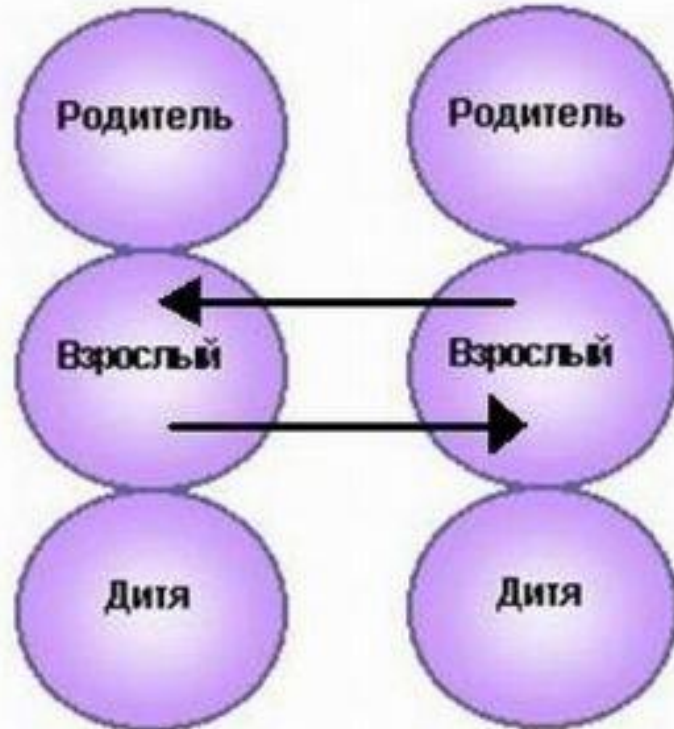


Основы трансактоного анализа

12 – 13 июня 2016 года

Ведущая: Галина Смыслова
психотерапевт Европейского реестра, член ОППЛ



Двухдневный практико-ориентированный тренинг

18 академических часов, 2 дня с 11.00 до 18.00

Стоимость двухдневного курса 5000 руб.

Трансактный анализ – психотерапевтическая методика, разработанная Эриком Берном, в основе которой лежит процедура анализа структуры личности, как интериоризации социального опыта. Главной целью трансактного анализа является изменение личности и ее жизненного сценария.

Курс полезен для того, кто:

- хочет получить новые навыки и знания для своего личностного развития
- в своей работе и жизни много общается с людьми и хочет улучшить качество этого общения
- работает (или собирается работать) в психологическом консультировании, тренингах.

Вы сможете:

- научиться понимать себя и других людей;
- изменить стиль общения, научиться комфортно общаться, получать удовольствие от общения с разными людьми;
- найти и проанализировать свой собственный жизненный сценарий, внести в него изменения;
- избавиться от психологических игр и манипуляций;

Содержание:

1. Личность и ее строение. Модель Эго-состояний (взрослый, родитель, ребенок). Определение собственных эго-состояний. Отработка навыков выявления эго-состояний других людей.
2. Коммуникация. Анализ основных типов транзакций. Стиль коммуникации. Возможности его изменения.
3. Анализ жизненных позиций. Феномен «ОК».
4. Сценарии жизни человека. Основы формирования, происхождения сценария и его изменения. Нахождение собственного жизненного сценария.
5. Сценарная матрица. Процессы, лежащие в основе контрпродуктивных сценариев. Ломка паттернов сценарного процесса. Практикум в обнаружении драйверов. План контракта на изменения.
6. Психологические игры. Выход из манипуляций.

Семинар позволит расширить начальные теоретические представления о системе транзактного анализа, получить начальные практические навыки работы в данном направлении, определить собственные ограничения, сценарные проявления и особенности личности, научиться диагностировать сценарные проявления других людей и работать с ними.