
Roland Kachler
Dipl.-Psychologe u. Psycholog. Psychotherapeut
Christofstr. 16
71686 Remseck
07146/990586

Roland.Kachler@t-online.de

www.kachler-roland.de

Hypnosystemische Ego-State- Arbeit in der Paartherapie

(Ego-State-Tagung 2018)

Stand 2. 10. 2018, 12.00 Uhr

I. Paartherapie als Ego-State-Therapie

Grundfragen für die Paartherapie als Ego-State-Therapie:

- Welche Ego-States kommunizieren hier **eigentlich** mit wem?
- Was erhoffen sich die Ego-States der Partner von einander?
- Welchen unbewussten Vertrag haben die Ego-States miteinander?
- Wie wurde der unbewusste Vertrag zwischen den Ego-States enttäuscht/verletzt?
- Mit welchen alten Strategien kämpfen die enttäuschten Ego-States in der Paarbeziehung?



I. Paartherapie als Ego-State-Therapie:

In Paarkommunikation beteiligte Ego-States:

ER-Ego-States: gegenwärtige, erwachsene Ego-States

KI-Ego-States: frühere, aus eigener Erfahrung gebildete Ego-States,

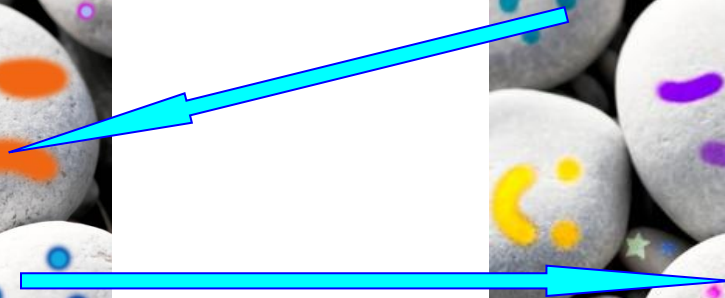
EL-Ego-States: frühere, übernommene Innere Objekte und Introjekte

Ressourcen-Ego-States: aus ER, aus KI, aus EL

Mann:



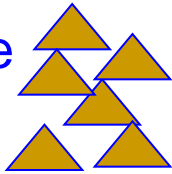
Frau:



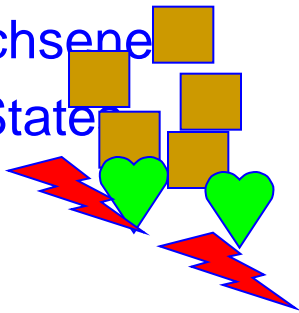
I. Paartherapie als Ego-State-Therapie

Frau

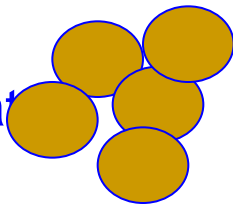
Elterliche
Introjekte



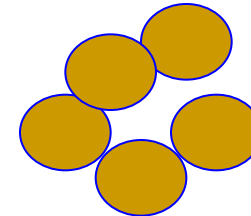
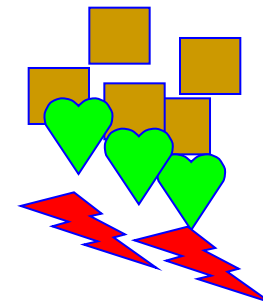
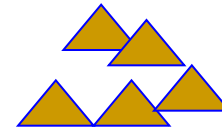
Erwachsene
Ego-States



Kind-
Ego-States



Mann



I. Paartherapie als Ego-State-Therapie

Fallbeispiel: Ehepaar Berthold

Beide etwa 40, zwei Kinder, 5 und 9 Jahre alt

Sie: kleine Selbstständigkeit, schwerpunktmäßig für die Kinder zuständig

Er: sehr stark im Beruf engagiert, 2-3 Abende weg

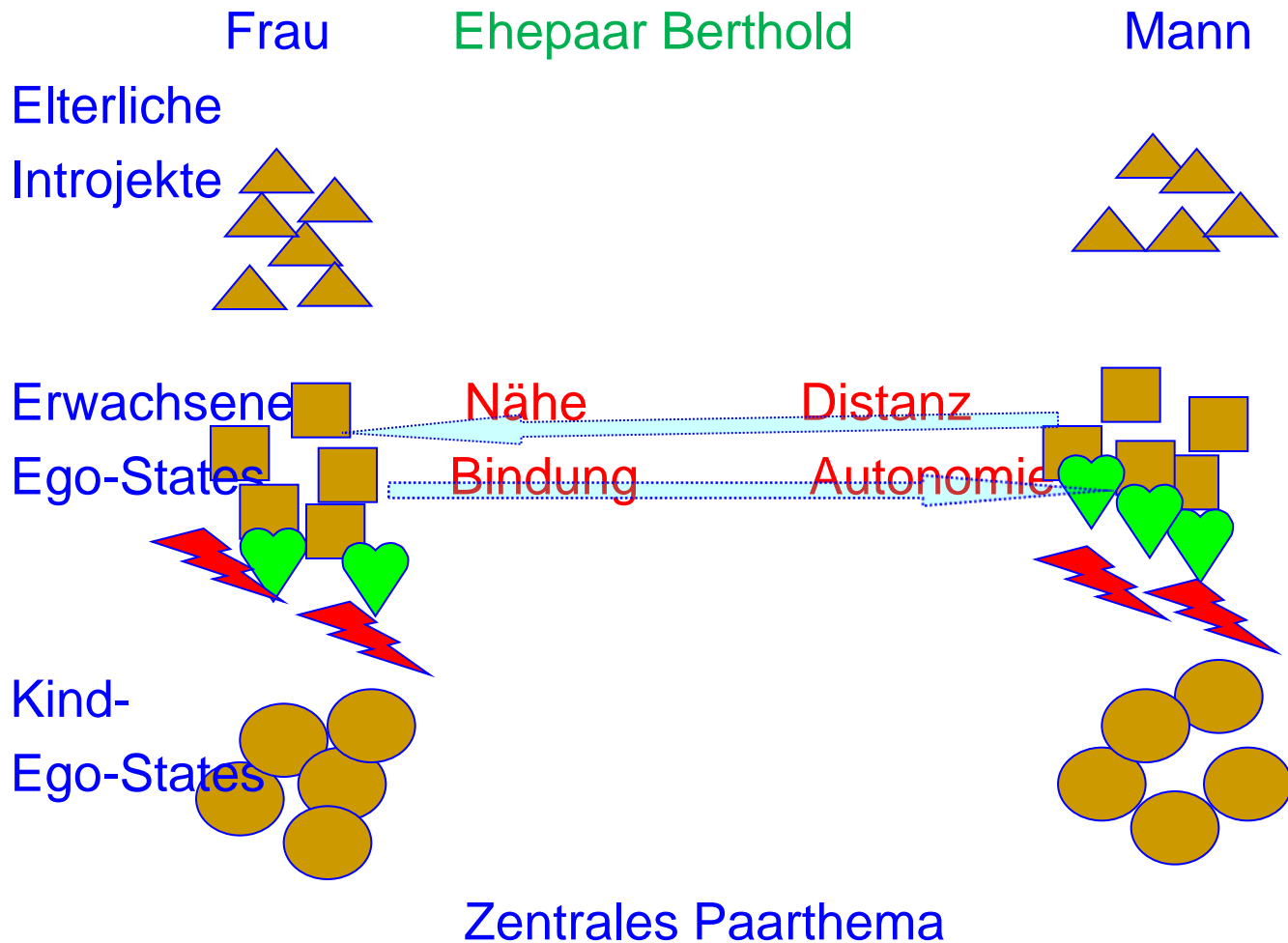
Sie fühlt sich immer wieder im Stich gelassen, darüber sehr traurig, inzwischen auch vorwürfig.

