

### 1.

Так сложилось, что Эрик Берн — наиболее известный у нас гуманистический психолог. Его “Игры” (потом “Что вы говорите после того, как сказали “Привет”, а также “Я о’кей, ты о’кей” Харриса) были едва ли не первыми книгами по практической психологии, которые распространялись в ксерокопиях и читались довольно широкой публикой наряду с Кастанедой и Даниилом Андреевым.

Увлечение Берном было повальным. Во всех углах Союза, от Лиенаи до Владивостока (называю эти города, потому что знаю о работавших там группах), занимались выявлением эго-состояний, пытались анализировать “игры” и “сценарии”. Однако чаще всего это ни к чему не вело; после некоторых попыток анализа появлялись взаимные обвинения (“Ты играешь со мной в игры!”) и разочарования (“Такой уж у меня сценарий!”).

Можно предположить, что это — не случайность. Книги Берна (во всяком случае, популярные) очень ярко указывают на определенную психопатологическую, невротическую (в широком смысле слова) действительность, но устроены таким образом, что сами по себе не дают ключа к транзакционной терапии. Возможно, это объясняется тем, что после ставших бестселлером “Игр” он обращался к довольно определенной категории читателей: это пособие (или реклама) для актуальных или предполагаемых клиентов, с которыми работают или будут работать обученные транзакционные терапевты.

Дело в том, что берновская терапия, похожая в этом на фрейдовский психоанализ, является аналитической, и для проведения транзакционного анализа от клиента требуется некоторое — определенное и довольно узкое — владение его понятийным аппаратом. Клиент Берна должен изучать транзакционный анализ, но как клиент, а не как терапевт. А то, что должен уметь и понимать терапевт, либо скрыто между строк, либо недосказано. Поэтому, кстати, ранние книги Берна, до ставших бестселлером “Игр”, гораздо глубже и серьезнее, а после “Игр” многие намеченные ранее линии не получили развития.

Кроме того, обращаясь к широкой публике, Берн старался писать относительно “просто”. Он ценил свой успех (такова идеология) и берег свою публику, в частности, от дискомфорта, связанного с необходимостью усваивать даже мало-мальски сложные

теоретические рассуждения.

Все это я рассказываю в качестве “общивдания” (ОБъяснение-заЩИта-опраВДАНИЕ, словечко гештальтиста Джона Энрайта) того, что далее я обойдусь с идеями Берна очень вольно. Я, впрочем, предполагаю, что передо мной не стоит задача изложения того, что у Берна и так написано. Стремясь привести концепцию Берна в практически-применимый вид, я буду заниматься ее методологическим анализом и теоретической реконструкцией.

Иными словами, стремясь воплотить дух и реализовать возможности транзакционного анализа, я постараюсь подвести под него новую теоретическую базу.

Несколько иначе можно об этом сказать так. Довольно легко понять схемы и их непосредственный смысл. Берновские схемы обладают к тому же тем преимуществом, что нетрудно не только их понять, но и научиться практически обнаруживать Ребенка, Родителя и прочих персонажей в себе и в других; для этого достаточно двух-трех групповых занятий. Но вот понять, о чем это все, — трудно. Это требует опыта — жизненного, психотерапевтического, интеллектуального.

Мне хочется особенно подчеркнуть, что предлагаемые далее представления — прежде всего обобщение и обоснование (равно как и средство) определенной терапевтической работы. Это про то, что мы с вами можем сделать, чтобы наша жизнь была менее патологичной, более осмысленной и свободной.

## 2.

Схема *эго-состояний* — Ребенок-Родитель-Взрослый, — являющаяся краеугольным камнем транзакционного подхода, совмещает в себе целый ряд совершенно различных психологических идей и действительностей.

В таком соединении различных сторон предмета в одной схеме есть свои преимущества.

В частности, как часто подчеркивает Берн, это простой язык, который может усвоить любой клиент (то есть американец среднего умственного развития) и на котором терапевт после этого сможет с ним разговаривать, указывая ему на моменты,

существенные для аналитического и терапевтического процесса.

Но это хорошо только тогда, когда сам терапевт, осознанно или интуитивно-практически, различает те действительности, которые “сплющены” в схеме. Поэтому мы начнем с того, что рассмотрим, — сначала следуя за Берном, потом все дальше отходя от него, — чему же соответствуют пресловутые “эго-состояния”.

Прежде всего нужно поговорить о самой идее “эго-состояний”. Это очень сильная и совершенно нетривиальная идея. Ведь Берн фактически утверждает, — вопреки одной из основных посылок почти всей гуманистической (да и всякой “здравомысленной”) психологии, — что человек не является единым и целостным: поведение и соответствующие ему физиологические, эмоциональные и умственные состояния человека систематически изменяются таким образом, что это указывает скорее на множественность, чем на единство. Вот как сам Берн об этом пишет:

“Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью ... обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей (позы, голос, точки зрения, разговорный словарь и т.п.) заметно меняются. Поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными. У каждого человека свой набор поведенческих схем соотносится с определенным состоянием его сознания. А с другим психическим состоянием, часто несовместимым с первым, бывает связан уже другой набор схем. Эти различия и изменения приводят нас к мысли о существовании различных эго-состояний”.

На языке психологии эго-состояния можно описывать как систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем. По-видимому, каждый человек располагает определенным, чаще всего ограниченным репертуаром эго-состояний, которые суть не роли, а психологическая реальность”.\*

\* “Игры, в которые...”; я несколько редактирую опубликованный перевод, в частности возвращаю на место важный берновский термин “эго-состояния”, который переводчики ухитрились заменить.

Важно заметить, что сама по себе идея эго-состояний не сводится к берновской “троице” — Ребенок, Родитель, Взрослый. Она гораздо шире и в принципе может быть

реализована (и была реализована) в совершенно иных психологических концепциях.

Остановимся прежде всего на утверждении Берна, что эго-состояния — “психологическая реальность”. Из процитированного отрывка можно понять, что эго-состояния даже *более реальны*, чем так называемая “личность”, и определяют не только психологическую, но до некоторой степени и социальную реальность.

Нетрудно почувствовать, насколько это противоречит большинству психологических теорий и насколько отличается от представлений здравого смысла: с точки зрения последнего, каждый из нас является одним, единым человеком, который “очевидным” образом определяется, с одной стороны, своим физическим телом, с другой — паспортом (водительским удостоверением, счетом в банке и пр., то есть “социальным телом”). Ведь избирательными, скажем, правами наделен какой-нибудь Петр Николаевич Васечкин, а вовсе не его “эго-состояния”. Даже обсуждая идею эго-состояний, мы говорим о “его” эго-состояниях — то есть считаем “его” все-таки более реальным, более “субстанциальным”, а состояния — в соответствии с устройством нашей речи — называем “его” состояниями.

Фактически Берн (хотя, конечно, не только он) утверждает, что “на самом деле” (то есть на психологическом “самом деле”) это не так, что человек не един. И бессмысленно спрашивать, когда он является (и является ли вообще когда-нибудь) “самим собой”: в одном эго-состоянии он представляет собой нечто одно, а в другом — другое.

Как писал популярный поэт, “во мне семь я”, и дальше, — не знаю уж, Берн ли его вдохновил, или просто к слову пришлось, — рифмовал это со словом “семья”.

Полезно сделать здесь несколько ссылок на другие психологические концепции, где более или менее всерьез принимается “реальность” чего-то вроде “эго-состояний”. Прежде всего упомяну психосинтез Ассаджоли, где часто идет речь о “субличностях”. В гештальттерапии Перлза аналогичный феномен называют “частями”, и хотя идеологически проповедуется идеал целостности личности, технически устраиваются целые сцены между ее “частями”; например, их рассказывают по разным стульям (техника “пустого стула”) и предлагают поговорить друг с другом на тему, вызывающую конфликт между ними.

Чуть подробнее мне хочется рассказать здесь о соответствующих представлениях в “эзотерической” концепции Гурджиева-по-Успенскому\*.

\* Я основываюсь преимущественно на книге П.Д. Успенского “В поисках чудесного”, в которой он более или менее подробно и с присущей ему интеллектуальной связностью излагает то, что услышал от Гурджиева; за это он заслуживает большой благодарности, ибо всякий, кто попытается читать другие записи “разговоров” Гурджиева, а тем более его собственные книги, убедится, что это нелегкая работа.

Отсутствие единства личности, ее “множественность” — одно из краеугольных положений этой концепции. При этом ученику предлагается не “поверить” в это положение как в некую далекую от него теорию, а *практически проверить* это посредством самонаблюдения, убедиться в этом для самого себя (для чего предлагаются специальные методы и процедуры).

Предполагается, что когда ученику это удастся, это приведет к двум линиям следствий. Во-первых, перед ним реально встанет — и станет одной из центральных в его работе над собой — задача “объединения себя”. Для решения этой задачи у Гурджиева-по-Успенскому, как и в любой хорошей психотехнической традиции, есть свои средства.

Во-вторых, полностью убедившись для себя (практически, а не абстрактно-теоретически) в том, что психологическая реальность именно такова, ученик будет более адекватно с ней обходиться. Например, он будет осторожнее “подписывать векселя” (Гурджиев отмечает, что некое проявившееся на миг “я” в человеке может подписать вексель, по которому “ему”, то есть всем другим его “я”, придется расплачиваться всю оставшуюся жизнь).

