

Парадокс состоит в том, что первая книга Эрика Берна по трансактному анализу издается в России последней [1]. Уже после таких книг, как «Игры, в которые играют люди» (в комплекте с книгой «Что ты говоришь после того, как сказал «Хелло»), как «Секс в человеческой любви», «Лидер и группа», «Групповая психотерапия».

Поэтому — стилистика Берна и основные сюжеты нам хорошо знакомы. Но могу сказать совершенно ответственно. Если Вы внимательно прочитаете эту книгу, Вы откроете для себя нового Берна — теоретика, практикующего терапевта, педагога. В руках у читателя — теоретическое произведение, руководство по терапии, учебник для будущих профессионалов.

и в то же время нельзя игнорировать уровня подготовленности читателя. Нам известны не только книги самого Берна, но и его последователей и учеников. У нас изданы книги - Т. Харриса «Я — ОК, ты — ОК», М. Джеймс и Д. Джонгворт «Рожденный побеждать», Я. Стюарт и В. Джойнс «Современный трансактный анализ», Р. Гулдинг и М. Гудинг «Психотерапия нового решения» и другие. У многих коллег, а также у автора этих строк есть свой опыт постижения и использования Та (общепринятая аббревиатура «трансактного анализа»). Как в такой ситуации поступить автору Предисловия?

Возьмем пример с Берна. Вот он пишет (так мог сказать только Берн!): «Поскольку на данном сеансе преследовалось достижение более скромных целей, терапевт был несколько более активен, чем обычно» (стр. 80). Поставим и мы перед собой какую-нибудь совсем скромную цель, чтобы позволить себе быть «несколько более активным» в ее достижении...

Эта цель — МЕТАСЛОВАРЬ ТА. В таком «Словаре» почти нет дефиниций, но зато представлен опыт освоения трансактного анализа психологами, преподавателями, консультантами, терапевтами... Метасловарь призван раскрыть образ ТА в сознании исследователей и практиков, — в сознании «ангажированных». Скромность же (она же может показаться дерзостью) заключается в том, что автор делится здесь прежде всего своими собственными соображениями, которые складывались постепенно, в течение 15 лет работы в парадигме ТА.

Анализ трансактный — обманутая мечта многих членов Международной ассоциации

трансактного анализа (МАТА). Число разочарованных может быть описано разностью (D):

$$D = 11000 - 5000 = 6000 \text{ (человек)}$$

Здесь 11000 — число членов этой ассоциации в 1978 году, а 5000 — число членов той же ассоциации через десять лет (более поздние цифры нам неизвестны). Что же случилось? Думали — просто, оказалось — сложнее. Многое сложнее!.. Берн, мне кажется, это предвидел. Предостерегал: «Обучение в структурном анализе не так трудно, как в психоанализе, но всё-таки достаточно сложно» (а ведь структурный анализ — это только часть ТА!). Волна популяризации сначала вознесла, а после резко опустила ТА, когда выяснилось, что сверхупрощенные модели не работают, а освоение сложных требует «не менее двух лет еженедельных семинаров и ежедневной практики, чтобы сформировать надлежащее клиническое мастерство» (с. 118). Обманчивая простота предлагаемых схем; истинная простота языка; и совершенно ложная посылка: «Та есть упрощенный психоанализ» — всё это, поначалу, привлекло на свою сторону Ребенка практиков, однако, в конечном счете, шокировало их Родителя, когда выяснилось, что элементы ТА, связи между элементами, и многие «простые слова» — образуют проблему, доступную лишь Взрослому. Разница между подлинным мастером Та и любителем — та же, что между гитаристом, который с листа читает сложный музыкальный текст, и «человеком с гитарой», знающим 12 аккордов аппликатуры (буквенно-цифрового обозначения гитарных аккордов). В защиту ТА: процент пациентов, покидающих ТА-группы, всё-таки существенно ниже процента терапевтов, покинувших ТА.

Взрослый. Родитель. Дитя. Пожалуй, это то единственное, что известно многим скептикам о Трансактном анализе Берна. Я встречал в России и не только в России профессиональных психологов, морщащихся при имени «Берн», однако, едва ли знакомых с понятиями Р, В, Д даже на уровне «клинического усвоения структурного анализа» (достаточного, как говорил Берн, для того, чтобы войти в психотерапевтическую группу, а также, по-видимому, достаточного для того, чтобы отвернуться от ТА). Логически выверенные (отнюдь не метафорические) определения эго-состояний даны в тексте книги. Я хотел бы сначала подчеркнуть один немаловажный момент в определении одного из эго-состояний, чтобы потом заговорить о самом важном. Если Дитя — это Прошлое в нас, Взрослый — Настоящее, то что же такое Родитель? До сих пор временные характеристики в определении эго-состояний распространялись только на указанные эго-состояния (заметьте: археопсихика, неопсихика), а третье, оставшееся, неожиданно, как бы вне логики, описывалось в пространственных определениях. Между тем, эго-состояние Родитель также может быть описано и определено в терминах времени. Проявления Родителя — это, своего рода, воспоминания о будущем. Действительно, воспитывающий взрослый в глазах интровертирующего его ребенка неотвратимым образом детерминирует его поведение, точно зная, что произойдет дальше. И то правда, — что в детстве воспитывающие взрослые часто дальновиднее детей и вполне в силах заставить их действовать в

