

Sandra Lahme

**Das Prinzip der ewigen Wiederkehr...**  
Über die Praxis der Überwindung  
des ewig Wiederkehrenden nach dem Konzept  
der 'Psychogenetik' von Anne Teachworth

in: Klaus Lumma (Hrsg.):  
Mediation Psychogenetik und Verwandtes  
Zur Methodenvielfalt beim Beraten  
HJB 2/2002 Seite 72 - 80

IHP Manuskript 1412 F \* ISSN 0721 7870

---

**IHP Bücherdienst**

Schubbenweg 4 \* 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 \* Fax 02403 20447

eMail office@ihp.de internet [www.buecherdienst.ihp.de](http://www.buecherdienst.ihp.de)



Sandra Lahme

## Das Prinzip der ewigen Wiederkehr<sup>1</sup>...

### Über die Praxis der Überwindung des ewig Wiederkehrenden nach dem Konzept der Psychogenetik® von Anne Teachworth

#### Zusammenfassung

*In diesem Beitrag zum Thema DAS PRINZIP DER EWIGEN WIEDERKEHR ... werden die theoretischen Hintergründe sowie die praktischen Verläufe des Beratungsansatzes PSYCHOGENETIK® der amerikanischen Gestalttherapeutin Anne TEACHWORTH, Gründerin und Leiterin des Gestaltinstitute New Orleans/ New York vorgestellt.*

*Es werden Wege aufgezeigt, die den TEUFELSKREIS GENERATIONSÜBERGREIFENDER MUSTER durchbrechen können, ohne seine Teile auslöschen zu wollen. Die bewegte Polarität unseres Denkens, Fühlens und Handelns wird in der PSYCHOGENETIK als Bestandteil der Neustrukturierung von Erinnerungen gewürdigt. In solcher Würdigung, nicht in Wertung, liegt die Möglichkeit immer wieder neu entstehender, strukturierender Bewegung.*

**Das größte Schwergewicht.** – *Wie, wenn dir eines Tages oder Nachts ein Dämon in deine einsamste Einsamkeit nachschliche und dir sagte: „Dieses Leben, wie du es jetzt lebst und gelebt hast, wirst du noch einmal und noch unzählige Male leben müssen; und es wird nichts Neues daran sein. // Die ewige Sanduhr des Daseins wird immer wieder umgedreht – und du mit ihr, Stäubchen vom Staube!“ – Würdest du dich nicht niederwerfen und mit den Zähnen knirschen und den Dämon verfluchen, der so redete? Oder hast du einmal einen ungeheueren Augenblick erlebt, wo du ihm antworten würdest: „Du bist ein Gott, und nie hörte ich Göttlicheres!“ Wenn jener Gedanke über dich Gewalt bekäme, er würde dich, wie du bist, verwandeln und vielleicht zermalmen; die Frage bei allem und jedem: „Willst du dies noch einmal und noch unzählige Male?“ würde als das größte Schwergewicht auf deinem Handeln liegen!*

Friedrich Nietzsche: Fröhliche Wissenschaft 341

<sup>1</sup> Dieser Titel ist inspiriert durch Friedrich Nietzsche, der von der Wiederkehr des ewig Gleichen spricht. Die Verfasserin nutzt diesen Titel jedoch in einem etwas anderem Verständnis, als Nietzsche die Wiederkehr des ewig Gleichen versteht. Vgl. dazu: Nietzsche, Friedrich: Die fröhliche Wissenschaft. Werke in drei Bänden. 2. Bd., Carl Hanser Verlag, München 1954; Nietzsche, Friedrich: Also sprach Zarathustra. (Ebd.). Ich empfehle außerdem: Yalom, Irvin D.: Und Nietzsche weinte. btb/Goldmann Verlag, München 1996; Ross, Werner: Der ängstliche Adler. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1999\*.

