

# **Transaktionsanalytische Beratung**

Daniela Sonderegger-Dürst / 2012

## **Der Beratungsprozess als Reise**

Als Beraterin erlebe ich immer wieder, wie der Beratungsprozess einer abenteuerlichen Reise in noch Unbekanntes gleicht. Die beratende und die ratsuchende Person werden auf Grund ihres Arbeitsbündnisses zu Reisegefährten. Was die Reise betrifft, verfügen beide über ganz unterschiedliches Vorwissen und unterschiedliche Vorerfahrungen und Vorahnungen. Dies macht in meinem Verständnis mich als Beraterin und meine Klientin oder meinen Klienten zu „Fachleuten“ auf verschiedenen Gebieten. Diese Vorstellung über die beabsichtigte, gemeinsame Arbeit und meine Überzeugung, dass es daher für das Gelingen eine ergänzende Zusammenarbeit beider bedarf, mache ich gegenüber den Klienten transparent.

Die beratende Person wird auf Grund ihres beruflichen Knowhows und durch den administrativen Vertrag gewissermassen zur Reiseleitung. Transaktionsanalytische Beraterinnen und Berater schaffen eine solide Basis für das gemeinsame Vorhaben: Durch die OK-Philosophie und durch eine gelebte OK-Haltung, ermöglichen sie eine gleichwertige Arbeitsbeziehung, in welcher Ziele, Möglichkeiten und Verantwortlichkeiten durch die Vertragsarbeit geklärt sind. Ihre Verpflichtung gegenüber den ethischen Richtlinien prägt die Art der Beziehungs- und Prozessgestaltung, für die sie während der Reise die Verantwortung übernehmen. Durch ein reiches Repertoire an Diagnoseinstrumenten zur offenen Planung, durch das angemessene Anwenden von Interventionen und durch den Einsatz verschiedener Methoden, welche den Menschen in seiner Individualität und in seiner Ganzheit berücksichtigen, fördert die beratende Person intuitiv und verantwortungsbewusst während der gemeinsamen Wegstrecke das Vorwärtskommen der ratsuchenden Person, bezogen auf die gemeinsam festgelegten Ziele und somit auf ihrem Weg in Richtung Autonomie.

Den ratsuchenden Menschen erachte ich auf der „Beratungsreise“ ebenfalls als Fachfrau oder Fachmann. In seinem Innern weiss er um all das Bisherige, was ihm als Anknüpfungspunkt für Neues dienen kann. Er kennt, wenn vielleicht auch im jeweiligen Augenblick noch nicht bewusst, alle seine bisherigen Erfahrungen, seine Denk- und Verhaltensmuster, die Dynamik seiner Gefühle und seinen ihm eigenen Umgang damit, seine Ressourcen und seine Grenzen und die Beziehungen, welche er mit sich selbst und mit andern lebt. Unabhängig davon, was ihn zur Reise veranlasst und wie gross seine Motivation dafür ist, bedeutet das Unternehmen in Richtung Veränderung für ihn auch einen Schritt ins Ungewisse. Dieser Schritt, kann mit Unsicherheit, mit Ängsten, mit Phantasien, mit Selbstzweifeln und vielem mehr verbunden sein. Auf jeden Fall erfordert es ein grosses Mass an Mut und Risikobereitschaft, welche von der Reiseleitung, soll die Reise glücken, wertgeschätzt und berücksichtigt werden müssen. Bei der bewusst gesuchten, begleiteten Reise in einer professionellen Beratung ist das Vertrauen des Reisenden in die Reiseleitung Voraussetzung für die Bereitschaft die eigene Wahrnehmung zu öffnen und sich dem Neuen und Unbekannten zu stellen. Transaktionsanalytisch gesprochen wird dabei der eigene Bezugsrahmen erforscht, überprüft und erweitert.

