitergegeben werden und ihm sagen, was es nicht tun soll, wie es sich verhalten, wie es denken und fühlen soll. Ware fand heraus, dass bestimmte Kombinationen von Antreibern und Einschärfungen aus seiner Sicht zu einem besonderen Typus von Anpassung der Persönlichkeit (Persönlichkeitsstil) führen.

FORMUNG ANALYTISCHER PERSÖNLICHKEITSSTIL

Wurzeln in Phase 2: Autonomie versus Scham und Zweifel Phase 3: Initiative versus Schuld

In Anlehnung an Erikson (1966, S. 214–215)

Im **zweiten und dritten Lebensjahr** entdeckt das Kind verschiedene Fähigkeiten an sich. Hat es die Möglichkeit, seine Fähigkeiten auszuprobieren, so erwirbt es Selbstständigkeit (= Autonomie). Wird es dagegen kritisiert und bestraft (z. B. für selbstbewusstes Verhalten, das sich als trotziges Verhalten äußert), so zweifelt es an sich selbst. In dieser Zeit wird die Reinlichkeitserziehung sehr wichtig. Wird hier das Kind von den Eltern überfordert, so entwickelt es eine Schamhaltung.

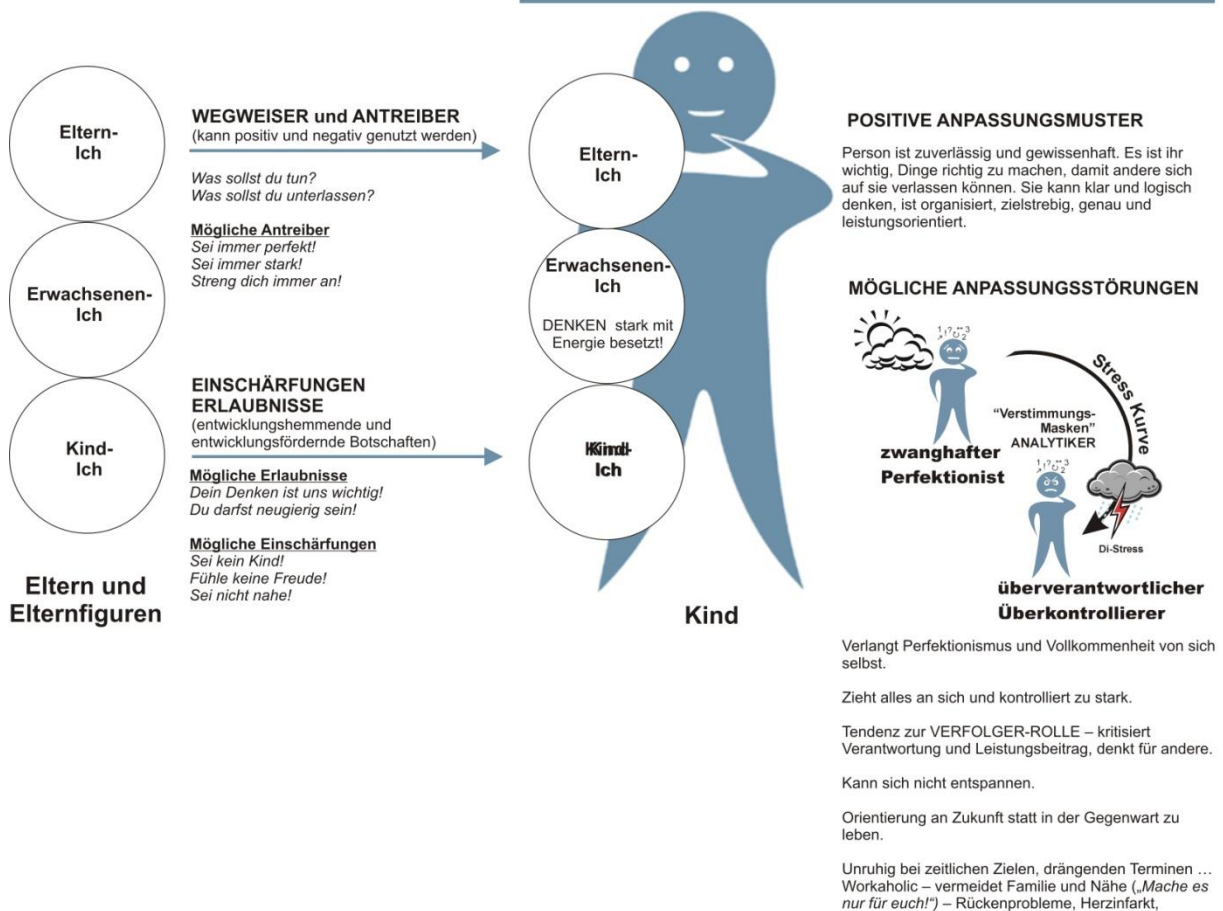
Im **vierten und fünften Lebensjahr** zeigt das Kind immer mehr Eigeninitiative (z. B. im Kindergarten). Eltern können diese Ablösung vom Zuhause begrüßen und somit die Initiative verstärken oder durch Verbote einengen, ihm fehlenden Selbstwert zeigen und somit Schuldgefühle erzeugen.

ELTERLICHES VERHALTEN

Starke Betonung von Leistung – streng – regelorientiert

ZENTRALE FRAGEN

Was kann ich am besten tun, um den Verhaltens- und Leistungserwartungen meines Umfeldes gerecht zu werden?



ENTWICKLUNGSEINFLÜSSE ANALYTISCHER PERSÖNLICHKEITSSTIL

Der analytische Persönlichkeitsstil zählt von der Veranlagung zu den introvertierten Persönlichkeiten mit eher geringem Energielevel. Im Zusammenhang mit dieser Veranlagung entsteht dieser Persönlichkeitsstil vermutlich vor allem in den von Ericson beschriebenen Phasen 2 und 3. Insgesamt geht es in dieser Lebensphase um die Frage: „Wie kann ich den Verhaltens- und Leistungserwartungen meines Umfeldes gerecht werden, damit meine Grundbedürfnisse erfüllt werden und ich mich o. k. fühlen