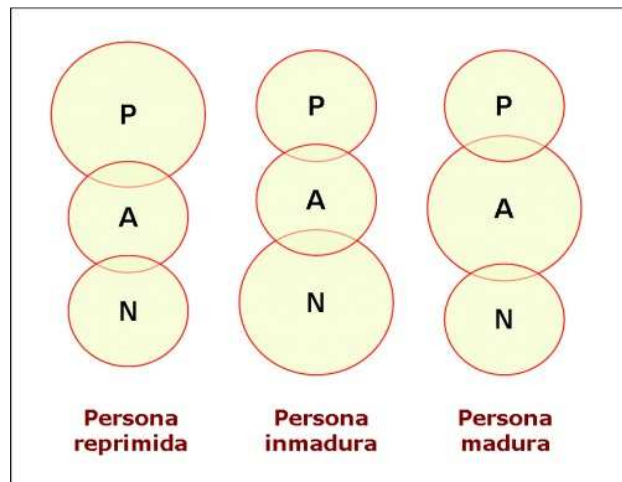


## Curso intensivo de Análisis Transaccional

aplicado a la Orientación, la Supervisión y el Coaching personal

Viernes 10 y sábado 11 de enero 2020

¿Conoces los juegos psicológicos que se producen en las relaciones? ¿Y cómo reforzar nuestro modo de actuar?



El Análisis Transaccional es un **método de crecimiento personal**. Analiza los estados del yo: el Padre, como representación de las normas necesarias para vivir; el Adulto, que facilita la toma de decisiones; y el Niño, que impulsa las ganas de vivir (El P.A.N).

**Conoceremos:** el modo en que nos envolvemos en las vidas de los demás (transacciones); descubriremos los juegos psicológicos en los que nos involucramos; y aprenderemos a conocer y reforzar nuestro modo de pensar, sentir y actuar; aprenderemos a dar un paso más en la dirección de ser feliz, aquí y ahora, independientemente de (superando) nuestro pasado.

**Destinatarios:** Profesionales de ayuda. Coachs, Supervisores/as, profesionales sociales, educativos, sanitarios y personas que quieran crecer, conocerse mejor y desarrollar habilidades comunicativas para la vida cotidiana, relaciones en el trabajo, clientes, familia, etc.

**Dirige:** Susanne Rieger, presidenta de EASC, directora de Indiálogo (Berlín – Barcelona) y máster en Análisis Transaccional y Formadora.

**Días y Lugar:** Viernes de 17 a 21 hs. y sábado de 9 a 14 y de 16 a 20 hs. Asociación Navarra Mitxelena, C/ San Roman 37Larraya (Navarra)

**Matrícula:** 150 € hasta el 30 de diciembre. Más tarde, 175 €.

Inscripción: <http://bit.ly/2OFDY5a> y consultas 620829861 y [jesusharistu@gmail.com](mailto:jesusharistu@gmail.com)

**Más información:**

El Análisis Transaccional (AT) es una ciencia de la conducta creada por el psiquiatra Eric Berne. Se llama “Análisis” porque separa el comportamiento en unidades fácilmente observables y “Transaccional” por su énfasis en las trans-acciones, puesto que da más importancia a lo inter-personal que a lo intra-personal.

Contenidos del curso: Concepto; Transacciones, estructura y la dinámica de la personalidad; Relaciones sociales. Hambres básicas y caricias (el PAN). Los 5 impulsores. Equilibrio de la personalidad.

A.T. es:

- una filosofía positiva y humana, que confía en el ser humano:
- un modelo de aprendizaje: todos podemos aprender y re-aprender. La A.T. es un modelo de toma de decisiones y de responsabilidad. El re-aprendizaje implica autocrítica y la decisión de hacerlo. Somos responsables por lo que sentimos, pensamos, decimos y hacemos.
- habla un lenguaje sencillo: permite una comunicación efectiva y dialógica.
- basado en necesidades: Biológicas (afectos, contacto físico, etc.). Psicológicas: (reconocimiento, toma de posición sobre sí mismo y los demás, estructuración del tiempo, etc.). Sociales (formar parte de un grupo, destacar en algo).
- observa lo objetivo: la exquisitez de los signos de conducta (palabras, tonos de voz, miradas, gestos, color de la piel, etc.). Describe comportamientos observables y registrables. Intenta no utilizar palabras substantivas y/o adjetivas – verbos de acción, etc.

El Análisis Transaccional es una filosofía que confía en el ser humano y proporciona:

- Un modelo para comprender la estructura y la dinámica de la personalidad; y analizar las relaciones sociales y la comunicación.
- Un modelo para explicar las motivaciones del comportamiento, en especial el comportamiento social: las hambres básicas y concretamente las caricias.
- Un modelo para analizar las distorsiones de la percepción de la realidad, incluida la propia identidad y las conductas asociadas: el guión de vida y el marco de referencia.
- Un modelo para entender las estrategias emocionales y relacionales que perpetúan esta manera distorsionada de percibir y relacionarse con los otros y con la realidad: los juegos psicológicos y los “rackets”.
- Un modelo de abordar el tratamiento dentro de estas perspectivas orientado a conseguir el control social de la conducta sintomática para alcanzar la autonomía.