

Die Auswertung des Fragebogens

Der Fragebogen ist nach der Trefferwahrscheinlichkeits-Methode aufgebaut. Deshalb werden nur die + bewertet. Zählen Sie nun alle +, die Sie bei den Fragen 1-60 (Skala I) eingekreist haben. Zählen Sie dann in der Skala I alle + bei den mit einem Stern versehenen Fragen. Dieser Wert mißt den Anteil des kritischen Eltern-Ichs (2). Subtrahieren Sie nun diesen Wert von Summenwert (1). So errechnen Sie den Anteil des stützenden Eltern-Ichs (3). Summe aller + in der Skala II (Fragen 61-104) ergeben den Wert des Erwachsenen-Ichs (4).

Zählen Sie jetzt alle eingekreisten + in der Skala III (Fragen 105-143) (5). Zählen Sie dann alle + bei den Fragen, die mit einem Stern gekennzeichnet sind (freies Kindheits-Ich) (6). Wenn Sie diesen Wert (6) nun noch von der Summe (5) subtrahieren, erhalten Sie den Anteil des angepaßten Kindheits-Ichs.

Skala I (Fragen 1-60)	
Summe aller +	= _____ (1)
Summe der +-Antworten, die mit einem Stern versehen sind (kritisches Eltern-Ich)	= _____ (2)
(1) minus (2) (nährendes Eltern-Ich)	= _____ (3)
Skala II (Fragen 61-104)	
Summe aller + (Erwachsenen-Ich)	= _____ (4)
Skala III (Fragen 105-143)	
Summe aller +	= _____ (5)
Summe der +-Antworten, die mit einem Stern versehen sind (freies Kindheits-Ich)	= _____ (6)
(5) minus (6) (angepaßtes Kindheits-Ich)	= _____ (7)

Nachdem Sie auf diese Weise die Rohwerte für Ihr kritisches Eltern-Ich (2), Ihr näherndes Eltern-Ich (3), Ihr Erwachsenen-Ich (4), Ihr freies Kindheits-Ich (6) und Ihr angepaßtes Kindheits-Ich (7) ermittelt haben, gilt es, diese Größen in aussagefähige Skalenwerte umzurechnen. Die folgende Darstellung zeigt Ihnen, wie Sie bei dieser Umrechnung vorzugehen haben, sie zeigt, welcher Rohwert welchem Skalenwert entspricht.

Skala I				Skala II		Skala III			
kritisches Eltern-Ich		stützendes Eltern-Ich		Erwachsenen-Ich		freies Kindheits-Ich		angepaßtes Kindheits-Ich	
Rohwert (2)	Skalenwert	Rohwert (3)	Skalenwert	Rohwert (4)	Skalenwert	Rohwert (6)	Skalenwert	Rohwert (7)	Skalenwert
2	0	2	0	13	0	1	0	1	0
3	5	5	5	14	5	2	5	2	5
5	10	7	10	16	10	3	10	3	10
7	20	10	20	18	20	5	20	5	20
9	30	12	30	21	30	7	30	7	30
11	40	14	40	23	40	8	40	8	40
12	50	16	50	26	50	9	50	9	50
14	60	18	60	29	60	10	60	10	60
16	70	20	70	31	70	12	70	12	70
18	80	22	80	33	80	13	80	13	80
20	90	25	90	36	90	15	90	15	90
21	95	28	95	38	95	17	95	17	95

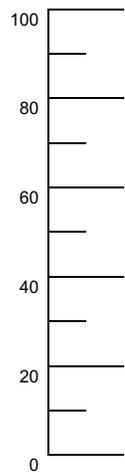
Tragen Sie Ihre Skalenwerte nun bitte in die entsprechenden Säulen der untenstehenden Abbildung ein. Auf diese Weise erhalten Sie Ihr persönliches Egogramm.



