

Herzlich willkommen zum Workshop

**Verständnis unterschiedlicher destruktiv wirkender Ego-States
aus psychodynamischer Sicht**

Dr.med. Elke Reinken

Teile Therapie Tagung vom 28.10. bis 01.11.2025

Hinweis zum Datenschutz

Liebe KollegInnen,

die in dieser Präsentation dargestellten Behandlungsverläufe dienen ausschließlich der fachlichen Diskussion und Weiterbildung. Alle Daten und Fallbeschreibungen wurden nach den Vorgaben der Datenschutz-Grundverordnung vollständig anonymisiert oder so verfremdet, dass kein Personenbezug mehr besteht. Eine Identifizierung einzelner Patientinnen oder Patienten ist ausgeschlossen. Die Darstellung wichtiger Aspekte der frühen Biografie, insbesondere aber der inneren Arbeit, die zur Erarbeitung des Themas verwendet werden, erfolgt auf Basis einer informierten Einwilligung und bitte fortan unter strenger Beachtung der ärztlich/therapeutischen Schweigepflicht (§ 203 StGB).

Vielen Dank!

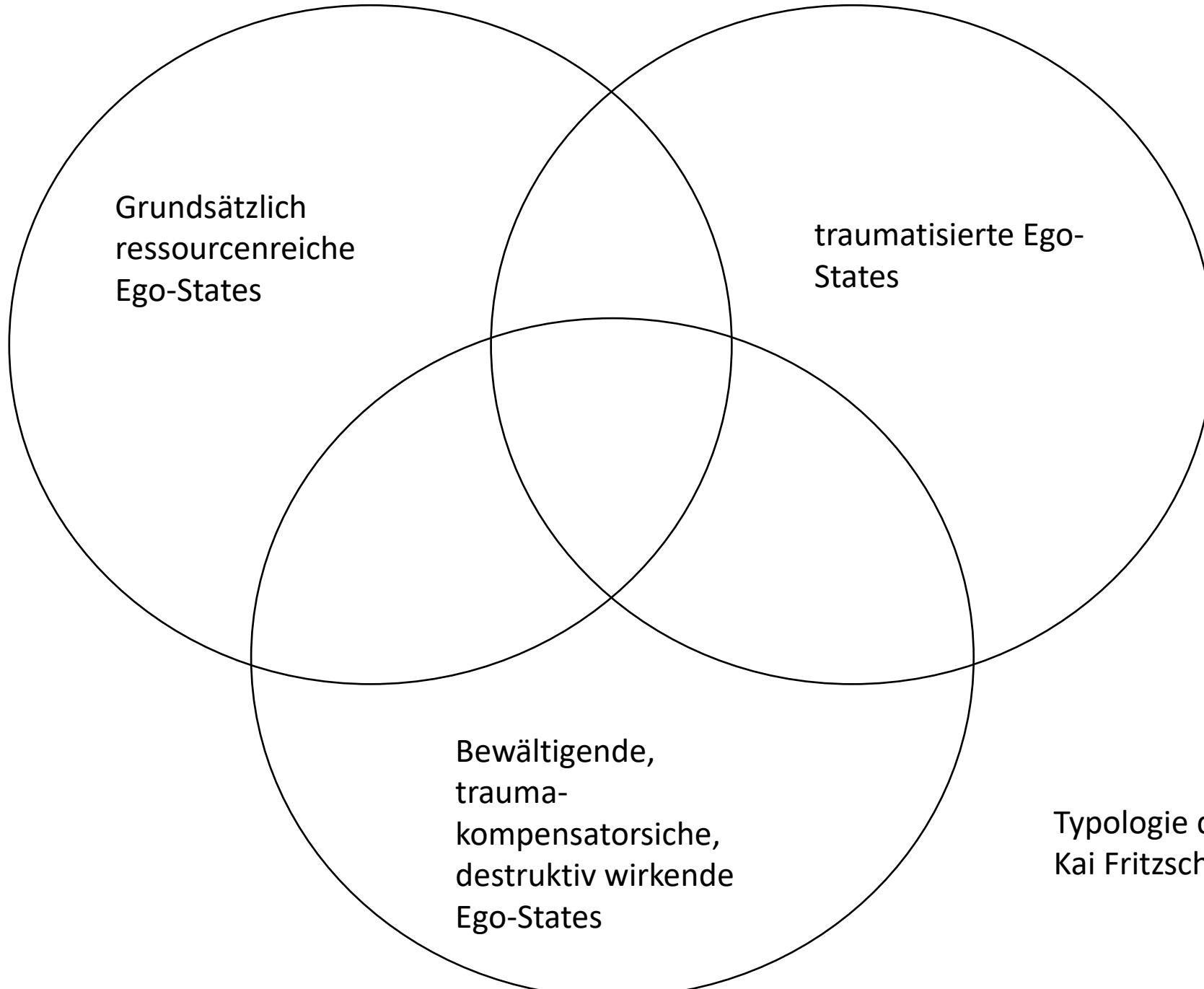
Verständnis unterschiedlicher destruktiv wirkender Ego-States aus psychodynamischer Sicht

Täter-Introjekt

<->

**Täter –identifizierte destruktiv wirkende
bewältigende Anteile
„Identofakt“**

- Psychodynamik
 - unbewusste Wünsche, Konflikte, Erinnerungen, alte Muster
 - zumeist unbewusste „emotionale Drehbücher“
- Säuglingsforschung
- Neurobiologie



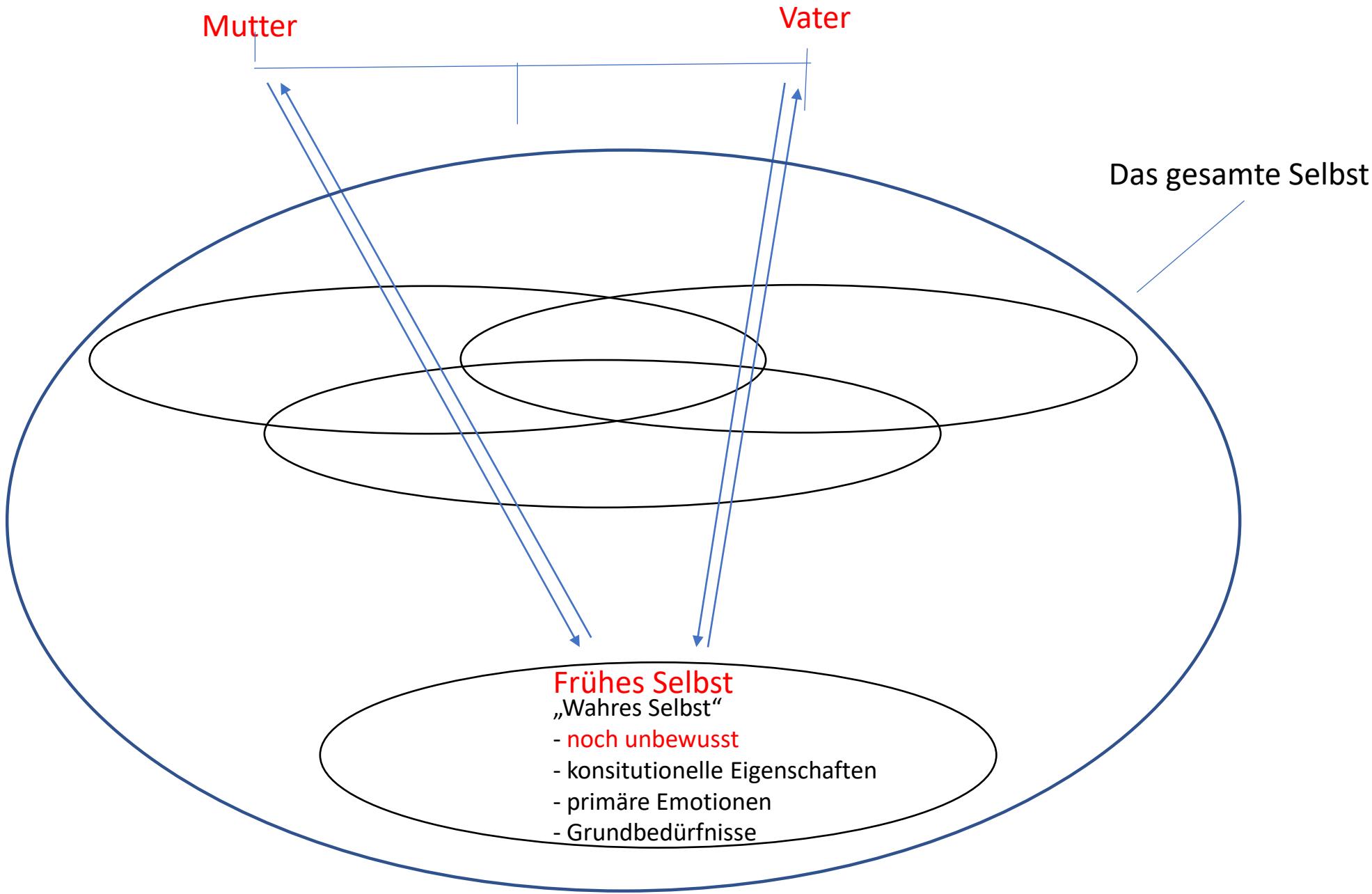
Typologie der Ego-States
Kai Fritzsche 2013

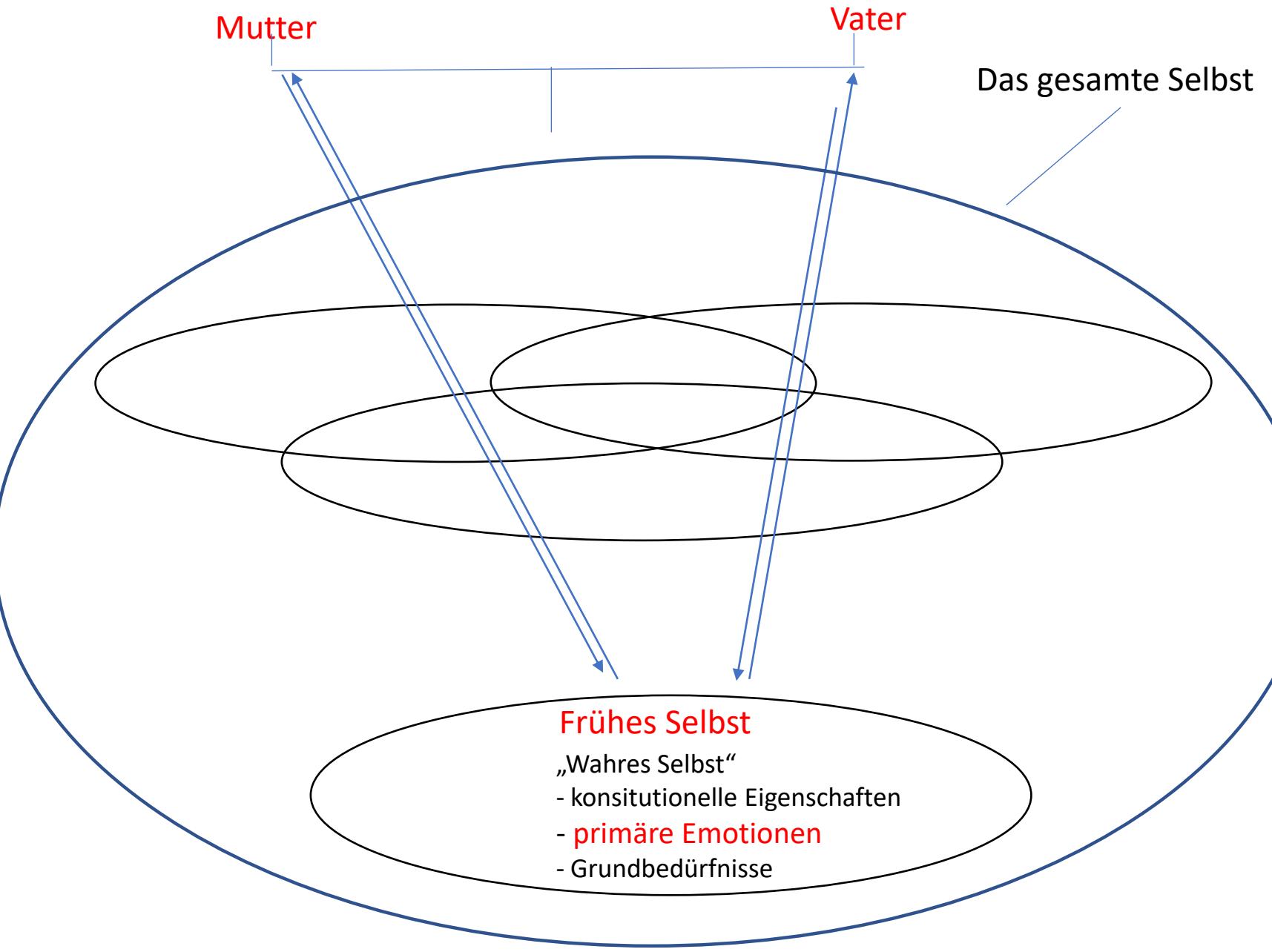
Das gesamte
Selbst

Negativ oder
destruktiv wirkende
Ego-States

Grundsätzlich
ressourcenreiche
Ego-States

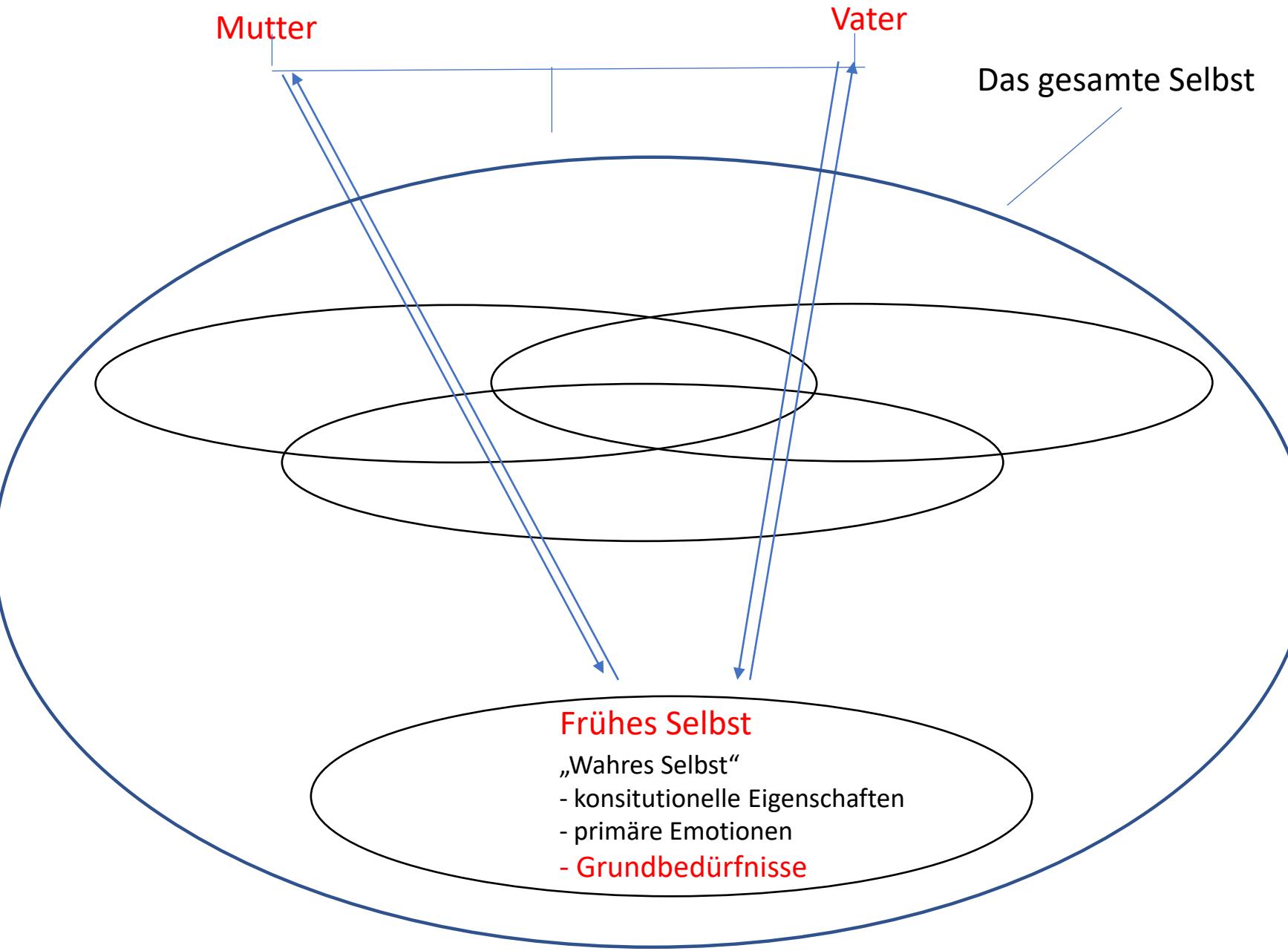
Kindliche oder
Verletzte Ego-States





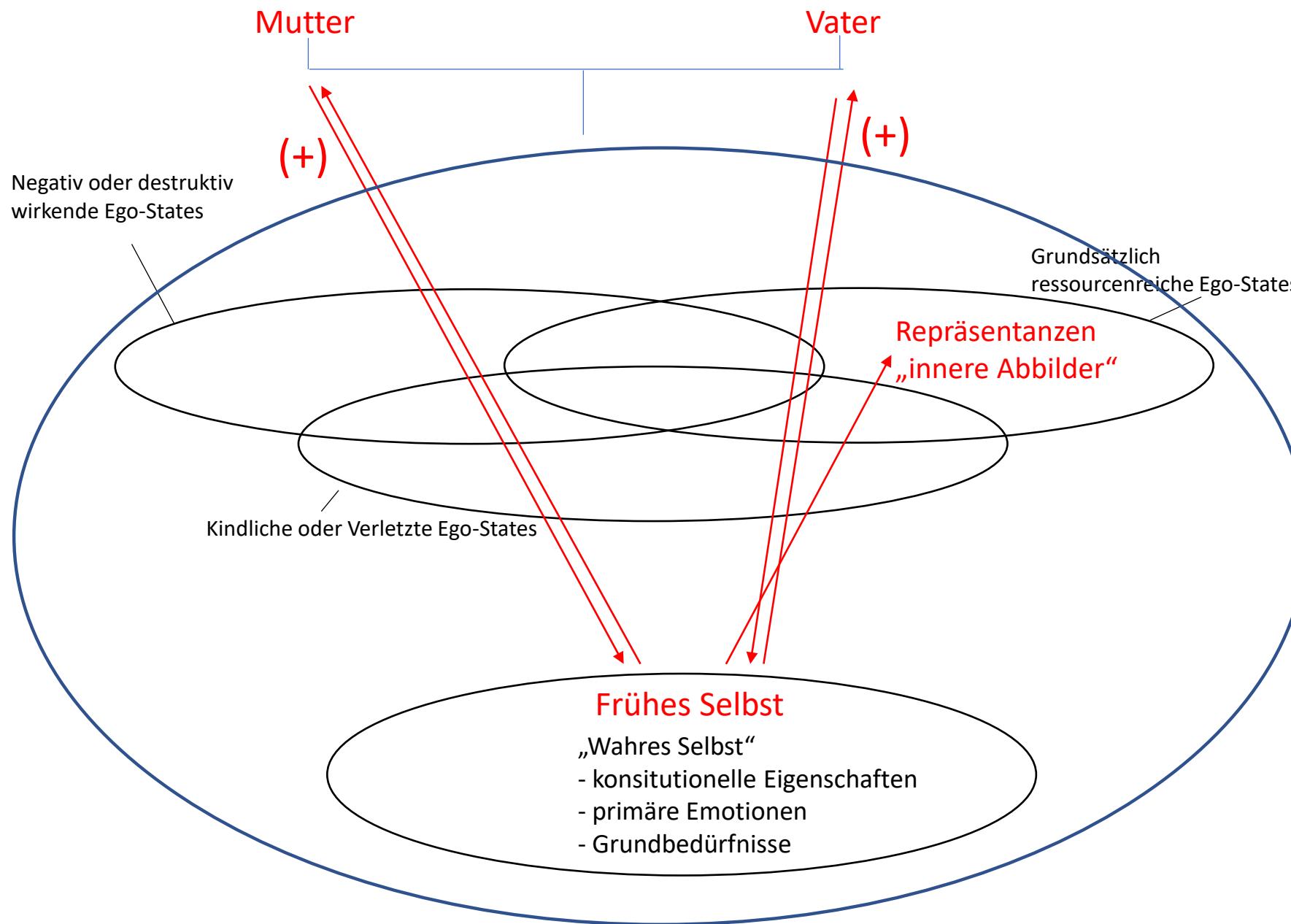
primäre Emotionen nach Panksepp (1998, 2018)

