



Valérie Perret

Valérie Perret ist Ausbilderin und Supervisorin in Transaktionsanalyse (TSTA-C) und integrativer Psychotherapie (R. Erskine). Sie ist ausserdem in neuro-emotionaler Integration und gewaltfreier Kommunikation ausgebildet. Sie ist Beraterin im psychosozialen Bereich und Erwachsenenbildnerin. Sie empfängt Jugendliche und Erwachsene in Einzelsitzungen, in Gruppen und in Paartherapie. Zusammen mit ihrer Kollegin Maryline Authier hat sie eine Schule für Transaktionsanalyse in den Bereichen Beratung und Erziehung gegründet. Sie berät, unterrichtet und supervidiert in Donneloye in der Nähe von Yverdon.

pv@bizzini.ch / www.ecoleanalysetransactionnelle.ch / 079 405 30 21

EINFÜHRUNG

Als ich die ersten Zeilen dieses Artikels schrieb, stand ich kurz vor meinem 50. Geburtstag. Diese Reflexion über die Zeit, die mir die Schweizerische Gesellschaft für Transaktionsanalyse vorgeschlagen hat, kam gerade wie ein Geschenk, das es mir ermöglichte, über die vergehende Zeit, das Leben und insbesondere den Sinn des Lebens nachzudenken. Ich frage mich, wie ich die mir bleibende "Lebenszeit" nutzen kann, um einen echten Sinn zu finden.

In diesem Artikel möchte ich diese Frage anhand der Phasen der psychosozialen Entwicklung von Erik Erikson¹ erörtern. Diese Theorie beschreibt detailliert und entwicklungsorientiert, wie der Mensch im Laufe seines Wachstums zu dem gelangt, was Berne

Autonomie nennt; die Autonomie beinhaltet drei Eigenschaften, die für das reibungslose Funktionieren des Menschen wesentlich sind: klares Bewusstsein, Spontaneität und die Fähigkeit zur Intimität. Diese Theorie erklärt mit anderen Worten den Übergang von der Abhängigkeit zur gegenseitigen Abhängigkeit, den Nola Katherine Symor² mit ihrem Konzept des Abhängigkeitszyklus beschreibt. Ich schlage Ihnen daher vor, Verbindungen zwischen der Transaktionsanalyse, unserem gemeinsamen Bezugsrahmen, und der Entwicklungspsychologie herzustellen.

Eriksons Stadien der psychosozialen Entwicklung beschreiben die Phasen, die ein Mensch im Laufe seines Lebens aus psychologischer Sicht auf dem Weg zur Autonomie durchlaufen muss.

Acht Stufen, von denen jede einen inneren Kampf widerspiegelt, bei dem die Person zwischen zwei gegensätzlichen Kräften wählen muss: existieren oder sich anpassen oder vielmehr irgendwo dazwischen ein Gleichgewicht finden. Ziel ist, das achte Stadium, das "Alter", mit einem Gefühl der Erfüllung zu erreichen.

Bei der Beschreibung dieser verschiedenen Lebensabschnitte werde ich mehr auf das 7. Stadium eingehen, das "Erwachsenenalter", in dem ich selbst mich derzeit befinde. Es ist das Stadium der Regenerierung, eine echte Chance, sich selbst wiederherzustellen, «zu reparieren». Ich werde meine Erfahrungen und persönlichen Überlegungen zu dieser Phase und ihrer Bedeutung für mich mit Ihnen teilen.

DIE ZEIT IST REIF ... FÜR REGENERIERUNG

DIE STADIEN DER PSYCHOSOZIALEN ENTWICKLUNG

Während seines Wachstums will das Kind wie die anderen sein, dazugehören (Angepasstes Kind) und gleichzeitig möchte es sich selbst sein (Freies Kind). Es will in der Normalität leben UND seine Besonderheit ausleben. Das hat einen inneren Kampf zur Folge.

Ich schlage Ihnen vor, diese Lektüre mit einer Reise durch die Zeit fortzusetzen. Lassen Sie sich durch diese verschiedenen Etappen führen, indem Sie sich durch eine innere Erkundung an Ihre Kindheit erinnern. Stellen Sie sich vor ... stellen Sie sich das Baby vor, das Sie waren, dann das Kind, den Jugendlichen und schliesslich den Erwachsenen. Lassen Sie sich spüren, welche Schritte im Laufe Ihrer Geschichte gut verlaufen sind und welche schwieriger waren.

