

Roland Kachler
Dipl.-Psychologe u. Psycholog. Psychotherapeut
Christofstr. 16
71686 Remseck
07146/990586
Roland.Kachler@t-online.de
www.kachler-roland.de

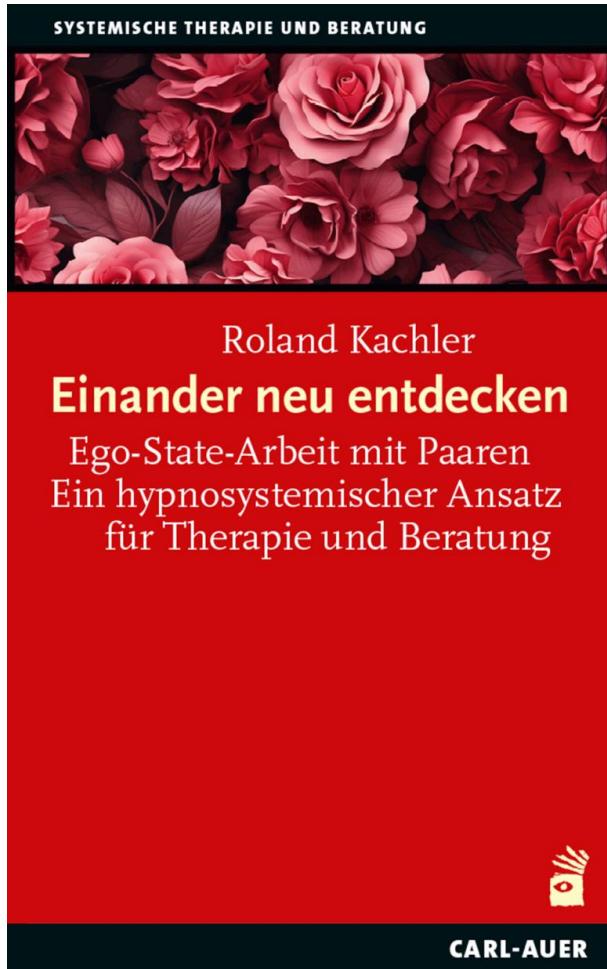
Ego-State-Arbeit in der Paartherapie

Teile-Tagung Rottweil 2025

Nur für die TeilnehmerInnen der internen Fortbildung – Weitergabe nicht erlaubt – Copyright R. Kachler

Literatur zum Seminar

Für FachkollegInnen:



Für interessierte Paare:



I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit

Grundfragen für die Paarberatung als Ego-State-Arbeit:

- 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?



Aus: roadheart.com

I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit

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

Mann:



Frau:

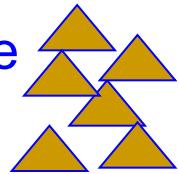


I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit

Frau

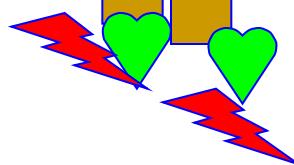
Elterliche

Introjekte



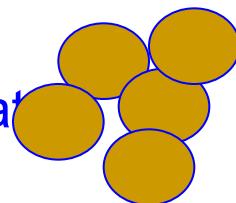
Erwachsene

Ego-State

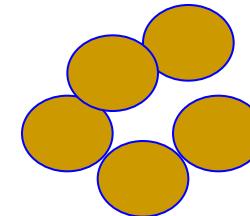
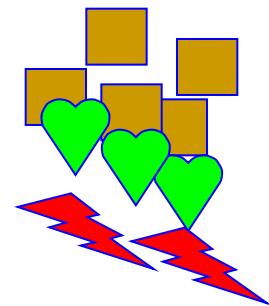
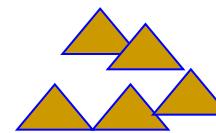


Kind-

Ego-State



Mann



I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit

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

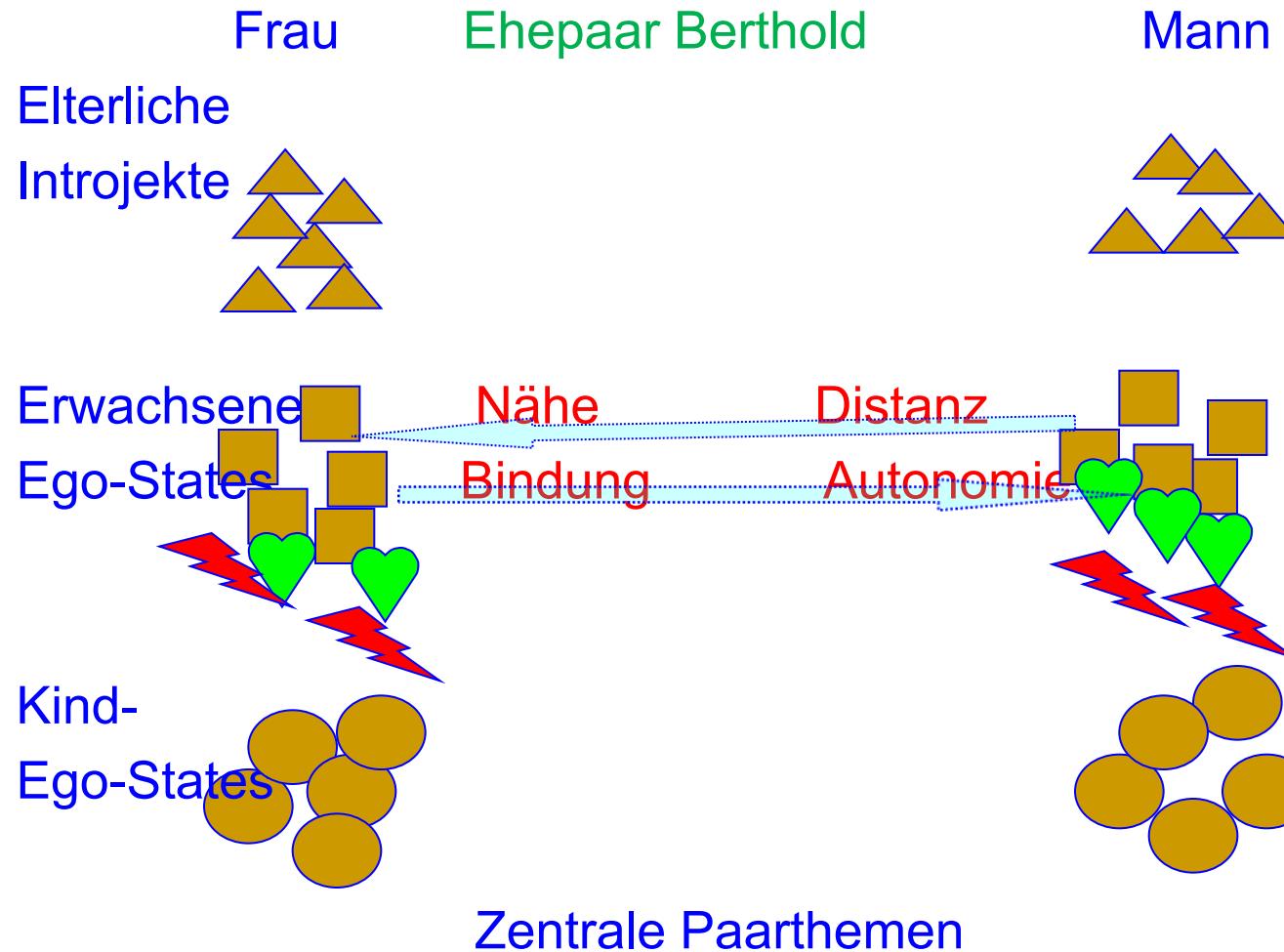
Sie fühlt sich immer wieder im Stich gelassen, darüber sehr traurig, inzwischen auch vorwürfig.

