

L'analyse transactionnelle est une théorie de la personnalité, de la communication et du développement de l'enfant.

Les idées sont exprimées dans un langage simple et clair qui permet au client et au praticien d'avoir un langage commun.

Une des idées induite par cette approche est que la connaissance de nos propres comportements, de leur source, peut aider à changer les comportements douloureux.