

## **Transaktionsanalytische Theorie der gesunden und pathologischen Entwicklung des Menschen**

Transaktionsanalytische Psychotherapie geht von der zentralen Bedeutung des Bindungsbedürfnisses für das Motivationssystem des Menschen aus. Besondere Bedeutung haben deshalb Konflikte, die aus nicht bewältigten Bindungsproblemen entstehen. Im Laufe ihres Lebens ziehen Menschen aus befriedigenden und unbefriedigenden Beziehungserfahrungen Schlussfolgerungen und treffen Lebensgrundentscheidungen, wie sie zukünftig denken, fühlen und sich gegenüber anderen verhalten werden. Die Gesamtheit dieser Entscheidungen und die sie begleitenden gefühlsmäßigen Prozesse, die sich ebenso im Körper und entsprechenden Symptomen zeigen, verdichten sich zu relativ stabilen inneren Mustern, welche ein "Lebensskript", eine Art Drehbuch für das weitere persönliche Leben bilden. Dieses Lebensskript ist den Betroffenen in der Regel nicht bewusst. Einige dieser Skriptmuster können sich später als einschränkend, destruktiv gegen die eigene Person und andere sowie als entscheidend für die Ausbildung psychischer Krankheitssymptome erweisen.

Transaktionsanalytische Psychotherapie hilft Menschen, diese Muster in ihrem Denken, Fühlen und Verhalten zu erkennen, zu verstehen und sie positiv - im Sinne eines befriedigenden, auf Problemlösungen und persönliche Autonomie gerichteten Lebens - zu verändern (Ganzheitlichkeit als biopsychosoziales Modell).

Der systemische Aspekt der Transaktionsanalyse in ihrer Kommunikations- und Spieltheorie hat sich außer in der Psychotherapie mit Einzelpersonen besonders in der therapeutischen Arbeit mit Paaren und Familien bewährt.