Er fühlt sich blockiert in seinem beruflichen Engagement, reagiert mit ärgerlichem Rückzug

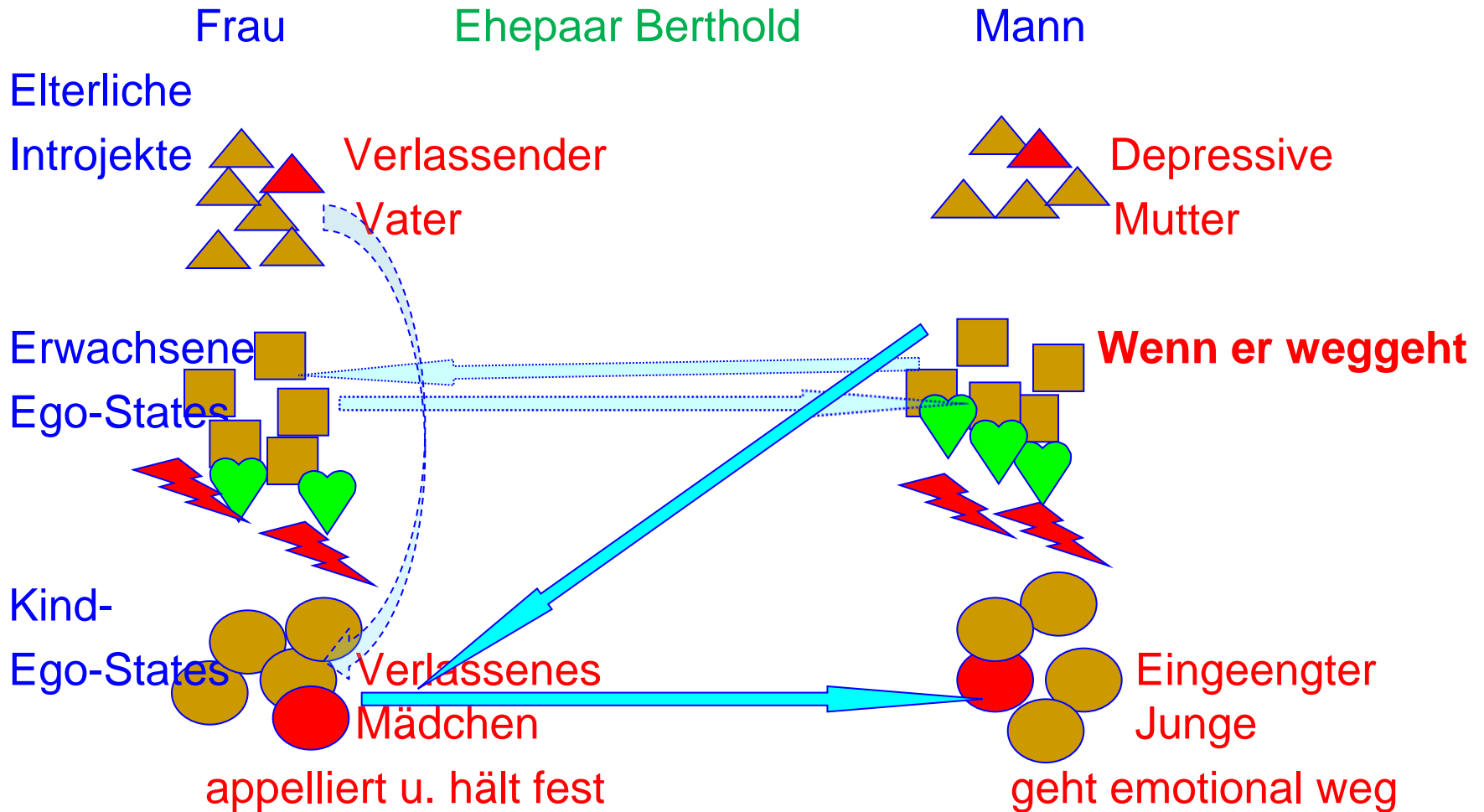
Sie: Vater verließ Familie als sie 2 Jahre alt war; Vater später nur kurz kennengelernt

