

# Introduzione all'Analisi Transazionale

“Il modello 101”

**FILOSOFIA E BREVE  
RASSEGNA DELLO  
SVILUPPO DELL' AT.  
ANALISI STRUTTURALE**

**A cura di Silvia Tauriello  
Analista Transazionale Clinico  
PTSTA - IRPIR  
Roma**

# **Il sistema teorico e di terapia dell' AT è caratterizzato da 4 aree distinte:**

 Analisi strutturale

 Analisi delle transazioni

 Analisi dei giochi

 Analisi del copione

# Assunti Filosofici

📄 Ogni persona è OK

📄 Ogni persona può pensare ed autodeterminarsi

📄 Le decisioni prese possono essere modificate.

📄 Rispetto alla pratica:


- uso chiaro e semplice del linguaggio
- approccio contrattuale

# Metodo contrattuale

“Contratto è un esplicito impegno bilaterale per un ben definito corso d’azione” Berne, ‘66

 Contratto Amministrativo: regole del setting

 Contratto Professionale: stabilisce le mete del cambiamento

 Contratto psicologico: aspettative, messaggi ulteriori

Steiner ‘74: Mutuo consenso

Remunerazione valida

Competenza

Obiettivo legale

# Definizioni

L'Analisi Transazionale è una teoria psicologica e sociale caratterizzata da un contratto bilaterale di crescita e cambiamento.


## ← *Teoria :*


- ← di processi intrapsichici (Stati dell'Io, copione)
- ← di processi interpersonali (AT prop.detta, analisi giochi)
- ← psicopatologica (ripetività di comportamenti)

## ← *Metodologia:*

- ← basata sulla contrattualità, propone strategie per il conseguimento dell'Autonomia dal copione.

# Come stipulare un contratto efficace


 Un obiettivo di contratto deve essere enunciato in termini positivi mai per “non fare qualcosa”

 Il contratto deve essere un obiettivo raggiungibile data la situazione e le risorse attuali.

 L'obiettivo deve essere specifico e osservabile.

# Come stipulare un contratto efficace

 Il cambiamento deve essere sicuro.

 L'obiettivo del contratto deve essere fatto dall'Adulto con la cooperazione del Bambino Libero.

# Aree di Applicazione

 Clinica

 Educativa

 Organizzativa

 Counseling

# Biografia di ERIC BERNE

- 📄 Eric Berne nacque nel 1919 a Montreal
- 📄 Laurea in Medicina e specializzazione in Psichiatria.
- 📄 1941 training psicoanalitico con Federn.
- 📄 psichiatra militare dal'43 al '46 nella II Guerra Mondiale.
- 📄 1947 seconda analisi con E. Erikson.
- 📄 '56 viene rifiutato dall'Istituto di Psicoanalisi.

# Biografia di ERIC BERNE (segue)

📄 Nel '58 inizia i Seminari in Psichiatria Sociale di San Francisco.

📄 Nel '62 pubblica il Bollettino di Analisi Transazionale.

📄 Nel '64 nasce l'Associazione di Analisi Transazionale (ITAA). I Seminari di Psichiatria Sociale diventano ora Seminari di Analisi Transazionale di San Francisco.

📄 Muore nel '70 per un attacco di cuore

# Bibliografia di Eric Berne

- ☞ “INTUIZIONE:L’IMMAGINE DELL’IO” ‘57 descrive in che modo Berne arrivò al concetto di Stato dell’Io.
- ☞ “STATI DELL’IO IN PSICOTERAPIA” ‘57, viene presentata l’analisi strutturale(Genitore, Adulto, Bambino).
- ☞ “ANALISI TRANSAZIONALE:UN METODO NUOVO ED EFFICACE DI TERAPIA DI GRUPPO” ‘58, presenta il concetto di giochi e copione e da un nome all’AT.
- ☞ “ANALISI TRANSAZIONALE E PSICOTERAPIA” ‘61, lo scritto più completo.
- ☞ “LA STRUTTURA E LA DINAMICA DELLE ORGANIZZAZIONI E DEI GRUPPI” ‘63.

