



# Die Diagnostik in der PIP

## Vorstellung der Selbst- und Beziehungsregulationsfunktionen

Modul 2: PIP-Grundlagen  
04.04.2025 & 05.04.2025

Prof. Dr. R. Friedmann & W. Plha

# Die Haltung in der interaktionellen Pädagogik



# Anerkennung der Subjektivität

- Es geht niemals um „objektive Realität“, sondern um das Erleben eines Menschen
- Unbewusste Motive verändern unser Erleben und „zwingen“ uns dadurch scheinbar manchmal zu Handlungen
- Alle Handlungen, Symptome, Haltungen, Meinungen haben „gute“ Gründe
- Klient:innen können nur aus ihrem Bezugssystem heraus verstanden werden
- Es geht nicht um Freundlichkeit, nicht um Leichtigkeit, nicht um Freude, sondern um einen Verstehensprozess, der auch schmerzhaft sein kann
- Eine Bereitschaft, sich in eine Beziehung „verwickeln“ zu lassen, ist die Grundlage der Arbeit
- Dazu gehört auch die Bereitschaft, starke Gefühle in sich ertragen zu können

**Ziel könnte es sein, von sich sagen zu können:  
„Ich bin ein Mensch, nichts Menschliches ist mir fremd“**

## Persönliche Voraussetzungen

- Ernsthaft verstehen wollen
- Andere Person „auf Augenhöhe“ ernst nehmen (und nicht hierarchisch begutachten)
- Sich in echten Kontakt mit der/dem Klient:in begeben
- Eigenes Erleben nicht unreflektiert als Maß anlegen, aber abrufbar machen
- Bewertungen so weit wie möglich unterlassen
- Aushalten, dass das eigene Erleben nicht unbedingt „richtiger“/„gesünder“/„reifer“ ist, als das der Klient:innen
- Ambivalenz und Spannung aushalten können und wollen
- Ausreichend Selbsterfahrung und Reflexionsfähigkeit, um jederzeit einen exzentrischen Standpunkt einnehmen zu können

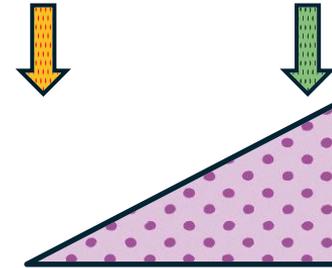
# Selbst- und Beziehungsregulationsfunktionen im Überblick - Extreme



# Übersicht der Funktionen zur Selbst- und Beziehungsregulation

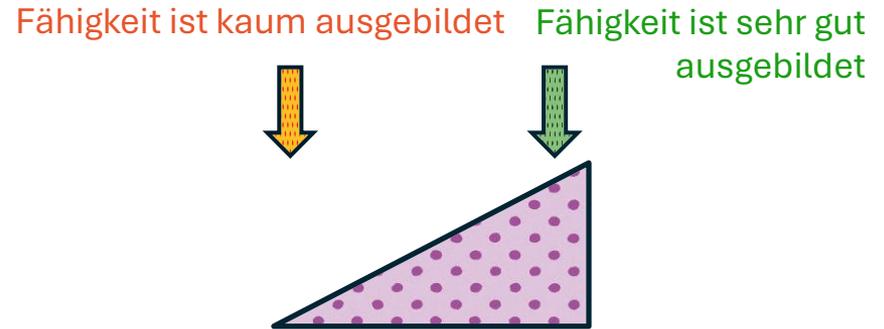
1. Emotionale Verbundenheit mit anderen (Bezogenheit)
2. Wahrnehmung der Individualität anderer Menschen
3. Konstanz von Beziehungen
4. Selbstwertgefühl
5. Schuld und Schuldgefühle
6. Moralisches Urteil
7. Ideal der eigenen Person
8. Wahrnehmung der äußeren Realität
9. Wahrnehmung des innerseelischen Geschehens

Fähigkeit ist kaum ausgebildet Fähigkeit ist sehr gut ausgebildet

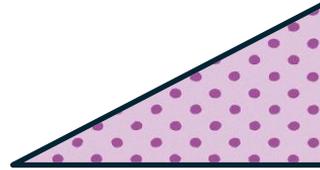


# Übersicht der Funktionen zur Selbst- und Beziehungsregulation

10. Innen-Außen-Unterscheidung
11. Selbstgrenzen
12. Steuerung von Affekten und Impulsen
13. Frustrationstoleranz
14. Affekttoleranz
15. Reizschwelle
16. Antizipation
17. Verhaltensabstimmung
18. Sprache und Kommunikation
19. Regressionssteuerung



## Emotionale Verbundenheit mit anderen (Bezogenheit)



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, ist das Verhältnis zu Mitmenschen entweder durch völligen Rückzug geprägt oder dadurch, dass andere Personen nur für eigene Zwecke genutzt werden. Eine intensive stabile Verbindung wird nicht eingegangen.

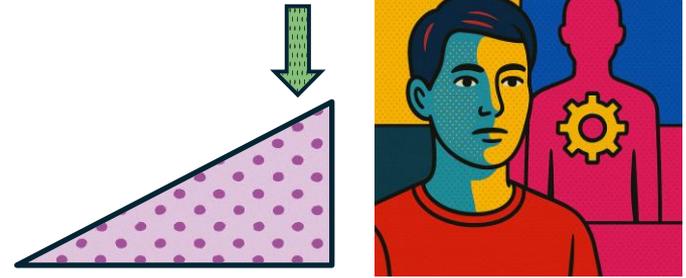
*Ein Klient berichtet, dass er niemanden finden könnte, der vollständig und in allen Belangen zu ihm passt, sodass eine Beziehung nicht möglich wird. Die Beziehungen enden immer wieder bevor sie richtig begonnen haben. Man bekommt bei seinen Schilderungen den Eindruck, dass er seine potenziellen Partner regelrecht vergrault, ohne es zu merken.*

*Eine Klientin beschreibt ihre Bekannten nur oberflächlich und nennt sie statt mit Namen lediglich anhand ihrer Funktionen, wie ‚mein Autoschrauber‘ oder ‚mein Friseur‘.*



Selbstobjekt,  
funktionalisierendes  
Teilobjekt

## Emotionale Verbundenheit mit anderen (Bezogenheit)



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, sind Beziehungen von Wechselseitigkeit bestimmt.

