

# **КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «ТРАНЗАКТНЫЙ АНАЛИЗ 101»**

## **А. ФОРМУЛИРОВКА ЦЕЛИ КУРСА «ТРАНЗАКТНЫЙ АНАЛИЗ 101»**

## **В. ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

По окончании курса 101 участники смогут:

1. Описать основные теоретические концепции транзактного анализа
2. Применить основные концепции транзактного анализа к решению проблем
3. Классифицировать ряд межличностных взаимодействий и внутренних процессов, используя концепции транзактного анализа

## **С. ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ЦЕННОСТИ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА И ОБЛАСТИ ЕГО ПРИМЕНЕНИЯ**

1. **Определение транзактного анализа**
2. **Основные ценности (философские принципы)**
3. **Определение автономии**
4. **Контрактный метод**
5. **Области применения – различия в процессе**
  - a) Консультирование
  - b) Образование
  - c) Организации
  - d) Психотерапия

## **Д. КРАТКОЕ ОПИСАНИЕ РАЗВИТИЯ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА**

1. **Эрик Берн**
  - кем был Эрик Берн
  - развитие его идей
  - список наиболее значимых работ Берна
2. **Развитие транзактного анализа**
  - эволюция теории и методологии ТА после Берна
  - Мемориальная премия Эрика Берна
  - список публикаций, за которые была присуждена Мемориальная премия Эрика Берна
3. **Организации транзактного анализа**
  - ТА в мире: национальные, региональные, мультинациональные и интернациональные ассоциации ТА

## **Е. ТЕОРИЯ ЛИЧНОСТИ – ЭГО\_СОСТОЯНИЯ**

1. **Теория мотивации – «голод» по стимулам, признанию и структуре**
2. **Определение эго-состояний**
3. **Структурная модель эго-состояний**
  - распознавание и 4 способа диагностики эго-состояний
  - внутренний диалог
4. **Контаминации**
  - исключения
5. **Поведенческое описание эго-состояний**
  - эгограммы
  - возможности выбора

## **F. ТЕОРИЯ КОММУНИКАЦИИ – СОБСТВЕННО ТРАНЗАКТНЫЙ АНАЛИЗ**

### **1. Транзакции**

- определение транзакции
- типы транзакций
- правила коммуникации

### **2. Поглаживания**

- определение поглаживаний
- типы поглаживаний
- экономия поглаживаний

### **3. Социальное структурирование времени**

## **G. ТЕОРИЯ ПАТТЕРНОВ ЖИЗНИ – СЦЕНАРИЕВ**

### **1. Анализ психологических игр**

#### **а) Определение игр**

- причины играть в игры
- выгоды игр
- примеры игр
- степени игр

#### **б) Способы описания процесса игр**

- драматический треугольник
- формула игры
- транзактная диаграмма игры

### **2. Анализ психологического рэкета**

#### **а) Определение рэкета и его последствий**

- психологические бонусы

#### **б) Значимость внутренних/внутрипсихических процессов**

#### **с) Соотношение рэкета, транзакций, игр и сценария**

- система рэкета и анализ рэкета

### **3. Анализ сценария**

#### **а) Жизненные позиции**

- определение жизненных позиций
- 4 жизненных позиции
- соотношение жизненных позиций с играми и сценарием

#### **б) Сценарий**

- определение сценария
- происхождение сценария в опыте ребенка
- процесс формирования сценария
  - запреты
  - атрибуты
  - контрзапреты
  - ранние решения
  - соматический компонент
  - программа
  - изменение сценария
  - сценарная матрица и другие диаграммы сценария

## **H. МЕТОДОЛОГИЯ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА**

- групповой и индивидуальный метод