Начавший работать ученик скоро заметит, что вторая линия — более адекватное обхождение с реальностью разделенных эго-состояний, — является одним из важных и мощных методов первой линии: работы объединения, “интеграции”. Одно из ближайших оснований этого состоит в том, что интеграция не обязательно предполагает “гомогенизацию” субличностей, то есть их “сплющивание” в один план, фактически — их взаимную ассимиляцию. Интегрированные личностные структуры

могут иметь иерархическое строение, то есть могут сами “состоять” из субличностей более низкого порядка, но особым образом организованных.

Прежде чем мы расстанемся с этой темой — темой реальности “эго-состояний”, — нужно обсудить еще один довольно сложный *методологический* вопрос.

Приступив к самонаблюдению, мы окажемся перед очевидным фактом, что некая наблюдаемая “реальность” может осмысляться по-разному, в зависимости от теоретических и идеологических представлений наблюдающего (при этом она и наблюдаться будет несколько по-разному, так что при тонком рассмотрении может даже возникнуть вопрос о том, одна ли и та же “реальность” наблюдается, но от этого мы сейчас отвлечемся).

В качестве методологической аналогии схему, через которую человек смотрит на действительность, можно представить как “очки с сеточкой”, причем рисунок этой “сеточки” может быть разным.

Важно понять, что ни в частном факте “реальности”, на которую человек смотрит, ни в фасоне сеточки на очках *нет и не может быть* никакого обоснования “истинности” данного видения. Поменял очки — увидел иначе, вот и все. Истинность, плодотворность и прочие достоинства того или иного видения могут обсуждаться лишь в гораздо более широком контексте.

Почему-то посмотреть без “сеточки” никак не удастся; как писал своим ученикам в Коринфе ап. Павел: “Ныне видим как сквозь тусклое стекло...” Если кто-то скажет, что видит “саму реальность”, то либо это эзотерический Учитель, либо человек, совершенно дремучий в области эпистемологии.

Возвращаясь к нашей теме, мы можем заметить, что факты “множественности личности” или различных “эго-состояний” как психической реальности при другом рассмотрении могут быть “отработаны” как различие “настроений” или даже — то же слово, но в ином значении — “состояний” *одного и того же* человека (субъекта, личности, “я”). Человек может сказать: “Я тогда был усталый (невнимательный, сердитый, обиженный, злой, ребячливый, любящий и пр.)”. При этом предполагается

некое “я”, постоянное и “субстанциальное”, которое меняется в некоторых отношениях в зависимости от “состояния”.

Мы можем говорить, что “я” нахожусь в каком-то состоянии; например, “я испуган”. А можем говорить про реальность “эго-состояния”, например, Ребенка, который боится агрессии. “Я” может измениться: “Я взял себя в руки и перестал бояться”. И то же самое можно описывать как другое “эго-со-стояние”: Взрослый (воплощенный в теле того же человека и появившийся при определенных условиях) хорошо знает, что бояться нечего, что этот “страшный убийца” не вылезет из экрана телевизора и “физически” не сделает детям, которые смотрят “ужастик”, ничего плохого.

Так вот, возвращаясь к Берну, мы должны отметить, что он предлагает такие “очки”, сквозь которые “эго-состояния” видятся как “психологическая реальность”. И это, скажу еще раз, — очень сильная и совершенно нетривиальная, необычная, противоречащая обычным представлениям здравого смысла идея: человек не един, человек представлен в виде *различных “эго-состояний”, он в каждый момент либо Ребенок, либо Родитель, либо Взрослый.*

Теперь мы должны посмотреть, на каком основании из множества возможных “эго-состояний” Берн выбрал именно эти, откуда появились и что означают эти берновские фигуры — “Родитель”(Р), “Ребенок” (Д=Дитя) и “Взрослый” (В).

### 3.

В ряде книг Берн пытается предложить некоторые теоретические обоснования своей схемы. Одно из них — представление об археопсихике, неопсихике и экстеропсихике. Вопрос о том, какова мера иронии в этих берновских неологизмах (как и в прочих его построениях) может стать предметом индивидуальной трактовки. Моя российская ментальность иногда наводит меня на мысль, что доля эта гораздо больше, чем среди последователей Берна принято предполагать. В конце концов, Берн ведь только притворяется американцем...

Тем не менее я сделаю попытку рассмотреть эти понятия всерьез, поскольку, как говаривал один читатель Берна, “в каждой шутке есть доля шутки”.

Представления об “археопсихике” (которые Берн фундирует милыми сердцу простого американца ссылками на “науку” — на опыты Пенфилда) скрывают за собой известную уже Фрейду регрессию и различные ее варианты. Между тем для каждого, кто знаком с транзакционным анализом, очевидно, что регрессивные состояния — это не то, что имеется в виду под эго-состоянием Ребенка.

В книге “Транзакционный анализ и психотерапия” Берн приводит ряд ярких примеров функционирования “археопсихики” у психических больных. Неважно, реальные ли это примеры или берновские конструкции; важно, что примеры эти воспринимаются как яркая психопатология. Между тем пребывание в эго-состоянии Ребенка (как и прочих) рассматривается в транзакционном подходе как совершенно “нормальное”.

Впрочем, обсуждение сложной проблематики состояний сознания здесь не вполне уместно. Как мы увидим, она лежит несколько в стороне от действительной сути берновских эго-состояний (во всяком случае в том понимании, которое я буду дальше излагать).

Если “неопсихика”, дающая человеку возможность адекватно действовать в реальной ситуации, противопоставляется Берном “археопсихике” как уходу в прошлые, пережитые ранее состояния, то “экстеропсихика” явно лежит в другой плоскости.

“Экстеропсихика” — это воздействие других людей (прежде всего родителей), которое человек до такой степени принимает внутрь себя, что оно из внешнего превращается во внутреннее. Какая-то его “часть” приказывает “ему”, просит “его”, угрожает “ему”, требует от “него” и т.п. Берн часто ссылается здесь на слышимые “в уме” голоса (родителей или других старших), сначала приводя в пример шизофреников, а потом и обычных, “нормальных” людей.

Берн указывает и на другой механизм, определяющий функционирование эго-состояния Родителя — подражание реальным родителям или воспитателям. Таким образом термин “Родитель” приобретает два совершенно различных смысла — действие под влиянием родительских указаний (или слышание этих указаний в уме), и собственное “родительское” поведение.



Что общего у двух столь разных психических феноменов, что дает возможность объединить их в одном термине?

В психологической школе Л.С. Выготского это явление получило название *“интериоризации”* — *“вбирания”* психикой индивида “внутрь себя” элементов ситуации, которая первоначально разворачивается во внешнем плане, — например, той же коммуникации с родителями или воспитателями. Интериоризация позволяет индивиду как продолжать принимать Родительские наставления, когда реальных родителей нет поблизости, так и самому быть Родителем.

Мне кажется, что именно в идее “экстеропсихики”, понимаемой в смысле интериоризации, Берн ближе всего подходит к сути того, что является наиболее “фирменным” в транзакционном анализе и на что, собственно, указывает само его название: здесь обнаруживается *идея коммуникативного подхода к психике*.

Берн явно и очевидно принадлежит к тем психологам (к ним можно причислить также Грегори Бейтсона и его школу, Милтона Эриксона, из русских психологов и философов — Л.С. Выготского, М. Бахтина и др.), которые полагают, что в самой сердцевине психических процессов человека лежит коммуникация: не в качестве вторичного поведенческого феномена, а в качестве наиболее фундаментального основания личностных структур.

Элементы берновской схемы — Родитель, Взрослый и Ребенок — это прежде всего *интериоризация элементов внешних, “реальных” трансакций*, то есть “вбирание в себя” индивидом тех взаимодействий, которые первоначально разворачиваются между различными индивидами. Для более подробного рассмотрения этого аспекта берновской схемы полезно привлечь концепцию Б.Ф. Поршнева — замечательного теоретика, который мог бы при других условиях стать основоположником крупнейшей психологической школы (“Он в Вене был бы Фрейд, в Швейцарии — Карл Юнг, у нас...”). У нас он был историком, занимался народными восстаниями средневековья и за это был терпим начальством, а в качестве хобби решал проблему происхождения человека.

Он мыслил в совершенно “правоверных” терминах, в рамках павловских “сигнальных систем” (тем ярче его ни в какие ворота не лезущие прозрения). Вопрос звучал так:

качественной особенностью человека и всего человеческого является “вторая сигнальная система”; вторая сигнальная система может возникнуть только из первой (не бог же создал); но из первой, сколько ее ни развивай, вторая сигнальная система с ее качественной спецификой не выводится: парадокс новообразования в развитии.

И ответ Поршневу нашел в особом (в нашем контексте не так важно, как именно это у него описано) соединении *двух* “первых сигнальных систем”. Иными словами, две дочеловеческие особи при определенных условиях начинают взаимодействовать “не-первосигнальным” образом.

Первый, решающий момент такого соединения состоит в “*интердикции*”, посредством которой одна особь “выключает” функционирование первой сигнальной системы другой особи, так что та перестает быть “организмом-в-среде” и переходит в состояние “коммуникативного приема”. Раскручивая спираль интердикций, контр-интердикций и контр-контринтердикций по гегелевской схеме триады и предполагая возможность интериоризации одной особью всей ситуации на каждом этапе развертывания, Поршневу получает *суггестию*, которую и объявляет основополагающим феноменом второй сигнальной системы.

