

Machtvoll zuschauen

Die Rolle der Zuschauenden bei psychologischen Spielen

von Mike Breitbart und Sven Golob

Einleitung

Dieser Text beleuchtet die essentielle Rolle des Bystanders (Zuschauers) innerhalb der Dynamiken psychologischer Spiele, wie sie in der Transaktionsanalyse definiert sind. Er basiert auf den Konzepten, die von Petruska Clarkson eingeführt wurden, und erweitert das klassische Drama-Dreieck (Verfolger, Opfer, Retter) um die Perspektive des Bystanders. Diese Rolle wird als außenstehend beschrieben, die nicht direkt in den Konflikt involviert ist, jedoch durch ihre Anwesenheit und Reaktion die Konfliktodynamik beeinflussen kann. Der Text differenziert zwischen aktiven, passiven und mitlaufenden Bystandern und diskutiert, wie ihr Verhalten die Entwicklung und den Ausgang psychologischer Spiele beeinflussen kann. Des Weiteren wird auf die ethische Verpflichtung eingegangen, aus der Rolle des passiven Beobachters herauszutreten und aktiv zur Beendigung schädlicher psychologischer Spiele beizutragen.

In diesem Beitrag geht es um folgende Lernstationen und -Ziele:

Verständnis der Bystander-Rolle: Ziel ist es, die Bedeutung und den Einfluss des Bystanders auf psychologische Spiele in zwischenmenschlichen Beziehungen zu verstehen. Dies umfasst die Erkenntnis, dass die Rolle des Bystanders nicht passiv ist, sondern ein entscheidendes Potenzial zur Beeinflussung der Dynamik hat.

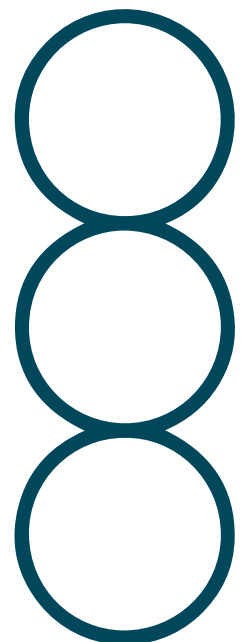
Klassifizierung von Bystander-Verhalten: Welche Arten von Bystander-Verhalten existieren (aktiv, passiv, Mitläufer) und beeinflussen diese unterschiedlichen Verhaltensweisen die psychologischen Spiele?

Ethische Überlegungen: Es wird aufgezeigt, warum es ethisch notwendig ist, aktiv gegen schädliche psychologische Spiele vorzugehen. Es wird dargelegt, wie solches Eingreifen das Wohlbefinden der beteiligten Personen unterstützen und die Würde und Selbstbestimmung des Einzelnen schützen kann.

Anwendung im Bildungskontext: Der Text bietet Einblicke in die Relevanz der Bystander-Rolle in Bildungseinrichtungen und wie durch bewusstes Verhalten Konflikte entschärft und Lerngelegenheiten geschaffen werden können. Auch geht es um die Analyse von Zuschauenden in der Auseinandersetzung mit Extremismus, Demokratiefeindlichkeit und Fake News.

Handlungsstrategien für Bystander: Es werden konkrete Strategien und Reflexionsfragen angeboten, die dabei unterstützen, in zukünftigen Situationen als aktive Bystander zu agieren. Dies beinhaltet das Erkennen von Spielen, das bewusste Entscheiden gegen Passivität, das Anbieten von Unterstützung und das Aufsuchen von Hilfe.

Insgesamt bietet der Text ein tiefgreifendes Verständnis dafür, wie Bystander durch ihr Verhalten zur Aufrechterhaltung oder Beendigung psychologischer Spiele beitragen können. Er betont die Wichtigkeit einer ethischen Haltung gegenüber zwischenmenschlichen Konflikten und fördert ein aktives, empathisches und verantwortungsvolles Eingreifen.



