

# BEVEZETÉS A TRANZAKCIÓANALÍZISBE

A tranzakcióanalízis (TA) gyakorlati irányultságú elmélet az emberi személyiségről, a kommunikációról és a rendszerekről. Átfogó fogalomkészletével a TA pontos útmutatást nyújt az egyéni, a csoport- és a szervezeti szintű változásokhoz. Hatásos eszközöket kínál a személyes és a szakmai fejlődéshez. A tranzakcióanalízis célja, hogy erősítse a tudatosságot, a spontaneitást és a kapcsolatokra való képességet.

A TA101 a tranzakcióanalízis hivatalos alapozó képzése. A workshop elvégzése után a résztvevők nemzetközileg elismert bizonyítványt kapnak, amely feljogosítja őket, a világ bármely részén induló bármely TA-programon való részvételre.

Ezen a kétnapos workshopon megismerkedünk a tranzakcióanalízis alapfogalmaival, s egy olyan gondolatrendszert tehetünk magunkévá, amely segítségével új lehetőségeket nyithatunk meg életünkben, kapcsolatainkban és munkánkban. A workshop bárki előtt nyitva áll, aki szeretné a korábinál mélyebben megérteni az emberi viselkedés mozgatórugóit.

A tréningen rövid elméleti előadások, gyakorlatok, valamint személyes és szakmai élményeink megosztása révén alapvető felismerésekre teszünk szert az egyéni viselkedésekről és a szervezetekben zajló változásokról.

## A tréningen a következő témák kerülnek sorra:

- a TA és a TA-alapértékek kialakulása;
- strukturális analízis: a személyiség és a viselkedés;
- valós tranzakcióanalízis: a hatásos kommunikáció;
- fedőérzések és játszmák: az elhibázott kommunikáció és az elakadás;
- sorskönyvelemzés: fejlődés és változás.

## Szakirodalom:

- Stewart, Ian & Joines, Vann (1998): A TA - ma. Bevezetés a korszerű tranzakcióanalízisbe (Grafit Kiadó)
- Stewart, Ian & Joines, Vann (1997): TA Today, a new introduction to transactional analysis. Lifespace publishing