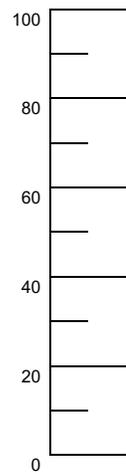
Egogramm-Auswertung

Das ist Ihr Egogramm

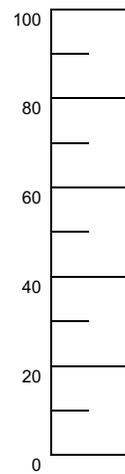
kritisches Eltern-Ich



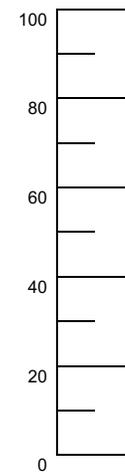
nährendes Eltern-Ich



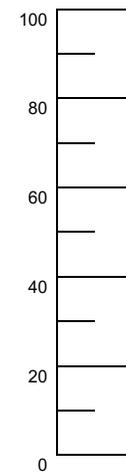
Erwachsenen-Ich



freies Kindheits-Ich



angepaßtes
Kindheits-Ich



Nachdem Sie Ihr persönliches Egogramm erstellt haben, sollten Sie bei der Einschätzung und Beurteilung der einzelnen Skalenwerte folgenden Sachverhalt berücksichtigen:

Es gibt keine guten und es gibt keine schlechten Egogramme, genauso wie wir von einem bestimmten Ich-Zustand nicht pauschal behaupten können, er sei gut oder schlecht. Denn: Jeder Ich-Zustand hat seine Bedeutung, seinen eigenen Wert. Jeder Ich-Zustand bringt Ihnen im Umgang mit Ihren Mitmenschen sowohl Vorteile als auch Nachteile.

Das Egogramm hat eine andere Aufgabe: Es gibt Ihnen Auskunft darüber, wie Ihre psychische Energie auf die einzelnen Ich-Formen verteilt ist. Und wie stark die verschiedenen Ich-Zustände in Ihnen ausgeprägt sind.

Je höher der Skalenwert einer bestimmten Ich-Form ist, desto ausgeprägter und stärker stellt sich der entsprechende Ich-Zustand dar. (Der mittlere Skalenwert 50 entspricht im übrigen dem bei einem Test mit 3.000 deutschsprachigen Personen ermittelten Durchschnittswert.)

Ist eine Ich-Form im Vergleich zu einer anderen um mehr als 16 Skaleneinheiten höher, so bedeutet dies: In schwierigen Situationen, in denen Sie sich einem gewissen Druck, einem gewissen Zwang ausgesetzt sehen, wird dieser Ich-Zustand Ihr Verhalten bestimmen und beherrschen. Sie haben in solchen Situationen Schwierigkeiten, diesen Ich-Bereich zu verlassen. Und: Die Dominanz eines bestimmten Ich-Zustands beeinflusst Ihr Wahrnehmungsvermögen in der betreffenden Situation. Sie nehmen in diesen Fällen nur noch das wahr, was Ihre augenblickliche Halten rechtfertigen kann, was diesem Ich-Zustand eine Berechtigung gibt. Einflüsse, die diese Haltung in Frage stellen könnten, werden schlichtweg ignoriert.

Sind sich die Skalenwerte Ihrer verschiedenen Ich-Bereiche sehr ähnlich, sind keine großen Unterschiede zwischen den einzelnen Säulen zu erkennen, dann bedeutet dies: Sie wechseln oft und sehr rasch von einem Bereich in den anderen. Ihre Verhaltensweise ist nicht konstant, Sie ändern sie oft.

Zusatzinformationen zum Egogramm

Im folgenden finden Sie einige Beispiele für die Vorteile und die Nachteile der einzelnen Ich-Bereiche geben. Die Aussagen stützen sich auf Befragungen, die man unter Mitarbeitern und Angestellten verschiedener Unternehmen durchgeführt hat. Diese Personen sollten Auskunft darüber geben, was sie an Vorgesetzten schätzen, die vom Eltern-Ich, vom Erwachsenen-Ich oder vom Kindheits-Ich dominiert werden. Und welche Eigenschaften und Verhaltensweisen ihnen an den Führungskräften, die vom entsprechenden Ich-Zustand geprägt sind, mißfallen.

I) Beispiele für die positiven Auswirkungen der einzelnen Ich-Bereiche

a) Kritisches Eltern-Ich

- Rasche Entscheidung in schwierigen Situationen
- Das anlegen hoher Maßstäbe
- Die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen
- Wertschätzung für Normen und Traditionen, die dem eigenen Handeln Sicherheit verleihen

b) Nährendes Eltern-Ich

- Die Vermittlung von Geborgenheit und Schutz
- Das Übernehmen der Führung in schwierigen Situationen
- Geduldiges zuhören
- Verständnis

