

# ANALISI TRANSAZIONALE

## PERSONALITA'

CIO' CHE L'INDIVIDUO ESPRIME ATTRAVERSO  
OGNI SEQUENZA DI

PENSIERO

SENTIMENTO

COMPORAMENTO

STATO DELL'IO

The diagram consists of three text labels at the top: 'PENSIERO', 'SENTIMENTO', and 'COMPORAMENTO'. Below each label is a vertical arrow pointing downwards. These three arrows converge towards a single horizontal rectangular box at the bottom containing the text 'STATO DELL'IO'.

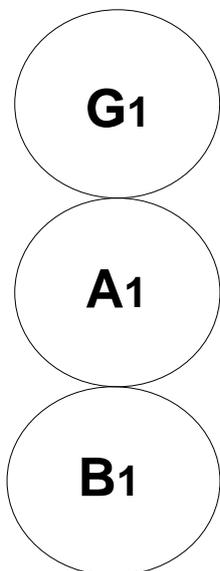
Struttura di personalità:  
GLI STATI DELL'IO

**G**

**A**

**B**

### Struttura di personalità: GLI STATI DELL'IO



Bisogna starsene zitti e buoni

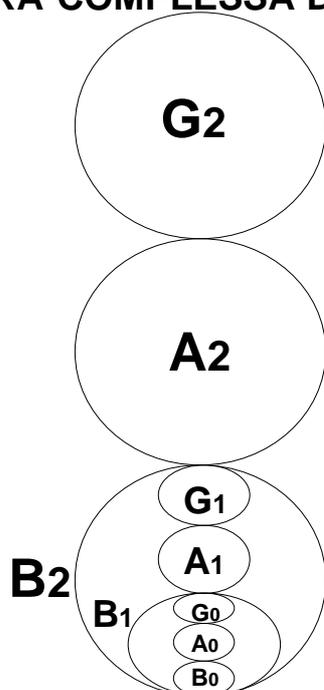


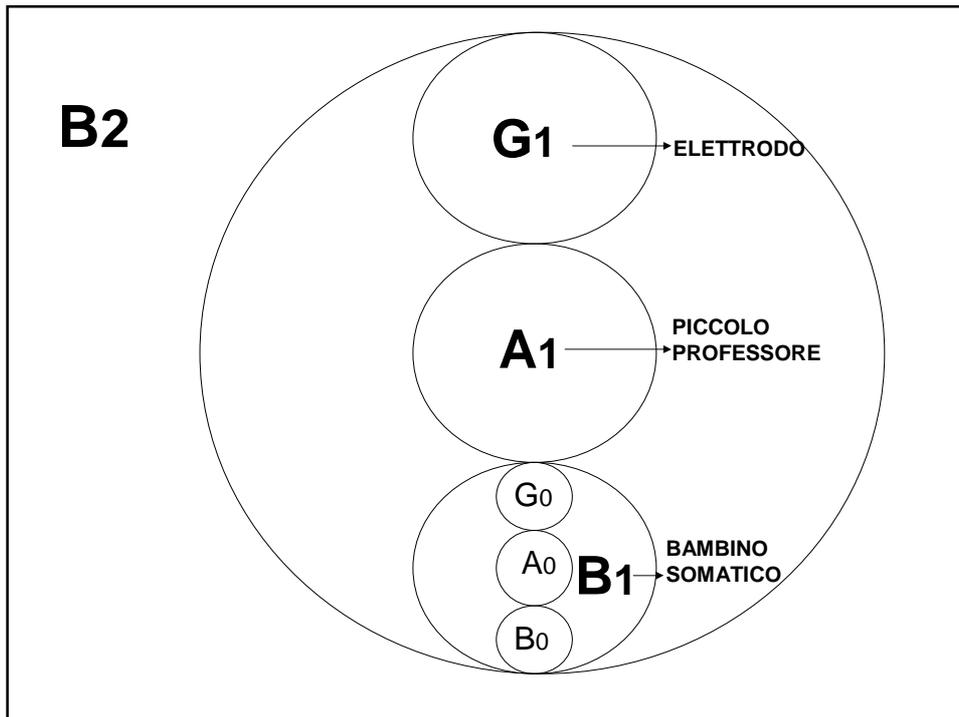
Cosa fare in reazione all'ambiente che mi controlla?  
(es. madre che allontana dalla presa elettrica con uno schiaffetto)