## ■ Einführung

**A**nne TEACHWORTH ist Direktorin des Gestalt Institutes von New Orleans, Louisiana, USA, das sie im Jahr 1976 gründete. 1977 begann sie bei dem Mitbegründer des Neurolinguistischen Programmierens, Richard BANDLER, dasselbe zu studieren. Seit mehr als 20 Jahren trainiert und supervidiert Anne hunderte von Menschen aus dem Bereich der psychischen Gesundheit, in der Kunst, der Theorie, der Geschicklichkeit und der Ethik von Beratung (des Counseling). Zusätzlich betrieb sie eine private Praxis in New Orleans für die letzten 25 Jahre. Diese Praxis besteht auch heute noch. 1998 wurde sie in die Amerikanische Vereinigung für Psychotherapie aufgenommen.

Anne begann im Jahr 1980 Flirtkurse zu leiten. 1987 brachten sie und Richard BANDLER eine NLP Videoaufnahme mit dem Titel „Die Kunst des Flirtens“ (*The Art of Flirtation*) heraus.

**E**s war Anne's Arbeit mit Singles, die sie dazu führte, mehr über die Attraktions- und Auswahlmuster der Menschen herauszufinden, die PSYCHOGENETIK® zu entwickeln und das Buch „*Why we pick the mates we do*“ zu schreiben. Dieses Buch ist 1997 in 1. Auflage, 1999 in 4. Auflage erschienen und wird 2003 in deutscher Sprache veröffentlicht.

Sie arbeitet jetzt mit den Menschen „**von der Auswahl zur Lösung**“ (**from Selection to Solution**), um deren Beziehungen zu verbessern. Anne gestaltete ein Kapitel des Buches „*A Living Legacy to Fritz and Laura Perls*“, welches 1996 herausgegeben wurde. Dieses Buch beinhaltet Gestaltfallarbeiten und der Titel des Kapitels von Anne lautet „*Three Couples Transformed*“ (*Drei veränderte Paare*).

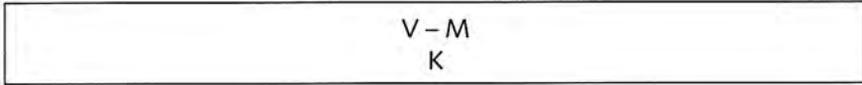
Ihre Veröffentlichung „*History Repeats itself*“ (*Die Geschichte wiederholt sich immer wieder*) wurde 1999 in den Vereinigten Staaten und auch in Deutschland publiziert. (s. Klaus LUMMA: OrientierungsAnalyse, Biographisches Lernen in Beratung, Therapie und Weiterbildung, Eschweiler (IHP Bücherdienst) 2/1999. – Anne Teachworth: *Die Geschichte wiederholt sich immer wieder*, Tonband-Kassette in Deutsch, gesprochen von IHP Gruppe, New Orleans/New York (Gestalt-Institute-Press) 1998.)

**I**n der Paarberatung spezialisiert, leitet Anne Beziehungsworkshops überall in den Vereinigten Staaten und in Europa. Neben New Orleans, leitet sie Workshops in New York City am Beziehungszentrum (The Relationshipcenter), am Gestaltinstitut von Santa Cruz und San Francisco in Kalifornien und dem Institut für Humanistische Psychologie in Deutschland.