Er: ganz „normale“ Familie, Mutter depressiv und einengend

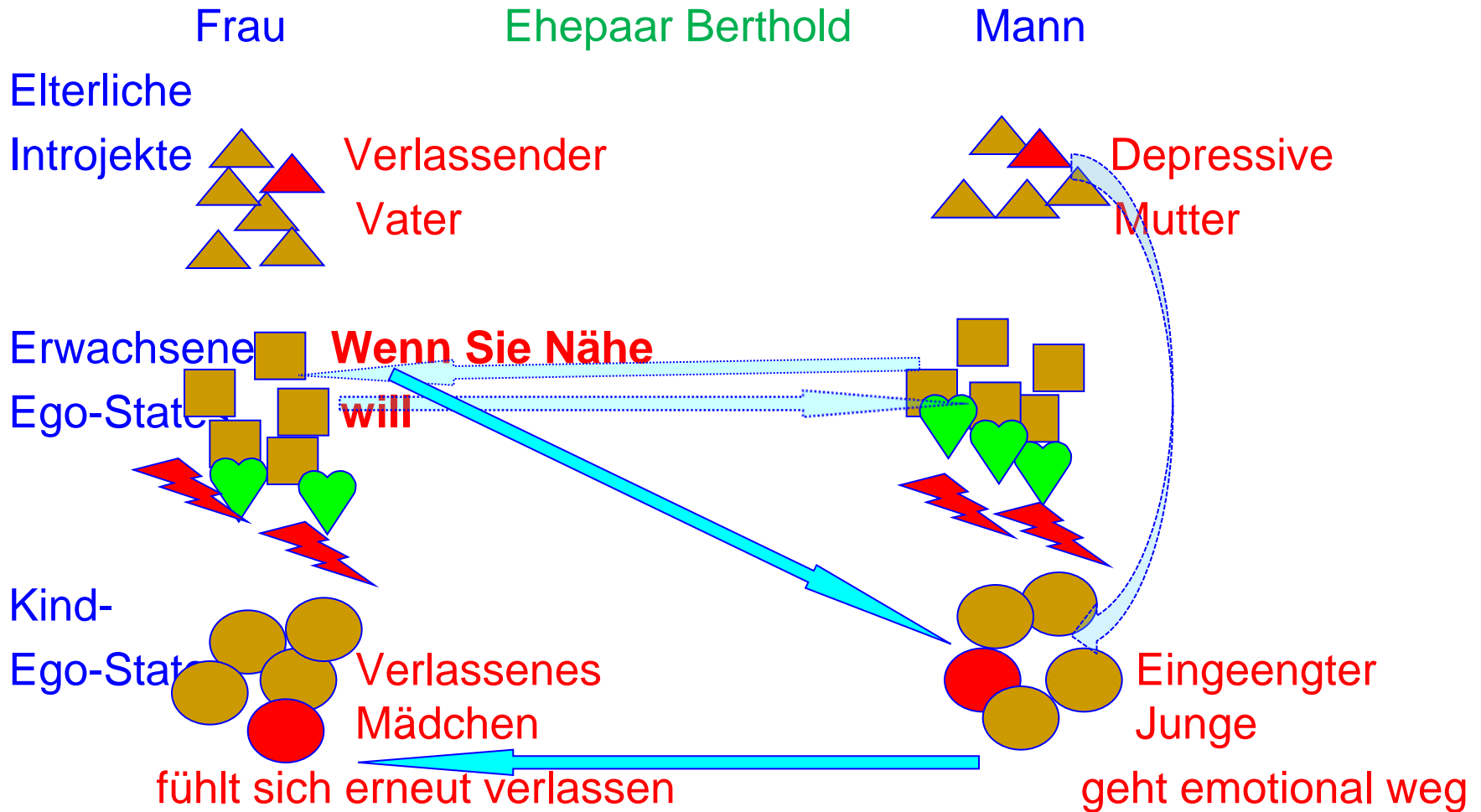
I. Paartherapie als Ego-State-Therapie



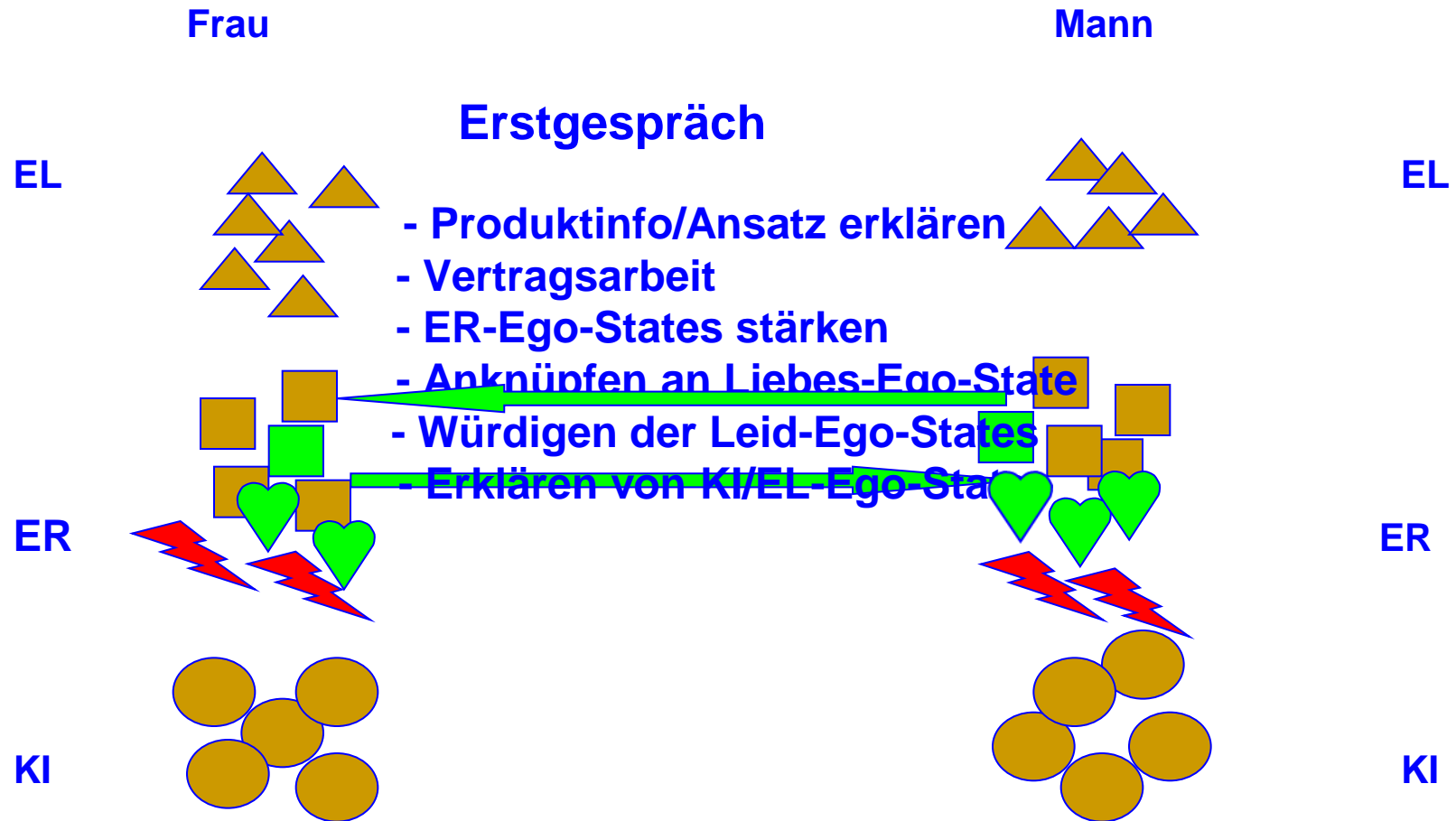
I. Paartherapie als Ego-State-Therapie



I. Paartherapie als Ego-State-Therapie



II. Vertrags- und Klärungsarbeit mit ER-Ego-States



II. Vertrags- und Klärungsarbeit mit ER-Ego-States

Therapieplanung:

- Erstgespräch: Vertrag – Info über Ansatz/Ego-States
 - Event. Deeskalation bzw. Krisenintervention
 - Arbeit an destruktiven Kommunikationsstrukturen
 - Diagnostische Phase: Partnerwahl, Paargeschichte, fokussierte biografische Arbeit, Paar-Ressourcen
 - Analysieren des ubw. Paarvertrages und der Ego-States
 - **Arbeit mit und an den Ego-States**
 - Reflektierende Paargespräche
 - Beobachtungs- und Handlungsimpulse für das Paar
-

III. Rekonstruktion der relevanten KI/EL-Ego-States

1. Ego-State-Arbeit durch Analyse der Partnerwahl

- Welche KI-Ego-States sind unbewusst bei der Partnerwahl beteiligt?
- Welche EL-Ego-States sind unbewusst bei der Partnerwahl beteiligt?
- Welche Erlösung/Heilung erhoffen sich die KI-Ego-States?
- Was verheißen die EL-Ego-States?
- Welche Nähe spüren die beiden KI-Ego-States zueinander?

= unbewusste Paarverträge

**= unbewusste Beziehungs-
arrangements**



III. Rekonstruktion der relevanten KI/EL-Ego-States

2. Ego-State-Arbeit durch Analyse der Paargeschichte:

Wie realisiert sich ubw. Paarvertrag in der Paargeschichte, wie scheitert er und welche Ego-States werden nun getriggert?

Welche Paarkrisen zeigen das Scheitern des ubw. Paarvertrages und welche Ego-States werden aktualisiert?



- Imagination: Paarkrise – wie ubw. Paarvertrag unerfüllt
- Timelines der Paargeschichte und aktivierte Ego-States malen lassen

III. Rekonstruktion der relevanten KI/EL-Ego-States

3. Ego-State-Arbeit an Herkunftsfamilie

Woher kommen die Paarthemen und die getriggerten Ego-States aus der Herkunftsfamilie?

Was haben die KI-Ego-States der Partner erlebt und wie bringen sie das nun in die Paarbeziehung?

Welche EL-Ego-States der Eltern importieren die Partner?

- Systemische Fragen zu Herkunftsfamilie (bes. Eltern) und zu Erleben des Kindes
- Arbeit mit Genogramm, Familienbrett etc.
- Imaginative Familienaufstellung in Trance (gleichzeitig)



www.fotolia.de

III. Rekonstruktion der relevanten KI/EL-Ego-States

4. Aktualkonflikte des Paares aus Ausgangspunkt

Welche Gefühle sind im Konflikt sichtbar?

In welche Kindheitssituation führen diese Gefühle?

= Affektbrücke

Welche Bedürfnisse versuchen die KI-Ego-States im Konflikt zu realisieren? Mit welchen Strategien versuchen die KI-Ego-States dieses?

