Описанное ниже базируется на модели трансактного анализа травмы и лечения, адаптированной и иллюстрированной Роном Бардом из Веллспрингского реабилитационного центра. Автор, который посещал двухнедельную реабилитационную программу, находит эту модель наиболее важной и ценной «картой пути» к выздоровлению от культовой травмы, и он объясняет её, так как изучал в течение программы.

Трансактная модель базируется на допущении, что есть три аспекта личности, которые находятся в постоянном взаимодействии.

1. **Родитель** - разделён на «Воспитывающий родитель» и «Критикующий родитель» (ВР и КР)

2. **Взрослый** - изучает сенсорные данные, принимает решения, основанные на логике.(Взр.).

3. **Ребёнок** - разделяется на «Свободное, вольное дитя», которое дей-ствует интуитивно, спонтанно и «Адаптированный ребёнок», который уступ-чив и смирен. (СРеб. и АРеб.).

Трансактный анализ изучает эти внутренние взаимодействия и их результаты, а также взаимодействия между индивидами. Как считает Баркс.

- Контроль сознания объясним с точки зрения стандартной теории советов.

- контроль сознания - это и об организации сознания, а не только техники.

- Нет секретного центра для тренировки лидеров культов в Ираке.

- Лидеры культов действуют не более эффективно, чем ЦРУ и КГБ.

Но как работает контроль сознания? И как противостоять ему, согласно трансактному анализу и Веллспрингу?

В растущем человеке внутренний диалог идёт преимущественно между воспитывающим родителем и свобод-ным ребёнком. Диалог контролируется и сравнивается аналитически с обильной запасённой информацией «для проверки реальности». Какая то негативная и ограничивающая информация от критикующего родителя к адаптированному ребёнку ми-нимальна и нравственна (такая как «не садись в кресло этой пожилой леди! Ты должен уважать пожилого человека!»).

Соответственно этой модели есть 4 основных жизненных позиции:

1. **Растущий человек**

«У меня всё в порядке, у тебя всё в порядке»

Принятие и уважение себя и других.

2. **Жертва**

«У меня не всё в порядке, у тебя всё в порядке»

Уважение других, но не себя, низкая самооценка, легко внушаем;

«Меня обижают, и я заслуживаю этого»

3. **Прокурор**

«У меня всё в порядке, у тебя не всё в порядке»

Средний член культа, идентифицирующийся с группой. Уважает се-бя, но не других. «Тебе нужно то, что есть у меня. Если ты не принимаешь мою сторону, не важно, что с тобой случится».

4. **Спаситель**

«У меня не всё в порядке, у тебя не всё в порядке» Лидер культа (нарцисстическое расстройство личности) «Если у меня не всё в порядке и у тебя не всё в порядке, не имеет значения, что я с тобой сделаю». По отношению к внешнему миру поддерживает маску «У меня всё в порядке, у тебя всё в порядке». Но за этим прячутся глубоко укоренившиеся невыноси-мые чувства несоответствия и никчемности, которые только временно могут быть смягчены постоянным самоутверждением в форме поклонения и абсо-лютной покорности других. Лидер культа пойдёт на любую крайность, что-бы добиться абсолютного поклонения и внимания от своих последователей. Способ идентификации этой позиции - понаблюдать за реакцией, когда кто-нибудь не отвечает «на заботу» этой персоны или не даёт ему под-тверждения того, что он требует (Враждебность, ярость, клевета - один из обычных ответов).

(2) **Истинно верующий**

«Если у меня не всё в порядке, и у тебя не всё в порядке, неважно, что случится со мной».

Истинно верующий готов защищать своего лидера любой ценой, так как он отказался от всех видов взрослого критического мышления, чтобы при-нять на себя роль «идеального, совершенного объекта». Его самооценка и собственный имидж полностью определяется одобрением или осуждением ли-деров и исполнением своей роли и миссии. Истинно верующий также ста-новится сердитым и злым, если кто-то не отвечает на его «заботу». Я не могу стоять, глядя на твою боль». Как происходит травма при взаимодействии?

Типы взаимодействия

1. Параллельные

2. Пересекающиеся

3.Скрыто пересекающиеся

Первая модель изображает здоровое, параллельное взаимодействие. основанное на «У меня всё в порядке, у тебя всё в порядке» парадигме.

Пример:

А «Похоже, будет гроза»

В «Да, я думаю, скоро будет дождь».

Перекрёстная (неблагоприятная) трансакция происходит, когда ответ неравный, когда «критический родитель» говорит «вниз» с другим челове-ком. адресуясь к «адаптированному ребёнку». В этом примере ответ В был бы примерно таким: «Вы - человек, разбирающийся в погоде?» Всякий раз, когда происходит такое подавление, отношения доверия уменьшаются, и самооценке подавленного индивида наносится ущерб. Более тонкий, и поэ-тому, возможно, более мощный путь влияния, это

перекрёстная транс-акция, при которой кажется, что это как будто параллельная трансакия, но ответ содержит утончённое подавление.

