

Il termine “transazione” ha diversi significati. Quello che a noi qui interessa è il significato che questa parola assume in psicologia.

In psicologia la transazione è l'unità base della comunicazione fra due individui

In parole più semplici, si ha una transazione quando c'è uno scambio tra due persone, e lo scambio è dato da uno stimolo e da una reazione o risposta.



La transazione è quindi composta da due parti: stimolo e reazione. Ora, è molto interessante – per una buona relazione interpersonale – sapere qual è l'insieme di pensieri, comportamenti ed emozioni che costituiscono in quel momento la personalità predominante dei due interlocutori. A questa analisi è stato dato il nome di **analisi transazionale**. A formulare questa teoria fu lo psicologo canadese Eric Leonard Bernstein (1910 - 1970), più conosciuto come Eric Berne. Basandosi sui suoi studi di neurofisiologia e delle teorie psicoanalitiche, ma soprattutto sulla propria esperienza clinica, Berne teorizzò un modello della personalità “tripartito”, mostrando che la personalità di ciascuno di noi è composta da tre differenti strutture che si esprimono in tre diverse modalità. Ciascuna di queste tre modalità, chiamata *Stato dell'Io*, è appunto l'insieme di pensieri, comportamenti ed emozioni tipica di ciascuno dei tre Stati dell'Io. Questi tre diversi modi di essere sono stati così chiamati da Berne:

- Stato dell'Io **Genitore**;
- Stato dell'Io **Adulto**;
- Stato dell'Io **Bambino**.

Le lettere maiuscole permettono di distinguere questi Stati dell'Io dalle parole comuni.

Questi tre Stati dell'Io non sono permanenti. Ciascuno di noi può fluttuare da uno stato all'altro, anche durante una stessa conversazione. Non si tratta però di concetti astratti ma di vere realtà psicologiche riferite a persone reali che sono di riferimento per ciascuno di noi: i genitori e noi stessi da bambini per ciò che riguarda lo Stato dell'Io Genitore e lo Stato dell'Io Bambino.

Le tre iniziali formano l'acronimo GAB, generalmente così schematizzato:

<b>G</b>	<b>Genitore</b>	La persona che si trova nello Stato dell'Io <b>Genitore</b> <i>pensa, sente e agisce</i> allo stesso modo dei propri genitori o di chi ha fatto le loro veci. Lo fa imitando i loro pensieri, le loro emozioni e i loro comportamenti, perché nell'infanzia i genitori o chi per loro sono stati di supporto e hanno rappresentato un riferimento affettivo.
<b>A</b>	<b>Adulto</b>	Caratterizzato da un modo di pensiero razionale e logico tipico di un individuo adulto, lo Stato dell'Io <b>Adulto</b> è la parte razionale della nostra personalità. La persona che si trova nello Stato dell'Io <b>Adulto</b> <i>pensa, sente e si comporta</i> in modo coerente al qui ed ora. Chi ha una personalità sana ed equilibrata è guidato dall'Adulto, che rimane in contatto e collaborazione con gli altri Stati dell'Io.
<b>B</b>	<b>Bambino</b>	Lo Stato dell'Io <b>Bambino</b> fa riferimento al vissuto infantile, caratterizzato dal pensiero intuitivo e magico tipico dei bambini. È la parte più naturale e primitiva di noi. Il Bambino esplora e si esprime spontaneamente per cercare di soddisfare i propri bisogni.

L'analisi transazionale si occupa quindi di individuare lo stato dell'individuo che partecipa alla transazione, che può essere: Genitore, Adulto, Bambino.

Di che utilità è capire lo stato dell'individuo? È importante per interpretare correttamente il senso della transazione. Va poi aggiunto che il significato ultimo del messaggio non è sempre quello letterale, e ciò vale in particolare quando l'individuo si trova negli Stati Genitore o Bambino. È di grande interesse sapere queste cose. Inoltre – e ciò è davvero molto importante -, come vedremo, sapere in quale Stato dell'Io ci troviamo noi e il nostro interlocutore fa la differenza tra una buona comunicazione e una comunicazione che non finisce bene.

Intanto possiamo così delineare le caratteristiche dei tre Stati dell'Io:

<b>Genitore</b>	<b>Normativo:</b> critico, dogmatico, potente, punitivo. <b>Affettivo:</b> premuroso, protettivo, rassicurante, permissivo.
<b>Adulto</b>	Razionale e consapevole.
<b>Bambino</b>	<b>Adattato:</b> gratifica le richieste (implicite o esplicite) che gli vengono fatte. <b>Ribelle:</b> agisce in opposizione alle richieste. <b>Libero:</b> naturale, si esprime liberamente senza preoccuparsi delle reazioni dei genitori

Vediamo ora alcuni esempi di Stati dell'Io:

<i>Mt</i> 12:2	"I farisei, veduto ciò, gli dissero: «Vedi! i tuoi discepoli fanno quello che non è lecito fare di sabato»"	<b>Genitore normativo</b>
<i>Mr</i> 11:27,28	"I capi dei sacerdoti, gli scribi e gli anziani si avvicinarono a lui e gli dissero: «Con quale autorità fai queste cose? O chi ti ha dato l'autorità di fare queste cose?»"	<b>Genitore normativo</b>
<i>Rut</i> 1:8	"Naomi disse alle sue due nuore: «Andate, tornate ciascuna a casa di sua madre; il Signore sia buono con voi, come voi siete state con quelli che sono morti, e con me!»".	<b>Genitore affettivo</b>
<i>Rut</i> 2:8,9	"Boaz disse a Rut: «Ascolta, figlia mia; non andare a spigolare in un altro campo; e non allontanarti da qui, ma rimani con le mie serve ... Ho ordinato ai miei servi che non ti tocchino; e quando avrai sete, andrai a bere»".	<b>Genitore affettivo</b>
<i>Gs</i> 2:8-12	"Prima che le spie si addormentassero, Raab salì da loro sulla terrazza, e disse a quegli uomini: «Io so che il Signore vi ha dato il paese ... Vi prego dunque, giuratemi per il Signore, poiché vi ho trattati con bontà, che anche voi tratterete con bontà la casa di mio padre»".	<b>Adulto</b>
<i>Gs</i> 5:13	"Mentre Giosuè era presso Gerico, egli alzò gli occhi, guardò, ed ecco un uomo in piedi che gli stava davanti, tenendo in mano la spada sguainata. Giosuè andò verso di lui, e gli disse: «Sei tu dei nostri, o dei nostri nemici?»".	<b>Adulto</b>
<i>Gv</i> 13:9	"Simon Pietro: «Signore, non soltanto i piedi, ma anche le mani e il capo!»".	<b>Bambino adattato</b>
<i>Nm</i> 12:1,2	"Maria e Aaronne parlarono contro Mosè ... E dissero: «Il Signore ha parlato soltanto per mezzo di Mosè? Non ha parlato anche per mezzo nostro?»".	<b>Bambino ribelle</b>
<i>Gv</i> 13:23	"A tavola, inclinato sul petto di Gesù, stava uno dei discepoli, quello che Gesù amava".	<b>Bambino libero</b>

Nel prossimo studio vedremo l'applicazione pratica dell'analisi transazionale.

