

# Kompetenzerweiterung mit Transaktionsanalyse



Mit der Weiterbildung **Methodenkompetenz** (einjährig) und der Weiterführung **Praxiskompetenz** (darauf aufbauend, zweijährig) in Transaktionsanalyse werden auf ganzheitliche Weise und mit verschiedenen Zugängen die Modelle und Theorien der Transaktionsanalyse nach Eric Berne vertieft und erweitert. Das **psychologische Wissen** rund um das menschliche Erleben und die Psyche erweitert den persönlichen **Handlungsspielraum** im privaten und beruflichen Umfeld.

**Fach-, Sozial- und Selbstkompetenz** werden gezielt erweitert. Dies zum einen über Theorieinputs, Vertiefungsaufgaben zur Bearbeitung einzeln, in **Gruppenarbeit** sowie mittels **Selbstreflexion** und **Beratungen**. Dabei kann aufgaben-, personen- oder prozessorientiert gearbeitet werden.

Die Teilnehmenden erlangen **Klarheit** über **Rollen, Verantwortungen und Aufgaben** in sozialen Systemen, über **systemische Zusammenhänge** sowie **zwischenmenschliche Abläufe** und sinnstiftende **Kommunikation** und Beziehungsgestaltung. Dieses Wissen befähigt im beruflichen wie im privaten Kontext und trägt zur **Professionalisierung** und **Bewusstwerdung** im Sinne einer sinnstiftenden **Persönlichkeitsentfaltung** bei. Die führt zu mehr **Wohlbefinden, Klarheit** und **Authentizität**, die für Aussenstehende wie auch für einen selbst spürbar, erlebbar und im Alltag konkret anwendbar wird.

Folgende **Kompetenzen** werden durch die Weiterbildung gebildet und erweitert:

## Bereich Selbstkompetenz

- **Kompetenzen im Umgang mit sich selbst**
  - Mit sich selbst als Person angemessen kongruent und authentisch sein und die anderen in ihrem Wert anerkennen
  - Bewusstheit über biographische Prägungen und Kenntnis des eigenen «psychologischen Profils» erlangen
  - Eigene Stärken benennen und einsetzen können
  - Sich der eigenen Schwächen bewusst sein und sich nötigenfalls Unterstützung holen können
  - Anstelle von destruktiven Verhaltensweisen konstruktive Strategien einsetzen

- **Kompetenzen im angemessenen Umgang mit ethischen Fragestellungen**
  - Die ethischen Grundhaltungen der TA verstanden haben und in der eigenen Praxis anstreben
  - Genügend Bewusstheit, auf ethisch relevante Punkte aufmerksam zu werden und wenn nötig Unterstützung zu suchen
  - Schutz bieten in Bezug auf schädigendes Verhalten
  - Selbstreflexion und Selbsteinschätzung in Supervision und Intervention und kontinuierliche Weiterbildung als Instrumente der persönlichen Qualitätssicherung nutzen.

## Bereich Sozialkompetenz

- **Kompetenzen im Gestalten von Beziehungen**
  - Beziehungsgestaltung «auf Augenhöhe», die im Gegenüber eine gleichwertige Person anerkennt
  - Gespräche führen und Kommunikation auch in schwierigen Situationen aufrechterhalten
  - Klarheit schaffen können in Bezug auf Rollen, Aufgaben und gemeinsame Ziele
  - Bewusster und förderlicher Umgang mit Feedback
  - Mit unterschiedlichen Persönlichkeiten kooperieren können
  - Situativ angemessene Authentizität im Umgang und Ausdruck von Gefühlen leben
- **Kompetenzen im Begleiten von Gruppenprozessen**
  - Über Wissen und Erfahrung bezüglich Struktur und Dynamik von Gruppen verfügen
  - So viel bearbeitete Erfahrungen gesammelt haben, um fähig zu sein, Gruppenprozesse als leitende oder teilnehmende Person aktiv und förderlich zu gestalten
  - Unterschiedlichkeiten einer Gruppe als Bereicherung wahrnehmen und nutzbar machen
  - Gruppenregeln als Instrument zur Effektivität einer Arbeitsgruppe einsetzen
  - Kontextuelle, kulturelle und sozioökonomische Hintergründe berücksichtigen
- **Kompetenzen im Umgang mit Konflikten**
  - Bei Konflikten beziehungsorientiert Lösungen finden
  - In einer wertschätzenden Art und Weise Kritik geben und Kritik annehmen
  - Eine Konfliktkultur aufbauen, in der Konflikte als Chancen und Potenzial zur Veränderung wahrgenommen und genutzt werden
  - Lähmende und destruktive Konfliktausgänge vermeiden

