



[2019]

Die Transaktionsanalyse

Kommunikation, Persönlichkeitsentwicklung

Sven-Olaf Miehe
GPZ-SH/DBGCP.COM/Q!



Die Transaktionsanalyse

Sven-Olaf Miehe

Gestaltpädagogisches Zentrum Schleswig-Holstein

im dragonboard-institut (dbgcp.com)

Die Transaktionsanalyse

© GPZ-SH/dragonboard-institut, DE-25548 Kellinghusen, Schleswig-Holstein, Deutschland (2019)

published by dragonboard-publisher, Kellinghusen, 1. Auflage, 2019

Nota bene: Ich weiß, dass auch Sie versucht sein könnten, dieses Werk zu kopieren, um u.a. die eigenen Kosten zu senken. Dafür habe ich volles Verständnis. Ich habe jedoch viel Zeit, auch „Lehrzeit“, und Lehrgeld für Ausbildungen investiert, um auf diesen Kompetenzstand zu kommen. Menschen, die dies anerkennen, kaufen sich dieses Buch/Skript. Für alle anderen ist die Vervielfältigung schlicht verboten. Denn:

Das Werk ist in all seinen Teilen urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen vom deutschen Urheberrechtsgesetz gesteckten Grenzen ist ohne Zustimmung des Verlages oder des/r Autors/en nicht zulässig und daher strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmung oder Einspeicherung in elektronische Systeme.

Kontakt: dragonboard-institut@outlook.de



Die Transaktionsanalyse

Inhalt

Inhalt	3
Abbildungsverzeichnis	3
Transaktionen	4
Das Ich-Zustands-Modell.....	4
Der somatische Kind-Ichzustand	5
Feen, Riesen und Pig parents	5
Der kleine Professor	5
Das Lebensskript	5
Autonomie	6
Der Erwachsene.....	6
Die verschiedenen Ich-Zustände.....	6
Transaktionsformen	10
Parallel-Transaktionen	10
Gekreuzte Transaktionen.....	10
Verdeckte Transaktionen.....	11
Anguläre Kommunikation	11
Duplex-Transaktionen.....	12
Quellen:	12

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: Diagramme der Ichzustände	4
Abbildung 2: Entwicklung der Ichzustände	5
Abbildung 3: Ichzustände eines Erwachsenen.....	6
Abbildung 4: Formen der Parallelkommunikation.....	10
Abbildung 5: Gekreuzte Transaktionen	10
Abbildung 6: Verdeckte Transaktion.....	11
Abbildung 7: Anguläre Transaktion	11
Abbildung 8: Duplex-Transaktion.....	12



Die Transaktionsanalyse

Es gibt in der Transaktionsanalyse einige typische Schlüsselbegriffe, die sie zum einen von vielen anderen psychologischen Methoden und Schulen unterscheiden, zum anderen werden sie in der praktischen Anwendung sowie in der Kommunikation der Transaktionsanalytiker untereinander und in Veröffentlichungen immer wieder verwendet.

Diese Begriffe sind – um den Begründer der Transaktionsanalyse Eric Berne zu zitieren – „simple, but not easy“, also auf den ersten Blick einfach und leicht verständlich. Dahinter verbergen sich Theorien von großer Tiefe und Dynamik.

Transaktionen

Wenn Menschen miteinander in Kontakt treten, tauschen sie Mitteilungen und Botschaften aus. Sie setzen dabei zu etwa 20% die gesprochene Sprache und zu etwa 80% ihren Körper ein, nutzen Worte, Gestik und Mimik in der direkten (*face-to-face*-)Kommunikation gleichzeitig. *In einer auf einen Sinn (nur Hören [Telefonieren], nur Schreiben und Lesen [SMS, Emails, Briefe]) beschränkten Kommunikation fällt die Wahrnehmung der körperlichen Reaktionen weg.*

Diese zwischenmenschlichen Begegnungen und Interaktionen werden als **Transaktionen** bezeichnet. Sie zu „lesen“ und zu verstehen, sie in einen lebensgeschichtlichen und jeweils situationsbezogenen Bedeutungszusammenhang zu stellen, gehört zu den zentralen Kompetenzen, zur Kunst der Transaktionsanalytiker*innen. Die Analyse der Transaktionen geht dabei von der Vorstellung aus, dass jeder Mensch stets aus einem seiner drei Ich-Zustände heraus agiert. Aus welchem, das obliegt allein ihm/ihr selbst. Eines der Ziele transaktionsanalytischer Interventionen ist es, die Menschen zu unterstützen, möglichst viel Bewusstsein über ihre Transaktionen zu erlangen. Die Analyse macht deutlich „Wer spricht hier gerade und wer antwortet?“ Insofern kann man die Transaktionsanalyse auch als ein Modell der Selbststeuerung bezeichnen.

