



## Kommunikation

## Persönlichkeits- entwicklung

## Grenzen setzen

Einführungsseminar  
Transaktionsanalyse  
101

Es ist die Lehre von der menschlichen  
Persönlichkeit und der zwischenmenschlichen  
Kommunikation und wird der humanistischen  
Psychologie zugeordnet.

**Interessiert dich, wie du zu dem  
Menschen geworden bist, der  
du heute bist? Der eigenen  
Persönlichkeit auf der Spur,  
verstehen wie herausfordernde  
Alltagssituationen gelassen  
gemeistert werden.**

In diesem Seminar erfahren Sie mehr über Ihre  
Grundhaltung – sich selbst, andern Menschen  
und Gruppen gegenüber.

Sie erweitern Ihr Wissen durch Konzepte der  
Persönlichkeitsentwicklung und der  
Kommunikation. Sie lernen, wie Sie eine  
positive Grundhaltung auch in belastenden  
Situationen beibehalten können. Sie  
reflektieren Ihre eigenen Fühl-, Denk- und  
Handlungsmuster und erhalten Hinweise, wie  
Sie diese gegebenenfalls im Hier und Jetzt  
anpassen können.

Während der Seminartage wechseln sich  
Theorie, Gruppen- und Einzelarbeit, Eigen-  
Reflexion, Gesprächsrunden und Geschichten  
ab.

Beatrice Bättig

Transaktionsanalytikerin CTA-E  
Psychosoziale Beraterin SGfB  
[beabaettig@bluewin.ch](mailto:beabaettig@bluewin.ch)  
[beatricebaettig.ch](http://beatricebaettig.ch)

Andrea Nigg

Transaktionsanalytikerin CTA-C  
Physiotherapeutin  
[andrea.nigg21@bluewin.ch](mailto:andrea.nigg21@bluewin.ch)  
[andrea-nigg.ch](http://andrea-nigg.ch)  
[praxis-am-see.ch](http://praxis-am-see.ch)

Regula Steiger

Transaktionsanalytikerin CTA-C  
Primarlehrerin  
Integrative Kinesiologin IKZ  
[regula.steiger@bluewin.ch](mailto:regula.steiger@bluewin.ch)  
[regula-steiger.ch](http://regula-steiger.ch)

Das Einführungsseminar richtet sich an Personen, die sich in ihrer Persönlichkeit weiterentwickeln und/ oder im Beruf ihre Professionalität erweitern möchten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Die Teilnahme an einem Kurs 101 ist Voraussetzung für eine 3jährige TA-Ausbildung.

Wir bieten dieses Seminar an drei Standorten an. Die Dauer ist jeweils 2 Tage, beziehungsweise 12 Stunden. Das erste Seminar findet unter Supervision statt.

Kurszeiten            1.Tag 9.00 – 16.30 Uhr  
                             2.Tag 9.00 – 16.30 Uhr  
                             insgesamt 12 Stunden

Kursorte                Praxis am See, Seebleichstr. 60, 9404 Rorschacherberg

Kurskosten            CHF 375.-  
Teilnehmer            8 - 12  
Kursdaten             25.9. - 26.9.2026 – Rorschacherberg SG

### Anmeldung

Name..... Vorname.....

Strasse.....PLZ.....Ort.....

Die schriftliche Anmeldebestätigung erhalten Sie vor Kursbeginn. Die Hälfte der Kurskosten ist nach Erhalt der Anmeldebestätigung zu bezahlen, der Restbetrag bis eine Woche vor Kursbeginn. Die Anmeldung ist verbindlich. Ich melde mich für den TA-Kurs 101 an.

Datum..... Unterschrift.....