



КЛАССИКИ ЗАРУБЕЖНОЙ ПСИХОЛОГИИ
Эрик БЕРН

Игры, в которые играют люди
ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

Люди, которые играют в игры
ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ СУДЬБЫ

Перевод с английского
Общая редакция доктора философских наук М. С. Мацковского

«УНИВЕРСИТЕТСКАЯ КНИГА» АСТ

Санкт-Петербург — Москва 1998

В книге освещаются психологические проблемы человеческих взаимоотношений в соответствии с оригинальной концепцией автора, лежащей в русле психоаналитического направления. Несмотря на спорность концепции Э. Берна, многие идеи и наблюдения, основанные на его богатом опыте психотерапевта, могут быть полезными для широкого круга читателей, особенно при разрешении конфликтов, возникающих в процессе общения.

Послесловие докторов философских наук *Л. Г. Ионина* и *М. С. Московского* Переводчики *А. В. Ярхо* (первая книга) и *Л. Г. Ионин* (вторая книга)

ISBN 5-7841-0226-5

© «Университетская книга», 1998

От автора

Настоящее издание первоначально было задумано как продолжение моей книги «Трансакционный анализ в психотерапии». Однако я предполагаю, что новое издание можно понять независимо от знакомства с предыдущей публикацией.

На моих лекциях слушатели часто обращались с просьбой дать им более подробные описания игр, которые позволили бы осмыслить общие принципы трансакционного анализа. Это убедило меня в необходимости написать настоящую книгу. Я признателен всем студентам и слушателям, обратившим мое внимание на новые игры. Они высказали мне много интересных мыслей, например об умении человека слушать собеседника и о том, какую ценность представляет это качество для всех людей.

Необходимо сделать несколько замечаний о стиле изложения материала. Из соображений компактности игры описываются в основном от лица мужчины, если, конечно, они не являются чисто женскими. Поэтому главный игрок в книге обычно обозначается словом «он». В этом, безусловно, нет какого-либо намерения умалить достоинства женщин, так как ту же самую ситуацию можно с тем же успехом описать, используя местоимение «она». Если роль женщины в том или ином примере существенно отличается от роли мужчины, то описание игры дается отдельно. Точно так же, ничего не желая подчеркнуть, мы называем психотерапевта «он».

Терминология и точка зрения автора в основном ориентированы на восприятие читателя, знакомого с психологией и психиатрией. Однако, я надеюсь, книга будет интересна и полезна представителям различных профессий.

ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ИГРАЮТ ЛЮДИ ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКИХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ

Введение ПРОЦЕСС ОБЩЕНИЯ

Процесс общения между людьми мы предлагаем очень кратко рассмотреть в следующем направлении.

Известно, что младенцы, лишённые в течение длительного времени физического контакта с людьми, деградируют и, в конце концов, погибают. Следовательно, отсутствие эмоциональных связей может иметь для человека фатальный исход. Эти наблюдения подтверждают мысль о существовании сенсорного голода и о необходимости в жизни ребенка стимулов, которые обеспечивают ему физический контакт. К этому выводу весьма нетрудно прийти и на основе повседневного опыта.

Подобный феномен можно наблюдать и у взрослых людей в условиях сенсорной депривации. Имеются экспериментальные данные, показывающие, что сенсорная депривация может вызвать у человека временный психоз или стать причиной временных психических нарушений. Замечено, что социальная и сенсорная депривации столь же пагубно влияют на людей, приговорённых к длительному одиночному заключению, которое вызывает ужас даже у человека с пониженной чувствительностью к физическим наказаниям.

Вполне вероятно, что в биологическом плане эмоциональная и сенсорная депривации чаще всего приводят к органическим изменениям или создают условия для их возникновения. Недостаточная стимуляция активирующей ретикулярной ткани мозга может привести, даже косвенно, к дегенеративным изменениям в нервных клетках. Разумеется, это явление может быть и результатом недостаточного питания. Однако недостаточное питание в свою очередь

может быть вызвано апатией, например как это бывает у младенцев в результате крайнего истощения или после длительной болезни.

Можно предположить, что существует биологическая цепочка, ведущая от эмоциональной и сенсорной депривации через апатию к дегенеративным изменениям и смерти. В этом смысле ощущение сенсорного голода следует считать важнейшим состоянием для жизни человеческого организма, по сути так же, как и ощущение пищевого голода.

У сенсорного голода очень много общего с пищевым голодом, причем не только в биологическом, а и в психологическом и социальном плане. Такие термины, как «недоедание», «насыщение», «гурман», «человек с причудами в еде», «аскет», можно легко перенести из области питания в область ощущений. Переедание — это в каком-то смысле то же самое, что и чрезмерная стимуляция. В обеих областях при обычных условиях и большом разнообразии выбора предпочтение в основном зависит от индивидуальных склонностей и вкусов. Вполне возможно, что индивидуальные особенности человека предопределены конституциональными особенностями организма. Но это не имеет отношения к обсуждаемым проблемам. Вернемся к их освещению.

Для психолога и психотерапевта, изучающих проблемы сенсорного голода, представляет интерес то, что происходит, когда в процессе нормального роста ребенок постепенно отдаляется от матери. После того как период близости с матерью завершен, индивид всю остальную жизнь стоит перед выбором, который в дальнейшем будет определять его судьбу. С одной стороны, он постоянно будет сталкиваться с социальными, физиологическими и биологическими факторами, препятствующими продолжительной физической близости того типа, какую он испытывал, будучи младенцем. С другой стороны, человек постоянно стремится к такой близости. Чаще всего ему приходится идти на компромисс. Он учится довольствоваться едва уловимыми, иногда только символическими формами физической близости, поэтому даже простой намек на узнавание в какой-то мере может удовлетворить его, хотя исходное стремление к физическому контакту сохранит первоначальную остроту.

Компромисс этот можно называть по-разному, но, как бы мы его ни называли, результатом является частичное преобразование младенческого сенсорного голода в нечто, что можно назвать потребностью в признании¹. По мере того как усложняется путь к достижению этого компромисса, люди все больше отличаются друг от друга в своем стремлении получить признание. Эти отличия делают столь разнообразным социальное взаимодействие и в какой-то степени определяют судьбу каждого человека. Киноактеру, например, бывают необходимы постоянные восторги и похвалы (назовем их «поглаживаниями») от даже неизвестных ему поклонников. В то же время научный работник может пребывать в прекрасном моральном и физическом состоянии, получая лишь одно «поглаживание» в год от уважаемого им коллеги.

«Поглаживание» — это лишь наиболее общий термин, который мы используем для обозначения интимного физического контакта. На практике он может принимать самые разные формы. Иногда ребенка действительно поглаживают, обнимают или похлопывают, а порой шутливо щиплют или слегка щелкают по лбу. Все эти способы общения имеют свои аналоги в разговорной речи. Поэтому по интонации и употребляемым словам можно предсказать, как человек будет общаться с ребенком. Расширив значение этого термина, мы будем называть «поглаживанием» любой акт, предполагающий признание присутствия другого человека. Таким образом, «поглаживание» будет у нас одной из основных единиц социального действия. Обмен «поглаживаниями» составляет транзакцию, которую в свою очередь мы определяем как единицу общения.

Основной принцип теории игр состоит в следующем: любое общение (по сравнению с его отсутствием) полезно и выгодно для людей. Этот факт был подтвержден экспериментами

на крысах: было показано, что физический контакт благоприятно влиял не только на физическое и эмоциональное развитие, но также на биохимию мозга и даже на сопротивляемость при лейкемии. Существенным обстоятельством явилось то, что ласковое обращение и болезненный электрошок оказались одинаково эффективным средством поддержания здоровья крыс.

СТРУКТУРИРОВАНИЕ ВРЕМЕНИ

Наши исследования позволяют сделать вывод о том, что физический контакт при уходе за детьми и его символический эквивалент для взрослых людей — «признание» — имеют большое значение в жизни человека. В связи с этим мы задаем вопрос: «Как ведут себя люди после обмена приветствиями, независимо от того, было ли это молодежное „Привет!“ или многочасовой ритуал встречи, принятый на Востоке?» В результате мы пришли к выводу, что наряду с сенсорным голодом и потребностью в признании существует также и потребность в структурировании времени, которую мы назвали структурный голод.

Хорошо известна проблема, часто встречающаяся у подростков после первой встречи: «Ну и о чем мы потом с ней (с ним) будем говорить?» Этот вопрос возникает нередко и у взрослых людей. Для этого достаточно вспомнить трудно переносимую ситуацию, когда вдруг возникает пауза в общении и появляется период времени, не заполненный разговором, причем никто из присутствующих не в состоянии придумать ни одного уместного замечания, чтобы не дать разговору замереть.

Люди постоянно озабочены тем, как структурировать свое время. Мы считаем, что одна из функций жизни в обществе состоит в том, чтобы оказывать друг другу взаимопомощь и в этом вопросе. Операциональный аспект процесса структурирования времени можно назвать **планированием**. Оно имеет три стороны: материальную, социальную и индивидуальную¹.

Наиболее обычным практическим методом структурирования времени является взаимодействие в первую очередь с материальной стороной внешней реальности: то, что обычно называют работой. Такой процесс взаимодействия мы назовем **деятельностью**.

Материальное планирование возникает как реакция на различного рода неожиданности, с которыми мы сталкиваемся при взаимодействии с внешней реальностью. В нашем исследовании оно интересно лишь в той мере, в которой подобная деятельность порождает основу «поглаживаний», признания и других, более сложных форм общения. Материальное планирование не является социальной проблемой, оно базируется только на обработке данных. Результатом **социального планирования** являются ритуальные или полуритуальные способы общения. Его основной критерий — социальная приемлемость, то есть то, что принято называть хорошими манерами. Во всем мире родители учат детей хорошим манерам, учат их произносить при встрече приветствия, обучают ритуалам еды, ухаживания, траура, а также умению вести разговоры на определенные темы, поддерживая необходимый уровень критичности и доброжелательности. Последнее умение как раз и называют тактом или искусством дипломатии, причем некоторые приемы имеют чисто местное значение, а другие универсальны. Например, стиль поведения за столом во время еды или обычай осведомляться о здоровье жены может поощряться или запрещаться местными традициями. Причем приемлемость этих конкретных трансакций находится чаще всего в обратной взаимосвязи: обычно там, где не следят за манерами во время еды, там и не

¹ По-английски этот термин звучит recognition-hunger (голод по признанию) и вместе с тремя другими терминами — сенсорный голод, пищевой голод и структурный голод — образует систему параллельных терминов. — Здесь и далее прим. ред.

справляются о здоровье женщин. И, наоборот, в местностях, где принято интересоваться здоровьем женщин, рекомендуется выдержанный стиль поведения за столом.

Как правило, формальные ритуалы во время встреч предшествуют полуритуальным беседам на определенные темы; по отношению к последним мы будем применять термин **«времяпрепровождение»**.

Чем больше люди узнают друг друга, тем больше места в их взаимоотношениях начинает занимать **индивидуальное планирование**, которое может привести к инцидентам. И хотя эти инциденты на первый взгляд кажутся случайными (именно такими чаще всего они представляются участникам), все же внимательный взгляд может обнаружить, что они следуют определенным схемам, поддающимся классификации. Мы считаем, что вся последовательность транзакции происходит по несформулированным правилам и обладает рядом закономерностей. Пока дружеские или враждебные отношения развиваются, эти закономерности чаще всего остаются скрытыми. Однако они дают себя знать, как только один из участников сделает ход не по правилам, вызвав тем самым символический или настоящий выкрик: «Нечестно!» Такие последовательности транзакций, основанные, в отличие от времяпрепровождения, не на социальном, а на индивидуальном планировании, мы называем **играми**. Различные варианты одной и той же игры могут на протяжении нескольких лет лежать в основе семейной и супружеской жизни или отношений внутри различных групп.

Утверждая, что общественная жизнь по большей части состоит из игр, мы совсем не хотим этим сказать, будто они очень забавны и их участники не относятся к ним серьезно. С одной стороны, например, футбол или другие спортивные игры могут быть совсем незабавными, а их участники — весьма серьезными людьми. Кроме того, такие игры бывают порой очень опасными, а иногда даже чреватые фатальным исходом. С другой стороны, некоторые исследователи включали в число игр вполне серьезные ситуации, например каннибальские пиршества. Поэтому употребление термина «игра» по отношению даже к таким трагическим формам поведения, как самоубийства, алкоголизм, наркомания, преступность, шизофрения, не является безответственностью и легкомыслием.

Существенной чертой игр людей мы считаем не проявление неискреннего характера эмоций, а их управляемость. Это становится очевидным особенно в тех случаях, когда необузданное проявление эмоций влечет за собой наказание. Игра может быть опасной для ее участников. Однако только нарушение ее правил чревато социальным осуждением.

Времяпрепровождения и игры — это, на наш взгляд, только суррогат истинной близости. В этой связи их можно рассматривать скорее как предварительные соглашения, чем как союзы. Именно поэтому их можно характеризовать как острые формы взаимоотношений. Настоящая близость начинается тогда, когда индивидуальное (обычно инстинктивное) планирование становится интенсивнее, а социальные схемы, скрытые мотивы и ограничения отходят на задний план. Только человеческая близость может полностью удовлетворить сенсорный и структурный голод и потребность в признании. Прототипом такой близости является акт любовных, интимных отношений.

Структурный голод столь же важен для жизни, как и сенсорный голод. Ощущение сенсорного голода и потребность в признании связаны с необходимостью избегать острого дефицита сенсорных и эмоциональных стимулов, так как такой дефицит ведет к биологическому вырождению. Структурный голод связан с необходимостью избегать скуки. С. Кьеркегор¹ описал различные бедствия, проистекающие от неумения или нежелания структурировать время. Если скука, тоска длится достаточно долгое время, то они становятся синонимом эмоционального голода и могут иметь те же последствия.

Обособленный от общества человек может структурировать время двумя способами: с помощью деятельности или фантазии.

Известно, что человек может быть «обособлен» от других даже в присутствии большого числа людей. Для участника социальной группы из двух или более членов имеется несколько способов структурирования времени. Мы определяем их последовательно, от более простых к более сложным:

- 1) ритуалы;
- 2) времяпрепровождение;
- 3) игры;
- 4) близость;
- 5) деятельность.

Причем последний способ может быть основой для всех остальных. Каждый из членов группы стремится получить наибольшее удовлетворение от транзакций с другими членами группы.

Человек получает тем большее удовлетворение, чем более доступен он для контактов. При этом планирование его социальных контактов происходит почти автоматически. Однако некоторые из этих «удовольствий» вряд ли могут быть так названы (например, акт саморазрушения). Поэтому мы заменяем терминологию и используем нейтральные слова: «выигрыш» или «вознаграждение».

В основе «вознаграждений», полученных в результате социального контакта, лежит поддержание соматического и психического равновесия. Оно связано со следующими факторами:

- 1) снятие напряжения;
- 2) избегание психологически опасных ситуаций;
- 3) получение «поглаживаний»;
- 4) сохранение достигнутого равновесия.

Все эти факторы неоднократно изучались и подробно обсуждались физиологами, психологами и психоаналитиками. В переводе на язык социальной психиатрии их можно назвать так:

- 1) первичные внутренние «вознаграждения»;
- 2) первичные внешние «вознаграждения»;
- 3) вторичные «вознаграждения»;
- 4) экзистенциальные² «вознаграждения».

Первые три аналогичны преимуществам, полученным в результате психического заболевания, которые подробно описаны у Фрейда³. Мы убедились на опыте, что гораздо полезнее и поучительнее анализировать социальные транзакции с точки зрения получаемого «вознаграждения», чем рассматривать их как защитные механизмы. Во-первых, наилучший способ защиты — вообще не участвовать в транзакциях. Во-вторых, понятие «защита» только частично покрывает первые два типа «вознаграждений», а все остальное, включая сюда третий и четвертый типы, при таком подходе теряется.

Независимо от того, входят ли игры и близость в матрицу деятельности, они являются наиболее благодарной формой социального контакта. Длительная близость, встречаясь не так уж часто, представляет собой в основном сугубо частное дело. А вот важные социальные

² Экзистенциальный (позднелат. *existentia* — существование) — употребляя этот термин, автор имеет в виду жизненную позицию пациента.

³ Фрейд, Зигмунд (1856—1939) — австрийский врач-психиатр и психолог — основатель психоанализа.

контакты чаще всего протекают как игры. Именно они и являются предметом нашего исследования.

Часть первая АНАЛИЗ ИГР СТРУКТУРНЫЙ АНАЛИЗ

Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью, которые лучше всего проводить в специальных психотерапевтических группах, 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 некий 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 состояний Я.

На языке психологии состояние Я можно описывать как систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем. По-видимому, каждый человек располагает определенным, чаще всего ограниченным репертуаром состояний своего Я, которые суть не роли, а психологическая реальность. Репертуар этих состояний мы попытались разбить на следующие категории:

- 1) состояния Я, сходные с образами родителей;
- 2) состояния Я, автономно направленные на объективную оценку реальности;
- 3) состояния Я, все еще действующие с момента их фиксации в раннем детстве и представляющие собой архаические пережитки.

Неформально проявления этих состояний Я называются Родитель, Взрослый и Ребенок. В дальнейшем мы будем использовать именно эту терминологию.

Мы считаем, что человек в социальной группе в каждый момент времени обнаруживает одно из состояний Я — Родителя, Взрослого или Ребенка. Люди с разной степенью готовности могут переходить из одного состояния в другое⁴.

На основе этих наблюдений можно прийти к некоторым диагностическим выводам. Высказывание «Это ваш Родитель». Слова «Это ваш Взрослый» означают: «Вы только что самостоятельно и объективно оценили ситуацию и теперь в непредвзятой манере излагаете ход ваших размышлений, формулируете свои проблемы и выводы, к которым Вы пришли». Выражение «Это ваш Ребенок» означает: «Вы реагируете так же и с той же целью, как это сделал бы маленький ребенок».

Смысл этих высказываний можно пояснить подробнее.

1. У каждого человека были родители (или те, кто их заменял), и он хранит в себе набор состояний Я, повторяющих состояния Я его родителей (как он их воспринимал). Эти родительские состояния Я при некоторых обстоятельствах начинают активизироваться. Следовательно, упрощая это понятие, можно сказать: «Каждый носит в себе Родителя».
2. Все люди (не исключая детей) способны на объективную переработку информации при

⁴ В оригинале книги автор использует терминологию З. Фрейда, обозначая Я-концепцию — Эго. В советской психологии Я-концепция определяется как относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная, переживаемая как неповторимая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свои взаимодействия с другими людьми и относится к себе означает: «Вы сейчас рассуждаете так же, как обычно рассуждал один из ваших родителей (или тот, кто его заменял). Вы реагируете так, как прореагировал бы он — теми же позами, жестами, словами, чувствами и т. д.».

условии, что активизированы соответствующие состояния их Я. На быденном языке это звучит так: «В каждом человеке есть Взрослый».

3. Любой человек был раньше моложе, чем сейчас, поэтому он несет в себе впечатления прежних лет, которые при определенных условиях могут активизироваться. Можно сказать, что «каждый таит в себе маленького мальчика или девочку».

Здесь нам хотелось бы поместить структурную диаграмму (схема 1а), отражающую все компоненты личности, выявленные на данном этапе анализа. Диаграмма включает состояния Родителя, Взрослого и Ребенка. Они четко отделены друг от друга. Неопытный наблюдатель может и не заметить их отличий, но человеку, взявшему на себя труд изучения структурной диагностики, отличия вскоре покажутся весьма впечатляющими и содержательными.

Из соображений удобства мы будем впредь называть конкретных людей родителями, взрослыми или детьми (со строчной буквы). В тех же случаях, когда будем говорить о состояниях Я, то те же слова будут написаны с заглавной буквы:

Родитель (Р), Взрослый (В), Ребенок (Ре). На схеме 1б дан упрощенный вид структурной диаграммы. Считаем необходимым упомянуть о некоторых особенностях используемой нами терминологии.



а) Структурная диаграмма

Схема 1. Структурная диаграмма

1. Мы никогда не употребляем слово «ребяческий», так как это понятие содержит негативный оттенок, поэтому от него следует избавляться.

Описывая Ребенка, мы будем употреблять слово «детский». Оно звучит более объективно и может быть использовано в биологическом смысле. Во многих отношениях Ребенок — одна из наиболее ценных составляющих личности, так как вносит в жизнь человека то, что настоящий ребенок вносит в семейную жизнь: радость, творчество и очарование.

Если Ребенок нездоров и обеспокоен, то последствия могут быть самыми неблагоприятными. Однако определенные меры для улучшения ситуации могут и должны быть приняты.

2. Все вышесказанное касается и слов «зрелый» и «незрелый». Мы не считаем, что существуют так называемые «незрелые личности». Есть люди, в которых Ребенок совершенно некстати и неумело берет на себя управление всей личностью, но в то же время у них есть и хорошо структурированный Взрослый, которого нужно только обнаружить и привести в действие. У так называемых «зрелых людей», наоборот, контроль за поведением почти все время осуществляет Взрослый, но и у них, как и у всех остальных, Ребенок может прорваться к власти, и тогда появляются обескураживающие результаты.

3. Следует отметить, что Родитель может проявляться двояким образом — прямо или косвенно: как активное состояние

Я или как влияние Родителя. В первом, активном случае человек реагирует так, как реагировали в подобных случаях его отец или мать («Делай, как я»). Если же речь идет о косвенном влиянии, то обычно реакция человека бывает такой, какой от него ждали («Не делай, как я; делай то, что я говорю»). В первом случае он подражает одному из родителей, во втором — приспосабливается к их требованиям.



б) Упрощенный вид структурной диаграммы

4. Ребенок тоже может проявлять себя двумя способами: как приспособившийся Ребенок и как естественный Ребенок. Приспособившийся Ребенок изменяет свое поведение под влиянием Родителя. Он ведет себя так, как этого хотели бы отец или мать: например, очень зависимо от них или не по годам самостоятельно. Нытье или «уход в себя» — это тоже способы адаптации. Таким образом, влияние Родителя выступает как причина, а приспособившийся Ребенок — как следствие. В то же время естественный Ребенок проявляет себя в спонтанном поведении: например, в непослушании, бунте или в проявлении творческого порыва.

Состояния Я — это нормальные физиологические феномены. Человеческий мозг организует психическую жизнь, а продукты его деятельности упорядочиваются и хранятся в виде состояний Я. Некоторые работы американских ученых содержат конкретные факты, подтверждающие эту точку зрения. На разных уровнях существуют и другие упорядочивающие системы, такие, например, как память на факты. Однако естественным образом опыт запечатлевается в меняющихся состояниях сознания. Каждый тип состояний по-своему жизненно важен для человеческого организма.

Ребенок — это источник интуиции, творчества, спонтанных побуждений и радости.

Состояние «Взрослый» необходимо для жизни. Человек перерабатывает информацию и вычисляет вероятности, которые нужно знать, чтобы эффективно взаимодействовать с окружающим миром. Ему знакомы собственные неудачи и удовольствия. Например, при переходе улицы с сильным движением необходимо произвести сложные оценки скоростей. Человек начинает действовать только тогда, когда оценит степень безопасности перехода улицы. Удовольствия, которые люди испытывают в результате такого рода успешных оценок, на наш взгляд, объясняют любовь к таким видам спорта, как горные лыжи, авиационный и парусный спорт.

Взрослый контролирует действия Родителя и Ребенка, является посредником между ними.

Родитель осуществляет две основные функции. Во-первых, благодаря этому состоянию человек может эффективно играть роль родителя своих детей, обеспечивая тем самым выживание человеческого рода. Важность этой функции подчеркивается тем фактом, что люди, оставшиеся сиротами в раннем детстве, испытывают гораздо большие трудности при воспитании собственных детей, чем те, которые росли в полных семьях вплоть до подросткового возраста. Во-вторых, благодаря Родителю многие наши реакции давно стали автоматическими, что помогает сберечь массу времени и энергии. Люди многое делают только потому, что «так принято делать». Это освобождает Взрослого от необходимости принимать множество тривиальных решений, благодаря чему человек может посвятить себя решению более важных жизненных проблем, оставляя обыденные вопросы на усмотрение Родителя.

Следовательно, все три аспекта личности чрезвычайно важны для функционирования и выживания. Их изменения необходимы только в том случае, если один из этих аспектов нарушает здоровое равновесие. В обычной ситуации каждый из них — Родитель, Взрослый и Ребенок — заслуживает одинакового уважения, так как каждое состояние по-своему делает жизнь человека полноценной и плодотворной.

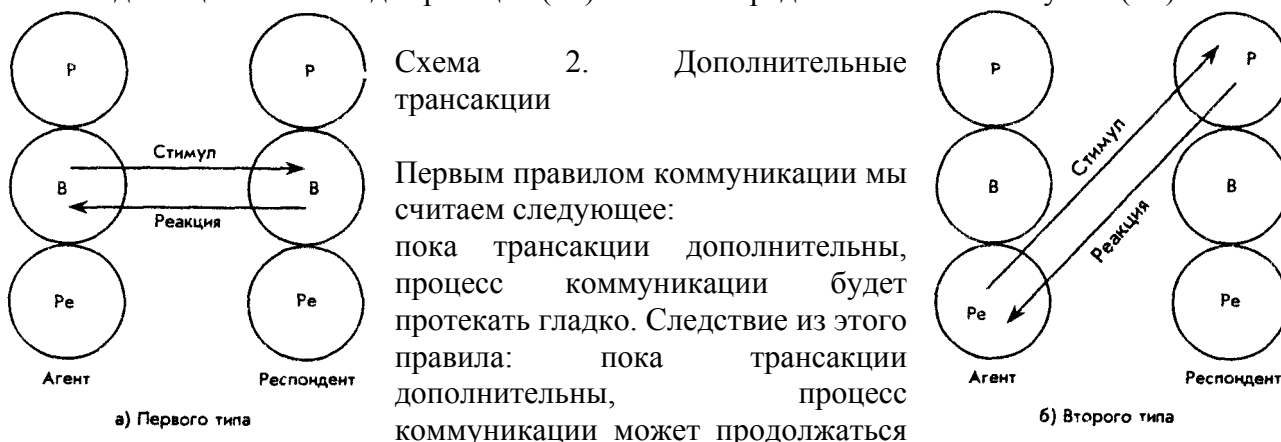
ТРАНСАКЦИОННЫЙ АНАЛИЗ

Мы называем **транзакцией** единицу общения. Люди, находясь вместе в одной группе, неизбежно говорят друг с другом или иным путем покажут свою осведомленность о присутствии друг друга. Это мы называем **транзакционным стимулом**. Человек, к которому обращен транзакционный стимул, в ответ что-то скажет или сделает. Мы называем этот ответ

транзакционной реакцией.

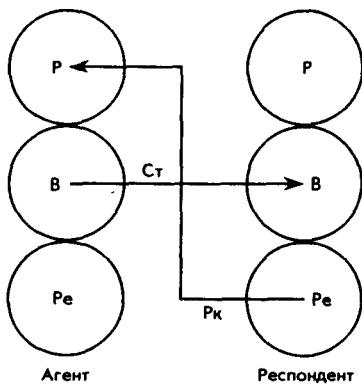
ель простого транзакционного анализа — выяснить, какое именно состояние Я ответственно за транзакционный стимул и какое состояние человека осуществило транзакционную реакцию. В наиболее простых транзакциях и стимул, и реакция исходят от Взрослого. Например, хирург, оценив на основе имеющихся у него данных необходимость в скальпеле, протягивает руку медсестре. Правильно истолковав этот жест, оценив расстояние и мышечные усилия, она вкладывает скальпель в руку хирурга таким движением, какого от нее ждут. Несколько более сложными являются транзакции Ребенок — Родитель. Например, во время болезни ребенок с высокой температурой просит пить, и ухаживающая за ним мать приносит стакан воды.

Обе вышеописанные транзакции мы называем **дополнительными**. Иными словами, при нормальных человеческих отношениях стимул влечет за собой уместную, ожидаемую и естественную реакцию. Первый пример (его классифицируем как дополнительную транзакцию первого типа) представлен на схеме 2а, Второй (дополнительная транзакция второго типа) показан на схеме 2б. Однако совершенно очевидно, что транзакция — это звенья одной цепочки: каждая реакция (Рк) в свою очередь становится стимулом (Ст).

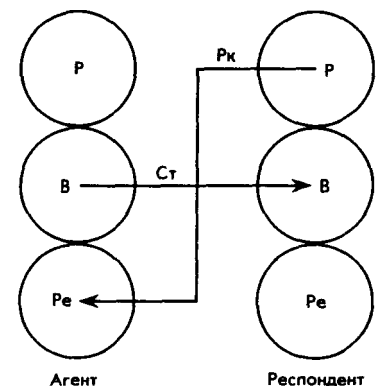


неопределенно долго. Эти правила не зависят ни от природы транзакций, ни от их содержания. Они целиком основаны на векторах общения. Пока транзакции сохраняют дополнительный характер, правило будет выполняться независимо от того, заняты ли ее участники, например, какими-то сплетнями (Родитель — Родитель), решают ли реальную проблему (Взрослый — Взрослый) или просто играют вместе (Ребенок — Ребенок или Родитель — Ребенок).