STADIUM 1: (0 BIS 18 MONATE) SÄUGLINGESALTER

In diesem 1. Stadium durchläuft das Baby den folgenden Kampf: **Vertrauen** versus **Misstrauen**.

Wenn diese Phase gut verläuft, d. h. mit einer ausreichend guten Bemmutterung, wie Donald Winnicott³ sagt, entwickelt das Baby ein solides Gefühl des Vertrauens, zunächst in den anderen und dann durch die Erkundung in sich selbst. Es entwickelt einen Sinn für die Hoffnung auf das Leben, und lernt, dass andere Menschen verlässlich und beständig sind. Wenn diese Beziehung scheitert, sieht das Baby die Welt mit Misstrauen. Es erlebt Angst, Hoffnungslosigkeit und Rückzug, da die anderen unzuverlässig und unbeständig sind. Die daraus resultierenden Szenario-Überzeugungen lauten: "Ich bin ganz allein, ich kann mich auf nieman-

den verlassen, ich bin nicht gut genug, dass man sich um mich kümmert ...".

Ergebnis eines zufriedenstellenden Gleichgewichts: Sicherheit, Hoffnung ins Leben.

Ergebnis eines unbefriedigenden Gleichgewichts: Verzweiflung.

STADIUM 2: (18 MONATE BIS 3 JAHRE) KLEINKINDHEIT

In diesem 2. Stadium durchläuft das Kleinkind den folgenden Kampf: **Autonomie** versus **Scham, Selbstzweifel**.

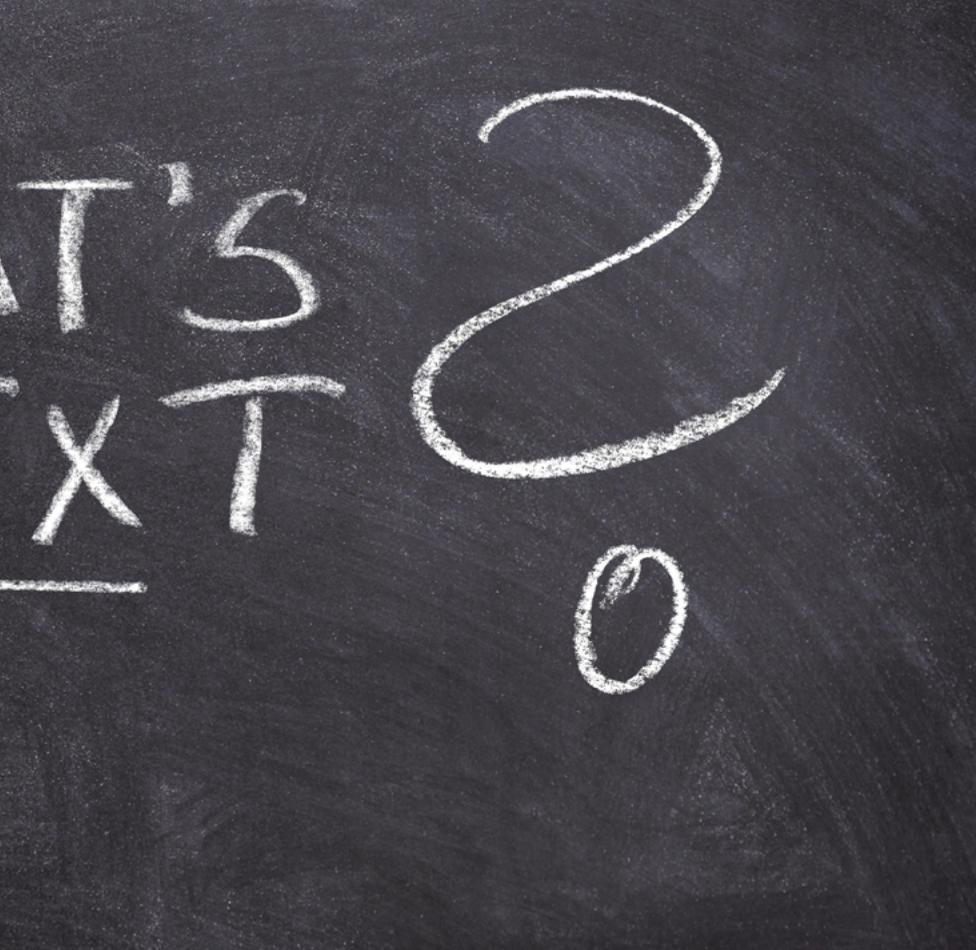
Die Autonomie erscheint auf der Bildfläche. Das häufigste Wort ist NEIN. In diesem Alter baut das Kind seine Selbstdefinition auf. Es kämpft darum, sich selbst zu definieren. Wenn das Kind von seinen Elternfiguren in seiner Ein-