Пример: А.»Я чувствую злость».

В. «Похоже, ты борешься с твоей падшей натурой». (Подразумевается. «Ты должен контролировать свою падшую натуру, отсюда твоя злость!»).

Пример: А.» Я не могу выносить этого человека».

В. «Какое это чувство?».

А. «Злость».

В. «Можешь ли ты освободиться от неё?» (Подразумевается: «Ты - должен избавиться от неё»).

Как результат повторяющихся подавляющих трансакций, связь, которая строится на доверии, подменяется напряжённостью, которая может перейти в манию Хотя такие отношения болезненные и патологические, они могут производить интенсивное возбуждение, которое укрепляет зависимость. Каждая кросс-акция, открытая или скрытая, вызывает психологическую травму. Аналогия с физической травмой: небольшая царапина на кончике па-льца не имеет значения, но последовательная и непрерывная ретравматизация приведёт к повреждению, которое может стать причиной серьёзных проблем и даже смерти из-за инфекции или потери крови. Подобно этому, образцы отношений, характеризующиеся перекрёстной трансакцией, могут быть причиной серьёзного психологического ущерба, особенно при учёте средней величины потенциально травмирующей трансакции на индивида ежедневно. Культовые лидеры и другие злоумышленники используют кросс-трансакцию для разрушения самооценки своих последователей, их уверенности в себе с тем, чтобы незаконно добиться послушания, согласия и зави-симости.

Обработка эмоций

Растущий человек

Член культа

В то время как растущий человек перерабатывает травмирующие переживания, если они слу-чаются, член культа теряет такую способность, .так как взрослая часть его личности смята вместе с воспитывающим родителей и свободным ребёнком. Критический родитель наполняет теперь адаптированного ребёнка негативными посланиями типа: «Не чувствуй так!», «Ты не должен быть злым или печальным! Это слабость!». Адаптированный ребёнок не может переработать эмоции, такие как гнев или боль от унижений. Это про-двигает их в своего рода «эмоциональный бак», В результате «эмоциональный бак», который используется у растущего человека только для наполнения при экстремально травмирующих ситуациях (таких как травмиру-ющие эмоции при катастрофах, несчастных случаях) на короткий период времени, чтобы затем переработать их, становится постоянно наполнен-ным у члена культа. Он заполняется у него до такой степени, когда избыточное давление выходит наружу в форме взрыва, ярости и т.п. Это называется «распылением». Оно уменьшает давление эмоций лишь времен-но и человек продолжает испытывать страдания и колебания между ин-тенсивными негативными эмоциями и эмоциональной опустошённостью.

Другой способ облегчить это давление - это «дать течь» в виде недомоганий, физических жалоб, плаксивости, обидчивости, депрессии и пр. Растущий человек обрабатывает интенсивные эмоции в связи с событи-ями, которые их вызвали. Эти укомплектованные (завершенные) и пере-работанные воспоминания можно сравнить с «полными карманами». Член культа, которому не разрешено испытывать такие чувства, запасает фа-кты без чувств, во многом напоминающие «пустые карманы». В результате член культа отделяется или диссоциируется от своих реальных эмоций, что часто рассматривается как зомбиподобный феномен.

Реабилитация.

Реабилитация, что означает «жить снова» - это процесс поворота от влияния деструктивных образцов отношений и восстановление естествен-ного способа обработки эмоций. Основываясь на описанных выше моделях, следует вывод, что обучающий, воспитывающий родитель и свободный ребё-нок должны быть поощрены в обстановке безопасности и доверия, и взрос-лый должен быть активизирован, чтобы определить ответственность, обсле-довать внутренний диалог между родителем и ребёнком и классифицировать чувства. Первичные цели реабилитации - это

1. «Осушить бак»;

2. Жить без культовой поддержки;

3. Научиться обрабатывать эмоции, когда они возникают;

4. Научиться жить по принципу: «У меня всё в порядке, у тебя всё в порядке».

В центре Веллспринга этот процесс ласково называют «чувством, что вы возвращаетесь к жизни».

В случае излечения от культов, предоставление возможности пережить и выразить первоначальные чувства, возможно, должно быть осуществле-но двумя этапами эмоциональной и когнитивной перестройки, предложен-ными Хассеном, так как иначе травматические воспоминания могут продол-жать существовать обособленно, как «пустые карманы», в то время как «полный бак» не выплеснутой боли и гнева останется. Важно не только изменить положение «триггера» и переоценить пережитое, но также и «опустошить эмоциональный бак».

Источник:
Фрагмент из книги Михель И. "Культовая травма и ее лечение". Пер.: Н.К.Русских