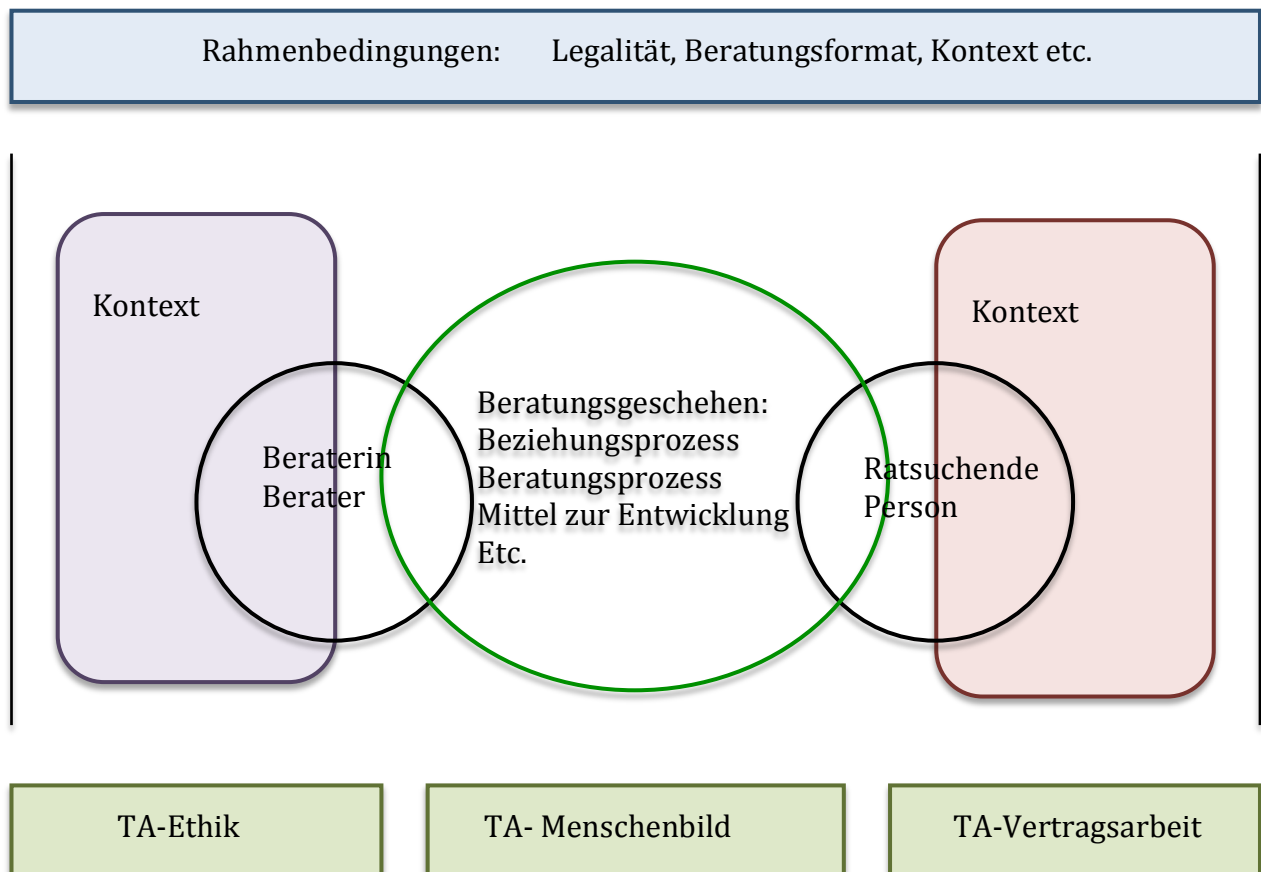
Während der Reiseroute begegnen die ratsuchende und die beratende Person unterschiedlichsten Herausforderungen. Verschiedene Reisetempi prägen den Weg: Kontinuierliches Vorankommen, steile und mühselige Aufstiege, Rückschritte, Treten an Ort und Stelle, freudiges Vorwärtsgleiten, reflektierendes Innehalten, und vieles mehr. Und dann gibt es die Highlights, welche ich Perlenmomente nenne. Das sind die Momente, in denen

sich Reisende und Reiseleiter, oft sogar unverhofft, auf einem glänzenden Parkettboden wiederfinden, der es ihnen erlaubt, in der gemeinsamen Arbeit in einem harmonievollen Tanz leichtfüßig neue Kreationen und Bewegungserfahrungen zu gestalten. Im erlebten Flow können sich neue Varianten, Sichtweisen und Möglichkeiten eröffnen. Solche Augenblicke sind Quelle der Motivation für die oft auch anstrengenden Phasen des Übens und des Integrierens des Erarbeiteten.

Ein gelungenes gemeinsames Unterwegssein endet, wenn das Ziel der Reise, das heisst das Ziel des Beratungsvertrages, erreicht ist und die reisende Person durch die gestaltete Arbeit in ihrer Selbstwirksamkeit und Autonomie gestärkt ist.

Die „transaktionsanalytische Beratungsreise“ kann sowohl von Einzelpersonen, als auch von Paaren oder Gruppen zur Unterstützung in unterschiedlichsten Lebenssituationen genutzt werden, z.B. in Problemlösungs- oder Entscheidungsprozessen, bei biographischen Fragestellungen, bei partnerschaftlichen oder familiären Fragen, in beruflichen Herausforderungen und zur Bewältigung von Lebenskrisen. Das übergeordnete Ziel bleibt die Förderung der Autonomie.