соответствии со своими личными представлениями о желаемом и должном (образами «потребного будущего»). Когда взрослые хотят заставить детей сделать что-то, они высказываются в прошедшем времени, как бы взирая на всё происходящее из будущего. Они говорят, к примеру: «...Так! (только Родитель знает «как»). Все встали... Сели... Раскрыли портфели... Взяли ручки...» (будто бы всё это уже состоявшийся факт). Педагог Михаил Щетинин привел мне фразу, которую, как он сказал, понимают все школьники, хотя она, конечно, совершенно абсурдна. Тыча в ребенка пальцем, учитель — грозно: «Ты — почему?!» (и дети начинают лихорадочно оправдываться). Сама эта фраза подчеркивает чисто Родительскую логику мировосприятия: «Всё имеет свой смысл», ребенок обязан заранее знать его и с ним считаться. Родитель как бы олицетворяет аристотелевскую энтелехию, вживленную в психику ребенка и «продвигающую» его к заранее предопределенному и известному результату. В связи с этим замечанием, можно уточнить различие между Контролирующим и Опекающим Родителем. Контролирующий Родитель исходит из того, что, с его точки зрения, образует «объективные интересы» ребенка («Ты будешь пианистом, марш вперёд!» — послание матери сыну из стихотворения Бориса Слуцкого «Музшкола имени Бетховена в Харькове [\[2\]](#) »). Опекающий Родитель, напротив, исходит из субъективных интересов Ребенка, обеспечивая состоятельность потребного будущего, каким оно рисуется самому ребенку (в своем крайнем выражении позиция Опекающего Родителя запечатлена в формуле: «Чем бы дитя не тешилось, лишь бы не плакало»). Любопытно, что контролирующий Родитель, хоть мытьем, хоть катанием добивающийся своего, может действовать мягко, а опекающий Родитель, отстаивающий цели самого ребенка, может производить впечатление сурового человека [\[3\]](#)

. Наиболее трудный вопрос: «Что есть Взрослый» (дебатируемый многими трансактными аналитиками), мы оставим здесь без внимания, так как обсуждение этого вопроса заведет нас слишком далеко - в дебри теории «Я». Но всё-таки мы не должны пройти мимо центрального вопроса трансактной теории личности — об онтологическом статусе эго-состояний Дитя, Родитель и Взрослый. Для Берна — это не просто слова (научные термины, «конструкты»). Для Берна это, как известно, нечто реальное. Я не стану пересказывать определение Берна (Вы найдете его в книге), а хочу обратить внимание читателя на то, что Берн в конкретной трактовке интересующих нас явлений существенно выходит за пределы «набора связанных друг с другом чувств, мыслей и поведений». Меньше всего, думается, он мог бы согласиться с авторами только что процитированной книги «Современный трансактный анализ», которые пишут: «...Можно сказать, что Родитель, Взрослый и Ребенок являются не вещами, а названиями». И пишут далее, что “в практике Та часто говорят так, будто бы мы ими обладаем. Можно услышать следующие высказывания: “Мой Ребёнок хочет повеселиться” или “у тебя сильный Взрослый”. Проблема подобного употребления слов заключается в том, что мы можем скатиться до признания за эго-состояниями их некоего собственного независимого существования, отдельного от человека, о котором мы говорим” [\[4\]](#)

. в Послесловии к книге Берна

[\[5\]](#)

, мы уже отмечали, что никакой опасности «скатиться» здесь нет, а вот риск редуцировать эго-состояние к «конструктам», против чего предостерегал Берн, при

такой постановке вопроса вполне реален. Тезис, который постоянно ощущим в работах Берна, хотя в данной форме им не заявлен, заключается в том, что эго-состояния субъектны. Они проявляются в согласованной системе переживаний, принимая определенные поведенческие формы, и в то же время суть нечто большее, чем просто мысли, представления, чувства, действия. Нечто большее... Присутствие Автора? (субъект — если подразумевается именно он — никогда не сводим к своим проявлениям, к тому, каким он дан себе и другому). Вот что пишет сам Берн: когда «не Взрослый говорит о Ребенке, а сам Ребенок», «ситуация в точности такая же, как если бы в комнате с терапевтом находились еще два человека: взрослый, который наблюдает, и патологический ребенок; правда, физически они неразделимы. Задача состоит в том, чтобы разделить их в психологическом плане, чтобы Ребенок мог говорить сам за себя (для простоты изложения мы не говорим пока о третьем партнере — Родителю)». «Деление натрое должно быть буквальным, как если бы в каждом пациенте присутствовали три разных личности». «Вмешательство терапевта будет идеальным тогда, когда оно попадет в цель, то есть имеет смысл и приемлемо для всех трех аспектов личности пациента, поскольку все они слышат то, что говорится». Мы подчеркнули слова, которые не позволяют нам превратить эго-состояния «просто в названия», но подтверждают живое присутствие субъектов, способных наблюдать и относиться к чему-то. Складывается впечатление, что можно, следуя Берну, сделать еще более решительный шаг, наделяя эго-состояния признаком не только субъектности, но и субъективности. Ведь «Я» есть единство субъектности и субъективности. Словом, наряду с «паттерном» мыслей, действий и чувств, и, далее, их источником (носитель, объект и субъект) могут быть обозначены также и особые формы самосознания индивида, выступающие в его эго-состояниях, формы сознающего себя «Я» (данность, образ, творение). И ведь недаром, всё-таки, речь идет именно об эго-состояниях индивида, а не просто о некоторых фиксированных состояниях его психики. Сомневающиеся в реальности Родителя, Взрослого и Ребенка как субъектов, живущих в нас, могут обратиться к следующему фрагменту из более поздней книги Э. Берна