Обратное правило состоит в том, что процесс коммуникации прерывается, если происходит то, что мы называем **пересекающейся** транзакцией. На схеме 3а представлена наиболее обычная пересекающаяся транзакция, которая вызывает наибольшие трудности в процессе общения, какой бы стороны человеческих отношений она ни касалась: семейной жизни, любви, дружбы или работы (пересекающаяся транзакция первого типа). Именно этот тип транзакции доставляет наибольшие хлопоты психотерапевтам (в психоанализе он получил название классической реакции переноса). Стимул рассчитан на взаимоотношения Взрослый — Взрослый, например: «Давай попробуем понять, почему в последнее время ты стал много пить» или «Ты не знаешь, где мои запонки?» Соответствующим транзакции Взрослый — Взрослый в первом случае может быть признан ответ: «Давай попробуем понять. Мне и самому этого хочется». А во втором: «Зaponки лежат на столе».



а) Первого типа



б) Второго типа

Схема 3. Пересекающиеся транзакции

Однако собеседник может вдруг вспылить. Тогда ответы будут другие, например, в первом случае: «Ты как мой отец все время меня критикуешь», — а во втором: «Вечно я у тебя во всем виновата!» Оба последних ответа соответствуют схеме Ребенок — Родитель, и, как видно из схемы 3а, векторы транзакций пересекаются.

При подобных обстоятельствах следует временно отложить решение проблемы алкоголя или запонок до тех пор, пока векторы не будут приведены в порядок. Это может продолжаться несколько месяцев в первом примере и несколько секунд во втором, причем либо игрок должен стать Родителем, дополняя неожиданно проснувшегося в собеседнике Ребенка, либо нужно активизировать в нем Взрослого. Если, например, при обсуждении с хозяйкой качества мытья посуды, вдруг служанка вздумает взбунтоваться, то разговор на уровне Взрослый — Взрослый будет закончен. Возможным продолжением может стать коммуникация на уровне Ребенок — Родитель или обсуждение другой Взрослой проблемы: не следует ли хозяйке уволить служанку?

На схеме 3б показан случай, обратный пересекающейся транзакции первого типа. Он представляет собой реакцию контрпереноса, хорошо знакомую психотерапевтам: пациент делает объективное, Взрослое замечание, а врач перекрещивает векторы, отвечая как родитель ребенку. Это пересекающаяся транзакция второго типа. Например, на вопрос: «Не знаешь, где мои запонки?» — может последовать ответ: «Почему ты никогда сам не знаешь, где твои вещи? Ты ведь, кажется, уже не ребенок?»

Диаграмма взаимоотношений (схема 4), на которой изображены девять возможных векторов общения между спрашивающим и отвечающим, обладает некоторыми интересными свойствами.

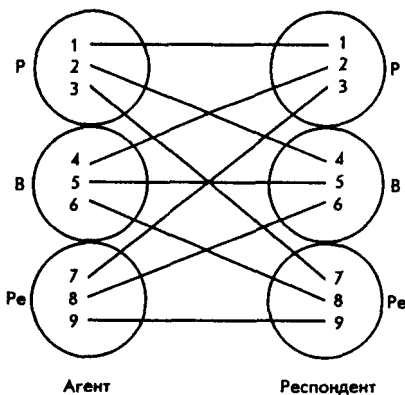


Схема 4. Диаграмма взаимоотношений

Дополнительные транзакции между «равными психологическими состояниями» представлены линиями $(1-1)^2$, $(5-5)^2$ и $(9-9)^2$. Транзакции $(2-4)$ $(4-2)$, $(3-7)$ $(7-3)$ и $(6-8)$

22

$(8-6)$ тоже дополнительные. Все остальные комбинации образуют пересекающиеся транзакции, и на диаграмме они тоже пересекаются: например $(3-7)$ $(3-7)$, — двое людей, лишившихся дара речи, свирепо уставились друг на друга. Если никто из них не уступит, коммуникация прекратится и они разойдутся в разные стороны. Обычно один отступает на

$(7-3)$, что приводит к игре «Скандал»; лучшим решением было бы $(5-5)^2$, при котором оба рассмеются или обменяются рукопожатием.

Простые дополнительные транзакции чаще всего встречаются при неглубоких производственных или общественных взаимоотношениях. Их легко нарушить простыми пересекающимися транзакциями. В сущности, поверхностные взаимоотношения можно определить как не выходящие за пределы простых дополнительных транзакций. Такого рода взаимоотношения возникают в совместной деятельности, ритуалах и времяпрепровождениях.

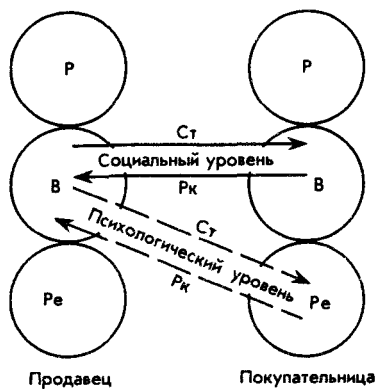
Более сложными являются **скрытые** транзакции, требующие одновременного участия более чем двух состояний Я. Именно эта категория служит основой для игр. Продавцы, например, весьма сведущи в так называемых «угловых транзакциях», в которых участвуют три состояния Я. Следующий обмен репликами является ярким, хотя и несколько грубоватым примером торговой игры.

Продавец: Эта модель лучше, но она вам не по карману.

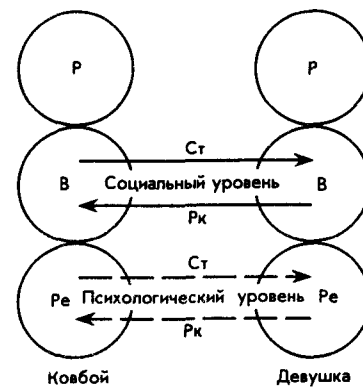
Покупательница: Вот ее-то я и возьму.

Эта транзакция проанализирована на схеме 5а. Продавец на уровне Взрослого констатирует два факта: «Эта модель лучше» и «Она вам не по карману». На социальном уровне слова продавца кажутся обращенными к Взрослому покупательницы, поэтому она должна была бы ответить: «Вы, безусловно, правы и в том, и в другом». Однако скрытый, психологический вектор был умело направлен опытным Взрослым продавцом к Ребенку покупательницы. Ответ, который дал Ребенок, показывает, что наш анализ правилен. Покупательница думает: «Несмотря на финансовые последствия, я покажу этому наглецу, что я ничуть не хуже других его покупателей». Эта транзакция дополнительна на обоих уровнях, поскольку продавец как бы принимает ответ покупательницы за чистую монету, то есть как ответ Взрослого, решившего сделать покупку.

В двойной скрытой транзакции участвуют четыре состояния Я. Она часто присутствует при флирте.



а) Угловая транзакция



б) Двойная транзакция

Схема 5. Скрытые транзакции

Ковбой: Не хотите ли посмотреть конюшню? Девушка: Ах, я с детства обожаю конюшни! На схеме 5б видно, что на социальном уровне происходит разговор о конюшнях между Взрослыми, в то время как на психологическом уровне это разговор Ребенка с Ребенком и его содержание — сексуальные взаимоотношения (заигрывание). На поверхности инициатива принадлежит Взрослому, но исход большинства подобных игр на самом деле предопределяет Ребенок, так что участников игры может ждать сюрприз.

Таким образом, мы подразделяем транзакции на дополнительные и пересекающиеся, на простые и скрытые, а последние — на угловые и двойные.

ПРОЦЕДУРЫ И РИТУАЛЫ

Как правило, трансакции следуют друг за другом в определенной последовательности. Эта последовательность не является случайной, а планируется одним из трех состояний Я: Родителем, Взрослым, Ребенком или, в более общем смысле, обществом, реальной ситуацией или личностными особенностями. Требования адаптации предусматривают: пока данная социальная ситуация не опробована, Ребенок должен находиться под защитой Взрослого или Родителя. Поэтому планирование, исходящее от Ребенка, чаще всего встречается в уже опробованных ситуациях, предполагающих наличие близости и конфиденциальности.

Простейшими формами общественной деятельности являются процедуры и ритуалы. Некоторые из них универсальны, другие носят локальный характер, однако всем им надо учиться. Процедурой мы называем серию простых дополнительных Взрослых трансакций, направленных на взаимодействие с действительностью, которая имеет два аспекта: статический и динамический.

Мы считаем, что статическая действительность включает все возможные сочетания и расположения вещества во Вселенной. Арифметика, например, состоит из утверждений о статической действительности.

Динамическая действительность содержит потенциальные возможности взаимодействия всех энергетических систем во Вселенной. Химия, например, состоит из утверждений, касающихся динамической действительности. Процедуры основаны на переработке информации и оценках вероятностей, касающихся материальной стороны действительности. Они достигают наиболее совершенной формы в профессиональных умениях. Процедурами являются, например, управление самолетом и операция по удалению аппендицита. Психотерапия тоже относится к разряду процедур, однако до тех пор, пока ситуацию контролирует Взрослый психотерапевт. Как только на первый план выходит Родитель или Ребенок, психотерапия перестает быть процедурой. Планирование процедуры определяется конкретным материалом на основе оценок, произведенных Взрослым.

Процедуры можно оценить по двум параметрам. Мы говорим, что процедура целесообразна, если субъект деятельности, которого мы назвали агентом, наилучшим образом использует имеющиеся у него данные и накопленный опыт, хотя его знания сами по себе могут быть недостаточными.

Если же во время переработки информации Взрослым в дело вмешивается Родитель или Ребенок, процедура становится, как мы ее называем, загрязненной и менее целесообразной. Об эффективности процедуры судят по результатам. Таким образом, целесообразность — это психологический критерий, а эффективность — материальный. Например, один местный лекарь на тропическом острове приобрел высокую квалификацию в удалении катаракты. Он весьма целесообразно использовал знания, которыми располагал, но поскольку знал он меньше, чем проживающий там же профессиональный глазной врач, то эффективность его работы была ниже. Вскоре глазной врач пристрастился к выпивке, поэтому целесообразность его работы резко упала. Вначале эффективность его работы не страдала, но с годами руки у него стали трястись, и его ассистент — местный лекарь — начал превосходить его не только в целесообразности, но и в эффективности. Этот пример показывает, что оба описанных выше параметра лучше всего может оценить эксперт по данным процедурам: целесообразность — путем личного знакомства с субъектом деятельности, а эффективность — на основе результатов его деятельности.

В рамках нашего анализа мы называем ритуалом стереотипную серию простых дополнительных трансакций, заданных внешними социальными факторами. Неформальный ритуал (например, прощание) в разных местностях может отличаться рядом деталей, однако в основе своей он неизменен. Формальные ритуалы (например, католическая литургия) характеризуются гораздо меньшей свободой, форма ритуала определяется Родительской традицией, однако в незначительных деталях может сходным образом сказываться более

позднее Родительское влияние, хотя его результаты и не столь устойчивы. Некоторые формальные ритуалы, особенно интересные с исторической и этнографической точек зрения, имеют две фазы:

- 1) Трансакции происходят при строгой Родительской цензуре;
- 2) Родитель отступает в сторону и Ребенок получает более или менее полную свободу трансакций, приводящую порой к оргии.

Многие формальные ритуалы первоначально были сильно «загрязненными» (в указанном выше смысле), хотя и весьма целесообразными процедурами. Однако по мере того, как шло время и менялись обстоятельства, многие из них потеряли какое-либо значение как процедуры и превратились в символ лояльности. Как трансакции они представляют собой попытку избавиться от чувства вины и получить вознаграждение путем соответствия Родительским требованиям. Ритуалы предлагают безопасный, вселяющий уверенность и часто приятный способ структурирования времени.

Приступая к анализу игр, мы считаем полезным вначале рассмотреть некоторые неформальные ритуалы. Думаем, что наиболее поучительным примером могут быть варианты американских ритуалов приветствия.

- 1) *A*: Привет! (Доброе утро!). *B*: Привет! (Доброе утро!).
- 2) *A*: Тепло сегодня, правда? (Как поживаете?).
B: Да. Хотя, по-моему, скоро пойдет дождь. (Прекрасно. А вы?)

26

- 3) *A*: Ну, счастливо. (Все в порядке.) *B*: До встречи.
- 4) *A*: Пока! *B*: Пока!

Очевидно, что этот обмен репликами не несет никакой информации. Даже если собеседникам есть что сообщить друг другу, они мудро воздерживаются от этого. Чтобы *A* мог рассказать о том, как он поживает, ему понадобилось бы минут пятнадцать, но у *B*, видимо случайного знакомого, нет времени и желания его слушать. Такую серию трансакций справедливо и вполне адекватно мы назвали ритуалом из восьми «поглаживаний». Если бы *A* и *B* спешили, то они вполне могли бы удовлетвориться двумя «поглаживаниями»: «Привет!» — «Привет!» Если бы они были, например, старомодными восточными монархами, то, прежде чем перейти к делу, им пришлось бы исполнить ритуал из двухсот «поглаживаний». В нашей ситуации, говоря языком трансакционного анализа, *A* и *B* слегка улучшили самочувствие друг другу и каждый из них благодарен за это другому.

Этот ритуал с обеих сторон основан на тщательном интуитивном расчете. На этом уровне знакомства оба собеседника чувствуют, что должны друг другу при каждой встрече примерно четыре «поглаживания», и при этом не чаще раза в день. Если же они вскоре встретятся снова (например, через полчаса) и ничего нового за это время не возникло, то они просто пройдут, не заметив друг друга, или слегка кивнут головой. Самое большее, что они могут сделать, это обменяться небрежным: «Привет!»

Подобные ситуации возникают не только в течение коротких интервалов времени. Они могут охватывать периоды и в несколько месяцев. Рассмотрим следующий случай. *C* и *D* встречаются раз в день, обмениваются одним «поглаживанием» («Привет!» — «Привет!») и идут по своим делам. Потом *C* уезжает в отпуск на месяц. В день своего возвращения он, как обычно, встречает *D*. Если *D* опять ограничится лишь словом «Привет!», то *C* может обидеться. По расчетам *C*, они с *D* должны друг другу около тридцати «поглаживаний». Но их вполне можно вместить в несколько трансакций, если сделать их достаточно выразительными. *D* должен был бы повести себя следующим образом (каждая единица «интенсивности» или «интереса» в его репликах соответствует одному «поглаживанию»):

- 1) *D*: Привет! (1 единица.)
- 2) *D*: Что-то вас давно не было видно. (2 единицы.)

- 3) *D*: Неужели? Где же вы были? (5 единиц.)
- 4) *D*: Вот здорово! Потрясающе! Ну и как? (7 единиц.)
- 5) *D*: Выглядите вы чудесно. (4 единицы.) Ездили вместе с семьей? (4 единицы.)
- 6) *D*: Рад был вас снова повидать. (4 единицы.)
- 7) *D*: Всего хорошего. (1 единица.)

Таким образом, на счету *D* двадцать восемь «поглаживаний». И *D*, и *C* знают, что на следующий день *D* отдаст два недостающих «поглаживания», так что счет практически сравняется. Двумя днями позже они вернутся к обычному обмену двумя «поглаживаниями» («Привет!» — «Привет!»). Однако теперь они лучше знают друг друга, так как убедились, что оба — вполне надежные партнеры, а это может пригодиться, если они встретятся в обществе. Полезно рассмотреть и обратный случай. *E* и *F* обычно следуют ритуалу из двух «поглаживаний» («Привет!» — «Привет!»). Но вот однажды вместо того, чтобы, обменявшись стандартным приветствием, пройти мимо, *E* останавливается и спрашивает: «Как дела?» Происходит следующий диалог:

- 1) *E*: Привет! *F*: Привет!
- 2) *E*: Как дела?
- F*: (*озадачен*): Прекрасно. А у вас?
- 3) *E*: Великолепно. Тепло сегодня, правда?
- F*: Да. (*осторожно*). Хотя, похоже, будет дождь.
- 4) *E*: Приятно было повидать вас.
- F*: И мне. Извините, я должен успеть в библиотеку до закрытия. Всего хорошего.
- 5) *E*: Всего хорошего.

Торопливо уходя прочь, *F* ломает голову: «Что это с ним вдруг случилось? Может быть, он теперь работает страховым агентом?» В терминах транзакционного анализа подразумевается: «Он мне должен всего одно «поглаживание». Почему он вдруг выдал целых пять?»

Приведем еще более простой пример, иллюстрирующий транзакционную, деловую природу этих простейших ритуалов:

N говорит: «Привет!» — а *H*, не отвечая, проходит мимо. «Что с ним произошло?» — думает *N*, то есть: «Я „погладил" его, а он мне „поглаживания" не вернул». Если *H* продолжает вести себя подобным же образом и с другими знакомыми, то это наверняка вызовет осуждающие разговоры в его окружении.

В некоторых случаях очень трудно провести границу между процедурой и ритуалом. Дилетанты обычно называют профессиональные процедуры ритуалами. И хотя практически каждая транзакция основана на здравом смысле, а порой и на жизненно важном опыте, у дилетантов недостает знаний, чтобы это оценить. Наоборот, профессионалы, как правило, стремятся разумно обосновать ритуальные элементы, присутствующие в процедурах, и не обращать внимания на скептически настроенных дилетантов на том основании, что те просто не обладают достаточными знаниями для понимания этих разумных основ. Зато это один из способов, с помощью которого ставшие стеной профессионалы могут воспрепятствовать новой, вполне здоровой процедуре: высмеять ее как ритуал. Это объясняет судьбу Земмельвейса⁵ и многих других новаторов.

Существенной особенностью и процедур, и ритуалов мы считаем то, что они стереотипны. Как только произошла первая транзакция, все остальные в серии становятся предсказуемыми. А порядок их известен заранее. Результат последовательности транзакций

⁵ Земмельвейс, Игнац Филипп (1818—1865) — венгерский акушер, впервые добившийся резкого снижения смертности от родильной горячки (родового сепсиса) благодаря тщательному мытью рук и дезинфицированию их. Его метод был встречен врачами очень враждебно

также предопределен, если, конечно, не случается что-то непредвиденное.

Процедура и ритуал различаются в зависимости от того, что предопределяет их ход: процедуры планируются Взрослым, а ритуалы следуют схемам, заданным Родителем.

Люди, не умеющие хорошо исполнять ритуалы или чувствующие себя при этом неуютно, иногда стараются избегать их, заменяя процедурами. К этой категории, например, относятся гости, которые любят помогать хозяйке готовить и разносить угощения во время званых вечеров.

ВРЕМЯПРЕПРОВОЖДЕНИЯ

Времяпрепровождения (как способ проводить время) можно рассматривать на социальном и временном фоне с учетом различных степеней сложности, соответственно имея в виду различные уровни сложности процесса.

Однако если принимать за единицу общения транзакцию, можно выделить из всех относящихся сюда ситуаций некоторую сущность, которую мы и назвали времяпрепровождением. Определим его как серию простых, полуритуальных дополнительных транзакций, сгруппированных вокруг одной темы, целью которой является структурирование определенного интервала времени. Начало и конец такого интервала мы обычно обозначаем процедурами или ритуалами. При этом транзакции приспособлены к нуждам всех участников таким образом, чтобы каждый мог получить максимальный выигрыш в течение данного интервала. Чем лучше адаптирован участник, тем больше его выигрыш.

Времяпрепровождения, как правило, составляют основное содержание, например, различных вечеринок или времени ожидания перед самым началом какого-нибудь официального собрания. Причем структура и динамика человеческих взаимоотношений в обоих случаях одинаковы. Времяпрепровождения в эти периоды могут принимать форму «болтовни» или серьезного обсуждения какой-либо проблемы.

Компания гостей, приглашенных на коктейль, подчас представляет собой своего рода выставку разнообразных способов времяпрепровождения. В одном углу могут играть в «Родительский комитет», обсуждая вопросы воспитания детей, в другом — собрались любители психиатрии, в третьем углу обсуждают того или иного человека, а четвертая группа может быть поглощена вопросом: «Какая машина лучше?» Женщины обычно говорят о проблемах кухни и гардероба.

Наблюдения подтверждают, что такого рода мероприятие практически ничем, кроме имен присутствующих там людей, не отличается от десятков подобных же вечеринок, происходящих в то же самое время и в такой же среде. Для различных социальных слоев типичен разный набор времяпрепровождения.

Времяпрепровождения можно классифицировать многими способами. Характеристика по внешним параметрам основана на социальных признаках (пол, возраст, семейное положение, национальная принадлежность, культурный уровень, благосостояние). Такие темы, как «Какой автомобиль лучше?», «Кто выиграл спортивные соревнования?» и т. п., относятся к «мужским разговорам». А к «женским разговорам» относятся темы: «Покупки», «Кухня», «Гардероб» и т. п. Подростки чаще всего играют в «Ухаживание», а наиболее распространенная игра для людей среднего возраста — «Доходы и расходы». К этой группе, представляющей собой вариации «светской болтовни», относятся: «Как это делается» (прекрасно подходит для короткого авиапутешествия); «Почем?» (любимое времяпрепровождение в барах среди людей среднего достатка и ниже); «А вы бывали когда-нибудь в...?» (ностальгическое, популярное среди «бывалых» людей); «Вы знакомы с (таким-то)?» — времяпрепровождение для одиноких людей; «А что стало» (со стариной Джо)?

(часто играют те, кому повезло или, наоборот, не повезло на финансовом поприще); «На следующее утро» (Похмелье) и «Коктейль» (Я знаю рецепт получше) — времяпрепровождения, типичные для честолюбивых молодых людей определенного типа.

Структурно-деятельностную классификацию времяпрепровождения мы основываем на личностных характеристиках. В «Родительский комитет», например, можно играть на трех уровнях. На уровне Ребенок — Ребенок игра принимает вид: «Что делать с упрямыми родителями?» На уровне Взрослый — Взрослый: «Родительский комитет» (в собственном смысле слова) — это времяпрепровождение, популярное среди образованных молодых матерей. У более старшего поколения это времяпрепровождение обычно принимает назидательную форму: «Преступность среди несовершеннолетних» (уровень Родитель — Родитель). Некоторые супружеские пары играют в «Скажи им, дорогой», в которой жена говорит от лица Родителя, а муж подыгрывает ей как не по годам развитый ребенок.

Еще более убедительна психологическая классификация времяпрепровождения. Например, и в «Родительский комитет», и в «Психиатрию» можно играть в так называемой проецирующей и интроецирующей форме. На схеме 6а дан анализ времяпрепровождения уровня «Родительский комитет» проецирующего типа, основанного на конструкции Родитель — Родитель.

A: Если бы не разводы, не было бы такой преступности среди подростков.

B: Дело не только в этом. Сейчас детей даже в благополучных семьях не учат хорошим манерам, как это было в наше время.

«Родительский комитет» интроецирующего типа соответствует конструкции Взрослый — Взрослый:

C: Мне кажется, я просто не могу быть хорошей матерью.

D: Как бы вы ни старались, дети все равно вырастают не такими, как хочется. Вам только и остается, что гадать: правильно ли вы поступаете и какие ошибки успели совершить?

«Психиатрия» проецирующего типа (уровень Взрослый — Взрослый):

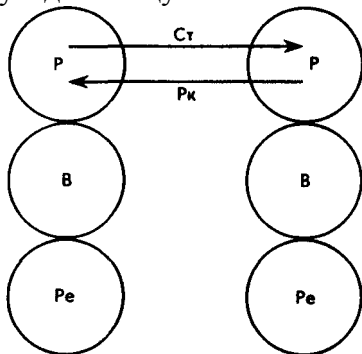
E: По-моему, его поведение — результат подсознательной фрустрации.

F: Мне кажется, вам прекрасно удалось сублимировать ваши агрессивные наклонности.

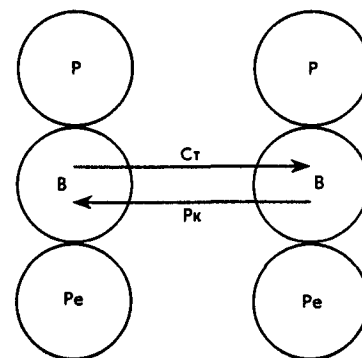
На схеме 6б показана «Психиатрия» интроецирующего типа. Это времяпрепровождение на уровне «Взрослый — Взрослый».

N: Для меня эта живопись символизирует порочность и грязь.

H: Что касается меня, занятия живописью — это попытка угодить отцу.



а) «Родительский комитет» проецирующего типа: «Преступность среди несовершеннолетних»



б) «Психиатрия» интроецирующего типа: «Психоанализ»

Схема 6. Времяпрепровождения

Времяпрепровождения не только создают структуру времени и обеспечивают участникам взаимно приемлемые «поглаживания», но и выполняют функцию социального отбора. В процессе времяпрепровождения Ребенок в каждом участнике внимательно наблюдает за

партнерами и оценивает их возможности. К концу вечеринки каждый игрок выберет себе нескольких человек, с которыми ему захочется познакомиться поближе, отбросив других участников, независимо от того, насколько интересными или привлекательными они были в течение вечера. Избранники обычно представляют собой наиболее вероятных кандидатов для более сложных взаимоотношений, то есть для игр. Такую систему отбора, несмотря на наше желание дать ей рациональное объяснение, мы считаем в большой степени интуитивной и бессознательной.

В некоторых случаях в процессе отбора Взрослый берет верх над Ребенком. Например, рассмотрим ситуацию, в которой страхового агента старательно учат разного рода социальным времяпрепровождениям. В процессе игры его Взрослый прислушивается к возможным клиентам и выделяет их из остальных партнеров как людей, с которыми ему хотелось бы познакомиться поближе. Причем его выбор, как правило, совершенно не зависит от их умения играть или от ощущения внутреннего родства с ними, а основывается на второстепенных факторах, в данном случае на их готовности платить.

Между тем времяпрепровождения обладают одной специфической особенностью — они взаимно исключают друг друга. Например, «мужской разговор» и «женский разговор» никогда не смешиваются. Компания, увлеченно играющая в «А вы бывали когда-нибудь... (там-то)?», с раздражением отнесется к назойливому гостю, который хочет играть в «Сколько стоит...?». Игрокам в «Родительский комитет» проецирующего типа не понравится вторжение интроецирующих игроков, хотя их недовольство не будет столь сильным, как в обратной ситуации.

Времяпрепровождения формируют основу для знакомства и могут привести к дружбе. Например, компания женщин, каждое утро собирающаяся по очереди в чьем-нибудь доме, чтобы выпить кофе и поиграть в «Непутевого мужа», скорее всего окажет весьма прохладный прием новой соседке, которая хочет играть во «Все замечательно». Каково им, без конца твердящим, что у них отвратительные мужья, слышать, как новая соседка расхваливает своего мужа, утверждая, что он — само совершенство. Вряд ли они будут долго терпеть ее в своей компании. Если на вечеринке кто-то из компании хочет перейти от беседующих в одном углу в другую группу, то он либо должен присоединиться к новому времяпрепровождению, либо суметь переключить эту группу на новую тему. Хорошая хозяйка, безусловно, всегда владеет ситуацией. В случае необходимости она объявит программу: «Мы тут играем в „Родительский комитет“ проецирующего типа. Хотите принять участие?» Или: «Ну, девочки, вы, должно быть, уже наигрались в „Гардероб?“» Или: «Познакомьтесь, мистер N — писатель (политик, хирург). Я уверена, что он с удовольствием сыграет в „Смотри, мама, какой я молодец!“ Не правда ли, мистер N?»

Времяпрепровождения способствуют подтверждению ролей, избранных человеком, и укреплению его жизненной позиции. Понятие «роль» сходно с тем, что Юнг⁶ называл *persona*, с той только разницей, что это понятие более глубоко коренится в фантазиях. В «Родительском комитете» проецирующего типа один из игроков может взять на себя роль сурового Родителя, другой — добродетельного Родителя, третий — роль снисходительного Родителя, а четвертый — роль Родителя-помощника. Все четверо ощущают Родительское состояние Я и действуют в соответствии с ним. Однако все четверо его ощущают по-разному. Если роль каждого из них признается другими, то есть не вызывает антагонизма, или в ответ на любой антагонизм только укрепляется, или встречает одобрение людей некоторого типа (что выражается в «поглаживаниях»), то это означает, что данная роль встречает поддержку.

А подтверждение роли способствует укреплению жизненной позиции индивида.

⁶ Юнг, Карл Густав (1875—1961) — швейцарский психолог и психиатр, последователь психоанализа, один из ближайших сотрудников Фрейда. В дальнейшем их научные пути разошлись.