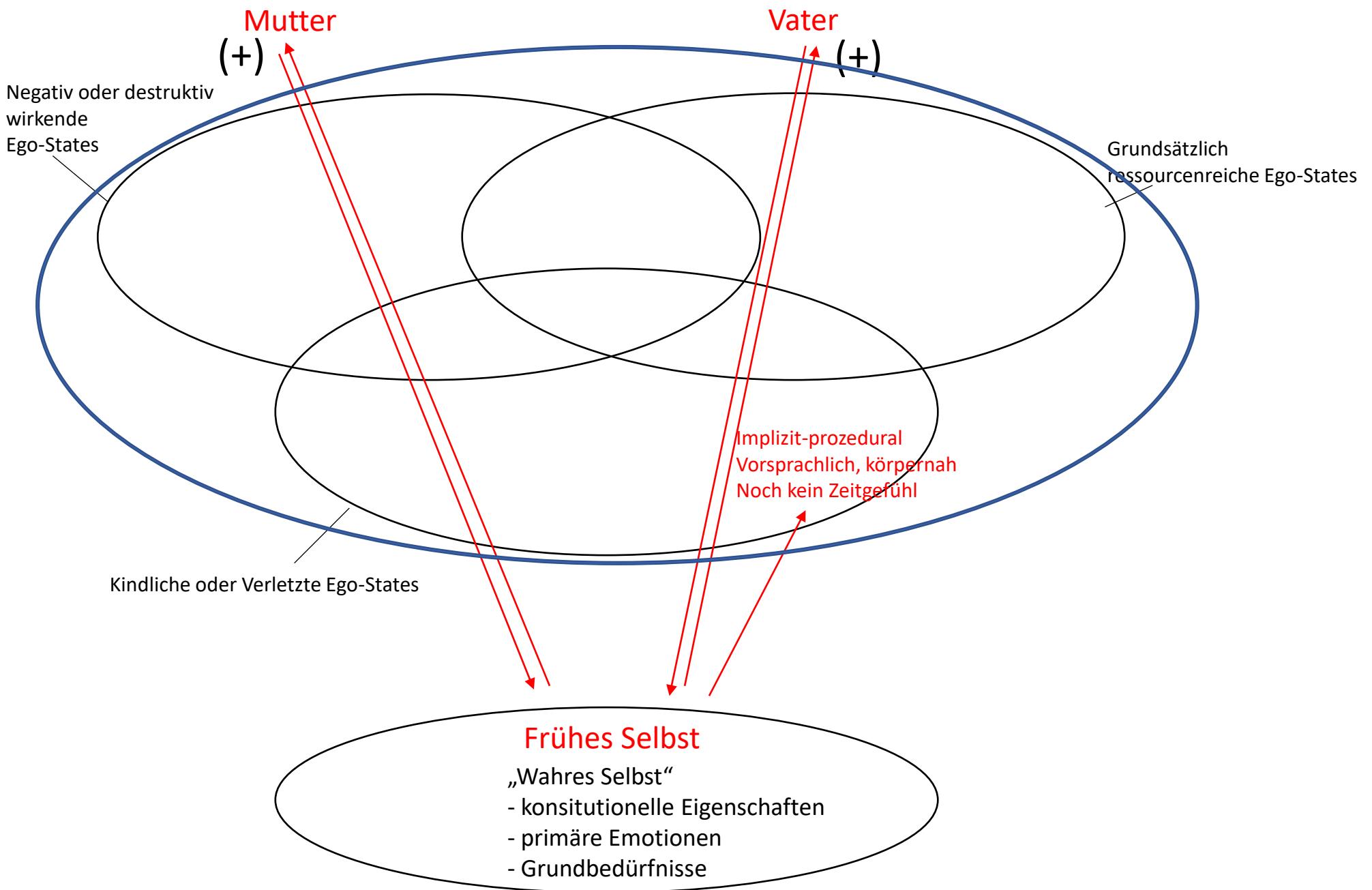
- Care-(Fürsorge): Zuneigung, Bindung
- Das Such-System: Neugier, Interesse, Forscherdrang
- Das Verlassenheits-Panik System: Einsamkeit, Verlassenheit, Trauer, Schmerz, Verlustpanik
- Das Furcht-System: Unsicherheit, Furcht, Schock,
- Das Wut-System: Aversion, Ärger, Wut
- Das Play-System: Lust und Freude am Spielen, Rollenspiele Erwerb von sozialen Rollen
- Das Lust-System: sinnlich, sexuelle Lust und Verlangen

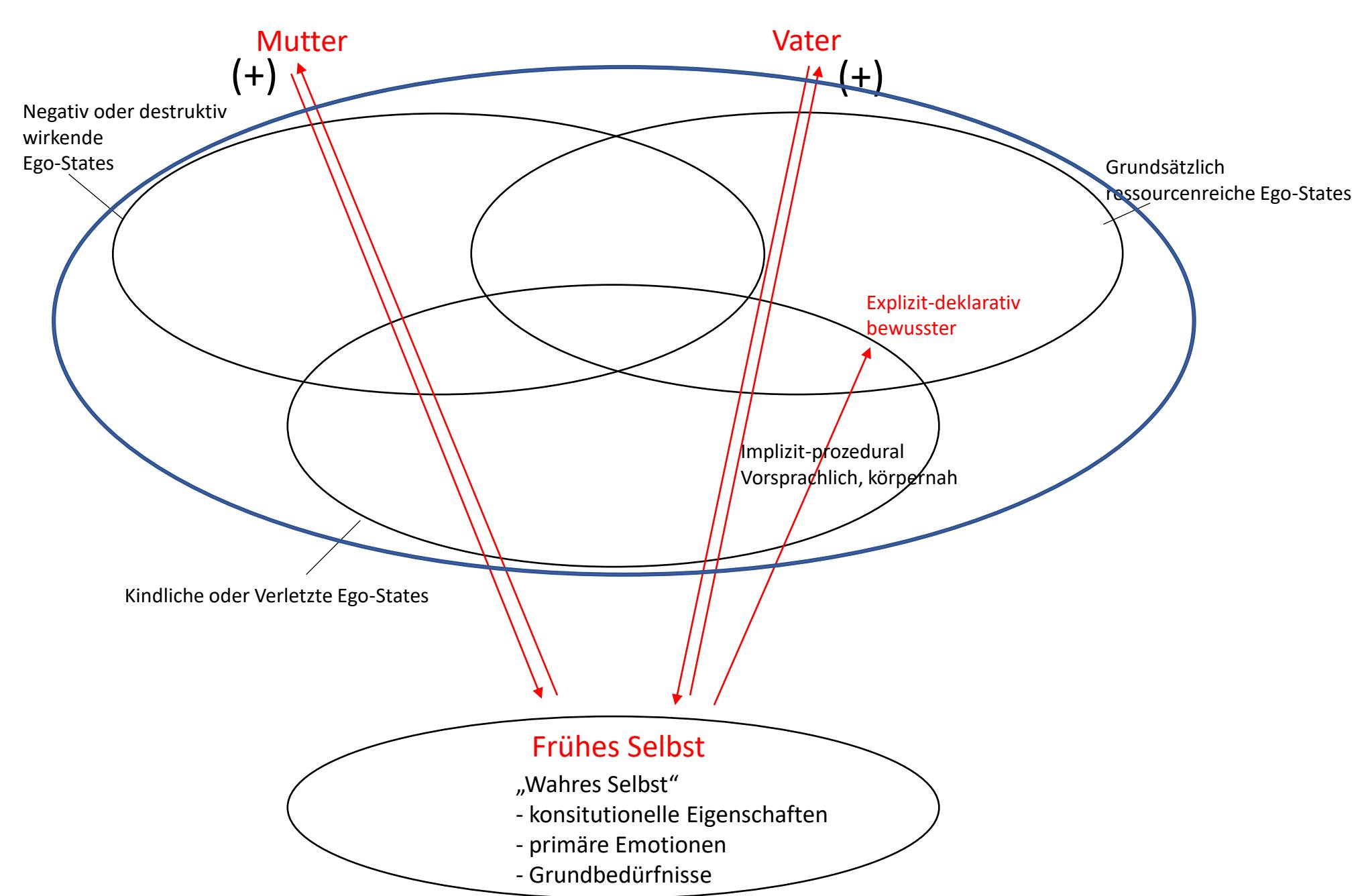


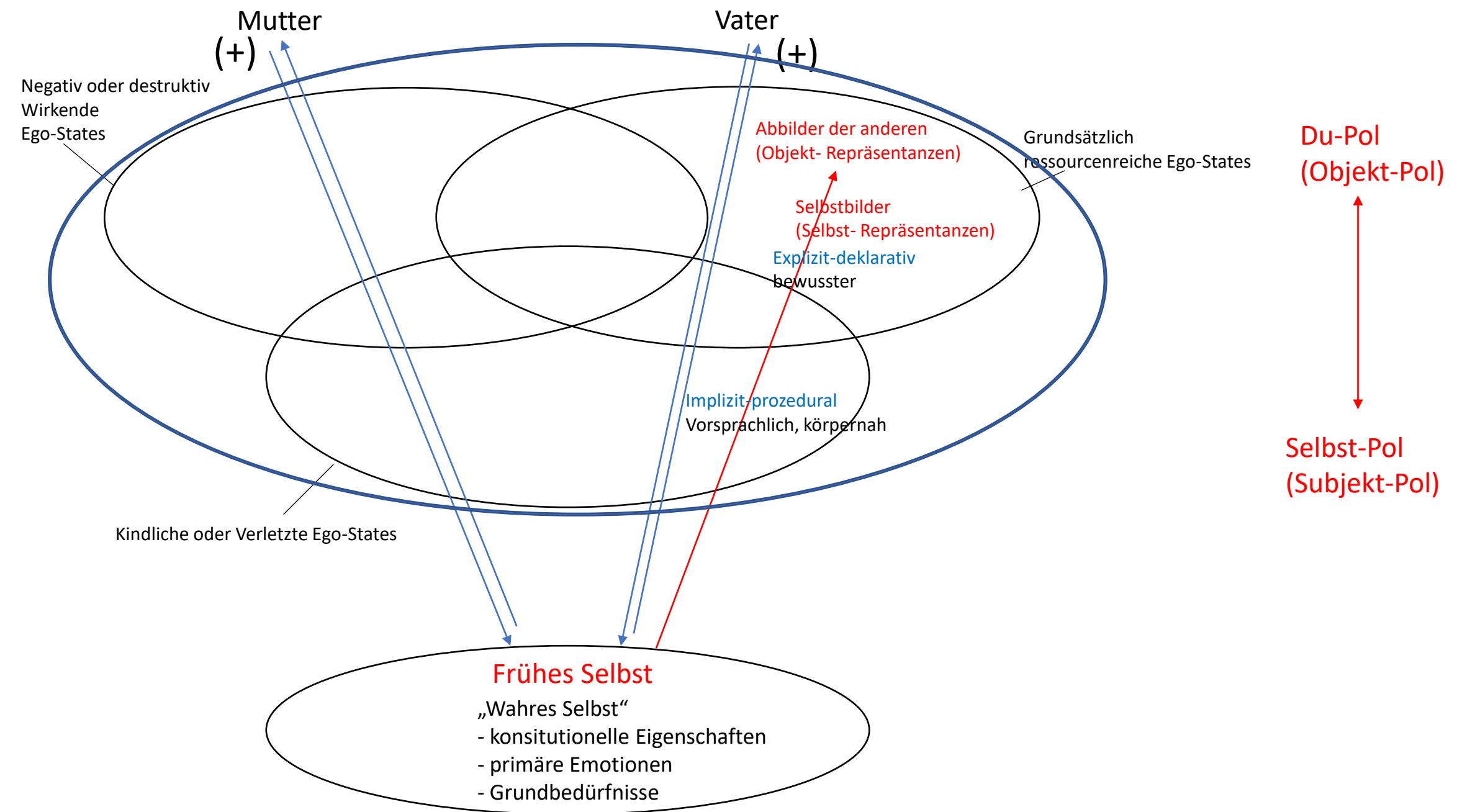
Grundbedürfnisse (Lichtenberg, 2000)

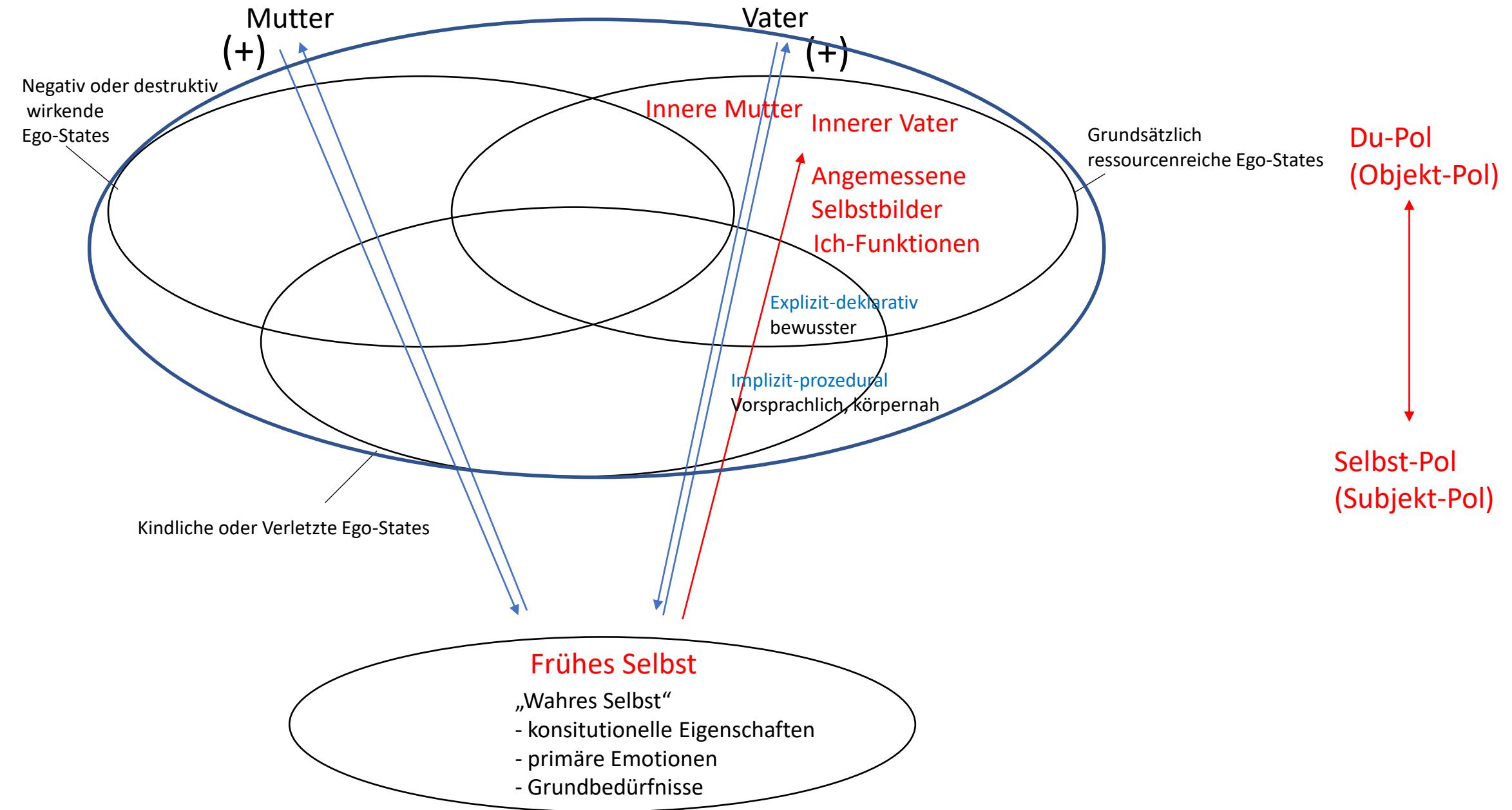
- Physiologische Bedürfnisse
- Bindungs- und libidinöse Bedürfnisse
- Neugier, Exploration und Selbstwirksamkeit, Autonomie
- Narzisstische Bedürfnisse
- Bedürfnis nach aggressiver Selbstbehauptung, Dominanz
- Sinnlich, lustvolle, sexuelle Bedürfnisse

