

Eric Berne entwickelte Mitte des 20. Jahrhunderts die Grundlagen der TA. Aus den Wurzeln der Freud'schen Psychoanalyse heraus, entstand ein praktikables Modell der zwischenmenschlichen Kommunikation. Berne war daran gelegen, dass dieses Modell so verständlich ist, dass es auch für Laien anwendbar wird. Seine Intention war - entgegen der damaligen psychotherapeutischen Auffassung, den Patienten möglichst schnell zu heilen. Unter heil sein verstand der Mediziner, dass Menschen ihr Leben autonom und selbstbestimmt führen können.



Eric Berne, 1910-1970,
US-amerikanischer Arzt

Berne war wie Freud, Adler und Jung der tiefenpsychologischen Anschauung, dass die Grundlagen zu individuellem Verhalten und Art des Erlebens in frühester Kindheit geprägt werden. Aus therapeutischer Sicht macht es daher Sinn, wenn der Patient emotionale Einsicht in seine Erlebnisgeschichte erhält.

Die Modelle der TA Die Transaktionsanalyse beschreibt modellhaft die menschliche Persönlichkeit und die Interaktionen zwischenmenschlicher Kommunikation. Eric Berne, der Entwickler dieser Theorie wollte mit einfachen Strukturmodellen eine Darstellung schaffen, die übersichtlich und leicht verständlich ist. So einfach die Beschreibungen auch sind, werden sie rasch komplexer und differenzierter sobald man etwas in die Tiefe geht. Mit der Zeit fügten andere Autoren Modelle hinzu.

- ✦ **Die Struktur- und Funktionsanalyse** der Ich-Zustände Eltern-Ich/ Erwachsenen-Ich/Kind-Ich
- ✦ **Die Transaktionsanalyse** der kommunikativen Prozesse Welches Ich kommuniziert mit welchem Du?
- ✦ **Das Dramadriek** – Beziehungsmuster in der Falle zwischen Opfer-, Retter- und Verfolger - Rollen
- ✦ **Die Spielanalyse** – um negative Prozessabläufe zu erkennen Spiele sind wiederkehrende Muster in Handlungsabläufen, z.B. Ja, aber – Spiel, Ich bin zu...- Spiel, Gerichtssaal-Spiel...
- ✦ **Die Antreiber** als dienliche und hinderliche Motivatoren Sei stark, sei gefällig, beeil dich, streng dich an, sei perfekt
- ✦ **Die Skriptanalyse** – der unbewusste Lebensplan

Die TA im Business

Auch im geschäftlichen Bereich ist das Wissen um die TA sehr bedeutsam. Denn Transaktionen, Spiele oder die Vermischung von Rollen können zu schwerwiegenden und teuren Missverständnissen führen. Berühmt sind die sogenannten „Bürospiele“, die ganze Firmen in den Konkurs treiben können.

Im kleineren Rahmen kommen Spiele oder hinderliche Kommunikationsstrukturen sowohl im Kunden-Verkäufergespräch als auch im Führungskraft-Mitarbeitergespräch vor. Auch hier finden wiederkehrende Kommunikationsmuster statt, die mitunter blockierend sind. Aus der Metaperspektive reflektierte Situationen können mit dem Wissen zur TA besser vorbereitet und damit verändert werden.

Das Wissen um die Transaktionsanalyse schenkt Lebensqualität!
Transaktionsanalyse (TA)

Würdigung der TA !

Am Konzept der TA lässt sich erkennen, wie sich die unterschiedlichen psychologischen Konzepte beeinflussen und verbinden. Das grundlegende Persönlichkeitsmodell geht zurück auf die Psychoanalyse. Die positive Grundhaltung der TA, das Plädoyer für eine symmetrische und gleichberechtigte ‚Ich bin OK- Du bist OK‘ - Kommunikation, hat seine Wurzeln in der humanistischen Psychologie. Die pädagogische Ausrichtung der Darstellung verbindet die TA mit der TZI. Und alles zusammen passt hervorragend zu den Grundideen des NLP!



Eric Berne

Spiele der Erwachsenen

Was sagen Sie, nachdem Sie Guten Tag gesagt haben?

Ulrich Dehner und Renate Dehner

Schluss mit diesen Spielchen!: Manipulationen im Alltag erkennen und wirksam dagegen vorgehen

Thomas A. Harris und Irmela Brender

Ich bin o.k. - Du bist o.k.: Wie wir uns selbst besser verstehen und unsere Einstellung zu anderen verändern können - Eine Einführung in die Transaktionsanalyse

Almut Schmale-Riedel

Der unbewusste Lebensplan: Das Skript in der Transaktionsanalyse. Typische Muster und therapeutische Strategien

Stephen Karpman

Ein Leben ohne Spiele