[6]

: «...Терапевту следует задаться вопросом: почему пациент позволяет себя разоблачать? Может быть, это его Родитель предаёт Ребенка? Или Взрослый уговаривает Ребенка рассекретиться? Или это Ребёнок продолжает свою игру с целью «спасти лицо», хотя и упрощает её для терапевта, надеясь, что его спасут, подобно тому, как мальчуган попискивает из своего укрытия во время игры в прятки, помогая себя обнаружить?» (с. 41). Скажите теперь, Вы и сейчас считаете, что «Родитель», «Взрослый», «Ребёнок» — это только «названия», «специальные термины»?!

«**Драматический треугольник**» и «**трагикомическая пирамида**» — схема перемещения из одной сценарной роли в другую, что образует характерную черту игр. Вне подобных переключений нет игр (таково понимание игры в современном ТА). Выделяются следующие роли: Преследователь, Спаситель, Жертва. Многие, на стадии ознакомления с ТА, думают, что Преследователь и Спаситель соответствуют актуализированным Контролирующему и Опекающему Родителю, а жертва — Ребенку, но это не так (проанализируйте, например, игру «Если бы не ты», где роль Преследователя

принадлежит актуализированному Бунтующему Ребенку и т.п.). Отталкиваясь от идеи карпмановского «драматического треугольника», сделаем два существенных добавления.

1. Различая «исполнительное» и «переживаемое» (истинное) «Я», мы приходим к идее треугольника, вписанного в другой треугольник (соответственно, пирамиды, вписанной в другую пирамиду) — см. рис.1

ДРАМАТИЧЕСКИЙ ТРЕУГОЛЬНИК
ВНЕШНЕГО и ВНУТРЕННЕГО КОНТУРА
ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЬ
Жертва
Спаситель Преследователь
ЖЕРТВА Рис. 1 СПАСИТЕЛЬ

в каждый момент времени, индивид может вовне проявлять одну сценарную роль, а чувствовать себя при этом в другой роли (с точки зрения всех, я — Преследователь, а для себя я — Жертва и т.п.). Исходя из опыта терапии, мы приходим к выводу, что условием выхода человека за пределы драматического треугольника («трагикомической пирамиды» — см. Ниже) является достижение конгруэнтности «проигрываемых» внутренней и внешней роли, — в этом случае человек способен принять на себя ответственность за происходящее, вместо того, чтобы обвинять другого, или упиваться чувством собственной виновности, или «только пытаться помочь», или беззаботно-отчаянно отмахиваться от проблем...

2. «Драматический треугольник», по-видимому, описывает не все игры (здесь мы расходимся в оценках с авторами «Современного трансактного анализа» [\[7\]](#)). Помимо перечисленных сценарных ролей должна быть определена еще одна (эпизодически она отмечается самим Берном, но явным образом им не соотносится с «драматическим треугольником»). Я называю эту сценарную роль — «Счастливчик». Незадачливый герой-любовник в водевиле, «Колобок», оставляющий всех с носом и балансирующий на носу у лисы, «Дон Жуан» и т.д. — всё это примеры «Счастливчиков». Последние отличаются от тех, кто подлинно счастлив. Счастье — это наслаждение длящееся, в самом себе содержащее возможность быть продолженным. в отличие от счастливых людей, «Счастливчики» — уязвимы. Возможно, их «счастье» в неведении, что творят (или от чего отказываются). Наркотики — химического или социального происхождения (неподконтрольная власть) — порождают «Счастливчиков». Подобно «Преследователю», «Жертве», «Спасителю», «Счастливчики» — мастера игнорирования [\[8\]](#)

. Но они, в отличие от традиционных участников драматического треугольника,

игнорируют трудности и риски мира. «Счастливчик» при этом легко превращается в «Жертву», становится «Преследователем» («Герой-победитель» в худшем случае превращается в Победителя Героев) или вдруг в «Счастливчике» просыпается «Спаситель». Особым предметом исследования могли бы стать столь любимые нами, но, временами, жестокие разыгрыши, в которых переключения в «Счастливчика» и из «Счастливчика» играют не последнюю роль

[9]

. Участие в игре, которая соответствует пословице: «Где гнев, там и милость», может служить примером одного из переключений в «Счастливчика» по-русски (механизм игры «Где гнев, там и милость», на стороне водящего, это, по-видимому, переключение «Контролирующий Родитель а Опекающий Родитель»). В итоге мы приходим к идее трагикомической пирамиды, основание которой (одну из четырех граней), образует драматический треугольник, а одну из вершин — «Счастливчик» (заметим, как трудно удержаться на этой вершине, чтобы не соскользнуть вниз — см. рис. 2).

