



Transactionele Analyse 101

Inzicht in gedrag en communicatie



Transactionele Analyse 101

Hoe verander je die moeizame communicatie met bijvoorbeeld je collega? Hoe komt het dat je steeds opnieuw belandt in soortgelijke situaties? In contact met anderen komen we onszelf tegen. We lopen tegen onze eigen onvermogens aan, vaak zonder te beseffen wat de dieperliggende oorzaak is.

De tweedaagse training Transactionele Analyse 101 is de officiële introductie in de Transactionele Analyse (TA), erkend door de European Association for Transactional Analysis (EATA).

Wat leer je in deze training?

- Je krijgt inzicht in gedrag en gedragspatronen, in verbale en non-verbale interacties tussen mensen en het effect daarvan op anderen. Hoe komt het bijvoorbeeld dat je bij bepaalde personen telkens in een kinderlijker gedrag schiet dan je zou willen? Of het tegenovergestelde: dat je juist steeds de neiging hebt om de ander te gaan bemoederen of bevaderen?
- Je leert hoe je deze patronen kunt veranderen.
- De Transactionele Analyse heeft veel modellen die duidelijk maken wat er gebeurt tussen mensen onderling, zoals 'Ouder-, Volwassene- en Kindrollen', 'transacties' en 'psychologische Spelen in communicatie'. Je leert deze modellen herkennen en toepassen in jouw communicatie.
- Je leert hoe je een andere positie kunt innemen, lastige situaties kunt doorbreken en veranderen.
- Je onderzoekt je 'levensscript' (jouw levensplan). Zo ontdek je wat jou motiveert om te doen wat je doet en hoe het komt dat je steeds opnieuw belandt in bepaald gedrag.
- Je leert hoe je meer in je autonomie kunt blijven in contact met anderen.
- Je leert de belangrijkste TA-begrippen, die zowel theoretisch als praktisch worden behandeld. Korte theoretische inleidingen worden afgewisseld met veel praktische oefeningen. Hierbij gebruikt de docent actuele situaties die in de groep plaatsvinden.

Wat is Transactionele Analyse?

Transactionele Analyse is gebaseerd op de humanistische psychologie en geeft antwoord op de vragen: wie ben jij, hoe komt het dat je bent wie je bent en hoe verlopen je contacten? TA is een theorie over je persoonlijkheid, je persoonlijke ontwikkeling en je communicatie met anderen.

Voor wie?

Deze training is interessant voor iedereen die meer wil weten over communicatie tussen mensen en psychologische inzichten daarover. Specifieke voorkennis is niet vereist. Wel een open leerhouding en de bereidheid om naar jezelf te kijken en met anderen te willen delen.

Tijdsinvestering

De studiebelasting voor het volgen van de lessen bedraagt 12 uur, verdeeld over 2 dagen.

Accreditatie

De training is geaccrediteerd door:

- Registerplein met 12 PE punten
- Stichting Kwaliteitsregister Jeugd (categorie formeel leren) 12 punten
- LVPW met 20 scholingspunten
- EATA/ITAA met 12 lesuren door een gecertificeerde TA-trainer ((P)TSTA)

Praktische informatie

Data, tijden, kosten, optie nemen of inschrijven,

zie onze website: <https://corael.nl> Menu onderdeel: "Opleidingen & Trainingen.

Meer weten;

bel ons gerust: 030-2200355 of

mail naar: Info@corael.nl.