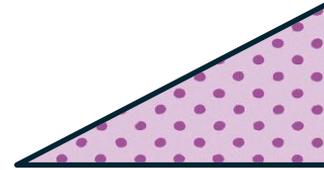
*Ein junger Mann berichtet von einer langjährigen, krisenfesten Beziehung, in der er seine eigenen Bedürfnisse zugunsten der Bedürfnisse seiner Partnerin zurückstellen kann, sofern die Situation es erfordert. Er berichtet, dass es typisch für ihre Beziehung ist, dass beide sich immer „im Blick“ behalten und „Alltägliches verhandeln“.*

 „Geteiltes Leid ist halbes Leid, geteilte Freude ist doppelte Freude.“



Reziprozität,  
sichere Bindung

## Wahrnehmung der Individualität anderer Menschen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, werden andere nicht als eigenständige Personen erlebt, sondern so, als wären sie wie ein Teil des eigenen Selbst. Sie glauben wie selbstverständlich, dass das Gegenüber eigene Standpunkte und Gefühle vollkommen teilt.

*Ein junger Mann überfiel eine Frau, hielt ihr einen Hammer über den Kopf und drohte damit, sie zu töten, falls sie ihr Portemonnaie nicht herausgeben würde. Er fühlte sich zu Unrecht verurteilt, weil doch jeder wissen müsse, dass er niemals dazu in der Lage wäre, wirklich jemanden mit dem Hammer auf den Kopf zu schlagen; es sei ja nur eine Drohung gewesen. In die Position des Opfers und der RichterIn konnte er sich auch mit Unterstützung nicht hineinversetzen.*

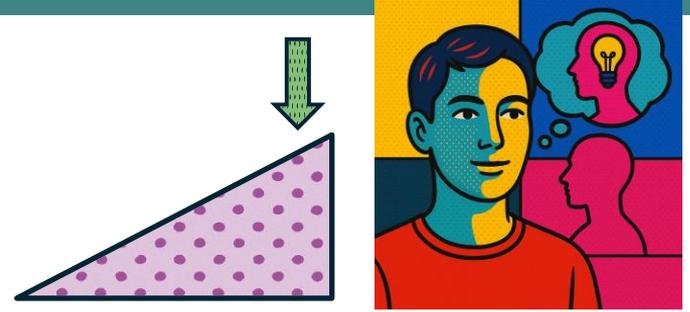


„Über Geschmack lässt sich nicht streiten.“



Mentalisierung

# Wahrnehmung der Individualität anderer Menschen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie andere Menschen als eigenständige, unabhängige Individuen wahrnehmen. Beziehungen sind von Wechselseitigkeit und Empathie bestimmt. Andere Menschen werden differenziert wahrgenommen und aus deren eigener psychosozialer Perspektive heraus verstanden.

*Ein Klient hatte gerade seine Führerscheinprüfung bestanden, in die er viel Geld und Zeit investiert hatte. Er war überglücklich und ging als erstes zu seiner Freundin, um sie zum Essen einzuladen und zu feiern. Er traf sie jedoch sehr traurig an, weil sie gerade erfahren hatte, dass ihr Großvater, den sie sehr liebte, gestorben war. Wie selbstverständlich stellte er den Wunsch zu feiern zurück und tröstete sie.*

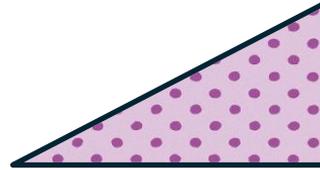


*„Urteile nicht über jemanden, bevor du nicht eine Weile in seinen Schuhen gegangen bist.“*



Mentalisierung

## Konstanz von Beziehungen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, bricht sie den Kontakt ab (bzw. verliert ihn), wenn es in der Beziehung zu Frustration, zu Spannungen oder zu Konflikten kommt. Sie kann das innere Bild einer anderen Person nicht in sich halten, wenn diese nicht anwesend ist.

*Eine Klientin berichtet, dass sie immer wieder die Kontakte in ihrem Handy aufräumt und alle von denen sie mehrere Monate nichts gehört hat, löscht. Sie begründet das damit, dass diese Leute für sie nicht mehr wichtig sind.*

*Eine Jugendliche erzählt begeistert von ihrem neuen Freund. Ihre Beschreibungen bleiben jedoch oberflächlich, so dass man sich den Freund nicht richtig vorstellen kann. Einige Wochen später berichtet sie davon, dass sie sich getrennt haben, was aber nicht schlimm sei, weil er ohnehin nie wichtig für sie war. Grund der Trennung war ein alltäglicher Streit durch den sie sich gekränkt gefühlt hat. Solche Szenen wiederholen sich immer wieder.*

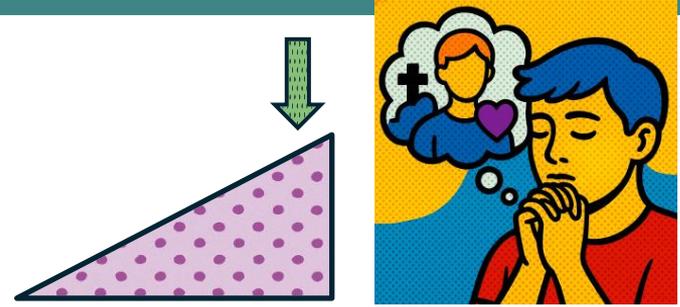


„Aus den Augen aus dem Sinn...“



Objektpermanenz

## Konstanz von Beziehungen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie die Beziehung zu einer für sie wichtigen anderen Person auch dann in sich präsent halten, wenn starke negative Gefühle (wie Frustration, Angst, Trauer) damit einher gehen.

*Eine Klientin berichtet, dass sie bei allen wichtigen Fragen ihre Oma zu Rate zieht – obwohl diese Oma seit 20 Jahren verstorben ist.*

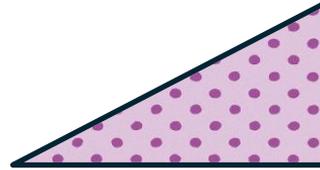
*Ein Klient berichtet, dass er sich gerade in einer schwierigen Situation mit seiner Freundin befindet, weil sie ihm einen Seitensprung gebeichtet hat. Er fühlt sich gekränkt und beschämt dadurch, will aber die Beziehung nicht abbrechen, weil die positiven Aspekte überwiegen. Er kann differenziert über sie und ihre gemeinsame Beziehung berichten.*

„In guten, wie in schlechten Zeiten“



Objektpermanenz  
Objektrepräsentanzen

# Selbstwertgefühl



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, fühlt sie sich wertlos, wenn sie nicht den (meist überhöht wahrgenommenen) Anforderungen anderer Personen entspricht. Sie versucht mit Meinungen, Anforderungen, Perspektiven etc. anderer Personen übereinzustimmen. Bestätigende Rückmeldungen führen nicht zur Veränderung.

