

**KOVÁCS NORBERT
ÉS
SZABÓ BENCE**

Eric Berne

Emberi játszmák elemzése

**BEVEZETÉS A KOMMUNIKÁCIÓELMÉLETBE
(LBG_KM731K2)**

ERIC BERNE

Kanadai pszichiáter

Tranzakcióanalízis

Emberi játszmák



TÁRSAS ÉRINTKEZÉS

Sok terminológia áthelyezhető az étkezési szokásainkból.

ingeréhség -> táplálékéhség

túltápláltság -> túlingerlés

A hanyagolás, érzelmi nélkülözés súlyos következményekkel járhat.

A gyengéd törődés, és az áramütés is pozitív hatású a leépülés ellen (egérkisérlés)

INGERÉHSÉG -> TÁPLÁLÉKÉHSÉG



AZ IDŐ STUKTURÁLÁSA

Berne megfogalmazásában az idő strukturálását nevezhetjük programozásnak, és ezt három csoportra osztja:

Anyagi

Külső
valósággal
való
megbirkózás

Társadalmi

Hagyományos,
rituális, fél
rituális
érintkezések

Egyéni

Első lépés az
intimitás felé

PROGRAMOZÁS



STRUKTURÁLIS ELEMZÉS

Három én-állapotot különböztethetünk meg:

Gyermek

intuíció,
kreativitás,
alkotókészség
spontán
hajtóerő,
boldogság

Felnőtt

Számításokat
végez, analizál,
tapasztalatot
szerez, és
tárgyilagosan
közvetít

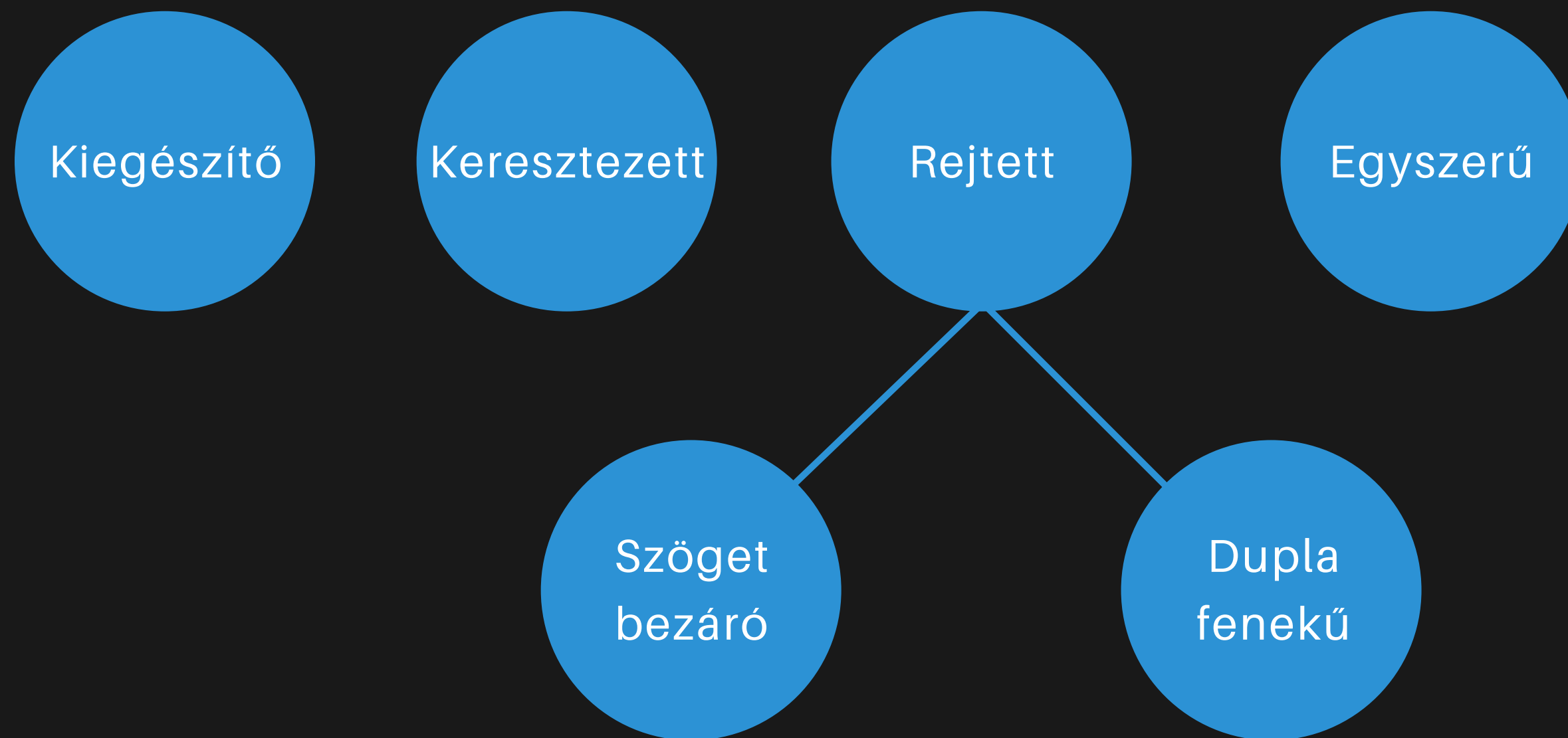
Szülő

Konkrét
nevelés, és
automatikus
folyamatok
intézése

ÉN-ÁLLAPOTOK



TRANZAKCIONÁLIS ELEMZÉS



TRANZAKCIÓ



Szükség

A társas érintkezés ugyan olyan szükségletünk mint az étkezés. Szükségünk van a megfelelő "simogatásra".

A három én-állapot

Meg kell értenünk az én-állapotok szerepét és fontosságát

Strukturált idő

Akkor érjük el az intimitást, ha az egyéni programozás felül kerekedik a társadalmi szabályozás.

A tranzakciók mikéntje

A tranzakciók során fellépő konfliktusaink, egyértelműen visszavezethetők kereszt tranzakciókra

**Köszönjük a
figyelmet!**

