

### 輔導小字典---交流分析學 (Transactional Analysis)

交流分析學 (Transactional Analysis，下稱 TA)，由艾瑞克·伯恩(Eric Berne)所創立，TA 是心理諮商領域中的其中一門重要流派。這是一套描述人與人之間溝通、相處時內心如何運作的理論，適合用來了解人的行為與需要。當中有很多有趣的觀念，深入淺出地刻畫出人與人相處之間的複雜關係，例如描述人內心運作的「結構分析」；描述人與人溝通時的「溝通分析」及人與人之間所玩的「心理遊戲」。在往後的輔導小字典，再會向大家一一介紹當中的概念。