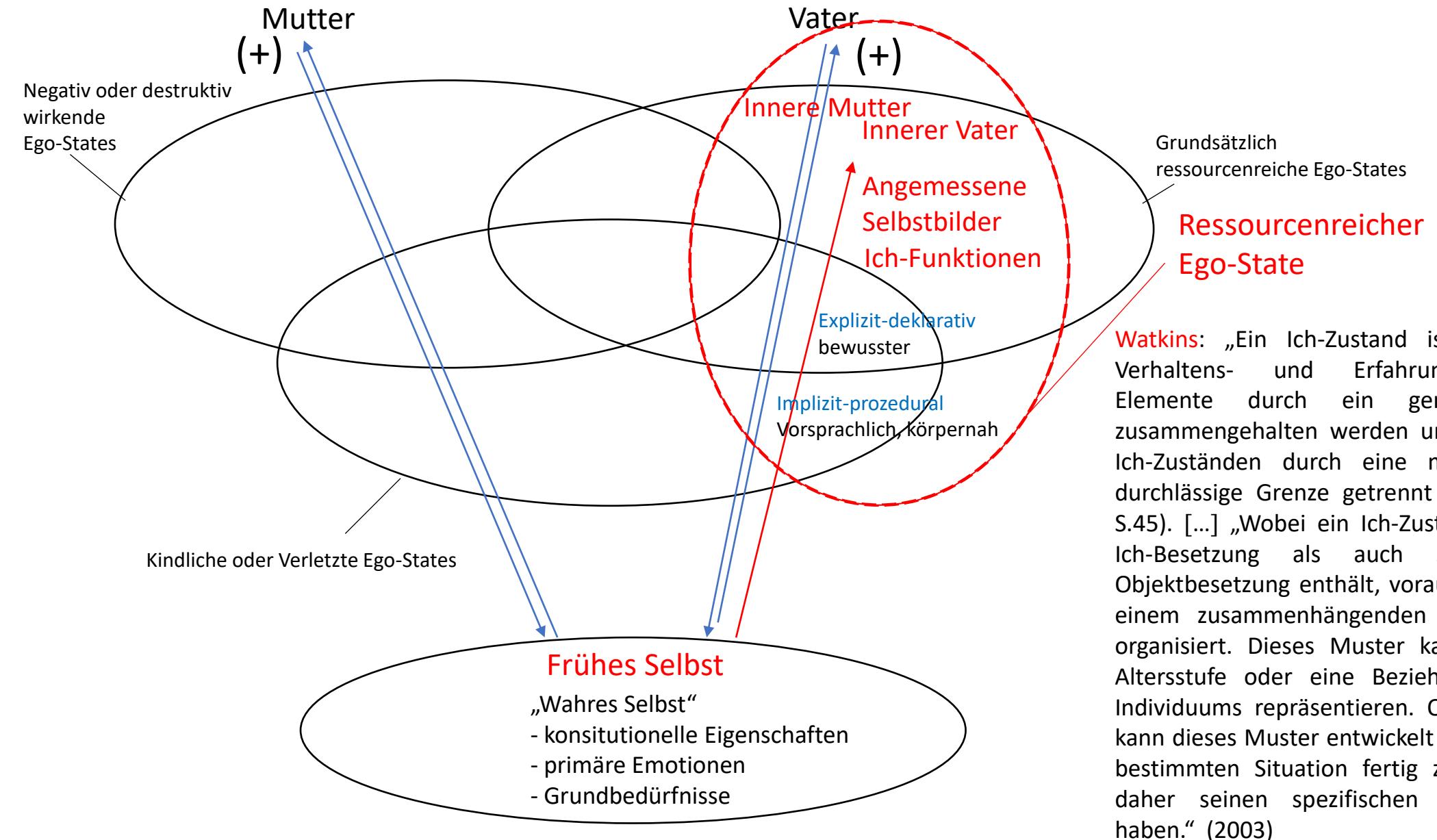




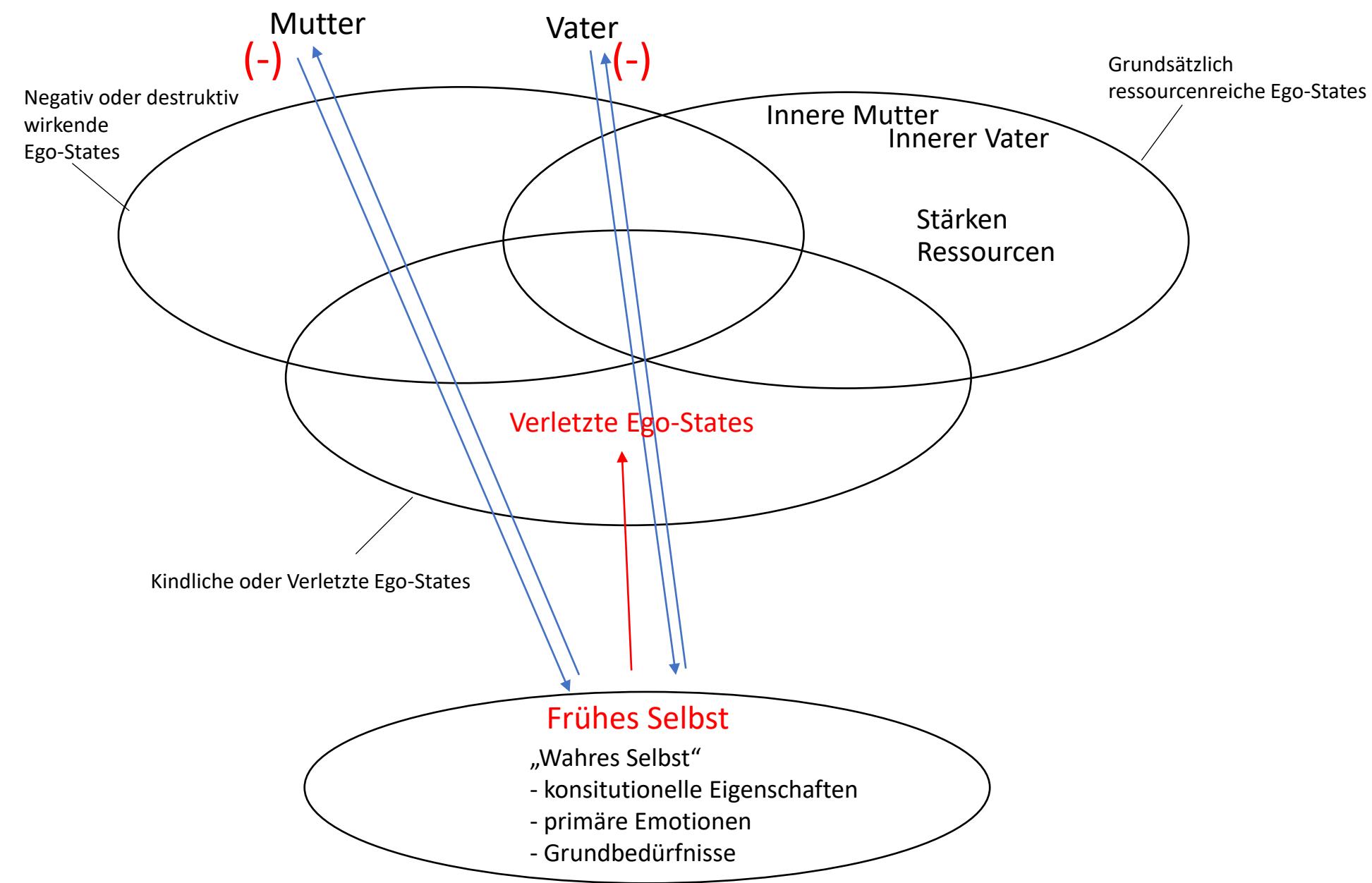


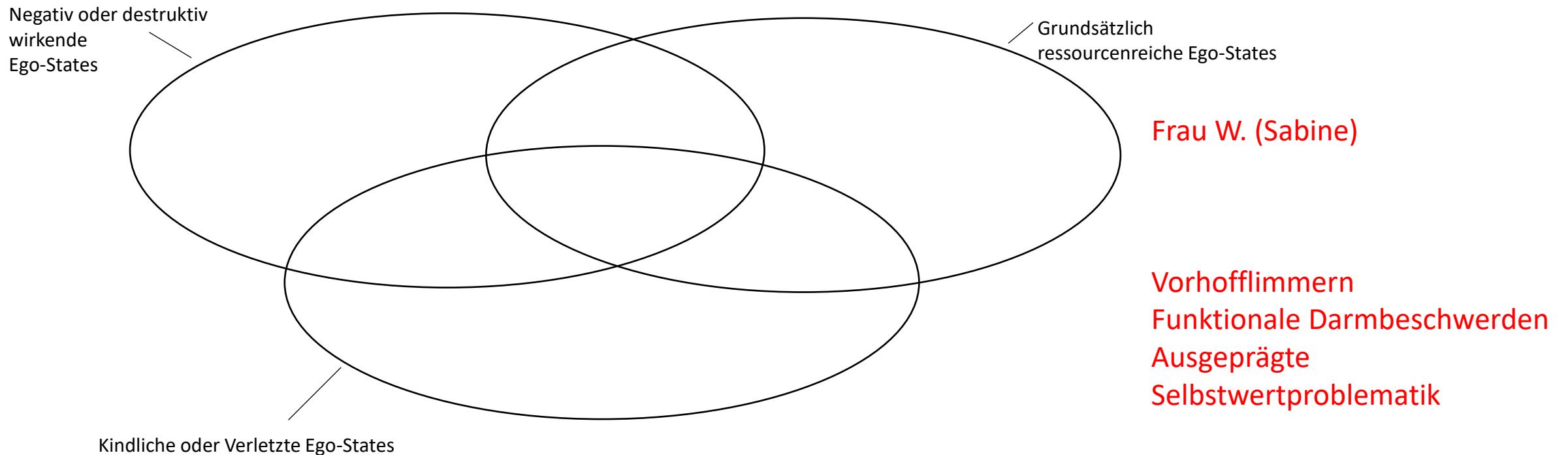


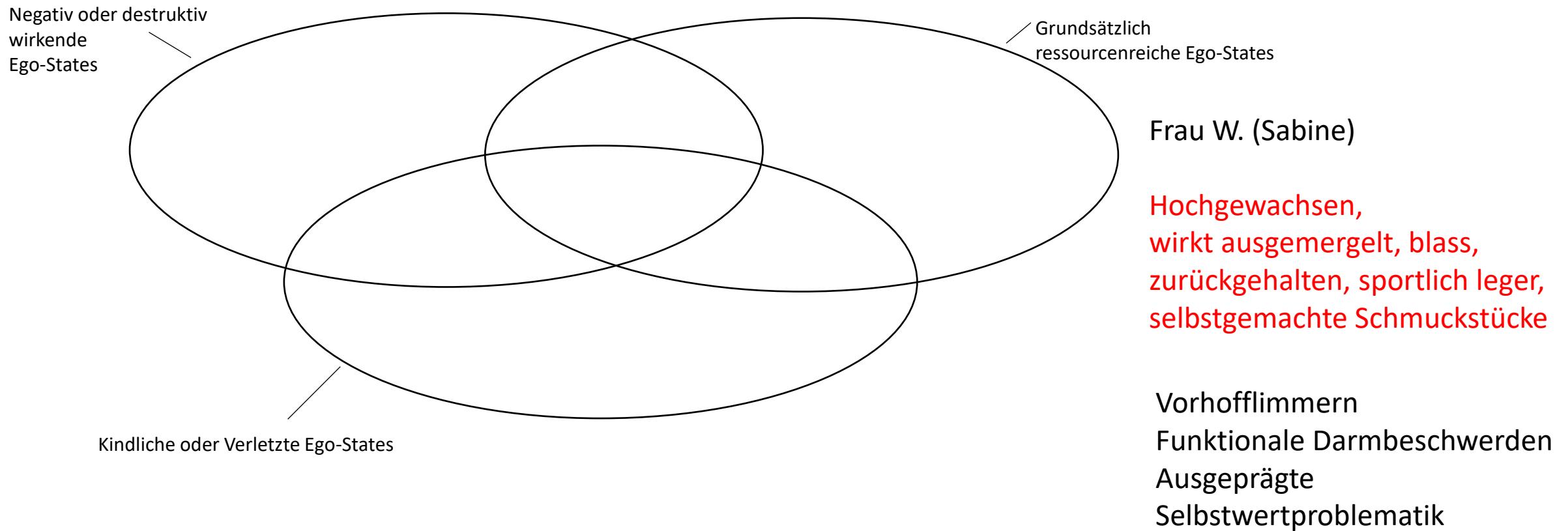




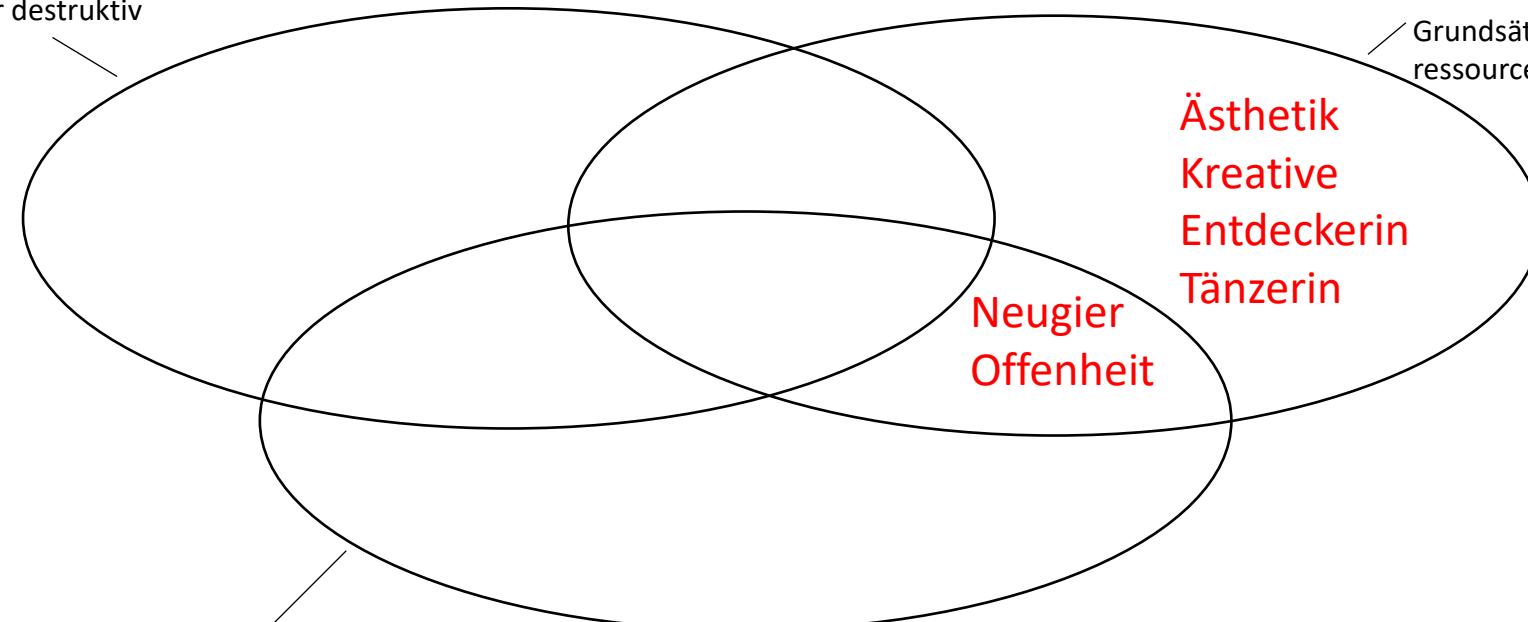
Watkins: „Ein Ich-Zustand ist ein organisiertes Verhaltens- und Erfahrungssystem, dessen Elemente durch ein gemeinsames Prinzip zusammengehalten werden und das von anderen Ich-Zuständen durch eine mehr oder weniger durchlässige Grenze getrennt ist“ (Watkins 2019, S.45). [...] „Wobei ein Ich-Zustand Elemente einer Ich-Besetzung als auch solche mit einer Objektbesetzung enthält, vorausgesetzt, sie sind in einem zusammenhängenden Muster gemeinsam organisiert. Dieses Muster kann eine bestimmte Altersstufe oder eine Beziehung im Leben des Individuums repräsentieren. Oder das Individuum kann dieses Muster entwickelt haben, um mit einer bestimmten Situation fertig zu werden und von daher seinen spezifischen Charakter erhalten haben.“ (2003)







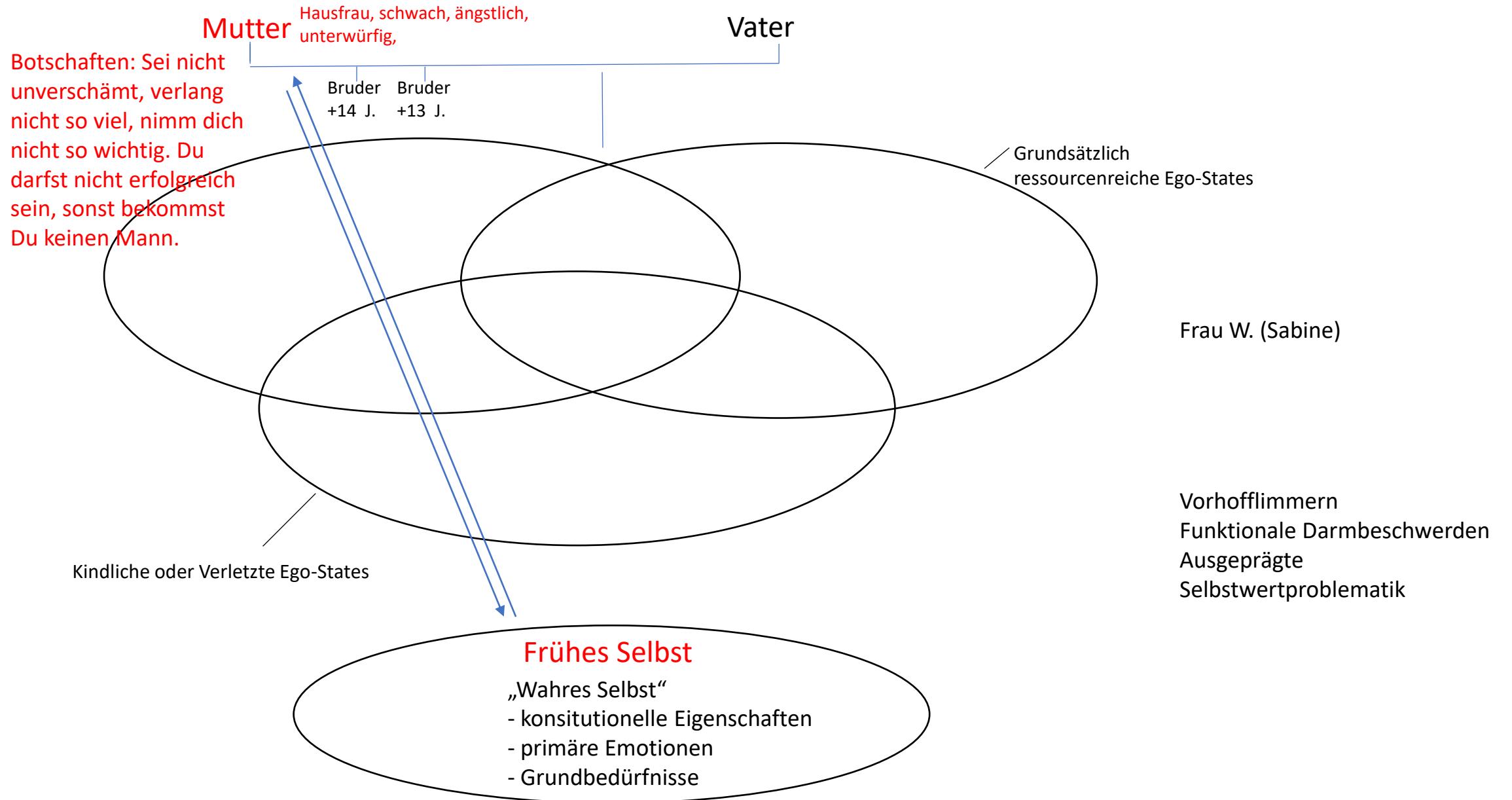
Negativ oder destruktiv wirkende Ego-States