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

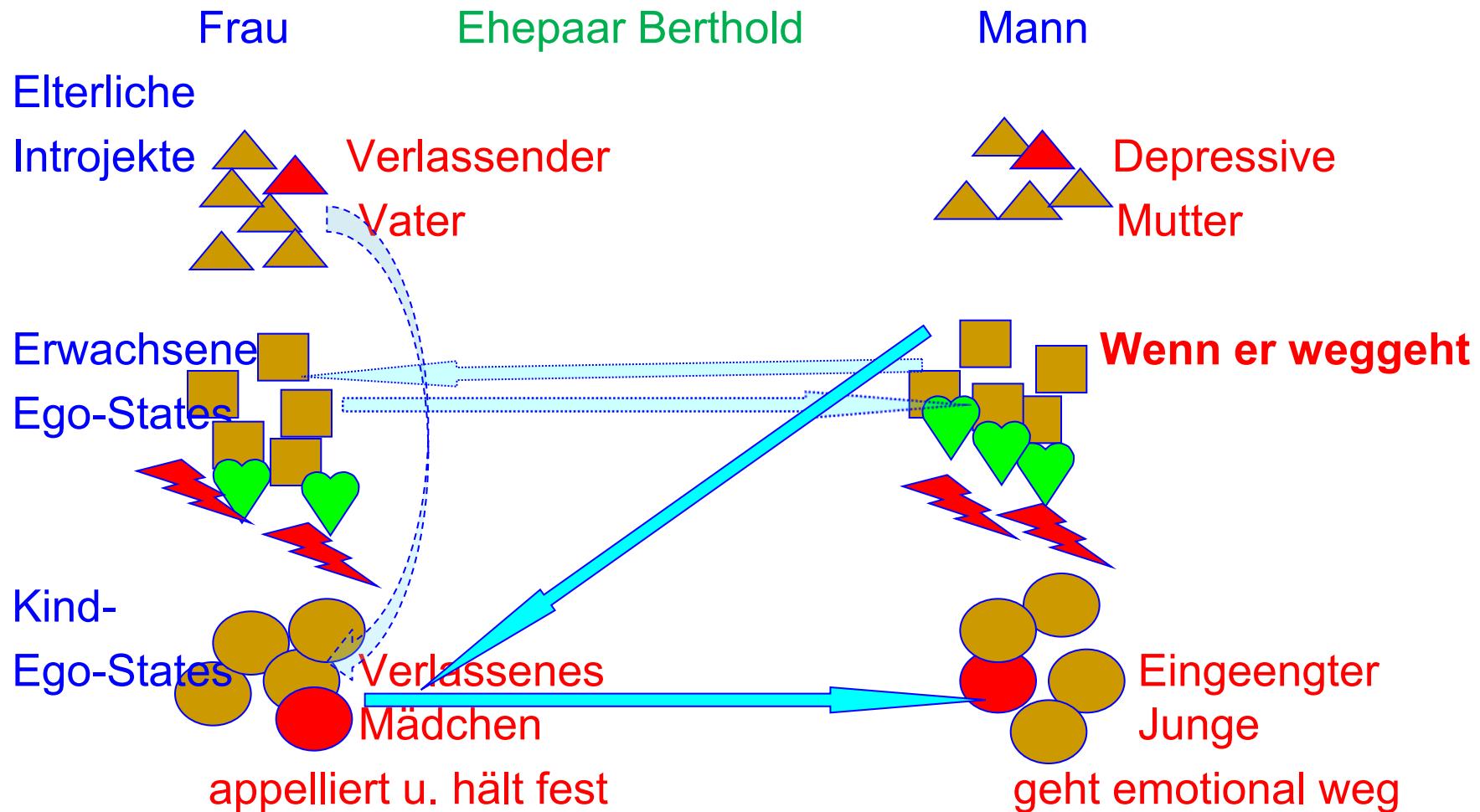
Sie: Vater verließ Familie als sie 2 Jahre alt war; Vater später nur kurz kennengelernt

