



Transactionele analyse

Transactionele analyse of TA is de term die gebruikt wordt voor de persoonlijkheidstheorie en tevens psychotherapeutische behandelmethode zoals deze is ontwikkeld door Eric Berne in de jaren 50 van de twintigste eeuw. De TA gaat ervan uit dat ervaringen in de vroege levensjaren ervoor zorgen dat een mens besluiten neemt over zichzelf en zijn omgeving. Deze positieve of negatieve besluiten zijn van invloed op de kwaliteit van de verdere levensloop (het script). Groei en ontwikkeling worden geremd door negatieve besluiten, terwijl positieve besluiten een stimulerende invloed hebben. De methode is er op gericht de scripts te analyseren en door gedragsveranderingen te proberen het script om te buigen.

Transactionele analyse kijkt naar:

- Hoe functioneren mensen psychologisch?
- Hoe communiceren mensen en hoe ontstaan storingen?
- Hoe kunnen beslissingen in de jeugd invloed hebben op gedrag op latere leeftijd met pijnlijke gevolgen?

De workshop

Tijdens deze workshop van een dag leer je de theorie, achtergronden en werkvormen die met de transactionele analyse te maken hebben. Je leert over jouw eigen wijze van communiceren, wanneer deze uit balans is en wanneer andere deze uit balans kunnen brengen. Je leert communicatiepatronen herkennen en ombuigen.

Het programma

De workshop bestaat uit een ochtend en middagedeelte, onderbroken door een lunch. Je leert de theorie van de transactionele analyse en hoe je dit kunt gebruiken om onprettige communicatie met anderen te ontleden en ombuigen.

Dit doe je met cases uit jouw eigen leven, maar je kijkt ook met deelnemers naar de cases die zij inbrengen.

Wat kan je er mee?

De workshop is bestemd voor iedereen die meer wil weten over hoe families invloed hebben op het eigen gedrag of dat van anderen. Er zijn mensen die het puur om persoonlijke redenen volgen en er zijn mensen die het volgen om het in te zetten bij het verduidelijken van blokkades bij personeel, cliënten, leerlingen of kinderen.

De kosten

Kosten voor deelname zijn € 150 (voor particulieren vrijgesteld van BTW, voor bedrijven exclusief BTW). Bij dit bedrag zijn inbegrepen: thee, koffie, versnaperingen en lunch. Je ontvangt ook een reader en bewijs van deelname.