zigartigkeit bestätigt wird, baut es in sich seinen Willen und einen kohärenten Sinn für seine Selbstdefinition auf. Wenn dieser Schritt misslingt, wenn die Elternfiguren zu viel und zu früh von ihm verlangen, es demütigen oder gleichgültig sind, entwickelt es ein Gefühl der Scham und der inneren Leere. Schlimmer noch: Wenn ein Elternteil auch nur unbewusst mit ihm konkurriert, wird es von tiefer Scham erfüllt, ohne dass es die Ursache dafür verstehen kann. Diese Bestätigung oder Nichtbestätigung wird sich das ganze Leben des Kindes hindurch fortsetzen, insbesondere durch die Lehrer in der Schulzeit.

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Wille, kohärenter Sinn für Selbstdefinition.

Unbefriedigendes Gleichgewicht: Scham, Selbstzweifel, Beginn von Zwängen und Obsessionen.





© Pixabay

STADIUM 3: (3 BIS 6 JAHRE) PERIODE DER INITIATIVE, SPIELALTER

In diesem dritten Stadium durchläuft das Kind den folgenden Kampf: **Initiative** versus **Schuldgefühl**.

Das Kind entwickelt seine Fähigkeit zu spielen, zu gestalten und zu erforschen. Es baut und kreierte Sachen. Es entwickelt seinen Sinn für Initiative. Wenn seine Initiativen nicht gut ankommen, fühlt es sich schuldig. Die Eltern sind in dieser Zeit wichtig, aber auch die anderen Kinder, die Cousins ... das Kind experimentiert mit ihnen. Papa ist in dieser Phase wichtiger als Mama, er ist das Spielobjekt.

Befriedigendes Gleichgewicht: Lebensziel, Gefühl, ein Ziel zu haben, Überzeugung.

Unbefriedigendes Gleichgewicht: Hemmung.

Das Kind pendelt zwischen den verschiedenen Etappen hin und her. Jede Stufe baut auf den vorherigen auf, und jedes Mal, wenn es eine Stufe durchläuft, arbeitet es wieder an den alten Stufen. Das Kind verwertet wieder, um weiterzukommen. Das Neue verstärkt oder beeinträchtigt Vorangegangenes.

STADIUM 4: (6 BIS 12 JAHRE) SCHULALTER

In diesem vierten Stadium durchläuft das Kind den folgenden Kampf: **Harte Arbeit** versus **Minderwertigkeitsgefühl**.

Das Kind entwickelt seine Fähigkeiten. Lernschwierigkeiten zeigen sich. Die Schule entspricht bestimmten Lernstilen, anderen nicht. In dieser Phase sind für das Kind die Schule, die Lehrer, das Verhalten der Freunde und Nachbarn wichtig. Gleichaltrige und Lehrer

haben einen grossen Einfluss. Konkurrenz- und Vergleichsprozesse (zwischen Kindern, durch Lehrer oder Eltern) können giftig sein. Sie können das Leben mancher Kinder so vergiften, dass sie aufgeben.

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Gefühl von Kompetenz.
Unbefriedigendes Gleichgewicht: Trägheit, Isolation, Minderwertigkeitsgefühle.

STADIUM 5: (12 BIS 25 JAHRE) JUGENDALTER

In diesem fünften Stadium durchläuft der Jugendliche den folgenden Kampf: **Identität** versus **Verwirrung**.

Diese Zeit ist dadurch gekennzeichnet, dass der Jugendliche seine Fähigkeiten, Überzeugungen und Werte in Frage stellt, mit dem Ziel, eine eigene Identität zu entwickeln.

