

# Die 4 Lebensanschauungen (Thomas Harris)

**(1)** "Ich bin nicht o.k. - Du bist o.k."

**(2)** "Ich bin nicht o.k. - Du bist nicht o.k."

**(3)** "Ich bin o.k. - Du bist nicht o.k."

**(4)** "Ich bin o.k. - Du bist o.k."

---

zu (1)

- arrogante, cholerische Führungskräfte : Er fühlt sich nicht o.k. und seine Gegenüber sind viel besser als er.
- Positiv für Ihn: Er gewährt keinen Einblick in seine inneren

---

zu (2)

- Empathie Mangel
- langfristig gefährlich
- z.B. Autisten

---

zu (3)

- oft als "Kriminellen-Skript" konnotiert
- "selbst streichelnd"
- Personen die nach diesem Motto handeln können sich nicht unterordnen, da sie ihre Gegenüber als "nicht o.k." (oder auch Deppen) empfinden. (Al Capone als Bsp.)

---

zu (4)

- setzt kognitive Entscheidung voraus

- positiver Grundgedanke
- "Man kann mit anderen nur so gut befreundet sein, wie mit sich selbst." (Andreas Tenzer)
- Vorschlag Eric Berne: "Verzicht auf Spiele"
- "Ich grüße Dein inneres Wesen!" ...Trennung von "Person" und "Verhalten"

---

Revision #7

Created 8 September 2021 12:26:32 by Martin Tienken

Updated 14 October 2021 11:57:39 by Martin Tienken