ТРАГИКОМИЧЕСКАЯ ПИРАМИДА

Рис. 2

Игра; вовлеченность Взрослого. При интерпретации игр Берн не рассматривает заинтересованность в них Взрослого. Мы уже высказывали мысль, что любая игровая ситуация (хотя бы ввиду накопления опыта), заключает в себе элемент непредсказуемости, непредрешенности ее исходов, и что этот элемент неопределенности составляет особое искушение для Взрослого, “цепляет” его за живое. Взрослая часть личности как бы нащупывает грань между возможностью выигрыша и возможностью проигрыша. В этой книге Берн сравнивает Взрослого с «мышцей, наращиваемой тренировкой» (С. 85). Каждому знакомо чувство роста возможностей, побуждающее к новым движениям. Рост мышечной массы побуждает вновь упражнять мышцу. Подобно тому, как в акробатике гимнаст многократно выполняет одно и то же упражнение, связанное с риском и сопровождаемое победой над страхом, ошибается, вновь пробует, вновь ошибается, те же кульбиты проделывают и игроки, вступающие в общение. Игрок нащупывается грань между тем, на что можно надеяться, и на что нельзя. Речь идет о специфических переживаниях Взрослого, который определяет меру того, что ему доступно или же не доступно. В ряде случаев (“Полицейские и воры”, “Дай мне пинка”, “сексуальные” игры), это имеет вполне отчетливый характер. Можно допустить, что мотивация “границ”, “прохождения по кромке” характеризует вообще игры подробнее мы писали об этом в работе «Философия «Я»: трансактный подход»

[10]

. Наличие Взрослого, имеющего “свой интерес” в игре (переживание своего «Я»), позволяет психотерапевту вступить в плотное и уважительное взаимодействие с клиентом, чтобы контактировать с Детской и Родительской составляющими игр (см. также Игра; антитезис). При определении игр обычно подчеркивается «бессознательность» разыгрываемого. В этом случае у многих, осваивающих ТА, возникает недоумение: «Если я осознаю свои игры, я прекращаю играть? но ведь это нет так!...». Возможно, идея соучастия Взрослого в разыгрывании игр объясняет некоторые эффекты сверхстойкости игр после их первоначального осознания:

Взрослый не может устоять перед соблазном проверить, «что будет» (может быть, на этот раз “до него дойдет”?). Другое дело — намеренное сохранение игр после их осознания: но тогда это уже не игра, а «интрига» (так мы называем сложную систему трансакций «на множество персон», впервые выделяемую нами в Та как самоценную совокупную форму структурирования времени

[\[11\]](#)

).

Игра; антитезис в игре. Увы, антитезис - не всегда разрушает игру, однако, по крайней мере, это способ не только диагностировать, но и с минимальными потерями покинуть игру. Берн обращал свои антитезисы к Взрослой части личности клиента. Я думаю, что антитезис может иметь смысл, если Взрослый водящего хоть как-нибудь вовлечен в игру (а он — вовлечен, см. Наш комментарий в разделе Игра; вовлеченность Взрослого). И всё же мне кажется (этот тезис требует клинического обоснования), что у консультанта и терапевта «на подхвате» всегда должны быть дополнительные аргументы (антитезисы, обращенные к другим частям личности (Родительской, Детской)). В идеале, должны быть озвучены и парированы все выгоды, которые дает игра, а именно биологическая выгода — мы называем ее «стимуляцией», «допингом», «подзарядкой» или «подпиткой», внутренняя психологическая выгода - «кайф», внешняя психологическая выгода - «из двух зол выбрать меньшее», внутренняя и внешняя социальная выгода — «от чего делать» [\[12\]](#), экзистенциальная выгода - «сакральный смысл» («предсказуемость ожиданий» = «я так и знал»). Формулируя антитезисы к играм, нельзя недооценивать также силу привычки, которая могла утратить побуждающие ее мотивы

[\[13\]](#)

. в условиях нашего группового обучения и терапии участники группы сначала находят вербальные формулы и невербальные знаки, выражающие каждое из названных преимуществ игры, потом конструируют соответствующие антитезисы (вербальные и невербальные), и наконец попарно, а далее одновременно «проигрывают» взаимодействие по ролям: «выгода» (ее озвучивает один участник) — «антитезис» (другой участник). Читатель может себе представить, насколько рельефно игра, во всей своей сложности, прорисовывается в сознании каждого из участников группы, становится узнаваемой, и насколько сам участник при этом становится неуязвим для игр.

«Мое Я» — «Мое Ты». Этот конструкт мы вводим для более точного описания внутриличностных трансакций. Присмотревшись к тому, с кем, как и в каких условиях протекает взаимодействие, мы замечаем, что другой человек может запечатлеваться во мне как Родитель, Взрослый и Ребенок. А поскольку “запись” ведётся двоякая: я сливаюсь с другим и одновременно я его вижу перед собой, то рождается и двойной набор эго-состояний. В первом из них содержатся: “Я как Родитель”, “Я как Взрослый” и “Я как Ребенок”. А во втором: “Другой как Родитель”, “Другой как Взрослый”, “Другой

как Ребенок". В первом случае речь идёт о трансактной структуре "самости" ("Моё Я"), а во втором — о трансактной структуре "другого Я" во мне ("Моё Ты"). Фактически, мы признаем существование «Моего Ты», когда спорим с собой, приказываем себе, убеждаем себя, «отпускаем» себя, хвалим себя, успокаиваем себя