Жизненная позиция формулируется в виде простого утверждения, влияющего на все транзакции того или иного индивида. В конечном итоге жизненная позиция определяет не только его судьбу, но чаще всего и судьбу его потомков. Позиция может быть более или менее абсолютной. Типичными жизненными позициями, исходя из которых можно играть, например, в «Родительский комитет» проецирующего типа, являются следующие: «Все дети — плохие!», «Все чужие дети — плохие!», «Все дети печальны!», «Детям всегда достается!» Каждая из этих позиций соответственно вызывает к жизни роль сурового, или добродетельного, или снисходительного Родителя или Родителя-помощника. Жизненная позиция проявляется прежде всего в установке, которую она порождает. Именно в соответствии с установкой индивид проводит транзакции, составляющие его роль.

Выбор и фиксация позиций происходят у человека на удивление рано, в основном начиная со второго года жизни (иногда даже с первого), и заканчиваются примерно к семи годам. Во всяком случае, это происходит гораздо раньше, чем человек приобретает достаточный жизненный опыт и ясность мысли, чтобы понять, какими серьезными обязательствами он себя связал.

На основе жизненной позиции, занимаемой человеком, нетрудно сделать вывод о том, какое у него было детство. И если не вмешиваются какие-то важные обстоятельства, то человек чаще всего всю жизнь занят укреплением своей позиции и борьбой с ситуациями, угрожающими ей. Он будет избегать этих ситуаций, обороняться от некоторых элементов или будет умело манипулировать ими, добиваясь того, чтобы из угрозы его жизненной позиции они превращались в оправдание.

Почему времяпрепровождения столь стереотипны? Одна из причин состоит в том, что они служат в основном стереотипным целям. Однако преимущества, которые они сулят человеку, так велики, что становится понятным, почему люди предаются им с таким энтузиазмом и почему так приятно играть с партнером, который занимает творческую и благожелательную позицию.

Времяпрепровождение не всегда легко отличить от деятельности; они действительно часто встречаются вместе. Многие обыденные времяпрепровождения, например «Какая машина лучше?», следуют схеме, которую психологи назвали бы обменом репликами по типу: «Выбери один из предложенных вариантов и закончи предложение».

Л. «Форд» мне нравится больше, чем «Шевроле», «Плимут», потому что...

В. Ну, я бы скорее купил «Форд», чем «Шевроле», «Плимут», потому что...

Очевидно, что подобные стереотипные высказывания вполне могут содержать полезную информацию.

Можно упомянуть еще несколько широко распространенных времяпрепровождений. «У меня тоже» часто является вариантом «Подумайте, какой ужас!», «Почему бы им не» (сделать что-нибудь в этой связи) — любимое времяпрепровождение домохозяек, не стремящихся к эмансипации. «А мы тогда» (сделаем то-то) — времяпрепровождение на уровне Ребенок — Ребенок. «Что бы такое отмочить» — времяпрепровождение для несовершеннолетних преступников или слишком весело настроенных взрослых.

ИГРЫ 1. Определение

Игрой мы называем серию следующих друг за другом скрытых дополнительных транзакций с четко определенным и предсказуемым исходом. Она представляет собой повторяющийся набор порой однообразных транзакций, внешне выглядящих вполне

правдоподобно, но обладающих скрытой мотивацией; короче говоря, это серия ходов, содержащих ловушку, какой-то подвох. Игры отличаются от процедур, ритуалов и времяпрепровождения, на наш взгляд, двумя основными характеристиками: 1) скрытыми мотивами; 2) наличием выигрыша. Процедуры бывают успешными, ритуалы — эффективными, а времяпрепровождение — выгодным. Но все они по своей сути чистосердечны (не содержат «задней мысли»). Они могут содержать элемент соревнования, но не конфликта, а их исход может быть неожиданным, но никогда — драматичным. Игры, напротив, могут быть нечестными и нередко характеризуются драматичным, а не просто захватывающим исходом.

Нам необходимо разграничить игры с ранее не обсуждавшимся типом социального действия, а именно с операцией. Операцией мы называем простую транзакцию или набор транзакций, предпринятых с некоторой заранее сформулированной целью. Например, если человек честно просит, чтобы его утешили, и получает утешение, то это операция. Если кто-либо просит, чтобы его утешили, и, получив утешение, каким-то образом обращает его против утешителя, то это игра. Следовательно, внешне игра выглядит как набор операций. Если же в результате игры один из участников получает «вознаграждение», то становится ясно, что в ряде случаев операции следует считать маневрами, а просьбы — неискренними, так как они были лишь ходами в игре.

Например, в игре «Страхование», о чем бы страховой агент ни вел разговор, если он настоящий игрок, он ищет клиента или «обрабатывает» его. Единственная его цель — заполучить «добычу». То же самое относится к играм «Недвижимое имущество» и другим подобного типа. Поэтому когда коммерсант на званом вечере вместе с другими гостями участвует в тех или иных времяпрепровождениях, например в «Доходах и расходах», то за его дружеским поведением фактически может скрываться целый ряд умелых маневров, цель которых — добыть интересующую его информацию. В США существуют десятки профессиональных журналов, обучающих искусству коммерческих маневров. Они рассказывают о выдающихся играх и игроках (коммерсантах, заключивших исключительно удачные сделки). С точки зрения транзакционного анализа такие издания ничем не отличаются от известных спортивных журналов.

Однако предметом нашего исследования являются бессознательные игры, в которые играют неискушенные люди. Не отдавая себе в этом отчета, они порождают в процессе игры двойные транзакции. Именно такие игры во всем мире образуют важнейший аспект общественных взаимоотношений. Благодаря их динамической природе игры нетрудно отличить от статических установок, являющихся чаще всего результатом жизненной позиции.

Не следует заблуждаться относительно значения слова «игра». Как мы уже говорили, игра совсем необязательно предполагает удовольствие или веселье. Например, коммивояжеры совсем не считают свою работу забавной, как это прекрасно показал Артур Миллер⁷ в пьесе «Смерть коммивояжера»¹. Многие игры весьма серьезны. Так же как сегодня спортсмены всерьез играют в футбол, так и большинство игроков нельзя обвинить в отсутствии серьезного отношения к играм.

То же самое относится и к словам «играть» и «игрок». Это могут подтвердить игроки в покер, а также те, кто долго играл на бирже. Этнографы, представители других наук знают о том, какой серьезный характер могут приобретать игры. Одна из самых сложных когда-либо существовавших игр — «Придворный», превосходно описана Стендалем в «Пармской обители». Эта игра отличалась убийственной серьезностью.

⁷ Миллер, Артур (р. 1915) — американский драматург. Трагедия «Смерть коммивояжера» (1949) о крахе успеха как мечты, веры и моральной нормы «маленького человека».

Наиболее зловещей игрой является, конечно, война.

2. Типичная игра

Проиллюстрируем основные черты игр на примере одной игры, наиболее распространенной среди супругов, которую можно назвать «Если бы не ты».

...Миссис Уайт жаловалась на то, что ее муж всегда очень строго ограничивал ее светскую жизнь, поэтому она так и не научилась танцевать. После того как она прошла курс лечения у психотерапевта, что повлияло на ее установку, ее муж стал чувствовать себя менее уверенно и стал больше ей разрешать. Миссис Уайт могла теперь расширить поле своей деятельности и записалась на уроки танцев. И вдруг она обнаружила, к своему ужасу, что смертельно боится танцевать на глазах у людей, и ей пришлось отказаться от своей затеи.

Это неприятное происшествие, так же как и целый ряд ему подобных, пролило свет на некоторые особенности брака миссис Уайт. Из всех своих поклонников она выбрала в мужа самого деспотичного претендента. Это в дальнейшем дало ей возможность сетовать на то, что она могла бы заниматься различными делами, «если бы не он». У многих ее подруг мужа тоже были деспотичными, так что, собираясь за чашечкой кофе, они подолгу играли в «Если бы не он».

Однако вопреки ее жалобам выяснилось, что на самом деле муж оказывал ей большую услугу, запрещая делать то, чего она сама очень боялась. Более того, он фактически даже не давал ей возможности догадаться о своем страхе. Это, наверное, и была одна из причин, по которой ее Ребенок весьма прозорливо выбрал такого мужа.

Но этим дело еще не исчерпывалось. Запреты мужа и жалобы жены были причиной частых ссор, что отрицательно сказывалось на их интимной жизни. Муж испытывал при этом чувство вины, поэтому постоянно дарил жене подарки. Он этого не делал бы, если бы все было в порядке. Когда же муж предоставил жене больше свободы, то его подарки стали и дешевле, и реже. Помимо дома и детей, супруги, по существу, имели мало общих интересов, поэтому на этом фоне ссоры были для них серьезным событием, во время которых разговоры супругов выходили за рамки обычного обмена репликами. В целом семейная жизнь миссис Уайт служила подтверждением мысли, которую она всегда высказывала: все мужчины — подлецы и тираны. Впоследствии оказалось, что подобная ее установка была связана с навязчивыми фантазиями многолетней давности, в которых она представляла себя изнасилованной.

Приведенную игру можно проанализировать с разных сторон. Очевидно, что она принадлежит к явлениям из области социальной динамики. Принципиальный факт состоит в том, что, поженившись, мистер и миссис Уайт получили возможность общаться, то есть установили социальный контакт. Благодаря этому их семья стала социальной группой — в отличие, например, от вагона метро, где люди пространственно находятся в контакте, но редко пользуются возможностью социального контакта и поэтому образуют асоциальную группу. Взаимное влияние супругов Уайт на их поведение и реакции составляет социальное действие.

В рамках различных дисциплин социальное действие можно рассматривать со многих точек зрения. Поскольку наши интересы лежат в области психодинамики личности, то наш подход относится к социальной психиатрии. Мы как бы в неявной форме выносим суждение о том, насколько данные игры отвечают понятию «душевное здоровье».

Такой подход несколько отличается от более нейтральных и менее пристрастных подходов социологии и социальной психологии. В отличие от других дисциплин психиатрия оставляет за собой право вмешаться и воскликнуть: «Погодите!» Трансакционный анализ является частью социальной психиатрии, а анализ игр — это специальный раздел

транзакционного анализа.

Объект практического анализа игр составляют конкретные случаи, происходящие в конкретных ситуациях. В то же время теоретический анализ игр стремится выделить и обобщить характерные черты различных игр, с тем чтобы их всегда можно было узнать независимо от их сиюминутного вербального наполнения и специфической культурной основы. Например, в теоретическом анализе игры «Если бы не ты» (супружеский вариант) должны быть перечислены ее характерные черты таким образом, чтобы эту игру можно было бы легко распознать как в новогвинейской деревне, так и в манхэттенском особняке. Причем сделать это можно независимо от того, связана ли игра с брачной церемонией или с тем, откуда взять деньги на удочки для внуков, а также вне зависимости от того, насколько грубо или тонко сделаны ходы в игре в соответствии с допустимым уровнем откровенности между мужем и женой.

Распространенность той или иной игры в данном обществе входит в компетенцию социологии и этнографии. А анализ игр в плане социальной психиатрии осуществляется путем описания игры как таковой независимо от того, насколько часто она встречается. Возможно, такое разграничение не является исчерпывающим. Оно аналогично различию между медицинской статистикой и терапией: первая интересуется тем, насколько широко распространена, например, малярия, а вторая имеет дело с реальными случаями малярии, где бы то ни было — в джунглях или в Манхэттене.

Ниже мы приводим схему, которая, на наш взгляд, оказалась наиболее полезной для теоретического анализа игр. Безусловно, по мере накопления новых знаний эта схема будет улучшаться. Прежде всего необходимо установить, что данная последовательность маневров отвечает критериям игры. Затем собирается как можно больше образчиков этой игры. В коллекции образцов выделяются существенные черты. Некоторые аспекты игры выделяются как особенно важные. Они классифицируются под соответствующими названиями; желательно, чтобы названия были максимально выразительными с точки зрения имеющихся знаний. Сам анализ проводится с позиции Водящего в игре. В нашем случае это миссис Уайт.

Тезис. Содержит общее описание игры, в том числе и фактическую последовательность событий (социальный уровень) а также информацию о психологическом фоне, эволюции взаимоотношений, об их существенных чертах (психологический уровень). Мы уже дали такое описание для игры «Если бы не ты». В дальнейшем мы будем сокращенно называть ее ЕНТ.

Антитезис. Мы можем лишь предполагать, что некоторая последовательность транзакций является игрой, пока не убедимся в ее существенной значимости для игрока. Для доказательства значимости можно использовать отказ от игры или уменьшение «вознаграждения». В этом случае Водящий предпримет более энергичные попытки, чтобы продолжить игру. Но, столкнувшись с категорическим отказом играть или с ощутимым уменьшением «вознаграждения», он впадает в отчаяние — состояние, отчасти напоминающее депрессию, но отличающееся от нее некоторыми существенными чертами. Это состояние более острое и содержит элементы фрустрации и растерянности, что может выражаться, например, в приступе безутешных рыданий. При успешной терапии такая реакция вскоре может уступить место юмористическому подтруниванию над собой, предполагающему Взрослое понимание: «Ну вот, опять я за старое!»

Следовательно, состояние отчаяния находится в ведении Взрослого, в то время как при депрессии все полномочия, принадлежат Ребенку. Состояние, противоположное депрессии,— надежда, воодушевление и живой интерес к окружающему. Состояние, противоположное отчаянию,— смех. Вот почему так приятен терапевтический эффект анализа игр.

Антитезисом ЕНТ является отсутствие запретов. Игра возможна лишь при условии,

что муж продолжает что-то запрещать жене. Если вместо привычного «Не смей!» он вдруг ответит «Ради бога!», ее замаскированные страхи выйдут наружу, и жена не сможет больше обвинять во всем мужа, как мы уже наблюдали в случае с миссис Уайт. Чтобы лучше понимать природу игры, необходимо знать ее антитезис и продемонстрировать его эффективность на практике.

Цель. Здесь констатируются общие цели игры. Иногда они представляют собой несколько альтернатив. Например, цель ЕНТ можно сформулировать либо как придание себе уверенности («Не в том дело, что я боюсь,— просто он мне не позволяет»), либо как самооправдание («Дело не в том, что я не стараюсь,— просто он меня не пускает»). Первая функция (придание уверенности) более очевидна и в большей степени отвечает потребности в безопасности, которую испытывает жена. Поэтому наиболее распространена точка зрения, что цель ЕНТ состоит именно в придании себе уверенности.

Роли. Как мы уже говорили выше, состояние Я — это не роль, а феномен (психический). Поэтому мы должны формально разграничивать их. Игры подразделяются на требующие участия двух, трех и более игроков — в зависимости от того, на сколько ролей они рассчитаны. Состояние Я каждого игрока иногда соответствует его роли, а иногда нет. ЕНТ рассчитана на двух участников, причем предполагает роли мужа-тирана и подавляемой им жены. Жена может играть свою роль либо с позиции благоразумного Взрослого («Самое разумное, если я буду поступать, как он велит»), либо с позиции капризного Ребенка. Муж-тиран может действовать с позиции Взрослого («Самое разумное для тебя делать, как я говорю») или соскользнуть на позицию Родителя («Не вздумай меня не послушаться»).

Иллюстрации. Очень поучительно попутно изучить детские корни игры, ее прототипы, характерные для раннего возраста. Поэтому, предпринимая формальное описание игры, желательно найти ее детские параллели. Оказывается, дети играют в ЕНТ так же часто, как взрослые, и детский вариант очень похож на взрослый, с той только разницей, что место мужа-тирана занимает реальный родитель.

Трансакционная парадигма⁸. Приводится трансакционный анализ типичной ситуации, описывающий социальный и психологический уровни той скрытой трансакции, которая обнажает суть игры. Наиболее драматический вид ЕНТ приобретает на социальном уровне с позиции Родитель — Ребенок.

М-р Уайт: Сиди дома и занимайся хозяйством.

М-с Уайт: Если бы не ты, я могла бы не сидеть дома, а развлекаться.

На психологическом уровне (скрытый семейный договор) игра ведется с позиции Ребенок — Ребенок и выглядит совсем по-другому.

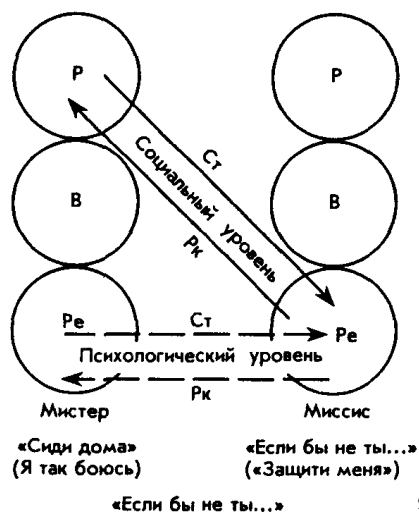
М-р Уайт: Ты всегда должна быть дома, когда я прихожу. Я смертельно боюсь, что меня бросят.

М-с Уайт: Я так и буду вести себя, если ты поможешь мне избежать пугающих меня ситуаций.

Оба эти уровня проиллюстрированы на схеме 7.

Схема 7. Игра

Ходы в игре. Ход в игре, в общем, соответствует «поглаживанию» в ритуале. Как и в любой игре, по мере накопления опыта игроки становятся искуснее. Ходы, не ведущие к цели, отбрасываются, и каждый ход становится более концентрированным в смысле достижения цели. Многие случаи



гер, образец) — система основных научных достижений (теорий, методов), по образцу которых организуется исследовательская практика ученых в данной области знаний в определенный исторический период. Здесь анализ коммуникации дан с точки зрения трансакционного анализа.

«идеальной дружбы» часто основаны на том, что игроки дополняют друг друга очень экономно и к большому взаимному удовлетворению, так что их игры отличаются максимальным выигрышем при минимальной затрате сил. Некоторые промежуточные, предварительные и предупредительные ходы при этом можно опустить, что придает взаимоотношениям красоту и изящество. Усилия, сэкономленные на защитных маневрах, можно потратить на «украшения», к восторгу обоих участников, а часто и наблюдателей.

Для того чтобы игра состоялась, необходимо какое-то минимальное число ходов, и они могут быть зарегистрированы в протоколе. Конкретные игроки могут «расцветить» ходы или сильно увеличить их число в зависимости от своих нужд, способностей или желаний. Вот основная структура ЕНТ:

1) приказ — согласие («Сиди дома» — «Хорошо»);

2) приказ — протест («Сегодня тоже сиди дома» — «Если бы не ты»).

«Вознаграждения», полученные в результате игры, в целом состоят в ее стабилизирующем (гомеостатическом) эффекте. Биологически гомеостаз обеспечивается «поглаживаниями», а укрепление жизненной позиции увеличивает психологическую стабильность. Мы уже говорили, что «поглаживание» на самом деле может принимать различные формы, поэтому биологическое «вознаграждение» можно описывать в терминах тактильного (осязательного) контакта. Например, роль мужа в ЕНТ напоминает шлепок тыльной стороной ладони (весьма отличный от шлепка ладонной стороной кисти, что унижительно), а реакция жены — нечто вроде капризного пинка по голени. Таким образом, биологический выигрыш при ЕНТ есть результат обмена воинственно-капризными транзакциями: это довольно мучительный способ поддержания здоровья, но тем не менее довольно эффективный.

Жизненная позиция жены («Все мужчины — тираны») является реакцией на типичную для состояний фобий потребность сдаться и обнажает четкую структуру игры. Если попытаться дать ее развернутое описание, то получится что-нибудь вроде: «Если я окажусь одна в толпе, соблазн сдаться будет слишком велик; дома же я не сдаюсь, это он меня заставляет, что доказывает: все мужчины — тираны». Поэтому обычно в такую игру играют женщины, для которых типично чувство отрыва от реальности. Это означает, что их Взрослый не в состоянии удерживать контроль над ситуацией при сильном соблазне. Более детальное исследование этого механизма относится уже к области психоанализа, а не анализа игр, для которого основной интерес состоит в конечном результате.

Внутреннее психологическое «вознаграждение» напрямую связано с экономией психической энергии (либидо⁹). В игре ЕНТ социально допустимое подчинение власти мужа защищает жену от приступов невротического страха. В то же время оно удовлетворяет ее мазохистские потребности, если таковые имеются (мы употребляем термин «мазохизм» не в смысле «самоотречения», а в классическом смысле, как состояние сексуального возбуждения, возникающее вследствие депривации, боли или унижения). Иными словами, ситуации депривации и подчинения приводят жену в состояние возбуждения.

Внешнее психологическое «вознаграждение» состоит в уклонении от опасных ситуаций посредством игры. Это особенно очевидно в ЕНТ, где имеется ярко выраженная мотивация: подчиняясь ограничениям со стороны мужа, жена избегает ситуаций, которые вызывают у нее страх.

Смысл внутреннего социального «вознаграждения» содержится в названии игры, под которым она известна в узком кругу. Подчиняясь мужу, жена получает право заявлять: «Если бы не ты». Это помогает ей структурировать время, которое она проводит с мужем. В случае с миссис Уайт потребность в структурировании времени была особенно велика, так как

⁹ Либидо (лат. *libido* — стремление) — одно из центральных понятий фрейдизма, обозначающее глубинную, бессознательную психическую энергию индивида, коренящуюся в сексуальном инстинкте.

общих интересов у них с мужем не было, особенно в период до рождения детей и после того, как дети выросли. Пока дети росли, супруги играли в ЕНТ реже и менее интенсивно, поскольку дети выполняли свою обычную функцию структурирования родительского времени и, кроме того, обеспечивали семью еще более распространенным вариантом ЕНТ «Загнанная домохозяйка».

Тот факт, что молодые американские матери действительно очень заняты, не влияет на анализ этого варианта игры. Анализ игр стремится лишь беспристрастно ответить на следующий вопрос: при условии, что женщина очень занята, каким образом она сумеет воспользоваться своей занятостью, чтобы получить хоть какую-то компенсацию?

Внешнее социальное «вознаграждение» определяется тем, как данная ситуация используется для внешних социальных контактов. Игра «Если бы не ты» (слова жены мужу) легко трансформируется во времяпрепровождение «Если бы не он», популярное при встречах с подругами за чашкой кофе. Игры влияют и на выбор социальных компаньонов. Когда новую соседку приглашают на чашку кофе, на самом деле ее приглашают поиграть в «Если бы не он». Если она будет хорошим партнером, то вскоре может стать для всех лучшей подругой. Если же она откажется играть и будет настойчиво говорить о своем муже в доброжелательном тоне, долго в компании она не продержится. С ней произойдет то же, что обычно происходит с человеком, который отказывается пить на вечеринках. Постепенно ее вообще перестанут приглашать в эту компанию.

Таким образом, мы подошли к концу анализа формальных характеристик ЕНТ. Чтобы лучше уяснить процедуру анализа, мы предлагаем читателю обратиться к приведенному в настоящей книге анализу игры «Почему бы вам не..? — Да, но» (наиболее распространенная игра; она в равной степени популярна на вечеринках, официальных заседаниях и в психотерапевтических группах).

3. Генезис игр

Опираясь на изложенные выше точки зрения, весь процесс воспитания ребенка мы рассматриваем как обучение тому, в какие игры следует играть и как в них играть. Ребенка обучают также процедурам, ритуалам и времяпрепровождениям, отвечающим его положению в конкретной социальной ситуации. Но последнее мы считаем менее важным, чем обучение играм. Знание процедур, ритуалов, времяпрепровождения, умение участвовать в них определяют в основном те возможности, которые будут доступны ребенку, в то время как игры, в которые он научился играть, определяют, как он воспользуется предоставленными возможностями; от них зависит и исход ситуаций, в которые он в принципе может быть вовлечен. Любимые игры, будучи элементами его жизненного сценария, в конечном итоге определяют его судьбу, например «вознаграждения», полученные в результате брака или деловой карьеры и даже обстоятельства его смерти.

Добросовестные родители уделяют большое внимание обучению детей процедурам, ритуалам и времяпрепровождениям, принятым в их кругу. В последующие годы они столь же тщательно выбирают школу, колледж, обучение в которых будет следовать уже заданному курсу. Однако при этом родители практически не обращают внимания на проблему игр, которые образуют основную структуру эмоциональной динамики внутрисемейных взаимоотношений и которым дети обучаются с самых первых месяцев жизни на основе собственных значимых переживаний. Такого рода вопросы обсуждаются уже много веков, однако это обсуждение носит довольно общий и несистематический характер.

В современной психиатрической литературе были сделаны попытки подойти к этим вопросам более методично, но без концепции игр мы вряд ли сможем придать исследованиям достаточно последовательный характер. Теориям, исходящим из внутренней индивидуальной

психодинамики, до сих пор не удавалось удовлетворительно решить проблемы человеческих взаимоотношений. Описание транзакционных ситуаций требует привлечения теории социальной динамики, которую нельзя целиком вывести из анализа индивидуальной мотивации.

Поскольку мы не располагаем большим числом хорошо обученных детских психологов и психотерапевтов, одновременно владеющих и анализом игр, наши данные о происхождении игр пока весьма скудны. Хочется рассказать об одном эпизоде, который произошел в присутствии квалифицированного психотерапевта.

У семилетнего Тэнджи за обедом разболелся живот, и он попросил разрешения выйти из-за стола. Родители предложили ему прилечь. Тогда его трехлетний брат Майк заявил: «У меня тоже болит живот» — с очевидным намерением вызвать ту же реакцию. Отец несколько секунд смотрел на него, а потом спросил: «Ты же не собираешься играть в эту игру?» Майк расхохотался и ответил: «Нет!»

Если бы дело происходило в доме, обитатели которого озабочены проблемами еды и пищеварения, встревоженные родители отправили бы в постель и Майка. Если подобная ситуация повторилась бы несколько раз, то можно было бы ожидать, что эта игра станет частью характера Майка. Это нередко и происходит, если родители подыгрывают ребенку. Каждый раз, испытывая ревность к своему брату-сопернику из-за предоставленной тому привилегии, младший брат объявлял бы себя больным, чтобы тоже получать какие-то привилегии. Скрытая транзакция в этом случае была бы следующей:

(социальный уровень) «Я неважно себя чувствую» + (психологический уровень) «Я тоже хочу получить какую-нибудь привилегию». Однако Майк был спасен от карьеры ипохондрика. Конечно, может случиться, что он станет кем-нибудь и похуже, но мы в данном случае обсуждаем другой вопрос, а именно: игра была прервана в зародыше вопросом отца, и ребенок честно признал, что намеревался начать именно эту игру.

Приведенный пример показывает, что маленькие дети могут играть в игры вполне намеренно. Уже после того, как игры превратятся в фиксированную последовательность стимулов и реакций, их происхождение становится неразличимым за дымкой времени, а скрытые мотивации заволакиваются социальным туманом. И только при помощи соответствующих процедур их можно снова вывести на уровень осознания: происхождение — с помощью методов аналитической терапии, а скрытые мотивы — с помощью антитезиса.

Многочисленные клинические наблюдения показывают, что игры по своей природе имитативны и первоначально возникают как результат деятельности Взрослого в ребенке (неопсихический аспект личности). Если во взрослом игроке удастся активизировать Ребенка, то этот компонент личности (Взрослый внутри Ребенка) обнаруживает такой удивительный психологический талант и такое завидное умение манипулировать людьми, что психиатры заслуженно прозвали его Профессором. Во многих психотерапевтических группах, использующих в основном методику анализа игр, одна из процедур состоит в поиске маленького Профессора внутри каждого участника. Причем все присутствующие обычно как зачарованные слушают рассказ о его младенческих (в возрасте от двух до восьми лет) авантюрах, состоящих в изобретении игр. И если эти игры не кончались трагически, то умело рассказанные истории вызывают у слушателей восторг, а часто и бурное веселье.

Иногда и сам пациент не может скрыть вполне оправданного восхищения своей ловкостью. И если он достиг этого этапа, то, значит, есть надежда, что человек вскоре будет в состоянии отказаться от злополучных поведенческих схем, без которых жизнь его станет гораздо лучше. Именно по этой причине, давая формальное описание той или иной игры, мы всегда стремимся рассмотреть ее младенческий или детский прототип.

4. Функции игры

Повседневная жизнь предоставляет очень мало возможностей для человеческой близости. Кроме того, многие формы близости (особенно интенсивной) для большинства людей психологически неприемлемы. Поэтому в социальной жизни весьма значительную часть составляют игры. Вопрос только в том: играет ли человек именно в те игры, которые для него максимально благоприятны?

Существенная особенность игры — это ее кульминация: выигрыш. Предварительные ходы делаются именно для того, чтобы подготовить ситуацию, обеспечивающую выигрыш, однако при этом ходы планируются с таким расчетом, чтобы каждый следующий шаг в качестве побочного продукта тоже приносил максимально возможное удовлетворение.

Например, в игре «Гость-растяпа» (неуклюжая выходка, а потом извинение) выигрыш, равно как и цель игры, состоит в том, чтобы извинениями вынудить партнера простить Растяпу. Пролитый кофе или мебель, прожженная сигаретой, будут лишь ступеньками, ведущими к этой цели, но и каждый из этих проступков сам по себе приносит удовлетворение игроку. Тем не менее переживание, полученное от пролитого кофе, не делает это происшествие игрой. Решающим стимулом, ведущим к развязке, будет извинение. В противном случае это всего лишь деструктивная процедура, проступок, хотя и он вполне может приносить некоторое удовлетворение.