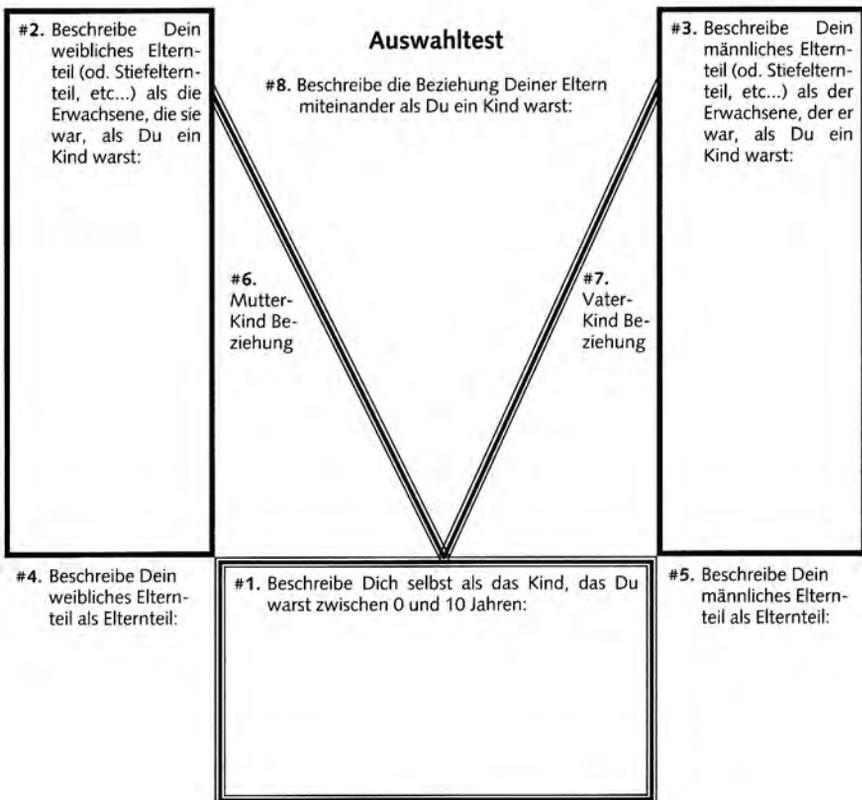
Zu Beginn dieser Einführung in das Praxiskonzept der PSYCHOGENETIK® von Anne TEACHWORTH, möchte ich mich, um einen Bogen zu schlagen, auf den vorangehenden Aufsatz von Klaus Lumma beziehen und eine kurze Passage daraus zitieren. Diese Passage gibt den **Ausgangspunkt** der Praxisarbeit von Anne TEACHWORTH wieder:

## ■ Ausgangspunkt der Psychogenetik®

„**E**ntscheidend für die Entwicklung des Menschen ist demnach nicht sein persönliches Beziehungsverhältnis zur Mutter oder zum Vater als Individuum, sondern entscheidend für Entwicklung und späteres Verhalten scheint des Kindes emotionale Beziehung zu der Beziehung der Eltern zu sein, also nicht zu den Eltern in ihren Rollen als Mutter und Vater, sondern zu dem, was sich zwischen Vater und Mutter als Erwachsenen abgespielt hat. Es geht also ums DA-ZWISCHEN“. (siehe Klaus LUMMA: „Über Generationen hinaus“, in diesem Buch)



**W**enn ein Paar zur Beratung kommt, werden beide Partner zunächst dazu aufgefordert den „Fragebogen zur Herkunftslogik“ auszufüllen. Dieser beinhaltet Fragen zur Kindheitsgeschichte, wie sie damals war. Im Buch „Why we pick the mates we do“ geht diesem Fragebogen der „Auswahltest“ voran, welcher durch den „Fragebogen zur Herkunftslogik“ ergänzt wird.