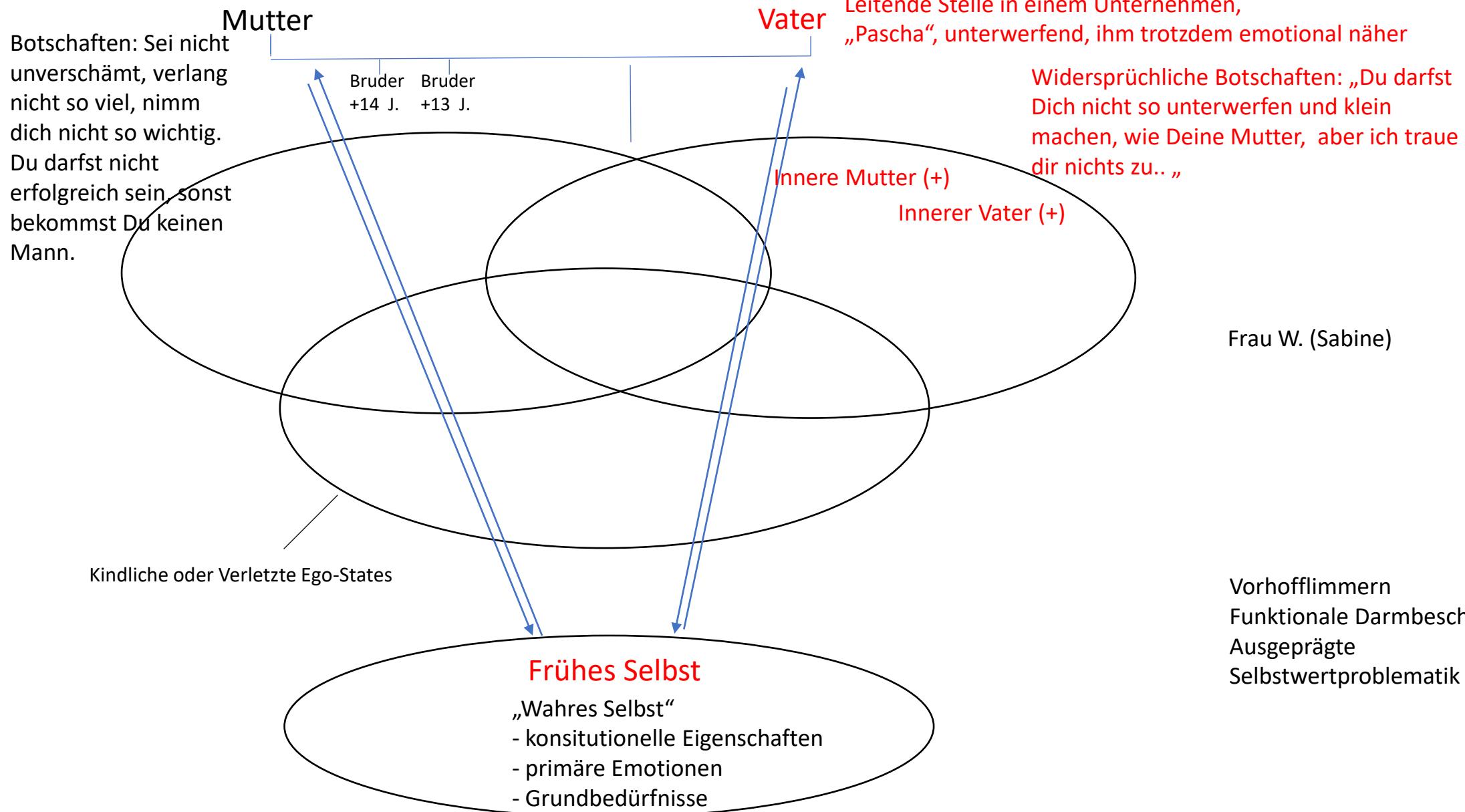


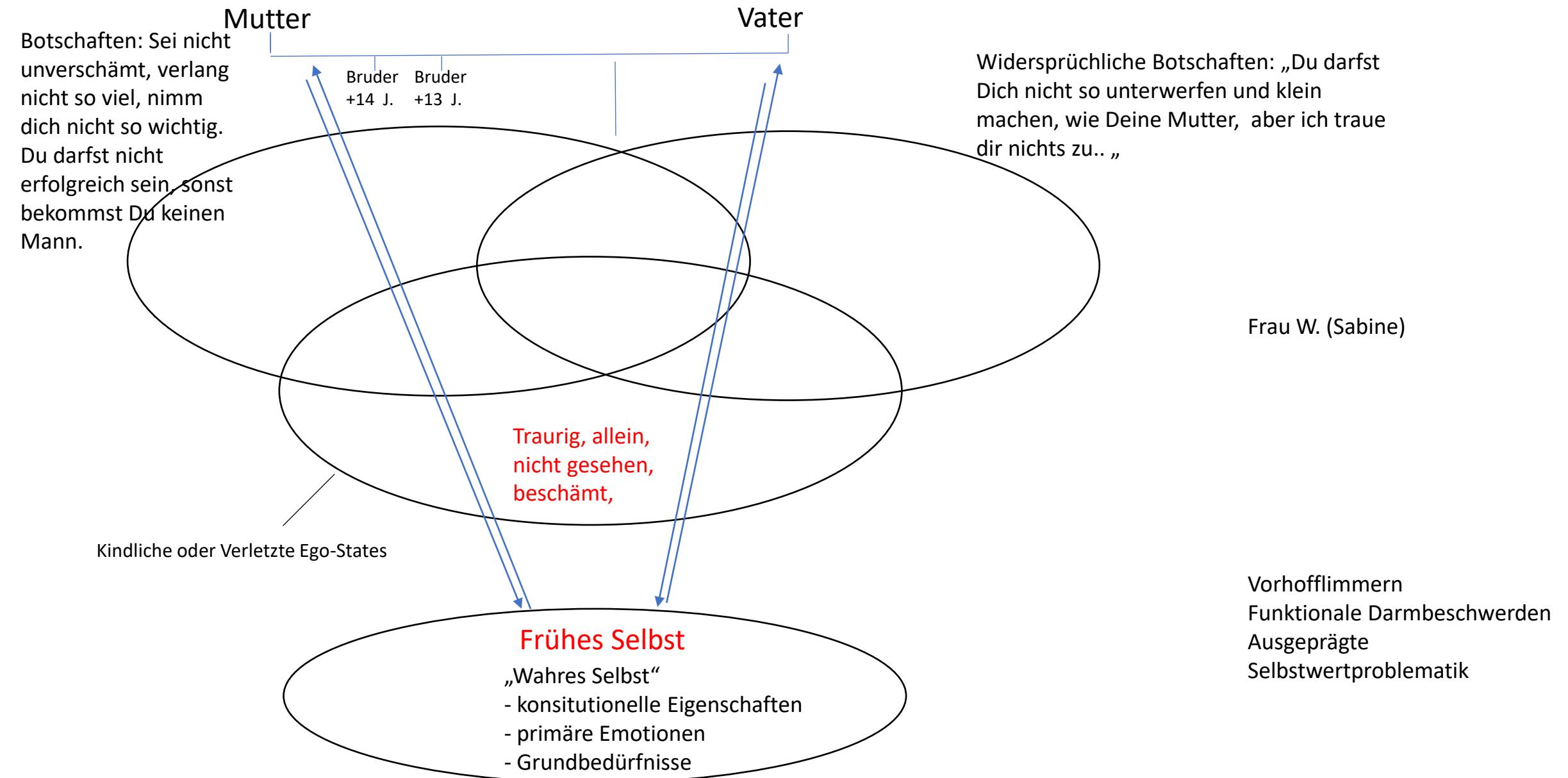
Frau W. (Sabine)