Wer bin ich? Wohin gehe ich? Wenn es dem Jugendlichen gelingt, seiner Person einen Sinn zu geben, wird er eine starke Identität aufbauen, anstatt zu versuchen, etwas zu werden, was er nicht ist. In dieser Phase ist Zugehörigkeit wichtig. Er baut seine Identität auf seinem Fundament auf, das stabil sein muss. Dieser Moment ist wichtig für die Loyalität: Wem gegenüber werde ich loyal sein? Meinen Gleichaltrigen und/oder mir selbst?

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Loyalität, Identität.
Unbefriedigendes Gleichgewicht: Rollenverwirrung.

STADIUM 6: (25 BIS 35 JAHRE) JUNGES ERWACHSENENALTER

In diesem 6. Stadium erlebt der junge Erwachsene den folgenden Kampf: **Intimität** versus **Isoliertheit**.

Er entwickelt seine Fähigkeit, zu kooperieren, mit anderen zusammenzuarbeiten. Er entwickelt auch seine Fähigkeit zu lieben. Er findet einen Partner und lässt sich auf eine Liebesbeziehung ein. Es gelingt ihm, die Unterschiede seines Partners zu schätzen. Er ist von engen Freunden umgeben. Gelingt es ihm, ein befriedigendes Arbeits- und Gefühlsleben aufzubauen? Gelingt es ihm, sich zu binden oder scheitert er? Ermöglicht ihm diese Zeit, mit anderen intim und solidarisch zu sein?

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Fähigkeit zu lieben und sich zu binden.

Unbefriedigendes Gleichgewicht: Einsamkeit und Isolation.

STADIUM 7: (35-65 JAHRE) ERWACHSENENALTER

In diesem 7. Stadium durchläuft der Erwachsene den folgenden Kampf: **Fähigkeit etwas aufzubauen** versus **mit sich Selbst beschäftigt sein**.

Dies ist die Zeit der Regenerierung, die folgendermassen definiert ist: *Die Fähigkeit eines Lebewesens, sich nach der Zerstörung eines Teils von sich selbst wiederherzustellen.* Ich werde diesen Prozess weiter unten im Artikel näher beschreiben. Diese Zeit ist auch eine Zeit des Schaffens, d.h. der Fortpflanzung, der Fürsorge für die Familie, der sozialen Einbindung oder der Freude am Geben. Es ist auch die Zeit, um ein Gefühl des Stolzes auf die Arbeit zu entwickeln. Wenn

die Arbeitslosigkeit hoch ist oder finanzielle Schwierigkeiten auftreten, können junge Erwachsene nicht in diese Phase eintreten und diese Phase wird verzögert.

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Produktivität, Erfüllung.

Unbefriedigendes Gleichgewicht: Stillstand, Unzufriedenheit.

STADIUM 8: (65 JAHRE UND ÄLTER) ALTER

In diesem 8. Stadium durchläuft die Person den folgenden Kampf: **Integrität** versus **Hoffnungslosigkeit**.

Dies ist das Stadium der Rückschau. Wer bin ich? Wer bin ich mit dem anderen, mit der Welt? Wie habe ich dazu beigetragen? Habe ich ein erfülltes Leben gelebt? Habe ich etwas in meinem Leben getan, auf das ich stolz bin? Die Art und Weise, wie die Person diese Fragen beantworten kann, lässt sie entweder Vertrauen, Autonomie, Erfüllung, Zufriedenheit, Beruhigung, oder aber Verbitterung, Wut und Einsamkeit empfinden.

Zufriedenstellendes Gleichgewicht: Weisheit

Unbefriedigendes Gleichgewicht: Verzweiflung, Verbitterung, Depression

Der Entwicklungsprozess ist keine gradlinige Entwicklung. In jeder Etappe wird das, was in den vorherigen Schritten nicht erfolgreich war, mit dem Ziel der Wiedergutmachung erneut durchgespielt.

Nachdem Sie diese verschiedenen Schritte gelesen haben, mobilisieren Sie weiter Ihre Vorstellungskraft ... Stellen Sie sich vor, Sie wären alt und lägen auf dem Sterbebett. Welche Befriedigung würden Sie in diesem

Moment am Ende Ihres Lebens gerne empfinden? Welche Person würden Sie gerne sein? Was würden Sie auf keinen Fall bereuen? Was möchten Sie, dass man über Sie sagt? Es ist noch Zeit ...