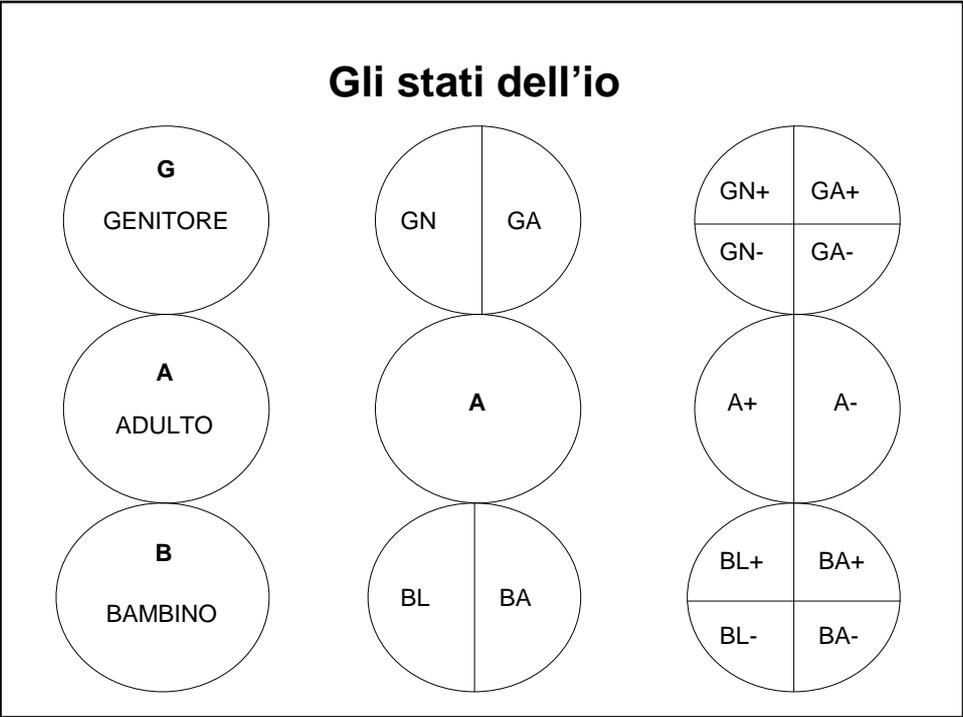
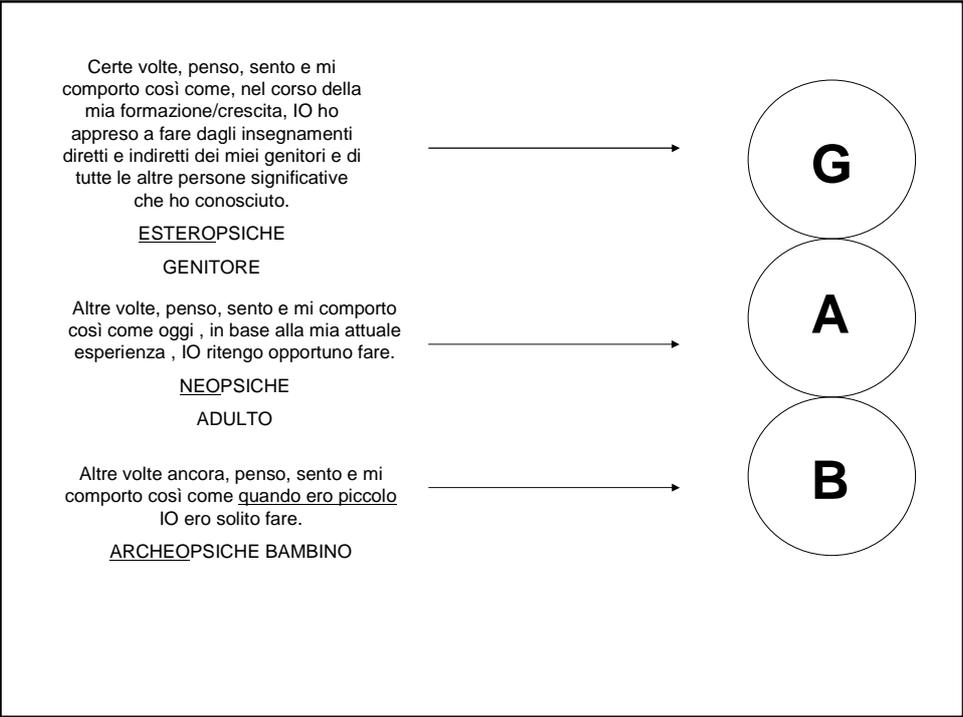
Bisogno di muoversi e curiosare