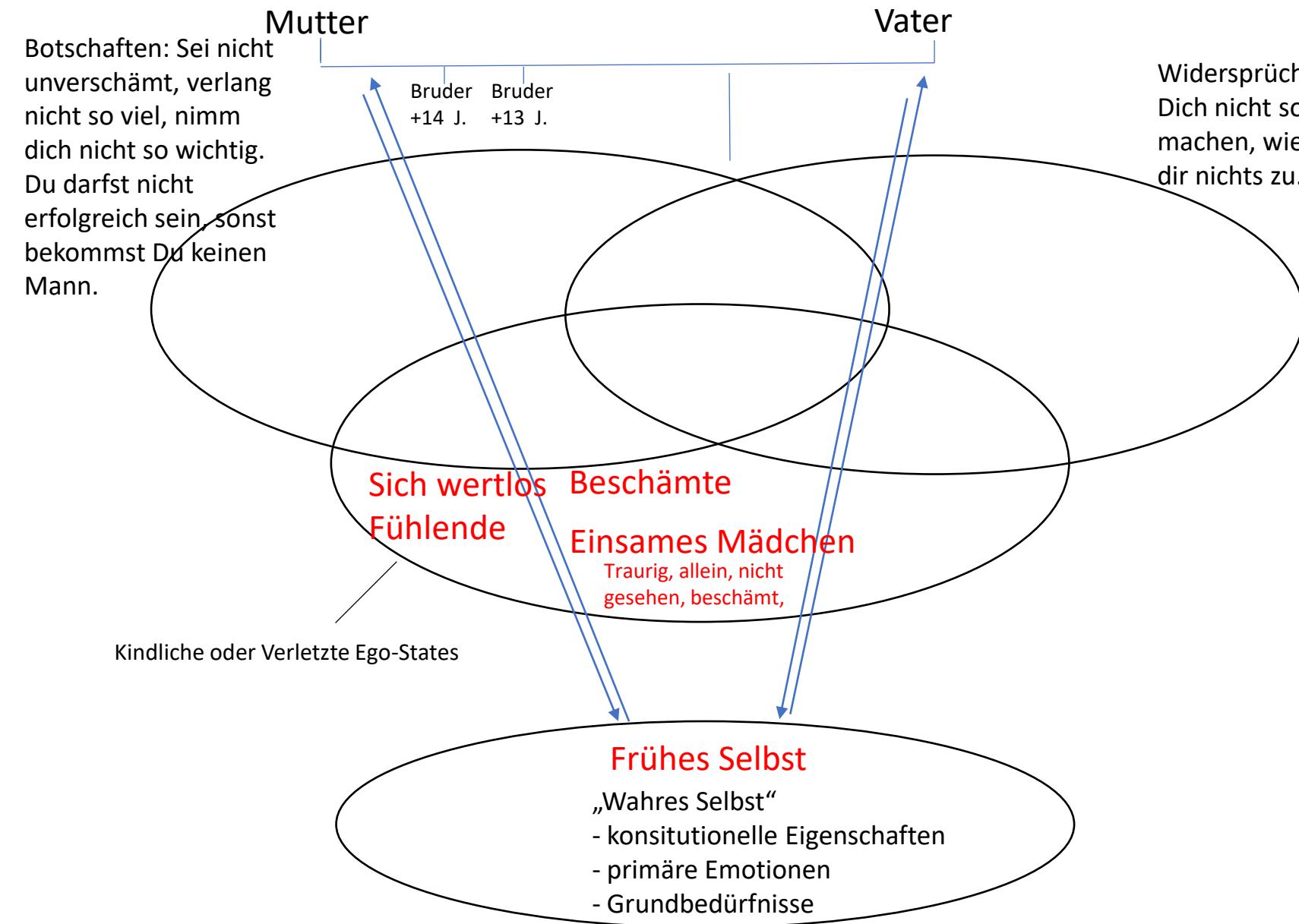
Kindliche oder Verletzte Ego-States

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik

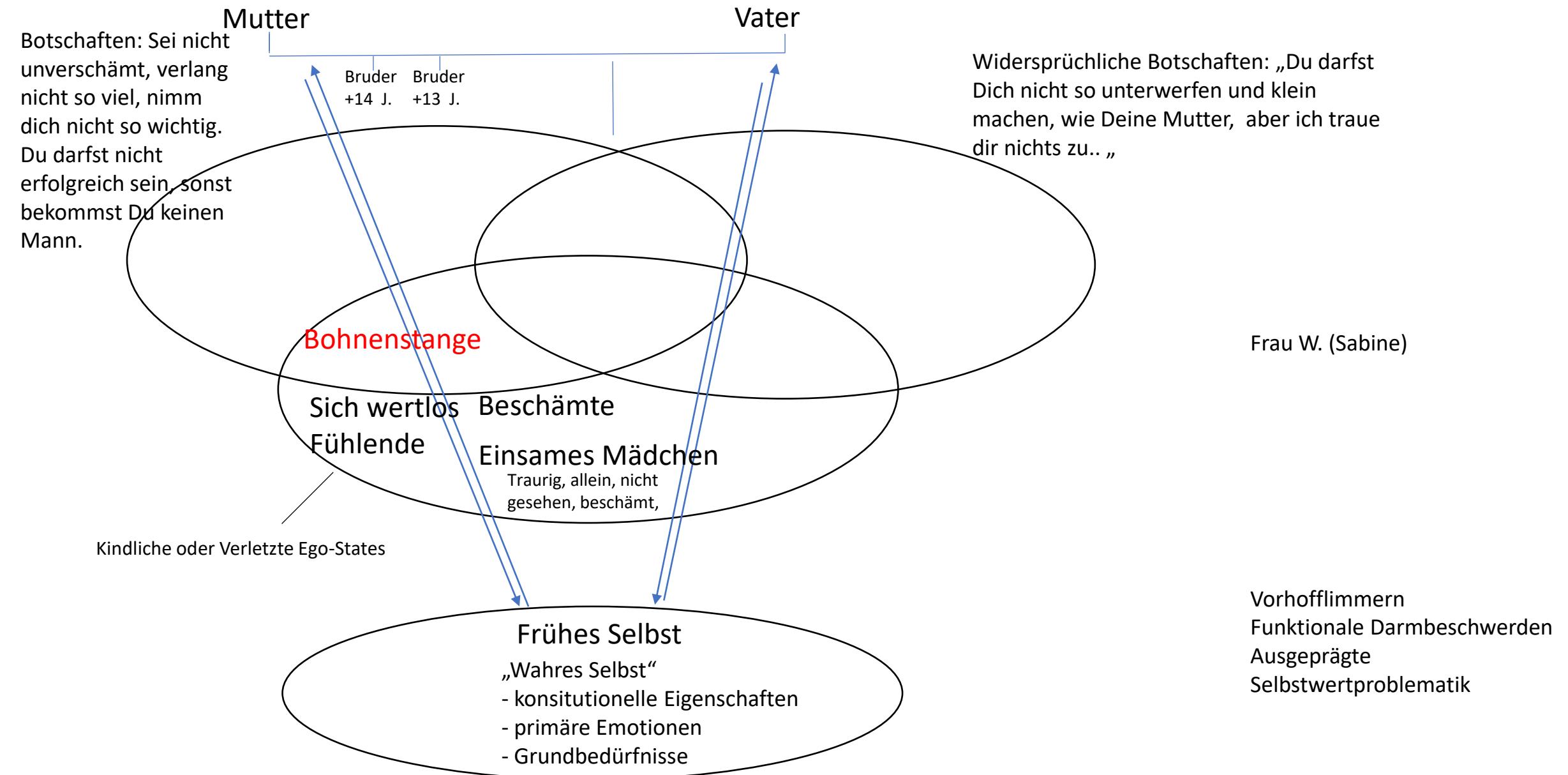


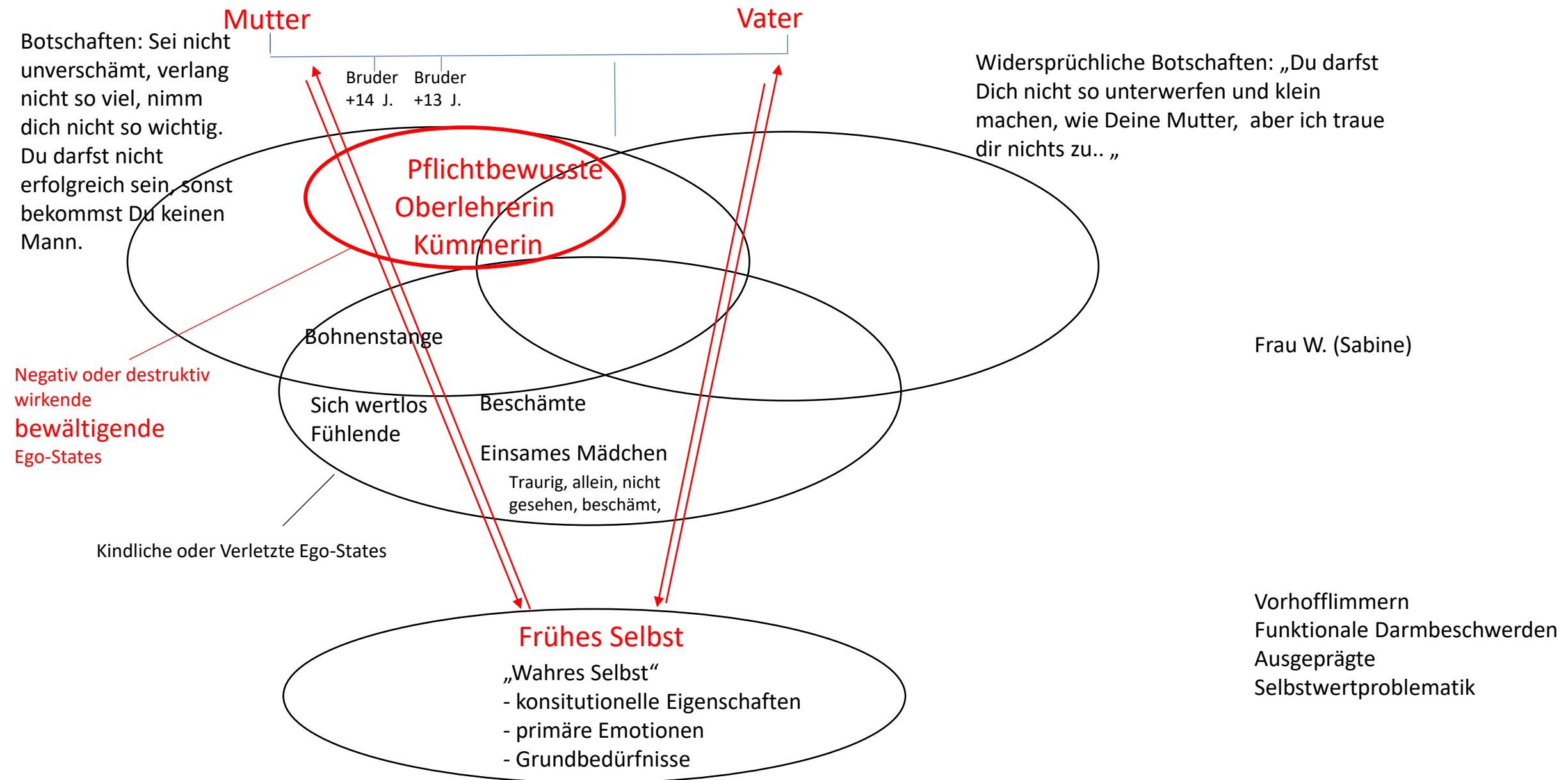






Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik



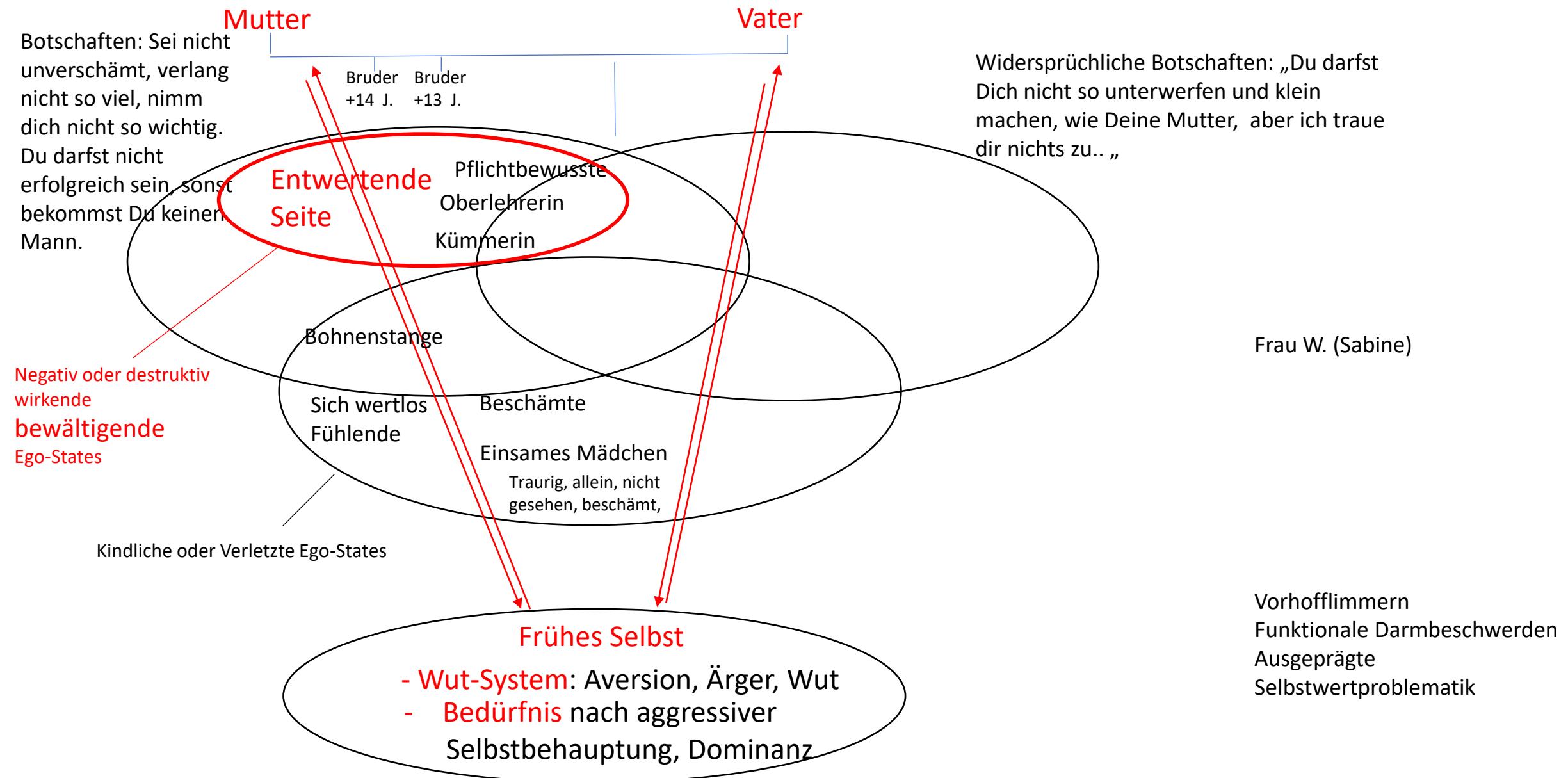


Negativ oder destruktiv wirkende Trauma-bewältigenden Ego-States

- Dienen der Bewältigung der schwer erträglichen verletzten Gefühle.
- Sie stellen einen Aspekt, eine Kraft, eine Stärke, aus dem eigenen Selbst, des frühen und sich entwickelnden Selbst, dar, also auch Emotionen und Grundbedürfnisse, konstitutionelle Anlagen und Fähigkeiten.
- Diese eigenen Aspekte identifizieren sich in den negativen oder destruktiven Beziehungserfahrungen mit den Eltern oder Tätern mit eben diesen Verhaltensweisen der Eltern oder Täter. Dies dient dazu, die überlebenswichtige Bindung sicherzustellen, da dieses Grundbedürfnis wichtiger ist als alle anderen, um zu überleben.
- Andere Grundbedürfnisse werden dafür geopfert oder passen sich den Gegebenheiten an. Entwickeln nicht ihre eigene Art, die ihnen entspricht, sondern übernehmen Arten der Eltern.
- Die Watkins hatten diesen Typ von bewältigenden Ego-State ein „Identofakt“.

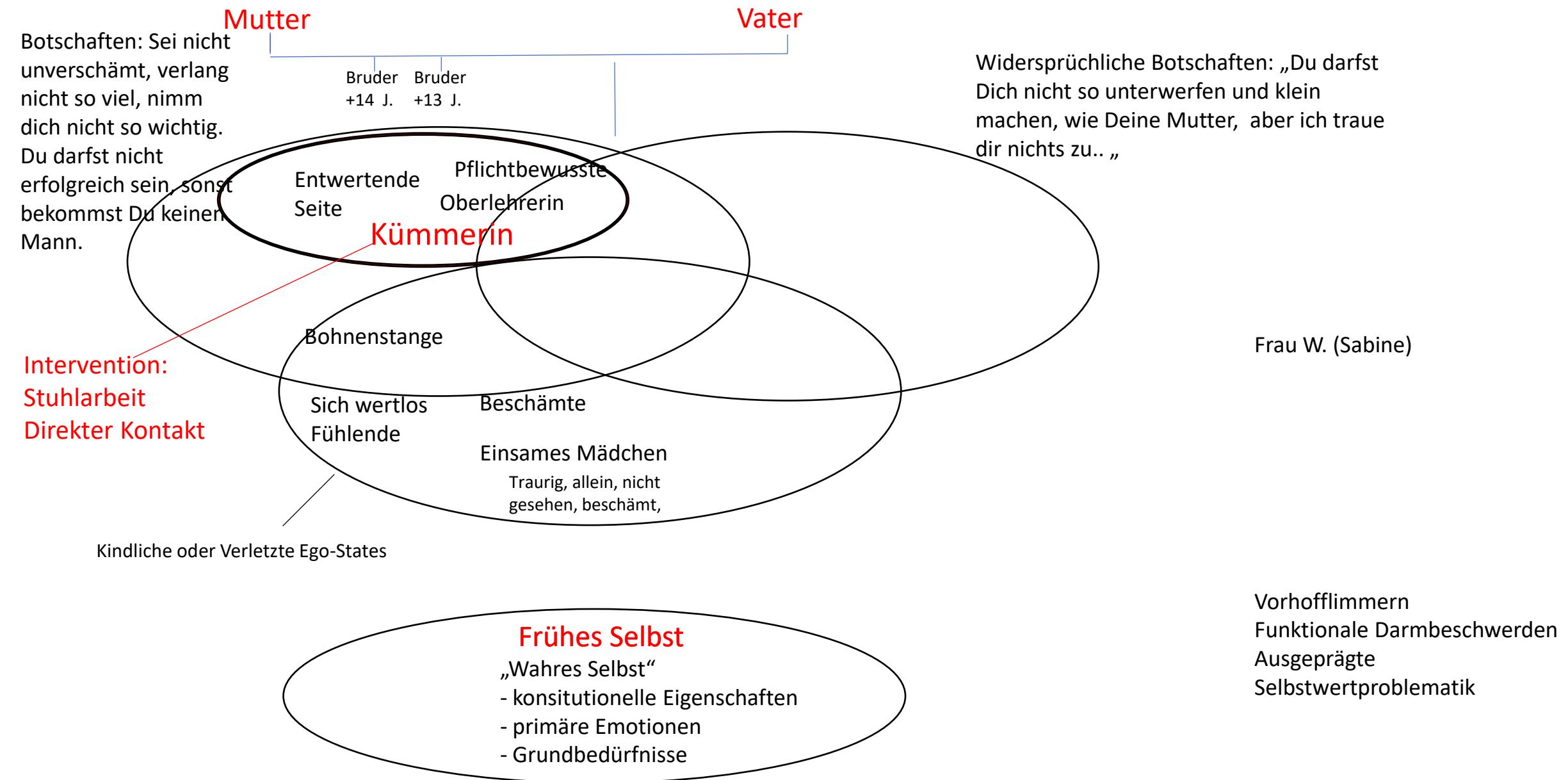
1.) „Über-Ich-hafte“ bewältigenden Ego-States, „Antreiber“

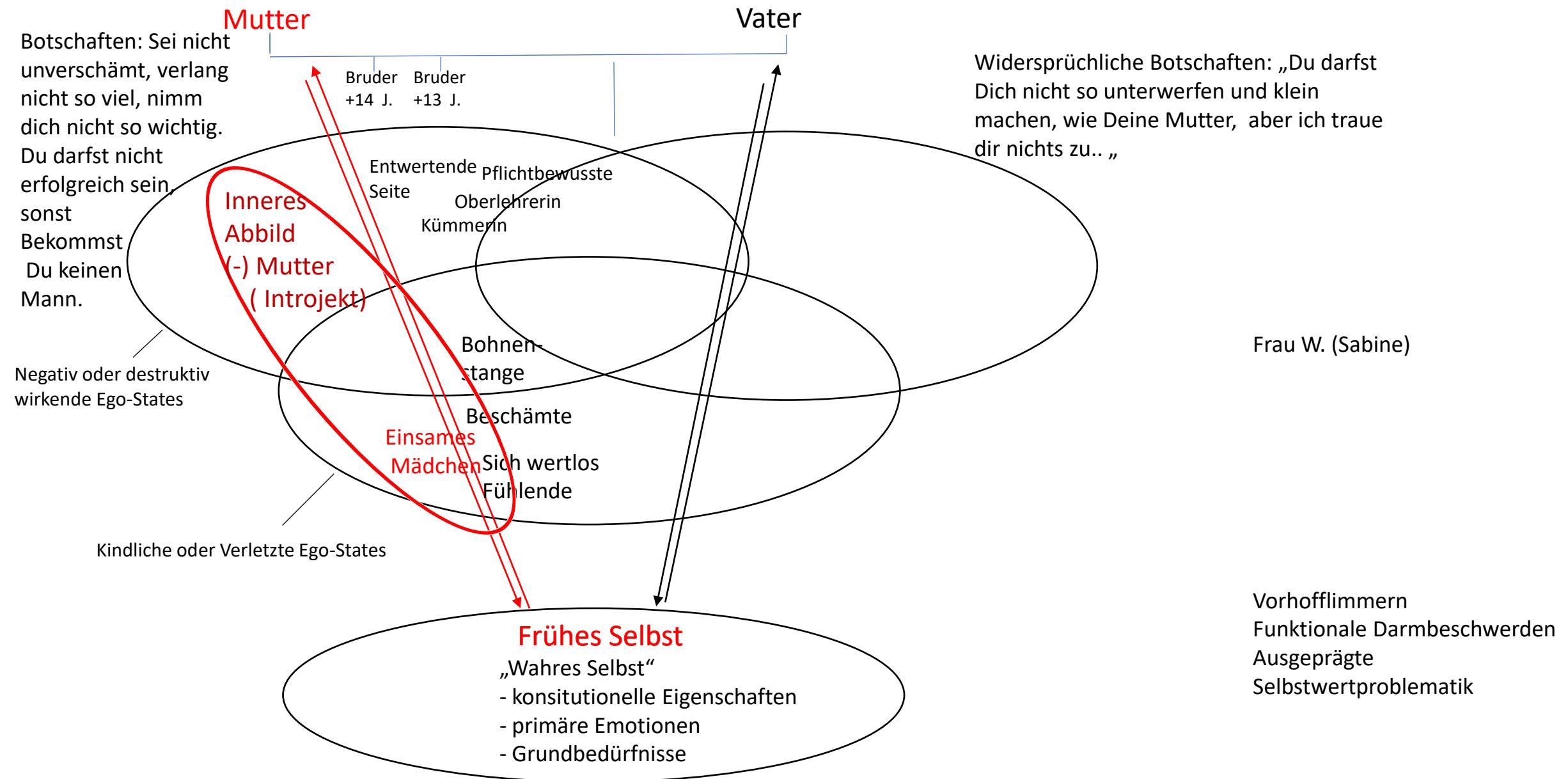
- Vergleichbar dem Konzept des Über-Ichs von Freud.
- Normen und Werte der Eltern werden übernommen
- Also noch keine schwer destruktiven Seiten, können quälend werden
- „innere Kritiker“ Antreiber



2.) Täter-identifizierte destruktiv wirkende Trauma-bewältigenden Ego-States

- Ebenfalls eigene Anteile aus dem Selbst
- Emotionen und Grundbedürfnisse der Wut und Selbstbehauptung
- Diese sind aber in der Beziehung zu gefährlich
- Richten sich gegen das eigen Selbst
- Identifiziert mit der Art der Täter
- Oft noch gnadenloser als ihre Vorbilder





„Täter-Introjekt“

- Bei überwiegend destruktiven Beziehungserfahrungen
- Unabsehbar, mal positiv mal negativ, verletzend, traumatisch
- Können die inneren Abbilder des Gegenübers nicht integriert werden
- Bleiben als negative, abgespaltene, nicht integrierte innere Abbilder wirksam
- Grob vereinfacht, holzschnittartig verzerrt
- Das Selbst ist überwältigt, kann sich nicht entwickeln
- Introjekt- > von Introjizieren, veraltete Vorstellung
- Introjekt nicht integriert, übermäßig im Selbst wirksam geblieben

Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

Mutter

Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Inneres
Abbild
(-) Mutter
(Introjekt)