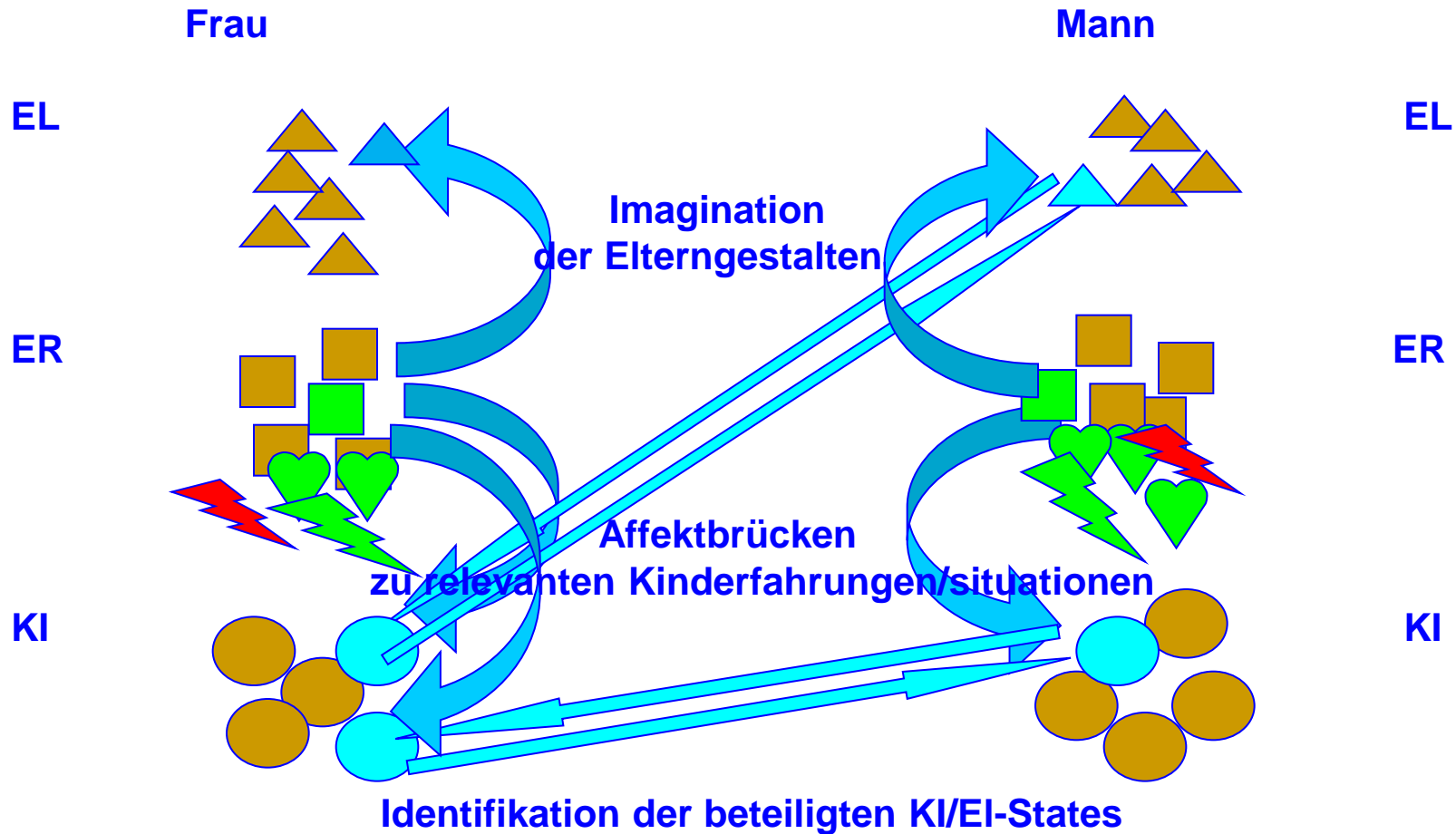
Welche EL-Ego-States sind am Konflikt beteiligt?



www.detail.de

Imagination: Paarkonflikt und Affektbrücke in Kindheit zu KI-Ego-States

III. Rekonstruktion der relevanten KI/EL-Ego-States



IV. Analyse der unbewussten Paar-Verträge zwischen den Ego-States

Struktur der ubw. Paarverträge/Arrangements:

KI-EL-Vertrag – Heilungs- und Rettungsauftrag

KI: Erfülle mir meine Bedürfnisse/Rette/Erlöse/Stille mich

EL: Wenn du tust/bist, was ich von dir will

EL-KI-Vertrag – Bedingtes Heilungs- und Rettungsversprechen

EL: Ich gebe dir das Ersehnte, wenn du bist/tust wie/was ich will

KI: Ich will es versuchen/wehre mich dagegen

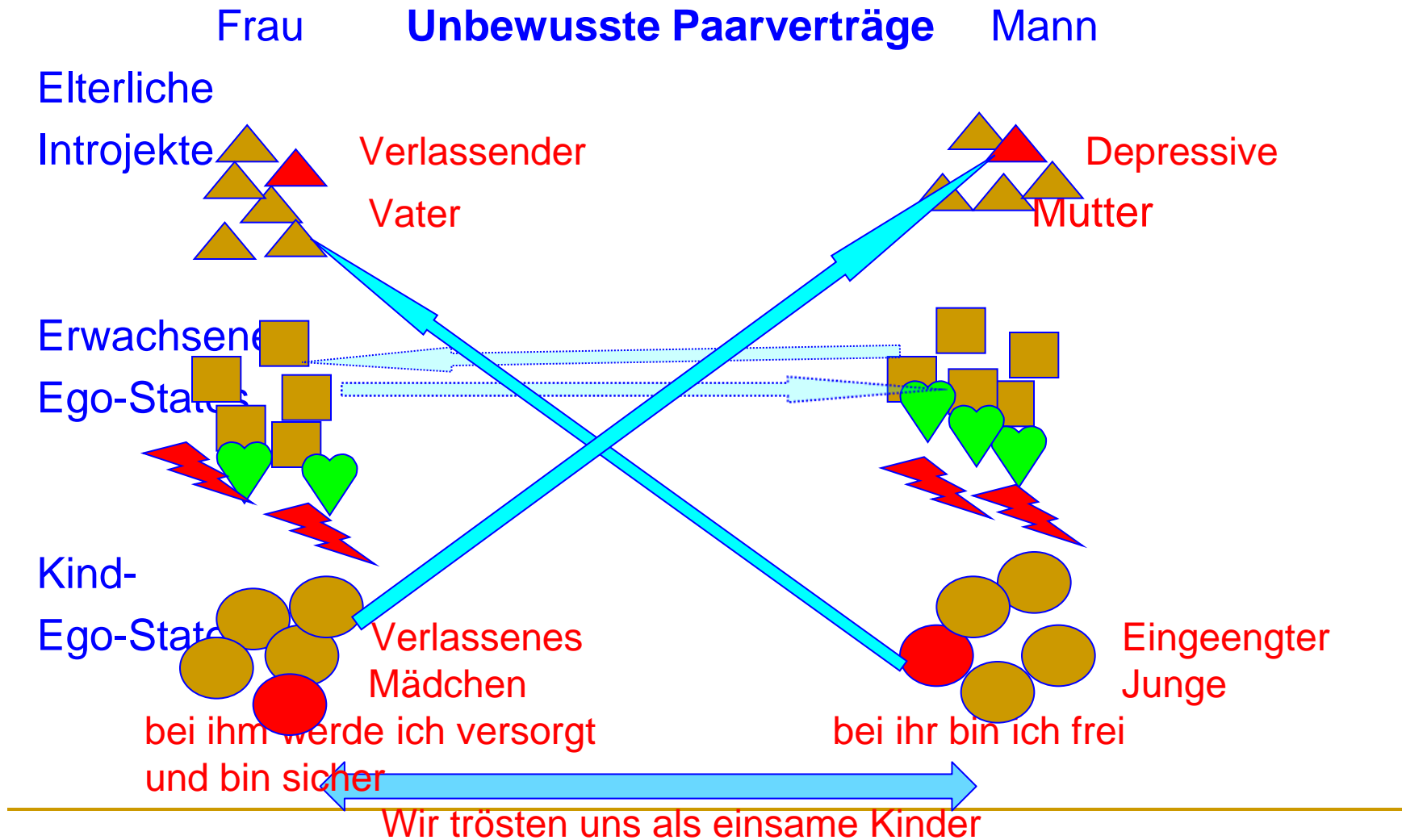
KI-KI-Vertrag – Nähe- und Verbundenheitsvertrag = Hänsel- und Gretel Vertrag