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

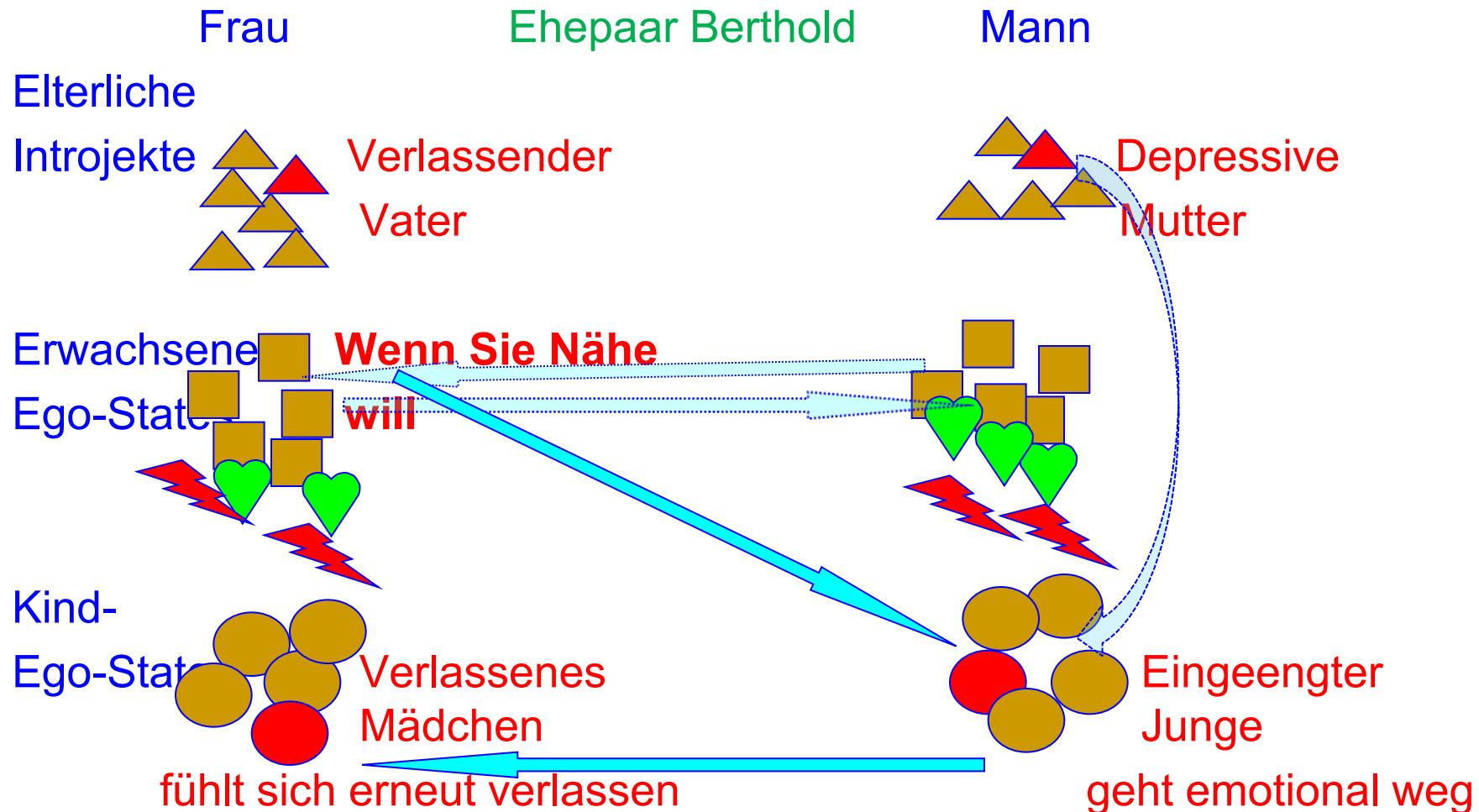
I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit



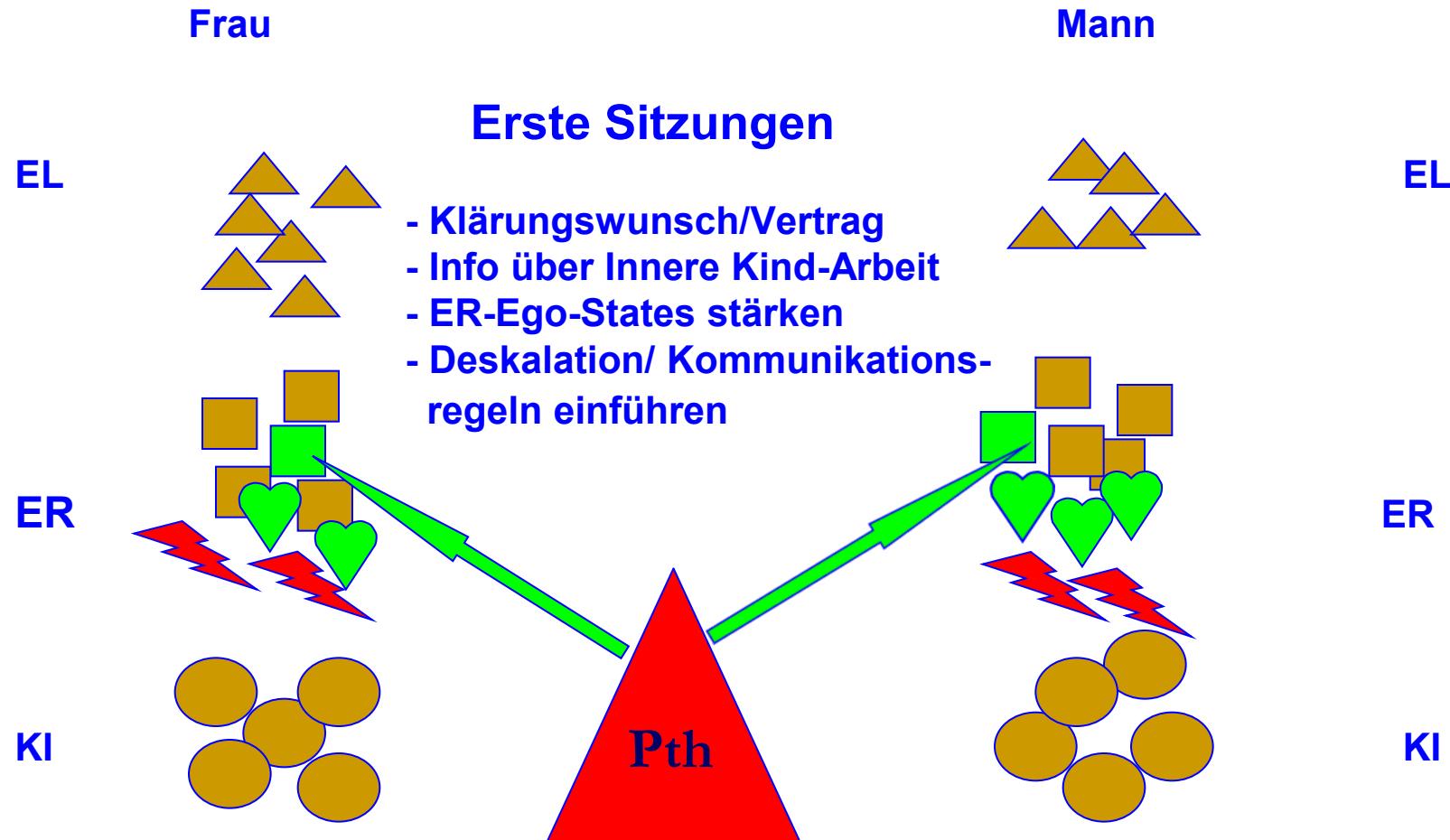
I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit



I. Paarberatung als Ego-State-Arbeit



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 Herkunfts Familie

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

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 Herkunfts familie (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 Paars 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

