Sitzungsprotokoll Transaktionsanalyse

Patientin/Patient | Datum | Sitzung Nr.

1. Kurzer Kontext

Womit die Patientin kam, wichtige Ereignisse.

2. Leitthemen und Affekte

In der Sitzung genannte Themen, Gefühle, Körperreaktionen.

3. Ich-Zustände

Aus welchem Ich-Zustand die Patientin handelte und wann er wechselte, als Hypothese.

4. Transaktionen und Spiele

Die Art der Transaktion, oder ein Spiel nur dann, wenn Wechsel und Gewinn sichtbar sind.

5. Skript und Antreiber

Ein Antreiber, eine Einschärfung oder eine Lebensposition in den Worten der Patientin.

6. Streicheleinheiten und Autonomie

Gegebene, erbetene oder abgewertete Streicheleinheiten und die neuen eigenen Entscheidungen der Patientin.

7. Vereinbarungen und Hausaufgaben

Aufgaben und Beobachtungen bis zur nächsten Sitzung.

8. Risiken

Nur Signale, die zur Sprache kamen. Leer, wenn keine.

9. Besonderheiten von Sprache und Denken

Auffälligkeiten in der Form der Sprache. Meist leer.

10. Plan für die nächste Sitzung

Wozu Sie zurückkehren.

Sitzungsprotokoll Transaktionsanalyse: ausgefülltes beispiel

Patientin/Patient Anna, 34 (fiktiv) | Datum 12.11. | Sitzung Nr. 4

1. Kurzer Kontext

Kommt nach einem Konflikt mit dem Vorgesetzten, schläft seit einer Woche schlecht.

2. Leitthemen und Affekte

Angst → „Es wird eng in der Brust vor Teambesprechungen".

3. Ich-Zustände

Angepasstes Kind in der Besprechung → „Ich ducke mich wie vor der Tafel".

4. Transaktionen und Spiele

Gekreuzte Transaktion: „Ist der Bericht fertig?" wird als Vorwurf gehört → Rechtfertigungen.

5. Skript und Antreiber

„Sei perfekt" → kontrolliert den Bericht fünfmal pro Abend.

6. Streicheleinheiten und Autonomie

Wertet Lob ab: „Das war Glück" → **entschied selbst**, den Bericht einmal zu prüfen.

7. Vereinbarungen und Hausaufgaben

„Sei perfekt" bemerken → bis Dienstag drei Momente aufschreiben.

8. Risiken

Nicht geäußert.

9. Besonderheiten von Sprache und Denken

Nicht aufgefallen.

10. Plan für die nächste Sitzung

Den Vertrag überprüfen: **aus dem Erwachsenen-Ich in die Besprechung gehen**.