## Fragebogen zur Herkunftslogik

1. Notiere Charakterzüge von dir selbst als Kind aus der Zeit zwischen Geburt und 12. Lebensjahr.
2. Notiere Charakterzüge deiner Mutter als Erwachsene, wie du sie aus jener Zeit erinnerst, als du noch Kind warst. Es geht um deine Mutter in Beziehung zu anderen Erwachsenen, nicht um die Beziehung von deiner Mutter zu dir als Kind.
3. Notiere Charakterzüge deines Vaters als Erwachsener, wie du ihn aus jener Zeit erinnerst, als du noch Kind warst. Es geht um deinen Vater in Beziehung zu anderen Erwachsenen, nicht um die Beziehung von deinem Vater zu dir als Kind.
4. Notiere, wie deine Eltern einander behandelten, was sie füreinander empfanden, wie sie ihre gemeinsame Zeit verbrachten, was sie füreinander taten, wie sie zu sich selbst, wie zu ihrem Partner standen.
5. Beschreibe deine Beziehung zu deiner Mutter, als du noch ein Kind warst.
6. Beschreibe deine Beziehung zu deinem Vater, als du noch ein Kind warst.
7. Werte die beobachteten Beziehungs-Interaktionen mit Plus oder Minus, um deine persönliche Erfahrung mit den verschiedenen Beziehungen zu beschreiben.  
Es geht um:   deine Beziehungs-Interaktionen mit Mutter  
                  deine Beziehungs-Interaktionen mit Vater  
                  Beziehungs-Interaktionen zwischen deiner Mutter und deinem Vater
8. Welchen Elternteil mochtest du lieber? Markiere den Namen dieses Elternteils mit einem Häkchen. Den des weniger geliebten Elternteils markiere mit einem ✖.
9. Liste den/die Namen deiner Partner oder Expartner in chronologischer Reihenfolge auf. Setze neben die jeweiligen Namen deiner Partner / Expartner ein **M** oder ein **V**, um deutlich zu machen, welchem Elternteil deine Partner / Expartner jeweils am ähnlichsten waren.
10. Schreibe auf dem Auswahltest deinen Namen auf die gegengeschlechtliche Seite.
11. Untersuche, ob deine Beziehung zu einem deiner Lebensgefährten der Beziehung deiner Eltern untereinander ähnelt. Vergleiche die Verhaltensweisen, die Interaktionsmuster deiner Eltern untereinander mit den Rollen, die du und dein Lebensgefährte miteinander spielen.
12. Sieh den gesamten Fragebogen nochmals durch, und suche nach
  - \* Ähnlichkeiten und Wiederholungen,
  - \* zeitlich ähnlichen Abläufen und altersspezifischen Ereignissen,
  - \* Anzahl der Ehen in deiner Familiengeschichte,
  - \* Anzahl und Geschlechter der Kinder,
  - \* Eigenarten der Lebensstile,
  - \* Missbrauch

Du entdeckst dabei die in dein Unterbewußtes einprogrammierten Verhaltensmuster der Familiengeschichte, die sich bis auf den heutigen Tag immer wieder mal wiederholt, ohne daß du es willst.

**B**ei der Bearbeitung derselben ist besonders zu beachten, gerade hinsichtlich des Ausgangspunktes der PSYCHOGENETIK®, daß es einen Unterschied gibt bezüglich der Beschreibung von Vater und Mutter, wie sie **als Elternteile** für das Kind auftauchten und der Beschreibung des Aussehens, der Persönlichkeit und des Verhaltens von Vater und Mutter, wie sie **als erwachsene Personen** in Beziehung **zueinander** vom Kind erlebt wurden.

Wichtig ist diese Unterscheidung, da wir in der Betrachtung des Verhaltens der Eltern mit- und zueinander, unser Augenmerk auf die Erwachsenenbeziehung zwischen den Eltern legen. Diese Unterscheidung können wir heute machen, auch wenn wir als Kinder unsere Eltern natürlich meistens nur als Eltern, nämlich in Bezug auf uns als Kind wahrgenommen haben. Nichtsdestotrotz gibt es die Ebene, auf der wir sie in ihrem Verhalten als Erwachsene und in ihrer Beziehung zueinander – unbewußt, vorsprachlich – als Model für unser jetziges Verständnis von Beziehung wahrnehmen mußten. Diese un-

bewußten, vorsprachlichen Gefühle in Bezug auf die **Erwachsenenbeziehung unserer Eltern** gilt es dadurch hervorzuholen, auf unsere heutige Beziehung zu transferieren und zu transformieren.