Das Ich-Zustands-Modell

Kern der Transaktionsanalyse ist die Beobachtung, dass erwachsene Menschen nicht immer aus der Haltung eines erwachsenen Menschen heraus kommunizieren und handeln, sondern mitunter auch aus der Position eines Kindes – des Kindes, das sie einmal waren – oder aber aus der Position von Elternfiguren – derjenigen Elternfiguren, die sie als Kind erlebt haben.

Auf dieser Beobachtung gründet das für die TA typische **Ich-Zustands-Modell** (vgl. Abbildung 1 (A)).

Ichzustände

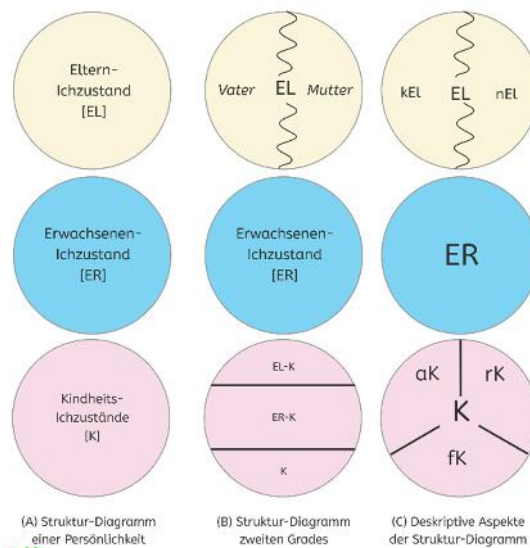


Abbildung 1: Diagramme der Ichzustände

Es beschreibt drei Ich-Zustände:

- Kind-Ichzustand,
- Erwachsenen-Ichzustand und den
- Eltern-Ichzustand.

Dabei stellt jeder einzelne Ich-Zustand ein System aus Denken und Fühlen dar, aus dem ein bestimmtes Verhalten erwächst.



Die Transaktionsanalyse

Der somatische Kind-Ichzustand

Das somatische oder freie Kind ist der Ichzustand, in dem Menschen geboren werden.

Dieser Ichzustand ist zunächst von Bedürfnissen und deren zeitnaher Befriedigung gekennzeichnet. Im Erwachsenenalter ist dieser Ichzustand auch die Quelle der Kreativität, der Neugier und der Schöpfungsenergie.

Die Quelle der anderen Ichzustände eines Erwachsenen sind die Erfahrungen, die er als Kind seit seiner Geburt mit den vorhandenen sozialen Bezugspersonen – im Idealfall mit Vater und Mutter – macht (vgl. Abbildung 1 (B)).

Entwicklung der Ich-Zustände

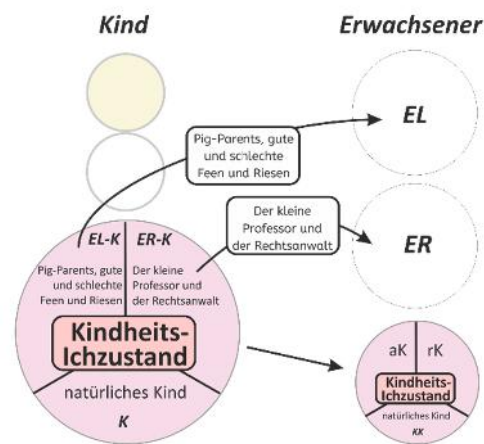


Abbildung 2: Entwicklung der Ichzustände

Feen, Riesen und Pig parents

Bereits als Kleinkind entwickeln sich aus diesen Erfahrungen „Unterabteilungen“ im Kind-Ichzustand:

Die Erfahrung mit den Eltern, den guten und schlechten Feen und Riesen, formen einen Eltern-Ichzustand im Kind-Ich und bilden die Grundlage des späteren Eltern-Ichzustandes. Führen diese Erfahrungen zur Lebensposition „**Ich bin nicht okay!**“ und zu einem destruktiven, sich selbst zu sehr einschränkenden Verhalten, sprechen wir im Zusammenhang mit diesen Eltern von „**pig parents**“ (vgl. Abbildung 2).