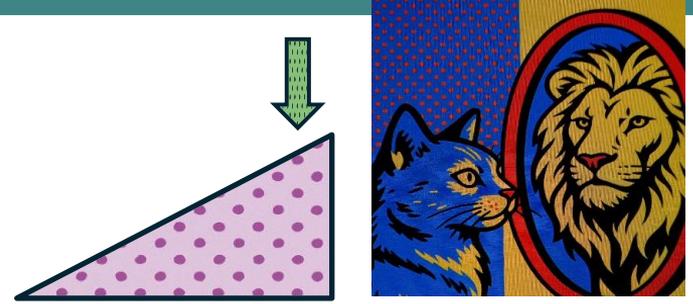
*Eine Klientin fühlt sich verantwortlich, alle Wünsche ihres Partners zu erfüllen. Als er sie betrog, geriet sie in eine Krise und fühlte sich nicht mehr liebenswert, weil es ihr nicht gelungen war, seinen Ansprüchen gerecht zu werden.*

Es kann auch vorkommen, dass sich Personen mit einer Einschränkung dieser Funktion grandios fühlen, ihr Selbstbild vollkommen mit ihrem Ideal übereinzustimmen scheint und sie durch Selbstüberhöhung keinen Zweifel an ihrem Wert aufkommen lassen will.

*Ein Klient ist überzeugt davon, „der Psychologe“ seiner Peergroup zu sein und deren Verhalten sicher voraussagen sowie ihre Gefühlswelt genau erkennen zu können. Dabei verschätzt er sich jedoch offenkundig ständig, auch im Hinblick auf die Gefühle seiner Denkzeit-Trainerin, und lässt sich von dieser Vorstellung nicht abbringen.*



# Selbstwertgefühl



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, ist die Person nicht besonders kränkbar, hat ein realistisches Selbstbild und zieht den eigenen Wert auch dann nicht in Zweifel, wenn ihr etwas misslingt. Selbst unter emotionaler Belastung bleibt die Selbstachtung relativ stabil.

*Ein Klient hat eine wichtige Prüfung nicht bestanden. Er erklärt sein Versagen damit, dass er sich aus wichtigen Gründen nicht ausreichend vorbereiten konnte, ist aber in seinem Blick auf sich selbst nicht erschüttert und geht zuversichtlich, aber mit dem angemessenen Respekt in die nächste Prüfung.*

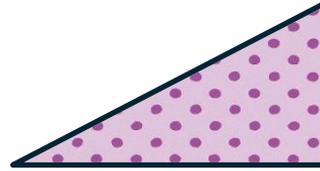
*Ein Klient beginnt einen lang ersehnten und anspruchsvollen Job. In den ersten Wochen der Einarbeitung verliert er häufig den Überblick, gibt falsche Auskünfte am Telefon und muss seine Arbeit mehrfach korrigieren. Er weiß, dass er noch nicht genug gelernt hat und bemüht sich, dies strukturiert nachzuholen.*

„Der Fels bleibt ruhig, auch wenn der Wind ihn wütend macht.“  
(Spanisches Sprichwort)



Identitätsentwicklung,  
Entwicklung des Selbst

# Schuld und Schuldgefühle



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, gibt es massive, gegen die eigene Person gerichtete Tendenzen (Suizidalität, Depressionen). Solche Tendenzen werden verleugnet und nicht bewusst erlebt.

*Eine Motorradfahrerin, die nach zahlreichen Beziehungsabbrüchen in ihrem Leben wiederholt in suizidale Krisen gerät und Verkehrsunfälle verursacht, fährt nach einer erneuten Beziehungskrise äußerst riskant und mit überhöhter Geschwindigkeit.*

Das Verhalten dieser Person ist in hohem Maße von Regeln gelenkt. Häufig projiziert die Person die Schuld auf die Umwelt und hat starke Racheimpulse.

*Eine junge Frau, deren Alltag durch das Befolgen von gestellten Regeln geprägt ist, fährt mit dem Auto ein Kind an und verletzt es schwer. Im Gespräch darüber zeigt sie sich darüber entrüstet, dass die Eltern des Kindes ihrer Aufsichtspflicht nicht nachgekommen sind. Sie überlegt Anzeige zu erstatten.*

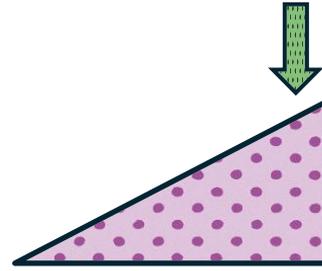


„Nur ein reines Gewissen, ist ein sanftes Ruhekissen.“  
„Erst die Arbeit, dann das Vergnügen.“



Über-Ich

# Schuld und Schuldgefühle



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie Kritik für Fehler tolerieren und eigenes schuldhaftes Verhalten erkennen. Sie kann Schuldgefühle aushalten und als Signal für moralisches Fehlverhalten sehen, aus dem sie zu lernen versucht, um künftige Entscheidungen besser zu treffen.

*Ein junger Mann nimmt seine Freundin mit in eine Szene, in der Drogen konsumiert werden. Sie geht darin völlig auf und wird abhängig. Der Klient bereut seine Entscheidung und sein Verhalten von damals sehr, hat aber daraus gelernt und kann mit seiner Schuld leben.*



*„Ein gutes Gewissen ist ein sanfter Begleiter.“  
(Englisches Sprichwort)*



Über-Ich

## Moralisches Urteil

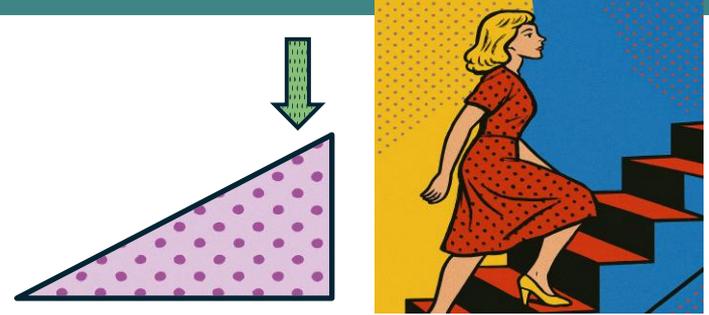


Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, versucht sie mit Autoritätspersonen übereinzustimmen, ohne selbst eigene kritische Entscheidungen zu treffen (bzw. treffen zu können) und/oder sie neigt dazu egozentrische Ziele zu verfolgen.

