

Triflect GmbH – Professionalisierung im beruflichen und privaten Kontext

Eric Berne's Transaktionale Analyse

Beziehung – Kommunikation – Persönlichkeit

Was ist Transaktionale Analyse (TA) überhaupt? Die wichtigste Besonderheit der TA besteht darin, dass sie ein richtungsübergreifendes Verfahren ist und somit unabhängig von Arbeitsfeld, Rollen, Aufgaben sowie Problem- und Fragestellungen eingesetzt werden kann und übergeordnet zu mehr Autonomie, Entspannung, Klarheit und Wirksamkeit führt.

Coaching und Beratung

Haben Sie Fragestellungen aus dem privaten und beruflichen Kontext, welche Sie selbst nicht lösen können? Fallen Sie immer wieder in dieselben Verhaltens- oder Denkmuster? Gelingt es Ihnen kaum, langer dauernde, tragfähige und erfüllende Beziehungen zu leben? Fühlen Sie sich überlastet, müde und ausgelaugt? Wird Ihnen das Familien- oder Berufsleben manchmal einfach zu viel? Holen Sie Erlebnisse aus der Vergangenheit immer wieder ein, so dass es Zeit ist, diese bewusst hinter sich zu lassen und neue Weg zu gehen? Im Coaching und in der Beratung geht es genau um solche oder ähnliche Themen. Die Lösung und Schritte in die Autonomie werden gemeinsam mit mir entwickelt. Sie sind nicht mehr allein auf Ihrem Weg und erhalten endlich professionelle Unterstützung!

Supervision

Möchten Sie Fragen aus dem beruflichen Kontext, sei dies als Führungskraft, Fachperson aus dem Schul-, Sozial- oder Gesundheitswesen, als Mitglied aus Leitungsgremien, etc. gemeinsam mit mir bearbeiten und dabei Ihre Fach-, Selbst- und Selbstkompetenz erweitern? In der Supervision finden Ihre persönlichen Fragestellungen den Raum für eine neue Haltung und Betrachtungsweise, die neue Lösungen und Perspektiven zulässt und die persönliche Entwicklung in Richtung Rollenklarheit, Resilienz und Autonomie fördert und nachhaltig stärkt.

Teamsupervision

Als Team geht es darum, die Stärken des Einzelnen optimal zu nutzen, Kräfte zu bündeln sowie einengende Muster in der Teamdynamik und Kommunikation zu erkennen und aufzulösen, so dass Effizienz, Motivation, Belastbarkeit, Leistungsbereitschaft sowie ein gemeinsames Why mehr als nur bloße Worte sind. Genau das ist das Ziel einer unterstützenden und zielgerichteten Teamsupervision.



Ausbildungs- und Lehrsupervision

Sind Sie selbst BeraterIn, Coach oder SupervisorIn? Möchten Sie den Umgang und die Begleitung Ihrer Klienten professionalisieren und dabei eigene einschränkende Handlungs- und Denkmuster erkennen und auflösen? Wollen Sie mehr Bewusstheit und Klarheit in Ihren Berufsalltag bringen? In der Ausbildungs- und Lehrsupervision geht es um die Reflexion der eigenen Berufsrolle. Als Ziel gilt die Entwicklung reflektierter, professioneller Verhaltensweisen,

die Gestaltung einer tragenden Arbeitsbeziehung zur Zielgruppe und die Integration eigener Ressourcen in den Berufsalltag.

Einführungsseminar TA 101

Mit dieser dreitägigen Weiterbildung „Das Leben bewusster leben“ tauchen Sie direkt in die Welt der Transaktionsanalyse nach Eric Berne ein und erhalten einen ersten Überblick über die vier Säulen der Transaktionsanalyse. Mittels praktischer Übungen wird der Transfer von Theorie zur Praxis ermöglicht. Sie erhalten konkrete Tools und neue Perspektiven für Ihren beruflichen und privaten Alltag. Es geht in der Auseinandersetzung um Themen rund um Persönlichkeit, Kommunikation und Beziehung. Sie erhalten nach Abschluss das TA101-Zertifikat, welches Bewerbungen beigelegt werden kann und zur Weiterführung der Ausbildung in Transaktionsanalyse (TA) befähigt.