Einleitung

Bystander oder Zuschauer ist eine ergänzende Rolle zum klassischen Drama-Dreieck der Transaktionsanalyse, die von Petrůska Clarkson (1993) eingeführt wurde. Diese Rolle bietet eine Perspektive auf die Dynamiken innerhalb des Drama-Dreiecks aus der Sicht einer außenstehenden Person, die das Geschehen beobachtet, aber nicht direkt involviert ist.

Eigenschaften des Bystanders

- **Außenstehend:** Der Bystander ist nicht direkt in den Konflikt involviert, beobachtet jedoch die Interaktionen zwischen den Personen im Drama-Dreieck (Verfolger, Opfer, Retter).
- **Einflusspotenzial:** Obwohl der Bystander nicht aktiv am Konflikt teilnimmt, hat seine Anwesenheit und potenzielle Reaktion einen Einfluss auf die Dynamik des Konflikts.
- **Macht der Nichtbeteiligung:** Die Entscheidung des Bystanders, nicht einzugreifen oder zu intervenieren, kann sowohl positive als auch negative Auswirkungen auf den Konfliktverlauf haben.
- **Möglichkeit zur Veränderung:** Der Bystander hat die einzigartige Position, durch bewusstes Handeln oder Nicht-Handeln die Dynamik zu beeinflussen, ohne selbst in die typischen Rollen des Drama-Dreiecks verstrickt zu sein.

Bystander: Aktiv, Passiv oder Mitläufer*in?

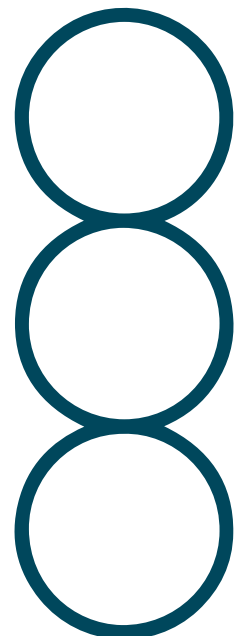
Aktive Bystander greifen ein, um ein psychologisches Spiel zu stoppen. Sie erkennen die Dynamik und fühlen sich in der Lage, positiv einzugreifen. Ihre Handlungen können entscheidend dazu beitragen, das psychologische Spiel zu beenden oder zumindest abzumildern.

Passive Bystander beobachten das Geschehen, ohne einzugreifen. Ihr Schweigen kann von den Verfolgenden als stille Zustimmung interpretiert werden, was diese in ihrem Handeln bestärkt. Die Passivität trägt zur Fortsetzung des psychologischen Spiels bei.

Mitläufer*innen sind Bystander, die durch indirekte Beteiligung über Gestik und Mimik (Augen rollen), bewusstes Schweigen oder ignorieren sowie bagatellisieren (was die schon wieder haben) zur Verstärkung des psychologischen Spiels beitragen. Oft steht hinter diesem Verhalten Gruppenzwang oder die Angst, selbst zum Ziel zu werden.

Die Rolle des Bystanders (Zuschauers) in Bezug auf Spielegrade

Die Rolle des Bystanders (Zuschauers) in Bezug auf Spiele 1. bis 3. Grades bietet eine Perspektive auf die Dynamiken innerhalb zwischenmenschlicher Beziehungen und Konflikte. Bystander sind Zeugen dieser psychologischen



Spiele, die zwischen Individuen ablaufen, und ihre Reaktionen können entscheidend zur Fortführung oder zur Beendigung dieser Spiele beitragen.

Spiele 1. Grades: Alltägliche Dynamiken

In Spielen 1. Grades sind Bystander oft unbewusst in die leichten, sozial akzeptierten Interaktionen involviert. Sie können durch ihre Reaktionen diese Spiele verstärken, indem sie etwa das Verhalten ignorieren oder unreflektiert mitlachen.

Um positiv einzugreifen, könnten Bystander bewusst alternative, direkte Kommunikationsformen fördern und somit zur Klärung von Missverständnissen beitragen.

