

Inhalt

Vorwort	11
I. TEIL: ALLGEMEINE ERWÄGUNGEN	
1. Kapitel: Einleitung	17
Was sagen Sie, nachdem Sie »Guten Tag« gesagt haben?	17
Wie sagen Sie guten Tag?	17
Ein Beispiel	19
Der Händedruck	23
Freunde	25
Die Theorie	25
2. Kapitel: Die Grundlagen der Transaktions-Analyse	26
Die Struktur-Analyse	26
Die Transaktions-Analyse	29
Die Strukturierung der Zeit	38
Die Skripts	43
II. TEIL: PROGRAMMIERUNG DURCH DIE ELTERN	
3. Kapitel: Das menschliche Schicksal	47
Lebenspläne	47
Magda	47
Della	49
Mary	51
Auf der Bühne und hinter den Kulissen	52
Mythen und Märchen	57
Die Geschichte von Europa	58
Rotkäppchen	61
Eine »marsische« Reaktion	62
Ein »Rotkäppchen-Skript«	64
Das Warten auf den Tod	67
Das »Warten-auf-den-Tod-Skript«	69
Die Geschichte von Dornröschen	70
Das Familiendrama	72
Das menschliche Schicksal	74
Historische Entwicklung	79
4. Kapitel: Vorgeburtliche Einflüsse	83
Einleitung	83
Erbeeinflüsse	87
Die Empfängniszene	90
Die Position bei der Geburt	93
Geburtsskripts	99
Vornamen und Nachnamen	101

5. Kapitel: Frühe Entwicklungen	104
Frühe Einflüsse	104
Überzeugungen und Entscheidungen	106
Positionen – Die Pronomina	106
Gewinner und Verlierer	112
Dreiseitige Positionen	113
Positionen – die Prädikate	115
Wahl des Skripts	119
6. Kapitel: Die Jahre der Formung	121
Programmierung durch die Eltern	121
»Marsisches« Denken	125
Butch	125
Der kleine Rechtsanwalt	129
Der Skript-Apparat	132
7. Kapitel: Der Skript-Apparat	137
Der Spielgewinn des Skripts	137
Das Gebot	141
Der Anstoß	142
Die Elektrode	143
Dinge und Behälter	145
Das Rezept	146
Elterliche Verhaltensmuster	149
Der Dämon	152
Erlaubnis	153
Die innere Befreiung	156
Chuck	157
Die Skript-Ausrüstung	160
Clementine	160
Hoffnungen und Konversationen	161
Gewinner	163
Hat jeder ein Skript?	164
Das Antiskript	165
Zusammenfassung	166
8. Kapitel: Späte Kindheit	168
Helden und Handlungen	168
»Maschen«	170
Gutscheine	172
Illusionen	181
Spiele	193
Die Persona	196
Familienkultur	197
9. Kapitel: Die Zeit des Heranwachsens (Adoleszenz)	204
Zeitvertreib	204
Neue Helden	205
Das Totem	206
Neue Gefühle	207

Physische Reaktionen	208
Das Vorderzimmer und das Hinterzimmer	209
Skript und Antiskript	210
Das Weltbild	211
Etiketts	216
»Man kann nicht jedem trauen«	218
Das hat (tut) doch jeder	220
<i>10. Kapitel: Reife und Tod</i>	222
Die Reife	222
Die Hypothek	223
Süchte	224
Das Dramen-Dreieck	226
Die Lebenserwartung	228
Das Alter	230
Der Tod	234
Galgenhumor	236
Die Nachwelt	237
Der Grabstein	238
Das Testament	239

III. TEIL: DAS SKRIPT IN AKTION

<i>11. Kapitel: Skript-Arten</i>	243
Gewinner, Nichtgewinner und Verlierer	243
Skript-Zeit	246
Sex und Skripts	248
Spielzeit und Zielzeit	251
<i>12. Kapitel: Einige typische Skript-Vorlagen und ihre klinischen Analysen</i>	254
Rosakäppchen oder »Die Waise«	254
Sisyphus oder »Jetzt hat es mich wieder erwischt!«	258
Die kleine Miss Muffet oder »Du kannst mich nicht erschrecken!«	260
Alte Soldaten sterben nie oder »Wer braucht mich?«	263
Der Drachentöter oder »Pappi weiß es am besten!«	265
Sigmund oder »Wenn du's so nicht schaffst, versuch's mal andersrum!«	267
Florence oder »Halte durch!«	268
Tragische Skripts	270
<i>13. Kapitel: Aschenputtel</i>	273
Aschenputtels Milieu	273
Die Geschichte von Aschenputtel	274
Skripts, die miteinander verkettet sind	276
Aschenputtel im wirklichen Leben	280
Nach dem Ball	282
Märchen und Menschen im wirklichen Leben	284
<i>14. Kapitel: Wie ist das Skript möglich?</i>	287
Die Plastizität des menschlichen Gesichts	288