# Bibliografia di Eric Berne (segue)

📄 “A CHE GIOCO GIOCHIAMO?” ‘64, il libro sui giochi ed un successo mondiale.

📄 “PRINCIPI DI TERAPIA DI GRUPPO” ‘66.

📄 “GUIDA PER IL PROFANO ALLA PSICHIATRIA E ALLA PSICOANALISI” ‘68

📄 “FARE L’AMORE” ‘70

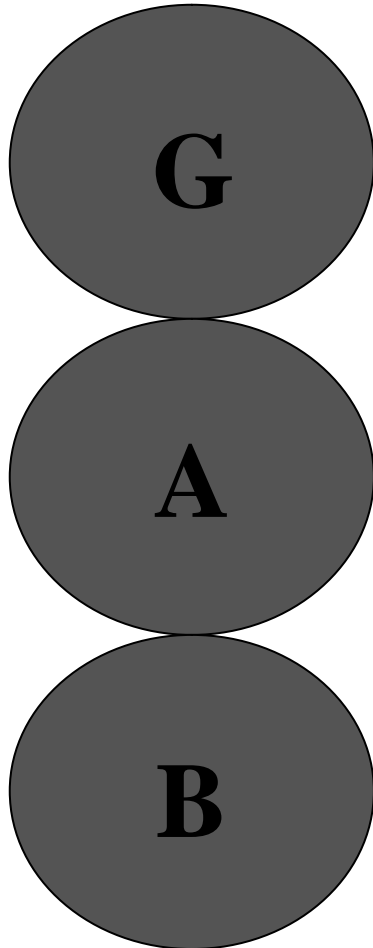
📄 “CIAO...E POI”” pubblicato postumo nel ‘72.

Nel ‘62 BOLLETTINO di Analisi Transazionale

‘71 il Bollettino diventa TRANSACTIONAL ANALYSIS JOURNAL, la rivista internazionale di AT.

Nel ‘71 viene istituito il “Premio scientifico alla memoria di Eric Berne” che diventa nel ‘93 il “Premio in AT alla memoria di E.Berne.

# La struttura della personalità

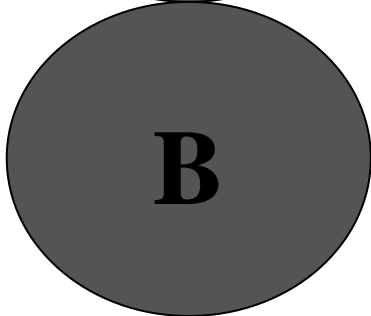
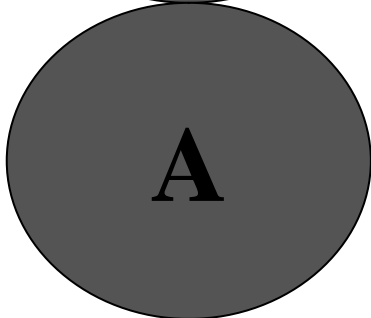
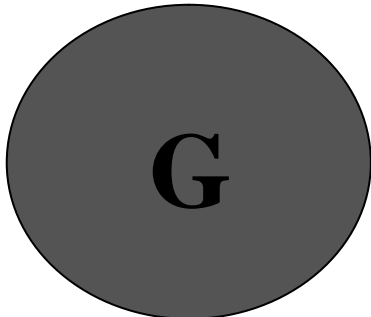


**Stato dell'Io GENITORE** è un insieme di sentimenti, pensieri e comportamenti incorporati dai genitori reali o figure autorevoli.