[\[14\]](#)

. «Возьмите себя в руки» — сказали ему; и он взял себя в руки, прижал к груди и отнес в тихое место. Нечто подобное я прочитал некогда у одного известного писателя, и мне запомнилось... Оставим это в качестве метафоры для «Моего Ты». «Мое Я» и «Мое Ты», каждое, могут быть представлены в виде трехчастной структуры Родитель, Взрослый, Дитя. Если все сказанное о бинарной системе «Мое Я» — «Мое Ты» справедливо, то и «катексис» должен быть осмыслен как распределенный не только «по вертикали» (как у Берна), но и «по горизонтали» (рис. 3):

БИНАРНАЯ МОДЕЛЬ «Я»



Рис. 3

Стрелочками обозначены потоки катексиса

Могут быть также выделены и аналогично внешним трансакциям описаны внутренние трансакции Моего Я и Моего Ты. В результате внутренних трансакций между выделенными ипостасями «Я» могут устанавливаться как отношения согласия (единство, целостность, «Рай»), так и отношения конфронтации (раскол, нецелостность, «Ад»). При этом акцент можно поставить на интеллектуальном, чувственном и действенном аспектах как единства, так и раскола, трещины внутри «Я», — перед нами качественно различные меры общности / разобщенности между «Моим Я» и «Моим Ты». И, таким образом, в поле внимания исследователей оказываются три направления оценки целостности «Я»: цельность миропонимания, мирочувствия и миродействия.

Освоение ТА — превращение Та в нечто своё. С точки зрения тех, кто осваивает, нет существенной (сущностной) разницы в изучении Та и получении психотерапевтической поддержки. Разница лишь в предварительной подготовке и детализированности осваиваемых категорий и принципов. Всё дело в философии ТА, в формуле Я — Ок (Взрослый интерес к себе, собственному благополучию), Ты — Ок (Взрослая установка «живи и давай жить» — всем близким и дальним, в том числе и будущим пациентам и через них их собственному окружению). Столько строгости в текстах Берна — установка на пытливого Взрослого. Бурбаки отдыхают [\[15\]](#). С точки зрения того, кто учит трансактному анализу, замечательная возможность, обучая, разрешать личностные

проблемы учащихся (объем усваиваемого материала огромен; на заре Та — 60 год — 2-х летнее обучение — еще до Гулдингов, Стайнера, Кейлера, Шиффов...). Мой собственный опыт состоит в том, что обучая ТА, мы форсируем развертку и конструктивное решение проблем обучающихся. Но важно, чтобы обучающий знал, что он в данный момент делает — обучает, консультирует, оказывает терапевтическую помощь или «просто общается» — иногда подчеркивал это словом или действием, например, зарисовывая на доске свою позицию обучающего или консультирующего. Достоинство Та также состоит в том, что решение индивидуальных проблем может быть прервано на любом этапе Та (иногда достаточно только структурного анализа).

Та и другие системы психотерапии. Нельзя не согласиться с Берном, что Та «предлагает исходную матрицу, в рамках которой другие терапевтические операции могут найти своё место в соответствии с личными предпочтениями терапевта» (с. 72). Опыт соотнесения Та с психоанализом (это наиболее интересно), экзистенциальным анализом, гештальттерапией, психодрамой, поддерживающей психотерапией и т.д. представлен в книге Э. Берна [\[16\]](#).

Терапевтический подход Э. Берна производит впечатление исключительно рационального. Однако, это не так. Специального исследования заслуживает вопрос о соотнесении трансактного анализа, гештальттерапии и психодрамы. Пример синтеза — работы Роберта и Марии Гулдинг. Они должны быть осмыслены в свете авторских экспериментов самого Берна с «регрессией». Судя по всему, Берн придавал особое значение этим экспериментам, о чем можно судить по достаточно категоричному в его устах заявлению: «Регрессивный анализ — последнее, что разработано в Та (1960) — «любые дальнейшие заявления нежелательны» (с. 116). Обратим внимание также и на то обстоятельство, что обращение к мифам и сказкам, дающих имена сценариям, может рассматриваться как стимул, актуализирующий Дитя.

ТА, культурно-историческая психология и персонология. Берн часто обращается к Пиаже. Имя «Моцарта в психологии», Л.С. Выготского, ему не известно. Между тем, трудно не заметить общности двух систем: «социальной психиатрии» Берна и «культурно-исторической» психологии Выготского. Автор культурно-исторической теории, Л.С. Выготский, формулируя в двадцатые годы идею интериоризации социальных отношений, идею системного строения сознания, идею опосредованного строения высших психических функций, идею знака как психологического орудия, идею существования и взаимодействия культурного и натурального ряда в психике, вплотную подошел к тем аспектам бытия человека, которые в последующем приоткрылись Берну. Сознание — арена межсубъектных коллизий. Усваивая знаки, используя их как орудия саморефлексии (символика Та дает нам такие особые психологические орудия), человек способен перестроить себя и свои отношения с миром. Трансакции с терапевтом и группой, опосредкованные этими новыми для человека знаками, интериоризируются, порождая новые формы со-знания. Складывается основа для переориентации Ребенка и Взрослого, для «реадаптации»

