



## Kommunikationskompetenz zählt!

**Der «richtige» Umgang mit sich und anderen bildet eine Schlüsselqualifikation für die Zukunft. Aus diesem Grund stand die eigene Kommunikationskompetenz auch im Zentrum des letzten Doktorandenseminars.**

Anlässlich des Doktorandenseminars vom 4. und 5. Februar 2008 haben wir uns auf neue Pfade begeben. Für einmal bildeten nicht wissenschaftliche Methoden und Erkenntnisse den Kern des regelmässig stattfindenden Doktorandenseminars, sondern die eigene Kommunikationskompetenz. Das zweitägige Seminar fand an der ETH in Zürich statt. Geleitet wurde es von Maya Bentele, dipl. psych., Transaktionsanalytikerin PTSTA.

Das Seminar führte an zwei Tagen in die Transaktionsanalyse ein. Im Mittelpunkt stand die Fragestellung nach dem «richtigen» Umgang mit sich und anderen. Neben der Vermittlung der notwendigen Grundlagen zur Transaktionsanalyse ging es darum, dass die Teilnehmenden die Stärken und Schwächen des eigenen Kommunikationsstils kennen lernten. Dazu gehörte auch, die eigenen Stressoren zu identifizieren und zu lernen, mit ihnen umzugehen. Wie in schwierigen Alltagssituationen die Kommunikation positiv beeinflusst werden kann, war ein weiterer Themenschwerpunkt. Die

verschiedenen Inhalte wurden nicht nur auf anschauliche Art vermittelt, auch die Anwendung im Alltag und die eigene Reflexion bildeten wichtige Bestandteile des Seminars. ■