

Die Transaktions-Analyse ist.....

.....**Selbsterkenntnis**, um die eigenen Wertvorstellungen und das eigene Verhalten zu erkennen. Ist mein Verhalten hilfreich für mich?

.....**Bewusstes Verhalten**, um positive Veränderungen im Verhalten gegenüber sich Selbst und Anderen zu bewirken.

.....**Autonomie**, bei allen Entscheidungen die wir treffen.
Sind unsere Entscheidungen selbst gesteuert oder fremd gesteuert?

.....**ein Verhaltensmodell**