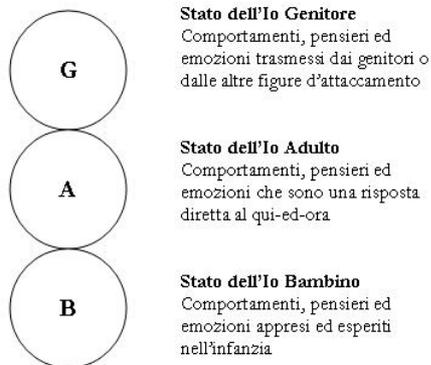


Analisi Transazionale: la teoria della comunicazione.

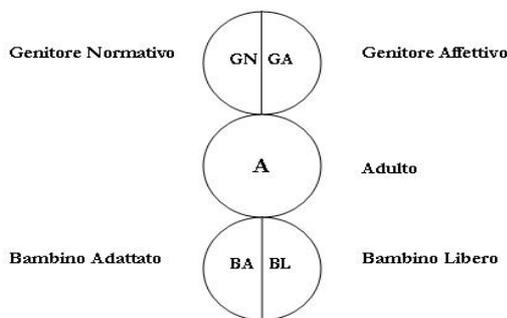
Uno dei concetti fondamentali in Analisi Transazionale è proprio quello degli Stati dell'Io.

Berne ipotizzò come la personalità di ogni individuo fosse suddivisa in diverse parti, ognuna consistente in pensieri, emozioni e comportamenti:

gli Stati dell'Io Genitore, Adulto e Bambino.



Un'ulteriore suddivisione serve a rappresentare il funzionamento della personalità e descrive come la persona utilizzi i propri stati dell'Io per rapportarsi a se stesso e agli altri.



Genitore Affettivo

utilizziamo il **GA +** quando ci prendiamo cura di un'altra persona con affetto e amorevolmente quando l'altra ne ha bisogno e lo desidera davvero: "Va bene, faccio questo per te"

utilizziamo il **GA -** quando in maniera troppo permissiva oppure eccessivamente intrusiva, ci occupiamo degli altri senza che questi ne abbiano davvero bisogno e soprattutto lo richiedano: "Io so cosa è giusto per te"

Genitore Normativo

utilizziamo il **GN +** quando in maniera forte difendiamo i nostri diritti e quelli degli altri senza umiliare nessuno o imporsi a chicchessia: "Questo non è giusto! Basta così!".

utilizziamo il **GN -** quando accusando qualcun altro ci poniamo nella situazione da colpire la sua autostima: "Fai sempre così!".

Bambino

Il **Bambino** funziona in due modi, come Bambino Libero (**BL**) che si esprime spontaneamente senza l'influsso genitoriale e come Bambino Adattato (**BA**) che si comporta come se ci fosse un genitore che lo controlla. Sia il BA che il BL possono essere positivi o negativi a seconda che siano efficaci ed adeguati alla situazione.

La struttura del B è quella parte della nostra personalità che ci fornisce le motivazioni principali del nostro agire.

Adulto

L'Adulto funziona non in maniera completamente autonoma ma su domanda di uno degli altri Stati dell'Io; l'Adulto è sempre attivo e disponibile anche se a volte viene ignorato. Questo Stato dell'Io è caratterizzato da un insieme autonomo di sentimenti, atteggiamenti e modelli di comportamento che risultano adattati alla realtà presente. **Ogni individuo possiede ed utilizza tutti gli Stati dell'Io descritti (G, A, B) ma può**

esservi la tendenza ad utilizzarne uno in maniera privilegiata ovvero in maniera rigida.

Transazioni

Cosa succede quando comunichiamo con gli altri?

Da dove partono i messaggi

che inviamo? Dove arrivano?

E il nostro corpo?

C'è congruenza tra ciò che diciamo e ciò che mostriamo?

E. Berne definiva la transazione come "Unità fondamentale del discorso sociale". **Quando due o più persone comunicano tra di loro si crea una catena di transazioni che sono appunto gli scambi che si verificano durante la comunicazione.**

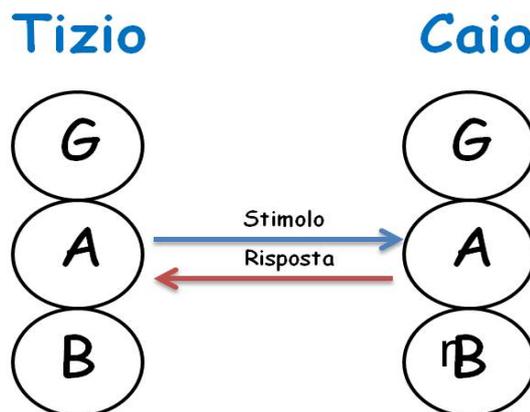
Le transazioni possono essere:

Parallele/Complementari

Incrociate

Ulteriori

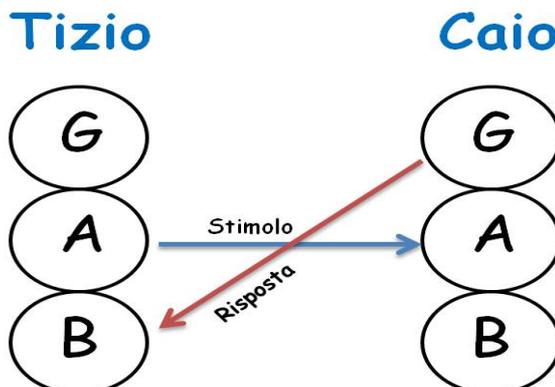
TRANSAZIONE COMPLEMENTARE



1° Regola della comunicazione

Finché una transazione rimane complementare, la comunicazione può proseguire all'infinito

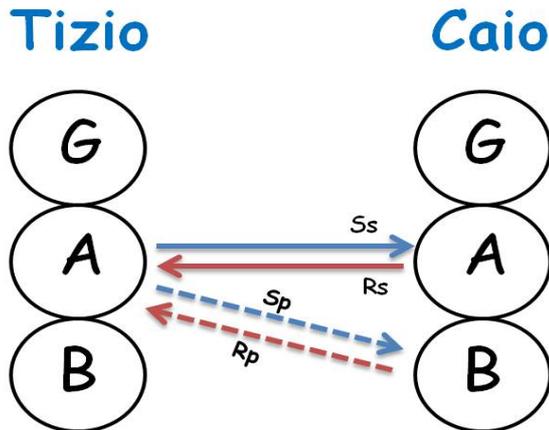
TRANSAZIONE INCROCIATA



2° Regola della comunicazione

Quando una transazione è incrociata, nella comunicazione avviene una frattura ed è probabile che faccia seguito qualcosa di diverso

TRANSAZIONE ULTERIORE



3° Regola della comunicazione

L'esito in termini di comportamento di una transazione ulteriore è determinato a livello psicologico

—————> Messaggio sociale
-----> Messaggio psicologico

Ss = Stimolo sociale
Rs = Risposta sociale
Sp = Stimolo psicologico
Rp = Risposta psicologica

Terza regola della comunicazione: Berne sostiene che "l'esito in termini comportamentali di una transazione ulteriore è determinato a livello psicologico e non a quello sociale".

Questo ci dice quanto sia importante e potente in una relazione di qualsivoglia tipo il livello della comunicazione non verbale. In una transazione ulteriore i messaggi verbali sono contraddittori rispetto ai non verbali, e questo nelle comunicazioni genera spesso confusione e fastidio.