(так мы обозначаем процесс восстановления или порождения нового Взрослого). Перспективу синтеза Та и Культурно-исторической теории образует, на наш взгляд, персонология — наука личности (не «о» личности, а именно личности): система понимания и содействия личности, область пересечения науки — «что личность есть» — и искусства — «как личностью стать, как быть личностью». Персонология охватывает инобытие человека в других людях. Фактически, вне такой «идеальной представленности и продолженности» личности нет. Существовать — значит «отражаться». Вам хочется быть? Значит, Вы нуждаетесь в зеркале... Психотерапевты намеренно и умело превращают себя в зеркало, показывая пациенту его подлинный физический и духовный облик. Берн изобрел карманное зеркальце, которое всегда под рукой (что позволяет избежать зависимости от терапевта). Некий инструмент самоотражения и, следовательно, самотерапии на все времена («встроенный» Взрослый со своими технологиями анализа). Личность, однако, — существо трансцендирующее. Чтобы существовать, ей необходимы новые встречи, новые отражения. Та, изучая личность X, расшифровывает влияния, которые кто-то, а именно индивиды Y, Z, W и др., произвели в X. Персонология не ограничивается этим. Ее интересует также X как субъект влияния на Y, Z, W' и т.д. Изучая личность X, персонолог задается вопросом: что значит этот человек для других индивидов (Y', Z', W', ...). Иными словами, персонолога интересует не только X как субъект, или, точнее, как единомножие субъектов (эго-состояний) X, но и его отраженная субъектность.. Если я приснился тебе, прежде чем ты будешь толковать свой сон, может быть, тебе лучше спросить у меня: что я делаю там, в твоем сне? Это будет исследование моей личности сквозь призму твоей. В то время как Та охватывает психоанализ, не мыся себя вне его [17] , персонология (персонологический анализ) объемлет ТА, рассматривая «метаэффекты» бытия индивида в других индивидах.

Эмпирические методы исследования в ТА. Число их расширяется. Я мог бы подробно описать разработки, которые накопились у меня лично, и, кроме того, я уверен, что многие мои коллеги, исповедующие ТА, могли бы обогатить коллекцию. Но это потребовало бы особого разговора. Упомяну только основные идеи, которые выдвинул и апробировал я сам: 1) Существующие личностные опросники могут быть осмыслены в терминах внутренних и внешних трансакций (такую работу мы предприняли, совместно с В.К. Калиненко, на основе предложенного мною метода «трансактной реинтерпретации» высказываний опросника (в данном случае это был опросник Кеттела) и привести к результатам, позволяющим прогнозировать, например, склонность к риску, или способность людей следовать лечебному ограничению питания («не срываться» с диеты). 2) Клинические данные о связи родительских предписаний и ранних решений могут быть использованы для построения «Опросника ранних решений». Отталкиваясь от наблюдений Р. И М. Гулдинг, обобщенных и в книге «Психотерапия нового решения», и изложенных согласно схеме: предписания а ранние решения, я перевернул эту схему, предлагая испытуемым список «ранних решений» под видом «детских мыслей», которые «могут приходить в голову»; испытуемые (обучаемые, консультируемые) отмечают, как часто эти мысли посещают их. В итоге проясняется

картина взаимоотношений в семье, ранние родительские послания. 3) Анализу трансакций в системе «Моё Я — Моё Ты» может послужить методика, названная мною «Рай в душе — Ад в душе». Трансактная модель миропонимания индивида представлена в ней девятью вариантами согласования (рассогласования) в системе Родитель, Взрослый, Ребенок: «на стороне» «моего Я» и, соответственно, «на стороне» «Родителя», «Взрослого» и «Ребенка» «моего Ты». Например, единство Родителя <> Родитель или конфронтация Родитель >< Родитель

ты
, единство Взрослый

я
<> Ребенок

ты
или конфронтация Взрослый

я
>< Ребенок

ты
, и т.п. Испытуемый должен оценить, насколько подходит для описания его личности одно из двух противоположных высказываний (всего 54 высказывания, расположенных в $9 \times 3 = 27$ строках опросника). Например, когнитивное единство Родителя в «Моем Я» и Родителя в «Моем Ты» представлено суждением слева в соответствующей строчки опросника, а конфронтация — суждением справа (испытуемый должен отметить соответствующую клеточку):

Есть вещи, в которых я никогда
не сомневался и не сомневаюсь

но, но я сомневаюсь во всем и всегда

Каждая из двух других трансактных моделей целостности / не целостности «Я» — модель миродействия (воля) и модель мирочувствия (переживания) — также раскрываются в терминах единства (<>) и конфронтации (><) между эго-состояниями Родитель, Взрослый, Ребенок в системе «Мое Я» — «Мое Ты», причем каждая из этих моделей заключает в себе девять вариантов согласования (рассогласования). Иллюстрацией суждений, описывающих эмоциональное единство/конфронтацию во взаимоотношениях Взрослого «Моего Я» и Взрослого «Моего Ты» служит следующая строчка опросника:

Я принимаю себя таким,
каков я есть в действительности

в согласии с самим собой

Приведем также пример единства/конфронтации в суждениях, описывающих волевой (действенный) аспект во взаимоотношениях Ребенка «Моего Я» и Родителя «Моего Ты»:

Многое в своей жизни я делаю из
чувства долга, а не из собственной прихоти

а не из некоего чувства долга

На основе трансактных моделей целостности «Я» может быть обозначен корпус диагностических и психотерапевтических методик трансактного анализа и трансактного синтеза системы «мое Я» — «Моё Я».