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

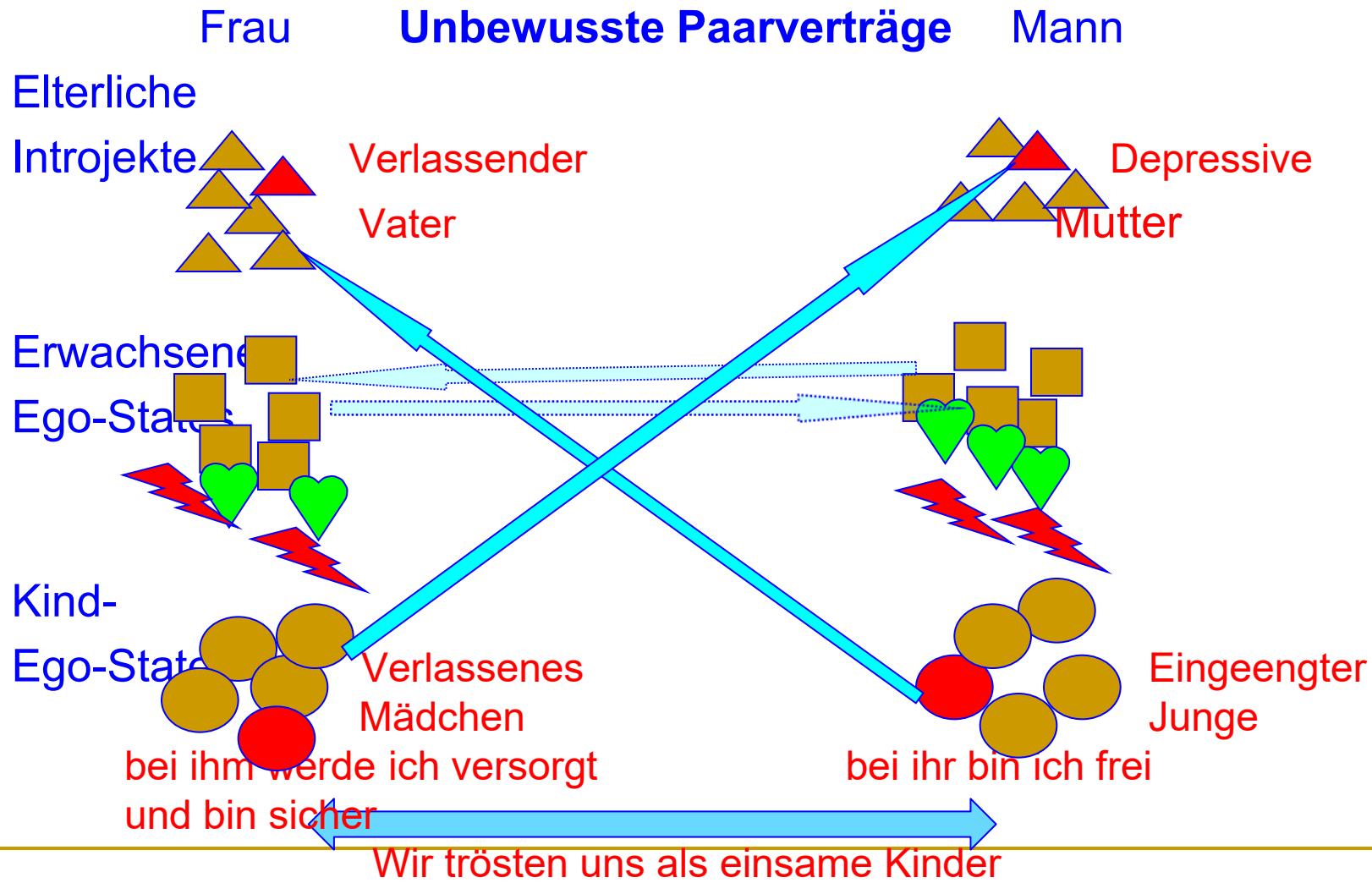
KI-KI-Vertrag – Nähe- und Verbundenheitsvertrag = Hänsel- und Gretel Vertrag

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

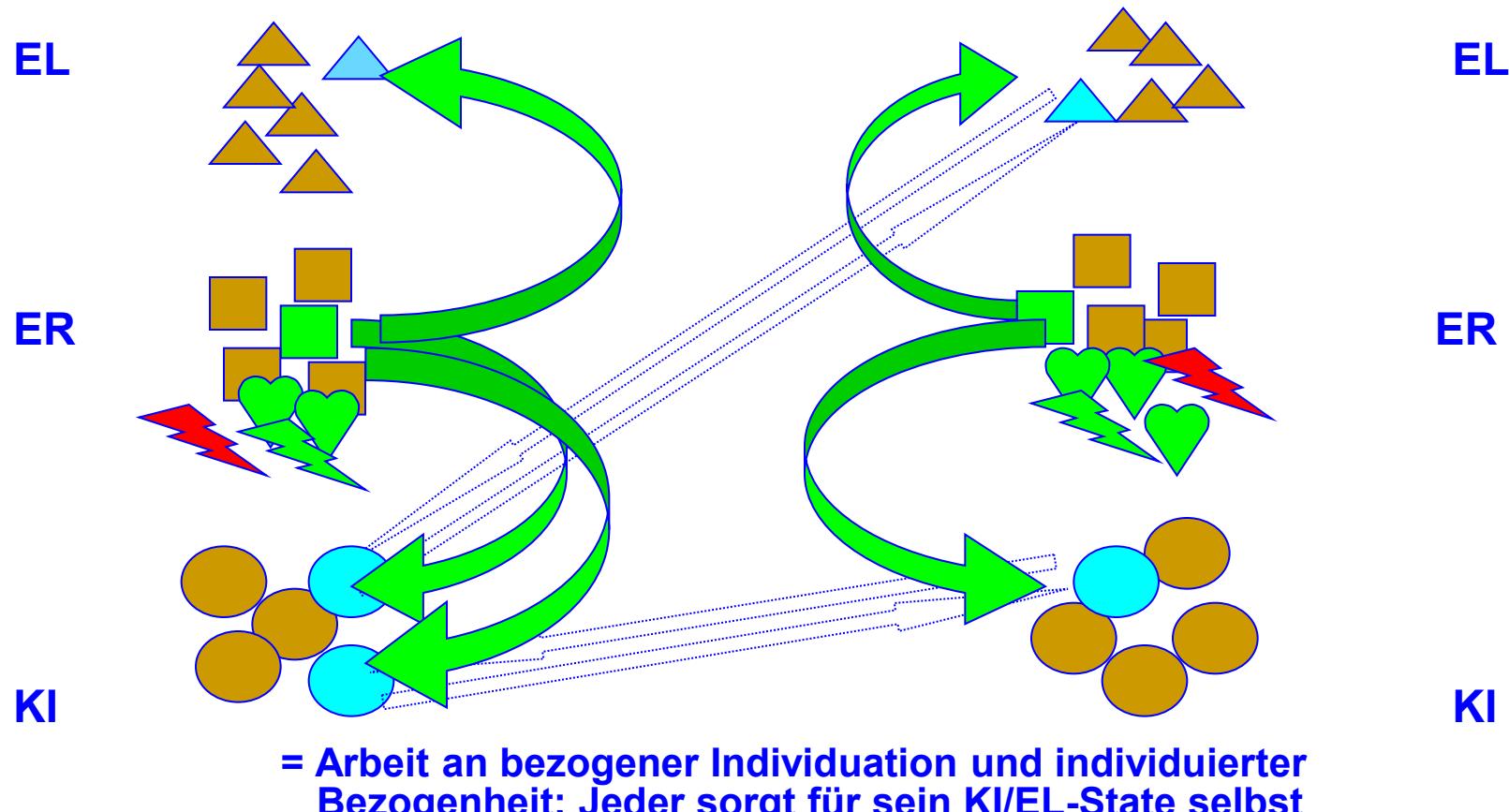
Ziel: Lösung dieser Paarverträge zwischen den KI/EL-Ego-States und neuer Paarvertrag auf zwischen ER-Ego-States

