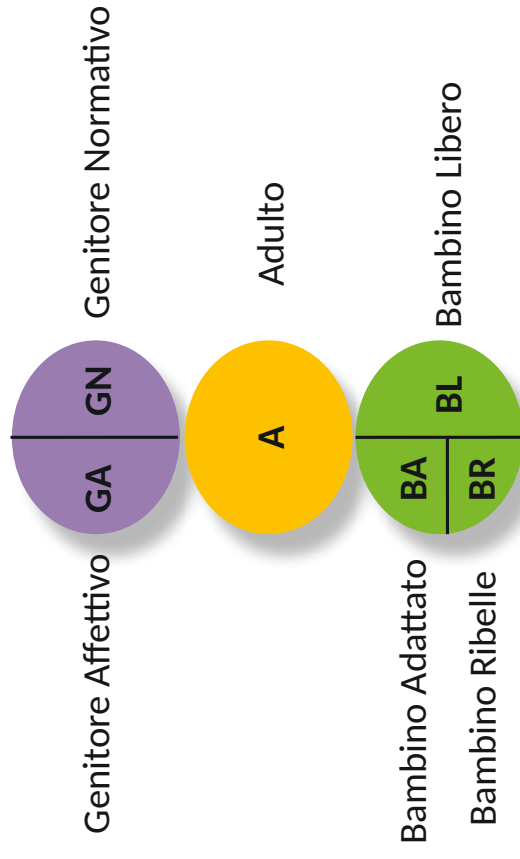


Analisi transazionale

Michela Capraro

© Tutti i diritti sono riservati. Qualsiasi riproduzione, anche parziale, senza autorizzazione scritta è vietata.

Modello funzionale degli SdI



15

Bambino Adattato

- Mi comporto come se fossi in presenza di un genitore, secondo regole e limiti genitoriali.

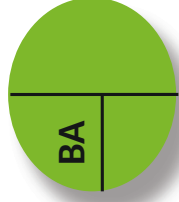


Bambino Adattato

Da adulti siamo nel Bambino Adattato per gran parte del tempo quando osserviamo regole e convenzioni sociali.

Bambino Adattato positivo: modi produttivi di comportarci (es. soffiarsi il naso con il fazzoletto).
Bambino Adattato negativo: ripropongo degli schemi infantili di comportamento che non è più adeguato alla mia situazione di adulto («mi sottometto e mi compiango»).

Il Bambino Adattato



- **E' risorsa**
 - Accetta le regole
 - Collaborativo
 - Agisce per farsi accettare
- **E' disfunzionale**
 - Si sottomette alle regole
 - Passivo
 - Si lamenta / compiange
 - Subisce per non farsi rifiutare
 - Si pone nel ruolo di vittima



Manifestazioni del bambino adattato nella vita adulta

- essere eccessivamente compiacenti/remissivi
- accettare acriticamente
- avere timore di manifestare il proprio punto di vista
- eccessiva timidezza
- paura di parlare in pubblico
- eccessiva preoccupazione
- chiedere gentilmente ed educatamente
- fare una domanda in una riunione
- adeguarsi alle norme
- chiedere il permesso di fare qualcosa



Bambino ribelle

Se mettevo il broncio da piccola ottenevo attenzioni da mamma e papà;



Da adulta quando non ottengo ciò che voglio metto il broncio!



Ignoro la mia opzione di adulto di **chiedere direttamente** ciò che voglio!



Il Bambino Ribelle



- **E' risorsa**
 - Anticonformista
 - Spirito di iniziativa
 - Si oppone ai contenuti
- **E' disfunzionale**
 - Bastian contrario
 - Boicotta
 - Si oppone per principio
 - Attua comportamenti "antisociali"



Bambino Libero

Da adulti siamo nel Bambino Libero quando mettiamo in atto comportamenti derivanti dalla nostra infanzia che non prestano attenzione a regole o limiti genitoriali.

Bambino Libero positivo: quando gioco, sono spontaneo, mi permetto di entrare in contatto con le emozioni.

Bambino Libero negativo: quando mi do libertà, senza proteggermi o valutare le conseguenze.

