

Wirkungsvolle Kommunikation – wichtiger denn je in jeder Lebenslage

Die Transaktionsanalyse – kurz TA – ist eine psychologische Methode, die sich mit der Kommunikation und der Persönlichkeit von Menschen befasst. Sie soll ein «System» sein, um das Verhalten von Menschen zu verstehen, es zu verändern und gegebenenfalls auch um es vorherzusagen.



Bild: zVg

Cornelia Nellen ist Erwachsenenbildnerin, Organisationsentwicklerin, Supervisorin und Coach. Sie begleitet Personen sowie Teams in Change Management Prozessen.

Die Transaktionsanalyse wurde Mitte des 20. Jahrhunderts vom Psychiater Eric Berne (1910–1970) begründet und hatte zunächst das Hauptziel, menschliches Miteinander beschreibbar, verstehbar und gestaltbar zu machen. In der Fachliteratur steht: «Eine Transaktionsanalyse zeigt unter anderem auf, was in einem selbst, bei anderen und was während des Kommunizierens vor sich geht, beziehungsweise wie man jeden dieser drei Bereiche entwickeln kann.» Die TA verfolgt das Ziel aufzuzeigen, wo man in der eigenen Entwicklung steht und wo noch Potenziale sind. Die Methode wird hauptsächlich in vier Anwendungsfeldern genutzt: In der Psychotherapie, bei der Beratung, in der Pädagogik und Erwachsenenbildung sowie bei der Organisationsentwicklung (Führungsthemen und Teamentwicklung). Im privaten Bereich wird sie zur Gestaltung von Partnerschaften und familiären Beziehungen eingesetzt.

Cornelia Nellen ist eine erfahrene Erwachsenenbildnerin, Organisationsentwicklerin, Supervisorin und Coach. Sie nutzt die Transaktionsanalyse und begleitet Personen und Teams

in Change Management Prozessen. Mit ihrer 30jährigen Tätigkeit im Gesundheitswesen und grosser Fach-, Führungs- und Projekterfahrung kann sie kompetent, zielorientiert und mit Engagement unterstützen und Betroffene zu Beteiligten machen. «Denn wer beteiligt ist, hilft die Veränderungen und Entscheidungen mittragen», sagt sie. Cornelia Nellen arbeitet seit über zehn Jahren als Kursleiterin bei der Lernwerkstatt Olten und seit einem Jahr ist sie Mitglied der Geschäftsleitung. Daneben begleitet sie Institutionen und Einzelpersonen in der Entwicklung der beruflichen Kompetenz und im Umgang mit Menschen, Gruppen und Systemen. Wir haben mit ihr ein kurzes Interview geführt.

Cornelia Nellen, mit der Transaktionsanalyse erreicht man eine «wirkungsvolle Kommunikation». Was heisst das im Klartext?

Cornelia Nellen: In erster Linie Klarheit in meinen Aussagen. Man sollte so wenig wie möglich Interpretationsspielraum lassen, damit keine Missverständnisse auftreten. Dazu kommt das aktive Zuhören. Es gilt offen, aktiv, respektvoll und empathisch zu sein und dem Anderen auf Augenhöhe zu begegnen, auch wenn ich nicht die gleiche Meinung teile.

Welche konkreten Erfolge können mit der Transaktionsanalyse erzielt werden?

Die berufliche und persönliche Kompetenz im Umgang mit Menschen, Gruppen und Systemen, mit konkreten Werkzeugen (Konzepte der Transaktionsanalyse) kann erweitert werden. Einhergehend mit einer positiven Grundhaltung im Fühlen, Denken, Sprechen und Handeln. Mit weiteren Konzepten der Transaktionsanalyse ist es zudem möglich, die eigenen Fühl-, Denk- und Hand-

lungsmuster kennenzulernen, diese zu reflektieren und im Hier und Jetzt anzupassen.

Welche Ausbildungen für Transaktionsanalyse gibt es? Worauf muss man achten?

Es gibt gute Angebote für die Persönlichkeitsentwicklung, was eine Voraussetzung ist für die Grundausbildung in der Transaktionsanalyse. Diese Ausbildung ist ausgerichtet auf Menschen, die Freude am Lernen haben und interessiert sind, eine Einführung in die Konzepte der Transaktionsanalyse zu erhalten, um so durch Theorie und viele praktische Übungen ihre eigene Persönlichkeit besser kennenzulernen.