Spiele 2. Grades: Komplexe Interaktionen

Bei Spielen 2. Grades, die komplexer sind und potenziell negative Auswirkungen haben, ist die Rolle des Bystanders kritischer. Durch ihr Schweigen oder indirekte Beteiligung können Bystander solche Spiele unwissentlich unterstützen.

Eine bewusste Entscheidung, nicht an der Verstärkung solcher Dynamiken teilzunehmen oder aktiv für eine offene Kommunikation einzustehen, kann dazu beitragen, die negativen Auswirkungen dieser Spiele zu minimieren. Bystander könnten zum Beispiel intervenieren, indem sie empathisch auf das potenzielle Opfer zugehen oder das Verhalten offen ansprechen.

Spiele 3. Grades: Ernstzunehmende Konsequenzen

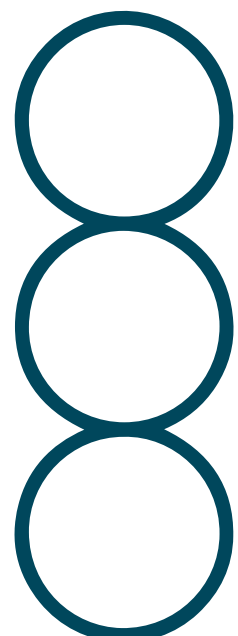
In Spielen 3. Grades, die ernsthafte und oft irreversible Folgen haben können, wird die Verantwortung der Bystander noch deutlicher. In solchen Situationen ist es entscheidend, dass Bystander nicht passiv bleiben. Ihre Aktion oder Inaktion kann direkte Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Beteiligten haben.

Aktives Eingreifen, Unterstützung für das Opfer oder das Aufsuchen von Hilfe sind in diesen Fällen essentiell. Bystander müssen sich der Schwere des Spiels bewusst sein und erkennen, dass ihr Eingreifen lebensverändernde positive Auswirkungen haben kann.

Die Macht des Bystanders

In allen drei Graden psychologischer Spiele hat der Bystander die Macht, durch sein Verhalten die Dynamik zu beeinflussen. Durch das Erkennen der Spiele und der eigenen Rolle als Bystander können Individuen bewusste Entscheidungen treffen, um negativen Auswirkungen entgegenzuwirken und gesündere zwischenmenschliche Beziehungen zu fördern.

Die transaktionsanalytische Spieltheorie bietet Werkzeuge und Perspektiven, die Bystandern helfen können, ihre Handlungen reflektiert zu wählen und somit zu einem positiven sozialen Umfeld beizutragen.



Die Rolle des Bystanders im Bildungskontext

In Bildungseinrichtungen kann die Bystander-Rolle besonders relevant sein, da Konflikte zwischen Lehrenden und Teilnehmenden oder innerhalb des Lehrkörpers häufig vorkommen. Ein*e Trainer*in oder ein*e Teilnehmende*r, der/die als Zuschauer*in agiert, kann durch bewusstes Verhalten:

- Konflikte entschärfen, indem er/sie neutral und vermittelnd auftritt, ohne Partei zu ergreifen.
- Empathie und Verständnis fördern, indem er/sie das Bewusstsein für die Perspektiven aller Beteiligten schärft.
- Selbstreflexion anregen, indem er/sie durch Fragen oder Kommentare die Beteiligten dazu bringt, über ihre Rolle und ihr Verhalten im Konflikt nachzudenken.
- Lerngelegenheiten schaffen, indem er/sie die Situation als Beispiel für effektive Kommunikation und Konfliktlösung nutzt.

Herausforderungen und Chancen

Zuschauende stehen vor der Herausforderung, das richtige Maß an Intervention zu finden, um positive Veränderungen zu fördern, ohne die Dynamik negativ zu beeinflussen. Die effektive Nutzung der Bystander-Rolle erfordert ein hohes Maß an sozialer Kompetenz, Empathie und die Fähigkeit, konstruktives Feedback zu geben.

In Bildungseinrichtungen bietet die Sensibilisierung für die Bystander-Rolle eine Chance, ein unterstützendes, empathisches und konfliktarmes Lernumfeld zu schaffen.