Manifestazioni del bambino libero nella vita adulta

- piangere per un dolore improvviso
- provare piacere stando a contatto con la natura
- portare energia ed entusiasmo nell'ambiente di lavoro
- provare sensazioni di fame/sonno/stanchezza
- comportarsi in modo simpatico ed allegro
- ridere ascoltando un comico divertente
- ascoltare musica
- raccontare una barzelletta
- giocare con i propri figli
- raccontare una fiaba



Il Bambino Libero

• E' risorsa

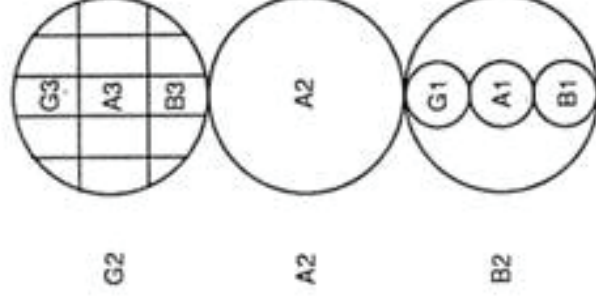
- Esprime apertamente i propri bisogni / sentimenti / sensazioni
- Affettuoso
- Giocoso
- Autoironico

• E' disfunzionale

- Impulsivo
- Autoindulgente
- Sempre pronto allo schermo
- Cinico
- Pigro



Modello strutturale di secondo ordine



Genitori e figure genitoriali introiettati, ciascuno con il proprio Stato dell'Io Genitore, Adulto, Bambino. La loro identità e il loro numero variano da persona a persona.

Genitore nel Bambino «Elettrodo»
Adulto nel Bambino «Piccolo Professore»
Bambino nel Bambino «Bambino Somatico»

Il piccolo professore

- È l'Adulto nel bambino;
- Sono tutte le strategie che il bambino ha imparato ad utilizzare per risolvere i problemi;
- È sede di creatività e intuizione.



Manifestazioni del piccolo professore nella vita adulta

- eccessiva furbizia
- capacità di manipolazione
- capacità di trovare velocemente delle soluzioni
- capacità di cogliere le occasioni positive
- intuizione e creatività
- opportunismo
- abilità di indagine scientifica
- fare battute simpatiche
- dare giudizi sarcastici

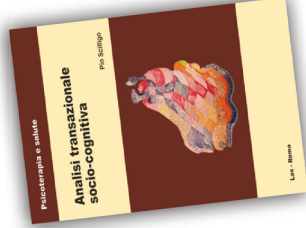


Transazione intrapsichica: dialogo interiore

Alla mia collega è stato affidato un incarico importante a cui aspiravo anch'io.

Ecco fare la leccina con il capo alla fine ha dato i suoi frutti!	
Per fortuna hanno scelto lei! Io non sarei stata in grado!	
Non c'è meritocrazia a questo mondo!	
È sempre la stessa storia... quando voglio una cosa c'è sempre qualcun altro che mi frega!	
Sono dispiaciuta. Vorrei chiedere al capo le motivazioni di questa decisione.	
Evidentemente lei è molto più brava di me!	
In fin dei conti è solo una rogna in meno per me! Le toccherà sgobbare ora!	
Era ovvio che avrebbero scelto lei! Tu hai già un sacco di successi nella vita... lei ha solo il lavoro poverina!	
Anche se hanno scelto lei tu sai di essere competente! Vedrai che ci saranno altre occasioni.	
Testa alta e avanti tutta come sempre!	

L'analisi transazionale socio-cognitiva



Definisce gli Stati dell'Io in termini di dimensioni riferite ai processi interessati alla sopravvivenza e al mantenimento della specie.

- I tre processi di base sono:
- la capacità di percepire il dolore e il piacere (**dimensione piacere-dolore**);
 - la capacità di reagire in modo attivo e passivo al cambiare dell'ambiente (**dimensione passivo-attivo**);
 - la capacità di provvedere alla continuità della specie attraverso l'interdipendenza relazionale (**dimensione relazionale**).