Strenge
Entwertende
Oberlehrerin
Kümmerin

Pflichtbewusste
Ästhetik
Kreative
Entdeckerin
Tänzerin
Lebensfreude

Bohnenstarze

Einsames
Mädchen

Traurig, allein,
nicht gesehen,
beschämmt,

Kindliche oder
Verletzte Ego-States

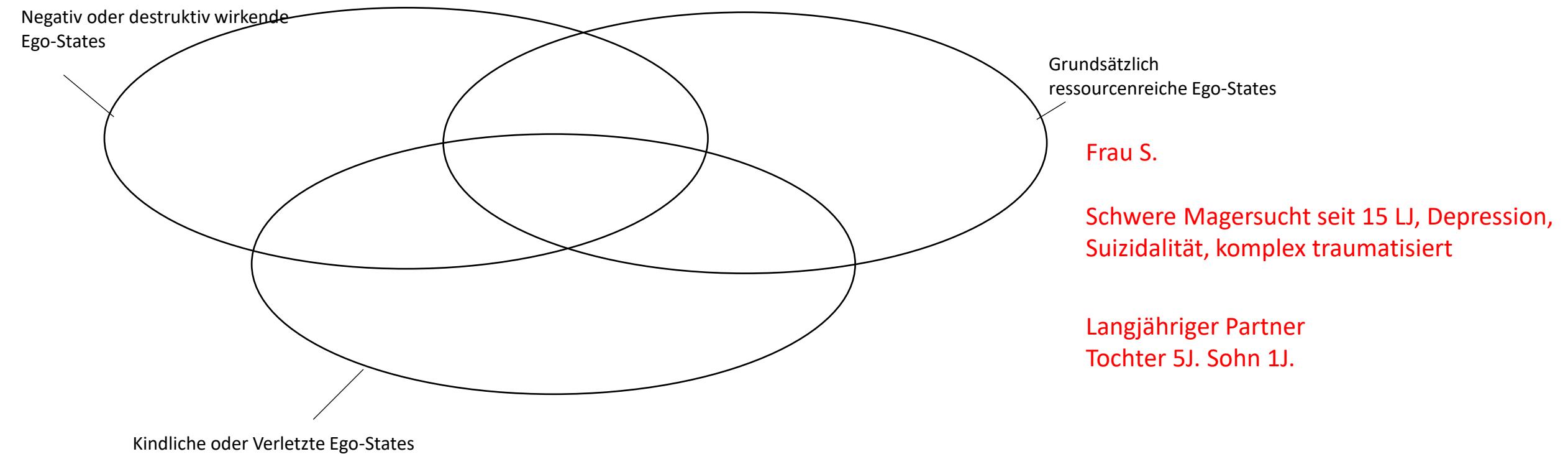
Beschämte

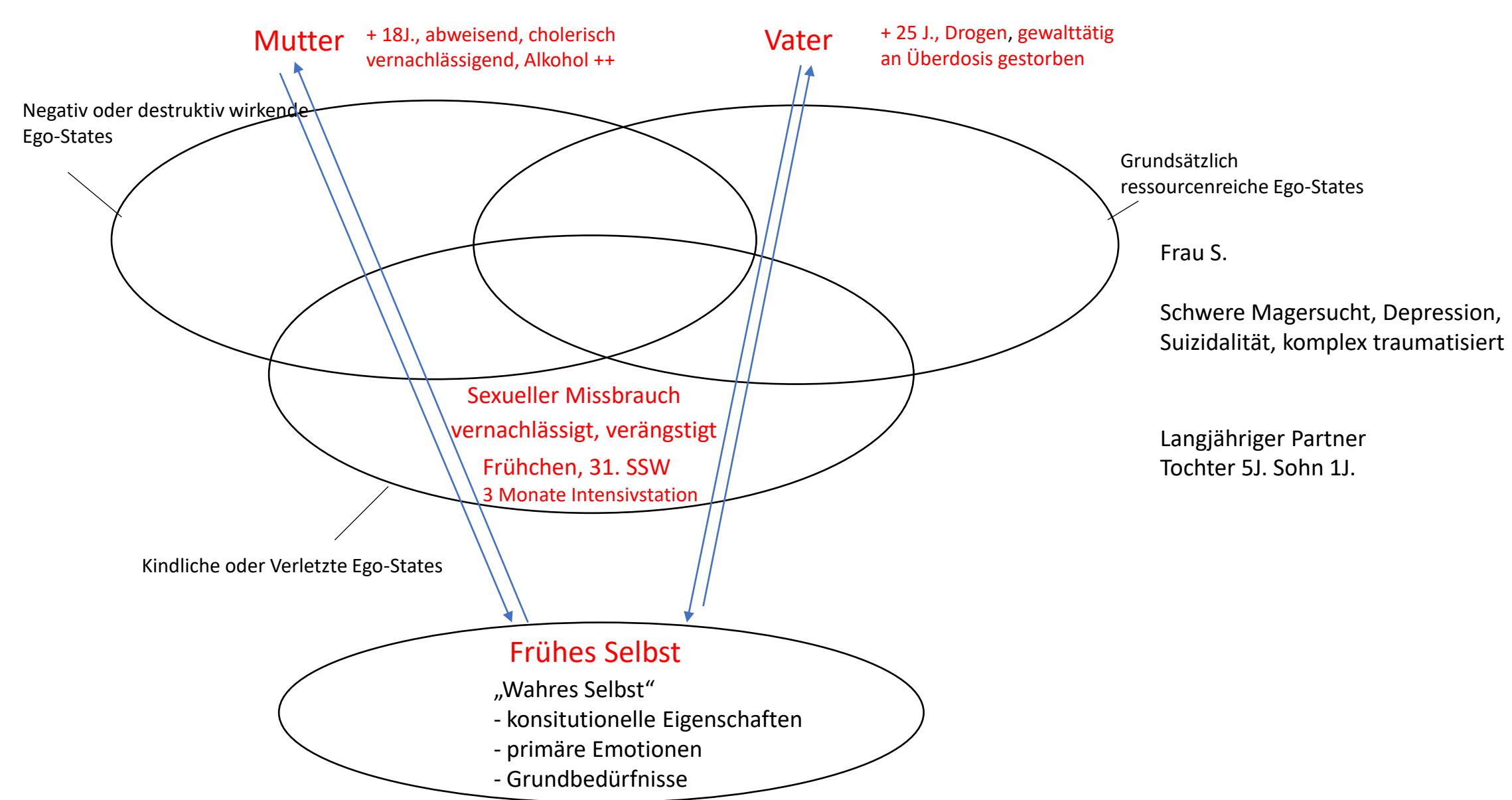
Sich wertlos
Fühlende

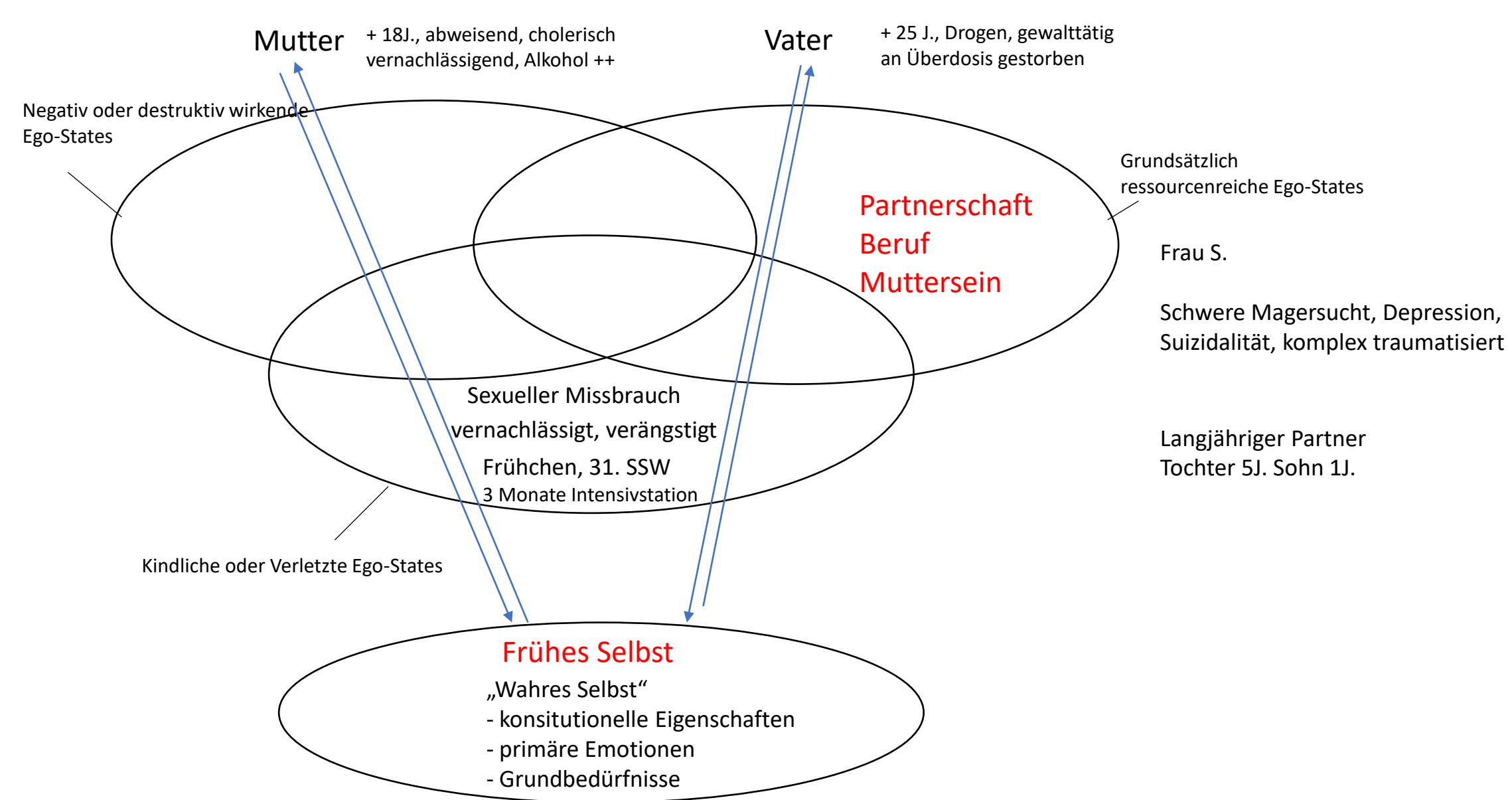
Negativ oder destruktiv
wirkende
Ego-States

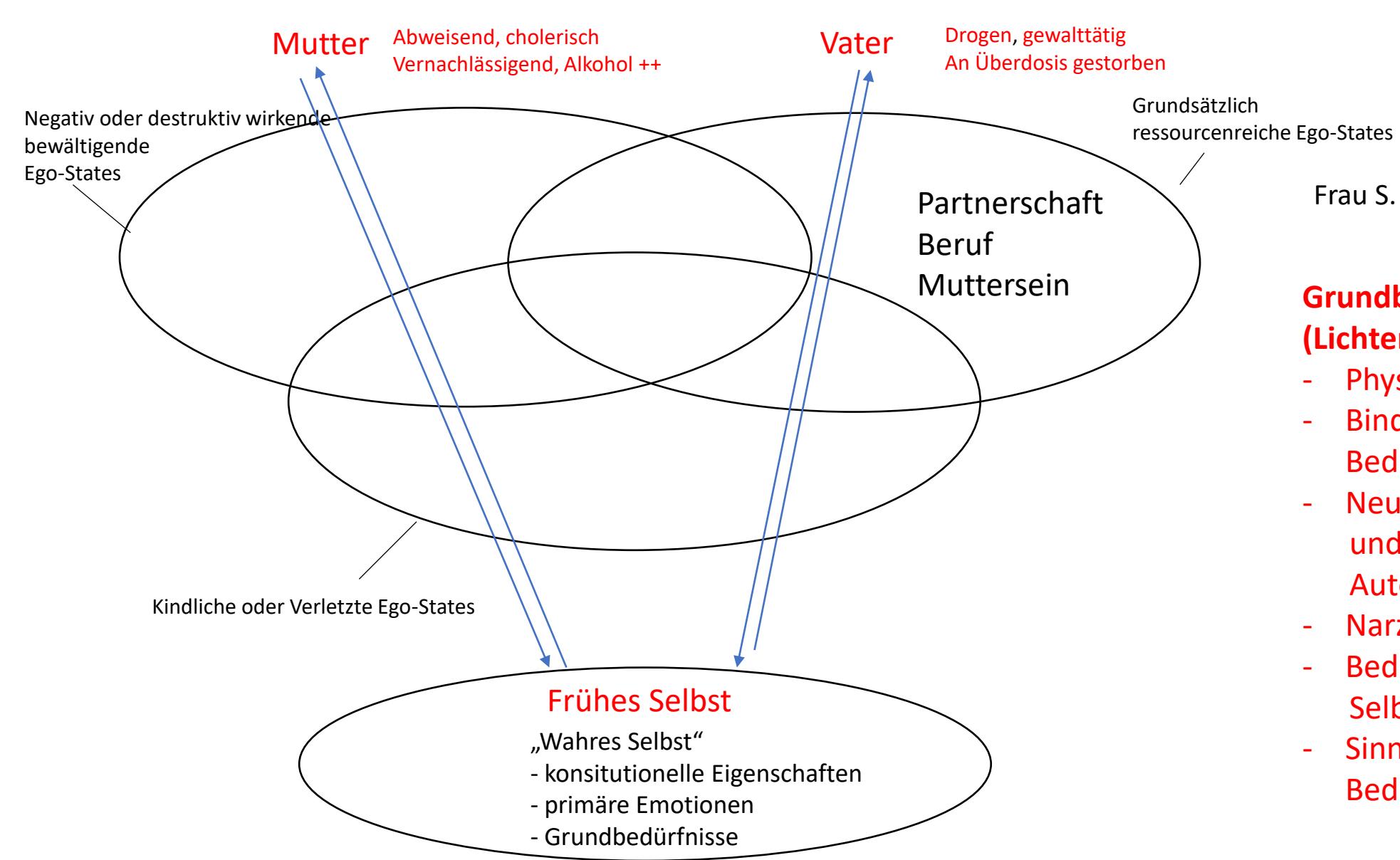
Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu.. „

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik



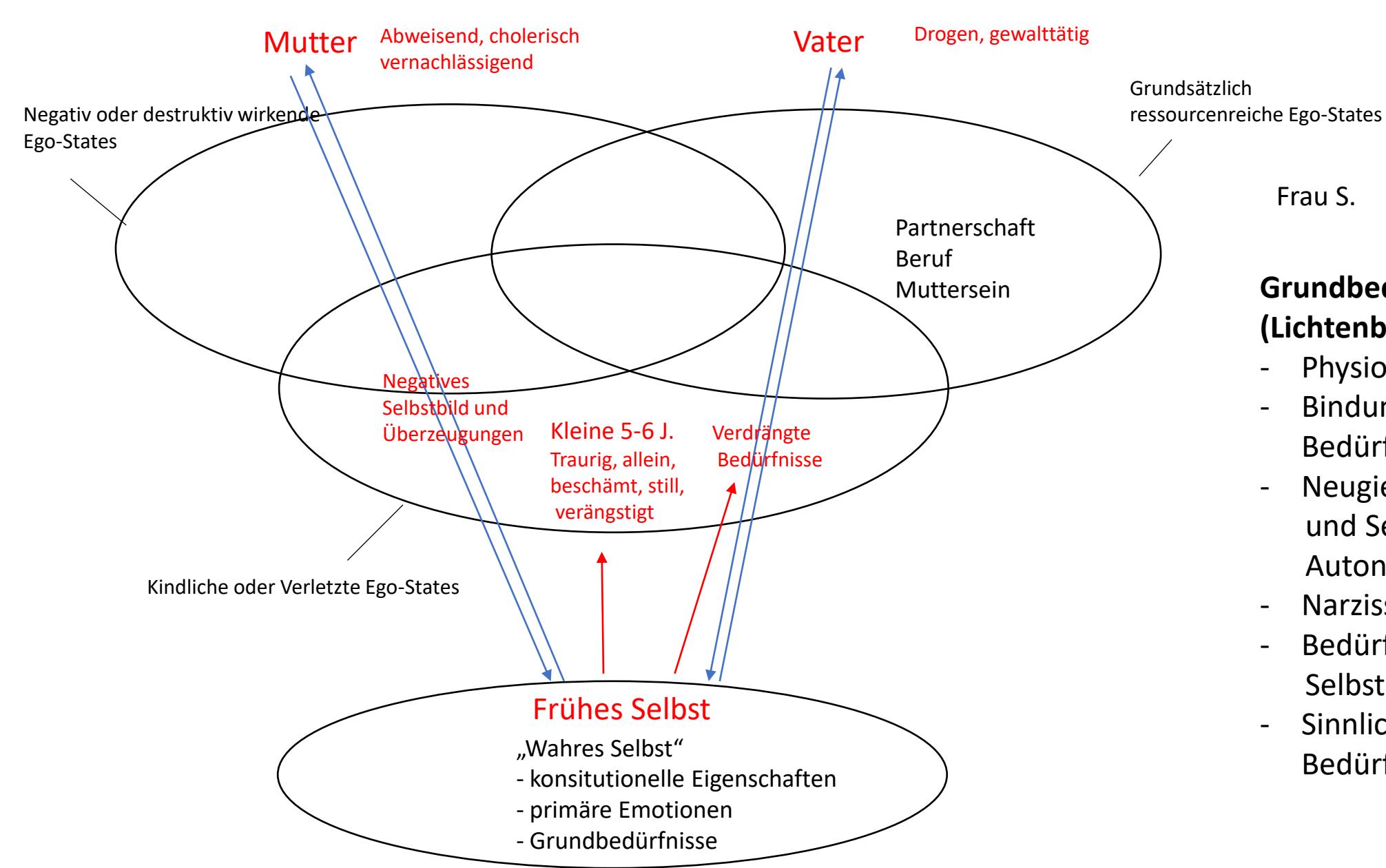






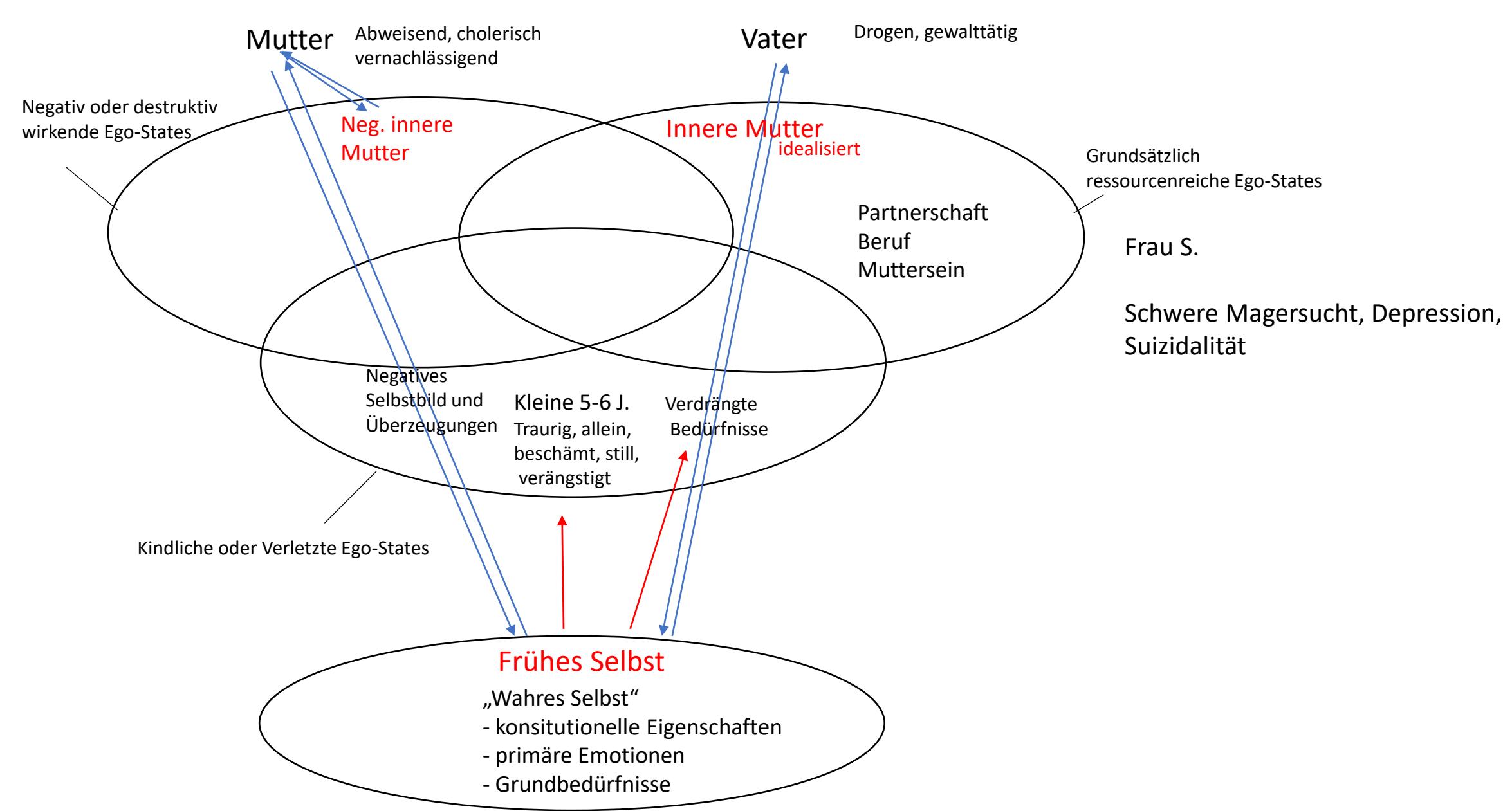
Grundbedürfnisse (Lichtenberg, 2000)

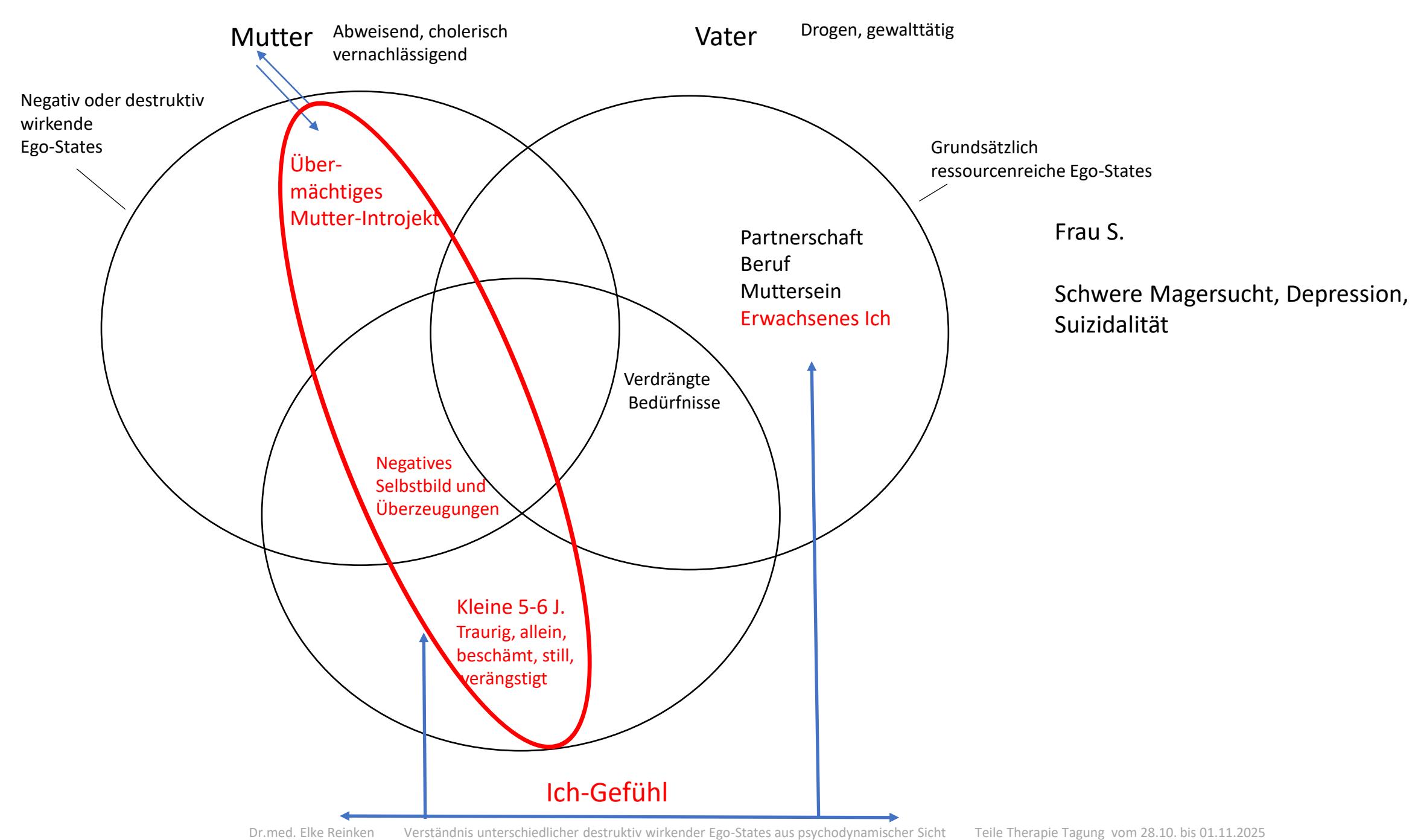
- Physiologische Bedürfnisse
- Bindungs- und libidinöse Bedürfnisse
- Neugier, Exploration und Selbstwirksamkeit, Autonomie
- Narzisstische Bedürfnisse
- Bedürfnis nach aggressiver Selbstbehauptung, Dominanz
- Sinnlich, lustvolle, sexuelle Bedürfnisse