## Bereich Methodenkompetenz

- **Kompetenzen im Erfassen von Arbeitssituationen**
  - Einschätzen und nutzen der Möglichkeiten und Ressourcen von konkreten Situationen
  - Beurteilen des Entwicklungspotentials und dessen Grenzen in konkreten Berufssituationen
  - Intuitivem Erfassen Raum geben und daraus Strategien und konkrete Vorschläge entwickeln
- **Kompetenzen im Beraten und Unterstützen von anderen Personen**
  - Etablieren einer wertschätzenden Gesprächsatmosphäre
  - Mit verschiedenen Kommunikationsmodellen Kontakt schaffen und aufrechterhalten
  - Aktiv zuhören, dem Gegenüber Vertrauen und Unterstützung anbieten
  - Ressourcen erkennen und fördern
  - Effektive und zielgerechte Interventionen planen, einsetzen und evaluieren
  - In festgefahrenen Situationen neue Optionen entwickeln
  - Mit klaren Abmachungen Erwartungen und Bedingungen klären

## Bereich Fachkompetenz

- **Kompetenzen im Wissen und Umsetzen von transaktionsanalytischen Modellen**
  - Die zentralen Modelle der Transaktionsanalyse kennen, in Selbsterfahrung erlebt haben und einsetzen können

- Eigene Verhaltensweisen und Kommunikationsmuster mit transaktionsanalytischen Modellen entschlüsseln
- Die zentralen transaktionsanalytischen Modelle im jeweiligen beruflichen Kontext bewusst anwenden und reflektieren
- Die Wirkungen der transaktionsanalytischen Modelle im jeweiligen Umfeld kennen und einschätzen
- **Kompetenzen im eigenen Berufsfeld**
  - Durch die Aneignung der transaktionsanalytischen Modelle vertiefte Einsicht (Metaebene) in die Eigenheiten des jeweiligen Berufsfelds erarbeiten können
  - Die eigene Arbeit als Teil eines grösseren Systems erkennen und dessen Möglichkeiten und Grenzen in Bezug zur eigenen Wirksamkeit setzen
  - Mit den Modellen der Transaktionsanalyse Stärken, Ressourcen und Entwicklungsbedarf einer Situation erkennen und beschreiben können
  - Zwischen den transaktionsanalytischen Modellen und anderen berufsspezifischen Methoden Zusammenhänge herstellen können

### **Bereich in Bezug auf Lehren und Lernen**

- **Ausbilden und Lehren**
  - Ausgewähltes Grundwissen über Lehr- und Lernprozesse haben und praxisbezogen einsetzen
  - Über Kenntnisse von Motivationstheorien und Veränderungsprozessen verfügen und anwenden
  - Bildungsbedürfnisse wahrnehmen und entsprechende Interventionen planen können
  - Den eigenen Lernstil kennen und von anderen Lernstilen unterscheiden können und die darin angelegten Ressourcen stärken
  - Verschiedene Methoden der Evaluation entwickeln und nutzen

Quelle: Ausbildungs- und Prüfungskommission (APK) der Schweizerischen Gesellschaft für Transaktionsanalyse (SGTA), Bulletin 2011, Franz Liechti-Genge/Anne Bovin