### Die Transaktionsanalyse in der Beratung



Daniela Sonderegger-Dürst 2011

Ich verzichte an dieser Stelle auf ein ausführliches Eingehen auf die verschiedenen Bereiche der Graphik. Dennoch werden schon auf den ersten Blick einige Spezifitäten transaktionsanalytischer Beratung sichtbar. So bilden Ethik, Menschenbild und Vertragsarbeit das tragende Fundament für die Beratungsarbeit. Die Beratungsperson bringt nebst ihrer Selbstkompetenz und Sozialkompetenz, welche sie im Laufe ihrer fundierten und persönlichkeitsbildenden Ausbildung weiterentwickelt hat, auch ganz spezifische

Sachkompetenz in die Beratungsarbeit ein. Gerne zitiere ich an dieser Stelle *Hedi Bretscher* :  
*„Die Transaktionsanalytische Beratung beinhaltet die Vertragsarbeit, den Beziehungs- und den Problemlösungsprozess. Sie wird dann transaktionsanalytisch, wenn die Beratungsperson in der Beratungsbeziehung die Grundhaltung der Transaktionsanalyse lebt, deren Ethikregeln respektiert und wenn sie mit ihrem spezifischen Fachwissen auch die schlüssigen Konzepte, Modelle und Methoden der Transaktionsanalyse, dem Beratungsauftrag und der Beratungssituation entsprechend, vertragsorientiert und wirksam anwendet.“*

Immer wieder erfahre ich, wie das passende Einbringen der Konzepte der Transaktionsanalyse die Klientin oder den Klienten dazu befähigt, sich in dem Erfahrenen und Gedachten zu orientieren und es in Sprache zu fassen, um es sich für die Reflexion zugänglich und für die eigene Weiterentwicklung zu Nutzen zu machen.

## **Die transaktionsanalytische Beraterin, der transaktionsanalytische Berater**

Für Berufsleute aus der Transaktionsanalytischen Beratung hat die *Fachgruppe Beratung der SGTA* in ihrer Broschüre nebst den Grundkompetenzen 10 Beratungskompetenzen definiert, welche durch die beratende Person in die Beratungsarbeit einfließen. Diese möchte ich an dieser Stelle erwähnen:

*Anwendungsfeld kennen und verstehen*

*Beratungsauftrag einschätzen*

*Beratungskonzept entwerfen*

*Beziehungsprozess gestalten*

*Beratungssituation analysieren*

*Vertragsarbeit leisten*

*Interventionen planen und durchführen*

*Sich an Ressourcen orientieren*

*Krisen erkennen und beherrschen*

*Qualität erzielen und Professionalität entwickeln*

Die komplexe Tätigkeit des Beratens fordert von der Beratungsperson die Fähigkeit zu einer metasystemischen Perspektive. Die beratende Person braucht ein tiefgehendes Engagement um den Prozess zu steuern. Die Beratungsarbeit bedingt die Fähigkeit der prozessverantwortlichen Person, den Überblick über den gesamten Beziehungskontext zu behalten, gut bei sich zu bleiben und gleichzeitig am Prozess teil zu haben, während dem sie diesen achtsam beobachtet und reflektiert. Prägend und zentral ist für die Beratungsarbeit letztlich auch die Fähigkeit der beratenden Person, marsisch zu „sehen“ und die eigene Intuition für die Gestaltung des Prozesses zu nutzen.

Die Transaktionsanalyse bietet für die Ausübung des Beratungsberufes ein reiches und vielseitiges Repertoire an Theorien und Konzepten. Diese bilden eine gute Basis. Darüber hinaus lassen sie sich auch mit Theorien und Methoden anderer Wissensgebiete und Schulen ergänzend verknüpfen.

## **Wenn einer eine Reise tut ...**

Ich nehme wieder das Bild der „transaktionsanalytischen Beratungsreise“ auf. Reisen bedeutet ein weiteres Stück Welt kennen zu lernen. Transaktionsanalytische Beratung hat zum Ziel, durch das Ermöglichen von alternativen Erfahrungen, das Gewinnen von Einsichten und das Finden von neuen Handlungsmöglichkeiten die Klientinnen und Klienten darin zu unterstützen, ihre bisherige Sicht der Wirklichkeit, deren Deutung und die bislang bekannten Handlungsoptionen zu erweitern. Transaktionsanalytische Beratung dient so

primär der Weiterentwicklung und dem persönlichen Wachstum.

*„Wenn ein Reisender nach Hause zurückkehrt, soll er nicht die Bräuche seiner Heimat eintauschen gegen die des fremden Landes. Nur einige Blumen, von dem, was er in der Ferne gelernt hat, soll er in die Gewohnheiten seines eigenen Landes einpflanzen.“ Francis Bacon (1561-1626)*