

Dieter Gerhold

Das Kommunikationsmodell der Transaktionsanalyse

**Ein Übungs- und Materialhandbuch zum
Kommunikationstraining für Trainer,
Lehrer und Gruppenleiter**

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
U2 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 Essagt...	
Übungsvorlage zur Identifizierung und inhaltlichen Ausgestaltung der verschiedenen ICH-Zustände	48
Ü10 Hörmalzu	
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

020 Doppelköpfchen

Kommunikations-Übung zur Aufdeckung von Doppelbödigkeit. 106

021 Guter Ton

Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs 108

022 Hereinspaziert

Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs 109

Ü23 Reklamation

Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs 110

024 Schlichtung

Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs. 112

Ü25 Der neue Mitarbeiter

Kommunikations-Übung zur Stabilisierung des Erwachsenen-ICHs. 114

026 Eskalation

Kommunikations-Übung zur Identifizierung verborgener Motive. 115

3. Psychologische Spiele	117
17 Drama-Dreieck	
Materialblatt zu den drei Rollen psychologischer Spiele.	118
027 Zoohandlung	
Übungsvorlage zur Identifizierung der Rollen und Rollenwechsel psychologischer Spiele.	119
028 Die erste Verabredung	
Übungsvorlage zur Identifizierung der Rollen und Rollenwechsel psychologischer Spiele.	121
U29 Nachbarschaft	
Übungsvorlage zur Identifizierung der Rollen und Rollenwechsel psychologischer Spiele.	123
Ü30 Dramaturgie	
Übung zur Identifizierung der Rollen und Rollenwechsel psychologischer Spiele.	125
U31 Katze aus dem Sack	
Übung zur Entwicklung eines psychologischen Spielverlaufs.	126
Ü32 Wundertute	
Übung zur Entwicklung eines psychologischen Spielverlaufs.	127