*Ein junger Mann soll auf seiner Arbeit dafür sorgen, dass unbemerkt giftige Abwässer in einen Fluss eingeleitet werden. Er weiß, dass das vielen Menschen Schaden wird. Er selbst allerdings erhält dafür eine hohe Belohnung und die Anerkennung des CEOs. Ihn plagen nach der Tat keine Gewissensbisse.*



# Moralisches Urteil



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie Entscheidungen an übergeordneten ethischen Prinzipien orientieren. Sie kann damit einen eigenen, stabilen Standpunkt einnehmen und diesen argumentativ unterfüttern. Je reifer die Person ist, desto eher kann sie Ambivalenz aushalten und versteht, dass es kaum jemals eine eindeutige Entscheidung geben kann.

*Eine junge Frau soll auf ihrer Arbeit dafür sorgen, dass einmalig unbemerkt schwach giftige Abwässer in einen Fluss eingeleitet werden. Sie weiß, dass dadurch von vielen Menschen Schaden abgewendet wird, weil dies die einzige Möglichkeit ist, die Firma vor einer Insolvenz zu schützen und damit 1000 Personen ihre Arbeit behalten können.*

*Sie selbst ist auch auf den Job angewiesen, weil sie ihre schwerkranke Mutter zu Hause pflegt und ihrer Tochter das Studium finanziert. Sie überlegt in vielen schlaflosen Nächten, was Sie tun soll, und kommt zu keiner eindeutigen Entscheidung.*



## Ideal der eigenen Person



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, stehen die Vorstellungen davon, wie sie sein sollte, in extremem Missverhältnis zu ihren Fähigkeiten. Diese unrealistischen Ansprüche an sich selbst, können zu Selbsthass führen.

*Ein Klient, der von sich erwartete, nicht mehr wütend werden zu dürfen, um nicht Gefahr zu laufen, einen anderen Menschen erneut zu verletzen, geriet in schwere, teilweise suizidale Krisen, wenn er aggressive Impulse in sich wahrnahm.*

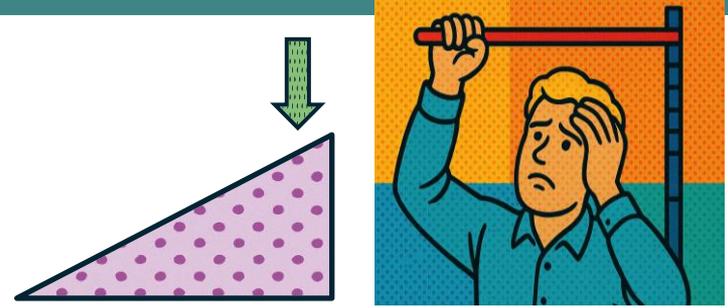
*Ein Klient ist Sohn einer Fußballlegende und wird ständig mit ihm verglichen und nach ihm gefragt. Er selbst hat sich früh entschieden keinerlei Sport zu machen. Er wirft sofort das Handtuch, wenn er in Situationen kommt, in denen Anforderungen an ihn gestellt werden, deren Erfüllung ihm nicht ganz leicht von der Hand gehen.*

„Wer zu hoch zielt, wird tief fallen.“



Ich-Ideal

## Ideal der eigenen Person



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, stehen die Maßstäbe an eigenes Handeln und die Leistungsfähigkeit in einem harmonischen Verhältnis zueinander. Der Selbstwert ist zu einem Großteil verinnerlicht und nur partiell von der Erfüllung eigener oder fremder Erwartungen abhängig ist.

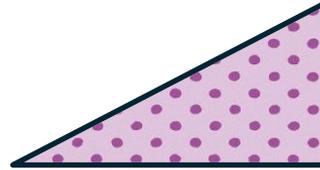
*Ein Jugendlicher, der wiederholt vergeblich versucht hatte, die MSA-Prüfung erfolgreich zu absolvieren, zeigte sich davon zwar enttäuscht, sagte aber auf die Frage, wie es für ihn denn nun weitergehe, dass er sich eben einen Ausbildungsplatz suchen wird, für den die Berufsbildungsreife (BBR) ausreicht.*

„Wer den Frieden mit sich selbst geschlossen hat, ist unabhängig von äußeren Umständen.“ (Chinesisches Sprichwort)



Ich-Ideal

## Wahrnehmung der äußeren Realität



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, verkennt sie die äußere Realität in Teilen und interpretiert die Bedeutung von Ereignissen falsch.

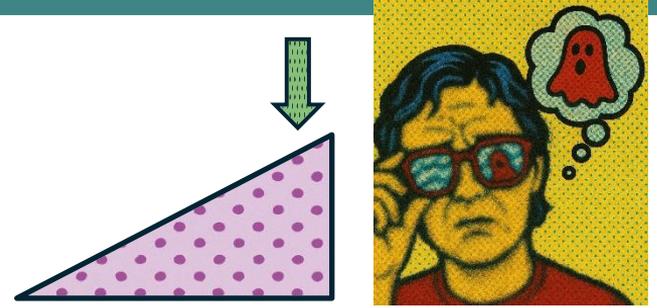
*Eine Klientin, die oft etwas durcheinander wirrt und in ihrem Bekanntenkreis ab und zu auf Ablehnung stößt, weil sie immer wieder neuen Verschwörungstheorien nachhängt, sieht eine schwarze Katze ihren Weg kreuzen und entscheidet auf dieses „Zeichen“ hin, den Job, über den sie gerade nachgedacht hat, nicht anzunehmen.*



*„Mit Scheuklappen durch die Welt gehen.“*

*„Man sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht.“*

## Wahrnehmung der äußeren Realität



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann auch unter Stress die äußere Situation klar erfasst und eingeordnet werden.