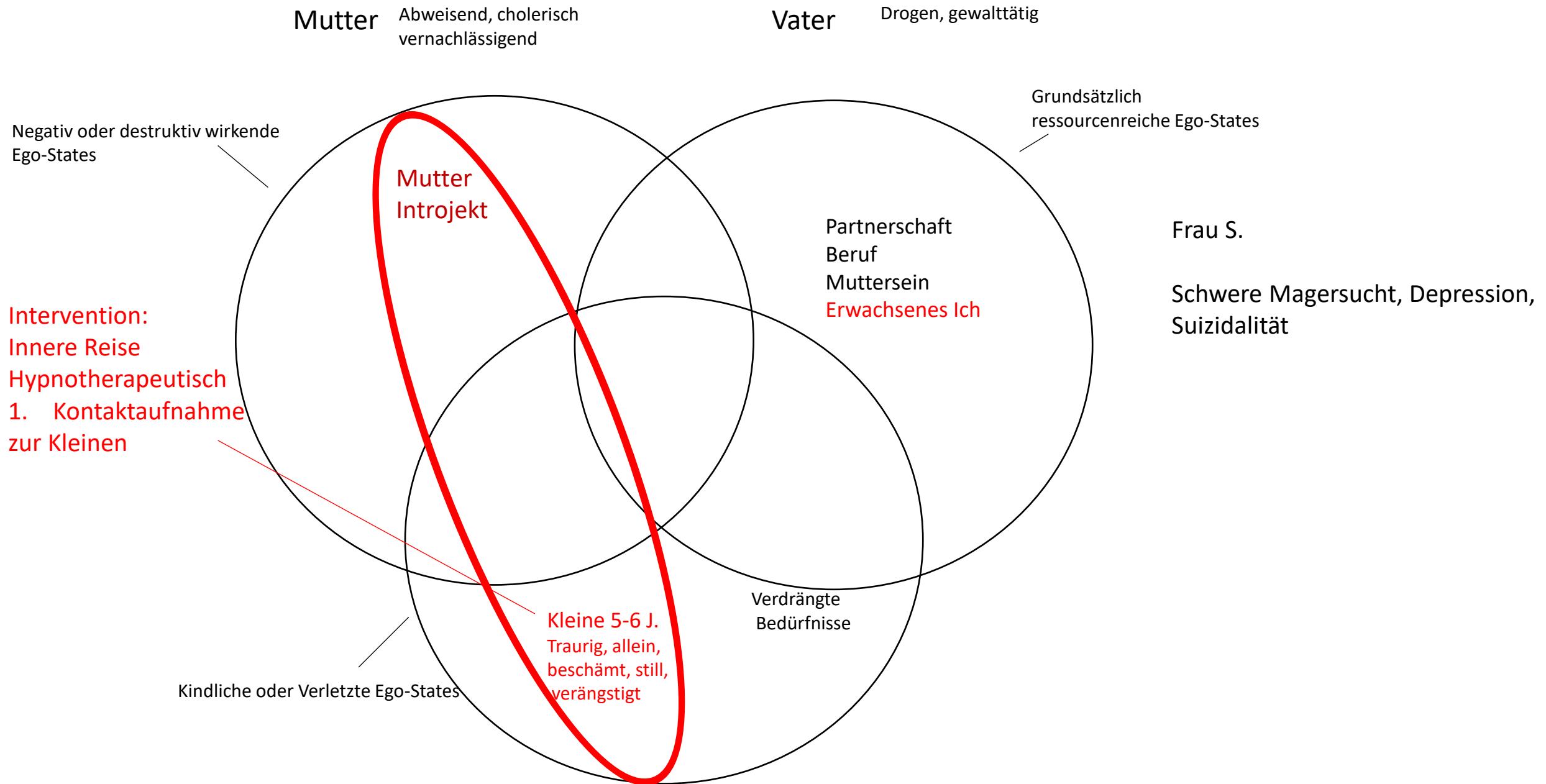


Grundbedürfnisse (Lichtenberg, 2000)

- Physiologische Bedürfnisse
- Bindungs- und libidinöse Bedürfnisse
- Neugier, Exploration und Selbstwirksamkeit, Autonomie
- Narzisstische Bedürfnisse
- Bedürfnis nach aggressiver Selbstbehauptung, Dominanz
- Sinnlich, lustvolle, sexuelle Bedürfnisse







Mutter Abweisend, cholerisch
vernachlässigend

Vater Drogen, gewalttätig

Negativ oder destruktiv wirkende
Ego-States

Grundsätzlich
ressourcenreiche Ego-States

Intervention:
Innere Reise
Hypnotherapeutisch
1. Kleine versorgen

Kindliche oder Verletzte Ego-States

**Mutter
Introjekt**

**Trotziger
Anteil**

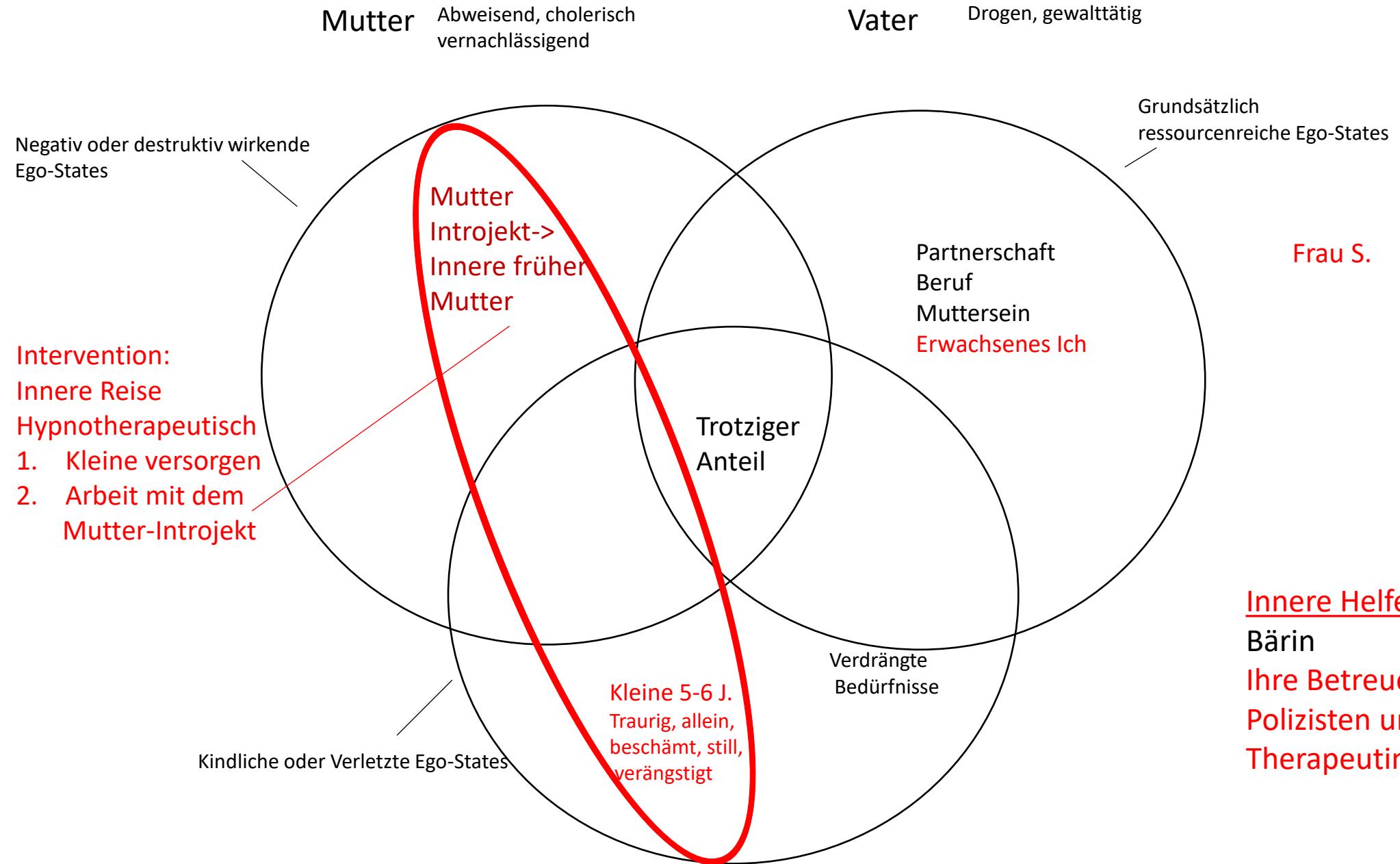
**Kleine 5-6 J.
Traurig, allein,
beschämt, still,
verängstigt**

Partnerschaft
Beruf
Muttersein
Erwachsenes Ich

Verdrängte
Bedürfnisse

Frau S.

Innere Helfer:
Bärin



Mutter Abweisend, cholerisch
vernachlässigend

Vater Drogen, gewalttätig

Negativ oder destruktiv wirkende
Ego-States

Grundsätzlich
ressourcenreiche Ego-States

Intervention:
Innere Reise
Hypnotherapeutisch
1. Kleine versorgen
2. Arbeit mit dem
Mutter-Introjekt
3. Kleine ins Hier
und Jetzt holen

Kindliche oder Verletzte Ego-States

Mutter
Introjekt ->
Innere
heutige Mutter

Totziger
Anteil

Kleine 5-6 J.
Traurig, allein,
beschämmt, still,
verängstigt

Sich
kümmern
Erwachsene

Partnerschaft
Beruf
Muttersein

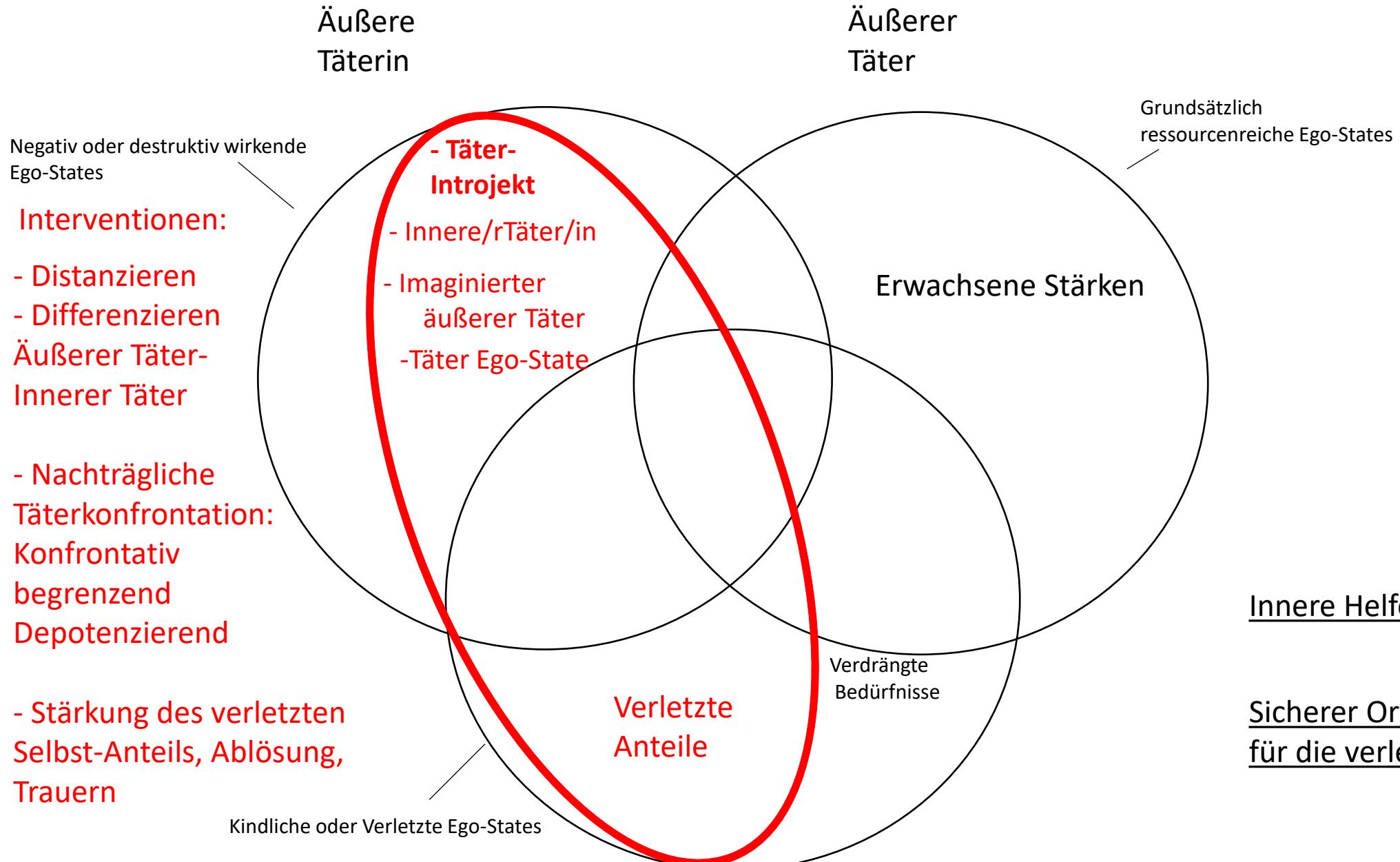
Verdrängte
Bedürfnisse

Frau S.

Innere Helfer:
Bärin
Ihre Betreuerin, Richter,
Polizisten und verständnisvolle
Therapeutin

Sicherer Ort
für die verletzten Anteile

Garten Baumhaus



Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

Mutter

Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Negativ oder destruktiv wirkende Ego-States:

Neg. Innere Eltern/
Täter-Introjekt

Identifizierte negativ oder destruktiv wirkende bewältigende Ego-States

Kindliche oder Verletzte Ego-States

Sich wertlos Fühlende

Beschämte

Einsames Mädchen

Traurig, allein, nicht gesehen, beschämmt,

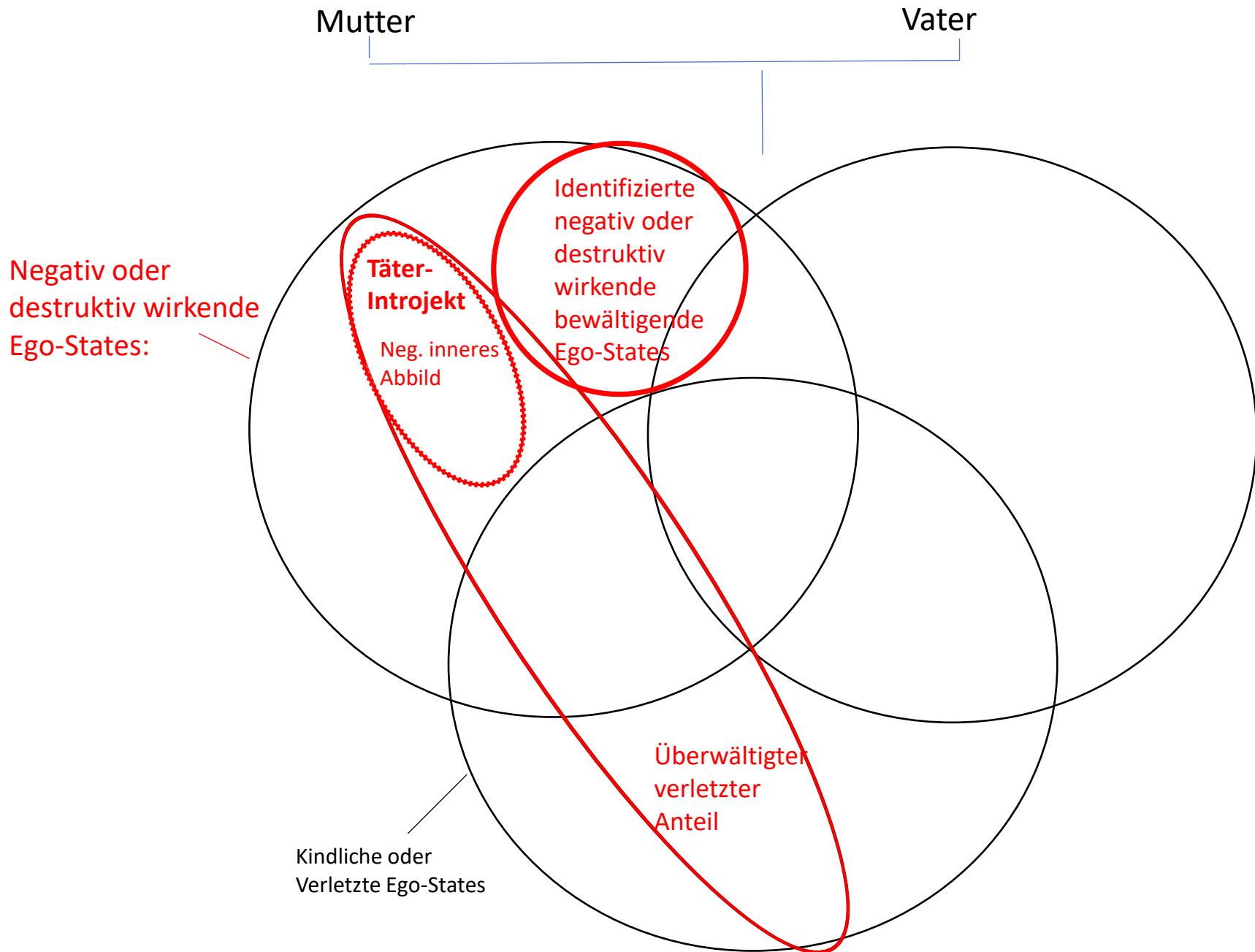
Bohnenstange

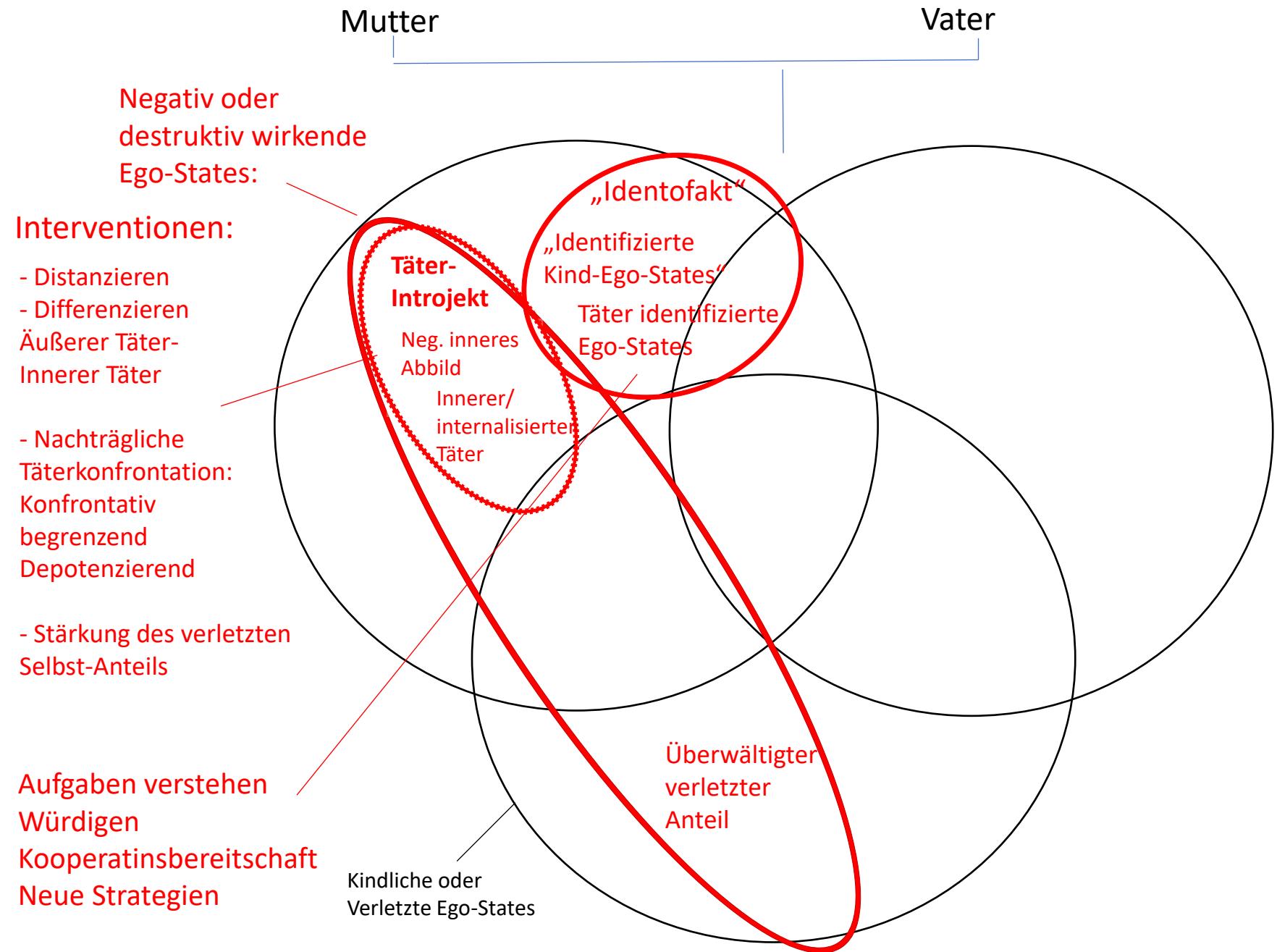
Ästhetik
Kreative
Entdeckerin
Tänzerin
Lebensfreude