То же самое можно наблюдать в игре «Алкоголик»: каковы бы ни были психологические корни пьянства (если таковые вообще имеются), в терминах анализа игры выпивка — это просто ход в игре с окружающими. Выпивка может доставлять удовольствие и сама по себе, но суть игры не в этом, что прекрасно показывает вариант игры — «Непьющий алкоголик»; она происходит по тем же правилам и приводит к тому же выигрышу, что и основной вариант игры, но без всяких бутылок.

Одна из функций игр — удовлетворительное структурирование времени; кроме того, многие игры совершенно необходимы некоторым людям для поддержания душевного здоровья. У этих людей психическое равновесие столь неустойчиво, а жизненные позиции столь шатки, что стоит лишить их возможности играть, как они впадут в безысходное отчаяние. Иногда это состояние может даже послужить причиной психоза. Такие люди яростно сопротивляются любым попыткам проведения антитезиса. Подобные ситуации можно часто наблюдать в супружеских взаимоотношениях, когда улучшение психического состояния одного из супругов (например, отказ от деструктивных игр) влечет за собой быстрое ухудшение состояния другого супруга, для которого игры были важнейшим средством поддержания равновесия. Поэтому при анализе игр необходимо соблюдать известную осторожность.

К счастью, свободная от игр человеческая близость, которая по сути есть и должна быть самой совершенной формой человеческих взаимоотношений, приносит такое ни с чем не сравнимое удовольствие, что даже люди с неустойчивым равновесием могут вполне безопасно и даже с радостью отказаться от игр, если им посчастливилось найти партнера для таких взаимоотношений.

В более широком плане игры являются неотъемлемой и динамичной частью неосознаваемого плана жизни или сценария каждого человека; они заполняют время ожидания развязки сценария и в то же время приближают ее. Сценарий должен закончиться чудом или катастрофой; это зависит от того, конструктивен он или деструктивен. Соответственно игры тоже подразделяются на конструктивные и деструктивные. Говоря обыденным языком, те, чьи сценарии ориентированы на «счастливый приход Санта Клауса» скорее всего будут хорошими партнерами в играх типа «Ах, вы необыкновенный человек,

мистер Мергитройд¹⁰». Те же, кто в соответствии со своими трагическими сценариями обязательно ждет, когда «распространится *rigor mortis*»¹¹, будут играть в неприятные игры типа «Ну что, попался, негодяй!»

Хотелось бы отметить, что разговорные выражения вроде тех, которые мы употребили в предыдущем абзаце, являются неотъемлемой принадлежностью анализа игр. Их часто употребляют во время сеансов транзакционной терапии в группах и на семинарах. В дальнейшем мы подробнее остановимся на разговорных выражениях, поскольку их роль существенна для анализа игр.

5. Классификация игр

Мы уже упоминали выше, что большинство переменных, исходя из которых мы анализируем игры и времяпрепровождения, могут служить основой для их систематической классификации. Некоторые более очевидные типы классификации базируются на следующих факторах¹²:

1. Число игроков: игры для двоих участников («Фригидная женщина»), для троих участников («А ну-ка, подеритесь»), для пятерых участников («Алкоголик»), для многих игроков («Почему бы вам не... — Да, но»).
2. Используемый материал: слова («Психиатрия»), деньги («Должник»), части тела («Мне необходима операция»).
3. Клинические типы: истерический («Динамо»), с синдромом навязчивости («Гость-растяпа»), параноидальный («Ну почему такое случается именно со мной?»), депрессивный («Опять я за старое!»).
4. Психодинамические характеристики: контрфобические («Если бы не ты»), проецирующие («Родительский комитет»), интроецирующие («Психиатрия»).
5. Классификация по инстинктивным влечениям: мазохистские («Если бы не ты»), садистские («Гость-растяпа»), фетишистские («Фригидный мужчина»).

Кроме классификации по числу участников, можно рассмотреть еще три количественные характеристики.

1. Гибкость. В некоторые игры (например, «Должник» или «Мне необходима операция») можно играть, используя только один материал; другие игры в этом смысле более гибки.
2. Цепкость. Одни люди легко отказываются от своих игр, другие более упорны.
3. Интенсивность. Одни люди играют с прохладцей, другие — более напряженно и агрессивно. Соответственно игры называются легкими и серьезными.

В зависимости от трех последних характеристик игры подразделяются на тихие и буйные. У психически неуравновешенных людей игры могут иметь несколько стадий. Параноидальный шизофреник на первой стадии может начать с гибкой, легкой разновидности «Подумайте, какой ужас!» (причем будет готов бросить ее в любую минуту) и постепенно дойти на третьей стадии до жесткой и цепкой игры в полную силу. Различаются следующие степени игры:

- а) игра первой степени — социально приемлемая в данном кругу;
- б) игра второй степени — такая игра не грозит непоправимым ущербом, однако игроки предпочитают скрывать ее от посторонних;
- в) игра третьей степени ведется до последней «точки» и может закончиться в

¹⁰ Персонаж многих комиксов.

¹¹ *Rigor mortis* (лат.) — смертное оцепенение.

¹² В скобках даны названия игр. Анализ многих из них приводится во второй части настоящей книги.

операционной, в зале суда или в морге.

Кроме того, игры можно классифицировать на основе ряда других факторов (мы перечисляли их при анализе ЕНТ): цели игры, роли, наиболее очевидные «вознаграждения». Мы пользуемся классификацией на основе только социологических факторов. Именно на нее мы и будем опираться в последующих разделах.

Часть вторая ТЕЗАУРУС¹³ ИГР

ВВЕДЕНИЕ

Мы предлагаем читателю коллекцию игр, которая продолжает пополняться. Иногда, тщательно изучив какой-то конкретный пример, который показался вариантом уже известной игры, мы приходим к выводу, что это совсем новая игра. Иногда, напротив, игра, показавшаяся нам новой, оказывается лишь вариантом старой. По мере накопления информации мы вносим изменения и в методы анализа.

Некоторые игры обсуждаются и подробно анализируются. Другие, менее распространенные или требующие дальнейшего изучения, мы лишь упоминаем. Водящий обычно называется Уайт, а его партнер — Блэк¹⁴.

Игры разбиты на группы в соответствии с ситуациями, в которых они чаще всего встречаются, например «Игры на всю жизнь», «Супружеские игры», «Игры в компаниях, на вечеринках», «Сексуальные игры» и «Игры преступного мира». Затем следует раздел специально для профессионалов: «Игры на приеме у психотерапевта» — и, наконец, несколько «Хороших игр».

Обозначения

При анализе игр будут использованы следующие обозначения.

Название. Если игра имеет длинное название, мы будем употреблять его аббревиатуру. При устном обсуждении лучше использовать полное название игры.

Тезис. Мы пытаемся сформулировать его как можно более убедительно.

Цель. Автор пытается, исходя из своего опыта, сделать наиболее значимый и осмысленный выбор из возможных целей.

Роли. Вначале дается роль Водящего, с чьей точки зрения обсуждается вся игра.

Иллюстрации:

1) мы приводим пример игры в том виде, в каком в нее играют в детстве, причем стараемся найти такой ее прототип, который был бы максимально легко узнаваем;

2) дается пример из взрослой жизни.

Парадигма. По возможности кратчайшим способом описываются критические транзакции на социальном и психологическом уровнях.

Ходы. Описывают минимальное встречающееся на практике число транзакционных стимулов и реакций. В различных ситуациях эти ходы могут дополняться, перемежаться с необязательными или «украшаться» до бесконечности.

«Вознаграждения»:

1) внутреннее психологическое — делается попытка установить, каким образом игра

¹³ Тезаурус (гр. Thesaurus — запас) — полный систематизированный набор терминов в какой-либо области знаний.

¹⁴ От англ. White (белый) и Black (черный).

увеличивает внутреннюю психическую стабильность;

2) внешнее психологическое — мы пытаемся установить, каких тревожных ситуаций или какой близости избегает Водящий;

3) внутреннее социальное — здесь мы приводим типичную фразу, употребляемую при игре с близкими людьми;

4) внешнее социальное — приводится ключевая фраза, произносимая в менее интимном кругу в игре или времяпрепровождении, производном от данной игры;

5) биологическое — мы пытаемся определить, какой вид «поглаживаний» данная игра предлагает ее участникам;

6) экзистенциальное — описывается жизненная позиция, исходя из которой игроки участвуют в данной игре.

Родственные игры. Приводится список родственных игр, а также игр, дополнительных к данной или содержащих антитезис к ней.

Адекватно понять игру можно только в психотерапевтической ситуации. Причем к психотерапевту гораздо чаще приходят люди, играющие в деструктивные, а не в конструктивные игры. Поэтому лучше исследованы именно деструктивные игры, но читатель не должен забывать, что существуют и конструктивные игры — в них играют более благополучные люди. Чтобы уберечь понятие игры от вульгаризации (этой судьбы не избежали многие психиатрические термины), мы хотим еще раз подчеркнуть, что оно имеет весьма четкие границы; исходя из приведенных выше критериев, следует отчетливо разграничить, с одной стороны, игры, а с другой — процедуры, ритуалы, времяпрепровождения, операции, маневры и установки, возникающие на основе различных жизненных позиций. Игра проводится с определенной жизненной позиции, но ни позиция, ни соответствующая ей установка игрой не являются.

Разговорные фразы и выражения

Многие разговорные выражения, которые используются в книге, мы услышали от пациентов. Участники игр прекрасно понимают и воспринимают их и даже получают от них удовольствие — при условии, конечно, что они используются вовремя и к месту. Если некоторые из этих выражений и кажутся непочтительными, то ведь понятно, что их иронический заряд направлен против самой игры, а не против ее участников. Первое требование к такого рода выражениям — уместность, и если иногда они и звучат забавно, то именно потому, что попадают «в точку».

В академических целях можно излагать психологические истины научным языком, но эффективное распознавание эмоционального заряда конкретной ситуации может потребовать совсем иного подхода. Поэтому мы предпочитаем назвать игру «Подумайте, какой ужас!» вместо «Вербализация спроецированной анальной агрессии». Первое название не только более динамично и эффективно, но к тому же и более точно.

ИГРЫ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

Все игры при обычных обстоятельствах оказывают на судьбу их участников очень важное, а иногда и решающее влияние. Однако некоторые из игр более успешно, чем другие, превращаются в дело всей жизни человека и чаще затрагивают более или менее причастных и даже непрichастных к ним наблюдателей. Мы назовем эту группу «Играми на всю жизнь». В нее мы включили: «Алкоголик», «Должник», «Бейте меня», «Ну что, попался, негодяй», «Посмотри, что я из-за тебя сделал», а также основные варианты этих игр. Они смыкаются с супружескими играми и с играми преступного мира.

1. «Алкоголик»

Тезис. В анализе игр не существует ни алкоголизма, ни алкоголиков, а есть роль Алкоголика в некоторой игре. Если основной причиной чрезмерного потребления спиртного являются, например, физиологические нарушения, то это относится к ведению врача-терапевта. Объект анализа в предлагаемой нами игре совсем другой: те социальные транзакции, которые влечет за собой злоупотребление спиртным. Эту игру мы назвали «Алкоголик».

В полностью развернутом виде эта игра предполагает пять участников, но некоторые роли могут быть совмещены, так что игра может начаться и закончиться при участии всего двух игроков. Центральная роль, роль Водящего, — это сам Алкоголик, которого мы будем называть иногда Уайт. Наиболее важный партнер — Преследователь. Эту роль, как правило, играет представитель противоположного пола, чаще всего супруга (супруг). Третья роль — Спаситель, ее обычно играет лицо того же пола, часто врач, который принимает участие в пациенте и вообще интересуется проблемами алкоголизма. В классической ситуации доктор «успешно излечивает» алкоголика от дурной привычки. После шести месяцев полного воздержания от спиртного доктор и пациент поздравляют друг друга, а на следующий день Уайта находят под забором.

Четвертая роль — Простак. В литературе эта роль обычно принадлежит хозяину закусочной или любому другому человеку, который дает Уайту спиртное в кредит или предлагает ему деньги в долг и при этом не преследует его и не пытается спасти. В жизни эту роль может, как это ни странно, играть мать Уайта, которая дает ему деньги и нередко сочувствует ему, потому что его жена, то есть ее невестка, не понимает своего мужа. При таком варианте игры Уайт должен иметь какое-то правдоподобное объяснение на вопрос: зачем ему нужны деньги? И хотя оба партнера прекрасно знают, на что он в действительности их потратит, они делают вид, будто верят его объяснению. Иногда Простак перерастает в другую роль — не самую существенную, но вполне соответствующую ситуации — Подстрекателя, Славного малого, который часто предлагает спиртное Уайту, даже тогда, когда он не просит: «Пойдем, выпьем по стаканчику» (скрытая транзакция: «И ты еще быстрее покатишься под гору»).

Во всех играх, связанных со спиртным, есть еще одна вспомогательная роль, которая принадлежит профессионалу — бармену, буфетчику, то есть человеку, поставляющему Уайту спиртное. В игре «Алкоголик» он — пятый участник, Посредник, основной источник спиртного, который, кроме того, вполне понимает алкоголика и в каком-то смысле является главным человеком в жизни любого наркомана. Разница между Посредником и другими игроками в основном та же, что между профессионалами и любителями во всякой игре: профессионал знает, когда нужно остановиться. Так, в некоторый момент хороший бармен может отказаться обслуживать Алкоголика, который таким образом теряет источник спиртного, до тех пор пока не найдет более снисходительного Посредника.

На начальных стадиях игры три вспомогательные роли может играть жена. В полночь супруга — Простак: она раздевает мужа, варит ему кофе и позволяет срывать на себе зло. Утром она становится Преследователем и поносит его за беспутную жизнь. Вечером она превращается в Спасителя и умоляет мужа отказаться от дурных привычек. На более поздних стадиях, иногда в связи с ухудшением физического состояния, Алкоголик может обходиться без Преследователя и Спасителя, но он терпит их, если они одновременно соглашаются создавать ему жизненно необходимые условия. Уайт может, например, неожиданно пойти в какую-нибудь душевспасительную организацию и даже согласиться «быть спасенным», если там ему дадут бесплатно поесть. Он может выдержать как любительский, так и

профессиональный разнос, если надеется после получить подачку.

В соответствии с анализом игр мы считаем, что само по себе потребление спиртного если и доставляет Уайту удовольствие, то лишь попутно. Его главная задача — достижение кульминации, которой является похмелье.

Алкоголик воспринимает похмелье не столько как плохое физическое состояние, сколько как психологическую пытку. Два любимых времяпрепровождения пьющих — «Коктейль» (сколько пили и что с чем смешивали) и «На следующее утро» («Послушайте, как мне было плохо»). В «Коктейль» играют по большей части люди, которые пьют лишь на вечеринках или от случая к случаю. Многие алкоголики предпочитают как следует сыграть в психологически нагруженную игру «На следующее утро».

Некий пациент (Уайт), приходя на консультацию к психотерапевту после очередного загула, обрушивал на свою голову потоки ругательств; психотерапевт в ответ молчал. Позже, будучи участником психотерапевтической группы, Уайт вспоминал эти визиты и с самодовольной уверенностью приписывал все свои бранные слова психотерапевту. Когда алкоголики в терапевтических целях обсуждают свою ситуацию, их, как правило, интересует не проблема выпивки как таковой (очевидно, в основном они упоминают о ней из уважения к Преследователю), а последующие мучения. Мы считаем, что транзакционная цель при злоупотреблении спиртным, кроме удовольствия от самой выпивки, состоит еще и в том, чтобы создать ситуацию, в которой Ребенка будет на все лады распекать не только собственный внутренний Родитель, но и любая родительская фигура из непосредственного окружения, принимающая достаточно большое участие в Алкоголике, чтобы пойти ему навстречу и подыграть в его игре. Поэтому и терапию в этой игре надо направлять не на привычку выпивать, а на устранение стремления алкоголика потакать своим слабостям и заниматься самобичеванием, которые наиболее полно проявляются в игре «На следующее утро». К этой категории не относятся, однако, запойные пьяницы, которые морально не страдают после похмелья.

Существует также игра «Непьющий алкоголик», в которой Уайт проходит все стадии финансового падения и социальной деградации, хотя он совсем не пьет. Однако он делает в игре те же ходы и требует того же состава «актеров», которые должны ему подыгрывать. В этой игре основное действие тоже происходит «следующим утром». Сходство между этими играми доказывает, что это действительно игры. Игра «Наркоман» очень похожа на «Алкоголика», но еще более драматична и зловеща. Она развивается быстрее и более впечатляюще. По крайней мере в нашем обществе большая нагрузка в ней приходится на Преследователя (который всегда наготове). Спасители и Простаки в этой игре встречаются крайне редко, зато роль Посредника становится еще важнее.

В США существует множество организаций, принимающих участие в игре «Алкоголик». Многие из них словно проповедуют правила игры, объясняют, как надо играть роль Алкоголика: опрокидывайте рюмочку до завтрака, тратьте на выпивку деньги, предназначенные на другие нужды, и т. д. Кроме того, они объясняют функции Спасителя. Например, «Анонимные алкоголики»¹⁵ ведут эту игру, стараясь привлечь алкоголика на роль Спасителя. Бывшим Алкоголикам отдается предпочтение, потому что они знают правила игры и поэтому лучше умеют подыгрывать другим, чем люди, никогда раньше в эту игру не игравшие. Сообщалось даже о случаях, когда вдруг кончался «запас» Алкоголиков, с которыми нужно было проводить работу, после чего некоторые члены организации снова начинали пить, поскольку у них без контингента погибающих, нуждающихся в помощи, не было другого способа продолжать игру.

¹⁵ «Анонимные алкоголики» — организация, получившая распространение в США и многих других странах мира

Существуют организации, цель которых — улучшить положение других игроков. Некоторые из них оказывают давление на супругу, чтобы заставить ее сменить роль Преследователя на роль Спасителя. Нам кажется, что ближе всего к идеальной терапии подошла организация, которая работает с детьми подросткового возраста, имеющими родителей-алкоголиков. Она стремится помочь ребенку полностью выйти из игры родителей. Смена ролей здесь не подходит.

Психологическое исцеление алкоголика может быть достигнуто, на наш взгляд, только бесповоротным его выходом из игры, а не простой сменой ролей. В некоторых случаях этого удавалось достичь, хотя вряд ли можно найти что-нибудь более интересное для Алкоголика, чем возможность продолжать игру. Замена ролей вынужденным образом может оказаться другой игрой, а не свободными от игр взаимоотношениями.

Так называемые исцеленные алкоголики часто представляют собой не слишком вдохновляющую компанию; они сами скорее всего понимают, что жизнь у них скучная, они постоянно подвергаются соблазну вернуться к старым привычкам. Критерием исцеления от игры, на наш взгляд, является такая ситуация, при которой бывший алкоголик может выпить в обществе без всякого риска для себя.

Из описания игры видно, что у Спасителя чаще всего имеется сильный соблазн играть в свою игру: «Я всего лишь пытаюсь помочь вам», а у Преследователя и Простака — в свою: в первом случае — «Посмотри, что ты со мной сделал», во втором — «Славный малый». После возникновения большого числа организаций, занятых спасением алкоголиков и пропагандирующих мысль, что алкоголизм — это болезнь, многие алкоголики научились играть в «Калеку». Акцент сместился с Преследователя на Спасителя, с установки «Я грешник» на «Что вы хотите от больного человека». Польза от такого сдвига весьма проблематична, так как с практической точки зрения это едва ли помогло уменьшить продажу спиртного запойным пьяницам. Однако для многих людей США «Анонимные алкоголики» все еще представляют один из лучших подступов к тому, чтобы излечиться от потворства своим слабостям.

Антитезис. Хорошо известно, что в игру «Алкоголик» играют всерьез и бросить ее трудно. В одной из психотерапевтических групп была женщина-алкоголик, которая сначала почти не принимала участия в деятельности группы, пока, на ее взгляд, она не познакомилась с членами группы достаточно близко, чтобы выступить со своей игрой. Она попросила сказать ей, что о ней думают члены группы. Поскольку до сих пор поведение ее было вполне приятным, то большинство высказалось о ней в благожелательном тоне. Но женщина стала протестовать: «Я совсем не этого хочу. Я хочу знать, что вы на самом деле обо мне думаете». Из ее слов было ясно, что она напрашивается на порочащие ее замечания. После того как другие члены группы отказались выступать в роли Преследователя, она пошла домой и сказала мужу: если она выпьет еще хотя бы один раз, то он может развестись с ней или пусть отправляет ее в больницу. Муж обещал сделать так, как она просит. В тот же вечер эта женщина напилась, и муж отправил ее в больницу.

В приведенном примере пациенты отказались выступать в роли Преследователей, а именно этого ждала от них женщина. Она не смогла вынести подобное антитезисное поведение членов группы, несмотря на то, что все окружающие старались подкрепить то минимальное понимание ситуации, которого ей удалось достичь. А дома она смогла найти человека, охотно играющего необходимую ей роль.

Тем не менее в других случаях бывает вполне возможно так подготовить пациента, что он все же сумеет бросить игру. Психотерапевт может попытаться применить лечение, в процессе которого он откажется брать на себя роль Преследователя или Спасителя. Мы считаем, что с терапевтической точки зрения будет столь же неправильно, если он возьмет на себя роль Простака и разрешит пациенту пренебречь финансовыми обязательствами или

простой пунктуальностью. Трансакционно правильная терапевтическая процедура состоит в следующем: после тщательной подготовительной работы психотерапевту советуем занять позицию Взрослого, заключившего договор с пациентом, и отказаться играть какие-либо другие роли в надежде на то, что пациент сможет соблюсти воздержание не только от спиртного, но и от игры. Если же пациенту это не удастся, то рекомендуем направить его к Спасителю.

Применять антитезис особенно трудно, так как почти во всех западных странах запойный пьяница часто является для благотворительных организаций долгожданным объектом порицания, тревоги или щедрости. Поэтому человек, вдруг отказавшийся играть какую-либо из ролей игры «Алкоголик», скорее всего вызовет общественное негодование. Разумный подход может представлять даже большую угрозу для Спасителей, чем для Алкоголиков, что иногда плохо влияет на процесс лечения.

Однажды в одной нашей клинике группа психотерапевтов, серьезно занимавшаяся игрой «Алкоголик», пыталась вылечить пациентов, разрушив их игру. Как только стратегия психотерапевтов стала очевидной, благотворительный комитет, субсидировавший клинику, постарался изгнать всю группу и в дальнейшем при лечении этих пациентов не обратился ни к одному из ее членов за помощью.

Родственные игры. В игре «Алкоголик» есть интересный эпизод: «Выпьем по рюмочке». Нам указал на него один наблюдательный студент, специализирующийся в промышленной психиатрии. Уайт и его жена (непьющий Преследователь) отправляются на пикник вместе с Блэком (партнером) и его женой (оба — Простаки). Уайт угощает Блэков: «Выпьем по рюмочке!» Если они соглашаются, то это дает Уайту свободу выпить еще четыре-пять рюмок. Отказ Блэков выпить делает игру Уайта очевидной. В этом случае, по законам совместной выпивки, Уайт должен почувствовать себя оскорбленным, и на следующий пикник он подыщет себе уже более сговорчивых компаньонов. То, что на социальном уровне кажется щедростью Взрослого, на психологическом уровне является просто дерзостью, поскольку Уайт путем открытого подкупа добивается от Блэка Родительской подачи под самым носом миссис Уайт, которая бессильна воспротивиться этому. На самом-то деле миссис Уайт соглашается на такое мероприятие, делая вид, будто «бессильна» воспротивиться мужу. Ведь ей так же хочется, чтобы игра продолжалась, и она играла бы роль Преследователя, как этого хочется и мистеру Уайту (с той только разницей, что он хочет продолжать играть роль Алкоголика). Легко представить себе ее упреки мужу на следующее утро после пикника. Этот вариант игры чреват осложнениями, особенно, если Уайт — начальник Блэка по службе. Вообще-то говоря, Простаки не так уж и просты. Часто это одинокие люди, которые могут многое выиграть от хорошего отношения к алкоголикам. Например, хозяин закуской, играющий роль Славного малого, расширяет таким образом круг своих знакомств; к тому же в своей компании он может приобрести репутацию не только щедрого человека, но и прекрасного рассказчика.

Один из вариантов Славного малого появляется, например, тогда, когда человек просит у всех совета, ищет возможности, как лучше всего кому-то помочь. Это пример хорошей, конструктивной игры, которую следует всячески поощрять. Противоположность этой игры — роль Крутого парня, в которой человек ищет способы как можно сильнее причинить людям боль и ущерб. И хотя, возможно, он никого и никогда не увечит, но окружающие начинают ассоциировать его с такими «крепкими парнями», которые «играют до конца». А он греется в лучах этой славы. Французы называют такой экземпляр *fanfarone de vice* (фанфароном зла).

Тезис: «Ну и гадок же я был! Посмотрим, сможете ли вы меня остановить».

Цель: самобичевание.

Роли: Алкоголик, Преследователь, Спаситель, Простак, Посредник.

Иллюстрации: «Посмотрим, поймаешь ли ты меня». Прототипы этой игры обнаружить довольно трудно из-за ее сложности. Однако дети, особенно дети алкоголиков, часто проделывают маневры, типичные для Алкоголиков. Играя в «Посмотрим, поймаешь ли ты меня», дети лгут, прячут вещи, напрашиваются на порочащие их замечания или ищут людей, готовых им помочь. Они находят, например, благожелательного соседа, который раздает подачки, и т. д. Самобичевание при этом как бы откладывается на более поздний возраст.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый: «Скажите мне, что вы обо мне думаете на самом деле, или помогите мне бросить пить»; Взрослый: «Буду с вами откровенен».

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок; Ребенок: «Посмотрим, сможешь ли ты меня остановить»; Родитель: «Ты должен бросить пить, потому что...»

Ходы:

- 1) провокация — обвинение или прощение;
- 2) потворство своим желанием — гнев или разочарование.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое —
 - а) выпивка как процедура — бунт, утешение, удовлетворение желания;
 - б) «Алкоголик» как игра—самобичевание;
- 2) внешнее психологическое — избегание сексуальной и других форм близости;
- 3) внутреннее социальное — «Посмотрим, сможешь ли ты меня остановить»;
- 4) внешнее социальное — времяпрепровождения «На следующее утро», «Коктейль» и т. д.;
- 5) биологическое — попеременный обмен выражениями любви и гнева; 6) экзистенциальное — «Все меня хотят обидеть».

2. «Должник»

Тезис. «Должник» — это не просто игра, это нечто большее. В Америке игра «Должник» для многих людей становится сценарием, планом на всю жизнь. Впрочем, то же самое происходит, например, в джунглях Африки, где родственники юноши покупают ему за огромную цену невесту и он на многие годы становится их должником.

В США, в наиболее цивилизованных районах, господствует, по существу, такой же обычай, только вместо невесты чаще всего новобрачным покупается дом. Если необходимую сумму не дают родственники, то на этот случай существует банк.

Таким образом, и африканский юноша с болтающимся в ухе амулетом на счастье, и американский с каким-нибудь подобным амулетом — оба молодых человека вдруг могут почувствовать, что в их жизни появилась «цель». Большой праздник — свадьба или новоселье — происходит ведь не тогда, когда долг выплачен, а в момент займа. Например, по телевизору чаще всего рекламируют не мужчину средних лет, который наконец-то выкупил закладную, а человека молодого, въезжающего в новый дом со своей семьей и гордо размахивающего только что подписанными бумагами, которые свяжут его по рукам и ногам на все годы наибольшего расцвета его жизни. А после того, как все его долги — закладная, страховка, обучение детей в колледже — будут выплачены, он начинает представлять собой

«проблему»: «почтенный гражданин», которому общество должно обеспечить не только материальный комфорт, но и новую «цель». Если этот человек практичен и расчетлив, то он может превратиться из великого должника в великого кредитора, но такое в США случается сравнительно редко.

Пока я пишу эти строки, на подоконник вползает мокрица. Если перевернуть ее на спинку, она приложит отчаянные усилия, чтобы снова очутиться на ногах. И все это время у нее будет «цель». Но вот ей удалось перевернуться, и мы словно видим победное выражение ее «лица»! Она уползает, а я пытаюсь представить себе, как могла бы она на ближайшем сборище мокриц рассказать свою историю и молодые мокрицы смотрели бы на нее с восхищением, как на насекомое, которое добилось своего в жизни. И в то же время к ее самодовольству примешивается оттенок разочарования. Теперь, когда ей удалось всего достичь, жизнь кажется бесцельной. Может быть, она еще вернется назад в надежде повторить свой подвиг. Надо бы пометить ее спинку чернилами, чтобы можно было ее узнать, если она вдруг рискнет вернуться. Невольно подумаешь: «Отважное насекомое эта мокрица. Неудивительно, что этому виду — несколько миллионов лет».