На обычный язык это можно перевести следующим образом. Человека характеризует прежде всего использование речи. Речь, которая кажется более или менее отображающей внешний мир вообще и ситуацию человека в частности, возможна и нужна лишь в силу этого “более или менее”: если бы речь была буквальным отображением внешней ситуации, она была бы бесполезной. В “разрыве” этого “более или менее” находится самое главное: речь несет в себе специфические, только людям (в отличие от животных) свойственные *социальные отношения*, отношения людей друг к другу. Суть этих отношений — *суггестия*: люди управляют друг другом не как биологические организмы, а как социальные существа; это и выделяет человека из мира животных.

Полезно здесь заметить, что в рамках этих представлений человеческая социальность принципиально отличается от существующих в мире животных (на самых разных уровнях развития, от пчел до горилл) паттернов коллективного поведения. Суть этого отличия состоит именно в интериоризации: человек “вбирает” в себя социальные отношения, становится не только их “объектом”, но и их “субъектом”.

Взаимодействия между людьми, будучи интериоризованными, то есть собранными и разыгрываемыми в одном индивиде, — это и есть человеческая *психика*. Сущность этих взаимодействий — по Поршневу — есть суггестия.

Суггестия состоит в том, что один организм начинает управлять поведением другого организма, который при этом ведет себя *не в соответствии с собственным приспособлением к среде*, то есть не по принципу первой сигнальной системы, а *в соответствии с требованиями или запросами другого*. В этом Поршневу и видит основу и сущность “второй сигнальной системы”, попросту — речи.

Дальше у Поршнева также раскручивается триада, дополняющая суггестию контр-суггестией и контр-контр-суггестией, но об этом необходимо поговорить гораздо подробнее, поскольку это приводит нас назад к берновской схеме.

В заимствованном у Поршнева языке можно сказать, что элементы берновской схемы изначально задаются двумя *фундаментальными суггестиями*: Д-Р и Р-Д. Первая — просьба о помощи, с которой ребенок (будущий Ребенок) обращается к родителю (будущему Родителю). Вторая — управление поведением, которое родитель (будущий Родитель) осуществляет по отношению к ребенку (будущему Ребенку)\*.

\* Имеется в виду, что эго-состояния, которые, в соответствии с берновской традицией, мы пишем с большой буквы, появляются при интериоризации определенной внешней суггестивной ситуации.

Тут необходимы некоторые оговорки. Помощь детенышам и научение их определенному поведению являются неперенным атрибутом жизни млекопитающих, и все это может происходить на чисто “первосигнальном”, инстинктивном уровне. В отличие от этого человеческая коммуникация обязательно включает в себя элемент *произвольности*. Грубо говоря, когда “человеческий детеныш” плачет и родители бегут ему на помощь, — это еще не коммуникация и не суггестия. Путь к коммуникации начинается тогда, когда ребенок обнаруживает, что плачем (и другими коммуникативными средствами) он *может позвать*

родителей.

Точно так же, когда женщина инстинктивно хватается ребенка за шиворот и выдергивает из-под машины, — это еще не коммуникация. Коммуникация начнется, когда она закричит ему: “Я кому сказала, не выходи на улицу?!” (Впрочем, это уже довольно сложная, развернутая форма коммуникации, к которой мы должны будем подойти, введя предварительно ряд промежуточных понятий.)

#### 4.

Два фундаментальных типа суггестии позволяют развить несложную “алгебру” соответствующих позиций. У нас есть Адресант — тот, кто осуществляет суггестию, и Адресат — тот, кому она направлена. Ребенок, запрашивающий помощь, в качестве Адресанта суггестии может быть назван Помогантом, а Родитель, к которому обращен запрос, — Помогателем. Родителя, отдающего “ценные указания”, можно назвать Руководителем; Ребенка, который эти указания выполняет, — Послушником (у Берна это — Адаптивный Ребенок).

К этим двум фундаментальным типам суггестии можно добавить перестановку ролей в тех же отношениях. Ребенок, запрашивающий указаний, — “Указант”; полная формулировка запроса Указанта (далее мы увидим, что эта формулировка включает то, что в теории коммуникации называется “маневром” — назначение Адресанту и Адресату соответствующих ролей) может расшифровываться так: “Давай я буду Ребенком, а ты — Родителем, ты мне скажешь, как мне вести себя в определенной социальной ситуации, а если что-то будет не так, я не отвечаю”. Все это может быть “упаковано” в произнесенную соответствующей интонацией фразу: “Ма-ам, а у тети Маши конфетку можно взять?”

Родитель, сам выступающий инициатором помощи, — “Благодетель”. В этом случае интересно, что хотя помощь может быть чисто физической, — взяли за шиворот и вытащили из лужи или пришли в гости к бедному сынишке с его женой и подарили видеодвойку, — казалось бы, без всяких слов, без всякой “коммуникации”, — сама эта помощь, если речь идет не о котенке, а о человеческих отношениях, “назначает” Адресата Ребенком — “Благоприемником”.

Если *ядром* трансакций Д-Р и Р-Д являются соответствующие формы суггестии, то

оболочкой, не менее важной для формирования трансакции, служит то, что Джей Хейли (ученик и сотрудник Г. Бейтсона) называл “коммуникативным маневром”\*: каждая коммуникация, каждое *обращение* содержит в себе назначение коммуникативных ролей, которые могут не совпадать с ролями, назначаемыми *содержанием* коммуникации.

Вот яркий пример такого несовпадения. В игре двух мальчиков один может назначить другого “главным”, но в этом есть некий подвох: главный-то он главный, но назначил-то его другой. Если он польстится на “назначение” и примет его, вместе с этим он примет и саму коммуникацию, в которой роль “назначающего”, то есть “еще более главного”, отведена не ему. Не правда ли, очень похоже на игры в “большую политику”?

\* Haley, J. *Strategies of Psychotherapy*, N. Y. 1963.

Таким образом, трансакции Р-Д и Д-Р суггестивны в двух смыслах: во-первых, по содержанию (“Ма-ам, хочу писать!” — и маме приходится оставлять гостей или телевизор и идти помогать чаду; “Немедленно отправляйся спать!” — и тут уже чаду приходится оставлять телевизор или гостей и ложиться спать), во-вторых, по назначению коммуникативных ролей (в предыдущих примерах они явно просматриваются).

Поршневу обращает внимание на важную особенность суггестии. Если язык, на котором произносится текст (или язык жестов и т.п.), человеку известен, он на каком-то уровне совершенно незащищен перед суггестией: он не может ее не принять. В следующий момент он может с ней как-то обойтись, например посредством контр-суггестии прервать исполнение (об этом мы будем подробно говорить дальше), но это уже *следующее* действие, следующая коммуникативная фаза, сколь бы мал ни был промежуток времени между ними. Более того, это происходит уже как бы “из другого места” психики (Поршневу полагает, что это и нейрофизиологически “другое место” мозга).

Если выполнению содержания суггестии многое может препятствовать (например, спонтанная “установленность” организма на что-то другое), то принятие роли, назначаемой коммуникативным маневром, происходит гораздо быстрее и непосредственнее: это ребенок усваивает вместе с усвоением речи, и “отстройка” (то

есть, как мы увидим дальше, Взросление) происходит медленно.

### 5.

Теперь необходимо поговорить о контр-суггестии. Наша задача проще, чем у Поршнева: мы можем ограничиться ее онтогенезом, то есть развитием такой способности у социализирующегося ребенка.

“Неповиновение” может возникнуть первоначально просто как сбой “повиновения”. Девочка на прогулке спонтанно хочет залезть в лужу, мама сзади кричит ей “Не лезь!”, и исход может зависеть от самых различных причин. В конце концов, девочка может быть так увлечена своей затеей, что просто не слышит маму. Пока что ситуация совершенно аналогична прогулке с собакой, которая убегает полаять на другую собаку; хозяин ее отзывает, и успех или неуспех его призыва зависит, грубо говоря, от силы соответствующих условных и безусловных рефлексов (да простят мне замечательные, вовсе не столь примитивные звери это огрубление).

Дальше следует (как это ни смешно, но можно услышать в каждом дворе) текст “Я кому сказала?!”, и вот здесь различие между ребенком и собакой становится решающим. Для собаки этот текст мало чем отличается от “поди сюда” (то есть для собаки это вообще не “текст”, а “сигнал” или “стимул”). У ребенка же этот текст (пока не успел надоесть до превращения в “пустой звук”) формирует то самое “кому”, которому можно сказать.

Мама-то однозначно “знает”, что девочка “не слушается”. И она уж сумеет передать ей это знание! Интериоризировав эту коммуникацию, девочка обнаруживает, что может послушаться, а может не послушаться. У нее появился *выбор* (а у Ф. Перлза — экзистенциальный аспект гештальттерапии). Позже мы увидим, что это — один из этапов формирования Взрослого.

Таким образом, на суггестию можно ответить как послушанием, так и *непослушанием, контр-суг-гестией*.

Поскольку же мы различили суггестию-по-содержанию и предложение коммуникативной позиции (“маневр”), читатель без труда сумеет расписать четыре варианта реакции.