**Stato dell'Io ADULTO** è un insieme di sentimenti, pensieri e comportamenti coerenti con la situazione, qui ed ora.

**Stato dell'Io BAMBINO** è un insieme di sentimenti, pensieri e comportamenti che risalgono alla nostra infanzia.

# Stati dell'Io



**Definisce, si prende cura, pone limiti, guida, protegge, impone, comanda, fissa regole, insegna, critica, giudica.**

**Dice: “dovresti...”, “non dovresti...”, “stai attento...”, “sarebbe meglio...”**

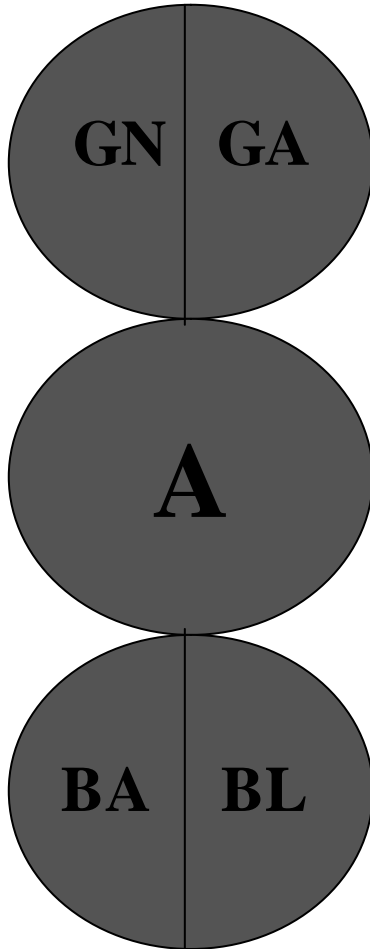
**Raccoglie dati e fatti sullo stato presente, programma, pianifica, prende decisioni, stima le probabilità di riuscita.**

**Si esprime preferenzialmente con domande: “Perché?”, “Come?”, “Quando?”**

**Reagisce all’ambiente in modo affettivo: arrabbiato, gioioso, spaventato, ribelle, creativo, spontaneo, curioso, fiducioso, allegro, depresso.**

**Usa espressioni del viso e preferisce verbi che descrivono emozioni.**

# Stati dell'Io **FUNZIONALI**













**GN = Genitore Normativo o Critico,  
sia positivo che negativo**  
**GA= Genitore Affettivo sia positivo  
che negativo**

**BA= Bambino Adattato sia positivo  
che negativo;**  
**BL= Bambino Libero sia positivo che  
negativo**

# Gli Stati dell'Io funzionali

fig. 3

 <p><b>GN+</b> Da regole e norme fornendo informazioni, facilita la crescita</p>	 <p><b>GA+</b> Da affetto e conforto rispettando l'autonomia</p>	 <p><b>A+</b> Elabora dati nel qui ed ora</p>	 <p><b>BL+</b> Esprime liberamente sentimenti, emozioni, gioca nel rispetto di sé e degli altri</p>	 <p><b>BA+</b> Si adatta quando serve, favorisce l'integrazione sociale</p>
 <p><b>GN-</b> Critica e svaluta, pretende dipendenza</p>	 <p><b>GA-</b> Da affetto ed aiuto non richiesto, interferisce con l'autonomia, stimola dipendenza</p>	 <p><b>A-</b> Elabora dati svalutando sentimenti e valori</p>	 <p><b>BL-</b> Esprime sentimenti, gioca, a discapito o suo o degli altri</p>	 <p><b>BA-</b> Si adatta inutilmente aumentando la dipendenza</p>

