

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Vorwort | 7 |
| Ausbeutungstransaktionen | 7 |
| Zwei Persönlichkeitstypen | 8 |
| Unterscheidung zwischen Typ und Rolle (auch Machtstellung) | 9 |
| Einführung | 12 |
| Kapitel 1: Stella – ein Beispiel für die Anwendung von Transaktionsanalyse und Skriptanalyse | 15 |
| Kapitel 2: Sleepy, Spunky und Spongy – ein überarbeitetes Schema zur Unterteilung des Kind-Ichs und zur Skriptmatrix | 54 |
| Kapitel 3: Die Änderung der Grundeinstellung des Skripts | 61 |
| Kapitel 4: Scham und soziale Kontrolle | 70 |
| Kapitel 5: Die fünfte Position: Ich bin o. k. – du bist o. k. – realistisch | 78 |
| Kapitel 6: Die Ersatzlösung – über Ersatzgefühle und echte Gefühle | 90 |
| Kapitel 7: Ersatzgefühle und Ausbeutungstransaktionen als Wurzel psychologischer Spiele | 104 |
| Ausbeuter | 105 |
| Die Ursache für Ersatzgefühle | 106 |
| Ausbeutungstransaktionen | 108 |
| Die zwei Typen von Ausbeutern und ihre Transaktionen | 109 |
| Ausbeutungstransaktionen ersten, zweiten und dritten Grades | 111 |
| Fallbeispiele von Ausbeutern | 112 |
| Die Verteilung von typischen Ausbeutungsmustern | 114 |
| Der Zusammenhang zwischen Ausbeutungstransaktionen und existentieller Grundeinstellung | 114 |
| Die Unterscheidung von Ausbeutungstransaktionen und Spielen | 116 |
| Ausbeuter als Partner | 116 |
| Beendete Spiele als Ergebnis von fehlgeschlagenen Ausbeutungstransaktionen | 118 |
| Die Bewegung von der Ausbeutung zum Spielabschluß | 121 |
| Beispiele für das Durchkreuzen von Transaktionen | 121 |

| | |
|--|------------|
| Diagnostische Unterschiede zwischen Typ 1 und Typ 2 | 122 |
| Ausbeutungstransaktionen und Spielwechsel im Drama-Dreieck | 123 |
| Ausbeuter erkennen | 124 |
| Beispiele von gekreuzten therapeutischen Transaktionen | 126 |
| Überlegungen bei Therapiebeginn | 127 |
| Therapie – und was sind echte Gefühle? | 128 |
| Kapitel 8: Die Unterscheidung der Opfer im Drama-Dreieck | 132 |
| Kapitel 9: Suizidalität | 137 |
| Kapitel 10: Laßt es uns nicht Skript nennen, wenn es keines ist | 141 |
| Wer wird ein Ausbeuter? | 142 |
| Tröstung, nicht Spielgewinn | 143 |
| Schritte der Ausbeutungstransaktionen | 144 |
| Die Funktionen der Ersatzgefühle | 146 |
| Ausbeutungspartner | 148 |
| Nicht das Skript | 149 |
| Fallgeschichte | 150 |
| Schlußfolgerungen | 151 |
| Kapitel 11: Merkmale des guten Therapeuten | 152 |
| Kapitel 12: Die Stärke des weiblichen Therapeuten | 157 |
| Kapitel 13: Der Widerstand in der Transaktionsanalyse und in der existentiellen Verhaltensmusteranalyse | 162 |
| Kapitel 14: Episkript und das Spiel „Heiße Kartoffel“ | 173 |
| Kapitel 15: Übergewicht und frühe Überlebens- entscheidungen | 185 |
| Kapitel 16: Materialien und Konzepte – Strukturanalyse und die Stufen der kognitiven Entwicklung | 196 |
| Der Unterschied zwischen Rolle und Ich-Zustand | 210 |
| Der Dreiecksvertrag | 211 |
| Und jetzt: Unser Kontrakt | 212 |
| Geschichten als Skriptindikatoren | 213 |
| Übung: Das eigene Skript erfahren | 214 |
| Kapitel 17: Aus meiner eigenen Analyse – zur Verbindung von TA und Gestalttherapie | 217 |
| Kapitel 18: Mut, Liebe und Anteilnahme als Ersatzgefühle | 236 |
| Literatur zur Transaktionsanalyse | 252 |