Hinzufügen möchte ich in diesem Zusammenhang noch, daß das Beziehungsmodell nicht unbedingt an die leiblichen Eltern geknüpft ist. Es können auch andere Modelle dafür herangezogen werden, z.B. Adoptiveltern, Großeltern, wenn das Kind mehr dort, als bei den leiblichen Eltern aufgewachsen ist. Nichtsdestotrotz, so Anne TEACHWORTH, haben wir in unserer Phantasie immer auch ein Modell unseres Wunsch-Elternpaares. D.h. das Adoptivkind, soweit es weiß, daß es adoptiert wurde, hat in seiner Phantasie eine Vorstellung, wie seine wirklichen Eltern gewesen sind. Diese Phantasie läßt sich dann im 2. Schritt der Aufarbeitung von introjizierten Beziehungsrollenmodellen verwenden. Auch wenn das Kind bei einem alleinerziehenden Elternteil aufgewachsen ist, Vater oder Mutter also nicht da waren, hat das Kind in seiner Phantasie eine Vorstellung von demjenigen Elternteil, welcher nicht anwesend war. Es wird ggfs. seine Wünsche und Hoffnungen auf dieses nicht anwesende Elternteil projizieren.

### Die Frage

Der „Auswahltest“ sowie der „Fragebogen zur Herkunftslogik“ wurden von Anne entwickelt, weil sie sich in ihren Einzel- und Paarberatungen immer wieder denselben Fragen ihrer Klienten gegenübergestellt fand, deren Ausgangspunkt sie in der **Herkunftsgeschichte** und dem erlernten **Beziehungsmodell der Eltern** wiederzufinden glaubte.

Diese Fragen lauteten zum Beispiel:

*Gibt es Liebe auf den ersten Blick? – Wie kann ich den Märchenprinzen finden? – Warum verliebe ich mich immer wieder in denselben Typus Frau/Mann? – Warum verändern sich meine Partner, sobald ich Sex mit ihnen hatte, oder eine Beziehung mit ihnen eingegangen bin? – Warum scheint mein Partner nach der Hochzeit ein anderer zu sein? – Warum tue und sage ich Dinge in meiner Partnerschaft, die ich sonst niemals tun oder sagen würde?*

### Die Untersuchung

Anne ging davon aus, daß einige dieser Fragen mit einem romantischen Liebesmodell zusammenhängen, andere mit dem erlernten Beziehungsmodell aus der Herkunftsgeschichte, welches unbewußt nach einem Partner suchte, der in dieses Modell passen würde.

Mit dem „Auswahltest“ und dem „Fragebogen zur Herkunftslogik“ untersuchte sie drei verinnerlichte Interaktionsmuster:

M / K	Das Mutter-Kind-Interaktionsmuster
V / K	Das Vater-Kind-Interaktionsmuster
M – V	Das Mutter-Vater-Interaktionsmuster

Diese drei Interaktionsmuster, geben, nach Anne TEACHWORTH, paarweise entsprechende Glaubenssätze, Erwartungen und Reiz-Antworten wieder, die in der Kindheit als Paar-Beispiele verinnerlicht wurden und sich als fixe „Gestalten“ festgesetzt haben. Sie nennt diese „fixen Gestalten“ **Imprints**.

In der Terminologie anderer Richtungen der Humanistischen Psychologie heißen sie u.a.:

*Introjekte – Gestalttherapie*

*Skript – TA (Transaktionale Analyse)*

*Lebensplan – OA (Orientierungsanalyse)*

*Regeln/Rollenmodelle – Familientherapie*

*Programmierung – NLP (Neurolinguistisches Programmieren)*

Diese wiederum werden heute auf die Leinwand der aktuellen Paarbeziehung projiziert. Dabei geht es darum, daß eines der Elternteile als Inneres Partnerrollenmodell, das andere als das Innere Erwachsenenrollenmodell verinnerlicht wurden. Dabei ist es meist so, daß der Partner einem der Elternteile ähnlicher ist, als dem anderen. Dieser Elternteil wird das verinnerlichte Partnerrollenmodell repräsentieren. Der andere Teil stellt das eigene innere Erwachsenenmodell dar. Es zeigt, wie ich mich in einer Beziehung verhalten werde und wie ich erwarte, daß mein Partner sich verhält. Der Mensch wird, so Anne TEACHWORTH, je nach dem, welches sein Inneres Partnermodell, und welches sein Inneres Erwachsenenmodell ist, unbewußt nach einem Partner suchen, der am besten paßt, um das letzte Interaktionsmuster, nämlich das zwischen Mutter und Vater, wiederzuspiegeln, oder nachzuspielen.