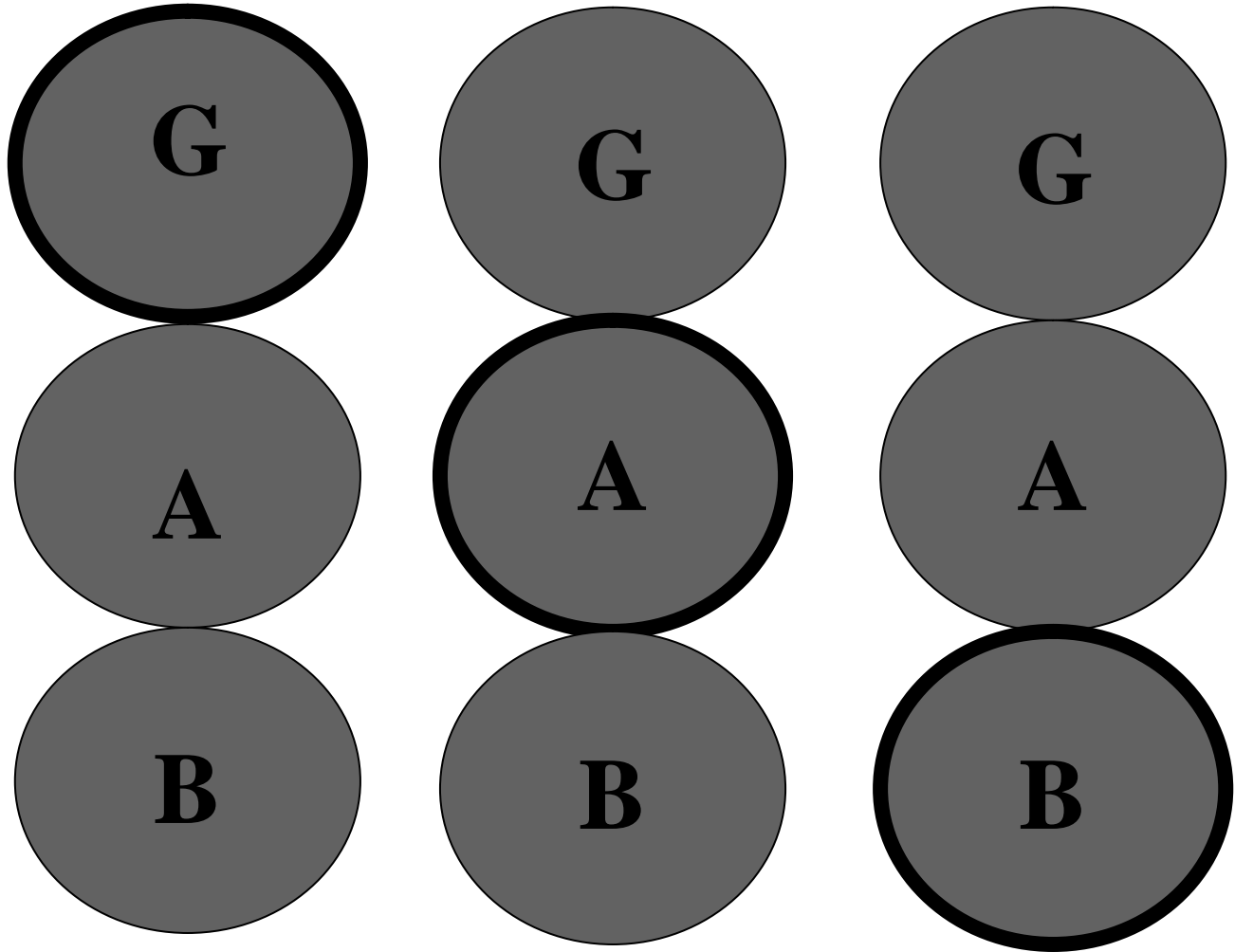
# *Riconoscimento e diagnosi degli Stati dell'Io*

- 📄 Diagnosi comportamentale: dal comportamento osservato si valuta lo Stato dell' Io attuale.
- 📄 Diagnosi sociale: si formula osservando lo S.dell' Io che la persona suscita negli altri.

# *Riconoscimento e diagnosi degli Stati dell'Io*

- 📄 Diagnosi storica: si formula collegando un comportamento attuale ad uno del passato.
- 📄 Diagnosi fenomenologica: si formula osservando la persona rivivere il momento in cui sperimentò una determinata esperienza.

# Esclusione



# Contaminazione