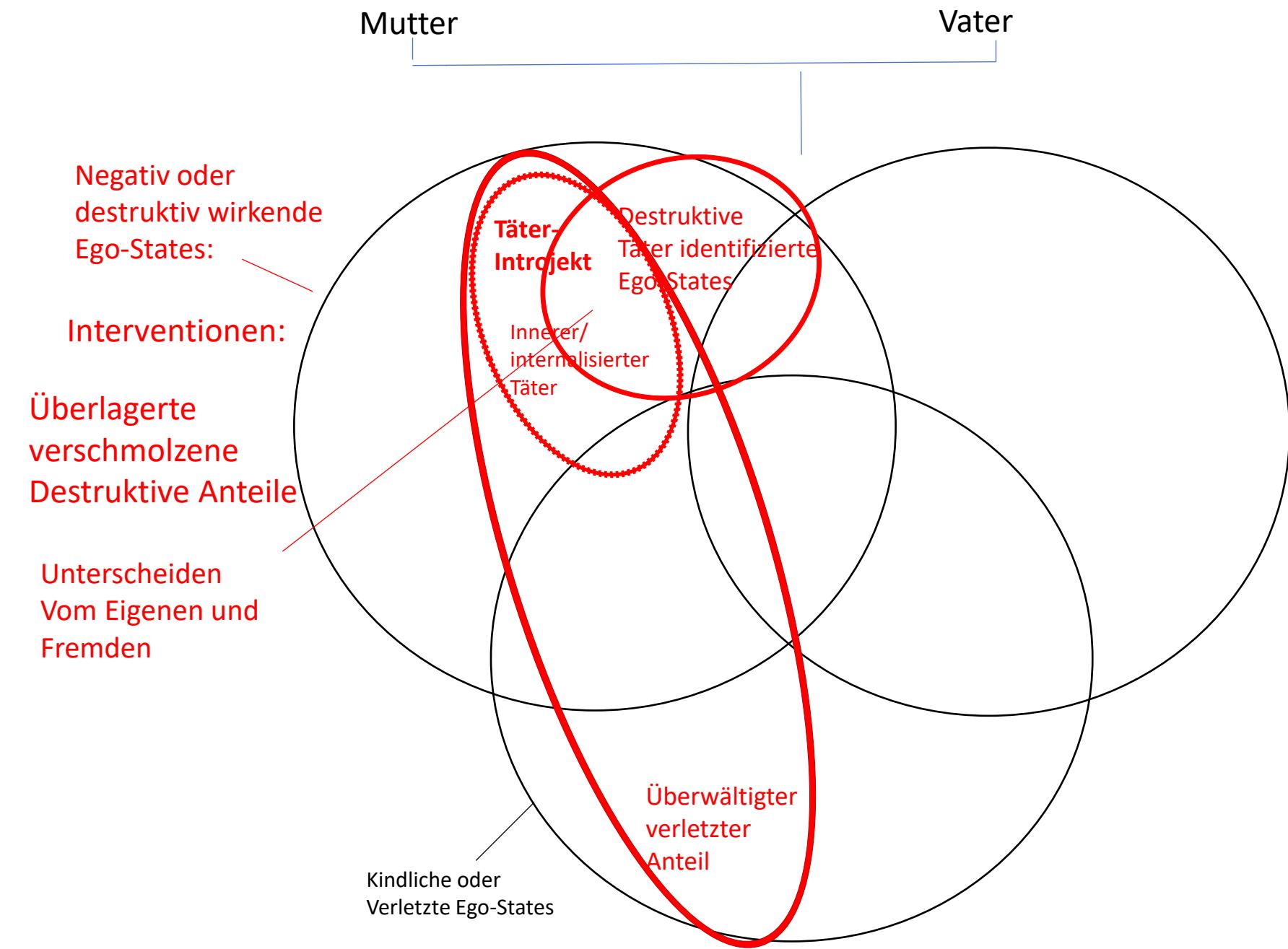
Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu..“

Frau W.

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik







Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

Mutter Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Mutter-Kümmerin
--> Innere Mutter

Pflichtbewusste
Strenge
Entwertende
Oberlehrerin
Kümmerin

Ästhetik
Kreative
Entdeckerin
Tänzerin
Lebensfreude

Kindliche oder
Verletzte Ego-States

Sich wertlos
Fühlende
Beschämte
**Einsames
Mädchen**
Traurig, allein,
nicht gesehen,
beschämmt,

Bohnenstange

Negativ oder
destruktiv wirkende
Ego-States:

Interventionen:

Arbeiten mit
Mutter-Kümmerin,
Kümmerin und
der Kleinen
im Raum

Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu..“

Frau W.

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik

Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

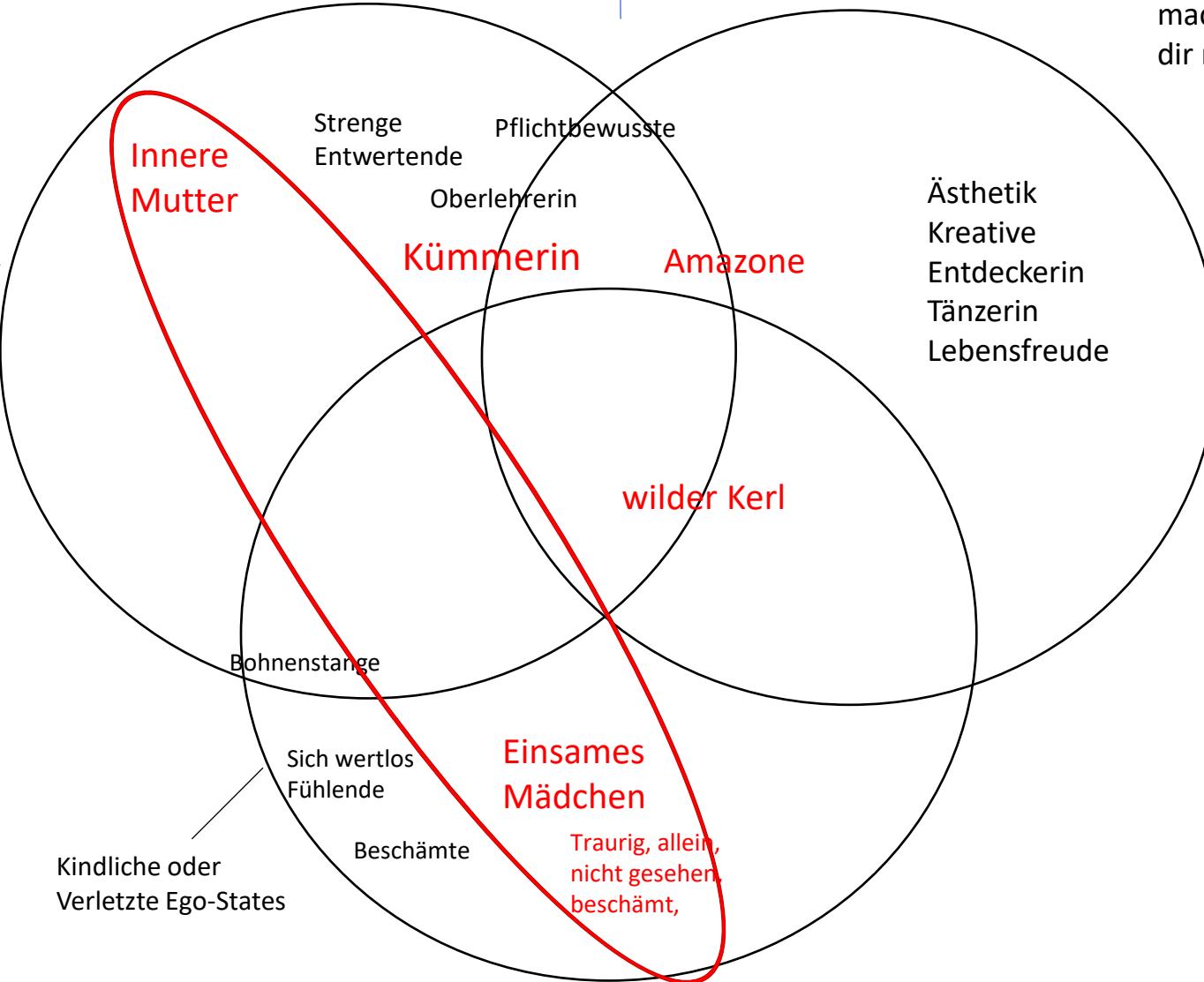
Mutter

Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Negativ oder destruktiv wirkende Ego-States

Interventionen:
Arbeiten im System



Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu.. „

Frau W.

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik

Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

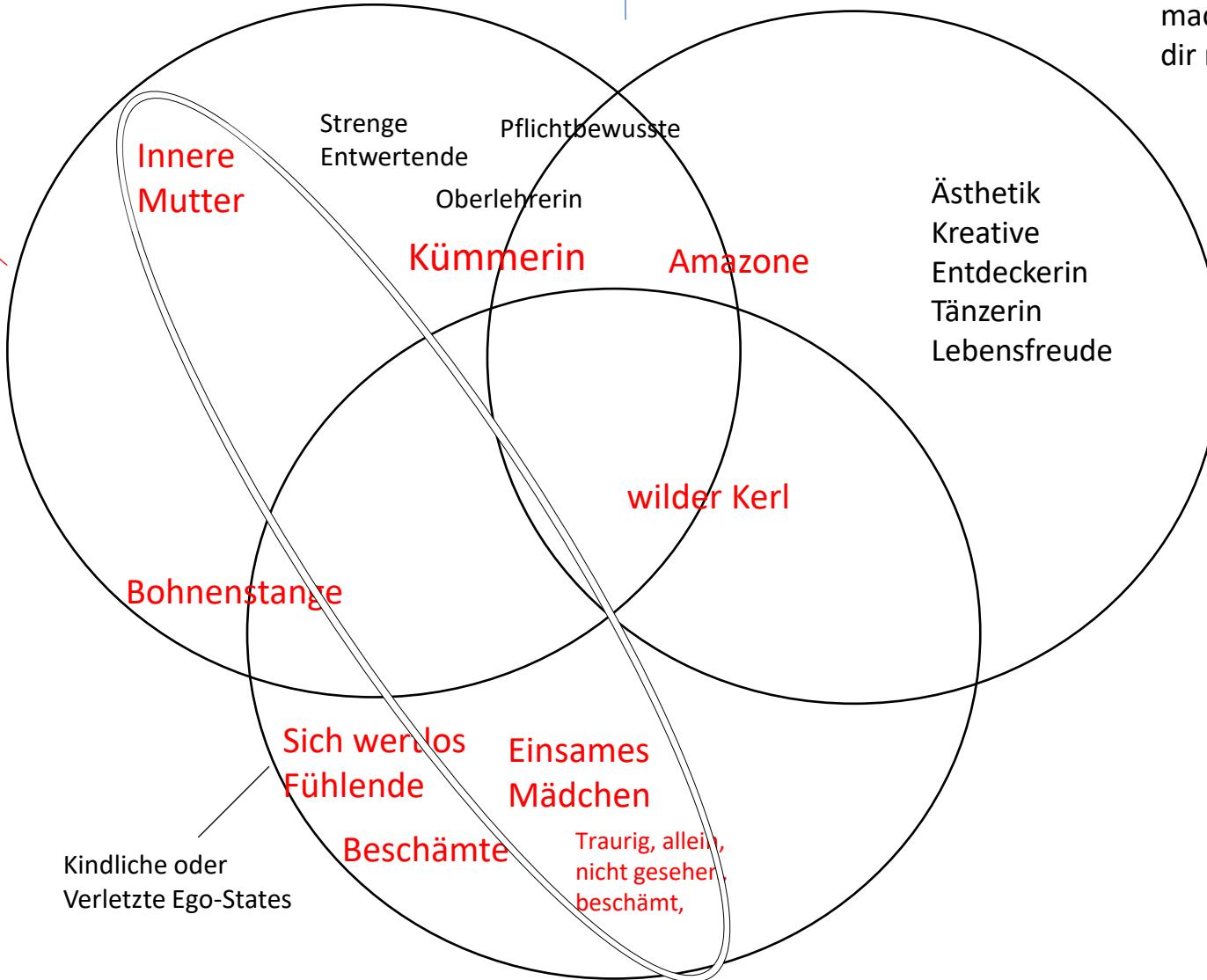
Mutter

Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Negativ oder destruktiv wirkende bewältigende Ego-States

Interventionen:
Arbeiten im System



Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu..“

Frau W.

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik

Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

Mutter

Vater

Bruder
+14 J.
Bruder
+13 J.

Oberlehrer

Strenge
Entwertende

Oberlehrerin

Pflichtbewusste

Ästhetik
Kreative
Entdeckerin
Tänzerin
Lebensfreude

Amazone

wilder Kerl

Kümmern

Innere
Mutter

Bohnenstange

Kindliche oder
Verletzte Ego-States

Sich wertlos
Fühlende
Beschämte

Einsames
Mädchen

Traurig, allein,
nicht gesehen,
beschämmt,

Negativ oder destruktiv
wirkende bewältigende
Ego-States

Interventionen:
Arbeiten mit dem
Vater
Oberlehrer

Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu..“

Frau W.

Vorhofflimmern
Funktionale Darmbeschwerden
Ausgeprägte
Selbstwertproblematik

Botschaften: Sei nicht unverschämt, verlang nicht so viel, nimm dich nicht so wichtig. Du darfst nicht erfolgreich sein, sonst bekommst Du keinen Mann.

Mutter

Vater

Bruder
+14 J.

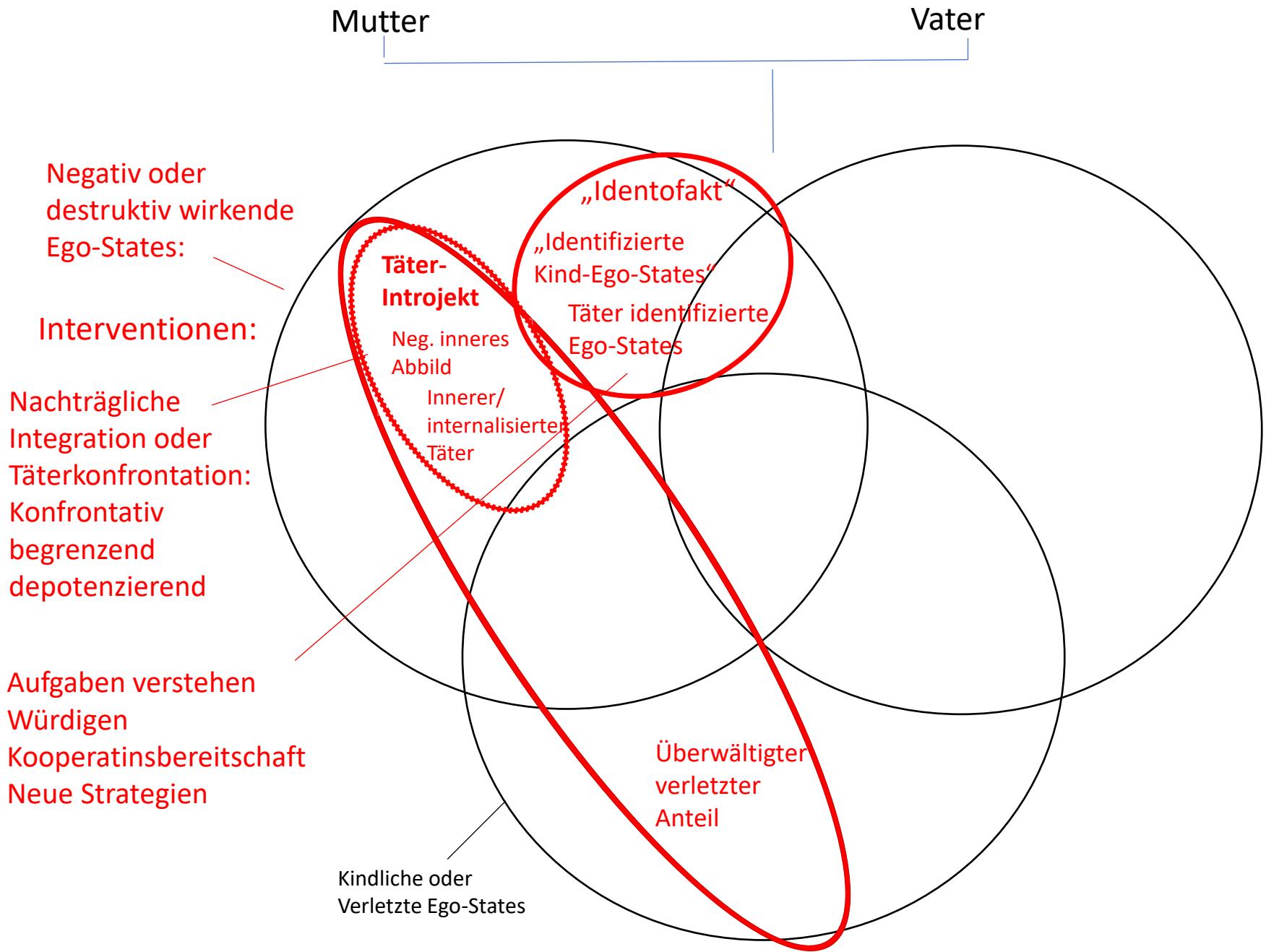
Bruder
+13 J.

Widersprüchliche Botschaften: „Du darfst Dich nicht so unterwerfen und klein machen, wie Deine Mutter, aber ich traue dir nichts zu...“



Frau W.

Symptomatik beruhigte sich zunehmend. Ließ sich einordnen, wenn wieder innere Spannungen auftauchten



A photograph of a beach at sunset. In the foreground, two white wooden beach chairs are positioned on a sandy path through tall green grass. The ocean extends to the horizon under a sky filled with warm, golden light from the setting sun.

Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit!