

# Autonomie entfalten

## Entscheidungsfindung und persönliches Wachstum

### Anwendungsfeld Beratung

### Persönlichkeits- Entfaltung

### Orientierung in beruflichen Fragen und beruflichen Zusammenhängen

### Hilfe in Lebenskrisen

Beratung ist die Hilfe bei Entscheidungsfindung - bei Problemen der Lebensgestaltung und -bewältigung bis hin zu Kaufentscheidungen. Der Berufsstand Berater, der Männer und Frauen mit Weisheit, Lebenserfahrung und Handlungskompetenz, reicht zurück in alte Zeiten. Beratung ist die traditionelle Domäne von Pfarrern, Ärzten, Rechtsanwälten, den Vertretern von Disziplinen, in denen es darum geht, unter Handlungsdruck zu Entscheidungen zu kommen, die lebenspraktische Bedeutung haben und dennoch nicht einfach nach Kriterien von richtig und falsch getroffen werden können. Die Fähigkeit, die dafür wichtig ist, ist Urteilsfähigkeit, die neben Theorie- und Faktenwissen auf Einfühlung, Intuition und ethischen Haltungen beruht wie grundsätzliches Wohlwollen und Bereitschaft, Menschen und Umständen gerecht zu werden.

Heute spricht man in diesem Sinne von Professionalität. Allerdings reichen die traditionellen Bezugsrahmen der Medizin, Jurisprudenz und Theologie nicht mehr aus, um der immer komplexer werdenden äußeren und inneren Wirklichkeit von Menschen gerecht zu werden. Immer mehr Dinge sind möglich, machbar und müssen individuell entschieden werden, wobei die Entscheidungssicherheit, die Menschen früher aufgrund traditioneller Normen besaßen, im gleichen Maße abgenommen hat. Entsprechend wächst das Bedürfnis nach Beratung in fast allen Lebensbereichen bis hin zur Supervision, der Beratung in beruflichen Zusammenhängen. Damit hängt die zunehmende Bedeutung psychologischen Wissens in allen Berufen zusammen, in denen es um Beeinflussung und Orientierung von Menschen geht.

Die Transaktionsanalyse steht in der Tradition der Humanistischen Psychologie. Die elementare

Voraussetzung transaktionsanalytischer Arbeit ist die Grundeinstellung: Ich bin o.k.- Du bist o.k. Das heißt, dass jeder Mensch bei entsprechender Förderung und Unterstützung selbst herausfinden kann, was für ihn / sie richtig ist, ohne dabei die Interessen und Rechte anderer zu missachten. Als Beratungsmethode stellt die Transaktionsanalyse das theoretische und praktische Wissen zur Verfügung, um Menschen bei diesem Prozess der Entscheidungsfindung zu unterstützen. Von der therapeutischen Anwendung im Feld Beratung dadurch, dass hier das medizinische Krankheitsmodell nicht zugrunde gelegt wird. Beratung als Hilfe bei der Entscheidungsfindung setzt beim Klienten eine grundsätzliche Autonomie und Gesundheit voraus, die durch geeignete Methoden zu fördern und freizusetzen ist.

Transaktionsanalytische Beratung ist eine soziale Dienstleistung und damit grundsätzlich vertragsorientiert. Der Vertrag besteht in der Übereinstimmung zwischen BeraterIn und KlientIn hinsichtlich der konkreten Ziele und Methoden der Beratung unter der Voraussetzung, dass der Klient oder die Klientin ihr Problem letztlich nur durch eigene innere und äußere Aktivität lösen kann.

#### Zentrale Konzepte:

- Vertrag
- o.k.-o.k.-Position
- Strokes
- Symbiose
- Permission
- Protection
- Potency

Deutsche Gesellschaft für  
Transaktionsanalyse e. V.

Mitglied der  
Europäischen Gesellschaft  
für Transaktionsanalyse

Silvanerweg 8  
78464 D-Konstanz  
Telefon: +49 (0) 75 31.9 52 70  
Fax: +49 (0) 75 31.9 52 71

eMail: [gs@dgta.de](mailto:gs@dgta.de)  
Internet: [www.dgta.de](http://www.dgta.de)

Übergeordnete Ziele der Beratung sind die Förderung von Autonomie, Bewusstheit und der Fähigkeit zu Intimität, d.h. der Fähigkeit, liebevolle Beziehungen einzugehen und zu bewahren. Autonomie ist die Fähigkeit, selbstständig zu denken, zu handeln und frei von symbiotischen Verstrickungen zu fühlen. Bewusstheit besteht in der Fähigkeit, die Wirklichkeit unverzerrt durch beeinträchtigende Einflüsse wahrzunehmen, die beim Werden der Persönlichkeit erworben wurden.

Das zentrale Persönlichkeitsmodell ist das Strukturmodell der menschlichen Persönlichkeit. Die These, die in diesem Modell enthalten ist, beruht auf der Annahme, dass sich die Einheit

der Person konkret in verschiedenen Ich-Zuständen manifestiert, die in der Beziehung zueinander und in der Art, wie Menschen sich in ihnen ausdrücken, durch ungünstige biographische Faktoren mehr oder weniger stark beeinträchtigt sein können. So kann die nicht geschene äußere und innere Ablösung von den Eltern die Fähigkeit beeinträchtigen, mit sich selbst in Übereinstimmung zu kommen.

Transaktionsanalytische Beratung ist deswegen über die Hilfe bei konkreten Entscheidungen hinaus auch Hilfe und Begleitung bei persönlichem Wachstum.

### **Beratungskompetenzen**

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