Der kleine Professor

Das Kind bildet auch einen Erwachsenen-Ichzustand im Kind-Ichzustand aus, in dem es zu teilweise verblüffenden Ergebnissen kommt. Der Grund dafür liegt im Widerstreit des freien, somatischen Kind-Ichzustands des Kindes und der zum Überleben notwendigen Anpassung. Das ER-K analysiert und beobachtet die sozialen Bezugspersonen genau, um die „Gesetzeslücken“ in den elterlichen Anweisungen zu suchen und zu finden. Das Kind zeichnet sich durch Spitzfindigkeit und juristischer Genauigkeit aus¹. Diesen Teil der Kindespersönlichkeit nennen wir den „kleinen Professor“ bzw. den „kleinen Rechtsanwalt“

Das Lebensskript

Ein weiterer wichtiger Schlüsselbegriff der Transaktionsanalyse ist das Lebensskript. Die Transaktionsanalyse geht davon aus, dass jeder Mensch in seiner Kindheit eine eigene Lebensgeschichte, ein *Skript*, entwirft. Diese Geschichte ist wie ein ganz persönliches Theaterstück, sie hat einen Anfang, eine Mitte und ein Ende, und sie verfügt auch über eine eigene „Dramaturgie“.

Die Grundlagen entwickelt der Mensch in frühesten Jahren. Bis zu seinem siebten Lebensjahr ist der Entwurf dieser Geschichte fertig. Das Lebensskript ist den erwachsenen Menschen meist nicht bewusst, dennoch steuern sie ihr Leben meistens so, dass es zu ihrem Skript passt. Die Analyse des individuellen Lebensskripts mit Unterstützung von Transaktionsanalytiker*innen kann Menschen helfen herauszufinden, warum sie sich „ohne es zu merken“ in Schwierigkeiten bringen und welche Möglichkeiten sie haben, daraus resultierende Probleme zu lösen.

¹ vgl. Berne, Eric: Was sagen Sie, nachdem Sie >Guten Tag< gesagt haben?, Fischer-Verlag, Frankfurt am Main, 21. Auflage, 2010, S. 129 ff



Die Transaktionsanalyse

Autonomie

Ein erwachsener Mensch ist ständig herausgefordert, seine Strategien zur Lebensbewältigung - und zum Glücklichen - zu überprüfen und zu erneuern. Die Instrumente der Transaktionsanalyse dienen dazu, diese Veränderungs- und Lernprozesse anzuregen und zu gestalten. Das Ziel ist dabei, eine größtmögliche Autonomie zu erlangen. In der Sprache der Transaktionsanalyse gehören zur Autonomie wache Bewusstheit, Spontanität und die Fähigkeit zur Intimität, also zu wirklicher Nähe. Autonomie äußert sich zum Beispiel in der Angemessenheit von Transaktionen im jeweiligen sozialen Kontext. Dem transaktionsanalytischen Autonomiebegriff liegt die Überzeugung zugrunde, dass Menschen in der Lage sind, Verantwortung für ihr Verhalten, aber auch für ihre Gefühle zu übernehmen. Das bedeutet, dass jeder Mensch imstande ist, sein Verhalten und seine Gefühle zu verändern. Voraussetzung hierfür ist eine aktive Entscheidung für einen neuen Weg, für neue Gefühle, für ein neues Verhalten.

Der Erwachsene

Mit Hilfe des Ich-Zustand-Modells verstehen und erklären Transaktionsanalytiker Persönlichkeitsstrukturen und Formen der zwischenmenschlichen Kommunikation und des Handelns. Die Darstellung des Ich-Zustands-Modells in Form von drei übereinander angeordneten Kreisen wurde weltweit zum Sinnbild und zum Markenzeichen für die Transaktionsanalyse.

Eltern- und Kind-Ichzustände sind noch einmal unterteilt in nährendes und kritisch-normatives Eltern-Ich und in das freie, das angepasste und das rebellische Kind (vgl. Abbildung 1 (C), Seite 4), Abbildung 3, Seite 6.

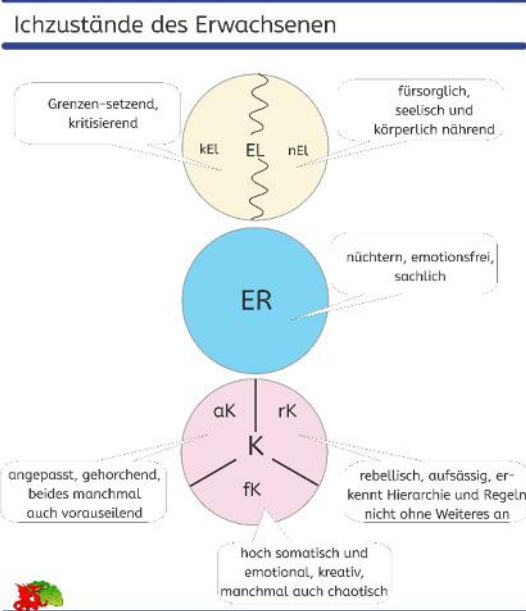


Abbildung 3: Ichzustände eines Erwachsenen

Alle sechs Ichzustände sind in einem psychisch gesunden Menschen vorhanden, gesund und notwendig.