4) Видеозапись монолога испытуемого (клиента) на тему: «Что у меня О'К, что у меня не О'К» с последующим анализом эго-состояний, «заявивших» о себе в повествовании, анализом конгруэнтности / не конгруэнтности вербальных и невербальных сигналов, «скриптового смеха», драйверов и т.п. 5) Скриптовая версия ТАТ — «20 + 1 вопрос»: испытуемые описывают картинки ТАТ вслух, причем ведется видеозапись; экспериментатор (терапевт) задает вопросы, касающиеся скриптового аппарата испытуемого (директивы, предписания, модели, ранние решения, внутреннее освобождение, рэкетные чувства и т.д. И т.п.); последний, 21 вопрос, состоит в том, чтобы испытуемый вообразил, будто герои картинки ожили и увидели его самого, смотрящего на них. Что они могли бы сказать о нем? Захотели бы познакомиться? Какие советы дали бы? Какие — приняли? и пр. 21 вопрос позволяет исследователю (терапевту) вступить в глубокий диалог с испытуемым, погрузиться во внутренние его трансакции «Мое Я — Мое Ты», что в ряде случаев спонтанно приводит к «перерешениям». Последующий просмотр и анализ ленты позволяет очень быстро продвинуться к ядру проблемы, занимающей клиента, и мотивированным для клиента образом приступить к терапевтическому вмешательству. 6) «Тренинг неуязвимости» — «разведка боем» драйверов и минисценариев: испытуемый отвечает на «трудные» вопросы группы, ведется видеозапись. При последующем просмотре анализируется, какое эго-состояние обладает исполнительной властью, были ли актуализированы драйверы и какие, наблюдалось ли «схождение» с драйверов, какова была траектория отреагирования. В итоге обсуждения, испытуемые открывают новые средства для «Взрослого контроля» над проявлениями своего Родителя и Ребенка. 7) Совершенно поразительны перемены, характеризующие катектированность Родителя, Взрослого и Ребенка индивида в воображаемом присутствии «значимых других» (при использовании трансактных формы реализации метода «отраженной субъектности» — В.А. Петровский, 1984). Эти изменения поражают испытуемых, пожалуй, даже сильнее, чем

экспериментатора. Мы предлагали испытуемым списки прилагательных, соотносимые с Родительской, Взрослой и Детской инстанциями личности, предлагая отмечать плюсами и минусами черты, которые испытуемым свойственны или несвойственны. В одной из серий, мы просили вообразить, что рядом с испытуемым находится конкретный человек X (учитель, родитель, супруг и т.п.). Наблюдались резкие изменения в самоописании испытуемых (например, резко возрастает Контролирующий Родитель или Бунтующий Ребенок, «снижается» Взрослый и т.п.). Самое замечательное, что загодя многие испытуемые сомневались в том, что изменения будут существенны. Этот прием позволяет, к удивлению испытуемых, не только реконструировать фактические взаимоотношения между индивидами в паре, но, при некоторых условиях, судить о личности «значимого другого», не вступая с ним в прямой контакт (возможность «бесконтактного» исследования личности человека составляет своеобразие метода «отраженной субъектности», что, таким образом, весьма отчетливо проявляется при регистрации динамики Родителя, Взрослого и Ребенка испытуемых, являющихся носителями «личностности» исследуемого индивида).

Феномен непротивления ТА-терапии. Наряду с феноменом сопротивления достоин внимания феномен непротивления терапии. Так мы называем рождающуюся в ходе индивидуальной и групповой работы установку на понимание и приятие терапевта клиентом. В условиях трансактного анализа поражает эффект доверия пациентов и консультируемых к инструментам терапевтической деятельности и их носителю. Почему участники индивидуальной и групповой терапии отвечают на действия и слова терапевта не столько сопротивлением, сколько пониманием и приятием? Почему в клиенте пробуждается, мы бы сказали, «центрированный (на себе) терапевт»? Почему, в какой-то момент групповой работы, там, где могло бы обнаружить себя сопротивление, вдруг вспыхивают искорки спонтанного психоанализа, субъектами которого становятся сами клиенты (см. Стр. 85 настоящей книги)? Интерес к себе и другим членам группы развивается в такой степени, что терапевту приходится временами даже отваживаться такого частого попутчика трансактной терапевтической работы как времяпрепровождение под названием «психиатрия». Почему это происходит? Я думаю, дело здесь прежде всего в специфических способах опосредствования психотерапевтом своих отношений с клиентами, привлечении особых «стимулов-средств». Есть, я думаю, три особенности используемых стимулов-средств, обеспечивающие эффект «непротивления». Первая — и очевидна и общеизвестна. Это — язык, его доступность и простота, легкость усвоения: практически сразу терапевт и клиент «находят общий язык». Две другие особенности — завуалированы. Одна из них — визуализация используемых слов, наличие параллельного слоя стимулов-средств, позволяющих сделать наглядными, а следовательно, вынесеннымми во вне субъекта отношения, существующие между внутренними инстанциями его личности. Берновские визуальные метафоры Родителя, Взрослого и Ребенка, совершенно абстрактны, и, позволяя проецировать на них глубинные содержания, служат средством дистанцирования от них, сведения «на нет» аффектов, образующих смысловое ядро этих содержаний (редукция побуждений при использовании знаков отмечалась в литературе). Другая особенность — само значение используемых знаков, утверждение,

