

## Einführung in die Transaktionsanalyse (TA-101)

Für Menschen, die an *Persönlichkeitsentwicklung* und der Erweiterung ihrer *Kommunikationskompetenz* interessiert sind

### Du erhältst

- ✓ Kenntnisse über hilfreiche und nützliche Modelle der Transaktionsanalyse
- ✓ spannende Einblicke in die menschliche Persönlichkeit und in die Muster zwischenmenschlicher Beziehungen
- ✓ praktische Übungen für den Transfer in den privaten und beruflichen Alltag
- ✓ Gelegenheit, dich mit anderen auszutauschen
- ✓ das international anerkannte TA-101-Zertifikat

### Themen

- ✓ Autonomie  
*Schlüssel zur sozialen Kompetenz*
- ✓ Okay-Haltung  
*Die Basis für ein konstruktives Miteinander*
- ✓ Verträge  
*Kläranlagen der Kommunikation*
- ✓ Reiz-, Anerkennungs- und Strukturhunger  
*Bedürfnisse, welche soziale Kontakte prägen*
- ✓ Ich-Zustände  
*Menschliches Verhalten verstehen und einordnen*
- ✓ Transaktionen  
*Kommunikation aktiv gestalten*
- ✓ Lebensskript  
*Begegnung mit der Biografie*
- ✓ Grund- und Maschengefühle  
*Umgang mit unterschiedlichen Gefühlen*
- ✓ Psychologische Spiele und Dramadrieck  
*Destruktive Muster erkennen und vermeiden*

### Daten

Freitag, 28. März 2025  
Samstag, 29. März 2025  
jeweils 09:15 - 17:15 Uhr

### Ort

Flörli, Florastrasse 21, Olten

### Leitung

Jürg Bolliger  
Lehrender und supervidierender  
Transaktionsanalytiker (TSTA-E)

### Kosten

480 CHF, zahlbar vor Seminarbeginn

### Anmeldung

[connectART.ch/ta101](https://connectART.ch/ta101)