Das mobile Selbst	293
Faszination und Prägung	300
Der geruchlose Duft	302
Die Vorauswirkung und die Nachwehen	306
Der kleine Faschist	314
Der tapfere Schizophrene	317
Die Puppe des Bauchredners	319
Mehr über den inneren Dämon	322
Die wirkliche Person	323
<i>15. Kapitel: Die Übertragung des Skripts</i>	325
Die Skript-Matrix	325
Die Familien-Parade	329
Die kulturelle Übertragung	331
Der Einfluß der Großeltern	333
Das Überskript	336
Verschmelzung der Skript-Direktiven	338
Romantische Geschichte wiederholt sich in Familie X	339
Zusammenfassung	340
Die Verantwortung der Eltern	341
 IV. TEIL: DAS SKRIPT IN DER KLINISCHEN PRAXIS	
<i>16. Kapitel: Die vorbereiteten Phasen</i>	347
Einleitung	347
Die Wahl des Therapeuten	349
Der Therapeut als Magier	351
Die Vorbereitung	352
Der Berufs-Patient	356
Der Patient als Person	357
<i>17. Kapitel: Die Skript-Zeichen</i>	360
Das Skript-Signal	360
Die physiologische Komponente	363
Wie man zuhört	366
Die grundlegenden Stimmsignale	368
1. Atemgeräusche	368
2. Akzente	369
3. Stimmen	370
4. Der Wortschatz	371
Die Wortwahl	371
1. Sprachteile	372
2. O.-K.-Wörter	373
3. Skript-Wörter	374
4. Metaphern	376
5. Sicherheitswendungen	377
6. Der Konjunktiv	378
7. Die Satzstruktur	379
Die Galgen-Transaktion	380
Arten des Lachens	383
1. Skriptgerechtes Lachen	384

2. Gesundes Lachen	384
Großmutter	385
Arten von Protest	386
Deine Lebensgeschichte	389
Die skriptgerechten Schaltprozesse	392
<i>18. Kapitel: Das Skript in der Behandlung</i>	395
Die Rolle des Therapeuten	395
Die Dosierung von Spielen	395
Motive für die Therapie	397
Das Skript des Therapeuten	398
Prognose	399
Die Skript-Antithese	402
Amber	403
Die Heilung	409
<i>19. Kapitel: Die entscheidende Intervention</i>	413
Abschließende Ausdrucksformen	413
Die Stimmen im Kopf	417
Die Dynamik der Erlaubnis	421
Zusammenfassung	426
Heilung oder Besserung	427
<i>20. Kapitel: Drei Fallbeispiele</i>	430
Clooney	430
Victor	438
Jan und Bill	440

V. TEIL: WISSENSCHAFTLICHE ERKLÄRUNG DER SKRIPT-THEORIE

<i>21. Kapitel: Einwände gegen die Skript-Theorie</i>	447
Geistig-religiöse Einwände	447
Philosophische Einwände	449
Vernunftbedingte Einwände	450
Doktrinäre Einwände	452
Empirische Einwände	454
Entwicklungsbedingte Einwände	456
Klinische Einwände	457
<i>22. Kapitel: Methodologische Probleme</i>	460
Landkarte und Territorium	460
Das Begriffsnetz	462
Verschwommene Informationen und harte Tatsachen	466
<i>23. Kapitel: Die Skript-Checkliste</i>	471
Definition eines Skripts	471
Wie man ein Skript verifiziert	475
Einführung in die Skript-Checkliste	481
Eine Skript-Checkliste	482
1. Vorgeburtliche Einflüsse	483
2. Frühe Kindheit	484
3. Mittlere Kindheit	485

4. Späte Kindheit	486
5. Die Zeit des Heranwachsens	487
6. Die Zeit der Reife	488
7. Der Tod	488
8. Biologische Faktoren	489
9. Die Wahl des Therapeuten	490
10. Die Skript-Zeichen	491
11. Das Skript in der Behandlung	492
Eine kurzgefaßte Checkliste	492
Eine Therapie-Checkliste	494
<i>Anhang</i>	
Was sagen Sie, nachdem Sie „Guten Tag“ gesagt haben?	501
Begriffserklärungen	504
Über den Autor und sein Werk	512
Bibliographie und Anmerkungen	514
Namen- und Sachregister	519