KI zu KI:

Wir trösten uns gegenseitig/Wir sind uns in unserem Leid und Alleinsein nahe und verbunden/Wir halten aneinander fest/Wir verlassen uns niemals, sonst sind wir verloren

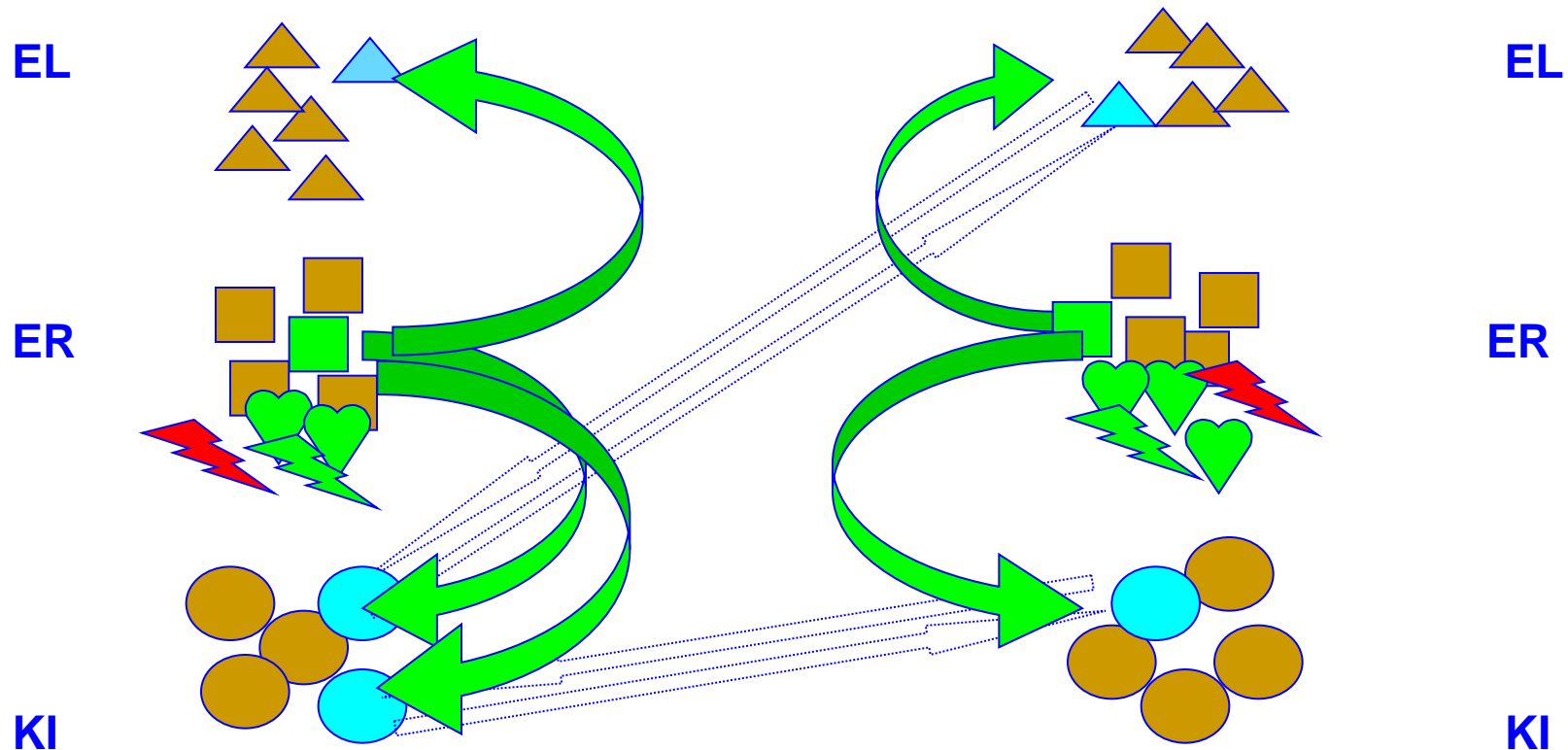
**Ziel: Lösung dieser Paarverträge zwischen den KI/EL-Ego-States
und neuer Paarvertrag auf zwischen ER-Ego-States**

IV. Analyse der unbewussten Paar-Verträge zwischen den Ego-States



IV. Analyse der unbewussten Paar-Verträge zwischen den Ego-States

Ziele und Grundprozesse einer hypnosystemische Ego-State- Paartherapie



= Arbeit an bezogener Individuation und individuierter
Bezogenheit: Jeder sorgt für sein KI/EL-State selbst

V. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten KI-Ego-States

Verclinhtes Paar mit zwei trotzigigen Kindern:



Um welches Bedürfnisse kämpfen die KI-Ego-States?

Imagination: Enttäushtes/verletztes/übersehenes KI-Ich in PS

V. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten KI-Ego-States

1. Aktualisierung/Imaginieren des verletzten KI

- ER-Ego-State aktivieren und stärken; evtl. sicherer Ort für KI konstruieren = !!!Voraussetzung und Basis der Inneren-Kind-Arbeit
- Das aktualisierte KI visualisieren in einer repräsentativen Kindheits-szene oder als Einzelbild des KI
- Das Kind achtsam und einfühlsam in seinen Gefühlen wahrnehmen



Anne Garti /pixelio.de

V. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten KI-Ego-States

2. Bedürfnisse des verletzten KI wahrnehmen

- Sich im ER vom KI berühren lassen: Was braucht das KI-Ego-State?
- Welcher Impuls aus ER ist da, für das Kind zu sorgen, es zu schützen ...



V. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten KI-Ego-States

3. Das verletzte KI nachbeeltern

- Dem Kind das jetzt sagen und geben, was es braucht

4. Das KI bergen und an heilsamen Entwicklungsort bringen

- Kind-Ego-State aus destruktiver Situation herausholen



Aus: Gedankenwelt.de

V. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten KI-Ego-States

5. Neuinstallation der ER-Ebene in Paarbeziehung

- Das Paar setzt sich gegenüber und schaut sich an
- Zusage des ER-Ego-States: „Ich bin jetzt dein erwachsener Mann/deine erwachsene Frau und nicht mehr der Junge/das Mädchen.“ ...
- Verantwortung für KI-Ego-States: „Und deshalb Sorge ich auf in Zukunft für das Kind in mir selbst“
- Konkrete Auswirkungen: „Du wirst das daran merken, dass ich für meine Bedürfnisse selbst Sorge.“
- Klären beim Gegenüber, wie es bei Gegenüber wirkt
- Bitte um Unterstützung: „Ich bitte dich um Unterstützung, wenn ich für das Kind in mir Sorge.“ = **Unterstützungsvertrag**

Imagination: Verletztes Kind an heilsamen Ort bringen – danach mit verändertem Kind Begegnung mit Partner

VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

1. Gleichrangige Einzelarbeit an EL-Ego-States der beiden Partner (parallel oder nacheinander):

Ziel: Begrenzung, Entmächtigung und Distanzierung des EL-Ego durch starkes ER

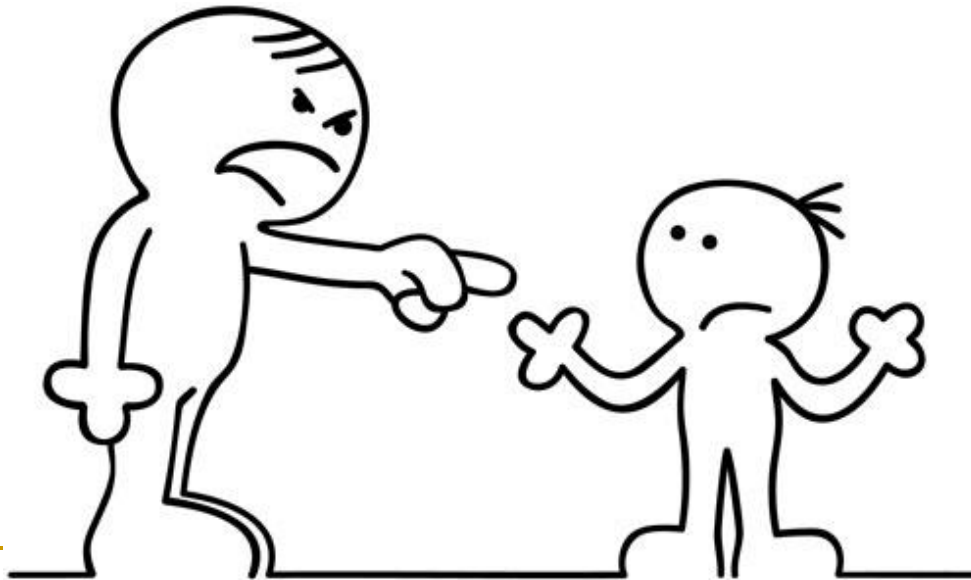
!!!Keine Einzeltherapie des EL-Ego-State

Achtung! Wenn nicht mit den EL-Ego-States gearbeitet wird, ist die Arbeit mit den KI-Ego-States nicht hilfreich bzw. destruktiv

VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

2. Aktualisierung und Imaginieren des EL-Ego-States

- Guter Kontakt zum **ER** und Stärkung des **ER** (erst dann!!! Imaginieren des EL-Ego-State **aus ER**)
- **Bei sehr destruktiven EL:** der betroffene KI-Ego-State an sicheren Ort



VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

2. Aktualisierung und Imaginieren des EL-Ego-States

- Visualisierung des EL neben den Partnern auf Stuhl (= **Stuhlarbeit**) oder auf innerer Bühne (= **Innere Bühnenarbeit**)
- Beschreiben der Gestalt/Habitus des problematischen EL-Ego-State
- Kontaktaufnahme aus **ER** zu EL-Ego-State

!!! Kein Stuhlwechsel – KlientIn bleibt im ER-Stuhl, EL bleibt im anderen Stuhl

VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

3. Klärungs- und Konfliktarbeit mit EL:

- Respekt vor der Geschichte des EL-Ego-States, aus der sein Verhalten gegenüber KI-Ego-State verstehbar wird
- EL konfrontieren mit dem, was er mit dem eigenen KI gemacht hat und die negativen Konsequenzen für KI-Ego-State benennen
- Klar und eindeutig die Verantwortung des EL für dessen Verhalten gegenüber KI-Egos State benennen



VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

3. Klärungs- und Konfliktarbeit mit EL:

- Klar und eindeutig Begrenzen und Entmachten des EL
- Rückgabe der destruktiven Botschaften/Verhaltens an EL
- Wahr-Nehmen was beim EL-geschieht – Veränderung bei EL lassen
- Abschied von EL oder Distanzieren des EL

!!!Bei sehr destruktiven EL-Ego-States: Sichere Grenze gegenüber EL

VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

4. Neuinstallation der ER- Ebene in Paarbeziehung

- Kontakt zum anderen Partner: „Ich bin jetzt dein Mann/deine Frau ...“
- Erklärung gegenüber dem Partner: „und nicht mehr mein Vater/meine Mutter und so bin ich dein Partner/deine Partnerin“
bzw. „...und nicht mehr an meinen Vater/Mutter gebunden.“
- Konkrete Auswirkungen benennen: „Du wirst das daran merken, dass ich z. B. offen und direkt meine Kritik als Wunsch äußere.“
- Klären beim Gegenüber, ob PartnerIn, das so annehmen kann

VI. Ego-State-Paartherapie: Therapeutische Arbeit mit den relevanten EL-Ego-States

4. Neuinstallation der ER- Ebene in Paarbeziehung



Aus: fotolia.de

- Bitte an Partner: „Unterstütze mich bitte, nicht mehr Vater/Mutter, bzw. nicht mehr an Vater/Mutter gebunden zu sein, sondern PartnerIn zu sein.“ (= **Unterstützungsvertrag!**)

VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paar-situationen

Unbewusste Einbeziehung eines Dritten: Triangulierung

- Eigenen Eltern/Schwiegereltern
- Eigene Kinder
- Suchtmittel
- Erkrankung, z. B. chron. Erkrankung
- Geliebte/Geliebter
- Arbeit
- ...
- **!!!PaartherapeutIn**