Тем не менее большинство молодых американцев относятся к своим закладным всерьез только в период стресса. Если у них возникает состояние депрессии или они находятся в неблагоприятной финансовой ситуации, то долговые обязательства могут поддерживать человека, даже спасти его от некоторых опасных действий, вплоть до таких трагических, как самоубийство. Обычно же молодые американцы лишь слегка поигрывают в «Если бы не долги». И только небольшая их часть играет в полную силу, превращая игру «Должник» в дело всей своей жизни.

В игру «Попробуй получи с меня» (ППСМ) обычно играют молодожены. Эта игра строится таким образом, что игрок «выигрывает» независимо от ее исхода. Так, Уайты (супруги) покупают в кредит всевозможные товары и услуги — дешевые или дорогие, в зависимости от того, из какого они социального круга и как их учили играть родители и дедушки с бабушками. Если после нескольких слабых попыток получить очередной взнос кредитор сдастся, то Уайты могут и дальше пользоваться купленным вполне безнаказанно. В этом смысле они выигрывают. Если же кредитор начинает действовать более энергично, то они получают удовольствие одновременно и от того, что заставляют его погоняться за ними, и от самих покупок. Однако игра начинается всерьез, когда кредитор вознамерится во что бы то ни стало добиться уплаты взноса. Чтобы получить свои деньги, ему придется прибегнуть к крайним мерам, которые включают и элементы принуждения, например кредитор подъезжает к дому Уайтов на ревущем грузовике, кузов которого ярко размалеван большими буквами: «Агентство по сбору взносов».

В этот момент в игре наступает перелом. Уайт понимает, что ему скорее всего придется выкладывать деньги. Однако из-за оттенка принуждения, появившегося в его взаимоотношениях с кредитором (чаще всего он знаменуется «третьим предупреждением» от сборщика взносов: «Если Вы не придете в наше учреждение в течение сорока восьми часов...»), Уайт чувствует себя вправе возмутиться, и переключается на один из вариантов игры: «Ну что, попался, негодяй!» В этом случае он выигрывает, демонстрируя всем, какой алчный и безжалостный человек сборщик взносов, ни одному слову которого нельзя верить.

Два наиболее очевидных «вознаграждения» при этом следующие: 1) выигрыш укрепляет жизненную позицию Уайта, которая является замаскированной формой установки «Все кредиторы — люди алчные»; 2) Уайт сильно выигрывает во внешнем социальном плане, поскольку теперь он может открыто поносить кредитора перед своими друзьями, не боясь потерять собственного статуса Славного малого. Кроме того, он может попытаться в дальнейшем обеспечить себе внутреннее социальное «вознаграждение», войдя в открытый конфликт с кредитором. Помимо всего прочего, это оправдывает его злоупотребление

системой кредитных платежей: если все кредиторы таковы, как он убедился, то с какой стати вообще платить взносы кому бы то ни было?

Мелкие землевладельцы иногда участвуют в игре «Кредитор», точнее, в ее разновидности: «Попробуй не заплати мне» (ПНЗМ). Любители играть в ППСМ и ПНЗМ легко узнают друг друга, и поскольку игра сулит им трансакционные «вознаграждения» и азарт погони, то контакт с противником в глубине души доставляет им большое удовольствие. Независимо от того, кому достанутся деньги, оба в конечном счете помогают друг другу подготовить и укрепить свою позицию для игры «Ну почему такое случается именно со мной?»

Различные игры, связанные с деньгами, обычно имеют очень серьезные последствия. И если наше описание таких игр выглядит поверхностным, как утверждают некоторые читатели, то это происходит совсем не потому, что оно касается мелочей, а потому, что оно в основном вскрывает мелочные мотивы, которыми руководствуются люди в весьма серьезных делах.

Антитезис. Очевидный антитезис в игре ППСМ — потребовать немедленной уплаты наличными. Однако у хорошего игрока в ППСМ есть способы обойти такое требование, причем эти способы не срабатывают только на совсем уж бесчувственных кредиторах. Антитезис в игре ПНЗМ — честность и своевременная уплата взноса. Поскольку игроки в ППСМ и ПНЗМ — во всех смыслах профессионалы, у любителя, вступившего с ними в игру, шансов выиграть столько же, сколько при игре с профессиональными картежниками. Но хотя любитель выигрывает редко, он по крайней мере может получить удовольствие просто от участия в игре. По традиции в обе эти игры люди играют без тени юмора. И ничто не приводит профессионала в большее замешательство, чем смех, которым его жертва-любитель встречает исход игры. В финансовых кругах такое поведение считается совершенно недопустимым.

3. «Бейте меня»

Тезис. В этой игре обычно участвуют люди, которые ведут себя так, будто на них написано: «Пожалуйста, не бейте меня». Искушение почти всегда непреодолимо, поэтому после вполне естественного исхода Уайт жалобно восклицает: «Но ведь весь мой вид ясно говорил: «Не бейте меня»! После этого он чаще всего недоуменно добавляет: «Ну почему такое случается именно со мной?» (ПТСМ). С клинической точки зрения игра ПТСМ может интроецироваться и надеть маску стандартного клише из игры «Психиатрия»: «Когда я нахожусь в состоянии стресса, я совершенно не в себе». Один из элементов в игре ПТСМ является результатом, который я называю гордостью наизнанку: «Мои несчастья лучше ваших». Эта черта часто наблюдается у параноидальных личностей.

Если люди из непосредственного окружения Уайта его не «бьют» из-за своей доброты, возможно, из-за установки «Я только пытаюсь помочь вам» или условностей и правил, принятых в данном кругу, то поведение Уайта постепенно становится все более и более провокационным, причем до тех пор, пока он не перейдет все границы и не заставит свое окружение пойти ему навстречу. К этой категории могут относиться некоторые покинутые женщины, а также люди, которых постоянно увольняют с работы.

Соответствующая игра, распространенная среди женщин, называется «Поношенное платье». Эти женщины, часто весьма благовоспитанные, из хороших семей, прилагают максимум усилий, чтобы выглядеть убого и жалко. Они тщательно следят за тем, чтобы по разным «уважительным» причинам их доходы не превышали уровня, едва достаточного для пропитания. Если им вдруг «свалится на голову» наследство, то рядом почти всегда находится предприимчивый молодой человек, который поможет им от него избавиться, подсунав взамен акции какого-нибудь сомнительного предприятия (или что-нибудь в этом же

роде). В повседневной жизни очень часто это бывает Мамина подруга, которая всегда готова дать благоразумный Родительский совет, так как она вообще живет жизнью других людей. Такие женщины играют в ПТСМ молча, и только их стоическое поведение словно говорит: «Ну почему такое случается именно со мной?»

Интересный вариант этой же игры можно наблюдать у хорошо приспособленных к жизни людей, которым постоянно сопутствует успех, часто превышающий их собственные ожидания. В таких случаях ПТСМ может подвести человека к серьезным, конструктивным размышлениям и даже к развитию его личности в самом лучшем смысле этого слова. Тогда игра может обрести вид: «Что хорошего я сделал, чтобы заслужить все это?»

4. «Ну что, попался, негодяй!» (НУПН)

Тезис. Эту ситуацию (НУПН) в ее классическом виде можно наблюдать во время игры в покер. Уайт получает самые лучшие карты, например четыре туза. В этом случае, если он любит играть в НУПН, то его куда больше волнует то, что Блэк теперь всецело в его власти, чем предстоящая ему хорошая игра или крупный выигрыш.

Уайту нужно было установить в своем доме водопроводное оборудование. Прежде чем дать водопроводчику «добро», он тщательно обсудил с ним стоимость всех работ и материалов. Они сговорились о цене, а также о том, что дополнения в счет вноситься больше не будут. Когда водопроводчик оформлял счет, то он включил в него несколько больше денег, так как ему пришлось заменить один лишний клапан: примерно четыре доллара при общей стоимости работ в четыреста долларов. Получив счет, Уайт пришел в ярость. Он позвонил водопроводчику и потребовал объяснений. Водопроводчик не собирался сдаваться. Тогда Уайт написал ему длинное письмо, в котором подвергал критике его честность, этические принципы и отказывался платить по счету, пока не будет снята надбавка. В конце концов водопроводчику пришлось уступить.

Довольно скоро стало ясно, что и Уайт, и водопроводчик играли в какие-то игры. Во время переговоров они оценили, на что каждый из них способен. Водопроводчик, предъявляя счет, сделал провокационный ход. Поскольку он уже раньше связал себя словом, то правда была не на его стороне. А Уайт почувствовал себя вправе дать полную волю своей ярости. Вместо того, чтобы достойно, в соответствии со Взрослыми стандартами, которые он сам себе установил, обсудить всю ситуацию, высказав, может быть, искреннее недоумение, Уайт воспользовался этой возможностью для огульной критики всей жизненной позиции водопроводчика. Внешне их спор, казалось, происходил на уровне Взрослый — Взрослый: вполне законное деловое обсуждение заранее оговоренной суммы. Но на психологическом уровне это были взаимоотношения между Родителем и Ребенком: Уайт воспользовался тривиальным, хотя и социально приемлемым поводом, чтобы дать волю ярости, накопившейся за многие годы, и излить ее на своего оппонента, которого он считал мошенником, то есть Уайт поступил точно так же, как повела бы себя его мать в подобной ситуации. Он быстро распознал установку, лежащую в основе его собственных действий в предложенной игре (НУПН), и понял, что в глубине-то души он был в восторге от провокационного хода водопроводчика. Затем Уайт вспомнил, что с раннего детства он не оставлял без внимания подобные случаи несправедливости, всегда с восторгом хватался за них и искал от этого максимальную выгоду. В случаях, которые остались у него в памяти, он мог забыть провокационный ход, но зато помнил во всех деталях все последующее «сражение». По всей видимости, водопроводчик в их ситуации играл в разновидность игры «Ну почему такое случается именно со мной?» (ПТСМ).

Игра НУПН рассчитана на двух игроков, и ее следует отличать от игры «Подумайте, какой ужас!» (ПКУ), в которой Водящий стремится обнаружить несправедливость, чтобы по-

жаловаться третьему лицу; поэтому игра включает трех игроков: Агрессора, Жертву и Доверенное лицо. Девиз этой игры — «Беда никогда не приходит одна». Доверенное лицо обычно играет в ту же игру.

Хотя ПТСМ и рассчитана также на трех игроков, но Водящий в ней пытается установить собственное превосходство по количеству обрушивающихся на него несчастий и с негодованием отвергает попытки других неудачников соперничать с ним.

Игра НУПН имеет также профессиональный коммерческий вариант для трех игроков, а именно шантаж. В более-менее скрытой форме она существует и как супружеская игра только для двух участников.

Антитезис. Наилучшим антитезисом будет корректное поведение. Если человек имеет дело с игроком в НУПН, то при первой же возможности ему следует подробнейшим образом оговорить все детали взаимоотношений и в дальнейшем строго их придерживаться. Например, во взаимоотношениях между врачом и пациентом с самого начала необходимо четко оговорить вопрос об оплате, например в случае пропуска или отмены консультации. И особенно надо быть аккуратным в финансовых вопросах. Если возникает непредвиденное осложнение, то антитезисное поведение в таких случаях помогает сдаться элегантно, без всякого спора, пока врач не будет готов заняться самой игрой. В обыденной жизни деловые взаимоотношения с игроками в НУПН всегда представляют собой известный риск. С женами таких людей следует обращаться вежливо и корректно, избегая малейшего флирта, ухаживания или знаков пренебрежения. Особенно это надо учитывать тогда, когда сам муж поощряет подобные действия.

Анализ

Тезис: «Ну что, попался, негодяй!»

Цель: оправдание.

Роли: Жертва, Агрессор.

Иллюстрации: 1) «На этот раз я тебя поймал»; 2) ревнивый муж.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый: «Посмотрите, вы поступили неправильно»; Взрослый: «Сейчас, когда вы мне на это указали, я и сам это вижу».

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок; Родитель: «Я следил за тобой в надежде, что ты оплошаешь»;

Ребенок: «На этот раз ты меня поймал»; Родитель: «Да, и ты почувствуешь всю силу моей ярости».

Ходы:

- 1) провокация — обвинение;
- 2) защита — обвинение;
- 3) защита — наказание.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — оправдание ярости;
- 2) внешнее психологическое — помогает избежать осознания собственных недостатков;
- 3) внутреннее социальное — НУПН;
- 4) внешнее социальное — они всегда готовы воспользоваться твоей глупостью;
- 5) биологическое — обмен воинственными трансакциями, обычно между лицами

одного пола;

б) экзистенциальное — никому нельзя доверять.

5. «Посмотри, что я из-за тебя сделал» (ПЧЯТС)

Тезис. В своей классической форме это супружеская игра; ей смело можно присудить первый приз по количеству разбитых браков. Однако в нее могут также играть и родители с детьми или сотрудники по работе.

1. *ПЧЯТС первой степени.* Уайт, не желая ни с кем общаться, занимается какой-то работой, которая поглощает его целиком и изолирует от других людей. Возможно, что в этот момент он просто хочет, чтобы его оставили в покое. Однако его уединение вдруг нарушает жена или кто-нибудь из детей. Они хотят получить от него «поглаживание» или спросить что-нибудь вроде: «Где плоскогубцы?» В результате этого вторжения Уайт роняет кисть, стамеску, паяльник или ударяет не по той клавише пишущей машинки, после чего в бешенстве кричит нарушителю его спокойствия: «Посмотри, что я из-за тебя сделал!» Поскольку такие ситуации повторяются из года в год, семья все больше привыкает к такой его реакции и знает: когда он поглощен каким-то делом, то его лучше не трогать. Разумеется, оплошность Уайта вызвана совсем не вторжением другого человека, а его собственным раздражением. Он только рад происшествию, потому что оно позволяет ему выгнать из своей комнаты незваного посетителя. К сожалению, маленькие дети очень легко перенимают эту игру, поэтому она с легкостью передается от поколения к поколению. Удовлетворение и «вознаграждение», которые эта игра приносит людям, бывают тем очевиднее, чем более провокационными методами ведется сама игра.

2. *ПЧЯТС второй степени.* Когда игра ПЧЯТС является не просто защитным механизмом, используемым от случая к случаю, а образом жизни человека, тогда Уайт женится на женщине, которая играет в «Я всего лишь пытаюсь помочь тебе» или в какой-нибудь близкий вариант этой игры. Он с легкостью передоверяет жене решение всех проблем. Часто это происходит под маской тактичности или галантности. Муж может любезно дать право жене выбрать, куда пойти пообедать или какой фильм посмотреть. Если выбор окажется удачным, то он тоже получит удовольствие. В противном случае он может прямо или косвенно упрекнуть жену: «Ты меня в это втянула» (простой вариант ПЧЯТС). Или, например, супруг может полностью доверить жене вопросы воспитания детей, оставив себе роль простого исполнителя. Если же с детьми возникнут осложнения, то он прибегнет к игре ПЧЯТС в чистом виде. На основе этого фундамента, заложенного еще много лет назад, он сможет обвинить жену во всех неудачах их детей. В этом случае ПЧЯТС — не самоцель, а лишь ход, попутно приносящий мимолетное удовольствие, в таких играх, как «Ну, что я тебе говорил!» или «Посмотри, что ты наделала!»

Профессиональный игрок, который пытается облегчить бремя психологических нагрузок с помощью ПЧЯТС, будет играть в нее и на работе. В этой ситуации слова обычно заменяются страдальческим, обиженным взглядом. А игрок, прикидываясь демократичным или просто разумным администратором, просит своих подчиненных вносить предложения. Для него это способ занять неприступную позицию, с которой он может терроризировать своих подчиненных. Любая его ошибка может быть приписана им и тем самым обращена против них. Если же эта стратегия применяется по отношению к вышестоящим работникам (то есть ошибки приписываются им), то она становится саморазрушительной и может привести к неприятностям, вплоть до увольнения. В этом случае для обидчивых людей это только часть игры «Ну почему такое случается именно со мной?», а для людей, склонных к депрессии, — это часть игры «Опять я за старое» (обе входят в категорию «Бейте меня»).

3. *ПЧЯТС третьей степени.* В эту игру всерьез играют в основном параноики,

вовлекая в нее достаточно неосторожных людей, которые станут давать им советы («Я только стараюсь помочь вам»). В этих случаях игра может принимать опасный оборот и даже оказаться фатальной. Игры «Посмотри, что я из-за тебя сделал!» (ПЧЯТС) и «Это ты меня втянула» (ЭТМВ) прекрасно дополняют друг друга, так что их сочетание образует классическую основу для скрытого игрового контракта во многих семьях. Проиллюстрируем этот контракт следующим примером.

Миссис Уайт по обоюдному согласию с мужем вела семейный бюджет и платила по счетам из их совместного счета в банке, так как мистер Уайт был «не в ладах с цифрами». Раз в несколько месяцев банк уведомлял их о перерасходе, и мистеру Уайту приходилось улаживать этот вопрос. Пытаясь выяснить причину перерасхода, он часто обнаруживал, что миссис Уайт совершила дорогую покупку, не поставив его в известность. Узнав об этом, мистер Уайт в бешенстве разыгрывал ЭТМВ, а его жена в слезах признавала справедливость его упреков и обещала, что больше подобное не повторится. Некоторое время все шло гладко, а затем вдруг появился представитель кредитора, чтобы потребовать уплаты по давно просроченному счету. Мистер Уайт, ничего не зная об этом счете, спрашивал у жены, что все это значит. Тогда она начинала свой раунд ПЧЯТС, утверждая: это он во всем виноват. Поскольку муж запретил ей делать перерасходы, то она могла свести концы с концами, только не заплатив по этому большому счету и скрыв от мужа напоминания кредитора.

Игры между супругами продолжались около десяти лет, причем каждый подобный инцидент завершался заверениями, что он будет последним и отныне все пойдет по-другому. И в самом деле, все шло по другому... несколько месяцев. Во время психотерапевтического сеанса мистер Уайт без всякой помощи со стороны консультанта очень разумно проанализировал свою игру и сам разработал эффективное лечение. Он и жена по взаимной договоренности перевели счет в банке на его имя. Миссис Уайт продолжала вести их семейную бухгалтерию и выписывать чеки, но мистер Уайт первым просматривал счета и контролировал предстоящие платежи. Таким образом ни перерасходы, ни напоминания от кредиторов не могли пройти мимо него и оба супруга принимали участие в решении семейных финансовых проблем. Лишившись удовлетворения и «вознаграждений» от игр ПЧЯТС — ЭТМВ, Уайты сначала были в растерянности, но затем им пришлось найти более конструктивные и честные способы доставлять друг другу удовольствие при общении.

Антитезис. Антитезис в ПЧЯТС первой степени — оставить игрока в покое, а в ПЧЯТС второй степени — заставить Уайта самого принимать решение. Игрок первой степени может в результате почувствовать себя всеми покинутым, но вряд ли рассердится; игрок второй степени, если его заставят взять инициативу на себя, может помрачнеть и надуться, так что систематическое применение антитезиса может иметь неприятные последствия. Антитезис в игре ПЧЯТС третьей степени следует доверять только квалифицированному профессионалу.

Частичный анализ. Цель этой игры — оправдание своего поведения. Игра легко перенимается детьми. Бросается в глаза внешнее психологическое «вознаграждение» (уход от ответственности); угроза неизбежной близости часто ускоряет ход игры, поскольку «справедливый» гнев представляет собой хороший повод избежать интимных взаимоотношений. Жизненная позиция: «Я ни в чем не виноват».

СУПРУЖЕСКИЕ ИГРЫ

В супружеских отношениях, в семейной жизни наблюдается большое разнообразие всевозможных игр. Но некоторые игры, например «Если бы не ты», в жизни многих супругов

расцветают особенно пышно. А такие игры, как «Фригидная женщина», могут долго существовать только в условиях юридически зафиксированного брака. Конечно, супружеские игры можно отделить от сексуальных (которые мы рассматриваем отдельно) чисто условно. В число наиболее распространенных игр, достигающих максимального расцвета в супружеской жизни, входят «Тупик», «Судебное разбирательство», «Фригидная женщина», «Загнанная домохозяйка», «Если бы не ты», «Видишь, как я старался», «Дорогая».

1. «Тупик»

Тезис. Эта игра в большей степени, чем другие игры, подчеркивает манипулятивный характер игр вообще и их функцию барьера на пути к близости. Как это ни парадоксально, она состоит в изворотливом отказе играть в игру, предложенную другим супругом.

1. Миссис Уайт предлагает мужу сходить в кино. Мистер Уайт соглашается.

2. *Первый вариант.* Миссис Уайт, собираясь в кино, «ненамеренно» допускает промах. В разговоре она совершенно естественно упоминает, что дом давно пора заново покрасить. Это недешево, а мистер Уайт совсем недавно говорил ей, что с деньгами у них сейчас туго. Он просил ее не приставать к нему с непредвиденными расходами по крайней мере до начала следующего месяца. Момент для обсуждения вопроса о покраске дома был выбран явно неудачно, и Уайт грубо отвечает жене.

Второй вариант. Уайт, собираясь в кино, заводит разговор в таком тоне, что миссис Уайт становится трудно удержаться от соблазна, чтобы не сказать о необходимости покрасить дом. Как и в предыдущем случае, Уайт грубо отвечает жене.

3. Миссис Уайт обижена; она говорит мужу о том, что у него очередной приступ дурного настроения, поэтому она с ним в кино не пойдет; пусть лучше идет один. Он заявляет, что так и сделает.

4. Уайт идет в кино (или гулять с детьми), оставив миссис Уайт дома лелеять свои оскорбленные чувства.

Скрытые механизмы этой игры могут быть следующими:

А. Миссис Уайт прекрасно знает из прошлого, что досаду мужа не следует принимать всерьез. По-настоящему он хочет, чтобы жена показала, как она ценит его тяжелый труд на благо семьи. И тогда они, вполне счастливые, смогут вместе пойти в кино. Но жена отказывается подыгрывать ему, и он чувствует, что его предали. Он уходит, полный обиды и разочарования, а она остается дома с оскорбленным видом, но втайне чувствуя себя победительницей.

Б. Уайт прекрасно знает из прошлого опыта, что обиду жены не следует принимать всерьез. По-настоящему она хочет, чтобы муж приласкал ее и попросил не обижаться. И тогда они, вполне счастливые, смогут вместе пойти в кино. Но он отказывается подыгрывать ей, хотя и чувствует, что поступает нечестно. Он знает: она хочет, чтобы ее ласково уговаривали, но притворяется, что не понимает этого. Он уходит из дому охотно, с чувством облегчения, но при этом выглядит оскорбленным. Жена остается дома, полная обиды и разочарования.

С точки зрения неискушенного наблюдателя, позиция победителя в каждом случае безупречна; он (или она) просто поняли партнера буквально. В случае Б, когда Уайт принимает отказ жены идти с ним в кино за чистую монету, это особенно очевидно. Они оба знают, что это неправда, но, как только жена произнесла эти слова, она сразу оказалась в тупике.

Наиболее очевидное «вознаграждение» — внешнее психологическое. Для обоих супругов кино может быть источником сексуальной стимуляции. Они оба ждут после возвращения из

кино интимных отношений. Поэтому тот из супругов, кто стремится избежать сексуальной близости, начинает ходом из первого или второго варианта игры. Это один из наиболее невыносимых вариантов игры «Скандал».

Конечно, «оскорбленная» сторона, находясь в состоянии справедливого гнева, вполне оправданно не хочет заниматься любовью, и загнанный в тупик супруг (супруга) окажется в сложном положении.

Антитезис. Для миссис Уайт он весьма прост. Все, что от нее требуется,— это передумать, взять мужа под руку и, улыбаясь, отправиться вместе с ним (переход из состояния Я Ребенка в состояние Я Взрослого). У мистера Уайта теперь положение более затруднительное, так как инициатива перешла к жене. Но, оценив всю ситуацию целиком, он, возможно, будет в состоянии уговорить жену пойти вместе с ним в кино, либо он сумеет успокоить ее, как надувшегося Ребенка, либо, что еще лучше, как Взрослого.

В несколько ином виде «Тупик» является семейной игрой, в которой участвуют и дети. В этой игре в тупик загоняют ребенка: что бы он ни сделал, все оказывается плохо. Г. Бейтсон¹⁶ и его школа полагают, что это состояние может стать важным этиологическим фактором возникновения шизофрении. В терминах нашей теории шизофрения может быть тем антитезисом, который ребенок противопоставляет игре «Тупик». Опыт лечения взрослых шизофреников с помощью анализа игр подтверждает это предположение. Когда соответственно подготовленному пациенту помогают анализировать семейную форму игры «Тупик» и показывают, что к шизофреническому поведению он прибегает с целью противостоять игре, то у больного наступает частичная или полная ремиссия.

Наиболее обычная форма игры «Тупик», в которую играют всей семьей и которая наверняка оказывает влияние на формирование характера детей, чаще всего встречается тогда, когда отец или мать принадлежит к типу Родителей, всюду сующих свой нос. Возможна ситуация «двойного нажима»: мальчика или девочку просят как можно больше помогать по дому, но, когда ребенок действительно начинает принимать активное участие в домашних делах, родители постоянно находят недостатки в его работе.

Иногда «Тупик» становится этиологическим фактором астмы. Маленькая девочка: «Мамочка, ты меня любишь?» Мать: «А что значит „любимый“»? Такой ответ не оставляет для ребенка выхода. Девочка хочет поговорить со своей матерью, а мать переводит разговор в сферу философии: маленькой девочке с этой темой не справиться. Она начинает тяжело дышать, мать раздражается, следует приступ астмы, мать извиняется, а «Игра в астму» идет своим чередом. Такой «астматический» вариант «Тупика» нуждается в дальнейшем изучении.

В психотерапевтических группах можно иногда встретить весьма элегантный вариант «Тупика».

Блэк: «Ну, как бы то ни было, пока мы молчим, никто в игры не играет».

Уайт: «Молчание само по себе может быть игрой». *Ред:* «Сегодня никто ни в какие игры не играл». *Уайт:* «Но отказ от игр тоже может быть игрой».

Терапевтический антитезис в этом случае не менее элегантен: логические парадоксы запрещаются. Лишенный возможности прибегнуть к своему обычному маневру, Уайт быстро обнаруживает тревожность, лежащую в основе его поведения.

Тесно связана с игрой «Тупик» еще одна игра — «Пакет с завтраком». Муж, имеющий прекрасную возможность позволить себе в обеденный перерыв сходить в хороший ресторан, тем не менее каждое утро готовит несколько бутербродов и берет их с собой на работу в бумажном пакете. При этом он использует остатки вчерашнего обеда, черствый хлеб, который приберегает для него жена. Таким образом он может полностью контролировать

¹⁶ Г. Бейтсон — известный современный американский психолог и психиатр.

семейный бюджет, потому что какая же жена осмелится купить себе норковый палантин, видя такое самопожертвование. Муж, кроме того, получает и многие другие «вознаграждения», например, привилегию обедать в одиночестве и возможность подогнать работу во время обеденного перерыва. Эта игра во многих отношениях конструктивна, и ее одобрил бы сам Бенджамин Франклин¹⁷, так как она поощряет такие добродетели, как бережливость, добросовестная работа и пунктуальность.

2. «Судебное разбирательство»

Тезис. По описанию эта игра относится к классу игр, получающих свое лучшее воплощение в юриспруденции. Сюда относятся «Калека» (обвиняемый оправдывает себя душевной болезнью) и «Должник» (гражданский иск). В клинической практике эта игра чаще всего встречается при консультировании супружеских пар и в психотерапевтических группах, занимающихся супружескими проблемами. При этом игра «Судебное разбирательство» бывает единственной игрой, в которую играют участники группы. Если игра «Судебное разбирательство» никак не помогает разрешить ситуацию, поскольку продолжается бесконечно, то в таких случаях становится совершенно ясно, что консультант сам оказался вовлеченным в игру, причем совсем не подозревая об этом.

Игра может включать любое число участников, но в основном она предусматривает участие трех игроков: Истца, Ответчика и Судьи. Роли распределяются соответственно между мужем, женой и врачом. Если игра происходит в психотерапевтической группе, по радио или в телевизионной передаче, то остальная аудитория играет роль Присяжных. Муж начинает излагать жалобу: «Хотите послушать, что (имя жены) вчера сделала? Она взяла...» и т. д. Жена защищается: «На самом деле случилось вот что... и потом как раз перед этим он... и, во всяком случае, мы оба тогда...» и т. д. Муж благородно добавляет: «Я рад, что вы смогли выслушать обе стороны, я ведь хочу, чтобы все было честно». В этот момент консультант глубокомысленно замечает: «Мне кажется, если мы примем во внимание...» и т. д. Если при этом присутствуют зрители, консультант может им «перебросить мяч» со словами: «Давайте послушаем, что об этом скажут другие». Если же участники группы уже достаточно обучены, они могут взять на себя роль Присяжных и без подсказки со стороны психотерапевта.

