

Sich selbst und andere managen – Transaktionsanalyse im Management

Jeder weiß, dass es diejenigen Leute gibt, die über den Erfolg einer Organisation entscheiden. Ihre Motivation, Identifikation mit dem Unternehmen und ihre Art der Kommunikation, haben alle Einfluss auf die Resultate. Die gleichen Faktoren sind verantwortlich für den Erfolg oder Misserfolg der Organisation. Der Erfolg einer Firma ist Resultat von spezialisierten Kenntnissen und Kommunikation, aber wie kann es sein, dass manche Leute erfolgreich sein und andere nicht?

Transaktionsanalyse beschäftigt sich mit allem was mit Kommunikation zwischen Menschen zu tun. Transaktion bedeutet den Austausch von Worten, Gedanken, Gesten, Mimik und Verhaltensweisen zwischen zwei Menschen und ist ein wesentliches Kommunikationselement.

Das Persönlichkeitsmodell nach der Transaktionsanalyse

Die Transaktionsanalyse bietet die Möglichkeit folgende Fragen zu beantworten: „Wer bin ich?“, „Warum verhalte ich mich auf diese oder jene Weise?“. Sie ist eine Methode, die es erlaubt über Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen eines Individuums zu lernen – basierend auf dem Konzept von Erlebniszuständen. Die Erlebnisse eines Individuums sind eingeschrieben im Gehirn und des Nervensystems. Diese beinhalten all das, was eine Kindheitserfahrung darstellt und von Eltern oder Erziehungsberechtigten weitergegeben wurde. Was hier gefunden wird, ist ein Muster an wahrgenommenen Erlebnissen und Gefühlen, genauso wie Verzerrungen von Erinnerungen. Diese Aufzeichnungen können beliebig ausgewählt und abgespielt werden, während zur gleichen Zeit vergangene Erlebnisse abgerufen oder nochmals erlebt werden können. Erlebniszustände können am einfachsten mit folgenden Begriffen beschrieben werden: Das Eltern-Ich, das Erwachsenen-Ich und das Kindheits-Ich. Jede Person manifestiert diese Erlebniszustände des Eltern-Ichs, des Erwachsenen-Ichs und des Kindheits-Ichs zu jedem beliebigen Zeitpunkt in jedem beliebigen Personenkreis, während es gleichzeitig möglich ist zwischen den Erlebniszuständen hin und her zu wechseln.



Das Eltern-Ich

Das Eltern-Ich ist zuständig für die erlernten Erfahrungen. Es besteht aus einem System an Werten, Normen, Regeln, Prinzipien und Gedanken, die von unseren Eltern oder Vormündern anerzogen wurden. Wir werden gelenkt durch diese Prinzipien, die bereits in jungen Jahren automatisch und unbewusst erlernt werden, besonders, wenn wir uns in einer unerwarteten Situation wiederfinden. Zwei Elemente machen das Eltern-Ich aus: das kritische Eltern-Ich – abwägend und unterstützend – und das fürsorgliche Eltern-Ich.

Das kritische Eltern-Ich wägt ab, moralisiert, tadelt, kritisiert, befiehlt, bestimmt, bestraft, kontrolliert und sorgt für das Einhalten der Ordnung. Wenn das Eltern-Ich kommuniziert, verwendet es häufig Aussagen wie: „du musst“, „du solltest“, „immer“, „niemals“, „nein“, etc..

Disclaimer

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Das fürsorgliche Eltern-Ich hört zu, zeigt Verständnis, lobt, tröstet, sorgt sich, unterstützt, hilft, hegt und pflegt. Dieser Zustand kann durch warme und gelassene Stimmen, wohlwollende Gesten und Aussagen wie: „Kopf hoch“ erkannt werden.

Das Erwachsenen-Ich

Das Erwachsenen-Ich stellt die gut durchdachte und rationale Seite dar. Es wird entwickelt während wir Älterwerden und lernen, wie wir mit der Realität umgehen. Das Erwachsenen-Ich wird dann ausgedrückt, wenn wir unsere Erfahrungen aufrichtig analysieren und objektiv zu Rate ziehen, um vernünftige Entscheidungen treffen zu können. Wir nehmen unser Erwachsenen-Ich meist dann zur Hilfe, wenn wir zuverlässige Information austauschen müssen. Die Person, die diese Einstellung hat, trifft überlegte und vernünftige Entscheidungen. Das Erwachsenen-Ich beobachtet die Welt objektiv, unvoreingenommen, gelassen, vernünftig und frei von Emotion, sammelt Information, analysiert diese logisch und kommt zu einer Schlussfolgerung. Es wird charakterisiert durch einen vernünftigen Ton und einem Mangel an Mimik und Gestik. Folgende Wörter werden häufig verwendet: „wer“, „was“, „wann“, „wo“, „wie“, „wie viel“.

Kindheits-Ich

Das Kindheits-Ich stellt die emotionale Seite dar. Gefühle, die im Verlauf der Kindheit erlebt wurden, sind darin eingeschrieben. Wenn wir in diesem Zustand Rückschlüsse ziehen, beruhen diese auf Emotionen. Das Kindheits-Ich besteht aus zwei Faktoren:

Das natürlich Kindheits-Ich: dieses Ich spielt, ist faul, aufgeweckt und wütend, fantasiert, weint oder lacht. Er oder Sie schert sich nichts um andere, ist spontan, tanzen, schreit, ist egoistisch und unbeugsam.

Das hilflose Kindheits-Ich: dieses Ich ist unterwürfig, zurückhaltend, fühlt sich schuldig, schiebt vor sich her, ist ängstlich, nicht selbstbewusst, zuvorkommend, hat keine eigene Meinung, zeigt keine Eigeninitiative und wird gelenkt durch die Meinungen und Bedürfnisse anderer Leute.

Es gibt keine guten oder schlechten Erlebniszustände. Alle drei Zustände sind notwendig für die angemessene Funktionsweise unserer Persönlichkeit. Wenn wir erkennen können, in welchem Erlebniszustand wir oder andere sind, so können wir die Unterhaltung bewusst beeinflussen.

Es ist erwähnenswert, dass der Erlebniszustand des Erwachsenen-Ichs am besten dafür geeignet ist Probleme zu lösen.

Quelle: Marta Znajmiecka-Sikora, „Transactional analysis BLIŻEJ PRZEDSZKOLA“ nr 9.84 wrzesień 2008, <http://cedego.pl/czytelnia2.php?id=42>

Disclaimer

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.