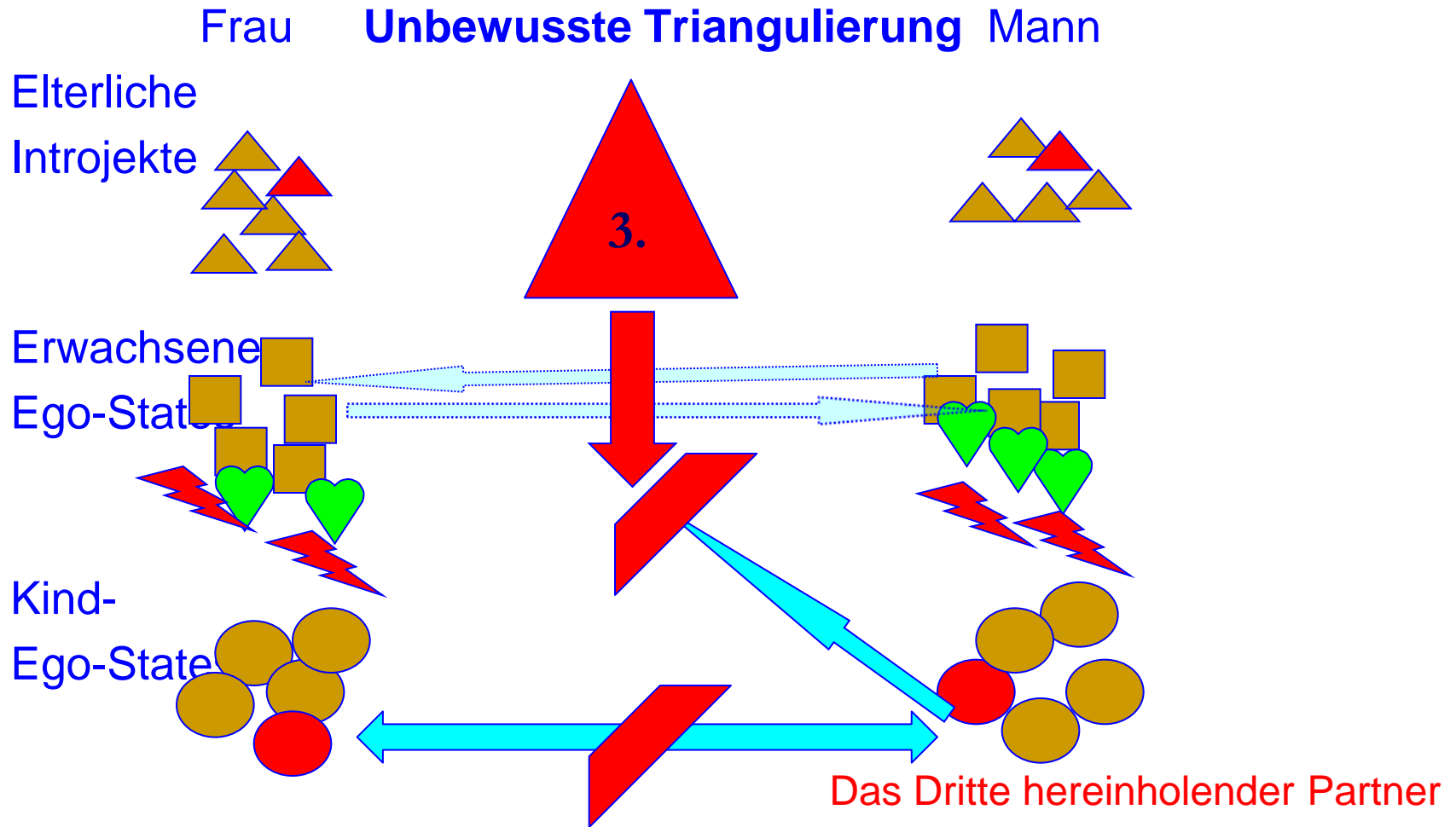
Bild: Thomas Weiss Pixelio.de

Ursprünglicher Paarvertrag wird enttäuscht oder gestört: „Mein KI bekommt von deinem EL/deinem KI nicht (mehr) das im Verlieben Ersehnte“

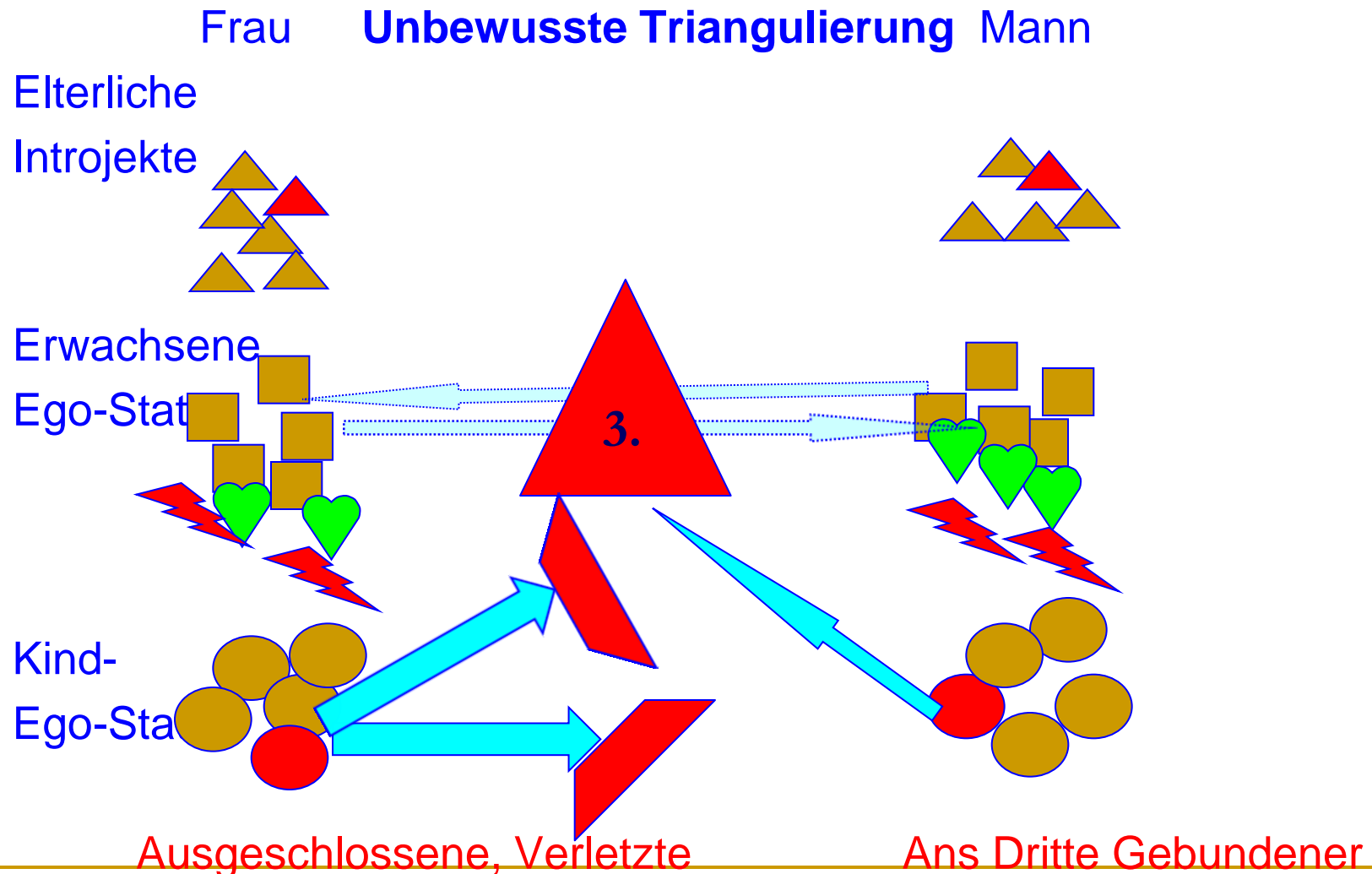
Arbeit am eigenen Fall: Welche Triangulierungen gibt es?

Oder: Imagination des Paares auf Innere Bühne mit einem Dritten

VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paar-situationen



VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paar-situationen



VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paar-situationen

Lösungsschritte für ubw Triangulierung:

1. Arbeit mit dem Ausgeschlossenen

- Die ER- Verletzungen/Enttäuschungen versorgen
- Aus ER-State die KI- Kränkungen versorgen (heilsamer Ort)
- Klären, ob und wann ein Verzeihen aus ER möglich ist

2. Arbeit mit dem ans Dritte Gebundenen

- Klären, welche ER- /KI-Bedürfnisse an das Dritte gerichtet werden
- Klären, welche ER- und KI-Bedürfnisse nun selbst erfüllt werden
- Klären, welche ER- und KI-Bedürfnisse unerfüllt bleiben und verabschiedet werden müssen.

VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paarsituationen

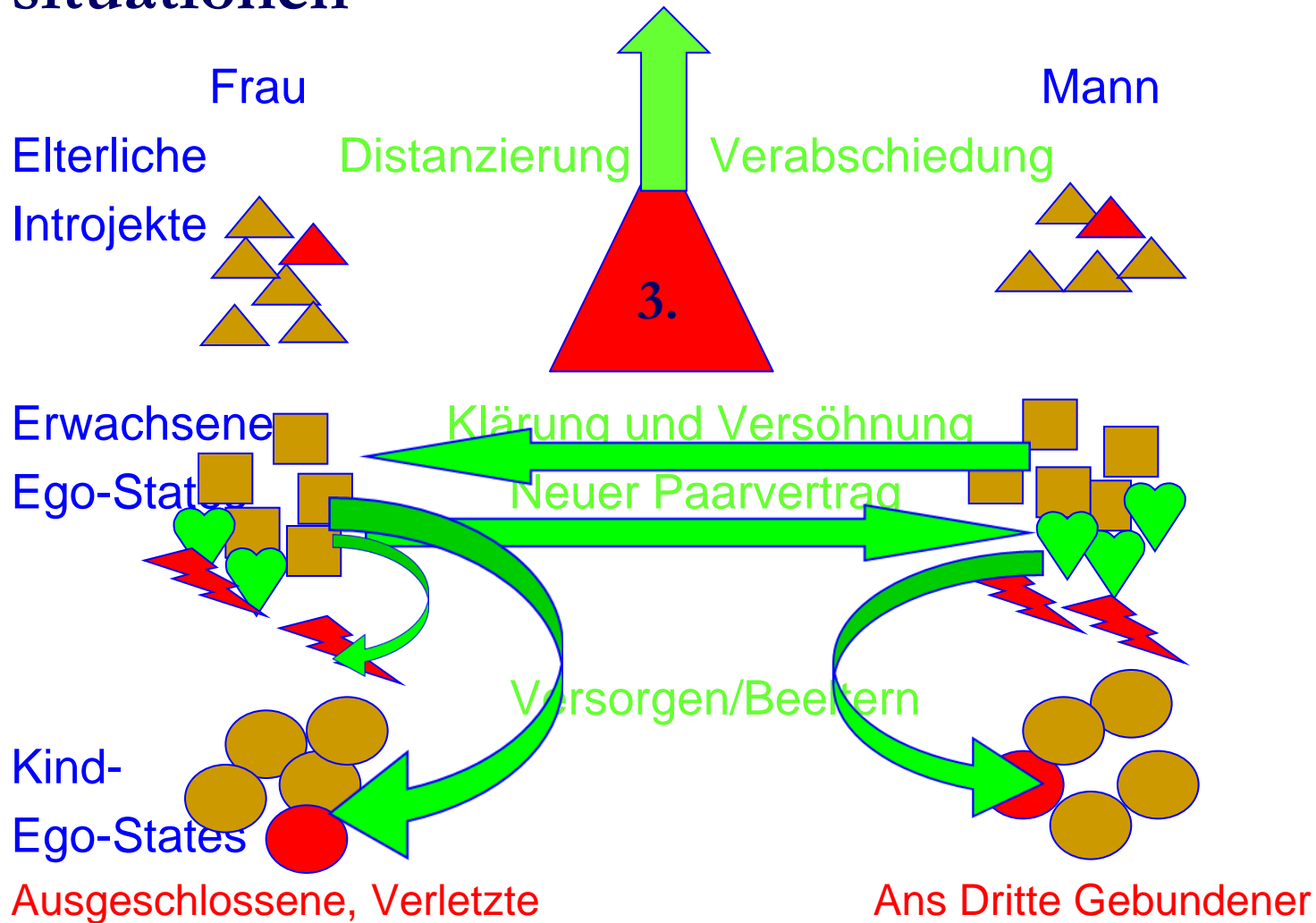
3. Arbeit auf der Paarebene

- Klären, wann und wozu das Dritte nötig wurde
 - z. B. Timeline der Paargeschichte
- Klären, wie beide Partner daran beteiligt waren
- Entlassung des Dritten aus der Paarebene
 - von beiden!
- Verabschiedung des Dritten (z. B. Geliebte/r) oder neue Beziehung zum Dritten als getrenntes!!! Gegenüber!!!
(z. B. Eltern, eigene Kinder)

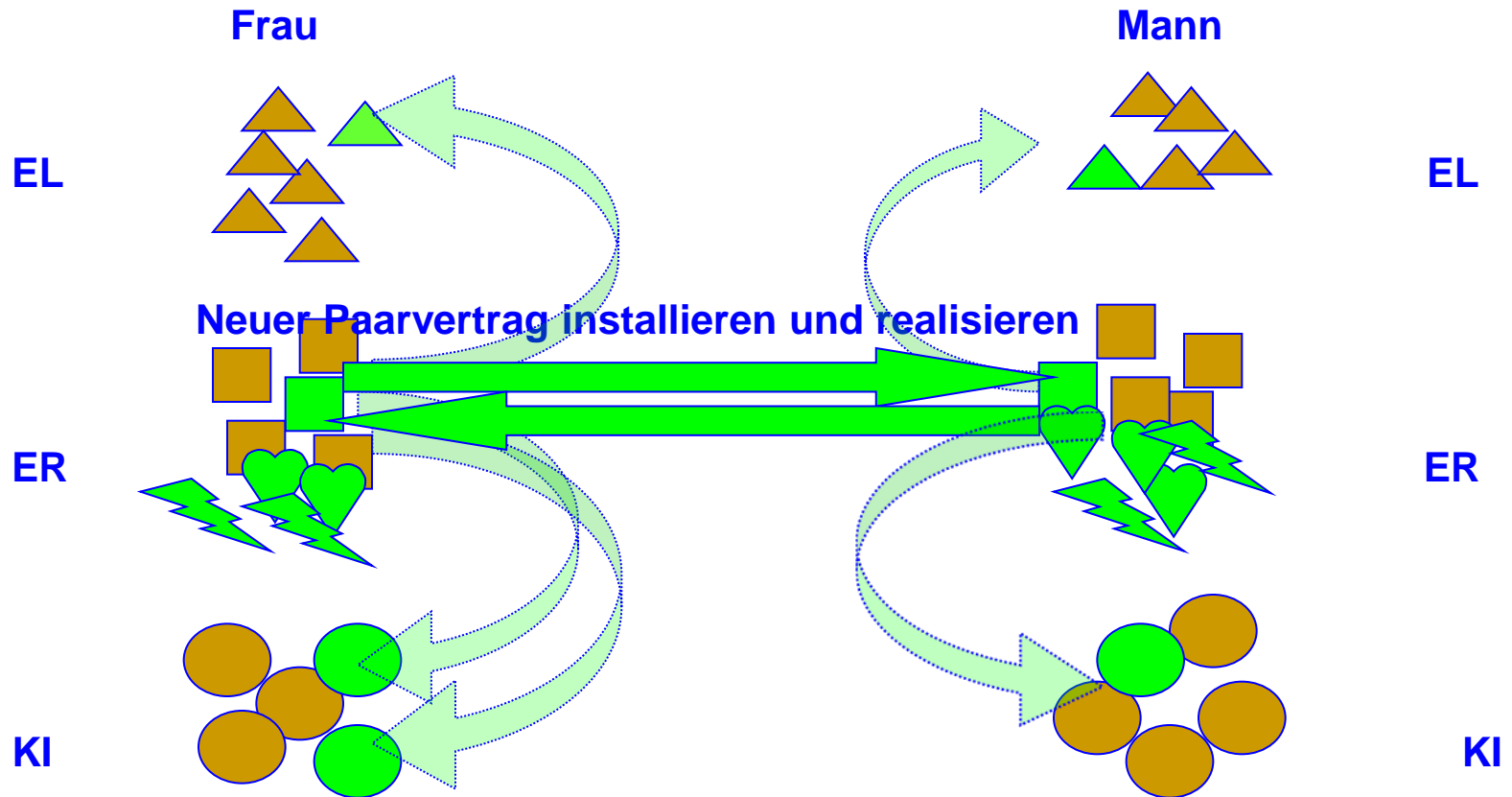


www.Ausmalbilder.eu

VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paar-situationen



VIII. Installation und Realisierung eines neuen Paarvertrages



VIII. Installation und Realisierung eines neuen Paarvertrages

- **Lösen und Verabschieden des bisherigen Paarvertrages/
Kollusion**
- **Finden eines neuen Paarvertrages auf ER-Ebene:**
 - Ich Sorge für die Anliegen/Bedürfnisse meiner KI-Ego-States
 - Ich konfrontiere, begrenze und verändere meine EL-Ego-States
 - Ich unterstütze den anderen darin,
wenn er mir den Auftrag dazu gibt
 - Ich bin dir dein Mann
und du bist mir meine Frau
– und umgekehrt
 - Ich gebe für unsere Liebe das,
was mir möglich ist
 - Ich nehme von unserer Liebe das
was mir geschenkt wird



Roland Kachler

Die Therapie des Paar-Unbewussten

Ein tiefenpsychologisch-hypnosystemischer
Ansatz



Fach-
buch
Klett-Cotta