*Ein passionierter Schwimmer, der durch eine plötzlich wechselnde Strömung beinahe ertrunken wäre, gerät wieder in eine ähnliche Situation. Er kann seine spontane Panik regulieren, die Situation richtig einschätzen und beginnt damit (entgegen seinem ersten Impuls) quer zur Strömung zu schwimmen, auch wenn der Weg dadurch weiter wird.*

„Wenn der Kopf klar ist, findet man den Weg.“ (Arabisches Sprichwort)



Realitätsprüfung

## Wahrnehmung des innerseelischen Geschehens



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, kann sie das eigene Befinden und Verhalten nur ansatzweise erkennen, mitteilen und erklären. Wenn überhaupt, nimmt sie ihre Gefühle nur grob, diffus und körpernah wahr.

*Ein Klient beschreibt, dass er grundsätzlich keine Gefühle habe, sondern nur manchmal in unangenehme Spannung gerate. Dabei beschreibt er Situationen, die eigentlich Angst oder Aggression auslösen ebenso wie körperliche Zustände (Müdigkeit, Hunger, etc.).*

In manchen Fällen, erklärt sich die Person im Nachhinein anhand seines Verhaltens, wie er sich gefühlt haben muss.

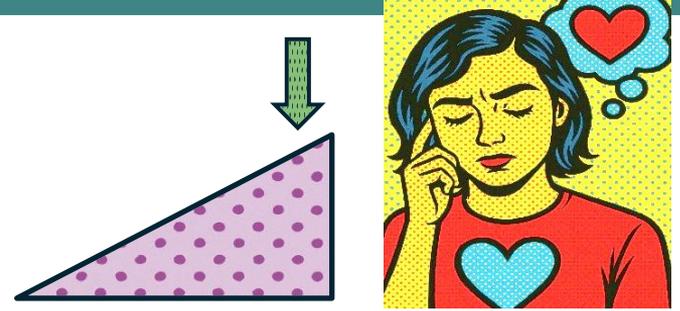
*Ein junger Mann, der sich häufig in aggressiven Auseinandersetzungen wiederfindet, verstand im Nachhinein, dass er wütend gewesen sein muss, weil er sich geschlagen hatte.*

„Wenn man sich selbst nicht erkennt, erkennt man auch die anderen nicht.“ (Chinesisches Sprichwort)



Reflexivität

## Wahrnehmung des innerseelischen Geschehens

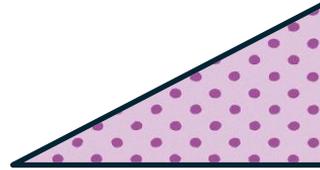


Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie die Vielfalt von Gefühlen und Impulsen, auch in belastenden Situationen, sicher wahrnehmen. Sie ist in der Lage, sich selbst differenziert zu betrachten.

*Eine Klientin beschreibt, dass sie großen Stress auf der Arbeit hatte und „geladen“ gegangen ist. In einer Situation im Straßenverkehr kommt es zu einer Auseinandersetzung, in der die Klientin sich unangemessen heftig über einen Autofahrer ärgert. Sie ist sich während dieses Vorfalls bewusst, dass ihre Aggressivität überspitzt ist und eigentlich in der Bürosituation ausgelöst wurde.*



## Innen-Außen-Unterscheidung



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, kann sie nicht unterscheiden, ob etwas der Realität oder ihrer Fantasie entspringt. Es kommt häufig zu illusionären Verkennungen und Fehlwahrnehmungen der sozialen Welt, die aber nicht als solche bewusst werden.

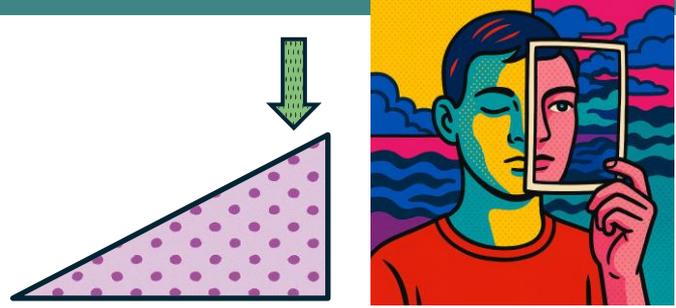
*Eine Studentin ist in ihren Professor verliebt und sich sicher, dass er genauso empfindet. Da es eine „verbotene“ Beziehung ist, einigen sie sich (vermeintlich) auf geheime Zeichen. Zunächst baut er anscheinend Botschaften für sie in seine Vorlesungen ein, mit Hilfe derer er sie in sein Haus bittet. Dort angekommen, erkennt sie an einem Zeichen (die Gartenstühle wurden seit ihrem letzten heimlichen Besuch umgestellt), dass sie ins Haus kommen soll. Als er die Polizei ruft, ist sie fassungslos über seinen Verrat (allerdings erklärt sie sich dann, dass er das „Theater“ nur für seine anwesende Ehefrau inszeniert).*

„Es gibt nichts in der Welt, was man nicht durch Wunschenken ändern könnte.“ (Spanisches Sprichwort)



Wahnhaftes Erleben

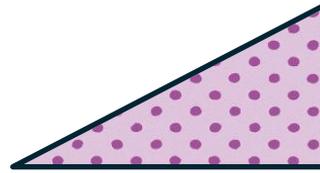
# Innen-Außen-Unterscheidung



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, ist ihr auch in belastenden Situationen klar und wie automatisch zu unterscheiden, ob es sich bei einer Situation um die Realität oder eine Fantasie handelt.

*Ein junger Mann überschreitet bei seiner Weltreise in kurzer Zeit viele Zeitzonen und schläft in vielen verschiedenen Unterkünften. Oft träumt er von seinen aufregenden Erlebnissen in anderen Ländern. Nach dem Aufwachen gibt es nur kurze Irritationen darüber, wo er sich gerade befindet. Er kann sich innerhalb von Sekunden orientieren und klar zwischen Traum und Realität unterscheiden.*

# Selbstgrenzen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, ist sie sich häufig nicht sicher, ob ihr Erleben der eigenen Person oder einer anderen entspringt. Dies kann oft nicht formuliert werden, sondern zeigt sich in Beziehungsbeschreibungen. Entweder versucht die Person, mit anderen zu verschmelzen ...

