



BRUSH-UP 101 *FÜR TA-INTERESSIERTE, DIE DEN BALL WIEDER AUFNEHMEN UND DRANBLEIBEN MÖCHTEN*

BRUSH-UP 101 2022 – NEUES KONZEPT!

Teilnehmende können sich im «Brush-up TA101» Anstösse und Inspiration für sich und den Umgang mit anderen Menschen holen. Es werden TA-Konzepte und Modelle aufgenommen, erklärt und vertieft. Der Austausch mit anderen TA-Interessierten bietet Raum für Reflexion. Daraus können neue Sichtweisen und Handlungsalternativen zur effektiven Problemlösung entwickelt werden.

Inhalte und Settings

- Kurzinputs zu TA-Modellen und Konzepten und deren Anwendungsmöglichkeiten im Alltag
- Einbringen von eigenen Erfahrungen und Fragestellungen
- Erarbeiten von Handlungsalternativen

Zielpublikum:

Es sind alle herzlich eingeladen, die ein Einführungsseminar in TA besucht haben oder die auf einem anderen Weg erste TA-Kenntnisse erworben haben.

Details zum Programm der einzelnen Brush-up 101-Abende sind auf der Rückseite zu finden.

BRUSH-UP 101 2022

Leitung	Antonia Giacomini
Termine	Dienstag 18. Januar 2022, 17.30 bis 21.00 Uhr Mittwoch 23. März 2022, 17.30 bis 21.00 Uhr Dienstag 13. September 2022, 17.30 bis 21.00 Uhr Mittwoch 23. November 2022, 17.30 bis 21.00 Uhr
Kosten	CHF 95.–/Abend
Anmeldung	www.ebi-zuerich.ch (bis jeweils zwei Wochen vor der Durchführung)

Brush-up 101: Dienstag 18. Januar 2022

Strokes als Motivator

Wie wir uns selbst und andere motivieren.

- Stroke-Konzept
- Stroke-Ökonomie

Brush-up 101: Mittwoch 23. März 2022

Blinde Flecken als Nährboden für Missverständnisse

Von fixen Meinungen und Illusionen.

- Trübungen
- Stärkung des Erwachsenen-Ichs

Brush-up 101: Dienstag 13. September 2022

Gefühle als Ressource

Wie wir unsere Gefühle effektiv nutzen können.

- Grundgefühle und Maschengefühle
- Funktionen von Gefühlen

Brush-up 101: Mittwoch 23. November 2022

Psychologische Spiele als vertraute Konfliktmuster

Wie wir Konfliktmuster erkennen und verändern können.

- Drama- und Gewinner-Dreieck
- Ausstiegsmöglichkeiten aus psychologischen Spielen

Auskunft und Informationen

Antonia Giacomini, PTSTA-E

a.giacomini@ebi-zuerich.ch, +41 76 306 89 78