

表 II-1 自我状態

	言語的診断	行動的診断
CP	<ul style="list-style-type: none"> <li>●～すべきである</li> <li>●～する義務がある</li> <li>●～しなければいけない</li> <li>●～してはいけない</li> <li>●当然でしょう</li> <li>●だめねえ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●拳で机をたたく</li> <li>●人を鼻であしらう</li> <li>●相手をさえぎって、自分の言葉をはさむ</li> <li>●押しつけ調で話す</li> <li>●額にしわをよせた厳しい顔つき</li> </ul>
NP	<ul style="list-style-type: none"> <li>●～してあげよう</li> <li>●よくできたよ</li> <li>●あなたの気持ちわかるわ</li> <li>●かわいそうに</li> <li>●まかせておきなさい</li> <li>●がんばりましょう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●背中をさする</li> <li>●手をさしのべる</li> <li>●心配りがゆきとどく</li> <li>●抱いてあげる</li> <li>●握手で相手を迎える</li> <li>●愛撫する</li> </ul>
A	<ul style="list-style-type: none"> <li>●誰が？</li> <li>●なぜ？</li> <li>●いつのことですか？</li> <li>●どうやって？</li> <li>●～と思う</li> <li>●私の意見では～</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●姿勢がよい</li> <li>●能率的</li> <li>●落ち着いた態度</li> <li>●論理的</li> <li>●言葉が選ばれている</li> <li>●計算されている</li> </ul>
FC	<ul style="list-style-type: none"> <li>●ワー、キャー</li> <li>●好きだ、嫌いよ</li> <li>●～がほしい</li> <li>●お願い！</li> <li>●～をしたい</li> <li>●うれしい！</li> </ul> <p>(感嘆詞)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●自由な感情表現</li> <li>●よく笑う、ふざける</li> <li>●明るいユーモア</li> <li>●自発的、活発</li> <li>●のびのびした態度</li> <li>●ときに空想的</li> </ul>
AC	<ul style="list-style-type: none"> <li>●～してもいいでしょうか</li> <li>●～できません</li> <li>●だめなんです</li> <li>●どうせ私なんか</li> <li>●ちっともわかってくれない</li> <li>●もういいです</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●遠慮がち</li> <li>●いわゆるイイ子</li> <li>●気を使う</li> <li>●迎合的</li> <li>●ときに攻撃的、反抗的になる</li> <li>●過剰な適応</li> </ul>

診断の手がかり

社会的診断	生活史的診断
<ul style="list-style-type: none"> <li>●相手の挨拶に応えない</li> <li>●意見を異にする人を排斥する</li> <li>●ことさら相手のミスを指摘する</li> <li>●特別扱いを要求する</li> <li>●相手の従順さをたたえる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●私の几帳面さは父から受けついでものです</li> <li>●これは父がよく使った言葉です</li> <li>●これは私の家のやり方で、変えるつもりはありません</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●相手の世話をやく</li> <li>●ゆっくり相手の話に耳を傾ける</li> <li>●泣く相手にティッシュ・ペーパーをさし出す</li> <li>●相手の面子をつぶさぬ形で忠告する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●頼まれたら断れないのが、私のたちなのです</li> <li>●私のこんなところは母とよく似ています</li> <li>●そんな冷たい態度は私にはとても取れません</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●対等な話し合い</li> <li>●相手の目を見て冷静に話す</li> <li>●必要な場合、互いに沈黙して考えをまとめる</li> <li>●相互の情報の収集</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●両親ともほとんど感情的になったことはありません</li> <li>●母は教師で、理性的でした</li> <li>●百科辞典を読むのが趣味でした</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●素直に甘える</li> <li>●一緒に楽しんでいる</li> <li>●相手に遠慮せずにものを頼む</li> <li>●慰めを受けている</li> <li>●くったくのない関係</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●母も私も歌うのが好きで……</li> <li>●父は欲しいものがあるとどうしても手に入れる人でしたから、私も……</li> <li>●父には無邪気なところがありまして……</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>●相手の顔色をうかがう</li> <li>●真意を述べずに相手に合わせる</li> <li>●相手の同情を誘う</li> <li>●すねる、ひがむ、恨むなど、甘えの変形を示す</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●長子として、いつもがまんを強いられました</li> <li>●反抗などしたことのないイイ子でした</li> <li>●いつも親の顔色を見て育ちました</li> </ul>