



SKRIPT ZEITMUSTER  
VON THOMAS LORENZEN

# Zeitmuster, Sagenfiguren und Prozess

<b>Zeitmuster</b>	<b>Sagenfigur</b>	<b>Prozess</b> <small>(nach Kahler)</small>
„Nie...!“	Tantalus	Fängt nicht an; kommt nirgendwo an.
„Immer...!“	Arachne	Bleibt, selbst wenn Situation negativ ist.
„Bis...!“ „Erst wenn, dann...“	Iason und Herakles	Redet in Schachtelsätzen.
„Danach...!“ „Da kommt was nach!“	Damokles	Sagt etwas Positives und hängt dann ein ABER an.
„Immer wieder...!“ „Beinahe...!“	Sisyphos	Nimmt Feststellungen im Nachhinein zurück. Nimmt sich keine Zeit zum Genießen.
„offenes Skript“ „Ich weiß nicht was...!“	Philemon und Baucis	Tragisches Ende eines Danach-Musters.

# Nie - Skriptmuster

- Tantalus steht bis zu den Knien im See und sieht herrliche Früchte über ihm hängen. Er ist verdammt, Durst und Hunger zu leiden. Wenn er sich bückt, um zu trinken, schwindet das Wasser. Wenn er sich hochreckt, um nach den Früchten zu greifen, schnellen die Äste hoch.
- Die „Eltern“ haben verboten, zu genießen, wonach einem der Sinn steht.
- Jemand fürchtet die Dinge, die er gleichzeitig begehrt.



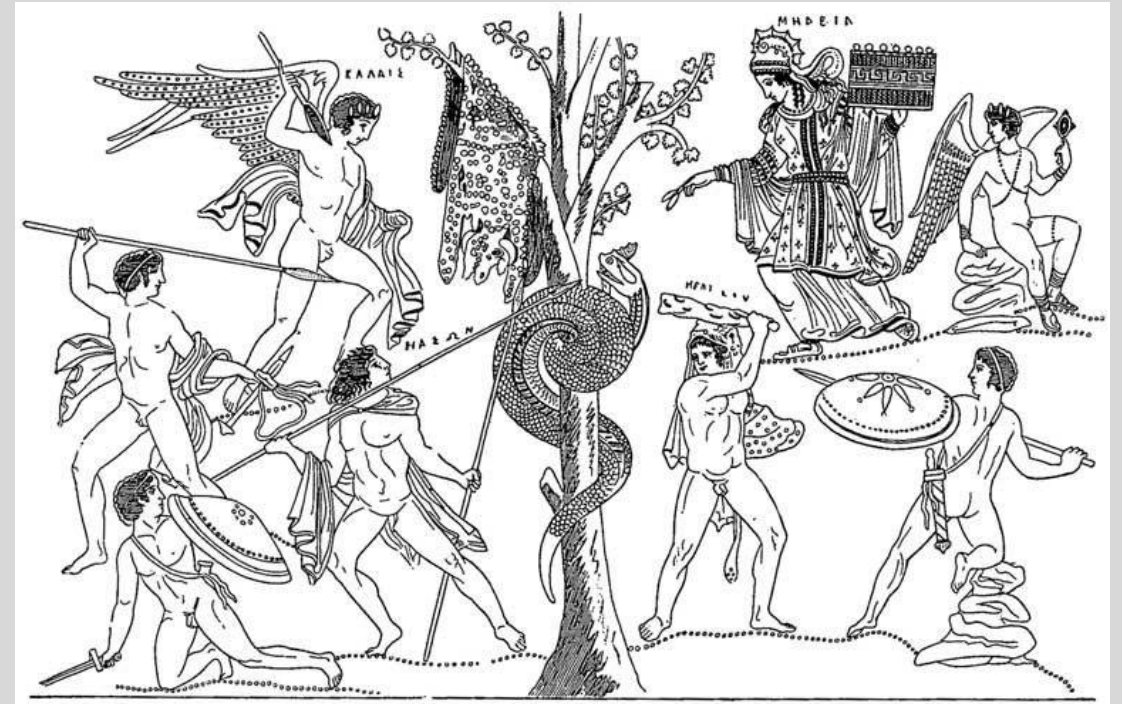
# Immer - Skriptmuster

- Arachne wagte es, Athene in der Kunst des Webens zum Wettkampf herauszufordern und wurde von dieser zu Strafe für dieses Wagnis in eine Spinne verwandelt. Sie war fortan gezwungen, unaufhörlich immer Netze zu knüpfen.
- Elterliche Botschaft: „Wenn es das ist, was Du willst, so kannst Du den Rest des Lebens damit verbringen.“
- Die Kinder werden wegen eines „Vergehens“ aus dem Haus geschmissen und müssen es immer weiter machen.



# Erst wenn, dann... - Skriptmuster

- Iason und Herakles waren griechische Helden, denen schwierige Aufgaben auferlegt waren, ehe sie dann erhalten sollten, was ihnen gebührte.
- Elterliche Botschaft: Ja kein Vergnügen! „Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!“
- Jemand kommt dadurch nicht wirklich zu dem, was er eigentlich will.



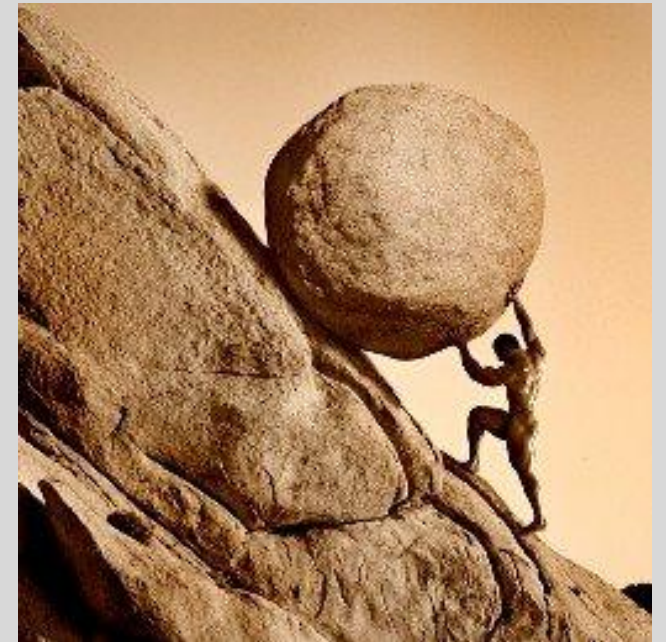
# Danach - Skriptmuster

- Damokles (Höfling) wollte einmal das Glück eines Herrschers von Syrakus genießen. Es wurde ihm von seinem Gönner Dionysos, dem Tyrann von Syrakus, gewährt. Damokles wurde mit allem möglichen Luxus umgeben, aber über ihm hing ein scharfes Schwert an einem Pferdehaar, um die Gefahr zu veranschaulichen, in der ein solcher Herrscher ständig schwebte.
- Elterliche Botschaft: „Du wirst für Deine Lust bestraft!“
- Jemand kann das, was an Lust da ist, nicht wirklich genießen.



# Immer und Immer wieder - Skriptmuster

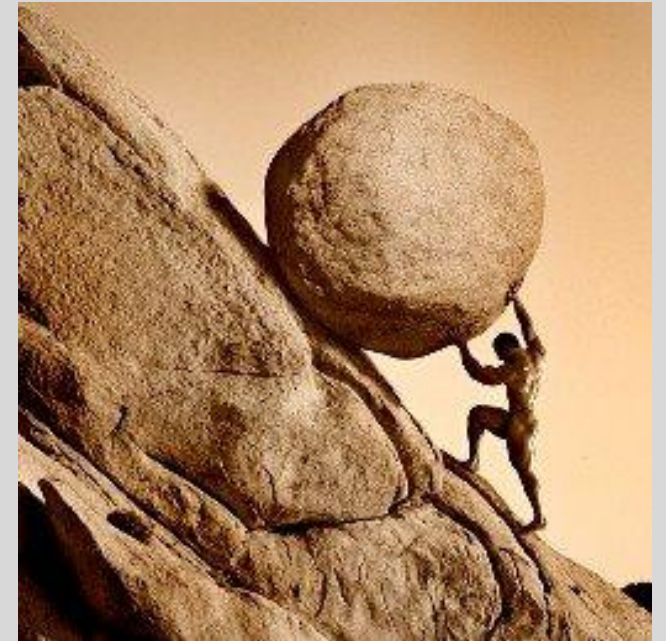
- In der Unterwelt war Sisyphos aufgetragen worden, mit größter Anstrengung einen Felsbrocken einen Hügel hinauf zu wälzen. Jedes Mal, wenn er den Gipfel beinahe erreicht hatte, rollte der Brocken wieder herunter.
- Elterliche Botschaft: „Streng Dich an, Du schaffst es nicht!“
- Jemand gibt sich große Mühe und bricht vor dem Ziel ab.



# Immer und Immer wieder – Skriptmuster II

(nach Kahler 1975)

- Jemand rollt einen Felsbrocken den Hügel hinauf und erreicht den Gipfel. Sofort sieht er den nächsten Gipfel und spurtet los, ohne seinen Erfolg zu feiern.
- Elterliche Botschaft: „Genieße den Erfolg nicht!“
- Jemand ist erfolgreich und genießt es nicht.





# Offenes Ende - Skriptmuster

- Philemon und Baucis, 2 alte fromme Leutchen, wurden von den Göttern, die sie einmal – ohne sie zu kennen – gastfreundlich aufgenommen hatten, nach ihrem Tod in Lorbeerbäume verwandelt.
- Berne interpretiert dies so, als stünden sie nun ohne wirklich zu leben herum.
- Elterliche Botschaft: „Wenn Du all das gemacht hast, was wir Dir aufgetragen haben, hat das Leben keinen Sinn mehr und Du weißt nicht, was Du tun kannst!“
- Jemand hat keine Aufgabe mehr, nachdem das Skriptmuster ausgelaufen ist.



# Hintergrund der Zeit - Skriptmuster

- Skriptverhalten beinhaltet Illusionen.
- Bei allen Mustern fehlt es an Gelassenheit und Besonnenheit.
- Magische Ideen und damit Angst und Schrecken vor Lust und Genuss bestehen.
- In den griechischen Sagen sind die genannten Situationen Strafen dafür, sich mit den Göttern auf eine Stufe zu stellen.
- Die Auflösung des Themas „Maß“ erfordert Erdung der Sinne, Gelassenheit, Werteentwicklung und Besonnenheit.
- Skriptauflösung → Desillusionierung?

# Literatur

- Berne, E. (1975), Was sagen Sie, nachdem Sie Guten Tag gesagt haben. München Kindler
- Schlegel, L. (1995), Die Transaktionale Analyse, Tübingen und Basel, A. Francke Verlag
- Kahler, T. (1975), Scripts: Process and Content, TAJ 5, S. 277
- Schneider, J. (2001), Von der Kunst erwachsen zu handeln. ZTA 4, 2018, Junfermann, Paderborn, S. 148-164