

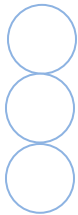


София 1202,
Ул. „Екзарх Йосиф“ No 1, ет 2
+359888414063
metamorfozia@gmail.com
www.metamorfozia.com

МЕТАМОРФОЗИЯ

психологическо консултиране и обучения

Кратко представяне на транзакционния анализ



Транзакционният анализ (ТА) е създаден през 50 -те години от Ерик Берн (1919-1970) и се разпространява в Европа през 70 –те години. ТА представлява модел на структурирана и интегративна психотерапия, целяща да улесни и провокира личностната промяна, следвана от личностна автономност.

ТА е част от хуманистичната психология . Всяко човешко същество се схваща като изначално добро и способно да стане отговорно за своето съществуване. В тази перспектива ТА осветлява разбирането за вътрешно функциониране на човека и начина му на общуване с другите.

Ерик Берн оставя в наследство няколко базисни изисквания:

- Терапевтична работа в група;
- Яснота и прозрачност на консултантa/терапевтa в споделяне на базисните коцепти, употребата на достъпен и ясен език;
- Договореност с клиента: клиентът обяснява своите цели по възможно най-ясен начин, клиентът и консултантът заедно ориентират съвместните си действия към предварително определена цел;
- Моделът решение – ново решение, което замества модела болест-оздравяване.

ТА постулира, че нашият актуален начин на живот е следствие от решенията, които сме взели в детството. ТА ни предоставя възможността да станем отговорни за съществуването си: всеки, независимо от своята раса, култура, религия, своя стил на живот може да мобилизира своя потенциал и да израстне, да успее, да се развие, да се реализира. Екзистенциалната позиция на ТА е „Аз съм ОК – Ти си ОК” – една нагласа на доверие към себе си и другите, позволяваща съзнателна, спонтанна и интимна среща.

ТА има приложение в четири главни области:

1. В психотерапията
2. Във възпитанието/педагогиката
3. В консултирането/коучинга
4. В организациите

Като **психотерапевтична дисциплина** ТА се отнася се до голяма вариация от личностни разстройства, психологически проблеми и проблеми във



София 1202,
Ул. „Екзарх Йосиф“ No 1, ет 2
+359888414063
metamorfozia@gmail.com
www.metamorfozia.com

МЕТАМОРФОЗИЯ

психологическо консултиране и обучения

взаимоотношенията, цели автономността на клиента и се фокусира около три главни направления:

- Да анализира и разбере как се е изградила личността и как от своя страна тя е изградила своята история
- Да избере нови възможности за мислене, преживяване и действие като държи сметка за другия
- Придобиване на нови нагласи

Във **възпитанието/педагогиката** ТА прави възможни процесите на живо и иновативно научаване за хора от всички възрасти и периоди на живота, стимулира личностното и професионалното развитие, включвайки социалната отговорност и разчитайки на сътрудничеството в работния процес.

ТА е подходяща за хора, работещи в сферата на възпитанието, социалното включване, обучението в предучилищна, начална училищна възраст, в юношеството и висшето образование, в продължаващото образование, в областта на културната, артистична и креативна дейност. Има въздействие върху подкрепа на децата, юношите и възрастните, които са в ситуация на обучение във семейството, институциите или обществото. Работата може да се приложи върху развитието на екипи, институции, занимаващи се с възпитание или обучение. Целта е:

- разбиране на личността и нейното функциониране в контекста на възпитанието, социалната интеграция и научаването
- поддържане на личностното и професионалното съзряване едновременно в училищен и социален аспект
- придружаване и развитие на отговорността във взаимоотношенията и групите

В **консултирането / коучинга** ТА е подходящ за професионалисти, които практикуват в социално-психологическа и културна среда – социални услуги, здравни услуги, превенция, медиация, фасилитиране, мултикултурна дейност и хуманитаристика. Прилага се на две нива – като допълнителна практика към различни социо-културни и социално-възпитателни професии, социални, психологически, здравни, юридически и др. услуги и като първично консултиране за работещи в частни кабинети, центрове, доброволчески организации с цел придобиване на знания и умения за оценяване, кризисна интервенция, поддръжка на качеството и професионалното развитие и др.

В полето на **организациите** може да послужи в областта на човешките ресурси, мениджмента, организационното развитие, като се визира развитието, израстването и увеличаването на ефективността на работещите в организациите, като позволи да се



МЕТАМОРФОЗИЯ

психологическо консултиране и обучения

разбере динамиката на една организация, ресурсите и противоречията, нейните
неизползвани богатства, както и нейните проблеми.

София 1202,
Ул. „Екзарх Йосиф“ No 1, ет 2
+359888414063
metamorfozia@gmail.com
www.metamorfozia.com