Die verschiedenen Ich-Zustände

Der Erwachsenen-Ichzustand (ER)

Der **Erwachsenen-Ichzustand** ist der Teil der Persönlichkeit, mit dem wir die Realität im „Hier und Jetzt“ wahrnehmen. In diesem Ichzustand verhalten wir uns überwiegend sachlogisch und konsequent, jedoch weitgehend gefühllos: Wir verarbeiten Informationen, erkennen Zusammenhänge, wägen ab, ziehen Schlussfolgerungen und treffen Entscheidungen.

Einstellungen, Verhalten	Kommunikationsstil	Körper, Mimik
nüchtern, sachlich realitätsbezogen, aufgeschlossen objektiv, genau, logisch, rational, unvoreingenommen	W-Fragen: Wann? Wer? Was? Wo? Warum? Wie? Worum geht es? Wie funktioniert das? Was sind die Fakten? Was sind die Konsequenzen? Ich denke... Mir fällt auf, dass...	aufrechte Haltung klarer, gerader Blick offene Augen, Blickkontakt flexibel



Die Transaktionsanalyse

unbestechlich, beobachtend, prüfend, konzentriert	Ich fasse zusammen, ... Meiner Meinung nach... Soweit ich sehe, ...	sachliche Stimme ausgeglichen gleichmäßig
Ich bin okay und die anderen sind auch okay! Informationen sammeln, beobachten, nachfragen Ursachen erforschen Hinweise geben Möglichkeiten erörtern anweisen, organisieren erläutern, aufmerksam machen	zusammenfassend auf Wahrheiten bezogen von einem Metastandpunkt aus zielstrebig ergebnisorientiert knapp, zum Punkte bringend präzise, konzentriert, korrekt	

Der kritisch-normative Eltern-Ichzustand (kEI)

Das **kritisch-normative Eltern-Ich (kEI)** ist die Quelle für Zurechtweisungen, Verbote, Drohungen, aber auch für Vorurteile und Abwertungen, mit denen es in ein Geschehen eingreift. Es duldet keine weitere Diskussion. Kommunizieren wir aus dem kritischen Eltern-Ich, dann halten wir andere Personen häufig mit Einschüchterung auf Distanz und unter Kontrolle. Mit dem kritischen Eltern-Ich sorgen wir aber auch für eine Aufrechterhaltung von Regeln und Normen.

Einstellungen, Verhalten	Kommunikationsstil	Körper, Mimik
traditionsbewusst, prinzipientreu, verantwortlich, überlegen, misstrauisch, besserwisserisch, autoritär, rigide, „Ich bin okay, die anderen machen Fehler!“ anweisen, für Ordnung sorgen, Grenzen setzen, Vorschriften machen kontrollieren, konfrontieren, kritisieren, tadeln, zurechtweisen moralisieren, abwerten	Man, wir, das, es, ... es muss, soll, darf, .. nie, ständig, immer, wieder mal, Auf der Stelle... Das macht man nicht! Wir sind doch wohl alle der Meinung, ... Das ist ja lächerlich! Das weiß doch jeder! Hättst du einmal auf mich gehört! (Hättstemann!) Da ist ein Fehler! Vermeidung von „Ich“, diffuse, unkonkrete Zeitangaben, enge Vorgaben, mahnende Sprichworte, moralisierende Kommentare, knappe Anweisungen, dazwischenfahren, unterbrechen, Verallgemeinerungen,	Hände in die Hüften gestemmt erhobener Zeigefinger Faust auf den Tisch aufgerichtet gerade korrekt bis steif hochgezogene Augenbrauen verdrehte Augen Blick nach oben Kopfschütteln, Naserümpfen kurz und knapp

Der nährend-fürsorglichen Eltern-Ichzustand (nEI)

In der Kommunikation aus dem **nährend-fürsorglichen Eltern-Ich (nEI)** zeigen Menschen Fürsorge und Schutz, Verständnis, Unterstützung, Hilfe, Lob, Ermutigung oder Besänftigung. Allerdings kann Kommunikation aus dem nEI auch benutzt werden, um

- bei anderen Menschen Entwicklungen zum Erwachsenwerden behindern,
- die Kommunikationspartner klein zu halten oder
- abhängig zu machen oder
- zur Vermeidung von Auseinandersetzungen und Konflikten anhalten.



