

TAO 1: GRONDVESTEN TA

Dit opleidingsjaar is bedoeld voor mensen die de basisconcepten van transactionele analyse willen leren toepassen voor eigen ontwikkeling en in hun werkveld. Van de deelnemers wordt verwacht dat zij de workshops, verander labs en de intervisiegroepen bijwonen en een presentatie geven over de relatie tussen twee TA concepten.

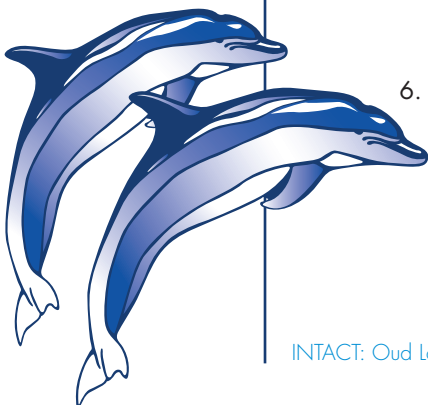
Het opleidingsjaar is open voor deelnemers uit alle werkvelden.

In the first year the following workshops will be provided:

1. Ego toestanden en ontwikkeling
2. Verander lab
3. Communicatie aan het werk
4. Verander lab
5. Psychologische spelen en rackets
6. Verander lab
7. Script en verandering

Omschrijving workshops

1. **Ego toestanden en ontwikkeling:** Binnen TA zijn er verschillende modellen van ego toestanden die gebruikt kunnen worden om persoonlijkheid, gedrag en ontwikkeling van mensen te omschrijven. De structurele modellen worden gebruikt om te analyseren hoe je in elkaar zit en hoe je je patronen hebt ontwikkeld. Het functionele model wordt gebruikt om te begrijpen hoe je communiceert met anderen. Het analyseren van ego toestanden helpt je te begrijpen hoe je je gedrag kan veranderen.
2. **Verander lab:** Het verander lab geeft je de gelegenheid om persoonlijk werk te doen, de dynamiek van de groep te ontdekken, en supervisie te krijgen. De doelstelling is het integreren van TA theorie en praktijk in je eigen ontwikkeling en in je werk.
3. **Communicatie aan het werk:** Eric Berne calculeerde dat er 6600 opties in communicatie zijn, variërend van parallelle en gekruiste opties tot transacties met bijbedoeling. Iedere soort transactie is gebaseerd op een communicatie regel die het effect van de communicatie helpt te voorspellen. Het kunnen kiezen van de juiste transactie op het juiste moment draagt bij aan je succes.
4. **Verander lab:** Het verander lab geeft je de gelegenheid om persoonlijk werk te doen, de dynamiek van de groep te ontdekken, en supervisie te krijgen. De doelstelling is het integreren van TA theorie en praktijk in je eigen ontwikkeling en in je werk.
5. **Psychologische spelen en rackets:** TA geeft een taal om patronen te omschrijven en te doorbreken. Een psychologisch spel is een zich herhalend patroon van niet probleem oplossend gedrag die leidt tot je favoriete rot gevoel, of je racket. Een kern taak van managers, coaches en adviseurs is het helpen (h)erkennen van disfunctionele patronen in gedrag, om zo nieuwe opties te creëren.
6. **Verander lab:** Het verander lab geeft je de gelegenheid om persoonlijk werk te doen, de dynamiek van de groep te ontdekken, en supervisie te krijgen. De doelstelling is het integreren van TA theorie en praktijk in je eigen ontwikkeling en in je werk.



7. **Script en verandering:** Een script is een onbewust levensplan, besloten in de vroege jeugd en bevestigd door latere gebeurtenissen, eindigend in een vooraf bepaalde uitkomst voor het leven. Je levensscript is als de bas toon in je leven. Binnen deze workshop leren deelnemers om hun scripts te herkennen en om verschillende strategieën voor verandering toe te passen.

In het eerste jaar geven deelnemers een **presentatie** van 15 minuten over twee TA concepten en de relatie tussen de concepten. Doelstelling is om TA theorie te integreren en om feedback te krijgen op je presentatie vaardigheden in het licht van je persoonlijke leerdoel.

De **intervisie** wordt door de deelnemers drie weken voor de volgende workshop gepland en duurt ongeveer 3 uur. De groepen bestaan uit 3 tot 4 deelnemers. Doelstelling is het oefenen met praktische toepassingen van de geleerde concepten en het krijgen van coaching op het eigen leercontract.

Literatuur:

- TA Today, a new introduction to transactional analysis. V. Joines & I. Stewart, Life space publishing (1987).
- Games people play, the psychology of human relationships. Eric Berne. Penguin Books (1964).
- Scripts people live, transactional analysis of life scripts. Claude Steiner. Grove Weidenfeld (1974).