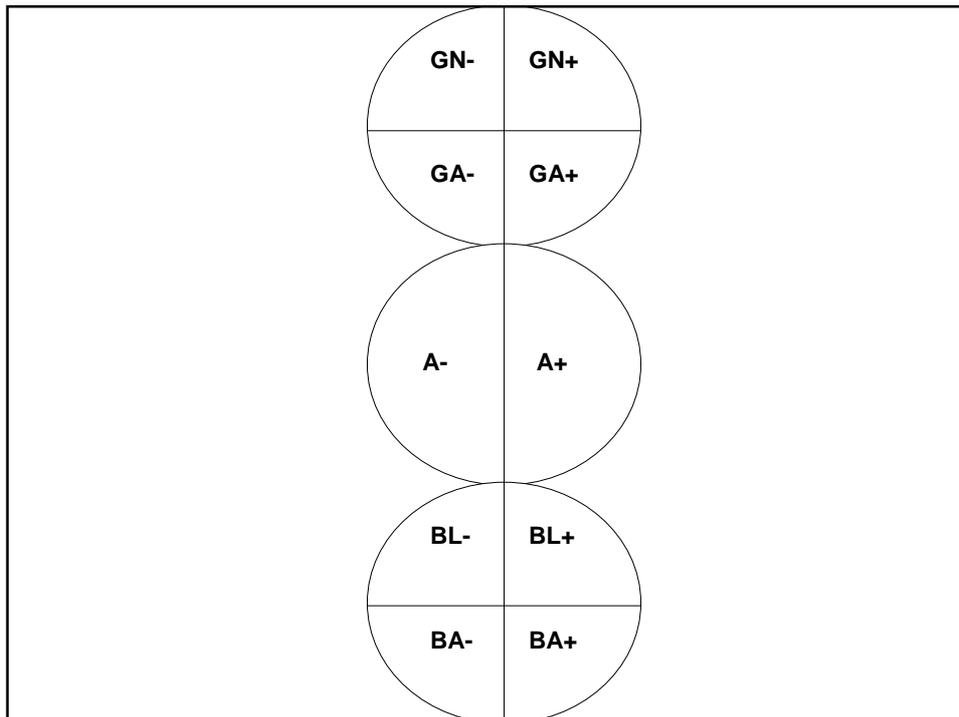
### STRUTTURA COMPLESSA DI PERSONALITA'





	Dare e darsi regole, direttive; giudicare, ordinare, criticare.	<b>GN</b>
	Prendersi cura degli altri e di se stessi.	<b>GA</b>
	Informare, informarsi, elaborare dati, risolvere	<b>A</b>
	Esprimere spontaneamente affettività e bisogni	<b>BL</b>
	Agire a partire dalle indicazioni degli altri o del proprio Genitore	<b>BA</b>
<p><b>GN GENITORE NORMATIVO</b>  <b>GA GENITORE AFFETTIVO</b>  <b>A ADULTO</b>  <b>BL BAMBINO LIBERO</b>  <b>BA BAMBINO ADATTATO</b></p>		





- GN -    Genitore Normativo Negativo**
- GN +    Genitore Normativo Positivo**
- GA -    Genitore Affettivo Negativo**
- GA +    Genitore Affettivo Positivo**
- A        Adulto (positivo/negativo)**
- BL -    Bambino Libero Negativo**
- BL +    Bambino Libero Positivo**
- BA -    Bambino Adattato Negativo**
- BA +    Bambino Adattato Positivo**