На контр-суггестию (далее для краткости к-с) следует контр-контр-суггестивный ответ (далее — к-к-с). Мама (осуществляющая социализирующее воздействие культуры) не просто усиливает суггестию, бросая на “суггестивную” чашу весов дополнительные силы; она усложняет саму структуру коммуникации. В результате интериоризации этой более сложной коммуникативной структуры у ребенка формируются новые, более сложные личностные структуры. К-к-с — это не усиление первоначальной суггестии, это обращение *к центру сознания и ответственности* в ребенке (то есть формирование и укрепление этого центра); можно воспользоваться здесь термином “эго”, не слишком далеко уходя от общего знаменателя распространенных (в том числе в психоанализе) употреблений этого термина. Конечно же, это тоже очередной этап формирования Взрослого.

“Доводы” к-к-с можно разбить на три больших класса: указание на возможные *последствия в мире*

(“Промочишь ноги и испачкаешь новое платье”), из которых впоследствии разворачивается Взросление; перспектива *оценки*

Адресата (“хорошие девочки слушаются маму и не лезут в лужу”), где формируется одна из центральных берновских тем — “О'кей ли я?”; и возможное *произвольное*

(со стороны Адресанта)

*наказание*

или

*поощрение*

(“если не будешь слушаться, мама не будет тебя любить, а папа не купит мороженого”).

Последние два класса составляют основу сценарных решений, препятствующих Взрослению, и вообще всяческой психопатологии.

## 6.

До сих пор мы говорили о суггестивных отношениях, связывающих Ребенка и Родителя, и лишь намекали на особое положение Взрослого. Действительно, Взрослый — это та личностная структура, которая непосредственно неподвластна суггестивным отношениям.

Важно, что эта “неподвластность” — не “до”, а “после”. Это не псевдогуманистический идеал спонтанности “организма-в-среде” — “испуганного идиота”; все человеческое, повторим мы вслед за Поршневым, начинается с суггестии. Взрослый особым образом

ассимилирует суггестию, вбирает ее в себя, “снимает” (в философском смысле слова).

Здесь мы в значительной степени отходим от буквы теоретических представлений Берна, зато приближаемся к его практике: как известно, вся транзакционная терапия базируется на усилении и укреплении эго-состояния Взрослого. Взрослый для нас — не столько “информационный процессор” (как часто можно понять по берновским пояснениям), сколько субъект *выбора и ответственности*.

Рассмотрим структуру коммуникации, характерную для Взрослого, на следующем примере. Мальчик выбегает на улицу, мама вслед кричит ему: “Надень куртку, на улице холодно!” Это яркий пример того, как семантический аспект транзакции (про погоду на улице и про куртку) отличается от прагматического (“Ты, несмышлениш, сам не можешь сообразить, как тебе одеться, и я буду тебе указывать”). Адресату назначается позиция “Послушаника” или “Неслуха”; кажется, что любой вариант поведения реализует одну из них, поскольку такая коммуникация отрезает ему собственный “доступ” к куртке: если наденет — значит послушался (“Ага, образумился наконец!”), не наденет — не послушался.

Взрослый, прежде всего, должен *принять эту коммуникацию как значимый факт*. Есть сильное искушение “пропустить мимо ушей”, но Взрослый (в отличие от Ребенка) не может себе этого позволить. К нему обратились, и он это слышал. Поскольку предлагаемая позиция его не устраивает, он должен как-то обойтись не только с содержанием суггестии, но и с самим фактом суггестии (с ее прагматикой, с “маневром”) — то есть *выйти в мета-коммуникацию*.

Возможный выход состоит в том, чтобы остановиться, вернуться к маме (может быть, поцеловать ее в щечку) и сказать с ласковой улыбкой: “Ах, мама, как ты замечательно обо мне заботишься!” Этим контр-маневром (термин Джея Хейли) куртка и погода исключаются из разговора, дается ответ на возможную обиду (“Он меня просто не слышит!”), принимается позиция Взрослого (“Я вполне сознаю свою среду, реагирую на нее адекватно, то есть в данном случае замечаю заботу о себе и благодарен за сам факт, не касаясь таких мелочей, как куртка и погода”) и партнеру также предлагается позиция Взрослого: доброй заботливой матери (вместо Обиженного Ребенка, каким чаще всего на деле является Фрустрированный Родитель).



Последнее очень важно: в коммуникации Взрослый обращается всегда ко Взрослому\*. Ребенок обращается к Родителю, а Родитель — к Ребенку.

\* Здесь необходимо обратить внимание, что эти термины постепенно получают у нас специфическое теоретическое содержание, — они начинают обозначать определенные позиции в суггестивном “раскладе”, — и при этом совершенно не касаются, например, физического возраста партнеров по коммуникации. Хороший воспитатель как раз отличается умением использовать каждую возможность обратиться к Взрослому в своих питомцах; для этого он сам должен располагать большими запасами Взрослости.

Можно было бы, несколько уточняя терминологию, называть “коммуникацией” именно транзакцию Взрослый-Взрослый, оставив для остальных транзакций термин “суггестия” и производные. Как мы видели на примере, Взрослая коммуникация обязательно включает в себя мета-коммуникацию по поводу реальных и возможных суггестивных отношений, она как бы “гасит” суггестию и ее производные. В этом ее огромный психотерапевтический потенциал, на который обращает внимание Берн\*\*.

\*\* Она же обеспечивает значительную долю психотерапевтичности недирективной коммуникации по Роджерсу.

Таким образом, Взрослый — новая стадия развертывания личностных структур, которые, как не раз говорилось, являются интериоризацией внешних — суггестивных и коммуникативных — ситуаций.

Можно сказать, что берновский Взрослый (в том широком понимании, о котором у нас идет речь) — это довольно точный аналог перлзовского человека, отвечающего за себя и способного на самого себя опираться (self-support). Только Взрослый обладает способностью выбора и свободой в собственном смысле слова.

“Организм-в-среде” — центральное понятие (ложного) самоосознания гуманистов, — живет в “здесь-и-теперь”, потому что, по определению, не “знает” и не может “знать” ничего иного. Он целиком *находится в ситуации и полностью детерминирован ею*. Его “спонтанность” — не более чем реагирование на внутренние и внешние стимулы, модифицируемое текущей установкой\*.

\* На эту ловушку “гуманистической” психотерапии обращал внимание В. Франкл.

Ребенок и Родитель живут в суггестии и ее производных. Суггестия вырывает их из детерминированности средой, присущей организму-в-среде, но детерминирует по-своему.

Претендовать на свободу может только Взрослый, посредством мета-коммуникации выходящий за пределы суггестии, но не назад, в псевдо-спонтанную “ситуацию” перлзовской антилопы, а в *мир*, в котором он может произвольно действовать и который он может благодаря этому познавать.

Суггестия, таким образом, является первым шагом к произвольности, так как вырывает индивида из среды. Вторым шагом служит развертывание контр-суггестии и ее производных, впервые формирующее возможность выбора. Но здесь нет еще свободы содержания (поскольку оно задано исходной суггестией), и выбор сводится к выполнению или невыполнению суггестии.

Свобода по отношению к содержанию появляется при выходе в мета-коммуникацию, где могут сопоставляться и противопоставляться различные суггестивные, контр-суггестивные и контр-контр-суг-гестивные “ходы” и “маневры”.

Мета-коммуникация является таковой, поскольку не создает ни суггестивных отношений, ни, соответственно, содержания. Зато она может широко пользоваться сопоставлениями тех содержаний, которые “добыты” предыдущими стадиями. Но как специфическая позиция, не принимающая и не отвергающая суггестию, как особое состояние “взвешенности” или “остановленности”, она делает индивида *свободным в обращении с этим содержанием и с самим собой*.

## 7.

Есть еще один, достаточно очевидный теоретический источник берновской схемы Р-В-Д. Речь идет об известной фрейдовской структурной схеме личности — Id (Оно),

Его (Я) и Superego (Сверх-Я). Хотя Берн всячески подчеркивает, что его схема *отличается* от фрейдовской своей эмпиричностью, психоаналитическая *основа* просматривается вполне явно. В конце концов, долгие годы психоаналитического обучения не могли пройти даром.

Наиболее полна аналогия между берновским Взрослым и фрейдовским Его как “функцией реальности”. Берновский Родитель хотя и несет многие черты фрейдовского ригидного Superego (в особенности в картине собрания зануд, именуемого “родительским комитетом”), но имеет и другие функции (например, функцию заботы, о чем у нас пойдет речь далее). Берновский Ребенок, живой и эмоциональный (не в качестве “археопсихики”, разумеется), дальше всего от “бред-сознательного” Id.

Эвристическое (по меньшей мере) использование схемы Фрейда вполне объясняет, почему “эго-состояний” у Берна всего три, хотя коммуникативных позиций, которые через них проявляются, гораздо больше. Но почему в теоретической схеме Берна речь постоянно идет о “Ребенке” (Child), а не, скажем, о подростке (хотя эмпирического материала, связанного именно с подростками, у него очень много) или не о других “возрастах” и этапах развития? Почему абстрактные поршневатские суггестивные схемы, которые мы (несколько развернув их) сопоставили с берновской триадой, так хорошо соответствуют в конкретности именно возрасту Child, а при попытке применить их к более поздним фазам развития кажутся крайне узкими, поскольку уже со школьного возраста появляются другие фигуры (например, фигура Учителя), к этим схемам явно отношения не имеющие? И почему берновские схемы так “психотерапевтичны”, причем особенно в той действительности, которую всякий профессионал интуитивно-безошибочно связывает с фрейдовской проблематикой?