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



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

Verclinchtes Paar mit zwei streitenden Kindern:



Schlüsselfragen bei Streit und Eskalationen bis zur Gewalt:

- Um welches Bedürfnisse kämpfen die KI-Ego-States?
- Mit welchen untauglichen Kind-Strategien von Abwehr und Angriff kämpfen die Partner um die Bedürfnisse?

→ in den kämpfenden KI die verletzten und bedürftigen KI sehen!

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

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



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

!!! Gleichrangige Einzelarbeit an KI-Ego-States der beiden Partner (parallel oder nacheinander):

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 Kindheitsszene oder als Einzelbild des KI: „Ich sehe/spüre das verletzte/bedürftige Kind in mir.“
- Das Kind achtsam und einfühlsam in seinen Gefühlen wahrnehmen
- !!!Auch PartnerIn das Kind wahrnehmen/sehen lassen: „Ich sehe das verletzte/bedürftige Kind in dir.“

!!! bei Traumatisierung des KI: keine Imagination, nur Gespräch!



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 ...



© anja-kolberg.de

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

3. Das eigene verletzte/bedürftige 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 und an heilsamen Entwicklungsort bringen – dort es heilend versorgen!



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-State: „Und deshalb sorge ich auf in Zukunft für das Kind in mir selbst“
- Konkrete Auswirkungen: „Du wirst das daran merken, dass ich für meine Kind-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

!!! Gleichrangige, parallele Einzelarbeit an EL-Ego-States der beiden Partner

Ziel:

- **Einsicht und Entschuldigung durch EL- Ego**
- **!!! Bei traumatisierenden EL-Ego: Begrenzung, Depotenzierung und Distanzierung des EL-Ego durch starkes ER**

!!!Keine Einzeltherapie des EL-Ego-State

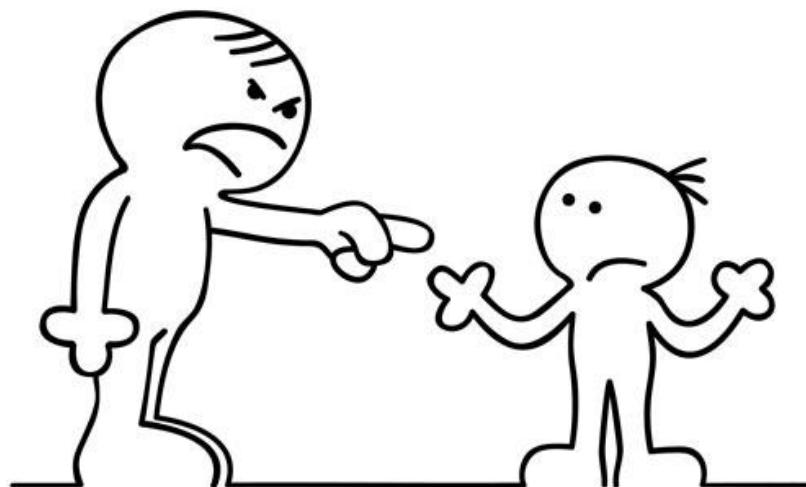
Achtung! Wenn nicht mit den EL-Ego-States gearbeitet wird, ist die Arbeit mit den KI-Ego-States nicht hilfreich bzw. destruktiv, EL weiter destruktiv wirkt gegen KI und PartnerIn

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

1. Stärkung des ER für Klärungsarbeit mit EL

- 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 sicherer Ort bringen und Helferfiguren für ER



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**)
- Kontaktaufnahme aus **ER** zu EL-Ego-State

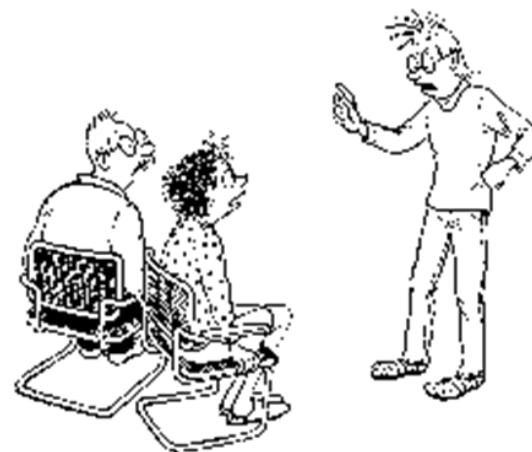
3. Klärungs- und Konfliktarbeit mit EL:

- Respekt vor der Geschichte des EL-Ego-States, aus der sein Verhalten gegenüber KI-Ego-State verstehtbar wird
 - Konfrontation des EL mit seinem Verhalten gegenüber KI-Ego-State
 - Benennung der Verantwortung des EL für dessen Verhalten
 - Bei Einsicht, Empathie und Bedauern: Entschuldigung annehmen
- !!!Bei traumatisierenden EL: Klar und eindeutig Begrenzen und Depotenzieren des EL

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

- 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 und Containment an „Verwahrt“