### Die Wahl

**N**ach eingehenden Studien fiel es Anne TEACHWORTH auf, daß die Passung der Interaktionsmuster jedes einzelnen Partners in einer Beziehung schon während der Auswahl des Partners Wichtigkeit hat.

Die Partner suchen sich unbewußt einen Partner aus, der ihre verinnerlichten und von den Eltern gelernten Interaktionsmuster bestärkt und bestätigt. Ich beziehe mich hier nochmals auf den Aufsatz von Klaus Lumma, in dem er sagt, daß die Sicherheit, die die erlernten Beziehungsmuster für das Kind hergeben, auch in der eigenen Partnerschaft gegeben sein muß. (s. Klaus LUMMA: „Über Generationen hinaus“, IHP Manuskript 0122 F, Seite 5.)

### Die Entlastung

**Ü**ber die Entlastung, die wir hinsichtlich der Untersuchung unserer verinnerlichten Interaktionsmuster und auch unserer dementsprechenden Auswahlmuster für einen bestimmten Partner erfahren, wird es in der Beratung leichter, Verständnis und die Bereitschaft zur Veränderung in der Beziehung zu erreichen. Mit diesen Erkenntnissen sind nicht mehr unser Partner, oder unsere Eltern schuld an unserer Misere, sondern es entsteht die Möglichkeit des Abstandnehmens und der Verantwortlichkeit hinsichtlich unseres eigenen Verhaltens und seiner Veränderung.

In der Gestaltarbeit ist es ja oft der Fall, daß wir mit Personen im leeren Stuhl arbeiten, die gar nicht mehr da sind, an denen der Klient jedoch immer noch emotional hängt. Hier gilt es immer wieder zu verdeutlichen, wie viele Möglichkeiten die Übernahme von Verantwortung für das eigene Verhalten und Fühlen eröffnet, denn für die meisten Menschen ist es immer noch leichter, die Schuld bei anderen zu suchen, als ihre Sicherheit aufzugeben.

### **Die Methode**

In der Beratung werden die verinnerlichten Interaktionsmuster durch den „Auswahltest“ und den „Fragebogen zur Herkunftslogik“ deutlich gemacht und die „fixen Gestalten“ werden sichtbar. Damit wird es möglich, mit den darunterliegenden Gefühlen zu arbeiten und sie zu verstehen. Es entsteht eine Konfrontation mit der Beziehung der Eltern, so wie wir sie verinnerlicht haben. Die Methode dafür ist das 3-Stuhl-Modell. Dabei werden drei Stühle aufgestellt. Zwei für die Eltern und einer für das Kind. Dies ist der 1. Schritt.

### **Anleitung der 3-Stuhl-Methode**

#### **Von der Untersuchung zur Transformation**

Die Arbeit mit dem Auswahltest und dem Fragebogen zur Herkunftslogik führt zur Zuordnung und Klärung der Begriffe des Inneren Kindes, des Inneren Erwachsenenrollenmodells, des Inneren Partnerrollenmodells, des Inneren Elternrollenmodells, des Inneren Paares und des Selbstgespräches in der eigenen Herkunftsgeschichte.

Mit der Anwendung der 3-Stuhl-Methode rückt vornehmlich die Arbeit mit dem Inneren Paar in den Vordergrund, wobei die anderen verinnerlichten Interaktionsmuster weiterhin als Orientierung dienen.

