

Kierować sobą i innymi - analiza transakcyjna w zarządzaniu

Wszyscy doskonale wiedzą, że o sukcesie organizacji decydują pracujący w niej ludzie. Ich motywacja, identyfikacja z organizacją, sposób komunikowania się wpływają na uzyskiwane efekty. Te same czynniki odpowiadają za wygraną, jak i za porażkę. Sukces jest wypadkową umiejętności specjalistycznych i porozumiewania się. Ale jak to się dzieje, że jedni sukces osiągają, a inni - nie?

Analiza transakcyjna - zajmuje się wszystkim tym, co zachodzi w komunikacji między ludźmi. Transakcja - oznacza wymianę słów, myśli, gestów, uśmiechów, zachowań między dwiema osobami. Jest podstawową jednostką komunikacyjną. Analiza gry - zajmuje się upraszczaniem skomplikowanych ciągów komunikacyjnych, które nieustannie rozgrywają się w "standardowych wersjach". Analiza skryptu życiowego - poszukuje odpowiedzi na pytanie jakie związki zachodzą między komunikacyjnym zachowaniem poszczególnych osób, a ich przeszłością, natomiast analiza strukturalna opisuje strukturę osobowości człowieka.

Model osobowości wg analizy transakcyjnej

Analiza strukturalna daje możliwość odpowiedzi na pytania: "Kim jestem?", "Dlaczego zachowuję się właśnie tak?". Jest metodą poznawania myśli, uczuć i zachowań jednostki, opartą na koncepcji stanów Ja. Doświadczenia człowieka wpisane są w mózgu i całym układzie nerwowym. Jest w nich zawarte wszystko to, co stanowi przeżycia dzieciństwa i zostało przyjęte od rodziców lub osób pełniących funkcje rodzicielskie. Jest tam schemat, w jaki spostrzegane były zdarzenia oraz towarzyszące im uczucia, a także zniekształcenia wspomnień. Zapisy te można wybrać dowolnie, odtwarzać, przypominając sobie w ten sposób dawne zdarzenia, a nawet je na nowo przeżyć. Przejawy stanów ego najprościej oddają określenia: Rodzic, Dorosły, Dziecko. W dowolnym momencie każda osoba w danej społeczności będzie okazywała stan ego Rodzica, Dorosłego czy też Dziecka potrafiąc jednocześnie zmieniać jeden stan na inny.



Ja rodzicielskie (rodzic)

Ja rodzicielskie odpowiada wyuczonej stronie życia. Składa się na nią system wartości, norm, reguł, zasad, myśli, które przejęliśmy od naszych opiekunów i rodziców. Tymi wyuczonymi we wczesnych latach życia zasadami kierujemy się na co dzień w sposób nieco automatyczny i nieświadomy, zwłaszcza wtedy, gdy znajdujemy się w sytuacji przymusowej. Ja rodzicielskie tworzą dwa elementy: krytyczno - oceniający i wspierający - opiekuńczy.

Krytyczne ja rodzicielskie ocenia, moralizuje, upomina, krytykuje, nakazuje, panuje, karze, kontroluje, troszczy się o zachowanie porządku. Gdy przemawia przez nas ja rodzicielskie, często padają słowa: musisz, powinno się, zawsze, nigdy, nie, itp.

Wspierające ja rodzicielskie słucha, okazuje zrozumienie, chwali, pociesza, pielęgnuje, wspiera, pomaga, otacza troską, żywi, głaszcze. Stan ten można rozpoznać po ciepłym, uspokajającym głosie, przyjaznych ruchach, poklepywaniu po ramieniu oraz po takich zwrotach jak: "głowa do góry".

Disclaimer

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

Ja dorosłe (dorosły)

Ja dorosłego człowieka stanowi przemyślaną racjonalną stronę życia. Rozwija się ono podczas dojrzewania, gdy uczymy się zmagania się z rzeczywistością. Dorosłe ja dochodzi do głosu wtedy, gdy w sposób otwarty analizujemy doświadczenia, które nas spotykają, i oceniamy je w sposób obiektywny, aby móc podjąć rozsądne decyzje. Z dorosłego ja korzystamy przede wszystkim przy rzeczowej wymianie informacji. Ten kto przyjmuje taką postawę, podejmując decyzje w sposób świadomy i odpowiedzialny.

Dorosłe ja obserwuje świat obiektywnie, na chłodno, spokojnie, trzeźwo i bez emocji zbiera informacje, analizuje je logicznie i wyciąga wnioski. Charakterystyczny jest dla niego ton rzeczowy oraz brak mimiki i gestykulacji. Często używanymi słowami są: "kto", "co", "kiedy", "gdzie", "jak", "ile".

"Ja" dziecięce (dziecko)

Dziecięce ja stanowi emocjonalną stronę życia. Zakodowane są w nim uczucia, których doznawaliśmy w okresie dzieciństwa. Gdy znajdujemy się w tym stanie ja wyciągamy wnioski o nas samych na podstawie uczuć. Ja dziecięce składa się z 2 czynników:

Naturalne ja dziecięce bawi się, leniuchuje, cieszy i złości, fantazjuje, płacze albo się śmieje. Nie troszczy się o innych, zachowuje się spontanicznie, tańczy, krzyczy, jest egoistyczne i nieposkromione. Używa takich słów jak "super", "szaleńczo", "hej".

Dostosowane ja dziecięce jest posłuszne, usuwa się, czuje się winne, zwleka, boi się, brak mu pewności siebie, jest uprzejme, brak mu własnego zdania, nie przejawia inicjatywy, kieruje się zdaniem i potrzebami innych.

Nie ma dobrych ani złych stanów ja. Wszystkie trzy obszary są istotne dla prawidłowego funkcjonowania naszej osobowości. A jeśli rozpoznamy z jakiego stanu ja wypływa nasze zachowanie i zachowanie innych, będziemy mogli świadomie wpływać na przebieg rozmów. Na uwagę zasługuje fakt, iż zachowanie zdolne do rozwiązywania problemów wypływa przeważnie z ja dorosłego.

Źródło: Marta Znajmiecka-Sikora, „Analiza transakcyjna, BLIŻEJ PRZEDSZKOLA" nr 9.84 wrzesień 2008, <http://cedego.pl/czytelnia2.php?id=42>

Disclaimer

This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.