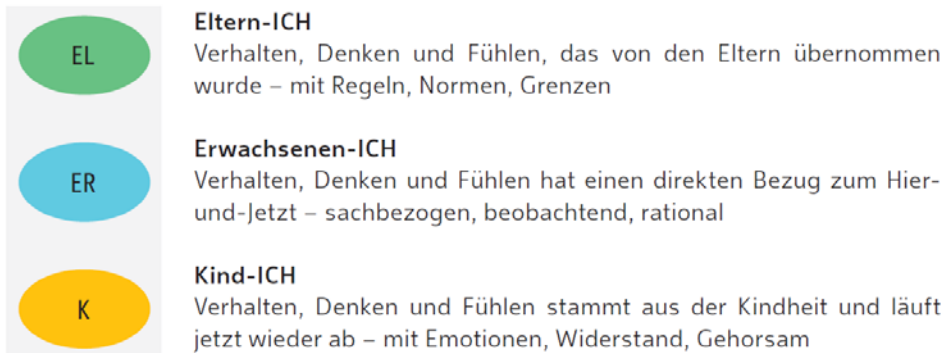


## Transaktionsanalyse

*Das Arbeitsblatt eignet sich als Ergänzung zu Kapitel 4, Abschnitt 4: Kommunikation (Kernbereiche Psychologie).*

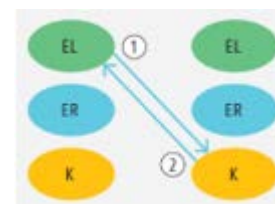
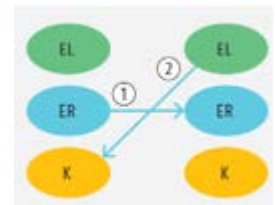
Wir führen tagtäglich Gespräche, ohne lange darüber nachzudenken. Manche Gespräche machen uns zufrieden, andere hinterlassen ein schales Gefühl, bis hin zu Ärger und Frustration. Mithilfe der von Eric Berne entwickelten Transaktionsanalyse gelingt es, das eigene sowie das fremde Kommunikationsverhalten zu erklären und Kommunikationsstörungen aufzudecken. ein Element des Modells geht davon aus, dass jeder Mensch von frühester Kindheit an Ereignisse, Gefühle und Erlebnisse abspeichert und auf diese gespeicherten Daten zurückgreifen kann. (Vgl. Berne 2005; Gührs/Nowak 2006)

Im Kommunikationsverhalten agiere ich demnach aus drei Ich-Zuständen:



### Beispiele

- Person 1: „Die Lehrperson hat mich ermahnt.“
- Person 2: „Geschieht dir recht, wenn du im Unterricht nicht aufpasst.“
  
- Person 1: „Wie soll ich denn die Planung zuende bringen, wenn die Unterlagen schon wieder fehlen?“
- Person 2: „Na und, daran wird es wohl nicht scheitern.“



## Aufgabe

### Zuordnung – TA

Versuchen Sie, die folgenden sprachlichen Formulierungen nach der Transaktionsanalyse einem der Ich-Zustände (Eltern-Ich, Erwachsenen-Ich, Kind-Ich) zuzuordnen und begründen Sie diese Zuordnung:

- a) Du darfst nie vergessen, dir die Zähne zu putzen.
- b) Ich würde gerne auf Urlaub fahren und ausspannen.
- c) Ich werde dafür sorgen, dass das jetzt ein Ende hat.
- d) Ich finde, diese Einstellung entspricht nicht einer demokratischen Grundhaltung.
- e) Mach, was du willst; mir ist das egal.
- f) Die Wahrscheinlichkeit, dass es morgen regnet, ist groß.
- g) Wenn ich du wäre, würde ich die Sache sofort erledigen.

### Literatur

Berne, Eric: Transaktionsanalyse der Intuition. Paderborn: Junfermann 2005.  
Gührs, Manfred/Nowak, Claus: Das konstruktive Gespräch. Ein Leitfaden für Beratung, Unterricht und Mitarbeiterführung mit Konzepten der Transaktionsanalyse. Meezen: Christa Limmer 2006.

September 2023