## *Le funzioni operative*

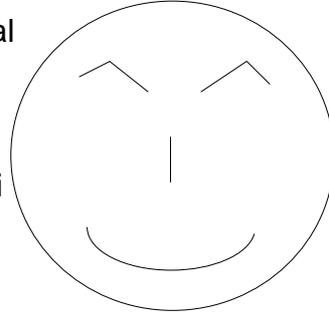
*Nella nostra vita, momento per momento,  
con i nostri comportamenti mostriamo  
all'esterno le funzioni operative di ogni  
Stato dell'Io; (parole, voce, espressione,  
postura, atteggiamenti).*

**Nel G sono descritte 4**

**funzioni operative:**

## Genitore Normativo positivo

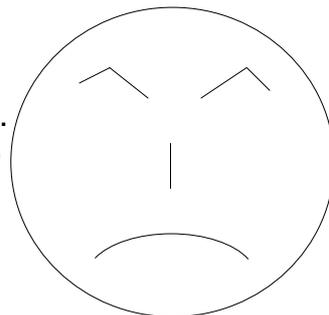
**GN+** = Da regole, norme e limiti utili al benessere e allo sviluppo dell'autonomia (crescita) propria e dell'altro. (Da informazioni su cosa e come fare, interrompe comportamenti dannosi senza criticare o svalutare la persona).



**GN+:** *“Smettila di correggere quelle statistiche, sei stanco lo potrai fare domani con calma.”*

## Genitore Normativo negativo

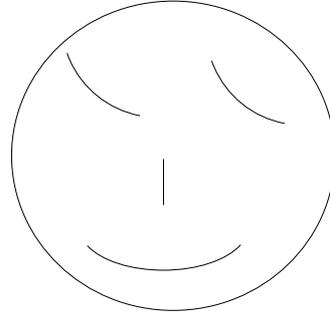
**GN-** = Da regole, norme e limiti che aumentano il malessere e la dipendenza, sia propria che degli altri. (Interrompe comportamenti criticando e svalutando la persona, non da indicazioni su cosa e come fare).



**GN-:** *“Smettila di correggere quelle statistiche, non è cosa per te!”*

## Genitore Affettivo positivo

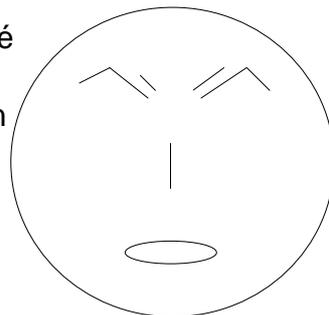
**GA+** = Dà affetto, aiuto e conforto a sé e agli altri, quando realmente vi è bisogno rispettando l'autonomia e la maturità propria e degli altri, facilitando la crescita.



**GA+:** *“Se correggendo quelle statistiche incontri qualche difficoltà, puoi parlargliene.”*

## Genitore Affettivo negativo

**GA-** = Dà affetto, aiuto e conforto a sé e agli altri quando non vi è un reale bisogno e comunque interferendo con l'autonomia e maturità propria e degli altri, stimolando la dipendenza e rallentando la crescita.



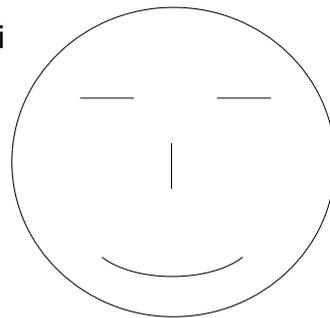
**GA-:** *“Vedo che sei in difficoltà con le statistiche, lascia fare a me”.*

Nell'A sono descritte

2 funzioni operative:

### Adulto positivo

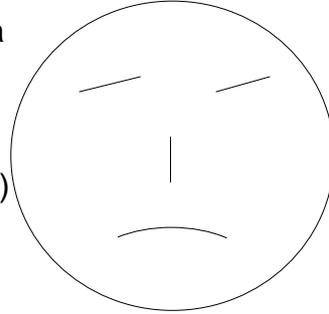
**A+** = Elabora logicamente i dati riferiti alla situazione (qui ed ora) tenendo presenti gli aspetti emotivi ed etici propri e degli altri.