ERKUNDUNG DER SIEBTEN ENTWICKLUNGSSTUFE, DEM "ERWACHSENENALTER", ANHAND MEINER PERSÖNLICHEN ERFAHRUNG

Als ich mit meiner Ausbildung in Transaktionsanalyse begann, war ich 33 Jahre alt, verheiratet und hatte zwei Kinder im Alter von 5 und 7 Jahren. Ich arbeitete als medizinische Laborantin in einem Krankenhaus und hatte ein Haus auf dem Land. Ich hatte von aussen gesehen alles, was ich brauchte, um zufrieden zu sein. Dennoch langweilte ich mich in meinem Leben und fühlte mich schrecklich leer. Ich wünschte mir eine berufliche Neuorientierung, um der Langeweile zu entfliehen. Im Nachhinein betrachtet hatte ich eine sehr gute Intuition, als ich mich für diesen Weg entschied, getrieben von einem dringenden Wunsch nach Veränderung, ohne etwas über TA zu wissen. Ich stürzte mich ins Ungewisse. Ich wusste damals nicht, dass ich etwas erleben würde, das unendlich viel wichtiger und reicher war als eine berufliche Umschulung: Ich fand mich selbst, indem ich meine Ganzheit wieder aufbaute und so meinem Leben einen Sinn gab.

All die Zeit, die ich damit verbracht habe, mich intensiv weiterzubilden, in Therapie und Supervision zu gehen, intensive Gruppenprozesse zu erleben und mich anderen Strömungen zu öffnen, körperlichen, energetischen, neuro-emotionalen, sehe ich jetzt als einen Weg der Selbstfindung und dann der

Öffnung für den anderen und die Welt. Ein Weg zur Autonomie. Mit 50 Jahren befinde ich mich in der siebten Entwicklungsstufe, dem "Erwachsenenalter". Diese Phase hat zwei Ziele: sich selbst zu regenerieren und die Fähigkeit etwas aufzubauen, zu entwickeln. Ohne sich selbst zu regenerieren, ist es meiner Meinung nach nicht möglich, die Fähigkeit, selbstständig zu schaffen, wirklich zu entwickeln.

So bin ich seit vielen Jahren auf dem Weg, um meine physische und psychische Integrität wiederherzustellen und die Teile von mir wiederzufinden, die auf dem Weg des Wachstums verloren gegangen oder verletzt worden sind. Dabei durchlaufe ich die Entwicklungsstufen meines Lebens erneut, um die inneren Kämpfe und die erlebten Beziehungen wiederzufinden. Das ist der Sinn meines derzeitigen Lebens, die Aufgabe, die ich vor dem Alter zu erfüllen habe, meine Verletzungen aus der Vergangenheit zu heilen, um meine Ganzheit und Kraft wiederzufinden. Das ist mein Antrieb, meine Lebensaufgabe, meine Leidenschaft.

Diese Regenerierung hat mir bereits geholfen, viele Qualen und zahlreiche Ressourcen in mir wiederzufinden, die beide eng miteinander verknüpft sind; Qualen, die ich verdrängt und durch starke szenische Abwehr maskiert hatte; Vitalität, die ich durch die Verdrängung ausgelöscht hatte. Durch die Auseinandersetzung mit diesem Thema konnte ich wieder eine gesunde, lebendige und bewusste Beziehung zu mir selbst, meinen Eltern, meinem Mann und meinen Kindern herstellen. Lebendig bedeutet nicht immer bequem!

Diese Regenerierung ermöglichte es mir auch, bestimmte transgene-

rationelle Traumata, deren Trägerin ich war, wiederzufinden. Dank tiefer therapeutischer Arbeit durch das Unbewusste habe ich meine Familiengeschichte kennengelernt, die Geschichte meiner Eltern, Grosseltern und Urgrosseltern. Ich habe sowohl ihre Verletzungen als auch ihre Ressourcen entdeckt. Ich habe mich kognitiv, emotional und körperlich mit ihnen verbunden. Auf diese Weise konnte ich eine Verbindung zwischen Körperlichkeit und Psychologie herstellen. Diese Arbeit ermöglicht es mir, die Stimmigkeit meines Familiensystems sowie meinen richtigen Platz in diesem System wiederzufinden. Sie hat auch eine Öffnung meines Bezugsrahmens, eine emotionale Beruhigung und eine Verringerung meiner körperlichen Spannungen zur Folge.

