

Transaktionsanalyse

Als Antreiber werden elterliche Forderungen bezeichnet, die dem Kind ermöglichen sollen „gut durchs Leben zu kommen“.

- **„sei perfekt“** Dieser Antrieb verlangt Gründlichkeit, Perfektion
- **„mach schnell“** Dieser Antrieb ist Anlass, alles rasch zu erledigen
- **„streng dich an“** Versuche es kräftig, mit viel Energie, ernsthaft
- **„mach es allen recht“** Sei liebenswürdig, verhalte Dich mir zu liebe
- **„sei stark“** beherrsche Dich, sei Vorbild für alle, nimm Hilfe nicht an

Die Bedeutung bzw. die psychologische Wirkung dieser Aussagen wird klar, wenn man das Wort „immer“ dazu gibt, sie also verabsolutiert werden.

So wirken sie auf Dauer unser Leben bzw. unsere Lebensqualität einschränkend, weil sie konstant auf uns und unser Tun Druck machen und in der Absolutheit nicht erfüllbar sind.