Die Transaktionsanalyse

<i>Einstellungen, Verhalten</i>	<i>Kommunikationsstil</i>	<i>Körper, Mimik</i>
Harmonie schätzend, zugewandt, gefühlorientiert, ausgleichend, unterstützend, fürsorglich, nachsichtig, (über-) verantwortlich, „Ich bin okay, die anderen brauchen Unterstützung!“ ermutigen, loben, helfen, entlasten, in Schutz nehmen, für andere sorgen, trösten sich abrackern moralisieren	Prima, sehr hübsch, gut gemacht. Mein Lieber! Sie Ärmste! Wie geht es uns denn? Das kriegen wir schon hin! Kann ich Ihnen helfen? Was brauchen Sie noch? Was wünschst du dir? Ist das auch nicht zu viel für Sie? Wir wollen doch nicht Lassen Sie nur, ich mache das schon! Keine Sorge! Das wird schon wieder. einfühlsam, weich, nachfragend, Anteil nehmend, harmonisierend, beruhigend, beschwichtigend, es anderen recht machend, seufzend	zugewandt, vorgebeugt sich selbst zurückhaltend, offene Hände und Arme, Kopf geneigt, über das Haar streichen, gebeugt, Leise Stimme, melodisch, Sing-Sang,

Der freie Kindheits-Ichzustand (fK)

Das **freie Kindheits-Ich (fK)** ist der ursprünglichste und natürlichste Teil unserer Persönlichkeit. Dieser Ichzustand dominierte zu Beginn unseres Lebens. Im freien Kindheits-Ichzustand sind wir in engem Kontakt mit unseren unmittelbaren körperlichen und seelischen Bedürfnissen und Gefühlen. Wir folgen spontan unseren Impulsen und richten uns nicht nach den Erwartungen und Vorschriften anderer. Im freien Kind können wir spielerisch und zärtlich, kreativ und pfiffig, aber auch egoistisch und rücksichtslos sein.

<i>Einstellungen, Verhalten</i>	<i>Kommunikationsstil</i>	<i>Körper, Mimik</i>
Ich-orientiert, emotional, bedürfnisorientiert, genießerisch, lustvoll, spontan, sprunghaft, hemmungslos Ich bin okay, die Anderen auch – wenn sie mitmachen sich begeistern, andere mitreißen, spontan agieren, neugierig sein, sich hingeben, sich freuen, sich ärgern, weinen und lachen, Energie entfachen, Ungewöhnliches tun, Neues erfinden und erproben andere für sich vereinnahmen	Wow! Klasse! Super! Ich will (nicht) ... Komm! Los! Ich bin sauer...! sehr viel „Ich“ kurze Sätze rasches Sprachtempo gefühlsbetont farbige, bildreiche Sprache	beweglich lebendig voller Energie aufgeweckt entspannt wache, leuchtende Augen offener Mund bewegliche Arme gefühlsbetonte Stimme hell, frei, laut energisch aggressiv reich an Modulationen

Der angepasste Kindheits-Ichzustand (aK)

Das **angepasste Kindheits-Ich (aK)** entwickeln wir ebenfalls in der frühen Kindheit. Es ist der Teil des Kindes, der bei der Konfrontation mit Forderungen, Kontrolle, Ge- und Verboten von Autoritätspersonen mit diesen kooperieren will. In sozialen Bezügen ist das angepasste Kindheits-Ich auch in späteren Lebensabschnitten



Die Transaktionsanalyse

oft notwendig. Denn aus dem angepassten Kind kommunizieren wir immer dann, wenn wir uns an den – möglicherweise nur vermuteten- Erwartungen anderer orientieren und unsere eigenen Wünsche und Ideen zurückstellen.