Aus: Kooperation-mediation.de

Imagination: Klärungsarbeit mit EL-State aus ER

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 begrenze den Einfluss meiner Mutter/Vaters, so dass sie nicht in unsere Beziehung wirken.“
- Konkrete Auswirkungen benennen: „Du wirst das daran merken, dass ich z. B. dich respektiere/schätze.“
- Klären beim Gegenüber, ob PartnerIn, das so annehmen kann
- Bitte an Partner: „Unterstütze mich bitte, wenn ich mich mit meiner Mutter/Vater auseinandersetze.“ (**= Unterstützungsvertrag!**)



Aus: fotolia.de

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



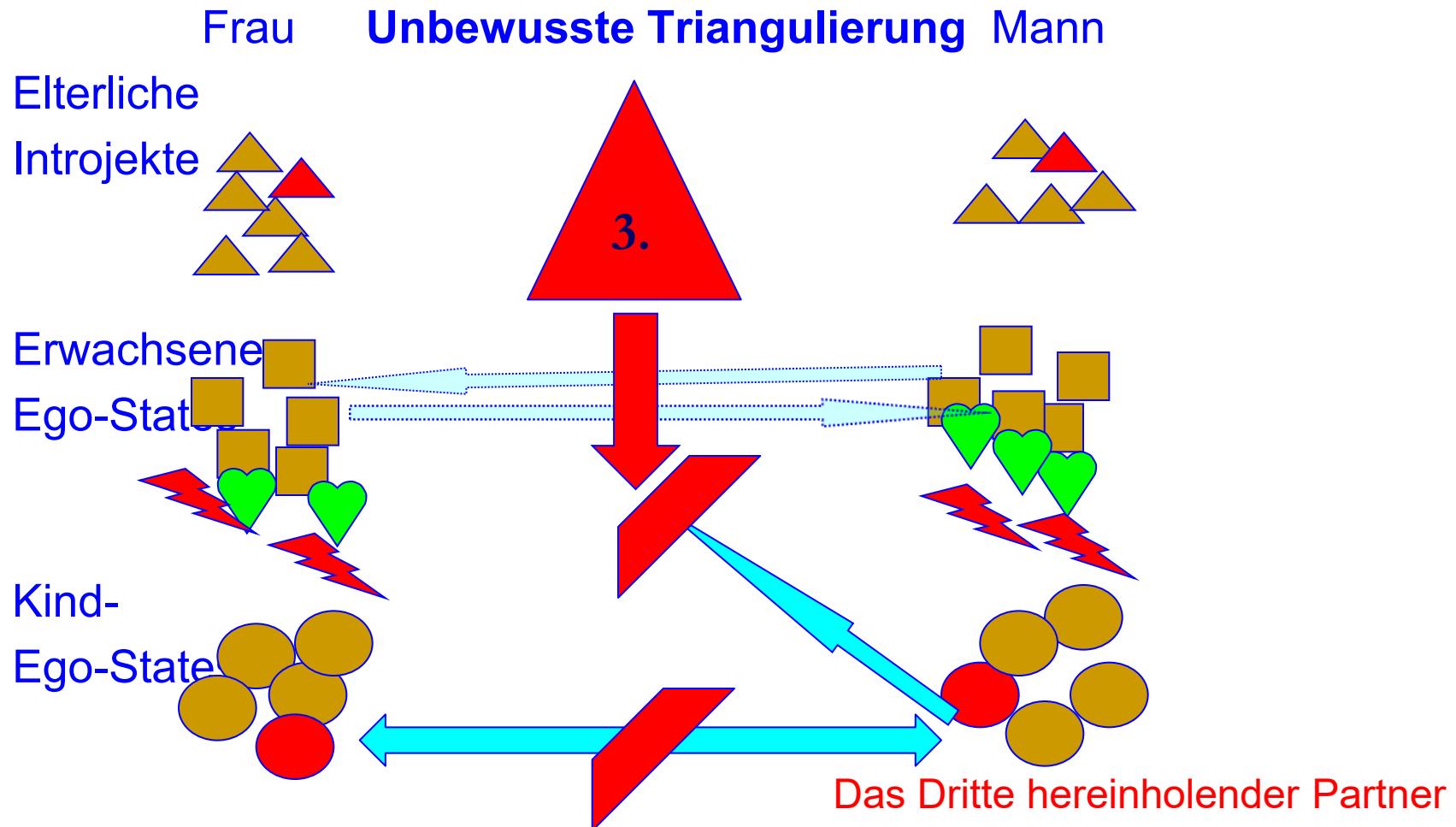
Bild: Thomas Weiss Pixelio.de

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

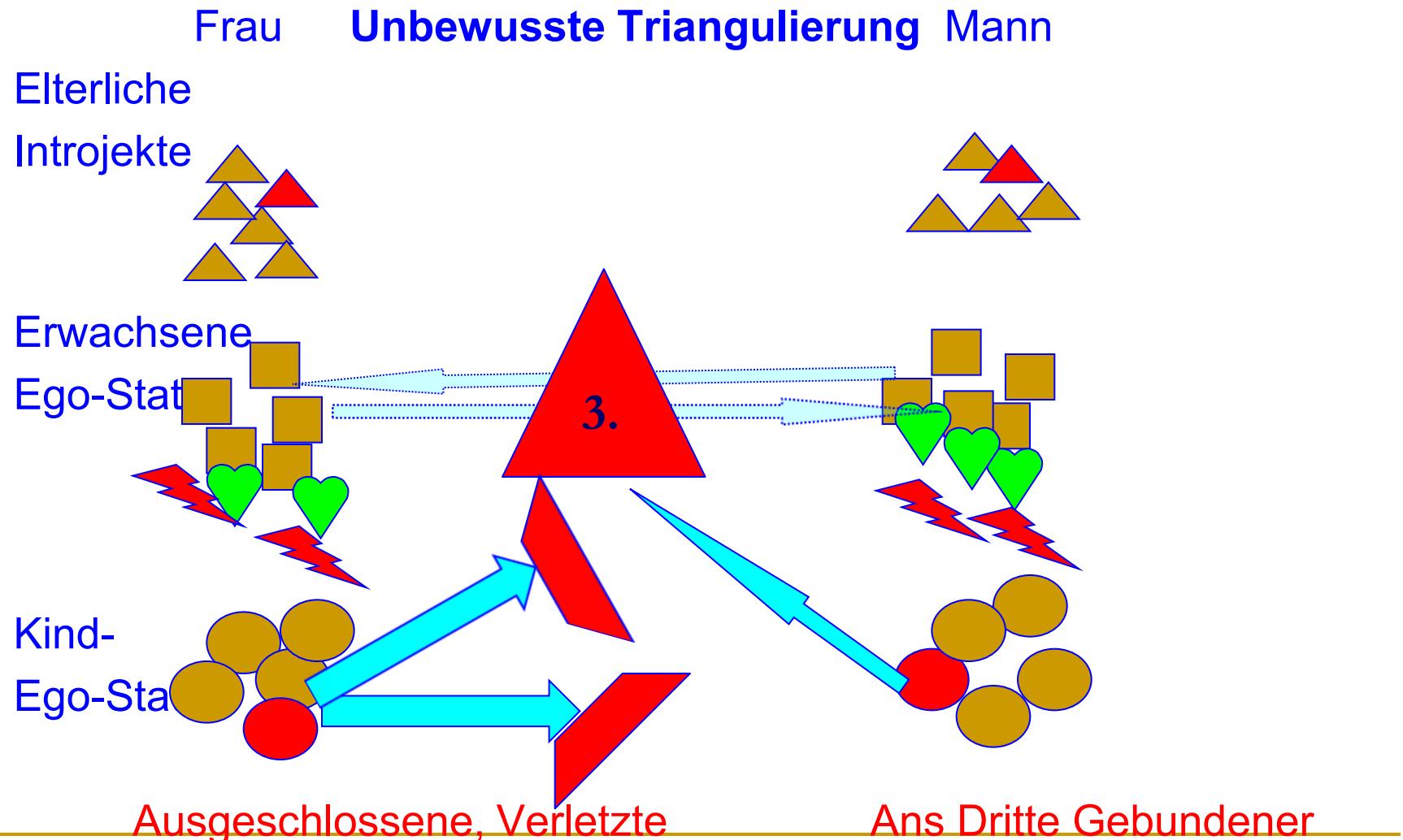
Arbeit am eigenen Fall: Welche Triangulierungen gibt es?