В качестве ответа на эти вопросы я рискну высказать гипотезу, которая состоит из двух частей — общей и частной.

Общая часть касается идеи развития, принимаемой и разрабатываемой многими психологическими школами. В психологической литературе (если брать наиболее серьезные, классические тексты) можно обнаружить большое разнообразие схем развития. Методологический анализ позволяет выяснить, что это объясняется не только (и даже не столько) различием теоретических средств описания, сколько тем простым фактом, что в различных подходах речь идет о разных “развивающихся

объектах”. В одних концепциях рассматривается развитие биологического или “биопсихического” организма, в других — сексуальности, в третьих — “высших психических функций” и т.д. и т.п. При этом нет ни одной концепции (если, повторяю, говорить о серьезных работах), где описывалось бы развитие ЧЕЛОВЕКА КАК ТАКОВОГО.

Это и естественно. Человек — если взять простое и емкое определение В. Франкла — есть трансценденция, и, как таковая, человек *не может “развиваться”*. Трансценденция есть выходение за собственные пределы — не эволюционное, не “революционное”, а принципиальное. Идея трансценденции исключает идею развития. Развиваться может лишь “объект”, а человек (в собственном смысле слова) не есть объект и не может (а также не должен) быть представлен как объект.

Но зато можно говорить, что “в” человеке многое развивается, проходя свои фазы и стадии, и кое-что из этого описывается в различных психологических концепциях. Можно условно называть это развитием различных “аппаратур” в человеке, понимая под “аппаратурами” и высшие психические функции по Выготскому, и либидо по Фрейду, и такие “пневматологические” функции, как способность и искусство христианской молитвы или буддийской медитации, и т.д. и т.п.

Теперь можно перейти к частной стороне гипотезы. Она состоит в предположении, что схема Бер- **С. 357**: на относится преимущественно к становлению и развитию такого специфического психического аппарата, как Эго в том смысле, о котором речь шла ранее: в смысле того, “кому можно сказать”, то есть Адресата и Адресанта фундаментальных суггестии. Как правило, в нашей культуре это происходит в раннем детстве, в возрасте между двумя и пятью годами.

Можно показать (хотя здесь для этого нет места), что фрейдовская структура личности также коммуникативна по своей сути, и его Эго в своем дотерапевтическом состоянии приблизительно соответствует понятию “Эго” в нашем смысле, а достигнув идеального развития, то есть овладев содержательным материалом Id и Superego, вполне соответствует берновскому Взрослому в нашей трактовке, как способности мета-коммуникации.

Становление и развитие Эго можно рассматривать как процесс складывания, разворачивания и интериоризации коммуникативных ситуаций, сущность которых мы

описывали ранее, воспользовавшись схемами Б.Ф. Поршнева. Этот процесс мог бы быть исследован и описан в рамках методологии, подробно разработанной Л.С. Выготским, — если применить эту методологию к довольно неожиданному для школы Выготского материалу.

Психопатология того типа, которым преимущественно занят Берн, — следствие различных нарушений в этом процессе развития Эго. Таким образом, подробное теоретическое и методическое описание этой патологии предполагает анализ не только самого процесса становления и развития Эго, но и возможных отклонений и нарушений в этом развитии.

Здесь мы можем, разумеется, лишь приблизительно наметить некоторые направления такого анализа с оглядкой на берновские концепции “игр” и “сценариев”.

### 8.

Книга про “игры, в которые играют люди”, сделала Берна знаменитым. Это была едва ли не первая серьезная книга по психологии, ставшая в Штатах бестселлером, то есть дошедшая до очень широких кругов читающей публики. Довольно скоро она была переведена у нас (разумеется, в рамках самиздата) и также произвела (среди тех, кто читал самиздат) огромное впечатление.

Но через некоторое время, опомнившись от ошеломляющего узнавания в берновских персонажах своих ближних (многие поначалу в пылу энтузиазма были готовы узнавать в пронзительных берновских описаниях даже и самих себя), мы оказались перед выбором: нужно было или что-то с этим сделать, или незаметно для себя все это как бы забыть.

Многие из нас пытались “работать с играми”; но работа не получалась, поскольку оказалось, что Берн не объяснил толком ни что такое эти самые “игры”, ни тем более что с ними делать.

Наиболее ясные определения можно найти в последней книге Берна “Секс в человеческой любви”. Адресант предлагает Адресату “наживку”; Адресат, имея

“слабинку”, попадаетея: первая транзакция состоялась. Но затем происходит “переключение”, которое проявляет тот факт, что за внешней, “социальной” транзакцией стояла другая, с совершенно иным распределением ролей. Когда это обнаруживается, следует расплата.

Впрочем, самый поверхностный анализ без труда установит, что значительное число описаний в “Играх, в которые...” этому определению не соответствует.

Первое, чисто эмоциональное ощущение, которое у меня появилось, когда мне удалось сформулировать для себя собственную теорию берновских игр (и тем самым получить надежду избавляться от них регулярным и систематическим образом, как я к тому времени уже более или менее умел работать с перлзовскими “невротическими механизмами”), — это восстановление ошеломляющего впечатления от того, насколько вся ткань нашей жизни ими пронизана.

Что же такое игры-по-Берну?

Общее определение игровой транзакции таково: это предложение коммуникативной позиции (Р, Д или В, со всеми их модификациями и конкретизациями) и вместе с тем отказ в ней, как правило, сопровождающийся фрустрацией. Отказ иногда (но необязательно) происходит в момент переключения, но в любом случае он заложен в транзакцию с самого начала.

Рассмотрим с этой точки зрения несколько примеров типичных берновских игр.

Одна из распространенных игр — “Это все из-за тебя”. У Берна она описана так. Жена говорит мужу, что из-за него она не может жить “светской жизнью”, участвовать в какой-то общественной деятельности: он-де ей не позволяет. Затем выясняется, что она сама боится выходить из дома “на люди”, стесняется, например, пойти в школу танцев; но, чтобы оправдать свое домоседство, цепляется за то, что якобы ей этого не позволяет муж.

Как это устроено с точки зрения нашего определения? Жена как бы предлагает мужу позицию Родителя, то есть право разрешать или не разрешать ей куда-то ходить; она при этом — Ребенок, который якобы этого Родителя слушается. Но реально она не собирается его спрашивать, можно ли ей пойти на вечеринку: она сама заранее знает, что не пойдет. Однако при этом она проецирует функцию запрета на мужа, хотя на самом деле не признает за ним позицию Родителя, который мог бы ей что-то “разрешать” или “не разрешать”.

Тут могут быть тонкие различия, и в каждом отдельном случае нужно проверить, действительно ли имеет место такая игра или происходит нечто, напоминающее ее по внешнему рисунку, но по сути совсем иное. Проверкой здесь могла бы быть попытка реального управления со стороны мужа, которого жена назначает Родителем. Если бы, например, он попробовал в одном случае разрешить, а в другом случае не разрешить ей пойти в гости или на вечеринку, и если с ее стороны это действительно игра, то она бы сразу и очень определенно дала понять, что на самом деле она его разрешения не спрашивает. Она дала бы сигналы, что никакой реальной возможности управления он не имеет.

По этим сигналам мы можем увидеть, что положение дел именно таково: позиция Родителя мужу *как бы* предлагается, но вместе с тем, если он попы- С. 361: тается ее реализовать, ему в ней будет отказано; тут и возникнет фрустрация.

Как правило, опытный Адресат этой игры до такой явной фрустрации дело не доводит, он *заранее* фрустрирован в своей попытке управлять ситуацией (Фрустрированный Родитель). В семьях это часто проходит под лозунгом “Он у нас такой”; лозунг, разумеется, не нуждается ни в подтверждении, ни тем более в опровержении.

Следующий пример — тоже известнейшая берновская игра “Да, но...”. Адресант как бы просит совета, но на любой совет отвечает, что он не подходит.

Опять же возможна реальная ситуация, когда у человека в жизни возникают какие-то сложности, он просит у знакомых совета, получает их и оценивает, подходят они или нет. И, конечно же, почти всегда окажется, что большинство советов на самом деле не подходит (ведь разобраться в чужих делах нелегко).

Но игра в “Да, но...” — это совершенно другая вещь. Здесь советы не принимаются заранее, так сказать “с оплаченным ответом”: совет запрашивается не для того, чтобы его — в случае, если он подойдет, — использовать. Адресант, играющий в “Да, но...”, вообще не рассматривает советы, которые получает, “по делу”; он ищет, как их “отбить”. Адресату предлагается позиция советующего, но в то же время ему в этой позиции отказывают. Содержание его советов здесь вообще несущественно. Опять та же схема — предложение транзакционной позиции и одновременно отказ в ней.

Часто эта игра проходит с дополнительным акцентом на фрустрации: “И вам тоже не удалось!” Этот последний лозунг сам по себе тоже соответствует нашему определению игры; эту игру можно было бы назвать “жертва Дракона”. В полном виде это звучит так: “Многим уже не удалось спасти меня от этого Дракона; посмотрим, может быть, вам удастся”, с заранее известным ответом: “Нет, и вам не удалось”.