Ein möglicher Vorschlag zur Anleitung der 3-Stuhl-Methode soll nun beschrieben werden:

- 1) Frage deinen Klienten, eine Zeit mit seinen Eltern zu erinnern, als er ein Kind von zwischen 0 – 12 Jahren war. Laß' ihn die Augen schließen und dorthin gehen. Was und wen sieht er dort? Wie alt ist er? Was fühlt er? Wo im Körper fühlt er dies?
- 2) Einmal dort in der Vergangenheit, laß' ihn erzählen, was er sieht, um ihn herum und besonders seine Eltern. Wie sehen sie aus? Wo sitzen oder stehen sie? Laß' ihn Vater oder Mutter sein (Stuhlwechsel). Laß' ihn diesen Elternteil spielen, in der ersten Person Präsens, so wie er damals war, was er damals gesagt und gefühlt hat.
- 3) In allen drei Stühlen, laß' die Teilnehmenden ihre Gefühle ausleben. Wenn das Elternteil/Kind nicht fühlen will, laß' ihn/es dies ausdrücken. Wenn das Elternteil/Kind in Gegenwart entweder des Kindes, oder/und des anderen Elternteils nicht fühlen kann, setze die Stühle zur Seite, um Sicherheit und Schutz zu gewährleisten. Setze die Stühle wieder hin, wenn die Gefühle ausgedrückt wurden.
- 4) Danach frage jede Person in den Stühlen auf die Gefühle der anderen zu reagieren. Kehre dann zum Stuhl des Kindes zurück und laß' das Kind sich

daran erinnern, wie es sich gewünscht hätte, daß seine Eltern miteinander umgegangen wären, was sie füreinander empfunden, zueinander gesagt hätten. Laß' sich den Klienten dabei zuerst auf den Stuhl seines Inneren Erwachsenenrollenmodells setzen. Dieses muß die Umentscheidung herbeiführen.

- 5) Laß' sich den Klienten jeweils in den Stuhl des Vaters oder der Mutter setzen, je nachdem welcher Elternteil sein Inneres Erwachsenenrollenmodell ist. Dies muß die Entscheidung treffen, etwas an seinem Verhalten ändern zu wollen. Laß' ihn dann beide Elternteile spielen, wie sie sich positiv zueinander verhalten, wirklich miteinander sprechen und zusammen ein gutes Team bilden. Laß' sich den Klienten dann wieder in den Stuhl des Kindes setzen und beobachten und fühlen, was zwischen den Eltern neu passiert.
- 6) Es ist nicht unbedingt nötig, daß das Kind seiner „guten Phantasie“ von der Elternbeziehung glaubt, um sie zu spielen. Es wird glaubhaft, während und nachdem es sie gespielt hat, sie vorgestellt und erinnert hat, nicht vorher.
- 7) Frage deinen Klienten, wie sich das Verhalten der Eltern zu seinen eigenen Partnerinteraktionsmustern verhält, und ob der Klient bereit ist, das neue Innere Erwachsenenrollenverhalten, die neue Entscheidung in seine eigene Beziehung zu tragen und dort zu wiederholen. Wenn der Klient keinen Partner hat, könnte die Neuentscheidung sein, daß er sich überhaupt auf jemanden einläßt, bereit ist, jemanden in seinem Leben zu akzeptieren. Es kann nämlich sein, daß das Innere Erwachsenenrollenmodell sich in der Erinnerung an die Partnerschaft der Eltern entschieden hat, daß keine Beziehung immer noch besser ist, als eine solche Beziehung.

### Die Transformation

**N**ach der Untersuchung der verinnerlichten Interaktionsmuster, wird ein zweiter Schritt in der Transformation des gelernten Rollenverhaltens eingeführt. Die Methode bleibt weiterhin das 3-Stuhl-Modell. Diesmal wird jedoch nicht die Beziehung zwischen den Eltern konfrontiert, so wie sie war, sondern so, wie wir sie uns gewünscht hätten. Damit wird es möglich eine Gefühlskorrektur vorzunehmen und unbefriedigte Bedürfnisse und Wünsche und das Verhalten zu deren Befriedigung zu erfahren. Wir nennen diesen Vorgang **Re-Imprinting, Neu-Prägung**.