c) Erwachsenen-Ich

- Das Sammeln von Erfahrungen
- Das Erforschen der tatsächlichen Ursachen

- Die Bereitschaft, Schwierigkeiten zu bewältigen
- Konfliktlösung durch direktes Eingehen auf die Schwierigkeiten
- Entscheidungsfreude
- Aktivität
- Offenheit
- Selbständigkeit

d) Freies Kindheits-Ich

- Die Fähigkeit, sich für bestimmte Dinge zu begeistern
- Witz und Charme
- Die Fähigkeit, zu genießen
- Spontaneität
- Phantasie

e) Angepaßtes Kind-Ich

- Die Fähigkeit, Kompromisse zu schließen
- Rücksichtnahme
- Bescheidenheit

II. Beispiele für die negativen Auswirkungen stark ausgeprägter Ich-Bereiche (Skalenwert höher als 80)

a) Kritisches Eltern-Ich

- Herrschsucht
- Intoleranz
- Das Nichteingestehen eigener Fehler. Für Fehler werden immer andere verantwortlich gemacht.
- Unkontrollierte Reaktionen (Verärgerung, Wutausbruch).
- Skepsis gegenüber Neuerungen. Das Ablehnen von Veränderungen.
- Das Bewahren und Pflegen von Vorurteilen

b) Nährendes Eltern-Ich

- Der Versuch, Abhängigkeiten zu schaffen
- Das Beherrschen und Unterdrücken anderer Menschen auf sanfte, indirekte Art und Weise
- Das Gefühl, von anderen Menschen zu wenig beachtet zu werden.
- Wenig Vertrauen in die Fähigkeiten anderer Menschen.
- Das Ablehnen von Komplimenten
- Der Wille, Schwierigkeiten lieber selbst und alleine zu bewältigen.
- Wohlmeinendes Verhalten gegenüber anderer Menschen. Übertriebene Zuwendung.

c) Erwachsenen-Ich

- Emotionslosigkeit
- Langweilige und eintönige Ausstrahlung
- Fade Erscheinung
- Roboterhaftes Verhalten

d) Freies Kindheits-Ich

- Ungestümes, ungeduldiges Wesen
- Unkontrolliertes Verhalten
- Leichtsinn
- Rücksichtslosigkeit
- Keine Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen
- Impulsivität und Emotionalität
- Unkontrollierte, unbeherrschte Reaktionen

e) Angepaßtes Kindheits-Ich

- Zu starke Anpassung, die bis zur teilweisen Selbstaufgabe reichen kann.