В другом варианте Адресант может, забывшись в азарте, недостаточно скрыть дух соревновательности, который проявится, например, в интонации. Это своеобразный вариант “Колобка”: “Я от бабушки ушел, я от дедушки ушел, и вас я переиграю, когда вы попытаетесь меня выковырнуть из уютного гнездышка моих трудностей”.

Во многих случаях Адресант играет в *свою* игру, которая является *дополнительной* к игре Адресанта. Иными словами, Мистер Блэк становится Адресантом в игре мистера Уайта постольку, поскольку сам является Адресантом дополнительной игры.

Типичным примером (обобщающим, кстати, многие берновские игры) может служить описанная Перлзом игра двух “собак” — “собаки сверху” и “собаки снизу”, topdog и underdog. Мы рассмотрим ее как игру экстерииоризованную, межличностную (Перлз чаще рассматривал ее как игру между “частями” в одном и том же индивиде).

“Собака сверху” в роли Родителя дает Ребенку какое-то указание, заранее имея в виду, что оно не будет исполнено. Вроде: “Я тебе сколько раз говорила, чтобы ты...” — с пометой, передаваемой интонациями, привычными отношениями и пр., что и в этот раз указание не будет выполнено.

У “собаки сверху”, если это, например, бабушка по отношению к непослушной внучке, в



качестве мотива игры может быть, например, желание лишней раз сказать ей: “Вот какая ты нехорошая!” то есть, по сути, это Детская трансакция по формуле игры “Посмотри, что ты со мной делаешь”. Другой возможный мотив — снять с себя ответственность: “Я тебе сказала, и теперь, когда мама придет и будет недовольна, виновата будешь ты, а не я!”

“Собака снизу” принимает указание, не собираясь его выполнять. В таком положении у нее, с одной стороны, есть Родитель, который “лучше нее” знает, что ей нужно делать, но, с другой стороны, она имеет и чувство псевдосвободы. Будучи как-бы-Ребенком, “защищенным” от внешней реальности указаниями бабушки, внучка при этом как бы и свободна, потому что вольна этих указаний не выполнять.

При всем этом бабушка в роли “собака сверху” знает, что она обращается к “собаке снизу”, а внучка в роли “собака снизу” знает, что она имеет дело не просто с бабушкой и ее указаниями, а именно с “собакой сверху”. Они играют эту игру вдвоем, они “притерлись” друг к другу. Адресант находили Адресате добровольного исполнителя нужной ему роли, потому что сам является Адресатом его дополнительной игры.

Подобным образом осуществляется взаимодействие “Спасателя” и “Нарушителя” в играх типа “Алкоголик” или “Полицейские и воры”, которые являются специфицированными вариантами перлзовских “собак”.

## 9.

Не стоит предполагать, что для Адресанта ситуация игры-по-Берну — нечто вроде интриги: Адресант-де обманывает Адресата. Так может показаться только обиженному (то есть не способному реально оценить ситуацию) Адресату. И не дай бог ему из этой позиции изображать “терапию” или “Р-работу” — ничего, кроме дальнейшего развертывания системы игр, из этого, разумеется, получиться не может.

Но намеренная интрига — не “игра” в берновском, вообще в психологическом смысле; это “внешняя политика”, которая может быть той или иной, в частности, этической или неэтической, но это уже совершенно другой разговор.

“Игра” же со стороны Адресанта (точнее, реально занимающегося им терапевта) выглядит совсем не так. Когда Адресант предлагает Адресату определенную позицию и в то же время отказывает в ней, это соединение предложения и отказа для него является вынужденным, компульсивным: он не может предложить, не отказывая; вместе с тем, заранее зная, что откажет, не может не предлагать. По-видимому, фактором, вынуждающим к такому поведению, является определенный внутренний конфликт.

Чтобы понять внутреннюю ситуацию Игрока, нужно обратиться к обобщенным фрейдовским представлениям о структуре поведения (наиболее ясно они изложены в “Очерках о сексуальности”, хотя имеют гораздо более общее применение).

Из фрейдовских описаний сексуального поведения можно извлечь следующую структуру всякого *человеческого* (в отличие от животного) поведенческого акта.

Во-первых, имеется *активное стремление* к определенному поведению. Во фрейдовских схемах это — “влечение”, хотя при обобщении можно иметь здесь в виду также и суггестию. Во-вторых, имеется некое (внутреннее)

*препятствие*

на пути реализации активного стремления (во фрейдовском описании сексуального поведения это знаменитые “отвращение, стыд и мораль”). И, наконец, для реализации поведенческого акта необходимо, чтобы внутреннее препятствие определенным образом и на определенных условиях преодолевалось.

Прекрасным метафорическим воплощением этой схемы может служить устройство водопроводного крана: напор воды, заслонка и ручка-регулятор, позволяющий в контролируемые моменты времени выпускать струю контролируемого объема.

(Трудности с регулированием воды в наших квартирах могут служить прекрасной метафорой всеобщей невротизации населения, о которой много писали гуманистические психотерапевты.)

Разумеется, *любая* реальная психическая структура содержит некоторое число (больше двух) иерархических уровней таких триад.

“Ручка-регулятор” в этой метафоре соответствует той личностной структуре, которую мы назвали Эго. Первоначально “ручкой” управляет Родитель: за интердикцией “нельзя” и суггестией “нужно” следует разрешение “можно”. После интериоризации этих

коммуникативных структур предполагается такая их “доработка” внутри индивида, что становится возможной достаточно *тонкая и плавная* регулировка. (Покупайте керамические краны. Пользуйтесь услугами транзакционных терапевтов.) Это, собственно, и есть метафора психоаналитического идеала “сильного эго”.

Изложенная схема позволяет, в качестве гипотезы, описать “принуждение к игре” как неполную интериоризацию “регулятора”, — такую, что при одновременном существовании в индивиде побуждения и запрета они циклически взаимодействуют друг с другом только через *внешнюю псевдореализацию*. Таким образом, игра является для ее инициатора действительно совсем не тем, за что ее принимает Адресат: это безнадежная, но компульсивно-неизбежная для Адресанта попытка использовать Адресата в качестве ручки заведомо неисправного крана\*.

\* Системы такого рода на психологическом материале начал исследовать Г. Бейтсон, см. его “Steps to ecology of mind”. Сам термин “игры” Берн, как известно, заимствовал из работ Бейтсона, вошедших в этот сборник.

Возвращаясь к игре “Да, но...”, можно с точки зрения нашей гипотезы описать ее следующим образом. У индивида существует одновременно как побуждение просить совета, так и (заведомый) запрет на его использование. Притом эти силы *не взаимодействуют непосредственно внутри самого индивида*. Поэтому он реализует их во внешнем поведении, причем таким образом, что реакция на внешнюю реализацию одной “программы” автоматически вызывает другую: попросив совета и получив его, Игрок обязательно должен его отвергнуть, а отвергнув некий совет, он должен тут же снова просить совета.

Из этой гипотезы следует, в частности, что описание “внешнего рисунка” игры, сколь бы оно ни было ярким и “хлестким”, совершенно недостаточно для терапии и даже для ее аналитической части (в этом состоит одна из причин многих неудач). Нужно выяснять, как “устроена” каждая из конфликтующих “программ”, какие конкретные побуждения и коммуникативные позиции за ней стоят. (Сам Берн, как человек аналитически очень глубокий, а кроме того, — что не менее важно, — безусловно добрый, такие вещи, наверное, просто сразу “видел”.)

Продолжая наш пример, мы можем выяснить, что совета может просить, скажем, неуверенный в себе Заблудившийся Ребенок. Тогда рисунок игры может быть

проинтерпретирован следующим образом: Ребенок подходит (или подбегает, в зависимости от темперамента) к каждой встречной тете, спрашивая: “Не ты ли моя мама?” — но шифруя это под вопрос вроде: “Куда мне пойти?” (мама-то хорошо знает, что идти надо бы домой, и знает, где дом); при этом он заранее как бы видит, что эта тетя — вовсе не его мама, только очень страшно сразу отказаться от волшебного “а вдруг?”. Однако все-таки вполне убедившись, что эта тетя — не мама (“Не знает она, где мой дом”), нужно бежать дальше искать маму, то есть спрашивать следующую тетю, куда идти...

Но тот же рисунок игры “Да, но...” может разыгрываться при совершенно других позициях. Адресантом игры может стать Экзаменующий Родитель со сценарием Дракона-Пожирающего-Принцесс (то есть, например, человек с сексуальными проблемами: “пожирает”, потому что не может позволить себе сексуальные отношения), а Адресатами — кандидатки в Хорошие Девочки со сценарием неудачниц (“Разве не ужасно, что я тоже не сумела ему помочь!”).

Естественно, количество вариантов (при одном и том же внешнем рисунке игры) бесконечно. Игровой сценарий в этом смысле — что-то вроде линзы, в которой сходятся разные лучи. Таким образом, в серьезной терапии игру нужно рассматривать лишь как симптом и, не останавливаясь на ее внешнем рисунке, “копать глубже”.

Кстати, можно предположить, что такого рода *полный*, то есть доведенный до реальных мотивов анализ уже сам по себе до некоторой степени терапевтичен, во всяком случае — для аналитика: если любитель обвинять ближних в “играх” за раздражающей его истеричкой, продолжающей играть в “Да, но...” (хотя ей это уже не раз “поставили на вид”), сумеет увидеть такого Заблудившегося Ребенка, и если при этом он сам еще не дошел до такой степени раздражения или обиды, чтобы потерять остатки Взрослости, — его реакция может сильно измениться.

