

Inhalt

EINLEITUNG.....	11
ENTWERFE EIN BILD VON DIR!	19
KAPITEL 1 – DIE GRUNDLAGEN DER TRANSAKTIONSANALYSE	21
EINFÜHRUNG	21
DEFINITIONEN.....	23
AUFBAU	24
DIE STRUKTURANALYSE DER DREI PERSÖNLICHKEITSBEREICHE	25
KAPITEL 2 – DIE DREI ICH-ZUSTÄNDE UND IHR EINFLUSS AUF DIE PERSÖNLICHKEIT	29
DAS ELTERN-ICH (EL)	29
DAS ERWACHSENEN-ICH (ER).....	31
DAS KIND-ICH (K)	32
DER EINFLUSS DER DREI ICH-ZUSTÄNDE AUF DIE PERSÖNLICHKEIT... ..	35
KAPITEL 3 – DAS ZUSAMMENSPIEL DER LEBENSKONZEPTE.....	37
DIE WELT IST EINE BÜHNE, AUF DER JEDER MENSCH SEINE ROLLE SPIELT	37
DAS SKRIPT IST SOWOHL DAS PROBLEM ALS AUCH DIE LÖSUNG	39
DER ICH-ZUSTAND ALS QUELLE VON GUT UND BÖSE.....	41
KAPITEL 4 – MIT DER TRANSAKTIONSANALYSE DEN GANZEN MENSCHEN VERSTEHEN	47
KAPITEL 5 – DIE TRANSAKTIONSANALYSE IM UNTERNEHMEN	51
BLICKRICHTUNGEN AUF EINE UNTERNEHMENSSTRUKTUR.....	51
SYMPTOME EINER KRANKHEIT NAMENS MISSMANAGEMENT.....	54

DER KONSTRUKTIVE KONFLIKT DER TA-ROLLEN IM UNTERNEHMEN.. 59

KAPITEL 6 – DIE TRANSAKTION ALS KOMMUNIKATIVER PROZESS..... 63

DER KOMMUNIKATIVE PROZESS IN DER BEGEGNUNG..... 63

DIE ENTSTEHUNG DER ICH-STRUKTUR..... 69

ENTWICKLUNG UND PRÄGUNG DER ICH-BEREICHE DURCH
ERFAHRUNGEN IN DER UMWELT..... 73

DAS ZUSAMMENSPIEL DER DREI ICH-BEREICHE IM UNTERNEHMEN 79

KAPITEL 7 – DER ABLAUF VON TRANSAKTIONEN 81

DAS WIE DER TRANSAKTION..... 81

DIE VIER TRANSAKTIONSGESETZE..... 82

DIE DOMINANTEN ICH-BEREICHE UND IHRE AUSWIRKUNGEN..... 87

DIE TRANSAKTIONSGRUPPEN UND IHRE BEDEUTUNG..... 93

**KAPITEL 8 – DIE ANALYSE DER ZWISCHENMENSCHLICHEN
BEZIEHUNGEN 99**

DIE ANALYSE DER KOMMUNIKATION UND IHRER STÖRFELDER..... 99

KATALOG – KENNZEICHEN UND TYPISCHE VERHALTENSWEISEN DER
ICH-ZUSTÄNDE 102

KAPITEL 9 – DIE SECHS FORMEN DER BEACHTUNG 109

DAS BEDÜRFNIS NACH BEACHTUNG..... 109

DIE BEDEUTUNG UND WICHTIGKEIT DER BEACHTUNG 111

DAS BEACHTUNGSKONTO 113

KAPITEL 10 – ZEITGESTALTUNG UND ZEITMANAGEMENT.....115

DIE FORMEN DER ZEITGESTALTUNG 115

DER UMGANG MIT SICH SELBST 116

KAPITEL 11 – DIE PSYCHOSPIELE DER ERWACHSENEN 123

DAS SPIEL DER AUFMERKSAMKEIT 123

DIE DRAMADREIECK-SPIELE: VERFOLGER – OPFER – RETTER.....	124
DAS SKRIPT – DIE ERFÜLLUNG IM DRAMADREIECK	126
EIN KATALOG DER HÄUFIGSTEN PSYCHOSPIELE.....	128
GEGENMAßNAHMEN UND INTERVENTIONEN ZU DEN PSYCHOSPIELEN...	136
KAPITEL 12 – OHNE WORTE – OHNE SCHWEIGEN.....	139
KOMMUNIKATION MIT REDE, KÖRPER UND GEIST.....	139
NONVERBALE KOMMUNIKATION	140
TRANSVERBALE KOMMUNIKATION.....	141
KAPITEL 13 – DIE ZWÖLF SINNE DES MENSCHEN.....	145
WOHER WISSEN WIR EIGENTLICH, DASS ES DIESE WELT GIBT?.....	145
DER GEDANKENSINN ODER GEDANKENWAHRNEHMUNGSSINN.....	146
KAPITEL 14 – ERFOLG IST FREIWILLIG.....	153
GEWINNER UND VERLIERER	153
WIR HABEN DIE WAHL – VERLIERER ODER GEWINNER?.....	156
KAPITEL 15 – DER WEG ZU EINER KULTIVIERTEN LEBENSEINSTELLUNG	161
DIE RABATTMARKEN UNSERER PSYCHOLOGISCHEN ENTWICKLUNG.....	161
DAS MANUSKRIFT (SKRIPT) DES LEBENS	165
DIE ENTWICKLUNG ZU EINER HÖHEREN LEBENSQUALITÄT.....	170
HINTERM HORIZONT GEHT´S WEITER – ERGÄNZUNGSMETHODEN ZUR TRANSAKTIONSANALYSE	176
PRAKTISCHE ÜBUNGEN ZUR TRANSAKTIONSANALYSE.....	179
LÖSUNGEN ZU DEN PRAKTISCHEN ÜBUNGEN	195