Einstellungen, Verhalten	Kommunikationsstil	Körper, Mimik
<p>ängstlich, sorgenvoll, vorsichtig, un- tertänig, sich unterordnend, fatalis- tisch, schuldbewusst</p> <p>höflich, beflissen, sich abhängig fühlend, opportunistisch</p> <p>Ich bin nicht okay, die anderen kön- nen oder wissen alles besser!</p> <p>zuvorkommend sein, vorausseilender Gehorsam, abwarten, genau betrachten, was andere tun, an den Lippen hängen, auf Vorga- ben warten, sich nach einer Macht richten, sich anpassen, sich zurück- ziehen, schmollen,</p>	<p>Bitte? - Vielen Dank! - Dürfte ich vielleicht... - Ohh... Schade... - Ich weiß nicht... - Ich traue mich nicht... - Ich kann das nicht... - Wenn Sie meinen...</p> <p>Ich könnte ja mal versuchen...</p> <p>Ja aber...</p> <p>Das ist/die anderen sind so gemein!</p> <p>passiv, defensiv, viele Fragen, ausweichend, keine Position beziehend, zögerlich, monoton, farblos, viel im Konjunktiv und Konditionalis sprechen, abgebrochene Sätze, auf Bestätigung wartend,</p>	<p>geduckte, gebeugte Haltung hängende oder heruntergezogene Mundwinkel, Schultern und Arme, angespannter Blick gesenkter Blick kaum Augenkontakt</p> <p>Leise gepresste Stimme monotone Sprachmelodie demütig zerknirscht weinerlich leise sanft bettelnd quengelig</p>

Der rebellischen Kindheits-Ichzustand (rK)

Menschen, die aus dem **rebellischen Kindheits-Ich (rK)** heraus kommunizieren, orientieren sich auch an den tatsächlichen oder vermeintlichen Forderungen dritter, nur tun sie dann gerade das Gegenteil des Erwarte- ten. Sie reiben sich permanent an -vermeintlichen- Autoritäten und warten mit geballter Faust in der Tasche auf Gelegenheiten, es „denen“ schon zu zeigen. Das rebellische Kind bringt bisweilen aber auch produktive Prozesse in Gang: Zum Beispiel, wenn es darum geht, sich gegen Diskriminierungen und Einengung zur Wehr zu setzen.

Einstellungen, Verhalten	Kommunikationsstil	Körper, Mimik
<p>aufmüpfig, im ständigen Wider- spruch, immer dagegen, übertrieben selbstbewusst, aufsässig</p> <p>Ich bin okay, das werde ich ihnen schon zeigen (Darunter: Ich bin nicht okay – aber darum gerade!)</p> <p>widersprechend, angreifen, bloß- stellen, herausfordern, kämpfen, immer auf der Hut sein, sich verweigern, aufbegehren, beharren, in Frage stellen, Strukturen anzweifeln bestreiten</p>	<p>Wozu das? – Warum immer ich? – Ist mir doch egal! – Pah! – Von we- gen...!</p> <p>So'n Quatsch!</p> <p>Ich denke nicht daran!</p> <p>Das lasse ich mir nicht gefallen!</p> <p>So nicht!</p> <p>Das geht Sie doch gar nichts an!</p> <p>erst einmal „Nein“ sagen, alles ne- gativ definieren, Abgrenzen, viele latente Einwürfe, aggressiv</p>	<p>zurückgelehnt verschlossene Mimik und Gestik Kinn und Unterlippe vorgeschoben Arme verschränkt hingelümmelt Grimassen schneiden, mit dem Fuß aufstampfen</p> <p>trotzige Stimme, fordernd, mürrisch, grummelnd, laut</p>

Eine Kommunikation aus jedem Ichzustand ist möglich, bei Erwachsenen erwarten wir zunächst jedoch eine Kommunikation aus der ER. Häufig beobachten wir jedoch eine Kommunikation aus jeweils einem Erwachse- nen-Ich, das jeweils von einem anderen Ich-Zustände eingetrübt wird.



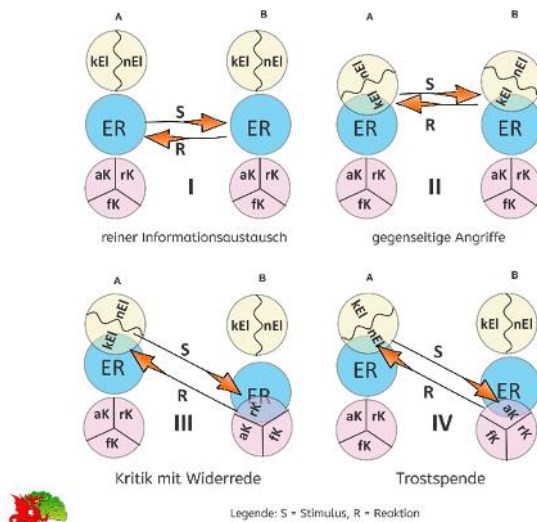
Die Transaktionsanalyse

Transaktionsformen

Parallel-Transaktionen

Wenn ein Mensch mit einem anderen kommuniziert, dann erfolgt dies aus einem der Ichzustände und richtet sich an einen bestimmten Ichzustand der anderen Person. Reagiert die angesprochene Person, wie erwartet, so ergibt sich daraus eine **parallele (komplementäre) Transaktion**:

Parallelkommunikation



- I A: „Wie spät ist es?“
B: Kurz vor zwei!"

