



COURS 7

ANALYSE TRANSACTIONNELLE

LES MESSAGES CONTRAIGNANTS, Pourquoi ?

Ce sont des structures de comportements, soit d'échec qui empoisonnent notre vie, soit de réussite, dont on peut observer le déroulement sur toute notre vie dans tous les domaines. Il s'agit de directives parentales, enregistrées dans le Parent d'un individu dès son enfance, et qui influencent à tout moment de façon subtile, mais observable, son comportement.

Ces cinq mini scénarios sont appelés par les noms des 5 messages contraignants qui sont à leurs origines et qui illustrent bien les comportements compulsifs qu'ils entraînent.

LES MESSAGES
CONTRAIGNANTS

LES 5 MESSAGES
CONTRAIGNANTS –
APPRENDRE A LES
REPERER

LES MESSAGES
POSITIFS OU
ANTIDOTES

EXERCICES
PRATIQUES &
CORRIGES

48 €

CENTRE LE PARC

800, route de Caromb
84200 Carpentras
Tél 04 90 29 53 54

contact@analyse-
transactionnelle.fr

[http://analyse-
transactionnelle.fr](http://analyse-
transactionnelle.fr)