Антитезис. Психотерапевт говорит мужу: «Вы совершенно правы». Если муж облегченно или торжествующе расслабляется, врач спрашивает: «Как вы относитесь к моим словам?» Муж отвечает: «Прекрасно». Тогда психотерапевт замечает: «Сказать честно, я думаю, что вы не правы». Если муж искренен сам с собой, он ответит: «Я это все время знал». Если же он нечестен, из его реакции станет понятно, что игра продолжается. В этом случае можно анализировать ситуацию дальше. Основной элемент игры состоит в следующем: истец громкогласно требует признать его правым, хотя в глубине души он понимает, что не прав.

После того как собран материал, достаточный для того, чтобы прояснить характер игры, она может быть прекращена одним из самых элегантных маневров в искусстве антитезиса. Психотерапевт оглашает правило, запрещающее использование в разговоре третьего лица (в грамматическом смысле). Таким образом, члены группы могут либо обращаться друг к другу прямо на «ты» или на «вы» или говорить о себе «я», но не могут сказать: «Хотите послушать что он (она)...» После этого супружеская пара либо совсем перестает играть в игры в группе, либо переключается на игру «Дорогая» (это уже несколько

¹⁷ Франклин, Бенджамин (1706—1790) — американский просветитель, го-сударственный деятель, ученый, один из авторов Декларации независимости США (1776) и Конституции США (1787).

лучше, чем «Судебное разбирательство») или «Более того» (что ничуть не лучше). Игра «Дорогая» описана в настоящей книге отдельно. В игре «Более того» истец выдвигает одно обвинение за другим, на каждое из которых ответчик замечает: «Я могу все объяснить». Истец не обращает на объяснения никакого внимания, но, воспользовавшись паузой ответчика, бросает ему очередное обвинение, сопровождающееся словами «более того»; за ним следует еще одно объяснение и т. д.— типичный обмен репликами по типу Родитель — Ребенок.

Наиболее интенсивно в игру «Более того» играют ответчики параноидального типа. Они склонны все понимать буквально, поэтому им особенно легко вывести из равновесия обвинителей, выражающих свои мысли юмористически или метафорически. Вообще говоря, метафоры — это самые распространенные ловушки в этой игре, и их следует избегать. Обыденный вариант игры «Судебное разбирательство», предполагающий участие трех игроков, часто происходит между детьми — братьями, сестрами — и их родителями: «Мама, она взяла мою конфету». — «А он взял мою куклу, а еще перед тем меня стукнул, и вообще мы договорились поделить конфету».

Анализ

Тезис: «Они должны признать, что я прав».

Цель: самоутверждение.

Роли: Истец, Ответчик, Судья (или Присяжные).

Иллюстрации:

1) дети ссорятся, родители вмешиваются;

2) супруги просят «помощи».

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый: «Вот что она мне устроила»; Взрослый: «Истинные факты таковы».

Психологическая парадигма: Ребенок — Родитель; Ребенок: «Скажи, что я прав»; Родитель: «Вот кто прав» или: «Вы оба правы».

Ходы:

1) оглашается жалоба — оглашается оправдание;

2) истец выдвигает опровержение, идет на уступки или делает шаг, демонстрирующий его доброжелательное отношение;

3) решение Судьи или инструкции Присяжным;

4) оглашается окончательное решение.

«Вознаграждения»:

1) внутреннее психологическое — проекция чувства вины;

2) внешнее психологическое — освобождение от чувства вины;

3) внутреннее социальное — «Дорогая», «Более того», «Скандал» и другие игры;

4) внешнее социальное — «Судебное разбирательство»;

5) биологическое — «поглаживание» от судьи и присяжных;

6) экзистенциальное — депрессивная позиция: «Я всегда не прав».

3. «Фригидная женщина»

Тезис. Эта игра происходит между супругами и почти никогда не встречается между возлюбленными, так как трудно представить себе, чтобы мужчина долго терпел подобное поведение от любовницы.

Муж приближается к жене с вполне определенными намерениями, но она его отталкивает. После нескольких его попыток жена выговаривает ему: «Все мужчины — скоты». А потом начинает упрекать его в том, что он ее нисколько не любит, что его интересует только секс. На некоторое время муж отступает, после чего делает новую попытку, но с тем же результатом. Наконец он совершенно покоряется судьбе и больше не проявляет к жене сексуальных намерений. Проходят недели, даже месяцы, и жена становится все более и более рассеянной и менее церемонной. То она, полуодетая, проходит через спальню, то, принимая ванну, забывает чистое полотенце, которое муж вынужден принести ей в ванную комнату. Если она играет всерьез, то может даже начать флиртовать с другими мужчинами. Наконец муж поддается на ее провокации и делает новую попытку. Но его снова отвергают, и вслед за этим начинается игра «Скандал», во время которой идут в ход различные упреки, вспоминаются недавние происшествия, приводятся примеры из жизни других супружеских пар, переплетаются финансовые проблемы и неудачи. Все кончается хлопаньем дверью. На этот раз муж твердо решает: с него хватит, он обойдется без секса. Проходят месяцы. Муж не обращает внимания ни на парад неглиже, ни на маневр с полотенцем. Провокации со стороны жены учащаются — она становится все более рассеянной и все менее строгой, но муж держится. Затем однажды вечером она просто подходит и целует его. Сначала муж не реагирует, помня о своем твердом решении, но скоро природа берет свое, особенно после длительного воздержания, и ему уже кажется, что на этот раз он добился своего. Его первые робкие ласки не отвергаются. Он становится смелей. И вдруг в самый критический момент жена, отступая на шаг, кричит ему: «Ну, что я тебе говорила?! Все мужчины — скоты! Мне была нужна твоя нежность, а ты думаешь только о сексе!» Во вспыхнувшем скандале супруги могут на этот раз, минуя предыдущие упреки и обвинения, сразу перейти к финансовым проблемам.

Следует отметить, что, несмотря на все уверения в обратном, некоторые мужчины также боятся сексуальной близости, поэтому стараются выбирать себе таких партнерш, возможности которых соответствовали бы их потенции. А в приведенном примере муж теперь может во всем обвинять жену.

В одной из форм этой игры участвуют некоторые незамужние женщины разного возраста, в результате чего они получают известное жаргонное прозвище. В этих случаях игра часто сливается с другой, под названием «Динамо», в которой Водящие также разыгрывают негодование.

Антитезис. Эта игра весьма опасна, и возможный антитезис опасен в той же мере. Заводить любовницу всегда рискованно. Поставленная в условия стимулирующего соперничества, жена может прекратить свою игру и попытаться начать нормальную супружескую жизнь. Однако это может быть слишком поздно. С другой стороны, с помощью адвоката жена может использовать связь мужа как оружие в игре «Ну что, попался, негодяй!» Исход порой невозможно предсказать и в том случае, когда муж прибегает к помощи консультации у психотерапевта, а жена — нет. Если уверенность мужа в себе возрастает, то игра жены может расстроиться, что приводит к более здоровым супружеским отношениям. Но если жена играет всерьез, то усиление позиции мужа может привести к их разводу. Лучшим решением для обоих партнеров, если, конечно, ситуация это позволяет, было бы их участие в транзакционных группах для супружеских пар, занятия в которых выявили бы «вознаграждения», получаемые в игре, и сексопатологию, лежащую в ее основе. Подготовленные таким образом супруги могли бы заинтересоваться индивидуальной психотерапией, в результате которой они как бы заключили новый брак, на иной психологической основе. Но даже и без этих действий участники могли бы разумно приспособиться к существующей ситуации.

Родственные игры. Обратная игра, «Фригидный мужчина», распространена меньше,

но она проходит практически по той же схеме, с некоторым различием в деталях. Окончательный исход зависит от сценариев игровых.

Критическим моментом в игре «Фригидная женщина» является заключительная фаза «Скандала». После нее ни о какой сексуальной близости речи быть не может, поскольку оба партнера получают некое извращенное удовлетворение от игры «Скандал» и больше не стремятся получить друг от друга сексуальную стимуляцию. Отсюда следует, что наиболее важным моментом в антитезисе «Фригидной женщины» будет избегание «Скандала». В таком случае жена остается сексуально неудовлетворенной, причем это состояние может быть столь острым, что она станет более покладистой. Именно функция «Скандала» отличает игру «Фригидная женщина» от игры «Побей меня, папочка», в которой «Скандал» выполняет функцию подготовительной возбуждающей игры, а во «Фригидной женщине» «Скандал» заменяет половой акт. Таким образом, в игре «Побей меня, папочка» «Скандал» создает условие для интимных отношений и является чем-то вроде фетиша, усиливающего возбуждение. А во «Фригидной женщине» после окончания «Скандала», по существу, исчерпывается и весь эпизод.

В детском возрасте в игру, аналогичную «Фригидной женщине», играют некоторые благонаправленные девочки вроде той, которую Диккенс описал в «Больших ожиданиях». Она выходит в накрахмаленном платице и просит мальчика сделать ей песочный пирожок, после чего насмешливо указывает на его запачканные руки, одежду и говорит ему о том, какая она вся чистенькая.

Анализ

Тезис: «Ну что, попался, негодяй!»

Цель: оправдание.

Роли: Хорошая жена, Нечуткий муж.

Иллюстрации:

- 1) «Спасибо за песочный пирожок, грязнуля противный»;
- 2) фригидная женщина, провоцирующая мужа.

Социальная парадигма: Родитель — Ребенок; Родитель: «Я тебе разрешаю сделать пирожок из песка» («Поцелуй меня»); Ребенок: «Мне очень этого хочется»; Родитель: «А теперь посмотри, как ты запачкался».

Психологическая парадигма: Ребенок — Родитель; Ребенок: «Посмотрим, сможешь ли ты меня соблазнить»; Родитель: «Готов попробовать, если ты меня вовремя остановишь»; Ребенок: «Это ты первый начал».

Ходы:

- 1) обольщение — реакция на него;
- 2) отталкивание — смирение;
- 3) провокация — реакция на нее;
- 4) отталкивание — скандал.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — освобождение от чувства вины за садистские фантазии;
- 2) внешнее психологическое — избегает пугающего обнажения и проникновения;
- 3) внутреннее социальное — «Скандал»;

- 4) внешнее социальное — «Как поступать с нечистоплотными мальчиками (мужьями)?»;
- 5) биологическое — подавленные сексуальные взаимоотношения и обмен агрессивными транзакциями;
- 6) экзистенциальное — «Я чиста».

4. «Загнанная домохозяйка»

Тезис. В эту игру обычно играют перегруженные делами домашние хозяйки. Они должны быть опытными специалистами в десяти — двенадцати направлениях, иными словами должны умело играть десять — двенадцать самых различных ролей. Время от времени в воскресных приложениях появляются шуточные списки этих ролей: Любовница, Мать, Нянька, Горничная и т. д. Поскольку эти роли очень утомительны и часто конфликтуют друг с другом, исполнение их в течение многих лет приводит в конце концов к состоянию, которое мы символически назовем «Колени домохозяйки» (потому что на коленях укачивают ребенка, скребут пол, колени помогают поднимать тяжести, вести машину и т. д.). Его симптомы можно выразить короткой фразой: «Я устала».

Если домашней хозяйке удастся установить свой собственный темп работы, если она умеет находить удовлетворение в любви к своим детям и мужу, то ее многолетняя домашняя служба будет ей не только не в тягость, а даже в удовольствие. И когда она, наконец, отправит в колледж своего самого младшего ребенка, то может почувствовать себя одинокой.

Встречаются женщины, которых, с одной стороны, преследует ее собственный внутренний Родитель и критически настроенный муж, постоянно требующий с нее отчета, а с другой — ей не удается найти достаточного удовлетворения в любви к своей семье. В такой ситуации она может чувствовать себя все более и более несчастной. Вначале женщина может попытаться утешить себя с помощью «вознаграждений», получаемых в играх «Если бы не ты» и «Изъян» (в тяжелой ситуации к ним может прибегнуть любая домохозяйка). Однако очень скоро и эти игры не смогут поддерживать ее самоощущение на должном уровне. Тогда ей приходится искать другой выход, и она находит его в игре «Загнанная домохозяйка».

Тезис этой игры очень простой. Женщина берет на себя все дела, которые попадают под руку, и даже сама как бы напрашивается на новые занятия. Она соглашается со всеми замечаниями мужа и выполняет все требования детей. Если ей нужно устроить званый обед, то она чувствует необходимость сыграть роль не только Безупречной собеседницы, но и столь же Образцовой экономки и Распорядительницы, а также роли Художника по интерьеру, Шеф-повара, Обольстительной элегантной женщины и обязательно Дипломата. Более того, утром она решит испечь пирог и сводить детей к зубному врачу... В результате она не знает, за что хвататься, но все равно старается сделать свой день еще более сумасшедшим, поэтому к середине дня у нее есть достаточно оснований, чтобы выйти из строя и бросить все дела на произвол судьбы.

Женщина в результате ставит в неловкое положение гостей, подводит мужа и детей, добавляя ко всем своим несчастьям еще и угрызения совести. После двух-трех таких происшествий ее брак подвергается серьезной угрозе: дети неухожены, она худеет, перестает причесываться, лицо у нее становится изможденным, а туфли всегда не чищены. Тогда-то она и появляется в кабинете психотерапевта, вполне готовая к тому, чтобы лечь в больницу.

Антитезис. Логический антитезис прост: миссис Уайт может в течение недели играть все свои роли одну за другой, но она должна отказываться играть две и больше ролей одновременно. Например, если она устраивает званый вечер, то должна играть роль либо Шеф-повара, либо Прислуги, но не обе сразу. Если все ее проблемы сводятся к комплексу «Колени домохозяйки», такой подход поможет ей ограничить себя. Если же она играет в игру

«Загнанная домохозяйка», то ей будет очень трудно придерживаться этого принципа. В таком случае женщина тщательно выбирает себе соответствующего мужа. Во всех вопросах он как будто бы вполне разумный человек, но постоянно критикует жену, если ему кажется, что она не такая расторопная хозяйка, какой, по его представлению, была его мать. На самом деле она выходит замуж за человека, у которого навсегда запечатлен образ его матери в его же Родителе, и этот образ очень похож на ее собственную мать или бабушку. Найдя подходящего партнера, Ребенок этой женщины может теперь выбрать роль Измотанного существа, которая необходима ей для поддержания своего психического равновесия и от которой в дальнейшем она так просто не откажется. Чем больше ее муж будет занят на работе, тем чаще и проще они будут находить Взрослые причины для нездоровых аспектов в своих взаимоотношениях.

Когда ситуация становится невыносимой (чаще всего в связи с официальным вмешательством школы, озабоченной состоянием заброшенных детей), на помощь призывают психотерапевта, который вступает в игру на правах третьего партнера. Он нужен либо мужу, который хочет, чтобы его жену привели в полный порядок, либо жене в качестве союзника против мужа. Дальнейший ход событий во многом зависит от профессионального умения и бдительности психотерапевта. Первый этап — частичное снятие депрессии жены, — как правило, проходит гладко. Решающим является следующий этап, на котором жена должна отказаться от игры «Загнанная домохозяйка» и заменить ее игрой «Психиатрия». Обычно это вызывает противодействие со стороны обоих супругов. Чаще всего оно тщательно запрятано, но может внезапно, хотя и не неожиданно, привести к взрыву. Если эту стадию удастся пережить, то можно продолжить работу по анализу игры.

Необходимо отдавать отчет в том, что истинный виновник напряженности — Родитель жены, ее мать или бабушка, а муж в какой-то степени лишь любитель, выбранный на роль в этой игре. Психотерапевту приходится бороться не только с этим Родителем и с мужем, которому очень выгодно играть свою роль, но также и с социальным окружением, поощряющим уступчивость жены.

В воскресных газетах обычно печатают статьи о том, как много ролей приходится играть домохозяйке. Через неделю в следующем выпуске может появиться тест «Как я справляюсь». Чаще всего он состоит из десяти пунктов, определяющих: «Хорошая ли вы Хозяйка (жена, мать, экономка, финансист)». Для женщины, играющей в игру «Загнанная домохозяйка», этот тест — все равно, что инструкция-вкладыш к детской игре с перечислением ее правил. Этот тест способен ускорить развитие игры, которая, если ее не остановить, может закончиться игрой «Сумасшедший дом» («Меньше всего мне хотелось бы попасть в сумасшедший дом»).

Практическая трудность работы с такими супружескими парами состоит в том, что муж стремится избежать личного участия в лечении, ограничиваясь игрой «Видишь, как я стараюсь», потому что обычно его душевное равновесие нарушено в большей степени, чем он сам готов в этом признаться. Вместо помощи он посылает психотерапевту каким-нибудь косвенным образом информацию в виде, например, вспышек плохого настроения при общении с женой, при этом зная, что все будет пересказано ею психотерапевту.

Таким образом игра «Загнанная домохозяйка» легко достигает третьей степени и выходит на уровень борьбы «не на жизнь, а на смерть», часто приводящей к разводу. Причем на стороне жизни сражается один психотерапевт с небольшой помощью загнанного Взрослого пациентки, которая вовлечена в беспощадную битву (вполне возможно, со смертельным исходом) со всеми тремя состояниями ее мужа. Кроме того, на стороне мужа сражаются и ее собственные Родитель и Ребенок. Эта драматическая борьба двух против пятерых требует от психотерапевта максимального профессионального умения и максимальной свободы от игр. Если он дрогнет, то у него всегда есть легкий выход: принести

пациентку на алтарь бракоразводного процесса, что эквивалентно признанию: «Я сдаюсь. А ну-ка, подеритесь».

5. «Если бы не ты» (ЕНТ)

Тезис. Мы уже подробно проанализировали эту игру. В нашей практике она была второй по счету, которую мы обнаружили после игры «А почему бы вам не...— Да, но», которая до той поры рассматривалась лишь как примечательный феномен. Когда же мы обнаружили существование игры ЕНТ, нам стало ясно, что должна существовать целая группа социальных действий, основанных на скрытых транзакциях. Это привело к более активному поиску подобных коммуникаций, и в качестве одного из результатов мы теперь располагаем представленной здесь коллекцией.

Игра вкратце сводится к следующему: женщина выходит замуж за авторитарного человека, который будет ограничивать ее активность и тем самым оберегать ее от ситуаций, которых она боится. Если бы это была простая операция, жена могла бы поблагодарить его за услугу. Но в игре ЕНТ реакция женщины чаще всего противоположная: она пользуется ситуацией, чтобы пожаловаться на ограничения со стороны мужа, в связи с чем последний чувствует себя неловко и вынужден различными способами «вознаградить» ее. Выигрыш в этой игре в основном относится к группе внутренних социальных «вознаграждений». Внешнее социальное «вознаграждение» состоит во времяпрепровождении, родственном игре «Если бы не он», которому жена предается с близкими подругами, разделяющими ее точку зрения.

6. «Видишь, как я старался»

Тезис. Обычная форма этой игры предполагает трех участников: двух супругов и психотерапевта. Как правило, муж стремится к разводу, хотя вслух заявляет обратное, а жена искренне не хочет разрушать брак. Он идет к консультанту против своей воли и общается с ним только для того, чтобы показать жене, что он готов идти ей навстречу. Обычно он играет в несерьезный вариант «Психиатрии» или «Судебного разбирательства». Мало-помалу он начинает либо враждебно спорить с психотерапевтом, либо идти на некоторые уступки, не скрывая при этом своего возмущения. Дома он вначале обнаруживает большее «понимание» и выдержку, но, в конце концов, начинает вести себя все хуже и хуже. После одного, пяти или десяти визитов (что зависит от искусства психотерапевта) он отказывается от следующих сеансов и вместо них отправляется на охоту или на рыбалку. Это вынуждает жену подать на развод. Теперь мужа не в чем упрекнуть: ведь инициатива исходила от жены, а он продемонстрировал лояльность, согласившись на психотерапевтическое лечение. Он может смело сказать любому адвокату, судье, другу или родственнику: «Видите, как я старался».

Антитезис. Психотерапевту советуем принять обоих супругов вместе. Если кто-то из них, например муж, явно играет в эту игру, то с другим супругом надо начать индивидуальные сеансы, а первого отослать назад под вполне достоверным предлогом: он меньше подготовлен к лечению. Это, разумеется, не помешает мужу подать на развод, но только он уже не сможет утверждать, что старался его не допустить. Если есть необходимость, бракоразводный процесс может начать жена, но ее позиция будет усилена тем, что она действительно старалась не допустить развода. Благоприятный исход, на который чаще всего мы надеемся, состоит в том, что муж, после того как его игру разрушили, почувствует отчаяние и начнет искать способ сохранить брак, но в этом случае его мотивация будет искренней.

Наиболее часто встречающаяся форма игры «Видишь, как я старался» предполагает

участие двух игроков: ребенка и одного из родителей. При этом Водящий занимает одну из двух позиций: «Я беспомощный» или «Я ни в чем не виноват». Например, ребенок принимается за какое-то дело, но делает его очень неумело, оно ему никак не удается. Если ребенок играет в игру «Беспомощный», то родителю приходится сделать это дело заного. Если же он «Ни в чем не виноват», то у родителя как будто бы нет никаких разумных причин, чтобы его наказывать. Однако это один из вариантов игры. Родители должны выяснить, во-первых, кто из них научил ребенка этой игре и, во-вторых, что они делают, чтобы упрочить ее, вместо того чтобы ее избегать.

Игра «Видишь, как я старался» иногда принимает зловещий вид. Проиллюстрируем это на примере заваленного работой человека, страдающего язвой желудка. Многие люди, страдающие прогрессирующими заболеваниями, делают все от них зависящее, чтобы справиться с ситуацией, но при этом они вполне законным способом берут в союзники своих членов семьи. Однако тяжелая болезнь может использоваться и с другими, скрытыми целями.

Первая степень. Человек объявляет жене и друзьям, что у него язва. Он также сообщает им, что не намерен бросать работу. Это вызывает восхищение. Человек, постоянно испытывающий сильные боли, имеет право немного похвастаться своим мужеством, чтобы получить хоть какую-то компенсацию за свои страдания. Он, конечно, достоин уважения за то, что не играет в «Калеку», и за то, что не собирается отказываться от своих обязательств. В этом случае вежливой реакцией на игру «Видишь, как я стараюсь» будет «О да, мы восхищены вашей стойкостью и чувством долга».

Вторая степень. Человеку сообщают, что у него язва. Он держит это в секрете от жены и друзей. Он продолжает работать и постоянно нервничать, до тех пор пока однажды на работе ему не становится совсем плохо. Когда об этом уведомляют его жену, она в тот же миг понимает, что подобным поведением он будто говорит ей: «Видишь, как я старался». Она наконец-то должна оценить его по достоинству и пожалеть обо всех неприятностях, которые ему доставляла. Теперь уже муж надеется, что жена действительно будет любить его; все предшествующие способы добиться ее расположения оказались безуспешными. К несчастью для мужа, на этом этапе знаки нежности и заботливости со стороны жены могут быть вызваны скорее чувством вины, чем любовью. Весьма вероятно, что в глубине души она обижена, поскольку он нечестно использовал болезнь как средство давления на нее и получил дополнительные преимущества тоже нечестным путем, скрыв от нее свою болезнь. Одним словом, для многих женщин дорогой браслет, подаренный мужем, выглядит более честным способом ухаживания, чем больной желудок. Женщина всегда может с негодованием вернуть браслет поклоннику, но вряд ли есть пристойный способ демонстративно игнорировать его язву желудка. Скорее всего, серьезная болезнь мужа в данном случае не завоюет женщину, а заставит ее почувствовать себя в западне.

Намерение пациента играть в эту игру чаще всего можно обнаружить сразу же после того, как он впервые узнал, что болен и его болезнь может прогрессировать. Если он собирается играть в «Видишь, как я старался», то нетрудно понять весь план его игры с помощью тщательного психотерапевтического анализа, который выявит тайное злорадство его Ребенка, осознавшего, какое мощное «оружие» он получил. Но этот план будет замаскирован озабоченностью Взрослого практическими проблемами, возникающими в связи с болезнью.

Третья степень. Еще более пагубный и зловещий вариант — неожиданное и ничем не предвещаемое самоубийство, вызванное тяжелой болезнью. Язва переходит в рак, а жена и не подозревает об этом, даже не предполагает, что были какие-то серьезные проблемы со здоровьем мужа: и вот однажды она заходит в комнату и вдруг видит своего мужа мертвым. В его записке довольно прозрачно сказано: «Видишь, как я старался». Когда нечто подобное происходит дважды с одной и той же женщиной, ей пора выяснить, в какую игру играет она.

Анализ

Тезис: «Никто не может мной помыкать».

Цель: оправдание.

Роли: Надежный человек, Преследователь, Авторитетное лицо.

Иллюстрации:

- 1) одевающийся ребенок;
- 2) супруг, стремящийся к разводу.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый. Взрослый: «Пора (одеваться), (идти к психиатру)». Взрослый: «Хорошо, попробую».

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок. Родитель: «Я тебя заставлю (одеться, сходить к психиатру)»; Ребенок: «Видишь, ничего не выходит».

Ходы:

- 1) предложение — сопротивление;
- 2) давление — уступка;
- 3) одобрение — неудача.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — освобождение от чувства вины за агрессию;
- 2) внешнее психологическое — избегает ответственности за семью;
- 3) внутреннее социальное — «Видишь, как я старался»;
- 4) внешнее социальное — обмен враждебными транзакциями;
- 5) экзистенциальное - «Я беспомощен (ни в чем не виноват)».

7. «Дорогая»

Тезис. Наибольшего расцвета игра «Дорогая» достигает на ранних стадиях терапии супружеских групп, когда участники занимают в основном оборонительную позицию. Эту игру можно наблюдать также в компаниях, на вечеринках. Уайт рассказывает какую-нибудь историю, попутно выставляя свою жену в не очень-то выгодном свете. Рассказ завершается фразой: «Не правда ли, дорогая?» Миссис Уайт обычно соглашается по одной из двух причин, якобы исходящих от ее Взрослого: а) сама по себе история в общих чертах вполне соответствует действительности; если же она не согласится с какой-то мелкой деталью (на самом деле именно эта деталь и есть основной момент транзакции), то может выглядеть занудливым человеком; б) просто невежливо не согласиться с мужчиной, который только что во всеуслышание назвал тебя «дорогая». Однако истинной психологической причиной согласия является ее депрессивная позиция. Когда она выходила замуж, то хорошо понимала, что муж способен выставлять перед людьми ее недостатки и тем самым избавлять ее от неудобных ситуаций, в которые она неизбежно попадает. В детстве эту услугу ей оказывали ее родители.

Игра «Дорогая» наряду с игрой «Судебное разбирательство» наиболее часто встречается в супружеских психотерапевтических группах. Чем более напряженной становится ситуация, тем ближе момент разоблачения игры, тем с большей горечью произносится слово «дорогая», пока раздражение говорящего не становится для всех очевидным. Тщательный анализ позволяет увидеть сходство данной игры с «Растяпой», так

как в ней есть тот же важный момент: миссис Уайт обязательно прощает мистеру Уайту его раздражение, которое она изо всех сил старается не заметить. Соответственно **антитезис** «Дорогой» строится по тем же законам, что антитезис «Растяпы»: «Ты можешь рассказывать порочащие меня истории, но, пожалуйста, не называй меня „дорогая"». Этот антитезис чреват той же опасностью, что и антитезис «Растяпы». Более изощренный и менее опасный антитезис состоит в том, чтобы отвечать: «Да, милый».

В другом варианте игры в ответ на рассказ мужа жена, вместо того чтобы согласиться с ним, может сама рассказать что-нибудь подобного типа о муже, тем самым как бы говоря: «Ты тоже небезупречен, дорогой».

Иногда ласкательные обращения в этой игре не произносятся, но внимательный слушатель может их заметить. Это уже будет молчаливый вариант игры «Дорогая».

ИГРЫ В КОМПАНИЯХ

Компании людей созданы для времяпрепровождения, а времяпрепровождения — для компаний. По мере углубления знакомства в ход все более начинают идти игры. Начинается обычный, хотя и незаметный процесс взаимного выбора. Узнают друг друга: «Гость-растяпа» и его жертва, «Большой и сильный папа» и «Я бедняжечка» и другие.

В этом разделе приводятся четыре игры, наиболее типичные для повседневной ситуации группового общения: «Подумайте, какой ужас!», «Изьян», «Гость-растяпа» и «Почему бы вам не... — Да, но».

1. «Подумайте, какой ужас!»

Тезис. Мы выделяем здесь четыре основные формы: три времяпрепровождения — для родителей, для взрослых, для детей — и игру. Во времяпрепровождениях нет развязки и выигрыша, зато возникают недостойные чувства.