### Fazit

**D**as Fazit der PSYCHOGENETIK® ist also, daß wir zunächst nicht unsere aktuelle Beziehung ansehen und darin Unerledigtes und Unbefriedigtes aufarbeiten, sondern die Beziehung unserer Eltern zueinander bearbeiten. Wir lösen also quasi rückwirkend deren Probleme für sie, um unsere Probleme lösen zu lernen. Die Beziehung unserer Eltern steht stellvertretend für unsere Beziehung. Indem wir im Hier und Jetzt etwas Vergangenes klären, was immer noch in unsere Gegenwart und Zukunft wirkt, haben wir die Möglichkeit, den Teufelskreis zu durchbrechen und das Prinzip der ewigen Wiederkehr zumindest bewußt zu machen, möglicherweise es sogar zu verändern.

■ **Literatur**

Lumma, Klaus: *Über Generationen hinaus. IHP Manuskript 0122 F, 2001, in: Lumma, Klaus (Hrsg.): Mediation, Psychogenetik und Verwandtes, Eschweiler (IHP) 2002, Seite 82-90*

Nietzsche, Friedrich: *Also sprach Zarathustra. Werke in drei Bänden. 2. Bd., Carl Hanser Verlag, München 1954.*

Nietzsche, Friedrich: *Die fröhliche Wissenschaft. Werke in drei Bänden. 2. Bd., Carl Hanser Verlag, München 1954.*

Ross, Werner: *Der ängstliche Adler. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1999<sup>4</sup>.*

Schwartz, Theodore: *The Landmines of Marriage – Intergenerational Causes of Marital Conflict. Gestalt Review, 4 (1): 47-62, 2000.*

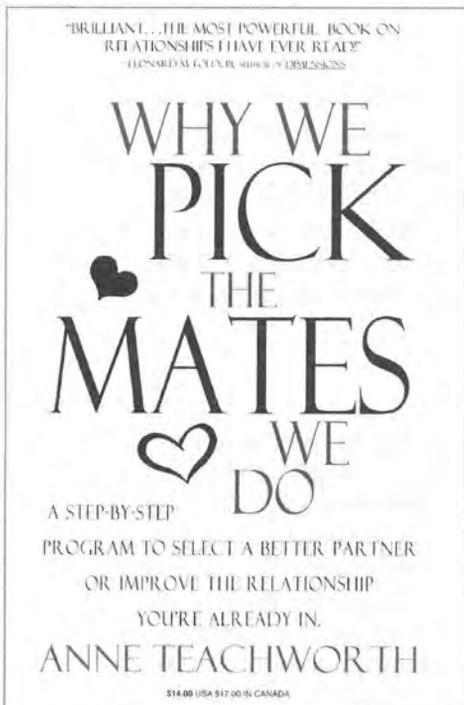
Teachworth, Anne: *Die Geschichte wiederholt sich immer wieder, in: Klaus Lumma, Hrsg.: Orientierungsanalyse. (= History repeats itself)*

Teachworth, Anne: *History repeats itself.*

Teachworth, Anne: *Why we pick the mates we do. The Gestalt Press. Gestalt Institute of New Orleans/New York, Inc. 1999<sup>4</sup>.*

Yalom, Irvin D.: *Und Nietzsche weinte. btb/Goldmann Verlag, München 1996.*

Beitrag für die 14. Jahrestagung des BVPPT e.V.  
Berufsverband für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie  
Professional Association for Counseling, Education & Psychotherapy  
**Thema: Die Geschichte wiederholt sich immer wieder**  
**Wege aus dem Teufelskreis generationsübergreifender Muster**



Anne Teachworth