Oder: Imagination des Paares auf Innere Bühne mit einem Dritten

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



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

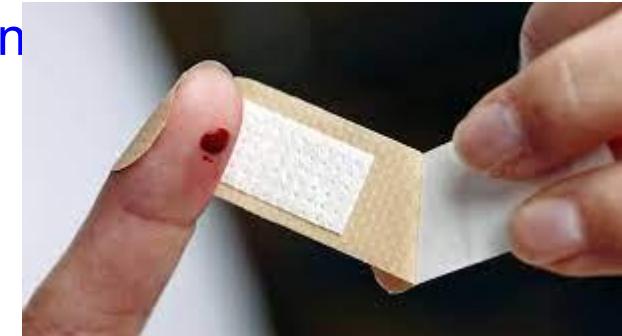


VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paarsituationen

Lösungsschritte bei ubw Triangulierung:

1. Arbeit mit dem Ausgeschlossenen/Verletzten

- Klären, welche ER-Enttäuschungen/Verletzungen es gibt
- Klären, welche KI-Ego-States getriggert wurden
- Die ER-Verletzungen/Enttäuschung versorgen
- Verletzte KI versorgen (heilsamer Ort)
- Klären, ob und wann ein Verzeihen aus ER möglich ist



Aus: ndr.de

2. Arbeit mit dem ans Dritte Gebundenen

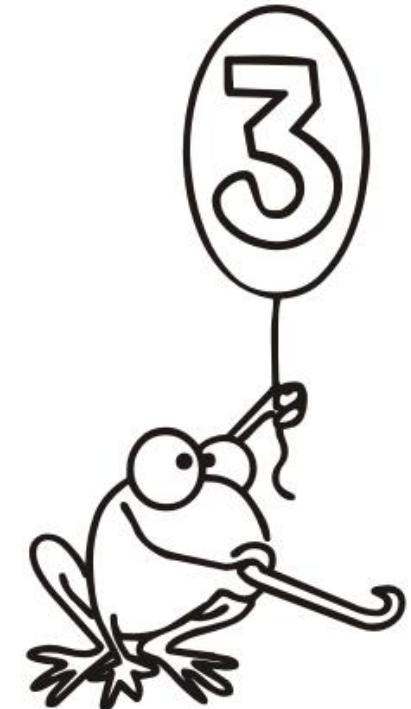
- Klären, welche ER- und bes. welche KI-Bedürfnisse an das Dritte gerichtet werden
- Klären, welche ER- und KI-Bedürfnisse nun selbst erfüllt werden

VII. Ego-State-Paartherapie: Komplexe Paarsituationen

- Klären, welche ER- und KI-Bedürfnisse unerfüllt bleiben und verabschiedet werden müssen.
- Verabschiedung des Dritten auf ER- und bes. auf KI-Ebene