1. Времяпрепровождение «Нынешние» представляет собой компанию Родителей, отличающихся самодовольством, сознанием собственной правоты и даже злонамеренным стремлением покарать всех, кто живет не по их правилам. С социологической точки зрения такое использование своего времени типично для определенной категории пожилых женщин, обладающих небольшим, но независимым источником дохода. Одна из таких женщин, например, прекратила ходить в психотерапевтическую группу после того, как ее первый ход был встречен молчанием окружающих, а не возбужденными одобрительными возгласами, к которым она привыкла в своем социальном кругу. Члены этой группы, умудренные анализом игр, продемонстрировали отсутствие «чувства локтя» по отношению к этой женщине. Особенно это было заметно, когда все промолчали на замечание миссис Уайт: «Кстати, о доверии к людям...

Сейчас никому нельзя доверять. И это неудивительно. Я являюсь домовладелицей. Недавно заглянула в ящик стола одного из моих жильцов, и вы не поверите, что я там обнаружила...» Она знала ответы на все острые социальные вопросы: юношеской преступности (нынешние родители слишком снисходительны), разводов (нынешним женам делать нечего), роста преступности (в наши дни чересчур часто в районах для белых стали проживать иностранцы), роста цен (нынешние бизнесмены слишком много хотят урвать). Она дала понять, что сама отнюдь не снисходительна к своему непутевому сыну и к преступникам-жильцам.

Времяпрепровождение «Нынешние» отличается от обычных сплетен девизом: «Неудивительно». Первый ход может в обоих случаях быть одинаковым: «Говорят...» Когда это времяпрепровождение осуществляется не ради сплетни, то в нем может быть

направление, завершение, нередко предлагается и «объяснение». А обычные сплетни чаще всего пересказывают в компании, перескакивая с одного сюжета на другой, и, в конце концов, теряют нить.

2. «Рана» принадлежит к числу более доброжелательных Взрослых времяпрепровождений. Девиз: «Какая жалость!», хотя его скрытые мотивы столь же непривлекательны. Здесь непременно речь идет о болезнях, о крови, о страшных случаях. Компания представляет собой как бы импровизированный медицинский коллоквиум. Любой его участник вправе сделать сообщение о каком-либо медицинском происшествии, и чем оно ужаснее, тем лучше. Все детали жадно обсуждаются. Типичные темы: разбитое в кровь лицо, полостная операция, трудные роды и т. п. Это времяпрепровождение отличается от обычных сплетен тем, что каждый стремится превзойти других рассказчиков и обнаружить большую медицинскую компетентность. Собеседники систематически обсуждают патологическую анатомию, диагнозы, прогнозы и сравнивают различные истории болезней. В обычных сплетнях благоприятный прогноз может приветствоваться, но в этом времяпрепровождении постоянная демонстрация оптимистического взгляда (если только его неискренность не бросается в глаза) может в конце концов привести к изгнанию участника, который играет не по правилам.

3. К времяпрепровождениям для Ребенка относятся «Перекур» и «Чаепитие» (на работе). Их девиз: «Что хотят, то и делают». Это вариант для учреждений. Вечером он может превращаться во времяпрепровождение «За стойкой бара», состоящее в поверхностном обсуждении экономических или политических вопросов. Здесь обычно фигурирует некий персонаж со смутными очертаниями, держащий в своих руках все козыри, который зовется «они».

4. Игра «Подумайте, какой ужас!» достигает наиболее драматического выражения у людей, во что бы то ни стало стремящихся прооперироваться. Их трансакции позволяют выделить основные признаки игры. Эти люди «покупают» докторов и активно стремятся к операции, даже несмотря на сильное противодействие врачей. Положение хирургического больного (госпитализация и операция) само сулит ему «вознаграждение». Оперированное тело служит для него источником внутреннего психологического «вознаграждения». Внешнее психологическое «вознаграждение» возникает у таких людей в результате отказа от близости, от всякой ответственности — они полностью подчиняются хирургу.

Забота медсестер олицетворяет биологическое «вознаграждение». Медперсонал (врачи, сестры), окружающие больные обеспечивают внутреннее социальное «вознаграждение». После выписки из больницы пациент получает внешнее социальное «вознаграждение», вызывая у окружающих сочувствие и благоговение перед его страданиями. В эту игру в ее крайнем проявлении весьма профессионально играют люди, ложно или искренне утверждающие, что они являются жертвой врачебной ошибки. Они могут зарабатывать себе на жизнь тем, что намеренно приводят себя в недееспособное состояние или не сопротивляются такой возможности. После этого, в отличие от любителей, они требуют не только сочувствия, но и возмещения ущерба. Следовательно, «Подумайте, какой ужас!» становится игрой в том случае, когда на словах игрок испытывает отчаяние, а в глубине души ликует, предвидя, сколько удовольствия он сможет извлечь из своего несчастья.

Мы считаем, что людей, которым постоянно не везет, можно разделить на три группы: а) те, кто не желают навлечь на себя неприятности, а если и навлекают их, то неумышленно; они могут воспользоваться или не воспользоваться участием, с большой готовностью предлагаемым им окружающими; некоторая эксплуатация своего положения в подобных случаях вполне естественна, и к этому следует относиться с обычной любезностью; б) некоторые люди навлекают на себя несчастья неумышленно, но принимают их с

благодарностью за предоставленные им возможности; в этом случае игра не планируется заранее, а является, по терминологии Фрейда, «добавочным урожаем»; в) те, кто сами напрашиваются на несчастья, например люди, которые во что бы то ни стало хотят лечь на операцию, ходят от хирурга к хирургу, пока не найдут такого, который бы согласился их прооперировать; в этом случае поведение такого человека с самого начала является игрой.

2. «Изьян»

Тезис. Эта игра является источником мелочных склок в обыденной жизни. Игрок исходит из депрессивной позиции Ребенка «Я никуда не поеду», которую его защитный механизм превращает в Родительскую позицию «Они никуда не поедут». Транзакционная задача игрока состоит в доказательстве последнего тезиса. Поэтому игроки в «Изьян» не чувствуют себя спокойно с новым человеком, пока не обнаружат у него какой-нибудь изьян. В своей тягчайшей форме «Изьян» может стать политической игрой, проводимой авторитарной личностью с тоталитарных позиций. В этом случае игра может иметь серьезные исторические последствия. Здесь становится очевидным родство этой игры с времяпрепровождением «Нынешние». Позитивное укрепление позиции достигается игрой «Как я справляюсь», а «Изьян» обеспечивает негативный способ укрепления своей позиции. Ниже мы частично проанализируем эту игру, чтобы прояснить некоторые ее элементы.

Исходные предпосылки «Изьяна» могут варьировать от мелких и поверхностных («На ней прошлогодняя шляпка») до самых циничных («У него нет 7000 долларов в банке»), зловещих («Не стопроцентный ариец»), эзотерических («Не читал Рильке»¹⁸), интимных («Он импотент») или рефлексивных («Что он этим пытается доказать?»). С психодинамической точки зрения чаще всего основой игры является сексуальная неуверенность, а ее целью — самоутверждение. В транзакционном плане мы в основном имеем дело с нездоровым любопытством и стремлением совать нос в чужие дела. При этом удовольствие, которое при этом испытывает Ребенок, иногда маскируется филантропической озабоченностью Родителя или Взрослого. Внутреннее психологическое «вознаграждение» игры состоит в защите от депрессии, а внешнее психологическое «вознаграждение» — в избегании близости, которая может обнаружить изьяны самого Уайта. Он чувствует себя вправе, например, отказаться от общения с немодно одетой женщиной, небогатым или неуверенным в себе человеком. В то же время вмешательство в чужие дела влечет за собой некоторые внутренние социальные действия, сопровождаемые «биологическим выигрышем». Внешнее социальное «вознаграждение» принадлежит к группе игр «Подумайте, какой ужас!»

Интересно отметить, что выбор Уайтом исходной посылки не зависит ни от его интеллекта, ни от кругозора. Так, некий человек, занимавший ответственный пост в министерстве иностранных дел, однажды официально заявил на лекции, что другая страна не столь высокоразвита, как его государство, в частности, потому, что ее мужское население носит пиджаки со слишком длинными рукавами. Во Взрослом состоянии этот человек, наверное, был вполне компетентен. Но он мог упомянуть о такой не относящейся к делу детали, только играя в Родительскую игру типа «Изьян».

3. «Гость-растяпа»

Тезис. Типичный вариант игры разворачивается в следующей последовательности:

1. Уайт опрокидывает коктейль на вечерний туалет хозяйки. Блэк (хозяин) сначала приходит в ярость, но чувствует (часто лишь смутно): если он обнаружит ее, то Уайт

¹⁸ Рильке, Райнер Мария (1875—1926) — австрийский поэт. 92

выиграет. Поэтому Блэк берет себя в руки, и ему кажется, что выиграл именно он.

2. Уайт говорит: «Извините, пожалуйста». Блэк нехотя или поспешно произносит слова прощения, тем самым усиливая иллюзию своего выигрыша.

3. Уайт продолжает наносить дальнейший ущерб Блэку. Он как бы ненароком разбивает и ломает вещи, проливает вино и вообще устраивает беспорядок. После того как ему удалось прожечь сигаретой скатерть, порвать ножкой стула кружевную занавеску и пролить соус на ковер, Ребенок Уайта приходит в превосходное расположение духа, поскольку он прекрасно провел время за этими занятиями и сумел за все получить прощение. В то же время Блэк испытывает удовлетворение от того, что все видели, как он мужественно держал себя. Таким образом, оба извлекли выгоду из неблагоприятной ситуации, поэтому Блэк может не стремиться прекратить подобную дружбу.

Как и в большинстве игр, Уайт, делающий первый ход, выигрывает. Если Блэк покажет, что разозлился, Уайт почувствует себя вправе ответить тем же. Если Блэку удастся сдержаться, Уайт может и дальше куражиться, воспользовавшись удобным случаем. Однако настоящий выигрыш в этой игре состоит не в удовольствии разрушения — для Уайта это как бы попутно доставшийся выигрыш,— а в получении прощения. Отсюда становится ясно, каким должен быть антитезис.

Антитезис. Анти-Растяпы состоит в том, чтобы отказать Уайту в прощении, которое он стремится получить. После слов Уайта «Извините, пожалуйста» Блэк, вместо того чтобы пробормотать: «Ладно, все в порядке»,— говорит: «Сегодня вечером вы можете досажать моей жене, ломать мебель и портить ковер, но только не надо извиняться». Тем самым Блэк из всепрощающего Родителя превращается в объективного Взрослого, который полностью берет на себя ответственность за то, что вообще пригласил Уайта.

Насколько интенсивно Уайт ведет свою игру, станет понятным из его реакции, а она может быть весьма несдержанной. Хозяин, отвечающий гостю-растяпе антитезисом, всегда рискует тут же навлечь на себя ответный удар или, во всяком случае, нажать врага.

Дети играют в неполный вариант «Растяпы», при котором они если не всегда рассчитывают получить прощение, то, по крайней мере, могут насладиться своими проказами. По мере того как они овладевают умением жить в обществе, они могут воспользоваться этим вариантом игры, чтобы получить прощение, что является основной целью игры в том ее виде, в каком она применяется в кругу хорошо воспитанных взрослых людей.

Анализ

Тезис: «Я могу безобразничать, и все же получать прощение».

Цель: получение прощения.

Роли: Агрессор, Жертва.

Иллюстрации:

1) дети с разрушительными наклонностями, любители устраивать беспорядок;

2) неуклюжий гость.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый: «Я веду себя вежливо, поэтому и вам придется быть вежливым»; Взрослый: «Все в порядке. Я вас прощаю».

Психологическая парадигма: Ребенок — Родитель; Ребенок: «Тебе придется простить меня, ведь ты же видишь, что я это сделал случайно»; Родитель: «Ты прав. Придется показать тебе, что значит хорошо себя вести».

Ходы:

- 1) провокация — возмущение;
- 2) извинение — прощение.

Вознаграждения:

- 1) внутреннее психологическое — удовольствие от манеры устраивать беспорядок;
- 2) внешнее психологическое — избегает наказания;
- 3) внутреннее социальное — «Гость-растяпа»;
- 4) внешнее социальное — «Гость-растяпа»;
- 5) биологическое — провокационные и ласковые «поглаживания»;
- 6) экзистенциальное — «Я ни в чем не виноват».

4. «Почему бы вам не... — Да, но» (ПБВДН)

Тезис. Игра «Почему бы вам не... — Да, но» занимает особое место в анализе игр, так как именно она послужила толчком к формулировке самого понятия «игра». Эту игру мы первой вычленили из ее социального контекста. Она принадлежит к числу наиболее изученных. Кроме того, она также относится и к наиболее популярным играм, в которые играют на званых вечерах и в самых разных компаниях, включая и психотерапевтические группы. Основные характеристики игры видны из следующего примера.

Уайт (жена): Муж всегда хочет делать ремонт сам, но у него никогда ничего не получается так, как надо.

Блэк: Почему бы ему не взять несколько уроков у плотника? *Уайт:* Да, но у него нет времени.

Блю (или кто-либо из компании): Почему бы вам не купить ему хорошие инструменты?

Уайт: Да, но он не умеет ими пользоваться. *Ред:* А почему бы вам не пригласить плотника для ремонта дома?

Уайт: Да, но это слишком дорого.

Браун: Почему бы вам тогда не примириться с тем, как он все делает, и не довольствоваться этим?

Уайт: Да, но ведь все может просто рухнуть. Вслед за таким обменом репликами обычно воцаряется молчание. Наконец его прерывает одна из участниц разговора (Грин) и произносит что-нибудь в следующем роде: «Ох уж эти мужчины, вечно они хотят показать, какие они мастера».

В игре ПБВДН может принимать участие любое число собеседников. В компании Водящий ставит проблему. Остальные присутствующие предлагают одно решение за другим, причем каждое начинается словами: «Почему бы вам не...» Каждому решению Уайт противопоставляет очередное «Да, но». Хороший игрок может успешно отражать натиск других игроков до тех пор, пока все они не сдадутся, а Уайт выиграет. Нередко приходится отвергнуть не менее дюжины предложений, пока не наступит тягостная тишина, знаменующая собой победу и очищающая сцену для следующей игры. В приведенном выше примере Грин переключилась на игру «Родительский комитет» типа «Непутевый муж».

Поскольку, за редчайшим исключением, все предложения других игроков отвергаются, совершенно очевидно, что игра преследовала какие-то скрытые цели. Мы считаем, что в ПБВДН играют не для того, чтобы получить ответ на свой вопрос (то есть игра не состоит в поиске Взрослым информации или решения проблемы), а для того, чтобы внушить уверенность своему состоянию Ребенка и доставить ему удовольствие. Дословная запись диалога может создать впечатление, что разговор ведется между Взрослыми, но внимательные наблюдения помогают увидеть, что Уайт (супруга) предстает в этой игре Ребенком, неспособным справиться с ситуацией, в то время как остальные участники

превращаются в мудрых Родителей, готовых поделиться своим опытом ради ее блага.

Этот процесс проиллюстрирован на схеме 8. Игра может продолжаться, поскольку на социальном уровне и стимул, и реакция идут от Взрослого к Взрослому. Они дополнительные и на психологическом уровне, где стимул, идущий от Родителя к Ребенку («Почему бы вам не...») вызывает реакцию, идущую от Ребенка к Родителю («Да, но»). Как правило, для обеих сторон транзакции на психологическом уровне являются бессознательными, но внимательный наблюдатель может заметить, например, по изменившейся позе, голосу, тону, произносимым словам о происшедшем сдвиге в состоянии Я (со Взрослого на «несправляющегося» Ребенка — в случае миссис Уайт — и со Взрослого на «мудрого» Родителя — у других участников). Чтобы лучше понять скрытый смысл этой игры, полезно проанализировать следующий пример.

Психотерапевт: А кто-нибудь предложил решение проблемы, которое вам до этого не приходило в голову?

Уайт (супруга): Нет, никто. Честно говоря, я уже перепробовала почти все, что они предложили. Я купила мужу инструменты, и он взял несколько уроков у плотника.

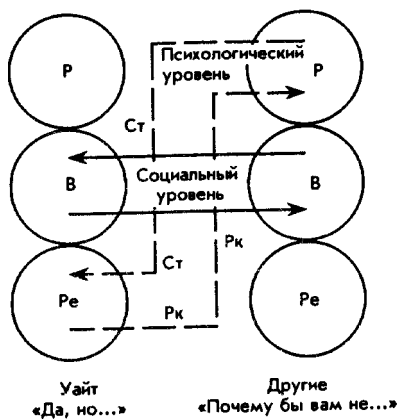


Схема 8. «Почему бы вам не... — Да, но»

Последнее замечание миссис Уайт делает очевидными две причины, по которым ее разговор с собеседниками не следует принимать за чистую монету. Во-первых, в большинстве случаев Уайт не глупее остальных членов компании, и очень маловероятно, что кто-нибудь из них может предложить решение, которое раньше не приходило ей в голову. Если же кому-то удастся придумать действительно оригинальное решение, миссис Уайт, если она ведет честную игру, примет его с благодарностью.

Иными словами, ее «несправляющийся» Ребенок уступит, если у кого-то из присутствующих возникнет достаточно остроумная идея, которая будет стимулировать ее Взрослого. Однако заядлые игроки в ПБВДН, такие, как миссис Уайт, редко играют честно. С другой стороны, слишком большая готовность принять чужое предложение наводит на мысль, не скрывается ли за ПБВДН другая игра — «Дурочка».

Приведенный пример особенно нагляден, поскольку он отчетливо иллюстрирует второе утверждение: даже если миссис Уайт уже испробовала некоторые решения, она все равно будет возражать против них. Следовательно, цель игры состоит не в том, чтобы выслушать предложения, а в том, чтобы отвергнуть их.

При соответствующих обстоятельствах в эту игру может играть едва ли не каждый, так как она хорошо структурирует время. Но тщательные наблюдения за людьми, которые особенно предрасположены к этой игре, обнаруживают некоторые интересные закономерности. Во-первых, они с одинаковой легкостью могут играть как на той, так и на другой стороне. Способность переключаться на другие роли вообще характерна для игр. Игроки могут по привычке предпочитать одну роль другой, но они могут меняться местами и совсем не возражают взять на себя любую роль в той же самой игре, если это по какой-то причине желательно (например, превращение Пьяницы в Спасителя в игре «Алкоголик»).

Во-вторых, наблюдения показали, что человек, охотно играющий в ПБВДН, чаще всего принадлежит к типу людей, которые в конечном счете просят психотерапевта применить к ним какое-либо лечение. Во время игры их цель — показать, что никто не может предложить им приемлемого решения проблемы, то есть что они никогда не капитулируют.

Но, вступая в контакт с психотерапевтом, они требуют применить к ним приемы, которые могут способствовать полной их капитуляции, например гипноз. Таким образом, становится ясно, что игра ПБВДН представляет собой в какой-то степени социальное решение внутреннего конфликта человека в связи с его капитуляцией по какому-то поводу. Любители этой игры имеют еще одну, очень специфическую особенность: многие из них боятся покраснеть. Приведем пример.

Психотерапевт: Почему вы играете в эту игру, если вы знаете, что это простой обман?

Миссис Уайт: В любом разговоре я все время должна придумывать, о чем говорить дальше. Если я ничего не могу придумать, то начинаю краснеть. Только в темноте я не боюсь покраснеть. Я просто не могу выносить паузу в разговоре. Я это знаю, и мой муж тоже знает. Он мне всегда об этом говорил.

Психотерапевт: Вы хотите сказать, что если ваш Взрослый ничем не занят, то ваш Ребенок пользуется случаем, чтобы «выскочить» и заставить вас смутиться?

Миссис Уайт: Вот-вот. Поэтому до тех пор, пока я предлагаю другим какие-то решения или выслушиваю их идеи относительно моих проблем, со мной все в порядке, я чувствую себя защищенной. Пока мой Взрослый под контролем, я не боюсь почувствовать замешательство. Слова миссис Уайт ясно показывают: она боится неструктурированного времени. Ее Ребенку не удастся привлечь к себе внимание, пока занят ее Взрослый, поэтому именно игра предлагает ей подходящую, структуру для функционирования Взрослого. Однако для поддержания ее интереса игра должна иметь соответствующую мотивацию. Выбор ПБВДН определяется принципом экономии: ее Ребенок, оказавшийся в состоянии конфликта по причине физической пассивности, получает в этой игре максимальные внутренние и внешние «вознаграждения». С одинаковым жаром она играет роль хитрого Ребенка, которого невозможно подавить, и мудрого Родителя, который пытается подавить в ком-то Ребенка, но безуспешно. Поскольку основной принцип ПБВДН — не принимать ни одного предложения, Родитель никогда не добивается успеха. Девиз игры:

«Не паникуй, Родитель, никогда не добьется успеха».

Подведем итоги. Каждый ход как бы забавляет миссис Уайт и приносит ей удовлетворение хотя бы тем, что еще одно предложение отвергается. Но истинной кульминацией игры является пауза (или замаскированная пауза), которая наступает после того, как все остальные участники уже исчерпали свои возможности и им надоело придумывать приемлемые решения. Для миссис Уайт это означает победу, ибо она продемонстрировала всем остальным, что это они не могут справиться с ситуацией. Если пауза не замаскирована, она может длиться несколько минут.

В нашем примере Грин не дала Уайт насладиться триумфом, так как хотела поскорее начать собственную игру. Позже в этом сеансе у миссис Уайт проскользнула неприязнь к миссис Грин за то, что та лишила ее нескольких минут торжества.

Другой любопытной чертой ПБВДН является то, что ее варианты для внешнего и внутреннего употребления совершенно одинаковы, но участники при этом меняются ролями. Во внешнем варианте, который мы наблюдали, Ребенок-Уайт в игре со многими участниками берет на себя роль Беспомощного существа, нуждающегося в поддержке окружающих. Во внутреннем варианте это более интимная игра для двоих участников, и Уайт играет в нее дома с мужем. Здесь она уже выступает в роли Родителя, источника мудрых и разумных советов. Однако такая смена ролей происходит не сразу. Пока будущий муж за ней ухаживает, она играет роль беспомощного Ребенка, и только после медового месяца начинает проявлять себя ее любящий покомандовать Родитель. Возможно, незадолго до свадьбы она порой и выдавала себя, но жених этого не заметил, стремясь поскорее заключить союз с тщательно выбранной невестой. Если же он заметит ее промахи, их помолвка вполне может расстроиться «по уважительным причинам», а Уайт, опечаленная, но отнюдь не поумневшая,

возобновит поиски нового партнера.

Антитезис. Очевидно, люди, подхватывающие игру миссис Уайт, когда она, делая первый ход, излагает свою «проблему», играют в один из вариантов игры «Я всего лишь пытаюсь помочь вам» (ЯППВ). Фактически ПБВДН — это игра, обратная ЯППВ. В последней участвуют один психотерапевт и много пациентов, в первой — один пациент и много «психотерапевтов». Следовательно, антитезис ПБВДН состоит в том, чтобы не играть в ЯППВ. Если первый ход выглядит следующим образом: «Что бы вы стали делать в случае ...?» — мы предлагаем отвечать: «Это действительно трудная проблема. А вы что собираетесь делать в этой связи?» Если игра начинается словами: «Мне не удалось то-то и то-то», — ответ должен быть: «Как жаль». Оба предложенных ответа достаточно вежливы, чтобы привести Водящего в растерянность или по крайней мере вызвать пересекающиеся транзакции, так что его фрустрация становится очевидной и, значит, может стать предметом анализа.

В психотерапевтической группе для людей, склонных к ЯППВ, хорошей практикой будет отказ от приглашения принять в ней участие. В этом случае антитезис ПБВДН, который в некоторой степени является также и антитезисом ЯППВ, будет полезен не только для Водящего, но и для остальных членов группы.

В нормальной ситуации человеческого общения нет никаких причин отказываться от участия в этой игре, если она ведется в дружеской и безобидной форме. Если же она представляет собой попытку использовать профессиональные знания, то может потребоваться антитезисный ход. Но в подобных ситуациях это может стать источником обиды, поскольку Ребенок миссис Уайт вдруг оказывается у всех на виду. При этих обстоятельствах лучше выйти из игры после первого хода и поискать более вдохновляющую игру, например «Динамо» первой степени.

Родственные игры. Игру «Почему бы вам не...—Да, но» следует отличать от ее противоположности «А почему же вы не...—Нет, но...», в которой выигрывает Родитель, а обороняющийся Ребенок в конце концов в замешательстве отступает, хотя и здесь точное воспроизведение диалога может показаться разумным разговором двух Взрослых, обсуждающих реальную ситуацию.

Вывернутая как бы наизнанку ПБВДН на первый взгляд напоминает игру «Крестьянка». В этом варианте миссис Уайт склоняет психотерапевта дать ей рекомендации, которые она не отклоняет, а, напротив, тут же принимает. Только после того, как психотерапевт уже совсем завяз в игре, он начинает замечать, что она его переиграла. То, что вначале казалось игрой «Крестьянка», оборачивается интеллектуальным вариантом «Динамо».

Игра ПБВДН может принимать форму «Сделай же со мной что-нибудь». Например, женщина не желает выполнять какую бы то ни было домашнюю работу, поэтому каждый вечер, когда муж возвращается с работы, у них начинается игра ПБВДН. Независимо от того, что говорит муж, жена ведет себя угрюмо и не стремится изменить свое поведение. В некоторых случаях ее мрачность может оказаться следствием болезни, что требует тщательного психотерапевтического анализа. Но и в этом случае игровой аспект не следует сбрасывать со счетов, поскольку он заостряет внимание на вопросах, почему муж выбрал именно такую супругу и каков его «вклад» в эту ситуацию.

Анализ

Тезис: «Посмотрим, способен ли ты предложить решение, к которому я не могу придаться».

Цель: обретение уверенности.

Роли: беспомощный человек, советчики.

Иллюстрации:

- 1) «Да, но я не могу сейчас делать домашнюю работу, потому что...»;
- 2) беспомощная жена.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый: «Что бы вы стали делать в случае...?»; Взрослый: «Почему бы вам не...»; Взрослый: «Да, но...»

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок; Родитель: «Я могу заставить тебя почувствовать благодарность за мою помощь»; Ребенок: «Ну, давай, попробуй».

Ходы:

- 1) проблема — решение;
- 2) возражение — решение;
- 3) возражение — замешательство.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — обретение уверенности;
- 2) внешнее психологическое — избегает капитуляции;
- 3) внутреннее социальное — ПБВДН, роль Родителя;
- 4) внешнее социальное — ПБВДН, роль Ребенка;
- 5) биологическое — разумное обсуждение;
- 6) экзистенциальное — «Все хотят мной командовать».

СЕКСУАЛЬНЫЕ ИГРЫ

Люди играют в сексуальные игры, чтобы дать выход своим сексуальным влечениям или побороть их. Все эти игры по своей сути представляют собой извращение сексуальных инстинктов, так как источником удовлетворения становится не половой акт, а критические транзакции, представляющие собой кульминацию игры. К сожалению, это не всегда можно продемонстрировать с должной убедительностью, поскольку в такого рода игры люди играют в интимной обстановке, так что клинические данные о них мы получаем из вторых рук, и не всегда удается удовлетворительно оценить, в какой мере они искажены из-за пристрастности информанта. Например, психиатрическая концепция гомосексуальности весьма перекошена, так как более агрессивные и успешные игроки нечасто обращаются к психиатрам и последние в основном располагают сведениями об их пассивных партнерах.

В этот раздел включены следующие игры: «А ну-ка, подеритесь», «Извращение», «Динамо», «Чулок» и «Скандал». В большинстве случаев «водит» женщина. Это объясняется тем, что тяжелые формы сексуальных игр, в которых главное действующее лицо — мужчина, находятся на грани преступления (нередко переходят эту грань); поэтому их лучше отнести к следующему разделу: «Игры преступного мира». С другой стороны, часть игр может быть с одинаковым основанием отнесена и к сексуальным, и к супружеским играм. Здесь мы описываем только те из них, которые в одинаковой мере доступны и для супружеских, и для неженатых пар.

1. «А ну-ка, подеритесь» (АНКП)

Тезис. АНКП может быть маневром, ритуалом или игрой. Во всех случаях в основе лежит женская психология. В силу своей драматичности и выразительности АНКП легла в

основу множества произведений мировой литературы, как хороших, так и плохих.

1. Это маневр, но он очень романтичен. Женщина ловко сталкивает двух симпатизирующих ей мужчин, давая понять или даже пообещав, что будет принадлежать победителю. По окончании «сражения» она выполняет свое обещание. Это честная транзакция. Предполагается, что отныне дама и ее партнер «будут жить долго и счастливо».

2. Ритуал, исход которого скорее трагичен. Двое мужчин могут сражаться за женщину даже тогда, когда она этого не хочет или уже сделала свой выбор. Если побеждает не ее избранник, то она все равно может достаться победителю. В этом случае АНКП начинает не женщина, а окружающие ее люди. Если женщина не против этой борьбы, то транзакция будет честной. Если же она не желает состязания или разочарована его исходом, то ситуация открывает перед ней большой простор для игр, например «Давай надум Джю».