Da sie Teil des Systems sind, wurden auch meine Kinder durch meine therapeutische Arbeit von bestimmten Blockaden befreit (Befreiung von Symbiosen). So können sie sich individualisieren und ihre eigene Identität in der Andersartigkeit aufbauen. Jeder tut dies auf seine Weise, je nach seiner Persönlichkeit und der Intensität der bestehenden Symbiose.

Auch wenn wir die Traumata, die unsere Vorfahren erlitten haben, nicht kennen, tragen wir sie unbewusst in uns, in unserem Körper und in unserem Herzen, sie schränken uns ein, sie behindern uns, und wir halten die Hoffnung aufrecht, dass sie sich eines Tages auflösen. Sie sind sowohl die Ursache als auch die Lösung unserer Probleme, wenn wir uns für diesen unbewussten Raum in uns "der viel weiss" öffnen und versuchen, ihn bewusst zu machen. Wir sind alle Kinder einer Linie, und wenn wir unsere Zugehörigkeit zu die-

ser Linie, ihre Verletzungen wie auch ihre Ressourcen akzeptieren, können wir uns mit einem schlüssigen und lebendigen emotionalen System verbunden fühlen.

Laut Eric Erikson ermöglicht uns das Wiedererlangen unserer Ganzheit durch den Prozess der Regenerierung, zu erzeugen, d. h. zu produzieren, zur Welt beizutragen, anstatt in uns selbst versunken, isoliert oder deprimiert zu bleiben. Diese Phase ist die Zeit der Fürsorge, der Freude am Geben, der Zusammenarbeit, der Kooperation, der Weitergabe von Wissen, des Beitrags zur Gesellschaft und zur Welt. Sie entspricht der Phase der Interdependenz, von der Nola Katherine Symor in "Der Zyklus der Abhängigkeit" spricht.

Mit 50 Jahren trage ich durch meine Arbeit als psychosoziale Beraterin, meine TA-Schule, meine Artikel usw. zur Menschheit bei. Ich schätze es, Klienten und Schüler in ihrem Wachstum zu unterstützen, damit sie die Freude empfinden, sich selbst zu entdecken und den Sinn ihres Lebens zu erkennen; damit sie sich wieder mit ihren tiefsten Impulsen und Sehnsüchten, ihrer Selbstdefinition und ihrer Identität in Einklang bringen. Diese spannende Aufgabe erfüllt mich täglich mit Freude und Dankbarkeit und ist in keiner Weise belastend. Danke, Regenerierung! Ich lebe sie aus meinem Erwachsenen-Ich-Zustand heraus und nicht mehr mit dem Ziel, mich selbst zu heilen. Meine Motivation hat jedoch ihren Ursprung in meiner Geschichte: die defekten Bindungen der Familiensysteme durch Bewusstsein und Menschlichkeit zu heilen, um mehr Freude und Lebendigkeit zu erlangen. Ich habe von der Verbindung zu mir selbst gesprochen, von der Be-

ziehung zu anderen, und wie sieht es mit der Verbindung zur Welt und insbesondere zu unserem Planeten aus? Heute wächst mein Bewusstsein für den Planeten und für meinen aktiven Beitrag, um ihn zu beschützen. Früher hatte ich zu viel mit mir selbst zu tun und konzentrierte mich darauf, meine inneren Kämpfe aus der Vergangenheit zu lösen und eine authentischere Persönlichkeit aufzubauen. Meine Sensibilität für die Sorge um den Planeten nimmt im Zuge meiner Regenerierung zu. Ich ändere mit Freude und Engagement meine Art zu konsumieren und zu essen. Auch wenn diese Veränderung eine gewisse Energie erfordert, kostet sie mich wenig Anstrengung, da mein Handeln selbst und frei gewählt ist und dem Leben dient. Allerdings beobachte ich immer noch, dass trotz aller Regenerierung, die ich vollzogen habe, meine selbstbezogene Sichtweise manchmal die Oberhand über den Schutz des Planeten gewinnt.

Und die Zeit vergeht ...