Другое дело, что в психотехнической (в отличие от глубинной психотерапевтической) работе можно купировать не менее половины собственных игр, просто заметив и проанализировав их, а затем каждый раз обращая на них внимание и волевым усилием “не делая этого”, как и предлагает Берн.

Юмор, являющийся одним из замечательнейших средств транзакционного анализа, очень этому способствует.

### 10.

Для более глубокого проникновения в структуру берновских игр рассмотрим два варианта реализации “собаки снизу”, описанные у Берна в виде игр “Полицейские и воры” и “Алкоголик”.

В обоих случаях Адресант осуществляет какое-то девиантное (отклоняющееся от социальной нормы) поведение, предположительно опасное для него и/или окружающих.

Суть игры-по-Берну состоит здесь в том, что это поведение осуществляется Девиантом не само по себе, а “коммуникативно”: оно *намеренно* (хотя, возможно, неосознанно) *обращено* к Адресату.

Неигровое девиантное поведение может осуществляться человеком (как правило, подростком или переростком) ради каких-то собственных целей. Допустим, человек ворует, чтобы иметь больше денег, или напивается, чтобы укрыться от трудностей или пустоты своей жизни. В таком случае ему не нужен зритель (если только зритель не становится соучастником). Прочие люди, оказавшиеся в этой ситуации, либо нейтральны, либо — поскольку их это задевает — становятся *реальными противниками*.

Иными словами, вне игры-по-Берну человек осуществляет девиантное поведение “на свой страх и риск”.

Адресант игр-по-Берну, обращая свое девиантное поведение к некоему Адресату (реальному или воображаемому), осуществляет его не ради самого этого поведения или его результатов, а ради коммуникации, как ребенок в книге К. Чуковского “От двух до пяти”: “Я маме плачу!”

“Значение” этого обращения может быть “расшифровано” по-разному. Часто сам Адресант, то есть его “сознательная часть”, реально не представляет себе этого значения (или создает себе по этому поводу различные рационализации, что еще более запутывает ситуацию), и его выявление, как мы уже отмечали, требует специального, часто довольно сложного анализа.

Условием появления “собаки снизу” (и конкретизирующих это положение игр) является специфическое значение этой коммуникации — такой “маневр”, в котором Адресант делает вид, что претендует на положение Ребенка, а Адресату предлагает (то есть, конечно же, *якобы* предлагает) положение Родителя.

Для игры “Полицейские и воры” Берн приводит прототип в виде детской игры (не в берновском смысле слова) малыша с мамой в прятки. На примере этого прототипа мы можем увидеть существенный аспект структуры подобной коммуникации. В этой игре мама выполняет для малыша две функции. С одной стороны, она доставляет ему удовольствие; в нормальном случае это — игра любимого ребенка и любящей мамы. При этом она, конечно же, среди прочего, обеспечивает безопасность ребенка, заботится о нем. С другой стороны, “по игре” она — “противник”: ведь именно от нее он прячется.

Мы видим здесь ясное разделение двух типов связи. Одна связь — объемлющая, ее можно назвать “рамочной”; она создает единство системы. Это связь малыша с мамой, как Ребенка с Родителем. Другая связь, которая находится *внутри* рамки, — это игровой (в обычном, а не берновском смысле слова) конфликт прячущегося малыша и его “противника” — мамы, которая должна его найти. Игры детей начинаются, как известно из детской психологии, когда ребенок научается отличать то, что происходит “понарошку”, от того, что имеет место “взаправду” (то есть, как описывал это Г. Бейтсон, читать “пометы”).

Для игры “Алкоголик” можно вообразить аналогичную модель, причем не только наглядную, но и кинестетически выразительную. Представьте себе расшалившегося ребенка, который висит на руке папы или мамы, свешиваясь над асфальтом (или, для большей драматичности, — с перрона над рельсами в метро).

Здесь мы видим те же два типа связи. С одной стороны, ребенок вполне уверен, что мама позаботится о его безопасности. Ему достаточно лишь крепко держаться за ее руку, а остальное — ее дело. С другой стороны, ему от мамы нужно чего-то еще, например, внимания, игры (в обычном, детском смысле слова).

Существенной чертой этой ситуации является “положительная обратная связь” (в

кибернетическом смысле слова): чем больше тянет ребенок, тем сильнее вынуждена тянуть мать; чем сильнее она тянет, тем больше может позволить себе тянуть ребенок, и т.д.

Этот тип отношений компонентов системы — их расхождение по механизму положительной обратной связи при сохранении до поры до времени единства системы, — Г. Бейтсон назвал “схизмогенезом”; очевидно, что если до определенного момента этот тип взаимодействия не прекратится, система “развалится”.

Сила, с которой малыш держится за мамину руку, обеспечивает единство системы. Здесь она играет роль “рамочной” связи. Другая сила, та, с которой он тянет маму, “играя” (опять же — не в берновском смысле!) с ней таким образом, — это сила, вовлеченная в положительную обратную связь, сила схизмогенеза.

В том, что ребенок свешивается над асфальтом или рельсами, присутствуют еще две силы. Одна — это то, как он “для себя” играет “на краю”; кинестетически это — предчувствие возможного (но не обязательного, в этом и состоит удовольствие риска) ухаба при падении. Вторая (шаг к берновской игре, хотя еще не она сама) — это то, что своим “бытием в опасности” малыш привлекает к себе внимание мамы.

Все это “пакуется” в одно поведение, но при этом здесь, очевидно, сосуществуют четыре разных отношения малыша к маме и к себе, в том числе к “своему телу”.

Что отличает эту модельную (но вполне реальную, наблюдаемую) ситуацию от игры-по-Берну? Малыш вполне уверен в том, что мама может его удержать и удержит (так же как при нормальной, “хорошей” игре в прятки он уверен, что “на самом деле” мама не представляет для него опасности). Свисая на маминой руке над рельсами, он, конечно же, манипулирует ею, и манипуляция эта может быть (а может и не быть) для мамы неприятной; но при этом он однозначно вверяет ей функцию Родителя, способного успешно обеспечивать его безопасность, и на протяжении всей ситуации *с охраняет за ней эту функцию.*

Один из участников группы, в которой впервые излагалась эта схема, рассказал, что реально видел такую ситуацию, только в роли Родителя выступал Папа, и вел он себя

следующим образом: он начал медленно наклонять ребенка над рельсами. Ребенок сразу же вцепился в его руку второй рукой, начал подтягиваться двумя руками и скоро стоял на перроне, достаточно далеко от края.

Рассматриваемая берновская игра отличается от этой “модельной” ситуации тем, что Адресант игры реально не доверяет Адресату заботу о своей безопасности. Он только притворяется Ребенком, и только в качестве “наживки” предлагает Адресату роль Родителя. Реально же он *не собирается дать Адресату возможности о нем позаботиться\**.

Впрочем, на другом конце этой коммуникации могут разыгрываться свои игры-по-Берну: игры “собаки сверху”.

Чем отличается участник игры-по-Берну в роли Преследователя или Спасателя от реального Родителя?

Здесь мы имеем повод более пристально рассмотреть ситуацию Ребенка и Родителя “в норме”.

Ребенок — это существо, не способное опираться на себя. Суть его нежизнеспособности с психологической точки зрения состоит в том, что его *интересы*, определяющие его восприятие среды и представление о ней, мало соответствуют реальным потребностям его организма. Он тянется к тому, что, метафорически говоря, “ярко”, хотя это может быть ненужно и даже опасно для его выживания. Поэтому за ним постоянно должен *“следить”* родитель, обеспечивая его безопасность: не давая ему делать то, что опасно или вредно, и заставляя его делать то, что необходимо.

Ситуация родителя состоит в том, что в его “органической среде” находится существо, зависящее от его заботы. Он, родитель, не сам по себе, он “при ребенке”. Вместе с тем предполагается, что как взрослый он способен опираться на себя. Но эта способность обеспечить собственное благополучие



\* Психологическая тяжесть такого рода ситуаций часто усугубляется тем, что человек, играющий в такие “игры”, на самом деле не способен (в отличие от ребенка из последнего примера) в достаточной мере позаботиться о себе сам и действительно нуждается в помощи. Но обращаясь за помощью в форме “игры”, он как раз и лишает Адресата возможности эту помощь ему оказать теперь должна распространиться и на его ответственность за безопасность и развитие Ребенка.

Здесь, правда, есть чрезвычайно тонкий и сложный момент, вокруг которого, собственно, разворачивается вся проблематика воспитания (и, соответственно, психотерапии). В норме Родитель воспринимает Ребенка не так, как воспринимал бы предмет среды, о сохранности которого необходимо по каким-то причинам заботиться. Ребенок для него в каком-то отношении (а потенциально — во всех отношениях) равное существо. Родительской заботе подлежит, так сказать, “оболочка” Ребенка, а не его сущность, в будущем способная стать самостоятельной.

Но в тех рамках, которые Взрослый в Родителе принимает под свою ответственность, он полностью отвечает за Ребенка. И он будет добиваться выполнения своей “миссии” независимо от “точки зрения” Ребенка.