Warum es ethisch geboten ist, aktiv einzugreifen

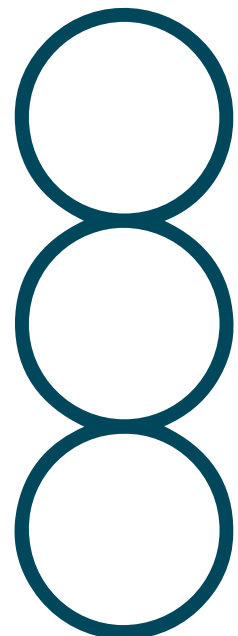
Wahrung der Würde des Menschen: Jeder Mensch besitzt einen unantastbaren Wert. Indem Bystander gegen psychologische Spiele und deren schädliche Auswirkungen einschreiten, tragen sie zur Achtung und Wahrung dieser grundlegenden menschlichen Würde bei.

Förderung der Selbstbestimmung: Psychologische Spiele können die Freiheit des Einzelnen einschränken, selbstbestimmt zu handeln und Entscheidungen zu treffen. Aktives Eingreifen hilft, die Autonomie der betroffenen Personen zu schützen und zu stärken.

Erhalt der Gesundheit: Psychologische Spiele können physische und psychische Gesundheit beeinträchtigen. Durch das Unterbrechen dieser Spiele tragen Bystander zum Schutz und zur Förderung der Gesundheit bei.

Sicherung der Sicherheit: Das Gefühl der Sicherheit ist grundlegend für die persönliche Entwicklung. Bystander, die gegen schädliche Dynamiken vorgehen, tragen zur Schaffung eines sicheren Umfelds bei.

Gegenseitige Unterstützung und Verantwortung: Ethische Prinzipien und Menschenrechte betonen die Bedeutung der gegenseitigen Fürsorge und

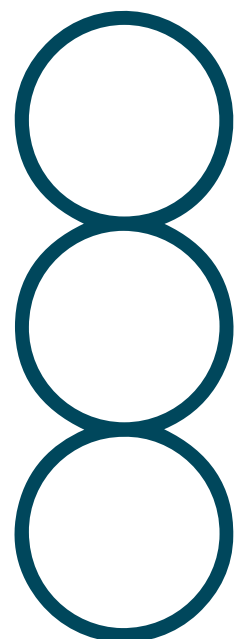


Verantwortung innerhalb der Gemeinschaft. Bystander, die aktiv werden, leben diese Werte vor und stärken so das soziale Gefüge.

Die ethische Verpflichtung, als Bystander einzugreifen, basiert somit auf dem Respekt vor grundlegenden menschlichen Werten und Rechten. Sie fordert eine Haltung, die über passive Beobachtung hinausgeht und aktiv zum Schutz und zur Förderung des Wohlergehens aller Beteiligten beiträgt. Diese Verantwortung ist nicht nur auf den Kontext der Transaktionsanalyse beschränkt, sondern erstreckt sich auf alle Bereiche menschlichen Zusammenlebens, wo psychologische Spiele und Konflikte das Wohlergehen Einzelner oder der Gemeinschaft bedrohen können.

Im aktuellen Zeitgeschehen stellen sich besondere Herausforderungen. Beim Umgang mit extremistischen, Menschen- und/oder demokratiefeindlichen Äußerungen ist der Begriff der Zivilcourage insbesondere in Lernsettings eine gute Orientierung. Hier sind Lehrende angehalten, ethische Grundprinzipien zu schützen und beispielhaft solches Verhalten zu konfrontieren, ohne in Spieldynamiken einzusteigen.

Auch Fake News oder Teilwahrheiten sollten nicht hingenommen, sondern aktiv auf ihren Wahrheitsgehalt, ihre Redlichkeit und Wahrhaftigkeit geprüft werden. Gleichzeitig sind hier insbesondere auf Schutz für Lernende und das Empowerment zum kritischen Denken gefordert.