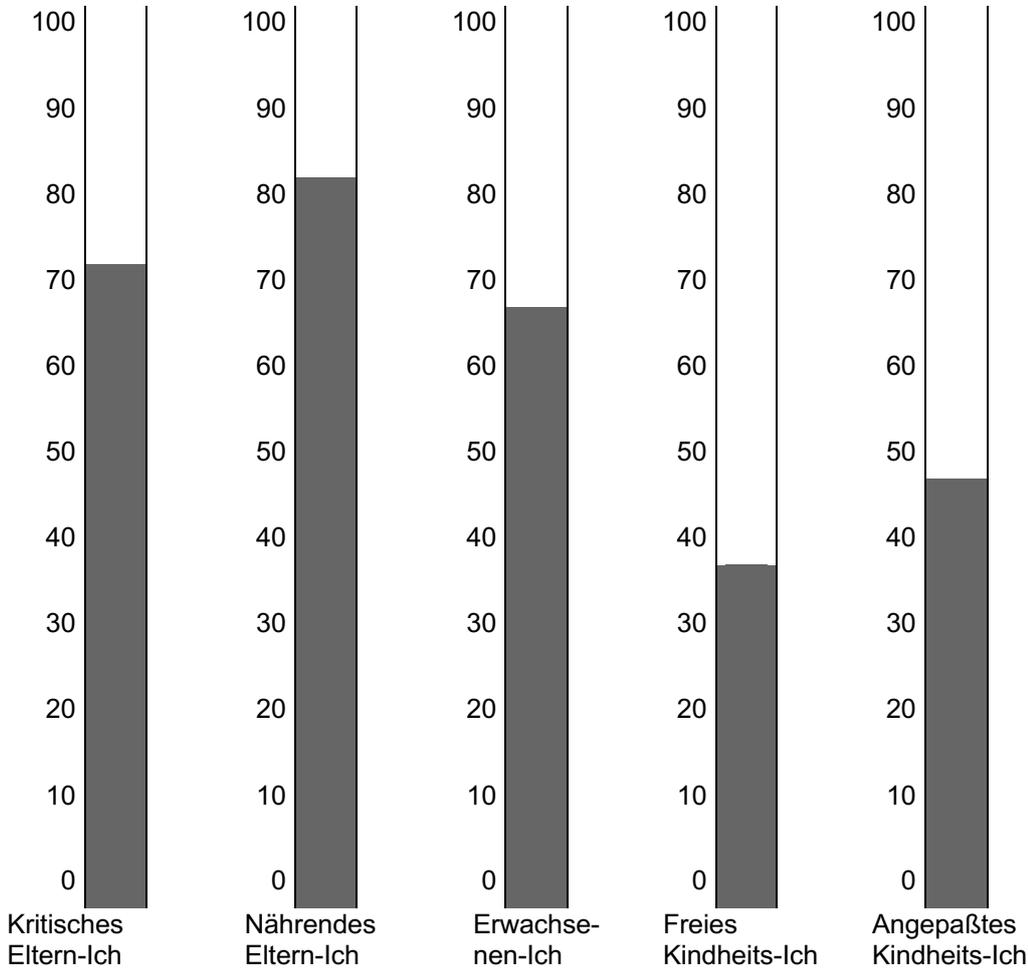


Egogramm-Auswertung

- Introvertiertheit, zurückgezogenes Wesen
- Die Angst, Fehler zu begehen
- Die Neigung, schnell zu resignieren, schnell aufzugeben

Untersuchungen, die mit mehr als 4.000 deutschen und schweizerischen Führungskräfte durchgeführt wurden und auf dem obengenannten Fragebogen basierten, haben folgende durchschnittlichen Egogramm-Werte erbracht:

Egogramm von Führungskräften (Durchschnitt von N = 4.280)

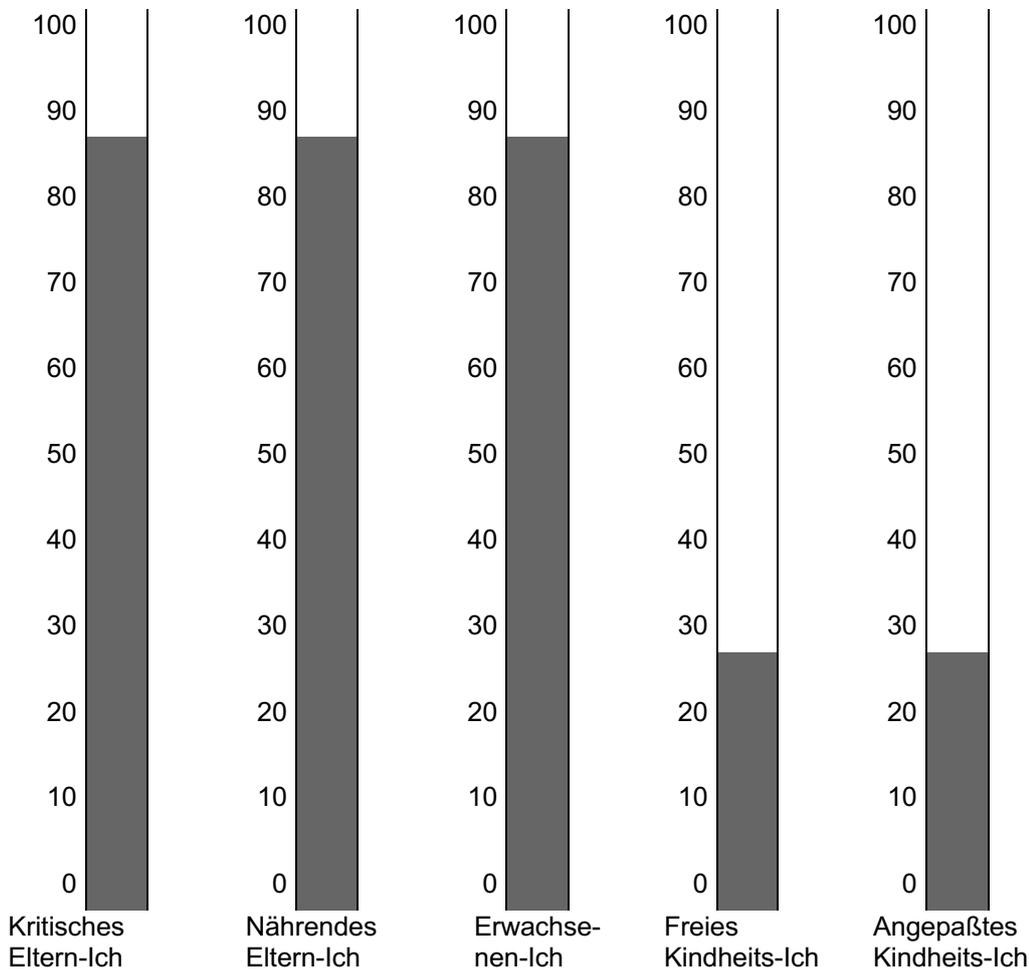


Die graphische Darstellung des Egogramms von Führungskräften weist auf zwei charakteristische Elemente hin:

