**WERKEN MET TRANSACTIONELE ANALYSE WERKT!**

Steeds meer mensen ervaren effectiviteit van het werken met TA concepten. Het geeft inzicht, het verbindt en verduidelijkt hoe mensen met elkaar omgaan. Op een hele plezierige manier. Zonder opsmuk en ‘gepsychologiseer’. Bruikbaar en praktische. Op het werk en thuis.

TA richt zich op persoonlijk en professionele groei en ontwikkeling en helpt ons (vaak onbewuste) gedragspatronen te herkennen. Om kennis te maken met een aantal basisprincipes en concepten van de TA, nodig ik je van harte uit bij deze vier inspiratie sessies.

**Programma en opbouw**

In de eerste bijeenkomst wordt er stilgestaan bij de filosofie, de uitgangspunten en de kernbegrippen van TA. En TA als motivatietheorie. Welke basale behoeften ons gedrag (on)bewust stuurt, en hoe we onze tijd (in) effectief indelen. Ook komt aan de orde hoe Transactionele analyse aansluit bij andere humanistische, positieve benaderingen zoals, NLP, Deep Democracy en Oplossingsgericht werken.

De tweede bijeenkomst gaan we dieper in op de kernbegrippen Ego-toestanden en transacties. En alles wat daarbij komt kijken. Zoals bijvoorbeeld ‘verborgen’ verbale en non- verbale boodschappen. Met grondplaten ga je in groepjes aan de slag om te experimenteren met het communiceren vanuit verschillende Ego-toestanden.

In de derde bijeenkomst gaan we aan de slag met je persoonlijke (werk)stijl. Ook wel Drivers en Stoppers genoemd. Waar ligt jouw kracht en waar je valkuil? Met andere woorden: wat drijft jouw (soms onbewust) in je gedachten, gedrag en gevoelens? En hoe kun je van je valkuil je kracht maken? En wat herken je zo goed bij een ander? En kun je daar iets aan veranderen?

In de laatste bijeenkomst gaan we in op psychologisch Spel, de dramadriehoek en de compassiedriehoek. Gedrag als ‘die schreeuwende bullebak’, de reddende engeltjes die al koffie gehaald hebben voordat je het vroeg en personen die nooit zelf iets kunnen: we kennen ze allemaal. Maar hoe kun je de ander uitnodigen ander gedrag te gaan vertonen? We oefenen er op een plezierige manier mee.

Na afloop heb je meer (zelf)inzicht in het herkennen van onbewuste patronen die het denken, voelen en het doen van jou en de ander kunnen sturen. Je hebt een aantal tools in handen die je helpen bij effectiever communiceren. Samen-leven en samen-werken gaat soepeler!

Bovenkant formulier

Onderkant formulier

**Werkwijze en aantal deelnemers**

Theorie wordt afgewisseld met interactieve werkvormen, zoals eenvoudige vragenlijsten, korte filmfragmenten, artikelen en individuele en groepsopdrachten. Opdrachten die ruimte geven aan zelfreflectie, bewustwording en dialoog. Er is voldoende ruimte voor het bespreken van eigen vraagstukken uit je privé of werksituatie.  
Het minimaal; aantal deelnemers is 6 personen. Het maximaal aantal deelnemers is 12.

**Voor wie**

Iedereen die wil kennismaken met TA en die geïnteresseerd is in communicatie en patronen die gedrag, denken en voelen beïnvloeden. Specifieke voorkennis is niet vereist. Wel een open leerhouding en de bereidheid om naar jezelf te kijken en met anderen te willen delen.

**Kosten**

Kosten: voor 4 avonden: € 275,- excl. 21 % BTW. Meld je aan via het aanmeldformulier. Via het contactformulier kun je een voorstel doen voor andere data. Na betaling is je plaats gereserveerd. Bij afwezigheid kan geen terugbetaling gegeven worden.