Je mehr ich mich regeneriere, je präsenter ich in meinem Körper bin, desto mehr stabilisiert sich mein Zeitgefühl. Die Zeit im Alltag vergeht weder schnell noch langsam, im Gegensatz zu dem, was ich früher erleben konnte. Ich renne ihr nicht mehr hinterher oder versuche, sie zu beschleunigen, sondern lebe sie einfach, von Tag zu Tag, und genieße sie. Ich bin mir mehr bewusst, dass die Zeit vergeht, indem ich mich selbst spüre und mich selbst bewohne. Das ist es wahrscheinlich, was der Ausdruck "im Augenblick leben" bedeutet. Berne sprach vom klaren Bewusstsein.

SCHLUSSWORT

Meiner Erfahrung nach reicht der Wille nicht aus, um die verrinnende Zeit auszukosten, um sie mit Präsenz und Leidenschaft zu leben. Es reicht nicht aus, sich zu sagen: "Jetzt genieße ich das Leben". Das ist das Ergebnis eines langen Ent-

wicklungsweges und das Stadium der Regenerierung ist ein wichtiger Schritt auf dem Weg dorthin.

In diesem Artikel habe ich Ihnen einen Teil meiner Erfahrungen und Überlegungen zu den Themen "Zeit des Lebens" und "Sinn des Lebens" unterbreitet. Wenn Sie möchten, schlage ich Ihnen vor, die Überlegungen auf Ihrer Seite fortzusetzen, indem Sie sich folgende Fragen stellen:

Und ich, welche Bedeutung messe ich meiner "Lebenszeit" bei? Wo stehe ich in meinem persönlichen Regenerierungsprozess? Was möchte ich noch regenerieren und schaffen? Wo stehe ich auf meinem Weg zu Weisheit und Erfüllung, oder TA-mässig ausgedrückt, zu Autonomie? ...

Viel Freude beim Nachdenken

Fussnoten

- 1 Erik Erikson ist ein deutsch-amerikanischer Psychoanalytiker und Entwicklungspsychologe (1902–1994)
- 2 N. K. Symor, « Le Cycle de la dépendance » (Der Zyklus der Abhängigkeit), *Actualités en Analyse Transactionnelle* n°27, pp. 140–145, Les Classiques de l'Analyse Transactionnelle n° 3, pp. 241–246
- 3 D. W. Winnicott britischer Kinderarzt und Psychoanalytiker (1896–1971)

EINFÜHRUNG IN TRANSAKTIONSANALYSE (TA101)

Beziehung – Kommunikation – Persönlichkeit

- Ichzustände und Transaktionen
- Psychologische Spiele
- Lebensskript
- 2.5 Tage

LEHRGANG IN TRANSAKTIONSANALYSE

Für Menschen, die mit Menschen arbeiten in Beratung, Führung, Pflege, Bildung, Leitung...

- Grundlagen und praktische Anwendung der TA
- Entwicklung von persönlichen, sozialen und fachlichen Kompetenzen
- Training in Coaching, Beratung und Gesprächsführung
- 20 Tage pro Ausbildungsjahr
- in Zürich und Winterthur

Aktuelle Daten und Informationen unter www.ebi-zuerich.ch.
Besuchen Sie uns!

WWW.EBI-ZUERICH.CH

Wir im Kontakt

Professionalisierung in Transaktionsanalyse
Organisation und Beratung
Ausbildung auf allen Stufen



BEWEGEN
bweg

Leitung
Maya Bentele TSTA-OC

www.b-weg.ch

+41 44 253 23 36
www.bentele.ch



Ecole d'analyse transactionnelle

- Conseil psychosocial
- Psycho-éducation
- Thérapie intégrative

www.ecoleanalysetransactionnelle.ch



Formation continue pour étudiants et praticiens en AT

- ➔ Formations à thème
- ➔ Supervision individuelle et en groupe
- ➔ Pratique de l'AT
- ➔ Pratique commentée
- ➔ Analyse d'enregistrements

Renseignements, dates et lieux de formation :

www.ecoleanalysetransactionnelle.ch/la-formation-continue

cornelia willi

tōa

bildung und beratung gmbh

IntrovisionCoaching

geniale Methode
achtsam Alarme löschen
Imperativ suchen Satz finden
wirkungsvoll

Introvision-Einblickstage

Supervision zur Methode Introvision

101 Einführungskurse in TA

Grundausbildung Start jeweils im August

siehe www.cornelia-willi.ch