



## Een kijkje in de wondere wereld van Transactionele Analyse

*Enige idee wat de basis is van jouw overtuigingen en werkwijze.*

*Waarom doe je wat je doet en vind jij iets belangrijk?*

Transactionele analyse is een theorie over persoonlijkheid, communicatie en verandering om persoonlijke ontwikkeling te bewerkstelligen. Geloof in zelfverantwoordelijkheid en in het zelfsturend vermogen van mensen zijn de pijlers onder het denken en doen vanuit de transactionele analyse.

Hele mooie en betekenisvolle woorden maar wat betekent het in de praktijk?

Als coach ga ik met jou op zoek naar wat jou gevormd heeft. Gedurende jouw leven zijn er gebeurtenissen geweest (transacties) die de basis zijn van jouw denken, voelen en kijk op de wereld.

Veel van deze transacties zijn mooie gebeurtenissen die jou helpen bij het maken van keuzes, relativeren van gebeurtenissen en het motiveren voor een nieuwe stap. Wij hebben allemaal transacties die leiden tot beperkende gedachten of overtuigingen en kunnen als een blok aan je been voelen. "Wees perfect", "Doe andere een genoegen" of "Wees sterk" zijn overtuigingen die wij allemaal in meer of meerdere mate kunnen voelen.

Benieuwd naar jouw patronen en overtuigingen? Doe een van de gratis testen van TA Academie:

- **Egogram** | Wat zijn terugkerende patronen in jouw gedrag en hoe kan jij op een andere manier naar de situatie kijken? | <https://ta-academie.nl/kennisbank/egogram>
- **Werkwijzetest** | Wat zijn jouw overtuigingen en hoe heeft dit impact op jouw werkwijze? <https://ta-academie.nl/kennisbank/werkstijlen-test>

Samen met jou analyseer ik graag jouw transacties en op zoek naar de basis van jouw overtuigingen om jou hier inzicht in te geven, te accepteren wat de keerzijde is en het geen beperking maar een kracht te laten zijn en je leer hiermee om te gaan.

Waarom ik graag mensen help?

Een hele goede vraag die voor mij persoonlijk af en toe best confronterend kan zijn. Ik zoek graag verbinding, waardeer de authenticiteit in anderen en door de transacties in mijn leven ben ik het heel belangrijk gaan vinden om andere mensen te helpen. Komt het door de plek in mijn gezin, overgewicht als puber of de middelbareschooltijd waarin ik gepest ben. Ik weet hoe het mij gevormd heeft en probeer het in te zetten als een kracht door mijn werk als Coach & Trainer. Maar ook deze kracht heeft een schaduwkant en ik zal mij ten alle tijden bewust moeten zijn van de keerzijde en "Bram" af en toe op 1 moeten zetten. Dat is iets wat ik persoonlijk gemakkelijk uit het oog kan verliezen.

De vraag is nu... Wie ben jij en waarom doe je wat je doet?

Zoek jij iemand die je kan helpen dit in te zien, samen op zoek te gaan naar jouw kracht en te helpen om te gaan bij de keerzijde, neem dan contact op met mij voor een gratis kennismakingsgesprek.

Coach Bram | Stap in je Eigen Schoenen

06 83 33 96 32