Arbeitsblatt: Die Rolle des Bystanders in Konfliktsituationen & psychologischen Spielen

Zielsetzung

Dieses Arbeitsblatt soll das Bewusstsein für die Rolle des Bystanders (Zuschauers) in zwischenmenschlichen Konflikten und psychologischen Spielen schärfen. Es bietet praktische Ansätze, um aus der Position des Bystanders heraus konstruktiv einzugreifen und somit zur Verbesserung des sozialen Umfelds beizutragen.

Teil 1: Verständnis der Bystander-Rolle

Definition: Ein Bystander ist jemand, der Zeuge eines Konflikts oder eines negativen Verhaltens wird, ohne selbst direkt beteiligt zu sein. Die Reaktion des Bystanders kann den Verlauf des Geschehens beeinflussen – sowohl negativ durch Passivität als auch positiv durch aktives Eingreifen.

Teil 2: Psychologische Spiele erkennen

Psychologische Spiele sind Verhaltensmuster in Beziehungen, die indirekte Ziele verfolgen und oft auf unbewussten Bedürfnissen basieren. Sie werden in drei Grade eingeteilt:

- Spiele 1. Grades: Harmlos und sozial akzeptiert, mit geringen negativen Konsequenzen.
- Spiele 2. Grades: Komplexer, mit potenziell schädlichen Auswirkungen auf die emotionalen Beziehungen.
- Spiele 3. Grades: Ernsthaft schädigend, mit langfristigen negativen Folgen für die Beteiligten.

Teil 3: Die Rolle des Bystanders in verschiedenen Kontexten – Aktiv, Passiv oder Mitläufer*in?

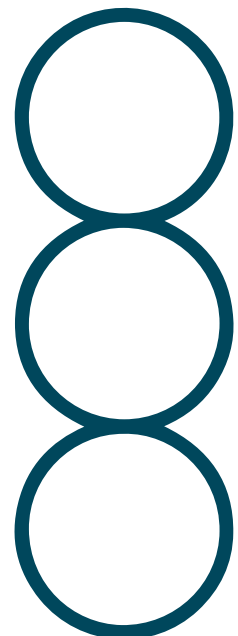
Aktive Bystander erkennen den Notfall und fühlen sich fähig, positiv einzugreifen.

Passive Bystander beobachten ohne Eingreifen, was als stille Zustimmung gedeutet werden kann.

Mitläufer*innen verstärken das negative Verhalten durch ihre aktive Beteiligung.

Teil 4: Reflexionsfragen

- Erwähne dich an eine Situation, in der du als Bystander agiert hast. In welchem Grad psychologischer Spiele fand dies statt?
- Beschreibe deine Reaktion in dieser Situation. Warst du aktiv, passiv oder ein Mitläufer?



- Wie hättest du idealerweise reagieren sollen, um eine positive Veränderung zu bewirken?

Teil 5: Handlungsstrategien für Bystander

- Erkennen von Spielen: Lerne, die Anzeichen psychologischer Spiele zu erkennen.
- Bewusstes Entscheiden: Entscheide dich bewusst dafür, nicht passiv zu bleiben.
- Unterstützung anbieten: Biete Unterstützung für die Person an, die negativ betroffen ist.
- Unterstützung suchen: Wenn du dich nicht in der Lage fühlst, direkt einzugreifen, suche Hilfe bei einer vertrauenswürdigen Person. Achte auf Deinen eigenen Schutz, gerade bei Spielen höheren Grades.

Teil 6: Aktionsplan

Erstelle einen persönlichen Aktionsplan, wie du in Zukunft als Bystander positiv agieren kannst. Berücksichtige dabei die Reflexionsfragen und Handlungsstrategien.

Literatur

Barrow, Giles; Newton, Trudi (2006): Walking the Talk: How Transactional Analysis Is Improving Behaviour And Raising Self-esteem. Routledge.

Clarkson, Petrůska (1993): Bystander Games, Transactional Analysis Journal, 23:3, 158-172.

Summerton, Oswald (1992): The Game Pentagon, Transactional Analysis Journal, 22:2, 66-75.

