

به نام هستی بخش

تحلیل رفتار متقابل (T.A)

به زبان ساده

نویسنده:

سعید بهزادی فرد



انتشارات مایه

سرشناسنامه: بهزادی فرد، سعید، ۱۳۴۳
عنوان و نام پدیدآور: تحلیل رفتار متقابل (T.A) به زبان ساده نویسنده سعید بهزادی فرد
مشخصات نشر: تهران: ما و شما، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری: ۱۱۲ ص
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۵۵-۱۸-۴
وضعیت فهرست نویسی: فیپا
موضوع: رفتار متقابل، تحلیل
موضوع: Transactional analysis
موضوع: کودک درون
موضوع: Inner Chikl
زده بندی کنگ: Rc ۴۸۹ / ۷۷ ب ۹۳ / ۱۳۹۵
زده بندی یویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۵
شماره دانشنامی ما: ۴۴۷۷۴۸۷



انتشارات ما و شما

تحلیل رفتار متقابل (T.A) به زبان ساده

نویسنده: سعید بهزادی فرد
ناشر: ما و شما
شمارگان: ۲۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول
سال چاپ: ۱۳۹۶
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۵۵-۱۸-۴
قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

آدرس انتشارات ما و شما:

تهران، خیابان گیشا، خیابان فاضل شمالی، کوچه فرزین پلاک ۳

تلفن: ۸۸۲۳۳۶۴۷ - ۸۸۲۷۰۷۹۱ - ۰۲۱

www.ma-shoma.com

کلیه حقوق قانونی این اثر متعلق به انتشارات ما و شما بوده و هرگونه برداشت، تکثیر و اقتباس از آن منوط به اجازه کتبی می باشد.

۹	فصل اول: T.A چیست.....
۱۷	فصل دوم: کودک-بالغ-والد.....
۲۵	فصل سوم: تقسیم بندی کودک-والد.....
۳۳	فصل چهارم: بالغ-رفتار بالغانه.....
۳۸	فصل پنجم: طرح-الودنی.....
۴۸	فصل ششم: ارتباط-برابری-تباطی.....
۵۴	فصل هفتم: خودترسیمی {اگو-ایم}-خودپنداره.....
۶۰	فصل هشتم: OK بودن-حالت‌های رابطه.....
۶۷	فصل نهم: نوازش-طلسمهای نوازش.....
۷۴	فصل دهم: خودمتمایزسازی.....
۸۲	فصل یازدهم: بازنگری محتویات والد.....
۸۹	فصل دوازدهم: پیش نویس زندگی.....
۹۸	فصل سیزدهم: انواع روابط.....
۱۰۴	فصل چهاردهم: نادیده گرفتن.....

پیشگفتار

بخش فرهنگی سازمان ملل متحد «یونسکو» در سال‌های پایانی قرن بیستم برنامه‌هایی را برای آموزش مهارت‌های زندگی به همه انسانها در قرن بیست و یکم تدوین کرد. هدف از این برنامه آموزشی، آماده سازی انسان‌ها برای مقابله با مسائلی است که در سال‌های اخیر گریبانگیر اکثریت جامعه انسانی شده است. مسائلی مثل دعوای خانوادگی، مشکلات بین کارمندان کارفرما، والدین و فرزندان و ... همه و همه بیانگر نیاز همگانی به داشتن راهکارهایی کاربردی و فوری برای برگشت به آرامش است در این میان مهارت «ارتباط مؤثر» اساسی‌ترین این نیازهاست.

تحلیل رفتار متقابل (TA)^۱ یکی از نظریه‌های مطرح در روانشناسی آکادمیک است که از دهه ۵۰ میلادی مدرن درجه مراکز علمی، درمانی و نیز بخش‌های مدیریتی و ارتباطی بوده است.

در این کتاب تلاش شده تا با استفاده از آموزش‌های TA و سایر آموزش‌های مشابه به فراگیران کمک شود که بتوانند ارتباط و رفتار خود را با سایرین (والدین، همسر، همکار، فرزند، مشتری ...) مدیریت و ساماندهی کنند.

این نظریه توسط دکتر اریک برن در دهه ۵۰ میلادی ارائه شد و از آن زمان میلیون‌ها نفر در جهان TA را آموخته‌اند و کتاب‌های زیادی در این زمینه تألیف شده است.

^۱ Transactional analysis

در این کتاب ابتدا مفاهیم اساسی TA همچون کودک، بالغ و والد را می آموزیم، سپس با مفاهیمی همچون ارتباط و ... آشنا می شویم. در ادامه نگاهی واقع بینانه به خود می اندازیم و در پایان راهکارهایی برای ارتباط سالم با دیگران فرا می گیریم.

www.ketab.ir