**A+**: *“Vedo che sono sei ore che lavori a quelle statistiche e penso che tu sia stanco.”*

## Adulto negativo

**A-** = Elabora logicamente i dati senza tenere conto degli aspetti emotivi ed etici sia propri che degli altri. (Usa il raziocinio reprimendo e/o svalutando la propria ed altrui emotività ed eticità)



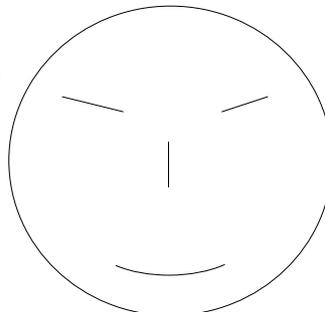
*A-: "Sono sei ore che lavoro a quelle statistiche, l'altro giorno io ho impiegato solo due ore!"*

**Nel B sono descritte**

**2 funzioni operative:**

## Bambino Libero positivo

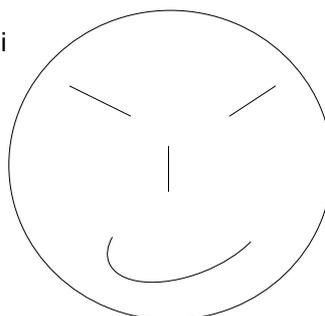
**BL+** = Esprime le proprie emozioni e bisogni direttamente, rispettando sé e gli altri. (Tiene conto sia della situazione che della disponibilità dell'altro).



**BL+:** *“Mi dispiace che ti sei isolato tanto tempo su quelle statistiche, mi fa piacere se vieni a prenderti un caffè con me, ti va?”*

## Bambino Libero negativo

**BL-** = Esprime le proprie emozioni e bisogni senza tenere conto della situazione e/o della disponibilità dell'altro, ovvero a discapito suo e dell'altro. (Rischia di danneggiarsi e di danneggiare)



**BL+:** *“Mi sono scocciato che te ne stai da solo su quelle statistiche, lasciale perdere, ho bisogno di prendere una boccata d'aria!”*

**GUIDA AD UNA DIAGNOSI COMPORTAMENTALE DEGLI STATI DELL'IO**

	GN	GA	A	BL	BA
P A R O L E	CATTIVO	BUONO	CORRETTO	OH!	NON POSSO
	DOVREI	SIMPATICO	COME	SCHERZO	VORREI
	DOVUTO	TI AMO	COSA	VOGLIO	CI PROVO
	DOVERE	DOLCE	PERCHE'	NON VOGLIO	LO SPERO
	SEMPRE/MAI	SPLENDIDO	UTILE	AH!!	PER FAVORE
	RIDICOLO	TENERO	QUANTO	CIAO	GRAZIE
V O C E	CRITICA	AFFETTUOSA	LINEARE	LIBERA	PIAGNUCOL.
	CONDISCEND.	CONFORTANTE	PRECISA	ALTA	SFIDANTE
	DISGUSTATA	INTERESSATA	MONOTONA	ENERGICA	ESIGENTE
	FERMA	MIELOSA		FELICE	CONCILIANTE
G O M M U N I S. P O S T U R A	DITO PUNTATO	BRACCIA	PENSIEROSO	DISINIBITO	IMBRONCIATO
	ACCIGLIATO	APERTE	VIGILE	SCIOLTO	TRISTE
	ARRABBIATO	APPROVANTE	APERTO	SPONTANEO	INNOCENTE
		SORRIDENTE			
P O S T U R A	MANI SUI FIANCHI	CORPO PROTETTIVAMENTE CHINATO	ERETTA	SCIOLTA	CONTRATTA
	SPALLE RIALZATE	VERSO L'INTERLOCUTORE		RILASSATA	CHIUSA
				AGILE	VIGILE
A T T E G I A M.	GIUDICANTE	COMPRENSIVO	INTERESS.	CURIOSO	PREPOTENTE
	MORALISTA	PREMUROSO	RAZIONALE	AMANTE DEL DIVERTIMENTO MUTEVOLE	TIMIDO SOTTOMESSO

