

Inhalt

Einleitung	9
1. Funktionsmodell der Transaktionsanalyse	17
T1 Funktionsmodell	
Materialblatt mit Beispielsätzen	19
T2 Erkennen von ICH-Zuständen (Funktionsmodell)	
Materialblätter zur Identifizierung der verschiedenen ICH-Zustände	20
Ü1 Leerer Stuhl	
Übung zur Betonung der verschiedenen ICH-Zustände	24
Ü2 ICH-Zustands-Fragebogen	
Übungsvorlage zur Identifizierung der verschiedenen ICH-Zustände	25
Ü3 Aus dem Bauch heraus	
Übungsvorlage zur eigenen und gegenseitigen Einschätzung	32
Ü4 Säulendiagramm	
Übungsvorlage zur eigenen und gegenseitigen Einschätzung	33
T3 +/- Variante des Funktionsmodells	
Materialblatt zur Angemessenheit bzw. Unangemessenheit der verschiedenen ICH-Zustände	34
Ü5 Schwarzes Brett	
Übung zu Betonung und inhaltlicher Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	35
Ü6 Zitate	
Übungsvorlage zur Identifizierung der verschiedenen ICH-Zustände	37
Ü7 Es war einmal ...	
Übung zu Betonung und inhaltlicher Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	46

Ü8 Werbespot	
Übung zu Betonung und inhaltlicher Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	47
Ü9 Es sagt ...	
Übungsvorlage zur Identifizierung und inhaltlichen Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	48
Ü10 Hör mal zu	
Übung zu Betonung und inhaltlicher Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	61
Ü11 Enthemmt	
Übung zu Betonung und inhaltlicher Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	63
2. Kommunikationsmodell der Transaktionsanalyse	67
T4 Kommunikationsregeln	
Materialblätter zu den 3 Kommunikationsregeln der Transaktionsanalyse	68
T5 Grundmuster	
Materialblatt zu direkten und doppelbödigen Adressierungs- möglichkeiten aus den verschiedenen ICH-Zuständen.	71
T6 Winkeltransaktion	
Materialblatt zu dem Ausnahmefall einer doppelbödigen Transaktion.	72
Ü12 Kommunikations-Fragebogen	
Kommunikations-Übungsvorlage zur Zuordnung und graphischen Darstellung von Transaktionen	73
Ü13 Ab in den Süden	
Kommunikations-Übung zum Zusammenspiel verschiedener ICH-Zustände.	86
Ü14 Überraschungsparty	
Kommunikations-Übung zum Zusammenspiel verschiedener ICH-Zustände.	88
Ü15 Gekreuzt	
Kommunikations-Übungsvorlage zur Entgegnung auf gekreuzte Transaktionen	89

Ü16 Doppelbödig	
Kommunikations-Übungsvorlage zur Entgegnung auf doppelbödige Transaktionen	92
Ü17 Freistil	
Kommunikations-Übung zur Entwicklung von parallelen, gekreuzten und doppelbödigen Transaktionen	95
Ü18 So oder so	
Kommunikations-Übungsvorlage zur Wahlmöglichkeit in Entgegnung.	99
Ü19 Köpfchen	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	104
Ü20 Doppelköpfchen	
Kommunikations-Übung zur Aufdeckung von Doppelbödigkeit.	106
Ü21 Guter Ton	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	108
Ü22 Hereinspaziert	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	109
Ü23 Reklamation	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	110
Ü24 Schlichtung	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	112
Ü25 Der neue Mitarbeiter	
Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs	114
Ü26 Eskalation	
Kommunikations-Übung zur Identifizierung verborgener Motive	115