- II A: Du bist zu spät! Du kommst nicht rein!
B: Und Du machst Pausen, wann und wie lange Du willst!

- III A: Du bist schon wieder zu spät!
B: Ich sehe gar nicht ein, warum ich pünktlich sein soll!

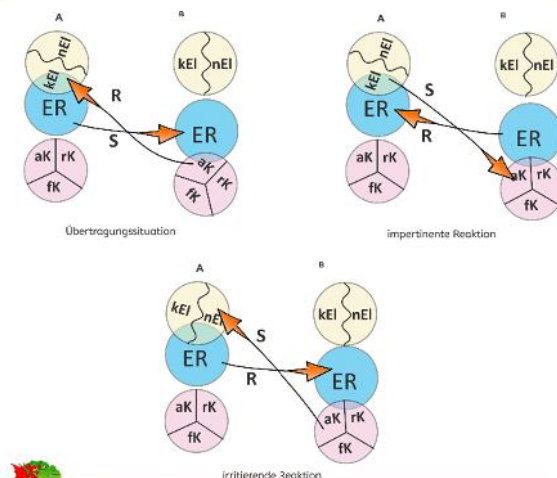
- IV A: Pass auf! Das ist gefährlich!
B: Ja, Mama. ich bin ganz vorsichtig!

Abbildung 4: Formen der Parallelkommunikation

Parallele Transaktionen führen zu einer Stabilisierung der beteiligten Ichzustände, nicht immer jedoch zu einem produktiven Ende. Die Beispiele II und III führen zu Verhärtungen und finden kein win-win-Ende. In Beispiel IV entmündigt die Mutter das Kind und verhindert eigene Erfahrungen. Parallelkommunikation der Typen II bis IV nennen wir „unproduktiv“.

Gekreuzte Transaktionen

Gekreuzte Transaktion



Antwortet ein Mensch auf einen Reiz (=Stimulus) hin nicht aus dem erwarteten Ichzustand und überkreuzen sich die Transaktionen, sprechen wir von „gekreuzter Transaktion“. In solchen Fällen bricht die Kommunikation ab.

- A) Auf die Frage einer Ehefrau nach sachlichen Information „Weist Du, warum unser Haushaltsgeld schon wieder so knapp ist?“ erhält sie die Antwort „Warum gibst Du mir an allem die Schuld?“ Hierbei handelt es sich um eine **Übertragungssituation**: das Verhalten eines Menschen aus dem Vorleben des Mannes wird auf die Frau übertragen.

Abbildung 5: Gekreuzte Transaktionen

- B) Im zweiten Fall kritisiert ein Lehrer aus dem kEL seinen Schüler: „Du hast schon wieder keine Hausaufgaben gemacht!“ Er erwartet eine Antwort aus dem aK: Der Schüler antwortet aus dem ER:



Die Transaktionsanalyse

„Stimmt!“ Diese Kreuzkommunikation empfinden die meisten Menschen als „naseweis“ oder **impertinent**.

- C) Im dritten Beispiel bittet B aus dem aK um Zuwendung und erhält stattdessen nackte Fakten. B: „Meine Kolleginnen und ich, wir fühlen uns völlig überlastet. Ich bitte Sie, mehr Personal einzustellen!“ B erwartet eine Reaktion aus dem nEL von A. A (aus dem ER): „Wenn ich so könnte wie ich wollte, tja dann ... Wir geben jeden Monat 20.000,00 € für Personal aus und überziehen damit unser Budget um 25,5 %. Das ist um 50% schlechter als im letzten Jahr.“ Dies ist eine **irritierende Transaktion**.

Verdeckte Transaktionen

Verdeckte Transaktion

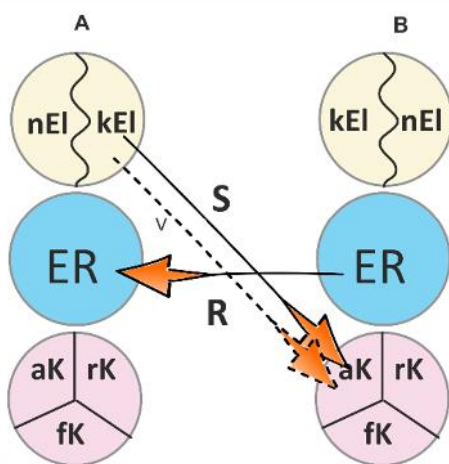


Abbildung 6: Verdeckte Transaktion

Von einer **verdeckten Transaktion** spricht man, wenn unter der offensichtlichen Transaktion eine zweite verdeckt liegt. Die eigentliche Dynamik liegt dabei auf der verdeckten Ebene.

