



Korai Peter Stemann
Der Weg vom Durchschnitt zur Elite

Praktische Übungen zur Transaktionsanalyse

Formuliere aus!

Finde oder erfinde drei typische Gewinneräußerungen und ergänze diese hier:

1. Mein Leben ist lebenswert.
2. Ich bin in der Lage, mir erstrebenswerte Ziele zu setzen.
3. Ich bin gerne mit Menschen zusammen.
4.
5.
6.

Erinnere dich an drei Regeln, die deine Eltern dir mitgegeben haben und ergänze:

1. Sei pünktlich.
2. Sei nicht neugierig.
3. Sei fleißig.
4.

**Mentor der;-s, ...oren*

Nach Mentor, den Odysseus bat, seinen Sohn Telemach auf seine Rolle als König von Ithaka vorzubereiten.

Heutige Bedeutung: Anleiter, Förderer, Ratgeber, Fürsprecher, Lehrmeister, Tutor, Freund.

5.
6.

Ergänze drei Regeln, die du deinen Kindern gegeben hast (oder geben würdest):

1. Eigenlob stinkt.
2. Bei Geld hört die Freundschaft auf.
3. Geh nie bei Rot über die Straße.
4.
5.
6.

Ergänze drei bestätigte Eltern-ICH-Daten:

1. Die Familie kommt zuerst.
2. Halte Ordnung in deinem Kleiderschrank.
3. Esoterik ist Quatsch.
4.

**Mentor der;-s, ...oren*

Nach Mentor, den Odysseus bat, seinen Sohn Telemach auf seine Rolle als König von Ithaka vorzubereiten.
Heutige Bedeutung: Anleiter, Förderer, Ratgeber, Fürsprecher, Lehrmeister, Tutor, Freund.

Mentoren-Media-Verlag GmbH • Geschäftsführer: Dipl.-Ing.(FH) Thomas Göller • Erfolg braucht Mentoren.

Mentoren-Media-Verlag GmbH
Königsberger Straße 16
55218 Ingelheim am Rhein
Deutschland

Kontakt:
Tel.: +49 (0)6132 / 4229-100
Mail@Mentoren-Verlag.de
www.Mentoren-Verlag.de

Registerdaten:
HRB 50346 beim Amtsgericht Mainz
USt-IdNr.: DE342119178
Geschäftsführung: Thomas Göller

MVB Mainzer Volksbank eG.
Konto: 122120017 | BLZ : 55190000
IBAN: DE21 5519 0000 0122 1200 17
BIC: MVBMD55

5.
6.

Ergänze drei bestätigte Kind-ICH-Daten:

1. Gönn dir auch mal was.
2. Jeder sollte ein Hobby haben.
3. Lachen ist gesund.
4.
5.
6.

**Mentor der;-s, ...oren*

Nach Mentor, den Odysseus bat, seinen Sohn Telemach auf seine Rolle als König von Ithaka vorzubereiten.
Heutige Bedeutung: Anleiter, Förderer, Ratgeber, Fürsprecher, Lehrmeister, Tutor, Freund.

Mentoren-Media-Verlag GmbH • Geschäftsführer: Dipl.-Ing.(FH) Thomas Göller • Erfolg braucht Mentoren.

Mentoren-Media-Verlag GmbH
Königsberger Straße 16
55218 Ingelheim am Rhein
Deutschland

Kontakt:
Tel.: +49 (0)6132 / 4229-100
Mail@Mentoren-Verlag.de
www.Mentoren-Verlag.de

Registerdaten:
HRB 50346 beim Amtsgericht Mainz
USt-IdNr.: DE342119178
Geschäftsführung: Thomas Göller

MVB Mainzer Volksbank eG.
Konto: 122120017 | BLZ : 55190000
IBAN: DE21 5519 0000 0122 1200 17
BIC: MVBMD55