что речь идет о вполне конкретных людях. Родитель и Ребенок, которые «с психологической и гражданской точки зрения вполне реальны: ... в старом телефонном справочнике можно было бы найти адреса и телефоны тех исходных ребенка и родителя, которые увековечены в эго-состояниях пациента» (Э. Берн, «Групповая психотерапия», стр. 120). Таким образом, может быть актуализировано универсально амбивалентное отношение клиентов к родительскому и детскому «наполнениям» (не безусловное приятие и не безусловное отвержение их), что служит «мостиком» для безболезненного перехода к собственно критической работе.

«Я» — вершинная категория развивающегося ТА; базовый элемент будущей персонологии; символ незавершенности МЕТАСЛОВАРЯ.

Проф. В.А. Петровский

[1] Бракованное издание этой книги (некачественный подстрочник-подобие перевода), осуществленное в Санкт-Петербурге (1992 год) — не в счет.

[2] Это стихотворение в ином контексте цитировалось в книге А.В. Петровского «Психология о каждом из нас и каждому из нас о психологии» (1996). Стили воспитания, обозначенные автором как «диктат сверху» и «диктат снизу», соответствует позиции Контролирующего Родителя, а «диктат снизу» — Опекающего.

[3] Пример внешне сурового, а по сути, Опекающего Родителя — архиерей Митрофаний в общении со своей духовной дочерью Пелагеей в повести Б. Акунина

[4] Ян Стюарт, Вэнн Джойнс. Современный трансактный анализ. Социально-психологический центр. Санкт-Петербург, 1996, с.22.

[5] В.А. Петровский. Философия «Я»: трансактный подход // Э. Берн. Групповая психотерапия. Академический проект. Москва, 2000.

- [6] Э. Берн. Групповая психотерапия. Академический проект. Москва. 2000
- [7] Ян Стюарт, Вэнн Джойнс. Современный трансактный анализ. Социально-психологический центр. Санкт-Петербург, 1996.
- [8] Ян Стюарт, Вэнн Джойнс. Цит. Произв. 1996. С. 252
- [9] Модель перехода запечатлена в анекдоте о двух ведущих ТВ. Объявлено об изменении в программе телепередач: «Вместо «О, счастливчик!» с Дебровым — «Ах ты, сволочь!» с Доренко».
- [10] В.А. Петровский. Философия «Я»: трансактный подход // Э. Берн. Групповая психотерапия. Академический проект. Москва, 2000.
- [11] См. цит. произв.
- [12] Вот траектория всех игр: «от ничего делать» (на старте) до «ничего не поделаешь» (на финише).
- [13] Теоретики зачастую недооценивают эффект установки — жизнь деятельности (целеустремленной активности) после ее кончины. Постулат сообразности (адаптивности) психических процессов, с присущей ему деликатностью, и в этом случае не упускает напомнить о себе. Побудительные основания поведения ищут там, где ничего подобного нет, а есть лишь автоматическое следование сложившимся стереотипам. Впервые этот взгляд –понимание установки как инерции и консервации деятельности - был предложен и систематически развит А.Г. Асмоловым. Установка есть «пережиток» деятельности, имевшей некогда разумный характер, но уже сложившей с себя свои полномочия. Побуждения исчерпаны, цели достигнуты, задачи разрешены; но ... маховик раскручен!. Мы имеем здесь дело с формами пост-адаптаций, которые, врываясь в наше «здесь и теперь», способны выбить нас из седла, нарушить адекватное ситуации функционирование. Словом, под воздействием установки, можно «ничего не хотеть», но всё-таки делать. Добавим сюда «автоматическую речь», «подталкивающую»

мысль, когда мы говорим так, не потому что так думаем, а думаем так, потому что так говорим. Примером, может служить классическое «Да, но!...»: человек сначала говорит «Но...», а потом уже подыскивает аргумент. Истоки этого — в детстве, в детско-родительских отношениях, в родительских моделях поведения и говорения. В случае билингвизма, как это следует из концепции «языковой личности» М.В. Бороденко (2001), человек, говоря на родном языке (или раннее усвоенном), использует конструкцию «Да, но...», а на другом — нет.

[14] в настоящем Предисловии к работе Э. Берна мы не имеем возможности соотнести наши представления о «Моем Я» и «Моем Ты» с концепциями других авторов, и, в частности, глубоким исследованием Ф.Д. Горбова (Ф.Д. Горбов. Я — ВТОРОЕ Я. Москва — Воронеж, 2000)

[15] «Н. Бурбаки» — коллективный псевдоним авторов труда по основаниям математики (прим. ред.).

[16] Э. Берн. Групповая психотерапия.

[17] «Структурный анализ, — писал Берн, — это просто плод, внутри которого психодинамика (объект психоанализа — В.П.)»

Источник:

[Персональный сайт Вадима Петровского](#)