*Ein junger Mann berichtet voller Begeisterung, dass er mit seiner neuen Freundin das Hüttenwandern im Hochgebirge entdeckt hat und darin vollkommen aufgeht. In seiner vorherigen Beziehung hatten er und seine Partnerin sämtliche Urlaube in Luxushotels am Strand verbracht und er hatte auch davon vollkommen enthusiastisch berichtet. Auf Fragen danach, was ihn denn an der Art seiner Freizeitgestaltung reizt, bezieht er sich immer wieder auf die Ansichten seiner jeweiligen Partnerin.*

... oder aber sie wehrt sich gegen das Verschmelzungsbedürfnis durch übermäßige Betonung ihrer Eigenständigkeit.

*Ein junger Mann berichtet, dass er sich ständig neue Freundinnen „hole“ und auch keine guten Freunde habe. Auf Nachfragen äußert er, er brauche keine festen Freundinnen und es gebe doch ohnehin keine wirkliche Freundschaft. Es ist ihm aber sehr wichtig, wie er auf seine jeweiligen Gegenüber wirkt.*

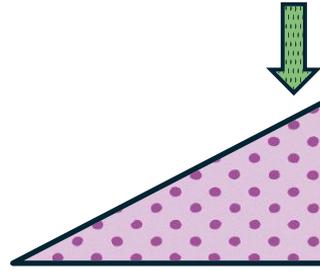


*„Wie ein Fähnchen im Wind sein.“  
„Ein Herz und eine Seele sein.“*



Durchlässigkeit/  
Verschmelzung

# Selbstgrenzen

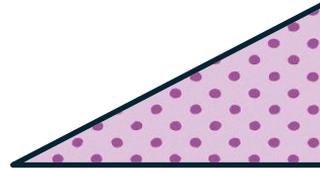


Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, gerät sie auch ohne ständige Rückmeldung von außen nicht in Zweifel über ihre Individualität und ist in der Lage ihr „Beteiligtsein“ am interpersonellen Geschehen zu reflektieren und zu verstehen.

*Ein junger Mann hat eine feste Freundin, die viele und andere Interessen hat, als er selbst. Sie geht z. B. gerne tanzen, während er lieber zuhause fernsieht. Auch in vielen politischen Fragen, z. B. wie mit Zuwanderung umzugehen sei, haben die beiden sehr gegensätzliche Überzeugungen. Sie diskutieren viel und streiten auch immer mal wieder. Dennoch berichtet er, dass sie sich lieben und überhaupt nicht an eine Trennung denken.*

„Kein Mensch ist eine Insel.“

## Steuerung von Affekten und Impulsen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, ist sie kaum in der Lage, ihre Impulse und Affekte zu steuern. Denken und Fühlen können fließend in Handeln übergehen. Es kommt zu destruktiven aggressiven Verhaltensweisen, Depressivität und/oder impulsgetriebenem sexuellen Verhalten.

*Ein Klient berichtet davon, wie ihn Wut überkommt, wenn er sich vorstellt, dass er ungerecht behandelt wird. Schon im Gespräch darüber gerät er in Rage. Er berichtet darüber, dass er – einmal in Rage – sich kaum jemals selbst bremsen könne. Er sei wie ein Zug, der aufs Gleis gesetzt wurde und bergab rast. Erst im Nachhinein ist er in der Lage, die Situation zu erfassen. Währenddessen gehe er völlig im Gefühl auf.*

 „Eilige Kletterer haben plötzliche Stürze.“ (Italienisches Sprichwort)



Affektregulation

## Steuerung von Affekten und Impulsen



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, wird sie z. B. nur offen aggressiv werden, wenn sie vital bedroht ist. Depressive Stimmungslagen treten nur als Folge gravierender Verluste auf. Das sexuelle Verhalten (z. B. Flirten) ist situationsangemessen.

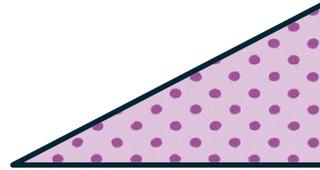
*Eine junge Frau wird angegriffen und massiv bedroht. Sie schlägt die Angreiferin nieder, um sich in Sicherheit bringen zu können.*

„Der Weise beherrscht seine Wut, der Narr wird von ihr beherrscht.“  
(Arabisches Sprichwort)



Affektregulation

# Frustrationstoleranz



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, fällt es ihr sehr schwer, sexuelle, aggressive oder andere Bedürfnisse und Impulse aufzuschieben oder zu steuern. Für sie ist physische Aktivität der effektivste Weg, Impulse oder Bedürfnisse unter Kontrolle zu halten.

*Ein Klient fühlte sich genervt davon, dass sich ein Passant in seinen Augen „kindisch“ benahm. Er empfand das Verhalten als provozierend, wurde zunehmend wütend und konnte nicht anders reagieren als ihn zu schlagen.*



ADHS

# Frustrationstoleranz



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, sind die Fähigkeiten zum Aufschub von Bedürfnissen und Impulsen gut ausgeprägt, relativ flexibel und erscheinen der sozialen Situation angepasst.

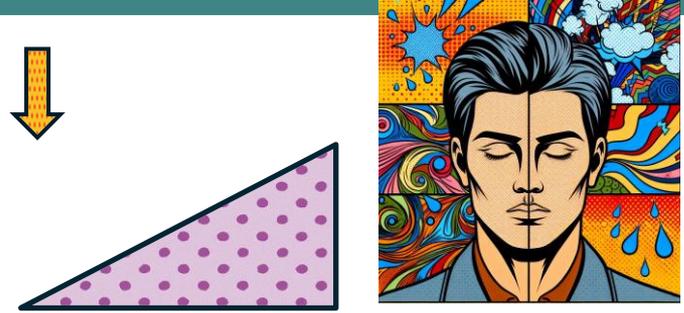
*Ein Klient geht zu einer anstrengenden, nervigen Arbeit.*

*Eine Klientin steht stundenlang im Stau und nimmt das gelassen hin.*

*Sie sitzen in diesem Seminar.*



# Affekttoleranz



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, kann die Person starke Gefühle in sich nicht ertragen. Oft werden sie „verkörperlicht“, als psychosomatische Beschwerden wahrgenommen.

*Ein Klient klagt vor einer Aufgabe bei seiner Ausbildung über starke Bauchschmerzen, obwohl keine körperliche Ursache vorliegt. Immer wenn solche Situationen vor ihm liegen von denen man annehmen könnte, dass sie für ihn herausfordernd sind, bekommt er unklare Schmerzzustände. Er selbst sagt, dass ihn diese Situationen nicht stressen, sondern „ganz normal“ seien. Eine medizinische Ursache kann trotz intensiver Bemühungen nicht gefunden werden.*



# Affekttoleranz

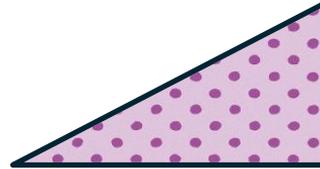


Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie auch starke, ambivalente Gefühle in sich ertragen und trotzdem in sozialen Situationen völlig angepasst erscheinen.

