

# ANALYSE TRANSACTIONNELLE

- présentiel -

L'Analyse Transactionnelle est une théorie élaborée par Eric Berne à partir des années 60 et constamment enrichie par de nombreux chercheurs, théoriciens, psychologues et spécialistes du comportement.

Vous êtes coach, consultant, formateur ou intervenez dans l'accompagnement. Vous utilisez ou souhaitez utiliser l'Analyse Transactionnelle dans votre pratique professionnelle et souhaitez en avoir une vue d'ensemble pour mieux en intégrer la philosophie et la plus-value. Le 101 est le module d'initiation officiel vous offrant en 2 jours cette vue d'ensemble. Son contenu répond à la même charte partout à travers le monde et permet l'obtention d'une attestation certifiée par l'EATA (European Association for Transactional Analysis).

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Présenter une vue d'ensemble des concepts structurants par l'Analyse Transactionnelle
- Votre fluidité pour en présenter les principaux concepts et outils dans le respect de leurs auteurs
- Votre capacité à les appliquer dans vos relations à autrui et dans votre pratique professionnelle

## PÉDAGOGIE

Le dispositif de formation s'organise en trois temps :

- Découvrir les contenus théoriques en amont du séminaire

- Affiner la compréhension et expérimenter en présentiel ou en classe virtuelle

- Tester et ancrer les acquis en ligne

La pédagogie alterne des apports théoriques et des mises en pratique sous forme d'ateliers, de jeux de rôles et d'expérimentation entre participants

## PUBLIC

Toute personne désireuse d'améliorer sa communication et son rapport aux autres par une meilleure connaissance de soi ; d'apprendre à créer des échanges dynamiques et d'accroître son efficacité professionnelle.

Toute personne souhaitant enrichir sa pratique professionnelle (coach, formateur, consultant, manager ...) avec l'Analyse Transactionnelle.

Pré-requis : aucun

## ANIMATION

Ce cycle est animé par un coach certifié :

Jean-Baptiste HUOT : Certifié en Analyse Transactionnelle, membre de l'IFAT et de l'EATA

## LIEU

IFOD PARIS  
10, rue Cambacérés  
75008 Paris

Tél 01 40 20 21 22  
[www.ifod.fr](http://www.ifod.fr)

## PROGRAMME

*Cette formation se décline en 2 journées de formation en présentiel et blended learning. Distanciel à partir de 2023.*

### En amont (asynchrone – via la plateforme à distance)

- Définition de l'Analyse Transactionnelle (A.T.)
- Les 4 grands domaines d'application de l'A.T.
- Repères historiques concernant son fondateur Eric Berne
- Ce qu'est un 101 (cadre et contenu)

### Durant les 2 journées de formation (synchrone – présentiel ou distanciel)

- La Philosophie de l'A.T.
  
- Le « Contrat » en A.T.
  - o Définition et caractéristiques
  - o Les 4 conditions de Steiner
  
- Les États du Moi
  - o Les États du Moi Structuraux (intrapyschique)
    - > Définitions
    - > Contaminations et Exclusions
  - o Les États du Moi Fonctionnels
    - > Définitions et caractéristiques
    - > L'Egogramme (John Dusay)
  - o Diagnostics des États du Moi
  
- Les Transactions
  - o Définitions des 3 types principaux de Transactions
  - o Les lois de la communications associées à chaque type
  
- La théorie de la motivation
  - o Les 3 soifs (de Structure, de Stimulation et de Reconnaissance)
  
- Les Signes de Reconnaissance
  - o Définitions et caractéristiques
  - o L'Économie des Signes de Reconnaissance (Claude Steiner)
  
- La structuration du temps
  - o Les 6 catégories de structuration du temps relationnel
  
- Les Positions de Vie
  - o Définition
  - o Les Positions de Vie Existentielles et Sociales
  - o L'enclos OK Coral (Franlin Ernst)
  
- Le Scenario de vie
  - o Définitions
  - o La matrice de Scenario de Claude Steiner
    - > Les Injonctions
    - > Les Permissions
    - > Les contre-injonctions
    - > Les Drivers
    - > Le Programme
  - o La matrice de Bill Cornell

- Les Jeux Psychologiques
  - o Définitions
  - o La formule des Jeux
  - o Le triangle dramatique (S. Karpman)
  - o Caractérisation des Jeux
  
- Les Émotions en A.T.
  - o Les émotions authentiques
  - o Les émotions de substitution et Rackets
  - o Les collections de timbres
  
- Liens entre les concepts
  - o Liens entre les Rackets et les Jeux Psychologiques
  - o Liens entre les Scénarios, les Jeux Psychologiques et les Positions de Vie
  - o Le circuit du sentiment parasite
  
- L'Autonomie en Analyse Transactionnelle

#### **En aval (asynchrone – via la plateforme à distance)**

- Le développement de l'Analyse Transactionnelle
- Les Organisations d'A.T.
- Les Prix Eric Berne

#### **En « fil rouge »**

Chaque concept présenté sera accompagné

- D'illustrations spécifiques aux métiers du coaching et de l'accompagnement
- D'une spécification « le plus du coach » pour éclairer comment le concept peut être utile dans la pratique du coaching et de l'accompagnement
- D'exercices et d'entraînements pour un premier niveau d'appropriation