Aus- und Weiterbildung in Methodenkompetenz und Praxiskompetenz

Während 10 x 2 Tagen im Jahr führt Sie diese Weiterbildung noch näher zu sich selbst und Ihren beruflichen und privaten Themen. Sie erhalten vertieften Einblick in die Modelle und Konzepte der Transaktionsanalyse und lernen dabei, die für Sie relevanten Konzepte beruflich und privat sinnvoll und gewinnbringend zu nutzen. Zusammen mit der Gruppe reflektieren und üben Sie die Anwendungen und vertiefen mittels Selbstreflexion und praktischen Beispielen Ihr Fach- und Erfahrungswissen und Ihre persönlichen Kompetenzen.

Kurse und Workshops

Auf Anfrage biete ich Kurse und Workshops zu folgenden Themen an:

- **Resilienz steigern in Unternehmen** – wie Sie sich und Ihr Team vor einem Burnout und Überlastung schützen können (Eintägiges Seminar)
- **Burnout besser verstehen & erkennen** – wie Sie sich und Ihr Team vor einem Burnout schützen können
- **Kommunikation und Beratungskompetenz verbessern** – Gelingende Zusammenarbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen

Gesprächsführung und Moderation

Haben Sie einen (Team-) Event oder Grossanlass geplant, der eine klare Struktur und einen sinnvollen Ablauf benötigt? Wünschen Sie sich eine Person, die einen (Kommunikations- oder Klärungs-) Prozess übersichtlich und sinnstiftend plant, anleitet und zusammen mit Ihnen und Ihrem Team umsetzt und begleitet? Gerne unterstütze ich Sie dabei im Rahmen von Prozessplanung, -umsetzung sowie Gesprächsführung und Moderation.



Organisationsentwicklung

Ergeben sich Fragestellungen in Ihrer Organisation, welche Sie selbst nicht lösen können? Wünschen Sie sich professionelles Handeln von einer aussenstehenden Person, welche die Situation sachlich und kompetent beurteilen kann und eine ganzheitliche oder systemische Betrachtungsweise hineinbringt? Möchten Sie Prozesse oder Abläufe optimieren, die organisationalen Strukturen verändern oder Informations- oder Change-Prozesse gewinnbringend umsetzen? Dann stehe ich Ihnen mittels Organisationsberatung und -entwicklung gerne zur Verfügung und unterstütze Sie bei der Umsetzung der geplanten Prozesse.



Transformative Coaching Intensive Retreat

Sind Sie auf der Suche nach tieferliegenden Antworten, die Ihnen und Ihren persönlichen Herzenswünschen entsprechend? Haben Sie schon viele Methoden und Herangehensweisen ausprobiert, jedoch ist es Ihnen nach wie vor nicht gelungen, die Antworten auf Ihre Fragen zu finden? Fühlen Sie sich gestresst, ausgelaugt oder manchmal sogar fehl am Platz, obwohl Sie sich anstrengend, zusammenreißen und von aussen betrachtet scheinbar alles perfekt ist? Verlieren Sie sich immer wieder im Gedankenkarussell, welches Ihnen in wertvollen Momenten des täglichen Lebens die Freude und Entspannung nimmt und Sie daran hindert, im Hier und Jetzt glücklich und präsent zu sein? Dann ist das dreitägige Transformative Coaching Intensive Retreat vielleicht genau das Richtige für Sie. Wir begeben uns an einen Ort abseits Ihres bekannten Alltagslebens und tauchen ein in eine Atmosphäre des Angenommen- und Angekommen-Seins, in der Zeit und Raum zunehmend unwichtig erscheinen. Im Gespräch erleben Sie, was es heisst, ganz sich selbst zu sein und in sich anzukommen. Aus dieser Ruhe und Präsenz von innen heraus verändert sich Ihre Wahrnehmung und Betrachtungsweise. Das Leben gewinnt an Klarheit und Leichtigkeit.



Zielgruppe

Führungskräfte, HR-Manager, Beraterinnen und Berater in Profit- & Nonprofit-Organisationen, Mitglieder von Leitungsgremien im sozialen und politischen Kontext, Lehrpersonen & Fachpersonen aus Schul-, Sozial- oder Gesundheitswesen, etc.

Kursleitung



Rebecca Petersen ist Lehrende Transaktionsanalytikerin PTSTA/C-EATA, Systemische Organisationsberaterin, Supervisorin & Coach bso, Ausbilderin und Psychosoziale Beraterin mit eidgenössischem Fachausweis, Inhaberin/Geschäftsführerin von Triflect GmbH. Sie berät und begleitet Führungskräfte, Teams sowie Fach- und Privatpersonen bei Fragestellungen aus Berufs- und Privatleben.

Interessiert?

Nutzen Sie neu auch den QR-Code für mehr Informationen!

Triflect GmbH | Rebecca Petersen | info@triflect.ch | www.triflect.ch

