



Korai Peter Stemmann
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.

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 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