

Навыки эффективного взаимодействия с подростком в рамках концепции внутренних эго- состояний

Педагог-психолог ГБОУ ЦППРК «РостОК» – Аксенова Наталья Георгиевна

Транзактный анализ Э.Берна

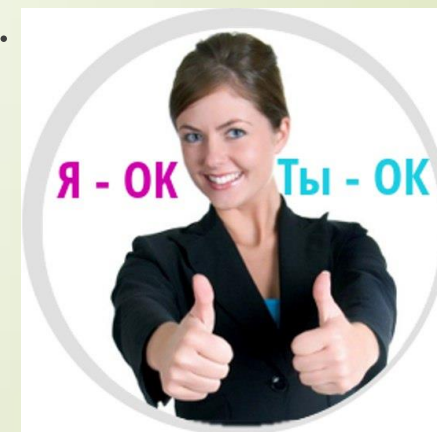


- ▶ Уникальная теоретическая **модель личности ее внутренней и внешней коммуникации**, а так же система разнообразных практических технологий психологической коррекции взаимодействия в семье, школе и любых организациях.
- ▶ **Цель ТА** – понимание и действия направленные на **развитие и позитивные изменения** человеческого взаимодействия.

Транзактный анализ Э.Берна

Транзактный анализ рассматривает человека как продукт взаимодействия с окружающими и базируется на трех основных посылах:

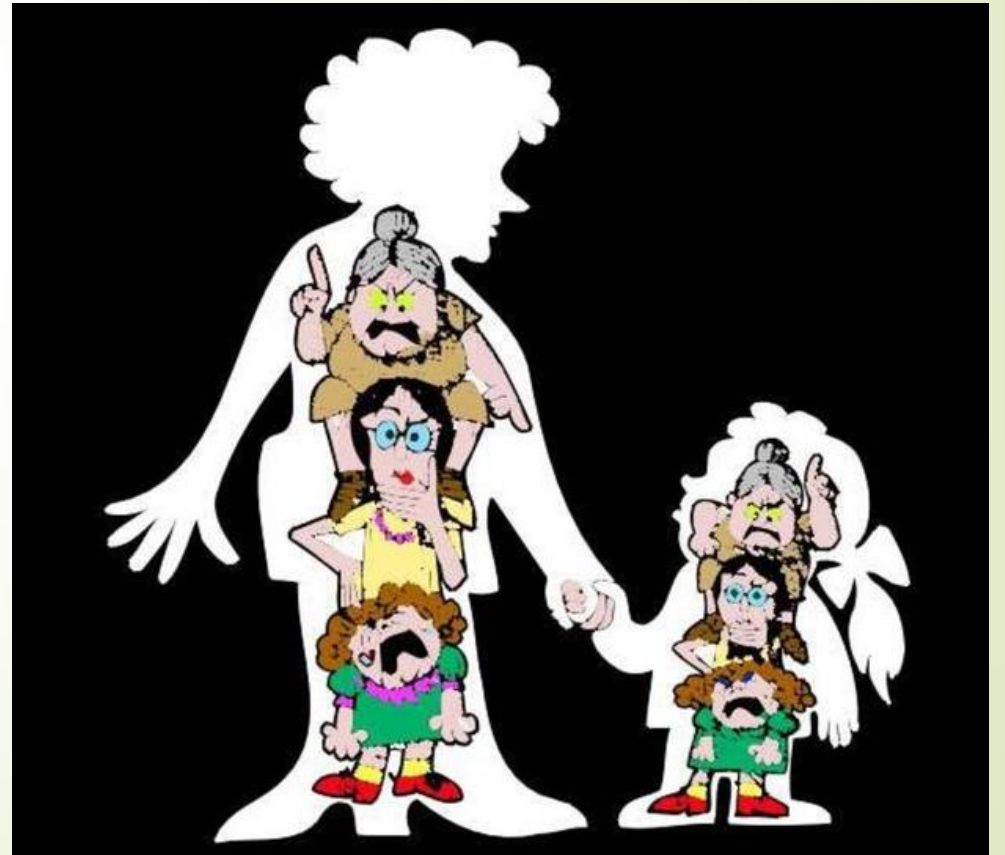
- **Все люди «нормальные»**, т.е., каждая личность обладает весом, важностью и равным правом на уважение;
- Люди **обладают способностью мыслить**;
- Люди **сами определяют собственную судьбу** и поэтому при желании могут изменять свои решения и свою жизнь.



Три эго-состояния или три «Я»

В транзактном анализе мы рассматриваем поведение людей как разделенное на три четко различимых образа бытия, называемых эго-состояниями или тремя «Я».

- Родитель
- Взрослый
- Ребенок



Родитель внутри нас

- ▶ Родительское «Я» состоит из правил, норм, позволяет нам успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, освобождает сознание от загруженности простыми обыденными задачами.

Заботливый



Критикующий



Эго-состояние Взрослый

- Позиция здравого смысла, разумное адекватное взаимодействие. Реальный взгляд на вещи, что говорить, что делать. Способность расставлять приоритеты. У Взрослого – акцент на себя. Я отвечаю за свои действия. В этом состоянии обычно человек спокоен.



Эго-состояние Ребенок

- ▶ Спонтанность, интуицию, искру творчества, ярче всего проявляющуюся в детском возрасте, мы переносим во взрослую жизнь и вновь проживаем в состоянии Ребенка.

Свободный




Адаптивный





Признаки дисбаланса личности

- ▶ **Родитель:** критичность, чрезмерная забота о других в ущерб себе, гиперответственность, неумение отдыхать и расслабляться.
- ▶ **Ребенок:** обидчивость, зависимость от мнения других, безответственность, инфантильность, неспособность концентрироваться и контролировать себя, капризы.
- ▶ **Взрослому** остается очень мало места

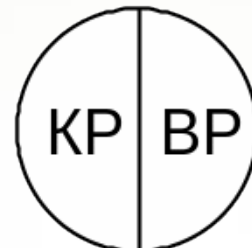


Качества учителя, которым отдают предпочтение ученики

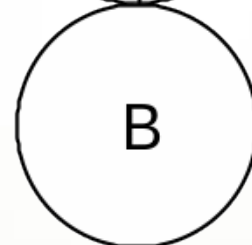
- **Человеческие качества** – доброта, весёлость, ответственность, уравновешенность.
- **Организационные качества** – справедливость, последовательность, честность, уважение других.
- **Деловые качества** – полезность, демократичность, умение заинтересовать.
- **Внешний вид** – хорошо одет, приятный голос, общая привлекательность.

Структура личности

Контролирующий
Родитель



Воспитывающий (заботливый)
Родитель



Взрослый

Адаптивный
Ребенок (Дитя)*



Свободный
Ребенок