



Державний вищий навчальний заклад
“Українська академія банківської справи
Національного банку України”

Препринт серії № UABS SG/2012/006

Лободенко Дар'я
студентка групи МЕ-92
III курсу факультету банківських технологій

**ТРАНЗАКТНИЙ АНАЛІЗ
ЯК ОДИН З КЛАСИЧНИХ ВАРІАНТІВ
СУЧАСНОГО ПСИХОАНАЛІЗУ**

Транзактний аналіз – це психологічна модель, яка використовується для опису та аналізу поведінки людини – як індивідуально, так і в складі груп. Дана модель включає філософію, теорію та методи, які дозволяють зрозуміти самих себе і особливості своєї взаємодії з оточуючими.

Транзактний аналіз має вельми широкий спектр вживання, про що свідчить його використання в групах як здорових індивідів, так і людей з емоційними розладами.

У даний час транзактний аналіз є цілком логічно завершеною концептуальною системою. В цьому плані транзактний аналіз може ефективно використовуватися практично в будь-якій області, в якій люди взаємодіють з іншими людьми.

Транзактний аналіз різним чином застосовується в освіті і організаціях, причому кожне вживання має свої власні характерні риси і принципи.

У організаціях і освіті практик виступає швидше в ролі помічника і тренера, ніж в ролі терапевта, при цьому він частіше пропонуватиме членам групи обговорити те, що відбувається на соціальному, а не на психологічному рівні.

Згідно транзакційного аналізу, в кожному з нас можна виділити три еґо-стани: Батько, Дорослий, Дитина.

- **Еґо-стан Батька** містить установки та поведінку, отриману в першу чергу від батьків.

- **Еґо-стан Дорослого** не залежить від віку людини. Він орієнтований на сприйняття поточної реальності та на отримання об'єктивної інформації.

- **Еґо-стан Дитини** містить усі спонукання, які виникають у дитини природним чином. Містить записи ранніх дитячих переживань, реакцій та позицій по відношенню до себе та інших.

Навчання може проводитися ефективно тоді, коли воно звернене до всіх трьох еґо-станів, при цьому необхідно не забувати про те, що еґо-стан Дитина є джерелом творчості і енергії особи і його необхідно включати в процес навчання.

В основі транзакцій лежить так званий сценарій – генеральний план, модель якого намічається в ранні дитячі роки. Сценарій – це персональний план життя, вироблений як стратегія виживання.

Найпростішим способом звільнення від батьківського програмування є формування антисценарію – так званої антипрограми батьківській програмі, “коли дитина починає реалізовувати батьківські очікування з точністю до навпаки” .

Українська Асоціація Транзактного аналізу (УАТА) – це організація, створена в 1997 році. Об'єднує професіоналів – психотерапевтів, практикуючих психологів України, які працюють у галузях медицини, освіти, бізнесі, соціальній та інших сферах

Тренінгові програми в області транзактного аналізу зазвичай починаються з 101 курсу.

Основна мета 101 курсу – повідомити змістовну і точну інформацію про основні концепції транзактного аналізу.

Транзактний аналіз базується на декількох філософських посилках, які включають вислови про людей, життях і цілях зміни.

Цими філософськими посилками транзактного аналізу є:

1. всі люди – "О, кей";
2. кожна людина володіє здатністю думати;
3. всі люди визначають свою долю, і ці рішення можуть бути змінені.