Представьте себе, например, родителя, ребенок которого сунул палец в огонь, сильно обжегся, и который (родитель) при этом говорит: “Ну что поделаешь, он не захотел меня послушаться, пусть теперь пеняет на себя!” Именно таков Спасатель из берновской игры в Алкоголика. Так ведет себя “собака сверху”, изображая собой родителя, но не принимая на себя реальной ответственности за ситуацию ребенка (равно как и за свою собственную ситуацию).

Еще одно сопоставление поможет нам выявить другую сторону псевдо-Родительской позиции в играх. Ранее мы рассмотрели случай, когда девиантное поведение Адресанта игры угрожает его собственному благополучию. Теперь посмотрим, что происходит, когда оно угрожает безопасности и благополучию других. Возможно, что кто-то из этих “других” попытается встать в Родительскую позицию и начать “учить его жить”.

Это одна из самых распространенных “слабинок” в играх такого рода. В чем ее суть? Адресант (то есть человек, осуществляющий девиантное поведение коммуникативным

образом) как бы приглашает кого-то из окружающих в Родители и как бы “подставляет” себя в качестве Ребенка. Предполагаемый Родитель может посчитать Девианта находящимся в его (Адресата) ситуации. Это может произойти с тем большим, по видимости, основанием, что поведение Девианта реально наносит ущерб Адресату.

Но так ли это? Находится ли Девиант реально “на территории” (то есть внутри ситуации) Адресата? *Переключение* в игре показывает, что с самого начала это было не так. (Кстати, транзакционному аналитику совершенно необходимо научиться отличать переключение как структурный элемент игры от реального изменения ситуации, хотя практически это различие очень тонко.)

В чем же ошибка? Если Девиант “заходит на территорию”, которую Адресат считает своей, последний может “на законных основаниях” выступить на защиту своей территории. Так возникает *конфликт*. Конфликт принципиально предполагает обоих участников ситуации *Взрослыми*. Либо человек защищает свою территорию от вторжения Другого как *противника*, либо он заботится о Другом как о Ребенке. Позиционно это несовместимо.

(Другое дело, что в реальных отношениях постоянно приходится “распараллеливаться” и по отношению к одному и тому же человеку, даже “как бы” в одном и том же физическом пространстве и времени совмещать эти и другие функции. Но как раз возможность такого совмещения прежде всего предполагает очень четкую функциональную дифференциацию).

“Слабинка”, таким образом, заключается в том, что Адресат надеется защитить свою территорию, изобразив собой Родителя, то есть он хочет быть таким псевдо-Родителем, который, делая вид, что заботится о Ребенке, на самом деле *защищает* от него *свои интересы*.

(Не правда ли, очень распространенный тип “как-бы-Родителя”?) Естественно, что, встречая сопротивление, такой псевдо-Родитель вынужден либо отступить, либо начать защищать собственные интересы уже вполне открыто и откровенно.

Но если эти интересы не слишком актуальны (или представляются ему недостаточно актуальными), у него остается еще одна возможность: оставаться в своей двойственной позиции, то есть участвовать в игре в качестве “собаки сверху”, дающей указания, но

не принимающей ответственности ни за свои указания, ни за их исполнение Адресатом.

### 11.

Тема берновских “сценариев” требует от нас еще одного ряда понятий.

Излагая основы транзакционного анализа, мы обращались, строго говоря, к позициям в различных типах единичного взаимодействия — транзакции. Социализация, кроме освоения набора подобных позиций, практикуемых в данной культуре, включает еще и формирование “привычек” или фиксированных установок по отношению к таким позициям. Между реальными детьми, родителями и взрослыми складываются привычные отношения транзакции и коммуникации, которые определяют их жизненные траектории.

Каждая подобная установка определяет специфическую коммуникативную роль, имеющую смысл в рамках типичной ситуации, которую условно можно назвать “жанром”. Такие ситуации могут значительно различаться по времени протекания — от десятиминутной встречи до полувека совместной жизни. У каждого из нас имеется некоторый, больший или меньший, набор таких жанровых установок, определяющий наше поведение, окружение, образ жизни. Это, собственно, и есть “сценарий” в самом общем смысле слова (далее мы увидим, что возможна и другая, “специальная” трактовка этого берновского термина).

Каждая позиция подразумевает дополнительные ей позиции. Их соотношение Берн называет “протоколом”; это голая схема взаимодействий, которые подразумеваются данной позицией. По мере социализации ребенка протокол обростает теми или иными социально-культурными формами реализации, привычными эмоциями, ассоциациями и пр. Можно провести здесь аналогию с грюфвской Системой Конденсированного Опыта, только здесь основу составляет ядро другого типа: коммуникативная установка обростает накопленным опытом, привычными формами выражения, привычной лексикой, мимикой, входами в ситуацию и выходами из нее.

Сценарий (или сценарии) как набор возможных для человека жанров и способов поведения в них, может, очевидно, формироваться тремя различными способами: он может складываться и закрепляться посредством привычки и “как бы очевидности”, может программироваться родителями и может появляться в результате собственного

решения индивида.

Про то, как сценарий появляется в виде закрепляемой привычки, а также про родительское программирование, у самого Берна и его учеников (а также во многих других психологических школах) написано достаточно много. Интересно, впрочем, что ни Берн, ни ученики как бы не замечают, что все это противоречит самой идее “сценарного решения” — “фирменной” идее транзакционного анализа.

Чтобы понять суть этой идеи, нам необходимо еще одно теоретическое отступление, возвращающее нас к “возрастам” или этапам развития, о которых уже шла речь. Нам необходимо конкретизировать “социальную ситуацию” (выражаясь в терминах Л.С. Выготского) того этапа развития, когда, в соответствии с нашей гипотезой, у ребенка формируется и начинает развиваться Эго.

Коротко эту ситуацию можно охарактеризовать в терминах комплекса детской любви (КДЛ) — синкретического, недифференцированного отношения Ребенка к Родителю, включающего *эмоциональный, либидинозный и экзистенциально-зависимый аспекты*. (Понятие КДЛ включает, как одну из частных сторон, фрейдовский “комплекс Эдипа” и симметричный ему “комплекс Электры”, но здесь мы не имеем возможности остановиться на этой стороне дела.)

Мир Ребенка соответствующего возраста сказочен или мифологичен (интуиция классиков, привлекавших для анализа психологических “глубин” фольклорные сказки и греческую мифологию, очень точно схватывает это специфическое Детское мировосприятие), и родители — “боги” этого мира. Они всемогущи (не потому, что ребенок убедился, что они действительно могут все, а потому, что у него еще нет опыта, что они чего-то не могут). Они всеведущи (известно, что на ранних этапах этого периода ребенок совершенно уверен, что содержание его сознания известно родителям). И, главное, они “единственны”.

Ситуация “дома”, с теми “старшими”, которые там есть (будь то одинокая Мама или некоторое, впрочем, всегда вполне конечное и обозримое, число Тетушек, Бабушек и Дедушек), — это для ребенка соответствующего возраста и есть “мир”. Внешний мир может существовать, но лишь как внешний, “чужой”. “Свой мир” для ребенка — это его Дом.

Ситуация Ребенка может быть понята как ситуация “героя” в смысле греческой мифологии: он не простой смертный (как какие-нибудь “чужие”), но и не “бог”: он — *дита богов*.

И как таковой он принимает решения, прокладывая свой путь в своем, а иногда (сценарий героических подвигов на чужбине) и в чужом мире.

Эта ситуация должна коренным образом измениться при переходе на следующий этап развития, когда ребенок поступает в школу. Там социализация перестает быть столь мифологизированной и принимает социально-нормативные черты: школьный учитель — глашатай отчужденной социальной нормы, конституирующей совершенно иной, обобщенно-социализированный мир (достижение новоевропейского сознания).

Но этого *не происходит*, если на предыдущей стадии ребенок принял такие “сценарные решения”, которые препятствуют выходу из дома в мир. Например, если “Я” или “Ты” — не “о’кей”. Или если “герой” призван к своей трагической судьбе, замыкающей его в рамках семейного мифа.

Последнее и есть “сценарий” в довольно узком, но часто фигурирующем в берновских описаниях смысле. “Сценарное решение” — это решение ребенка по поводу “мира” и своей будущей жизни в нем, принятое до выхода из семейного мифа-сказки, до того, как родители-боги начали становиться просто людьми, в принципе, такими же, как другие люди. Это такое решение, которое надолго (если не на всю оставшуюся жизнь) замыкает человека в мифе его раннего детства, заставляя все последующие события воспринимать с точки зрения этого мифа.

Такого рода сценарий может быть насыщен очень интенсивной энергетикой — не только либидинозной, но и эмоциональной и суггестивной — с некоторым “магическим” оттенком (напомним, что речь идет о возрасте формирования суггестивных отношений).

Работа по его распрямлению требует внимания не только (и даже не столько) к его семантике, сколько к прагматике тех отношений, которые замкнули ребенка в “доме”, не дав ему перейти на следующий этап развития, то есть выйти в “мир” (читатель, конечно, понимает, что это — тоже один из аспектов Взросления, причем очень существенный).

## Что делать с Эриком Берном

Автор: Папуш М. П.

---

Впрочем, это требует гораздо более подробного и специального разговора.

*Источник:*

*Папуш М. П. Что делать с Эриком Берном // Берн Э. Секс в человеческой любви / Пер. с англ. М. П. Папуша. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. — С. 329-380.*