

Наталья Валерьевна ФЕДЫНА

Частная практика; клинический психолог, психолог в модальности транзактивного анализа; Россия; nvfedyna@rambler.ru, ORCIDID: 0000-0003-0808-685X.

Natalia Valerievna FEDYNA

clinical psychologist, psychologist in the Transactional Analysis modality; Russia; nvfedyna@rambler.ru, ORCID ID: 0000-0003-0808-685X.

ДИСКУССИЯ

Основные концепции Транзактивного Анализа даны доступным и понятным языком

Аннотация: Рецензия на книгу Лиуве Кумпанс «Это Я! Стань самим собой с помощью транзактивного анализа!». Автор считает сильной стороной книги ясный и доступный стиль подачи, задания.

Ключевые слова: экзамен, задания, личность

DISCUSSION

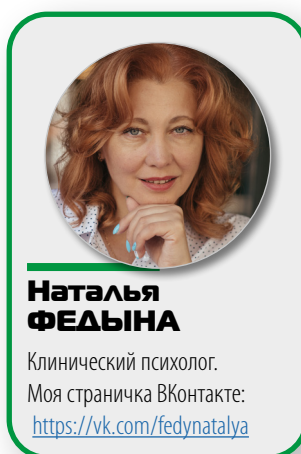
The basic concepts of Transactional Analysis are presented in an accessible and understandable way

Abstract: Review of the book by Liuwe Kumpans "It's Me! Become yourself with Transactional Analysis!" The author considers the strength of the book to be a clear and accessible style of presentation and assignments.

Keywords: exam, tasks, personality

Книга Лиуве Кумпанс «Это Я! Стань самим собой с помощью Транзактивного Анализа!» (Book review — Liuwe Kumpans "It's Me! Become yourself with transactional analysis!") привлекает к себе уже самим названием. Понять себя и стать самим собой — один из наиболее частых запросов к психологу в наше время. И хорошее начало пути к пониманию себя может быть положено с помощью этой книги, построенной в форме театральной постановки с актами, масками и даже музыкальными композициями.

Автор описал основные концепции Транзактивного Анализа доступным и понятным языком, которые в итоге складываются в единую картину через очень точно показанные взаимосвязи между ними.



Наталья ФЕДЫНА

Клинический психолог.
Моя страничка ВКонтакте:
<https://vk.com/fedynatalya>

Для пояснения понятий используются примеры из практики, поэтому, читая книгу, вы обнаруживаете и раскрываете для себя важные составляющие своей личности. О чем-то можно просто задуматься, а что-то даже и поменять. И помогают в этом читателю задания, которые автор предлагает выполнить после объяснения понятия. Здесь есть много ценных вопросов, которые обязательно стоит задавать себе, к которым стоит возвращаться, например, про поглаживания, постепенно встраивая эти вопросы и ответы на них в свою жизнь.

Я бы рекомендовала читателю выполнять задания вдумчиво и не спеша, делать паузу после выполнения хотя бы на 10-15 минут и только потом продолжать читать.



Отзывы на книги

Основные концепции Транзактивного Анализа даны доступным и понятным языком

Были моменты, когда мне, как специалисту, работающему в модальности Транзактивный Анализ, хотелось поспорить с автором. Были моменты, над которыми стоит еще подумать. И это говорит о том, что книга будет интересна коллегам-психологам. Так сложилось, что я читала ее перед экзаменом по окончании курса по Транзактивному Анализу, и она стала прекрасным практическим обобщением полученных знаний, как некое резюме с дополнениями, пояснениями, примерами и заданиями.

Отличное завершение книги звучит как «Источники вдохновения», где представлены рекомендации, которые больше воспринимаются как возможности для более глубоко изучения как отдельных концепций, так и всего направления в целом. Многое из предложенного я взяла себе на заметку.

Прекрасная книга для широкого круга читателей, которые ищут ответы на два вопроса: «Кто такой «Я»?» и «Что такое Транзактивный Анализ?».

Дмитрий Александрович КАМЕНСКИХ

практикующий психолог, студент МИР–ТА. В ТА с 2021г.

Dmitry Alexandrovich KAMENSKIKH

practicing psychologist, student of MIR-TA. In TA since 2021.

«Термин «сценарий» здесь наделен прямым — театральным — смыслом»

Аннотация: Рецензия на книгу Лиув Кумпанс «Это Я! Стань самим собой с помощью транзактивного анализа!». Автор обращает внимание на оригинальность подачи материала и расширение терминологии за счет музыкальных и театральных терминов. Книга напомнила автору 101-ый курс ТА.

Ключевые слова: сценарий, театральная постановка, терминология

Book review - Liuve Kumpans "It's Me! Become yourself with transactional analysis!"

Abstract: Review of the book by Liuwe Kumpans "It's Me! Become yourself with Transactional Analysis!" The author draws attention to the originality of the presentation of the material and the expansion of terminology through musical and theatrical terms. The book reminded the author of the 101st course of TA.

Keywords: script, theatrical production, terminology

Журнал «Транзактивный анализ в России» любезно предоставил мне для прочтения и написания рецензии книгу Лиув Кумпанса «Это Я» в переводе с английского Дмитрия Касьянова, за что я очень благодарен.

Немного о физических свойствах книги

Она имеет достаточно крепкий клеевой корешок, мягкую обложку и небольшие размеры

21x14,5x1см. Её вес составляет не более 250 г. Книгу удобно брать с собой. Она не займет много места и не сделает сумку заметно тяжелее, но с учетом того, что обложка мягкая, надо быть осторожным, чтобы её не помять.

О содержании

Автор не произвел революции, написав эту книгу, скорее он подвёл под общий знаменатель все те знания и опыт, которые смог накопить за