Er möchte sein Ei am Frühstückstisch essen. Es steht kein Salz auf dem Tisch.

Er: „Es ist kein Salz auf dem Tisch!“

Unter dieser Nachricht liegt die Aufforderung an die Frau, Salz zu holen.

Im Bild links kreuzt die Gattin die Kommunikation mit den Worten: „Da hast Du recht, mein Lieber!“

Anguläre Kommunikation

Anguläre Transaktion

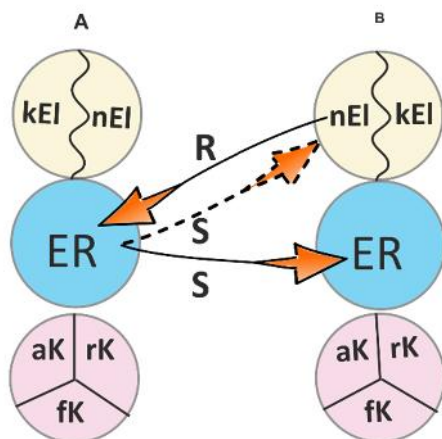


Abbildung 7: Anguläre Transaktion

Von einer **angulären Transaktion** spricht man, wenn neben dem hauptsächlich adressierten Ich-zustand ein zweiter verdeckt angesprochen wird, aus dem der angesprochene reagiert.

Bsp.: Ein Verkäufer lobt im Gespräch mit einem jungen Familienvater sein Produkt, ein nach seinen Angaben sehr umwelt- und familienfreundliches Auto aus. Gleichzeitig spricht aber auch das nEL des Vaters an, der sich unter Berücksichtigung genau dieser Argumente entscheidet.



Die Transaktionsanalyse

Duplex-Transaktionen

Duplex-Transaktion

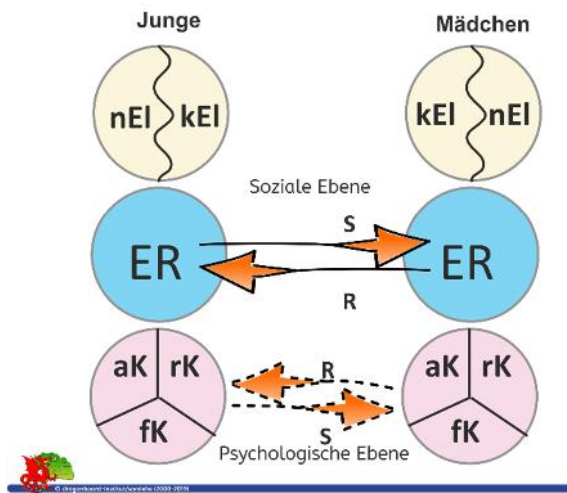


Abbildung 8: Duplex-Transaktion

Die **Duplex-Transaktion** gehört ebenfalls zu den verdeckten Transaktionen.

Unter einer Transaktion auf der ER-Ebene „Oh, Sie waren beim Friseur!“ liegt eine verdeckte psychologische Ebene „Ich interessiere mich für Dich!“

Soziale Ebene: „Ich erkläre Ihnen einmal die Bedienelemente dieses Cockpits.“

Psychologische Ebene: „Du bist als Frau doch einfach zu doof, das selbst herauszubekommen!“

Quellen:

Berne, Eric: Was sagen Sie, nachdem Sie >Guten Tag< gesagt haben? Fischer-Verlag, Frankfurt am Main, 21. Auflage, 2010, S. 129 ff

Getreu, Jens: Anwendungsmöglichkeiten der Transaktionsanalyse im Schulalltag, https://blog.getreu.net/_downloads/Transaktionsanalyse-im-Schulalltag.pdf

Gührs, Manfred und Claus Nowak; Das konstruktive Gespräch, Verlag Christa Limmer, Meezen (1998)

Oberdieck, Hartmut: Entwicklung und Training von emotionaler Kompetenz, <https://www.emotionalekompetenz.net/wp-content/uploads/2018/10/Trainingsunterlagen.pdf>

Deutsche Gesellschaft für Transaktionsanalyse: <http://www.dgta.de/ta/begriff.shtml> Stand: 16. Oktober 2006