*Ein Klient hat einem Kumpel gestanden, dass er sich in ihn verliebt hat. Dieser hat das deutlich zurückgewiesen. Der Klient trifft ihn bei einer Unternehmung in der Freundesgruppe wieder und erlebt gleichzeitig Freude und den Wunsch ihm näher zu kommen, wie auch Scham und den Wunsch sich zurückzuziehen. Er entscheidet sich, sich möglichst freundlich, aber neutral dem Kumpel gegenüber zu verhalten. Die anderen aus der Gruppe registrieren keinen Unterschied in seinem Verhalten.*



## Reizschwelle



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, ist sie äußeren und inneren Reizen gegenüber extrem empfindlich und kann diese nicht ausblenden. Es kann sein, dass der Reiz nicht bewusst wahrgenommen wird.

*Ein Klient berichtet davon, dass er schon wenn er nur leicht gestresst ist, kaum erträgt in der Bahn zu fahren. Er hat dann seine Kapuze tief ins Gesicht gezogen, eine Sonnenbrille auf und hört laut seine Musik, weil er nur so die (übersteigerten) Sinneswahrnehmungen und die Blicke der anderen Fahrgäste halbwegs erträgt. Er vergleicht die Situation mit Schmerz durch eine Verletzung.*

*Eine Klientin ist oft gestresst und reagiert dann stark gestört auf Geräusche. Sie berichtet davon, dass sie oft den ganzen Tag am PC sitzen muss. Wenn sie diesen am Abend ausschaltet, erlebt sie eine enorme Erleichterung und merkt erst dann, dass sie das Geräusch die ganze Zeit genervt hatte.*

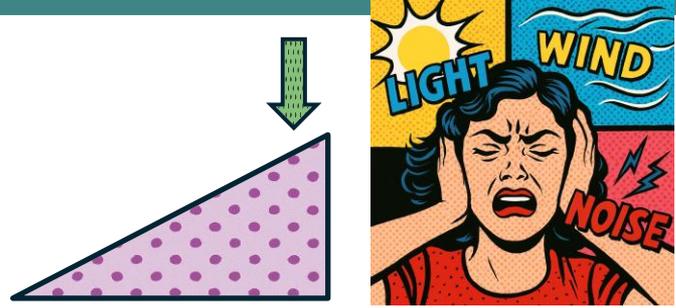


„Aus einer Mücke einen Elefanten machen.“



Hypersensibilität

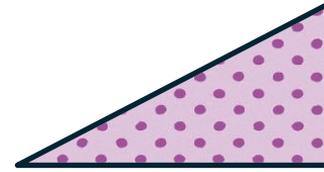
## Reizschwelle



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, verfügt sie über Mechanismen, sich gegen starke äußere und innere Reize so abzuschirmen, dass sie z. B. ihre Konzentration aufrecht erhalten kann. Sie lässt sich auch durch starke Reize nicht aus der Ruhe bringen.

*Eine Klientin ist dabei eine komplexe Geschichte zu erzählen, als vor dem Fenster ein Rettungshubschrauber landet, der viel Krach macht und Staub und Blätter zum Fenster rein wirbelt. Sie schaut kurz auf und konzentriert sich dann wieder auf ihre Geschichte und fährt fort.*

# Antizipation



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, kann sie so wenig antizipieren, dass sie infolge von schweren Fehlbeurteilungen ihres Verhaltens immer wieder in erheblich selbstgefährdende Situationen gerät.

*Ein Jugendlicher droht damit, das Training abubrechen. Auf die Frage, was denn wohl der Jugendrichter dazu sagen wird, antwortet er: „Dem werd‘ ich das schon erklären, der wird verstehen, dass das nichts für mich war und mir wird nichts weiter passieren.“*



Ein „Hans guck in die Luft“ sein...



soziale  
Informationsverarbeitung

# Antizipation



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie die Folgen ihres Verhaltens und dessen Wirkung auf andere Menschen sicher einschätzen, ohne darüber bewusst nachdenken zu müssen.

*Ein Jugendlicher weiß sehr genau, dass er, wenn er ängstlich ist, auf andere eher aggressiv wirkt, so dass diese ihm immer wieder aggressiv gegenüber treten. Er entzieht sich dann meist solchen Situationen.*

# Verhaltensabstimmung



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, wird sie in vielen sozialen Situationen als unangemessen wahrgenommen. Sie irrt sich in der Abstimmung emotionaler Gesten, lässt Taktgefühl und Verständnis für soziale Rahmen vermissen.

*Ein Mann berichtet entrüstet darüber, dass andere Menschen ihn wiederholt unangemessen hart zurückweisen und sich plötzlich abwenden. Er erzählt u. a. davon, dass er sich selbst für sehr ehrlich hält und anderen deshalb immer die Wahrheit sage, was ja nicht falsch sein könne. Aus seinen Berichten über eine solche Szene geht hervor, dass seine Interaktionspartner:innen sich vermutlich durch seine schonungslosen und unangemessenen Äußerungen über ihr Äußeres verletzt gefühlt haben.*

„Etwas fällt aus dem Rahmen.“



Rahmenkonzept, Goffman

# Verhaltensabstimmung

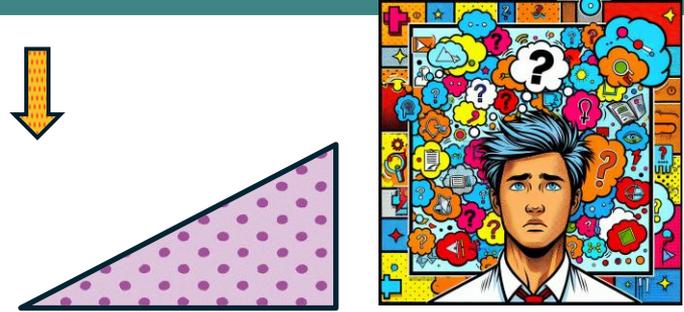


Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie sich in verschiedenen, auch unbekanntem, sozialen Rahmen angemessen verhalten. Ihre affektiven Reaktionen stellen sich, ohne darüber nachdenken zu müssen, ein.