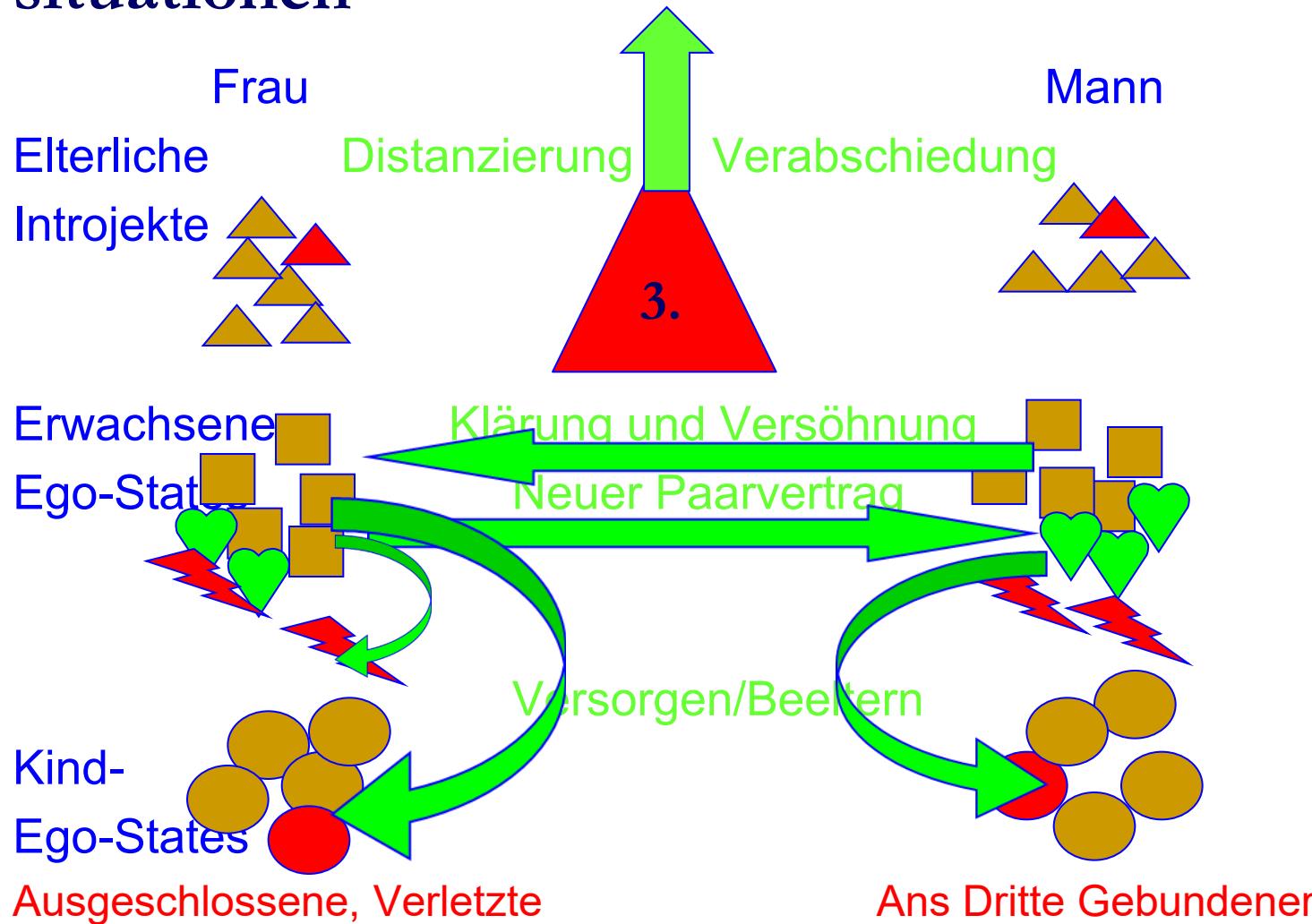
3. Arbeit auf der Paarebene

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

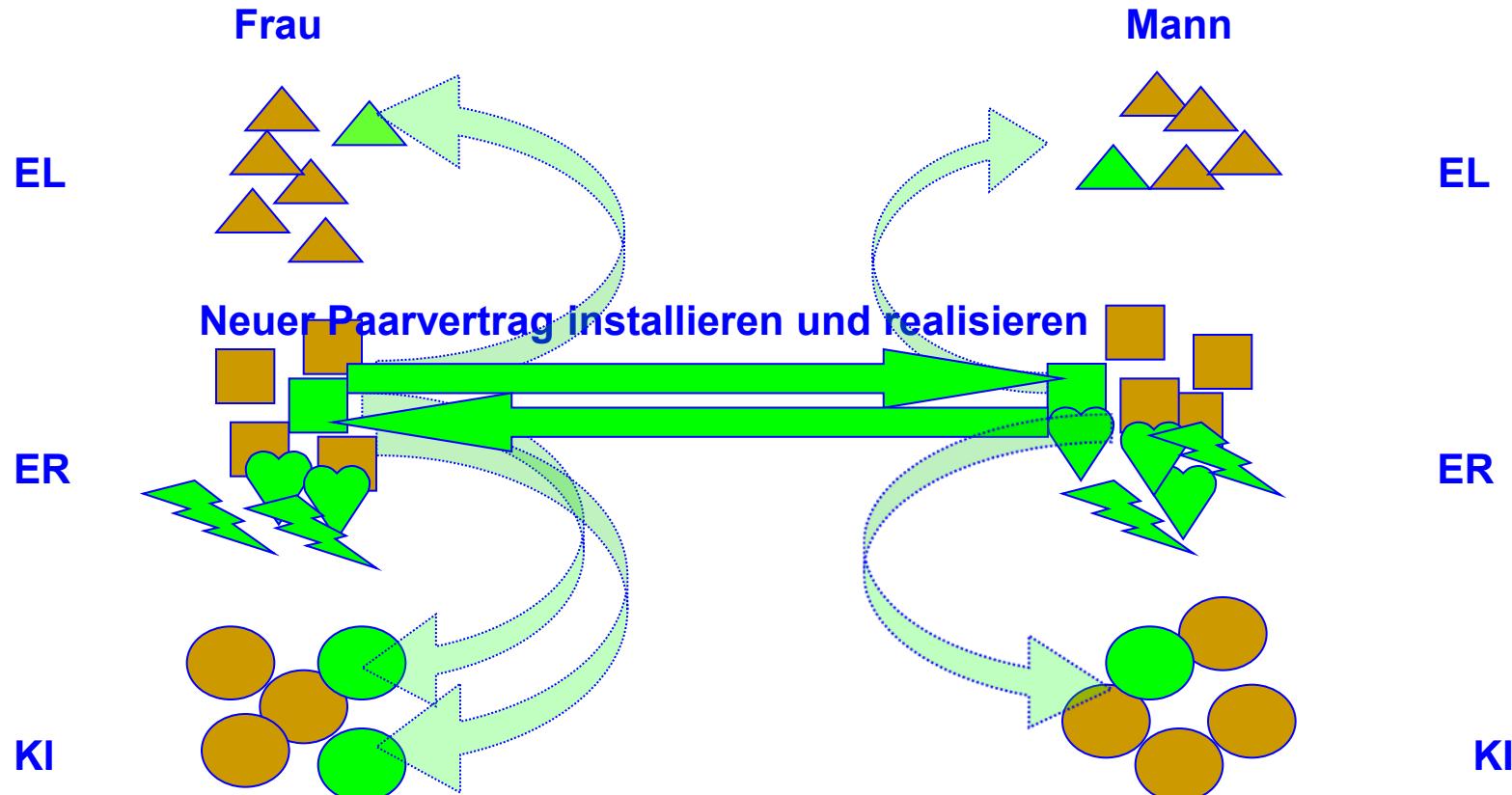


www.Ausmalbilder.eu

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



VIII. Installation und Realisierung eines neuen Paarvertrages



Imagination: Symbol für neuen Paarvertrag

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



Werbeblock

Roland Kachler

Die Therapie des Inneren Kindes

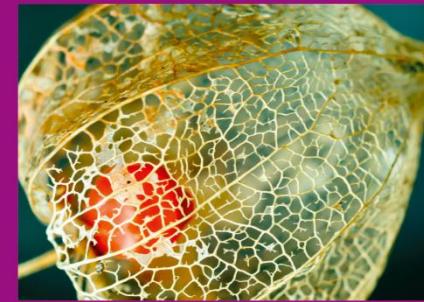
Konzepte und Methoden
für Beratung und Psychotherapie



Roland Kachler

Psychotherapie bei Komplextraumata

Depotentierung des Inneren Täters
und Heilung der Traumawunden



Roland Kachler

Trauer tut weh

Der Körper im Trauerprozess und
in der Trauerbegleitung

