

John G. Watkins / Helen H. Watkins
Ego-States – Theorie und Therapie. Ein Handbuch

Carl-Auer-Systeme, Heidelberg, 2003, 297 Seiten, 76,00 €

Das Buch ‚Ego-States – Theorie und Therapie. Ein Handbuch‘ ist ein umfangreiches Übersichtswerk, das die nunmehr 25-jährige Erfahrung der Autoren John und Helen Watkins mit dem Thema der Ich-Zustände detailliert und präzise darstellt. Es fasst die Arbeiten der beiden Autoren über die Ego-State-Thematik zusammen und spannt mit seiner Veröffentlichung einen Bogen zu den ersten Veröffentlichungen des erfahrenen Autoren-Paares in den Jahren 1976, 1978 und 1979. Thematisch der analytisch orientierten Gedankenwelt zuzuordnen, integriert das von dem Watkins-Ehepaar beschriebene Konzept aber auch viele hypnotherapeutisch ausgerichtete Denkweisen und Interventionen. So verwundert es nicht, dass zu einer weiteren theoretischen Einordnung der Begriff der „Hypnoanalyse“ heran gezogen wird.

Meiner Meinung nach findet sich an dieser Schnittstelle denn auch einer der Hauptpluspunkte dieses Buches: Zum einen stellen die beschriebenen Inhalte eine Erweiterung der klassischen tiefenpsychologischen Ausrichtung dar, zum anderen können sie als Grundlage der modernen Hypnotherapie angesehen werden. Der eher analytisch orientierte Leser findet Hinweise für eine mögliche Erweiterung seiner Denkweisen. Dem hypnotherapeutisch interessierten Leser veranschaulicht sich ein wenig die Entwicklung der Hypnotherapie und der Übergang von der einen Therapieform zu einer anderen.

Nach einer sorgfältigen Darstellung der zu Grunde liegenden psychoanalytischen Theorie, in der die Arbeiten von Janet (1906), Weiss (1960) und vor allem Federn (1956) ausdrücklich gewürdigt werden, wird die Ego-State-Theorie in mehreren Kapiteln ausführlich abgehandelt und durch viele – zum Teil genau beschriebene - Beispiele belegt. Wie bereits angedeutet, erweitert das Konzept der Ich-Zustände die psychoanalytische Theorie mit hypnotherapeutischen Aspekten und verdichtet sie zu einem bestimmten Persönlichkeitsmodell. Im Sinne dieses Modells gehen die Autoren davon aus, dass sich die Persönlichkeit in verschiedene Ich-Zustände aufteilt, die mehr oder weniger gut miteinander kommunizieren. Dabei ist ein Ich-Zustand als ein organisiertes Verhaltens- und Erfahrungssystem definiert, „dessen Elemente durch ein gemeinsames Prinzip zusammengehalten werden und das von anderen Ich-Zuständen durch eine mehr oder weniger durchlässige Grenze getrennt ist“. Die einzelnen Zustände haben neben einer bestimmten Funktion für die Gesamtpersönlichkeit einen bestimmten Entstehungszeitpunkt (meist ein traumatisches Ereignis), ein bestimmtes Alter, ein Geschlecht, einen Charakter, einen Namen und eigene Bedürfnisse. Zusätzlich zu dem Persönlichkeitsmodell haben die Autoren ein Interventionsmodell entwickelt, welches laut Aussage der Autoren hauptsächlich auf die Behandlung von Angst-, Borderline- und Sexualstörungen, vor allem aber auf den Umgang mit Traumata und Störungen der Persönlichkeit (multiple Persönlichkeit oder dissoziative Identitätsstörung) abzielt.

Für den eher an der Praxis interessierten Leser schließen sich mehrere leicht verstehbare Kapitel mit interventionsorientierten Inhalten an, in denen der unerfahrene Praktiker viel, der erfahrene Praktiker sicherlich noch einige Ideen für eigene Fälle findet. Neben einigen klassischen psychoanalytischen Techniken (z.B. Abreaktion) finden sich hier auch viele hypnotherapeutisch ausgerichtete Methoden (z.B. Phantasieren). Grundsätzliches Ziel – und damit einende Kraft für die verwendeten Therapiemethoden – ist die Lösung von Konflikten zwischen inneren Ich-Zuständen des Klienten („innere Diplomatie“). Auch hier werden zur weiteren Erläuterung viele Beispiele verwendet.

Abgerundet werden die Theorie- und Interventions-Abschnitte mit Ausführungen über Effizienz und Wirksamkeit der Ego-State-Therapie (Beschreibung einer Validitätsstudie) sowie mit Übertragungsmöglichkeiten z.B. auf die Familien- und Paartherapie. Hier bleibt das Buch allerdings in den üblichen Grenzen von Kontaktherstellung und Aushandeln der

Kooperation. Interessant scheint mir dagegen eine weitere Übertragung zu sein: Die Autoren beziehen ihr Modell auf die internationale Politik und beschreiben am Beispiel von Deutschland, dass es auch innerhalb von Staaten, Erdteilen und der Welt zu einer Dissoziation kommen kann. Analog zur Integration von Ich-Zuständen in die Kern-Persönlichkeit gehen sie aber davon aus, dass eine Lösung möglich ist – eine hoffnungsvolle Aussicht gerade in der heutigen Zeit.

Etwas abschreckend bleibt der hohe Preis für dieses 1997 in englischer und 2003 in deutscher Sprache erschienene Grundlagenwerk.

John Mager, Hamburg, Februar 2004