

Inhaltsverzeichnis

1.	Einführung in die Transaktions-Analyse (TA)	9
1.1.	Was TA ist bzw. nicht ist	9
1.2.	Generelle Ziele von TA im Management	10
1.3.	Bisherige Entwicklung der TA	12
1.4.	Heutiger Stand des TA-Einsatzes im Management	13
1.5.	Über den Umgang mit diesem Heft	14
2.	Ich-Zustände	16
2.1.	Beispiel	16
2.2.	Definition	18
2.3.	Erläuterung der einzelnen Ich-Zustände	18
2.3.1.	Eltern-Ich	19
2.3.2.	Erwachsenen-Ich	21
2.3.3.	Kindheits-Ich	23
2.4.	Anwendungsmöglichkeiten	25
2.4.1.	Egogramm	25
2.4.2.	Führungsaufgaben	27
2.4.3.	Angemessenes und unangemessenes Verhalten	29
2.5.	Übung „Ich-Zustands-Reaktionen“	30
3.	Skript und Eltern-Botschaften	32
3.1.	Beispiel	32
3.2.	Definition	32
3.3.	Kritische und unterstützende Eltern-Botschaften	33
3.4.	Anwendungsmöglichkeiten	34
3.5.	Übung „Normen“	35
4.	Transaktionen	37
4.1.	Beispiel	37
4.2.	Definition	37
4.3.	Transaktionsformen	37
4.4.	Anwendungsmöglichkeiten	42
4.4.1.	Beziehungsanalyse	42
4.4.2.	Weiterführende und nicht weiterführende Transaktionen ..	43
4.5.	Übung	44
5.	Gefühlsmaschen und psychologische Spiele	45
5.1.	Beispiel	45

5.2.	Definitionen	46
5.3.	Erläuterungen	46
5.3.1.	Gefühlsmasken	46
5.3.2.	Psychologische Rollen	47
5.3.3.	Psychologische Spiele	48
5.4.	Anwendungsmöglichkeiten	49
5.5.	Übung	50
6.	Beachtung/Feedback	51
6.1.	Beispiel	51
6.2.	Definition	52
6.3.	Erläuterung	53
6.4.	Anwendungsmöglichkeiten	54
6.5.	Übung	54
7.	Lebenspositionen	57
7.1.	Beispiel	57
7.2.	Definition	57
7.3.	Erläuterung	57
7.4.	Anwendungsmöglichkeiten	60
7.5.	Übung „Einstellungen“	61
8.	Änderungsvertrag	63
9.	Literaturverzeichnis	65