

## **Rezension zu English, F. und Karnath, J.: Lebenscoaching, Salzhausen: iskopress 2009**

Zwei sehr unterschiedliche, tragische Ereignisse, stehen am Beginn des Buches: der Amoklauf in der Schule in Erfurt und der Tod des Politikers Jürgen Möllemann. Ihre Verläufe werden ausführlich beschrieben und sind für die Autoren Beispiele für die Folgen von tiefer Verzweiflung. Die zentrale These des Buches folgt der der Psychoanalytikerin Melanie Klein: Menschen können in ihrer Entwicklungspsychologie tiefe Unsicherheitserfahrungen und Verzweiflungserlebnisse erleben. Dieses Verzweiflungserleben prägt sich im unbewussten, impliziten Gedächtnis ein und lässt einen Abwehrmechanismus entstehen. Dieser besteht nach English und Karnath je nach Zielrichtung entweder in einer Selbstabwertung (ich bin nicht o.k.), einer Fremdadwertung (die anderen sind nicht o.k.) oder beidem gleichzeitig. Die Charaktertypen des überlegen spielenden Typ 1 und des sich eher unterlegen darstellenden Typ 2 stehen dann im Mittelpunkt der Betrachtung. Mit der Charaktertypbildung einher geht die Festsetzung bestimmter Entschlüsse und Überlebensschlussfolgerungen, die zum Programm des Lebens werden.

In einem zweiten Argumentationsstrang wird Englishs' Theorie der Ersatzgefühle dargelegt. Ausgehend von Antonio Damasio's Forschungen zu Gefühlen wird die Unterscheidung zwischen Empfindungen als ursprünglichen, körperlich bestimmten Reaktionen auf der einen Seite und Gefühlen als der geistigen Spiegelungsebene während einer Empfindung auf der anderen Seite vollzogen. Dies bietet eine gute theoretische Grundlage für die Differenzierung der Gefühle auch in Richtung auf wenig angemessene und unfruchtbare emotionale Reaktionen. Der

Beziehungsaspekt der Ersatzgefühle in seiner Auswirkung als „Ausbeutung“ des Beziehungspartners wird ausführlich in mehreren Graden untermalt. Die Autoren arbeiten hier mit der Metapher der drei Schweregrade von Verbrennungen. Es folgen kurze Darlegungen zu Charaktertypen in ihren Auswirkungen auf Führung und Rollenerwartungen beispielsweise in Organisationen. Anschließend beschreibt ein Phasenmodell der Krise das innere Programm von der charaktertypologischen Prägung bis hin zur schlimmen Tat in der Außenwelt.

Den zweiten Teil des Buches bilden zwei literarische Vorbilder der verschiedenen Charaktertypen in Person von Hamlet und Othello. Sie werden als herausragende Beispiele der beiden Charaktertypen nacheinander eingehend betrachtet. Ich will nicht verraten, wer hier für was steht. Denn der Leser wird implizit eingeladen, sich in diese beiden Typen hineinzusetzen. Außerdem entsteht so Erfahrung im praktischen Umgehen mit den Charaktertypen. Man lernt heutige Hamlets und Othellos zu beraten. Dies ist eine sehr interessante Anwendung der Charaktertypentheorie an bekannten literarischen Beispielen.

Insgesamt ist es ein sehr lesenswertes Buch für Transaktionsanalytiker aber auch andere.

Das Buch von English und Karnath ist eher essayhaft geschrieben und bietet dadurch die psychologischen Zusammenhänge in einer flüssigen Form an, die einen als Leser dranbleiben lässt. Die Autoren stellen die Konzepte der Transaktionsanalyse, die Fanita English beigetragen hat, sehr gut lesbar und beispielhaft dar. Der Start mit der Darstellung zweier schlimmer schicksalhafter Verläufe zeigt auf, welche Tragweite die Autoren in den Grundkonzepten von English sehen. Es wird Zeit, die Konzepte von Fanita English noch mehr in den Kanon der TA aufzunehmen.

---

## **Günther Mohr**

Dipl.-Volksw./Dipl.-Psych.  
Institut für Coaching, Training und Consulting  
Klarastr. 7  
65719 Hofheim  
[www.mohr-coaching.de](http://www.mohr-coaching.de)

---