- Beide Bereiche des Eltern-Ich, das kritische wie das stützende, sind sehr ausgeprägt.
- Dagegen stellt sich das natürliche Kindheits-Ich als ziemlich unterentwickelt dar. Daraus könnte man die Schlußfolgerung ableiten, daß es Führungskräften an Natürlichkeit, Spontaneität und Kreativität fehlt. Daß sie in diesen Bereichen einen gewissen Nachholbedarf haben.

Man kann die in der vorherigen Grafik deutlich gewordenen Durchschnittswerte weiter differenzieren. Indem man Unterscheidungen vornimmt nach einzelnen Branchen, nach dem Alter der Befragten und ihrer jeweiligen Ausbildung, ergibt sich von Fall zu Fall ein andersartiges Bild. Von großer Bedeutung ist beispielsweise die Höhe und der Einfluß einer Führungsposition. Das durchschnittliche Egogramm von 800 Direktionsmitgliedern,

die leitende Positionen in Großunternehmen der deutschsprachigen Schweiz innehaben, stellt sich folgendermaßen dar:



Die hohen Werte der beiden Eltern-Ichs wie auch des Erwachsenen-Ichs lassen auf große Selbstsicherheit, große innere Stabilität und Ausgeglichenheit schließen, solange es um die Durchsetzung und Aufrechterhalten traditioneller und bewährter Methoden und Normen geht.

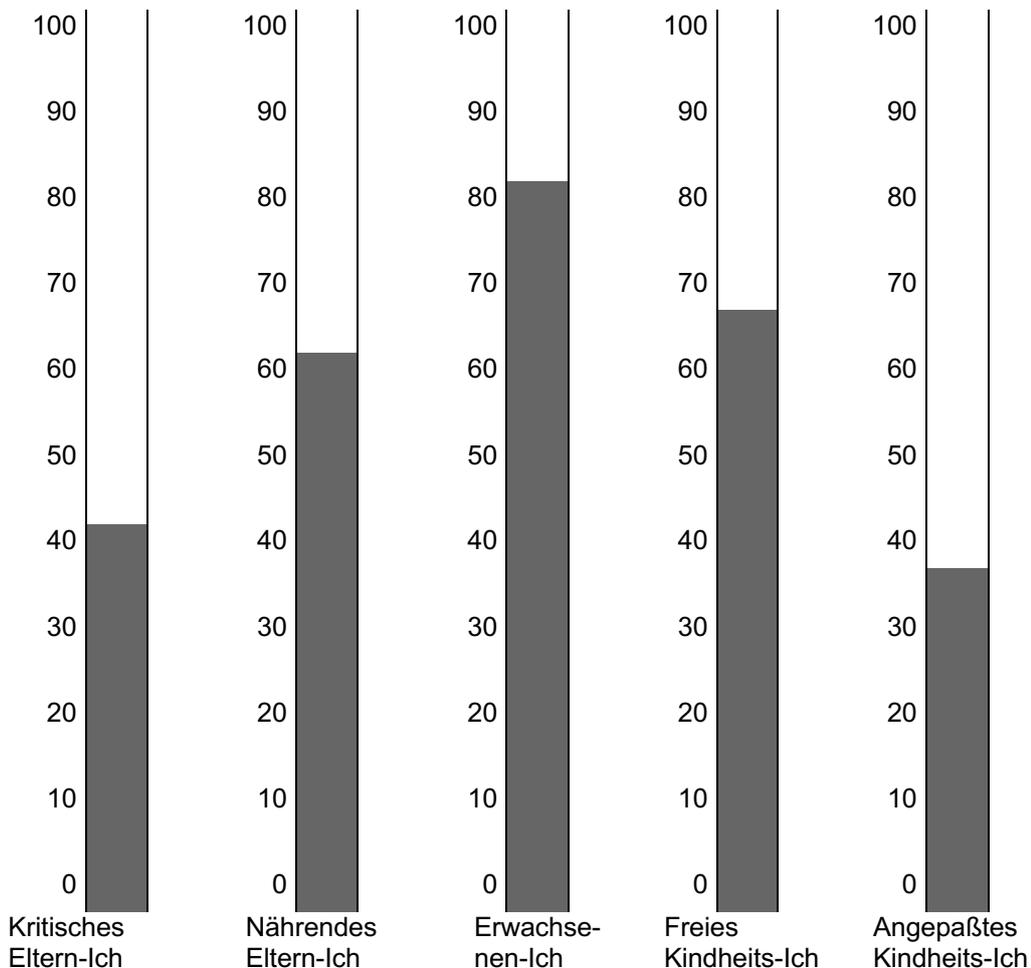
Aber diese Stabilität hat auch ihre Nachteile: Ein solches Egogramm deutet darauf hin, daß Veränderungen und Neuerungen nur sehr ungern in Angriff genommen werden, daß man neuen Entwicklungen oft beachtlichen Widerstand entgegensetzt.