*Ein junger Mann berichtet darüber, dass er erstmalig mit seiner Frau zu einem Dienstessen mit deren Chef eingeladen wurde. Er war zuvor sehr besorgt, ob er sich dort deplaziert fühlen würde und berichtet später erleichtert, dass er wie von selbst ins Gespräch mit den Kollegen der Frau kam und mit Fragen zur Etikette offen umgehen konnte, ohne negativ aufzufallen. Der Chef betonte später, wie gut er sich mit dem Partner der Frau unterhalten hatte und wie nett er ihn fand.*



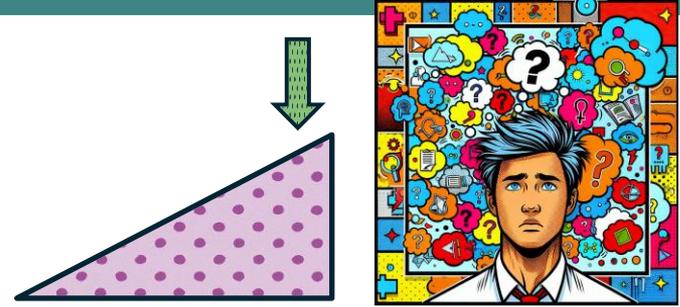
## Sprache und Kommunikation



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, drückt sie sich oft unverständlich und unzusammenhängend aus, ihre Mitteilungen sind von plötzlich einschließenden Impulsen geprägt und ihr Denken erscheint unlogisch.

*Ein Klient versucht im Denkzeit-Training eine Geschichte aus seiner Familie zu erzählen. Sein Trainer ist sehr darauf konzentriert und versucht ihm gedanklich zu folgen. Allerdings ist das kaum möglich, weil der Klient immer wieder unvermittelt das Thema, die Erzählebenen und den zeitlichen Rahmen wechselt. Rückmeldungen und Fragen zu einzelnen Stellen führen zu weiteren sprachlichen Ausschweifungen des Klienten.*

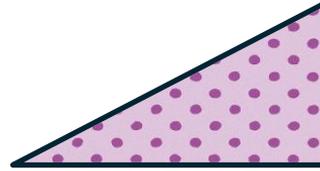
## Sprache und Kommunikation



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kommuniziert sie klar und eindeutig. Sie kann spontane Ideen in ihre Mitteilungen einbringen, ohne dass dadurch der Kommunikationsfluss gestört wird. Sie kann zwischen verschiedenen Ebenen des Gesprächs wechseln.

*Eine Dozentin trägt in ihren Seminaren klar und strukturiert vor, so dass die Teilnehmer:innen ihr gut folgen können. Einfälle, die ihr zwischendurch kommen, prüft sie vor der Mitteilung hinsichtlich des Erklärungsgehalts für die Seminarteilnehmer:innen. Sie kann auf Nachfragen flexibel in Rollenspielszenen zur Illustration einsteigen ohne die Teilnehmer:innen damit zu irritieren.*

# Regressionssteuerung



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gering (unreif) ausgebildet ist, fällt es ihr schwer, bezogen auf die Realität im Hier und Jetzt zu bleiben. Sie wird in Fantasiewelten geschwemmt, ohne dies als lustvolle Erfahrung zu erleben. Sie kann diese Prozesse nicht bewusst steuern.

*Ein Mann steht kurz davor einen Strandurlaub in einem 5-Sterne-Hotel anzutreten. Er ist kaum in der Lage eine Entscheidung hinsichtlich der mitzunehmenden Kleidungsstücke zu treffen und gerät über die Fantasien, welche Katastrophen sich ereignen könnten und welche Kleidung er dann brauchen könnte, so in Not, dass er nach Stunden vor dem geöffneten Kleiderschrank sein Vorhaben immer wieder erfolglos und völlig erschöpft abbricht.*

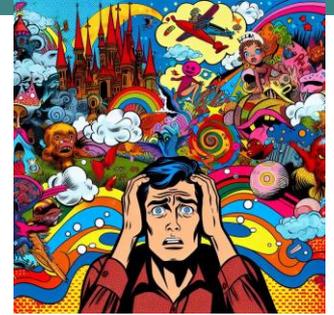
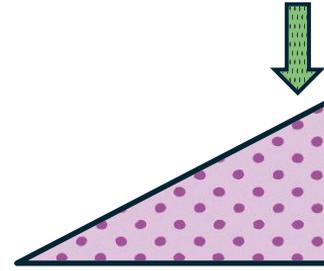


*"Die Malerei ist stärker als ich; sie zwingt mich zu machen, was sie will."  
(P. Picasso \*1881-†1973)*



Kreativität, Wahn, Zwang

# Regressionssteuerung



Wenn diese Fähigkeit bei einer Person gut (reif) ausgebildet ist, kann sie ein Aufgeben oder Lockern des Realitätsbezugs bewusst steuern und diese Regression als lustvoll erleben. Ein Wechseln zwischen Realität und Fantasie ist problemlos möglich.

*Es geht auf einer Party albern zu und die Gruppe schaukelt sich zunehmend ausgelassen darüber auf, wie man Tierbewegungen nachahmen könnte. Sie lachen Tränen über die „Vorstellungen“ mit denen sie sich zu überbieten versuchen. Plötzlich verletzt sich eine Frau an der Hand. Die anderen verstehen den Ernst der Lage, wechseln die Stimmung und besorgen ihr ein Pflaster. Als klar wird, dass es sich nur um einen harmlosen Schnitt handelt, kehren sie in die gemeinsamen Fantasien zurück.*

„Kreativität ist die Intelligenz, die Spaß hat.“ (A. Einstein, \*1879-†1955)  
„Der Gegensatz zu Spiel ist nicht Ernst, sondern Wirklichkeit“ (S. Freud, 1908)



Kreativität

**Ihre Meinung ist uns viel wert. Bitte nehmen Sie an  
unserer Evaluation teil!**



**IPIP** Institut für  
Psychodynamisch  
Interaktionelle  
Pädagogik

← Bewertung Rebecca Friedmann

**Ihre Meinung ist uns viel wert. Bitte nehmen Sie an  
unserer Evaluation teil!**



**IPIP** Institut für  
Psychodynamisch  
Interaktionelle  
Pädagogik

← Bewertung Winnie Plha