

## Stoppers en Drivers:

Binnen TA herkennen we 5 "Drivers" en 13 "Stoppers" die door de hele wereldse bevolking zijn terug te zien:

### DRIVERS

Wees Sterk  
Wees Perfect  
Doe (de ander) een Genoegen  
Doe Je Best  
Maak Voort

### STOPPERS

Voel Niet, Denk Niet, Wees Geen Kind  
Kom Niet Dichtbij, Hoor Niet Bij, Doe Niet  
Wees Niet Belangrijk, Besta Niet,  
Wees Niet Gezond, Groei Niet Op,  
Heb Geen Succes, Heb Geen Behoeften,  
Wees Jezelf Niet.

Deze Stoppers en Drivers beperken onze denken en doen. Door je Stoppers en Drivers te laten onderzoeken, ga je triggers en onbewuste belemmeringen die je relaties en communicaties saboteren erkennen. Vanuit deze bewustwording kan je mogelijkheden verkennen en steeds een bewuste respons gaan aangeven. Een respons in afstemming met eigen vermogen, wil en behoeften. Een respons in plaats van afreageren of je eigen behoeften voorbij gaan.

Met behulp van TA versterken we je autonomie en verbondenheid. Tegelijkertijd blijf je uit spelmatig gedrag in de vorm van Aanklager, Slachtoffer rol of Redder gedrag. Hierdoor heb je meer energie en sticht je wederkerig relaties.