Und: Diese soliden und selbstsicheren Führungskräfte bringen ihre Gefühle und Empfindungen oft nur sehr unzureichend zum Ausdruck, sie zeigen im Umgang mit ihren Emotionen oftmals große Hilflosigkeit und Unsicherheit.

Wir müssen uns klarmachen, daß Egogramme immer nur Momentaufnahmen sind, daß sie immer nur augenblickliche Konstellationen widerspiegeln. Und wir müssen uns der Tatsache bewußt sein, daß sich ein Egogramm und damit das Kräfteverhältnis zwischen den einzelnen Ich-Bereichen auch kurzfristig verändern kann. Dies geschieht nach einschneidenden Erlebnissen wie einer schwerwiegenden Krankheit, dem Verlust des Lebensgefährten oder der Trennung von einem Partner. Und andererseits verändern sich Egogramme auch langfristig, entsprechend den verschiedenen Lebensphasen, die ein Mensch durchläuft.

Hauptanliegen der Transaktionalen Analyse ist es, das Erwachsenen-Ich so zu stärken, daß ihm gegenüber den anderen Ich-Bereichen das größte Maß an psychischer Energie zur Verfügung steht. Damit ist gewährleistet, daß das Erwachsenen-Ich in jeder Situation souverän und angemessen entscheiden kann. Es befindet darüber, in welcher Lage mit welcher Ich-Form reagiert werden soll.

Die folgende Abbildung gibt Ihnen Auskunft über das Egogramm, das sich die meisten Menschen, unabhängig davon, ob es sich um Führungskräfte oder Angestellte handelt, wünschen.



Wir müssen uns aber klarmachen: Es gibt kein ideales, kein modellhaftes, kein allein gültiges Egogramm. Denn jeder Mensch wird eine Gewichtung der einzelnen Ich-Bereiche nach seinen individuellen Bedürfnissen und denen seiner Umwelt wünschen.

Das heißt: Ein Künstler wird andere Schwerpunkte setzen, wird seine psychische Energie auf andere Weise verteilen mögen, als dies ein Jurist tut. Eine Krankenschwester muß auf bestimmte Ich-Bereiche größeren Wert legen als ein Manager.

Unabhängig vom jeweiligen Beruf haben die meisten Menschen dennoch eine bestimmte Wunschvorstellung von ihrer Persönlichkeit, die durch folgende Eigenschaften und Gewichtungen charakterisiert wird:

- Gewünscht wird ein starkes Erwachsenen-Ich, das das Gesamtverhalten sinnvoll zu steuern vermag.
- Gleichzeitig wird sowohl dem natürlichen Kindheits-Ich wie auch dem stützenden Eltern-Ich große Bedeutung beigemessen. Ersteres soll den nötigen Schwung und Elan, die nötige Freude am Leben



Egogramm-Auswertung

vermitteln, während das sützende Eltern-Ich die Bemühungen um das Wohlergehen und die Zufriedenheit der Mitmenschen fördern soll.

- Dagegen wird dem kritischen Eltern-Ich und dem angepaßten Kindheits-Ich weit weniger Gewicht zugestanden. Für diese Bereiche, für zu kritisches oder zu angepaßtes Verhalten, möchten die meisten Menschen nicht sehr viel psychische Energie aufwenden.