**ALCUNE ESPRESSIONI VERBALI:**

**Una volta per tutte – sempre – mai – ancora? – ridicolo –  
come ti permetti – povero caro – figliolo – gioia cara –  
grazioso**

**RINFORZATE DA MANIFESTAZIONI “NON VERBALI”, TIPO:**

**Fronte accigliata - -dito puntato – braccia piegate sul  
petto – mani sui fianchi – accarezzare il capo di qualcuno  
– corpo protettivamente chinato verso l’interlocutore o  
postura rigida – voce dal tono fermo e critico o affettuoso  
e confortante**

**SONO CARATTERISTICHE DELLO STATO DELL'IO  
GENITORE**

ALCUNE ESPRESSIONI VERBALI:

**Perché – cosa – come – dove – in che misura –  
secondo me – credo – capisco – corretto – vedo se –  
mi rendo conto**

**RINFORZATE** DA MANIFESTAZIONI “NON VERBALI”, TIPO:

**Espressione pensierosa, attenta – sguardo interessato -  
continui movimenti del volto, degli occhi, del corpo –  
postura eretta (ma non rigida!) – voce dal tono  
moderatamente modulato**

SONO CARATTERISTICHE DELLO STATO DELL'IO  
**ADULTO**

ALCUNE ESPRESSIONI VERBALI:

**Non me ne importa – chi se ne frega – oh! – lo voglio – lo  
vorrei – non posso – lo spero - ...e tutto quanto è tipico  
del linguaggio infantile**

**RINFORZATE** DA MANIFESTAZIONI “NON VERBALI”, TIPO:

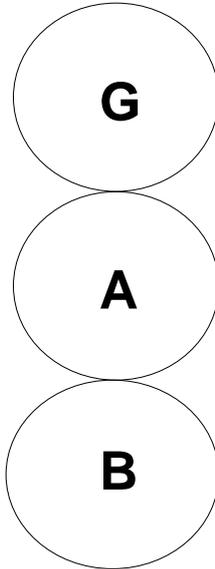
**Pianto – riso – broncio – alzatine di spalle – sguardo  
basso – postura disinvolta e aperta – postura contratta –  
voce dal tono energico o lamentoso**

SONO CARATTERISTICHE DELLO STATO DELL'IO  
**BAMBINO**

## Interazioni tra A G e B

- La loro relazione è caratterizzata dalla cooperazione o dal conflitto
- (Moiso e Novellino, 1982)

**Struttura di personalità:  
GLI STATI DELL'IO**



**cooperazione**

- In una situazione di cooperazione A B e G sono contemporaneamente attive: il soggetto sperimenta uno stato dell'IO caratterizzato da spontaneità e consapevolezza

## Conflitto o impasse

- INCAPACITA' A GESTIRE  
COERENTEMENTE LE VARIE  
MOTIVAZIONI IN CONTRASTO

## CONFLITTI NON COSCIENTI

- LE MOTIVAZIONI IN CONTRASTO  
VENGONO ELIMINATE  
INCONSAPEVOLMENTE TRAMITE LA  
CONTAMINAZIONE E L'ESCLUSIONE

## LA DECONTAMINAZIONE

- FASE STRATEGICA FONDAMENTALE DELLA TERAPIA: processo cognitivo, emotivo e corporeo tramite il quale il soggetto diventa capace di riconoscere gli elementi contaminati dei propri stati dell'io e di separarli (Novellino, 1998).

## LA DECONFUSIONE

- ANALISI SISTEMATICA DEI CONFLITTI PRESENTI NEL BAMBINO (BERNE, 1966)

## IMPASSE

- L'IMPASSE è DATO DA UNA DOPPIA CONTAMINAZIONE : NEL G ABBIAMO MESSAGGI DI COPIONE (CONTROINGIUNZIONI) NEL B INVECE ABBIAMO UNA FISSAZIONE CORRISPONDENTE AL MESSAGGIO DI COPIONE (MELLOR, 1980)