

## Die 4 Grundpositionen

Die vorherrschende Meinung, die ich von mir und Anderen habe, ist meine Grundposition. Jeder Mensch kann mehrere Grundpositionen einnehmen, zwischen denen er situativ wechseln kann. Er wird jedoch eine bevorzugen.

**Ich bin okay – Du bist okay**

**Ich bin okay – Du bist nicht okay**

**Ich bin nicht okay – Du bist okay**

**Ich bin nicht okay – Du bist nicht okay**

Okay-Sein ist eine Wertschätzung die ich mir oder Anderen gegenüber habe. Hiermit sind nicht die Fähigkeiten, die ein Mensch haben kann, gemeint.