Die Grundausbildung in Transaktionsanalyse und psychosozialer Beratung dauert drei Jahre. Der Lehrgang beinhaltet eine umfassende Ausbildung im Persönlichkeits-, Kommunikations- und Beratungskonzept «Transaktionsanalyse» und in psychosozialer Beratung. Dies befähigt die Absolventinnen und Absolventen zur professionellen Führung, Beratung, Bildung und Begleitung von Menschen. Nach der Grundausbildung besteht die Möglichkeit den Fachtitel «Berater/in im psychosozialen Bereich SGfB» zu erwerben oder sich in Transaktionsanalyse bis zum Abschluss «Zertifizierte/r Transaktionsanalytiker/in CTA» weiterzubilden.

Welche bestehende und welche neuen Zielgruppen werden angesprochen?

Alle Personen die sich für Menschen interessieren und dafür,

wie Kommunikation, Entwicklung, Zusammenarbeiten und Zusammenleben gelingen kann sind angesprochen. Beruflich findet Transaktionsanalyse im Arbeitsbereich, in der Rolle als Führungsperson oder im Beratungsbereich Anwendung. Da die Konzepte und Modelle der Transaktionsanalyse auch für den privaten Bereich zur Anwendung kommen können, vergrössert sich das Zielpublikum.

Sie besuchen aktuell diese angesprochene dreijährige Grundausbildung zur TA-Fachfrau. Was versprechen Sie sich davon?

Ich lerne einmal mehr über mich selber, wie ich «ticke», wie ich in gewissen Situationen reagiere und wo möglicherweise der Ursprung dafür sein könnte. Aus diesen Erkenntnissen lerne ich mich in Situationen so zu verhalten, dass ein konstruktives Miteinander möglich ist. Durch die Transaktionsanalyse ist meine Haltung und meine Kommunikation klarer geworden. Das hilft, Klarheit mir gegenüber, Klarheit gegenüber anderen und Klarheit von anderen einzufordern.

«Stolz, ein Lebenswerk weiter zu führen...»

«TA in Luzern» bietet Weiterbildungen in psychosozialer Beratung, Persönlichkeitsentwicklung, Supervision und Beratung an. Insbesondere wird eine dreijährige Weiterbildung in Transaktionsanalyse angeboten. Benno Greter und Margot Ruprecht haben das Unternehmen in den letzten 19 Jahren mit viel Erfolg aufgebaut und geführt und haben mit der Lernwerkstatt Olten eine Bildungsanbieterin gefunden, die das Angebot weiterführen und weiterentwickeln wird.

Daniel Herzog, CEO der Lernwerkstatt: «Wir fühlen uns geehrt, dass wir das Lebenswerk von Benno und Margot weiterführen dürfen. Dieses ergänzt unser Portfolio im Bereich Erwachsenenbildung, Coaching und Mentoring ideal». Cornelia Nellen, welche aktuell selber in der Weiterbildung zur Transaktionsanalytikerin steht, verantwortet den neuen Bereich. Sie wird unterstützt durch die Fachverantwortlichen Christine Kohlbrenner und Livia Zwahlen. Benno Greter und Margot Ruprecht begleiten die Entwicklung des neuen Geschäftsfeldes bis mindestens Ende 2024. Cornelia Nellen: «Eine Lebensschule wie sie von Margot Ruprecht und Benno Greter gelebt wurde, ist für unsere Gesellschaft unentbehrlich. Den Menschen eine Möglichkeit geben, sich zu entdecken, an sich zu wachsen, gestärkt aus den Seminartagen zu gehen und vieles mehr, darf nicht sterben. Für die Lernwerkstatt eine wunderbare Ergänzung zum bereits bestehenden Angebot und für die Teilnehmenden eine Möglichkeit weitere Kompetenzen zu erlangen.»

www.ta-schweiz.ch

Lernwerkstatt

50%
Kursgelderückstattung
BUNDESBEITRÄGE
EIDGENÖSSISCHE
PRÜFUNGEN

Erwachsenenbildner/in werden

SVEB-Zertifikat Kursleiter/in

- Jährlich 67 Lehrgänge an 29 Standorten
- Durchführungsgarantie
- Verpasste Kurstermine in einem Parallelllehrgang besuchen.

Jetzt Informationen anfordern: 062 291 10 10

www.lernwerkstatt.ch/sveb