3. Игра АНКП относится больше к разделу комических. Женщина, устраивая состязание между двумя соперниками, чаще всего пока они «сражаются», исчезает с третьим возлюбленным. Для нее и ее избранника внутреннее и внешнее психологическое «вознаграждение» следует из их позиции: честное состязание — для глупцов. И это комическое происшествие составляет основу для получения ими внутреннего и внешнего социального «вознаграждения».

2. Извращение

Тезис. Гетеросексуальные извращения, такие, например, как садизм, типичны для Ребенка, находящегося в состоянии тревожности, поэтому подходить к исправлению этого явления надо соответствующим образом. Транзакционная сторона, как видно из реальных ситуаций сексуальных контактов, вполне поддается воздействию путем анализа игр. Это открывает возможность социального контроля, поэтому даже тогда, когда извращенные сексуальные влечения остаются неизменными, они все же нейтрализуются на стадии действия.

Люди, страдающие слабой формой садизма или мазохизма, обычно занимают некоторую примитивную позицию, в основе которой лежит принцип необходимости в душевном равновесии. Они ощущают в себе сильный сексуальный потенциал и чувствуют, что длительное воздержание может привести к серьезным последствиям. Оба эти вывода совсем необязательно соответствуют действительности, но они образуют основу для игры «Калека» с девизом: «Что же вы хотите от такого сексуального человека, как я?»

Антитезис. Он состоит в том, чтобы распространить принципы обычной вежливости на взаимоотношения со своим интимным партнером, то есть воздерживаться от словесного и физического бичевания и ограничиться более традиционными формами половой близости. Если Уайт действительно склонен к извращениям, то это выявит второй элемент игры (он часто находит свое выражение в сновидениях): сам по себе половой акт представляет для него лишь минимальный интерес, истинное удовлетворение он получает только от предшествующего половому акту унижения. Возможно, он не хотел признаться в этом даже самому себе. Но теперь ему становится ясно, что его основная жалоба состоит в том, что после всех предварительных трудов ему приходится еще и заниматься любовью. Этот этап более благоприятен для начала конкретного психотерапевтического лечения. Сказанное выше чаще всего относится к так называемым «сексуальным психопатам» и не имеет отношения к преступным извращениям или к людям, ограничивающим свои сексуальные проявления фантазиями.

В некоторых странах игра, связанная с гомосексуализмом, детально разработана до такой степени, что представляет собой определенный ритуал. Многие случаи половой недееспособности людей, связанных с гомосексуализмом, возникают именно потому, что они

превратили свою жизнь в игру. Гомосексуалист напрасно тратит огромное количество времени и энергии, которые можно было бы использовать в других целях. Анализ игр может помочь ему и его партнеру наладить свою жизнь так, чтобы наслаждаться всеми ее благами, а не посвящать себя собственной версии игры «Подумайте, какой ужас!»

3. «Динамо»

Тезис. В эту игру обычно играют мужчина и женщина. Более точным названием для нее, особенно для менее серьезных вариантов, наверное, было бы «Катись отсюда» или «Благородный гнев». Игра может вестись с разной степенью интенсивности.

1. «Динамо» или «Катись отсюда» *первой степени* популярна на вечеринках и состоит, в основном, из легкого флирта. Женщина (Уайт) демонстрирует свою доступность, затем с удовольствием принимает ухаживания мужчины. Как только он показал свое небезразличное отношение к ней, можно считать, что игра закончена. Если женщина вежлива, она, возможно, вполне искренне скажет ему: «Мне очень приятны ваши комплименты. Большое спасибо» и отправится на поиски следующей жертвы. Если она не столь благородна, то может просто бросить его и исчезнуть. Женщина, достаточно искусная в этой игре, может играть в нее на протяжении всего вечера, так что мужчине приходится прибегать к довольно сложным маневрам, чтобы следовать за ней, не привлекая к себе слишком большого внимания.

2. В игре «Динамо» или «Благородный гнев» *второй степени*. Уайт (женщина) получает удовольствие от домогательств Блэка лишь попутно. Главное ее удовольствие состоит в том, чтобы отвергнуть его (поэтому игра иногда называется «Отвяжись, нахал»). Уайт заставляет Блэка скомпрометировать себя гораздо более явно, чем при легком флирте (в игре первой степени), а затем, оттолкнув его, наслаждается его замешательством. Несомненно, сам Блэк совсем не так беспомощен, как кажется; ему пришлось затратить довольно много усилий, чтобы оказаться в подобной ситуации. Как правило, он играет в разновидность игры «Бейте меня».

3. «Динамо» *третьей степени* — это жестокая игра, которая может иметь тяжелые последствия, вплоть до суда, убийства или самоубийства. Уайт (женщина) склоняет Блэка к компрометирующему интимному контакту, а затем заявляет, что он изнасиловал ее или причинил ей какой-то невосполнимый ущерб. В наиболее циничном варианте Уайт начинает свою атаку сразу после близости с мужчиной фальшивым воплем: «Насилуют!» Если женщина хочет выдать случившееся за изнасилование, она может найти союзников, либо за деньги, либо из числа любителей покопаться в мрачных историях (представителей прессы, полиции, адвокатов и родственников). Однако иногда эти сторонние наблюдатели могут предать женщину, так что она потеряет инициативу и станет орудием в их играх.

В некоторых случаях посторонние наблюдатели могут выполнять другую функцию. Они навязывают Уайт игру, к которой она совсем не склонна, потому что у них на уме другая игра: «А ну-ка, подеритесь». Они ставят ее в ситуацию, при которой, чтобы сохранить репутацию или избежать позора, ей приходится кричать: «Насилуют!» Это особенно часто происходит с молодыми девушками. Они не имеют ничего против продолжения любовной связи, но из-за того, что интимные отношения стали предметом широкого обсуждения, они вынуждены превратить свой роман в игру «Динамо» третьей степени.

В одной библейской истории осмотрительный Иосиф Прекрасный отказался участвовать в этой игре, после чего жена Потифара проделала совершенно классическое переключение на игру «А ну-ка, подеритесь». Это превосходная иллюстрация обычной реакции заядлого игрока на антитезис, а также тех опасностей, которые подстерегают людей, отказывающихся играть в игры.

Сочетание этих двух игр образует игру «Шантаж». В ней женщина, соблазнив Блэка, кричит:

«Насилуют!», после чего в игру вступает ее муж, который шантажом вымогает у Блэка деньги.

У игры «Динамо» тот же детский прототип, что и у игры «Фригидная женщина»: девочка побуждает мальчика унизиться или запачкаться, а потом смеется над ним. Это прекрасно описал Моэм в книге «Время страстей человеческих» и Диккенс в «Больших ожиданиях». Здесь это игра второй степени. Более серьезная форма игры, приближающаяся к третьей степени, встречается в труппах.

Антитезис. Способность мужчины избежать вовлечения в игру или хотя бы удержать ее под контролем зависит от его умения отличить выражение истинных чувств от хода в игре. Если он умеет держать ситуацию под контролем, он может получить большое удовольствие от легкого флирта в игре «Катись отсюда».

С другой стороны, трудно придумать какой-нибудь безопасный антитезис к маневру жены Потифара — разве что спешно отбыть в неизвестном направлении: В 1938 году автор этих строк познакомился с неким пожилым «Иосифом», который тридцать два года тому назад, бросив все, поспешно уехал из Константинополя после того, как во время делового визита в гарем одна из жен султана загнала его в угол. Ему пришлось оставить свою лавку и, прихватив с собой запас золотых франков, навсегда уехать из Константинополя.

Родственные игры. Варианты игры «Динамо», где главным действующим лицом является мужчина, приобрели печальную известность в коммерческих ситуациях: «В постели режиссера» (а потом она так и не получает роли) и «Сядь ко мне на колени» (а потом ее все-таки увольняют).

Анализ, приводимый ниже, относится к игре «Динамо» третьей степени, поскольку в ней все элементы игры выражены особенно наглядно.

Цель: злонамеренная месть.

Роли: Соблазнительница, Волокита.

Иллюстрации.

- 1) «Я на тебя пожалуюсь, грязнуля противный»;
- 2) обесчещенная женщина.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый (мужчина): «Извините, если я зашел дальше, чем, вам бы хотелось». Взрослый (женщина): «Вы оскорбили меня и должны поплатиться за это в полной мере».

Психологическая парадигма: Ребенок — Ребенок; Ребенок (мужчина): «Видишь, как я неотразим»; Ребенок (женщина): «Ну что, попался негодяй!»

Ходы:

- 1) женщина — обольщение; мужчина — контробольщение;
- 2) женщина — капитуляция; мужчина — победа;
- 3) женщина — нападение; мужчина — крах.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — выражение ненависти и проекция вины;
- 2) внешнее психологическое — избегание эмоциональной сексуальной близости;
- 3) внутреннее социальное — «Ну что, попался негодяй»;
- 4) внешнее социальное — «Подумайте, какой ужас!»; «Судебное разбирательство», «А ну-ка, подеритесь»;
- 5) биологическое — обмен сексуальными и агрессивными транзакциями; 6) экзистенциальное — «Меня не в чем упрекнуть».

4. «Чуллок»

Тезис. Эта игра относится к той же группе, что и «Динамо». Ее наиболее очевидное свойство — эксгибиционизм, который по своей природе близок к истеричности. Например, женщина приходит в незнакомую компанию, и, еще не успев освоиться, вызываясь приподнимает ногу, привлекая к себе всеобщее внимание, и восклицает: «Ах, боже мой, у меня чулок пополз!» Это делается с расчетом возбудить сексуальный интерес у мужчин и разозлить остальных женщин. Конечно, на любые замечания относительно ее поведения Уайт отвечает протестами, призванными свидетельствовать о ее невинности, или же встречными обвинениями. Это делает игру похожей на классический вариант «Динамо». Отличительной чертой является отсутствие у Уайт умения адаптироваться в ситуации. Она почти никогда не стремится понять, что за люди ее окружают, или дождаться подходящего момента для своего маневра. Поэтому ее ход сразу же бросается в глаза как неуместный и ставит под угрозу ее взаимоотношения с другими членами группы. Несмотря на некоторую поверхностную «утонченность», она так всю жизнь и не может понять, что с ней происходит, так как судит о людях слишком цинично. Ее цель — показать, что окружающие ее люди похотливы, причем ее Ребенок и Родитель надувают ее Взрослого и не дают ему заметить ее собственное вызывающее поведение и здравомыслие большинства окружающих ее людей. Следовательно, эта игра саморазрушительная.

Женщины с более ярко выраженной патологией, имеющие большой бюст, часто сидят, заложив руки за голову, чтобы привлечь к нему внимание. Иногда они дополнительно привлекают внимание, упомянув о размере бюста или о какой-нибудь своей болезни, например, опухоли.

Смысл игры состоит в том, что женщина демонстрирует своим поведением сексуальную доступность. Поэтому игра может приобретать и более символический вид, когда в нее играют недавно овдовевшие женщины, неискренне демонстрирующие свое положение вдовы.

Антитезис. Характерной чертой женщин этого типа является не только плохая адаптация, но и неприятие антитезисного поведения. Если подготовленная психотерапевтическая группа игнорирует игру таких женщин или противодействует ей, то они могут перестать посещать консультацию. В этой игре особенно следует разграничивать антитезис и «репрессии», ибо последние означают победу Уайт. В игре «Чуллок» женщины более изобретательны по части контрходов, чем мужчины, которые, впрочем, мало заинтересованы в том, чтобы игра прекратилась. Таким образом, лучше всего оставить антитезис на усмотрение женщин.

5. «Скандал»

Тезис. Классический вариант этой игры обычно разыгрывается между авторитарным отцом и дочерью-подростком. Причем мать в такой семье чаще всего сексуально заторможена. Отец приходит с работы и начинает придирается к дочери, а она в ответ грубит. Первый ход может сделать также и дочь. Нагло разговаривая с отцом, она вызывает придирки с его стороны. Постепенно их голоса становятся громче, и ссора набирает силу. Исход зависит от того, на чьей стороне инициатива. Существуют три возможных исхода: 1) отец уходит в свою комнату, хлопнув дверью; 2) дочь уходит в свою комнату, хлопнув дверью; 3) оба расходятся по своим комнатам, хлопнув дверью. В любом случае конец игры «Скандал» отмечен хлопаньем дверью. «Скандал» является мучительным, но эффективным способом решения сексуальных проблем, которые возникают в некоторых семьях между

отцом и дочерью-подростком. Они могут жить под одной крышей, только если постоянно злятся друг на друга и периодически хлопают дверью, что для каждого из них подчеркивает: они спят в разных комнатах.

В испорченных семьях игра может принять мрачную и отталкивающую форму: отец поджидает дочь, ушедшую на свидание, чтобы после ее возвращения тщательно осмотреть дочь, ее одежду и убедиться в том, что она осталась невинной. Малейшее подозрительное обстоятельство нередко вызывает ужасный скандал, в результате которого дочь могут выгнать из дому среди ночи. В конце концов события развиваются в худшем для семьи направлении и подозрения отца оправдываются. Тогда он устраивает скандал и выкладывает все матери, которая беспомощно наблюдала за развитием событий.

В «Скандал» могут играть два любых человека, стремящихся избежать сексуальной близости. Например, игра «Фригидная женщина», как правило, кончается именно этим. Игра «Скандал» относительно редко встречается между мальчиками-подростками и их родственниками, поскольку мальчикам легче вечером уйти из дому, чем любым другим членам семьи. В более раннем возрасте братья и сестры могут получить некоторое удовлетворение с помощью драки. Эта схема поведения в разном возрасте имеет различные мотивации. В США она приобрела, на наш взгляд, полуритуальную форму, санкционированную как телевидением, так и официальными педагогами и педиатрами. Среди английских «высших классов» драка считается (или считалась раньше) дурным тоном, поэтому не нашедшая выхода энергия расходуется в регулируемых строгими правилами «Драках» на игровом Поле.

Антитезис. Для отца эта игра не столь неприятна, как ему хотелось бы думать. Обычно антитезисный ход делает дочь, находя спасение в раннем, часто скороспелом или навязанном браке.

Когда это психологически возможно, антитезисный ход может сделать мать, отказавшись от своей относительной или абсолютной фригидности. Игра может утихнуть, если отец заведет интимную связь на стороне. Но это чревато другими осложнениями. Если в «Скандал» играют супруги, антитезис должен быть тот же, что и в игре «Фригидная женщина» или «Фригидный мужчина».

При соответствующих обстоятельствах «Скандал» вполне закономерно приводит к игре «Судебное разбирательство».

ИГРЫ ПРЕСТУПНОГО МИРА

В работе судов и исправительных учреждений все чаще стала участвовать так называемая «служба помощи», а криминалисты и чиновники, наблюдающие за соблюдением законов, стали более образованными. В связи с этим мы предлагаем всем заинтересованным лицам наш анализ некоторых игр, встречающихся в преступном мире (как в тюрьме, так и за ее пределами). К их числу мы отнесли: «Полицейские и воры», «Как отсюда выбраться» и «Давай надуем Джо».

1. «Полицейские и Воры» (ПиВ)

Тезис. Поскольку большинство преступников ненавидят полицейских, то от умения перехитрить их они получают порой не меньше удовольствия, чем от награбленной добычи. На уровне Взрослого их преступления представляют собой игры ради материального выигрыша, ради добычи, но на уровне Ребенка их увлекает волнение, связанное с самим приключением: то, как им удалось ускользнуть или обмануть погоню.

Как ни странно, но детским прототипом «Полицейских и воров» будет игра в прятки,

где существенным элементом является огорчение по поводу того, что тебя отыскивали. Эта особенность становится очевидной в игре с маленькими детьми. Если отец нашел ребенка слишком быстро, то малыш огорчается, так как не успел вволю повеселиться. Но если отец — хороший игрок, он знает, как надо себя вести: он никак не может найти сына, и тогда тот подает ему сигнал каким-нибудь звуком. Таким образом, мальчик вынуждает отца найти его, но при этом все равно показывает, что огорчен. Однако на этот раз ребенку удалось повеселиться побольше и он дольше пробыл в напряжении. Если отец сдается, сын чувствует не торжество, а разочарование. Поскольку ребенку удалось извлечь весь возможный интерес из самих прятков, то, значит, дело не в них. Сын разочарован, потому что его не поймали. Когда приходит очередь отца прятаться, то он не должен оказаться намного хитрее сына. Родителю следует быть хитрым настолько, насколько нужно для того, чтобы мальчик получил удовольствие. И конечно, у отца должно хватить ума прикинуться огорченным, когда его найдут. Вскоре становится ясно, что настоящая кульминация игры — когда тебя нашли.

Поэтому прятки — это не просто времяпрепровождение, а настоящая игра. На социальном уровне она представляет собой соревнование в хитроумии и приносит наибольшее удовлетворение, когда Взрослый каждого игрока проявляет себя наилучшим образом. Но на психологическом уровне она выглядит как навязанная азартная игра, в которой Взрослый Уайта должен проиграть, чтобы дать возможность выиграть Ребенку. Фактически не дать себя поймать означает применить **антитезис**. Среди детей постарше ребенок, придумавший такое место, где его не могут найти, считается плохим игроком, потому что он портит всю игру. Он уничтожил компонент Ребенка и превратил всю игру во Взрослую процедуру. Он играет не для того, чтобы повеселиться.

Преступники, по-видимому, делятся на два типа: те, кто видит в преступлении только материальную выгоду, и те, кого в основном привлекает игра. Большое число преступников составляет промежуточную группу: они могут действовать, исходя то из одних, то из других побуждений.

Интересующий нас тип игрока в Пив чем-то напоминает «Алкоголика». Человек может попеременно играть то роль Полицейского, то роль Вора. Иногда днем он играет роль Родителя-Полицейского, а с наступлением темноты превращается в Ребенка-Вора. У многих Воров в душе сидит Полицейский, а у многих Полицейских — Вор. Если преступник исправился, он может взять на себя роль Спасителя и стать работником службы помощи или других социальных организаций. Но в этой игре Спаситель гораздо менее важен, чем в игре «Алкоголик». Однако нередко игрок принимает роль Вора на всю жизнь, причем каждый из преступников чаще всего обладает своим собственным *modus operandi* (способ действия), приводящим к его поимке: он может облегчить работу полиции или затруднить ее.

Очень похожа на описанную выше ситуация с азартными игроками. На социальном или социологическом уровне «профессиональным игроком» считается тот, у кого азартная игра составляет главный интерес в жизни. Но на психологическом уровне профессиональные игроки подразделяются на две группы. К первой группе мы относим людей, которые почти все время тратят на игру, то есть играющие со своей Судьбой. Ко второй группе относятся владельцы игорных домов, люди, организующие азартные игры, которые этим зарабатывают себе на жизнь. Сами они стараются избегать азартных игр, хотя время от времени, при определенных обстоятельствах, они дают себе волю и с удовольствием принимают участие в игре, точно так же как профессиональный преступник иногда позволяет себе поиграть в Пив.

Может быть, этим объясняется положение, при котором психологическое и социологическое изучение преступности у нас в основном расплывчато и непродуктивно. До сих пор рассматривались две различные категории людей, которые невозможно адекватно разграничить в рамках обычного теоретического и эмпирического подхода. То же самое

относится и к изучению азартных игроков. Трансакционный анализ и анализ игр помогают решить эту задачу. Они устраняют неопределенность, проводят трансакционное разграничение между азартными игроками и хладнокровными профессионалами не только на социальном, но и на более глубоком психологическом уровне.

Теперь перейдем от общих утверждений к конкретным примерам.

Некоторые взломщики делают свою работу без единого лишнего движения. Но взломщик, играющий в «Полицейских и воров», обязательно оставит свою «визитную карточку», совершив какую-нибудь бессмысленность, например испачкает грязью дорожную одежду. Судя по полицейским отчетам, профессиональные налетчики при ограблении банка принимают все возможные меры предосторожности, чтобы избежать насилия. А налетчик, играющий в ПиВ, ждет предлога, чтобы сорвать на ком-нибудь свою злость. Профессиональный преступник стремится сделать свою работу настолько аккуратно, насколько позволяют обстоятельства. А преступник, играющий в ПиВ, во время «работы» должен как бы «спускать пары». Считается, что преступник-профессионал не приступает к работе до тех пор, пока не предпримет необходимых мер, чтобы обезопасить себя на случай, если придется иметь дело с законом. А игрок не прочь сразиться с законом «голыми руками». Профессиональные преступники прекрасно осведомлены о существовании игры ПиВ, но сами они в нее не играют. Может быть поэтому профессиональные преступники реже попадают в полицию и поэтому социологические, психологические и психиатрические аспекты их поведения меньше изучены. То же самое можно сказать и в отношении азартных игроков.

Примером того, насколько широко распространена самая простая форма игры ПиВ, является клептомания (в противоположность профессиональным магазинным ворам).

Вполне возможно, что очень большой процент представителей западной цивилизации любят играть в ПиВ в своем воображении. Именно по этой причине так бойко расходятся в нашем полушарии газеты с описанием разных преступлений. Многие разрабатывают мысленные планы «идеального убийства», представляющего собой самый опасный из всех вариантов этой игры — он предполагает полное торжество преступника над полицией.

Варианты «ПиВ»: «Ревизоры и воры». В нее играют растратчики по тем же правилам и с тем же исходом; «Таможенники и воры» — в нее играют контрабандисты. Особый интерес представляет собой преступный вариант игры «Судебное разбирательство». Несмотря на все предосторожности, профессионального преступника время от времени все же арестовывают, и он предстает перед судом. Для него «Судебное разбирательство» является процедурой, которую он выполняет, следуя инструкциям своих адвокатов. А для многих адвокатов «Судебное разбирательство», по существу, представляет собой игру с присяжными, и цель ее — выиграть, а не проиграть.

Антитезис. Он входит в компетенцию не психиатров, а криминалистов. Полиция и весь судебный аппарат не относится к антитезисным организациям. Напротив, они исполняют свои роли в игре, следуя правилам, которые предписывает им общество.

Однако надо подчеркнуть одну особенность. Исследователи-криминалисты иногда шутят, что некоторые преступники ведут себя так, будто им нравится преследование, и они стремятся быть пойманными. Тем не менее, эти исследователи почти не склонны учитывать этот чересчур «академический» фактор и считать его решающим в их «серьезной» работе. Во-первых, стандартные психологические методы исследования не позволяют им обнаружить этот элемент поведения преступника. Поэтому исследователь может пройти мимо такого важного момента, так как он непостижим с помощью обычных методов анализа. В этой связи исследователям, возможно, пойдет на пользу, если они отбросят старые методы и посмотрят на проблему свежим взглядом. До тех пор пока не будет признано, что ПиВ представляет собой не просто интересную аномалию, но в большинстве случаев объясняет

самую суть дела, значительная часть криминалистических исследований будет по-прежнему сосредоточена на тривиальностях, окаменевших теориях и вопросах, не стоящих внимания и не имеющих отношения к делу. В связи с изложенным, в качестве примера расскажем об одном случае, описанном в американском журнале по психиатрии.

В статье приводился яркий пример трагического варианта игры «Полицейские и воры». Молодой человек двадцати трех лет застрелил свою невесту, а потом пошел и сдался полиции. Причем это было нелегко сделать, потому что полицейские не верили его истории. Ему пришлось повторить свой рассказ четыре раза. Позже он сказал: «Мне всегда казалось, что я обречен кончить свою жизнь на электрическом стуле. А если мне так казалось, значит, так и должно было случиться». Автор замечает, что было бы нелегко ожидать от обычных присяжных, чтобы они оказались в состоянии понять представленное на суде сложное психиатрическое заключение, к тому же изложенное на профессиональном языке. В терминах анализа игр центральный пункт можно было бы сформулировать простыми словами, не употребляя громоздких научных выражений: по причинам, ясно изложенным на суде, еще будучи девятилетним мальчиком, он решил, что ему суждено окончить свои дни на электрическом стуле. Всю дальнейшую жизнь он идет к этой цели, и, используя свою возлюбленную в качестве мишени, в конце концов создает необходимую ситуацию.

Анализ

Тезис: «Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня».

Цель: самоутверждение.

Роли: Вор, Полицейский (Судья).

Социальная парадигма: Родитель — Ребенок; Ребенок:

«Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня»; Родитель: «Это моя обязанность».

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок; Ребенок: «Ты должен поймать меня»; Родитель: «Вот ты где!»

Ходы:

- 1) У — вызов; В — негодование;
- 2) У — скрывается; В — безрезультатно его ищет;
- 3) У — провокация; В — победа.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — материальная компенсация за старые обиды;
- 2) внешнее психологическое — уход от фобии;
- 3) внутреннее социальное — «Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня»; 4) внешнее социальное — «Мне почти удалось остаться безнаказанным» (времяпрепровождение: «Им почти удалось остаться безнаказанными»); 5) биологическое — скандальная известность;
- 6) экзистенциальное — «Мне всю жизнь не везло».

2. «Как отсюда выбраться!»

Тезис. Известно, что лучше всего выживают заключенные, которые структурируют время заключения деятельностью, времяпрепровождением или с помощью игры. Излюбленный вид деятельности в одиночном заключении — чтение или написание книг, а излюбленное времяпрепровождение — побег.

Излюбленная игра заключенных — «Как отсюда выбраться» («Хочу выйти»). В нее играют также и в психиатрических больницах. Следует отличать эту игру от операции под тем же названием, известной также как «Хорошее поведение». Заключенный, действительно желающий выйти на свободу, находит способ поладить с начальством, так что его могут освободить при первой же представившейся возможности. В наши дни этого нередко можно достигнуть с помощью умелой игры в «Психиатрию» типа «Психотерапевтическая группа». Что касается игры «Хочу выйти», в нее обычно играют заключенные, Ребенок которых не хочет выйти на свободу. Они симулируют хорошее поведение, но в решающий момент срываются специально для того, чтобы избежать освобождения. Следовательно, при операции «Хорошее поведение» Родитель, Взрослый и Ребенок, сотрудничая друг с другом, добиваются освобождения. В игре «Хочу выйти» Родитель и Взрослый следуют предписанному поведению до критического момента, пока Ребенок из-за страха перед ненадежным внешним миром перехватывает у них инициативу, и все идет насмарку. Игру «Хочу выйти» наблюдали в тридцатые годы среди подверженных психопатическим расстройствам иммигрантов из Германии. Когда их состояние улучшалось, они просили выписать их из больницы, но по мере приближения дня освобождения психопатические симптомы возвращались.

Антитезис. Бдительные администраторы умеют узнавать и «Хорошее поведение», и «Хочу выйти» и справляться с ними своими силами. А вот новички в психотерапевтических группах зачастую на эту удочку попадают. Опытный психотерапевт, проводящий групповые занятия, знает, что эти игры чаще всего встречаются в тюрьмах у заключенных с психиатрическими отклонениями, и будет стараться учитывать их, особенно на самых ранних этапах занятий. Поскольку «Хорошее поведение» представляет собой достаточно честную операцию, то к ней можно относиться соответствующим образом и, не боясь вреда, открыто все обсуждать. Игра «Хочу выйти», напротив, требует активного лечения, чтобы привести напуганного заключенного в нормальное психическое состояние.

Родственные игры. Близкой по своей сути к игре «Хочу выйти» является операция «Вы должны меня выслушать». Она состоит в том, что обитатель исправительного или лечебного учреждения требует выслушать его жалобы. Сами жалобы часто не имеют отношения к делу. Главная цель просителя — убедиться, что администрация согласна его выслушать. Если администраторы по ошибке решат, что проситель ждет каких-то действий по устранению причин жалобы, и в этой связи откажутся его выслушать, это может привести к неприятностям. Если они согласятся пойти ему навстречу и попытаются устранить причины жалоб, то поток их лишь увеличится. Если же представители администрации просто выслушают его, терпеливо и с интересом, то игрок в «Вы должны меня выслушать» будет вполне удовлетворен, даже будет готов сотрудничать с администрацией и больше ничего не станет требовать. Администраторы должны уметь отличать игру «Вы должны меня выслушать» от серьезных требований, в связи с которыми следует предпринимать незамедлительные меры.

К этому семейству принадлежит еще одна игра — «Пришили дело». Профессиональный преступник может вопить: «Пришили дело!», искренне желая выйти на свободу. Но заключенный, для которого это игра, не будет всерьез пытаться освободиться под таким предлогом. Иначе — если ему это удастся — у него больше не будет причины вопить и буянить.

3. «Давай надуем Джо» (ДНД)

Тезис. Примером долговременной игры в ДНД может быть мошенничество. Сюда же относятся разные мелкие проступки, а также шантаж. Проиграть в ДНД может только человек, у которого мания воровства, как говорят, в крови, потому что в качестве первого

хода Блэк говорит Уайту, что простофиля Джо только и ждет, чтобы его обманули. Если бы Уайт был абсолютно честен, то он либо отказался бы принимать участие в игре, либо предупредил бы Джо. Но он не делает ни того, ни другого. И обычно в тот момент, когда Джо вот-вот должен попасть впросак, что-то вдруг происходит не так, как было задумано, и Уайт обнаруживает, что это он оказался в проигрыше.

А в игре «Шантаж» Джо, как правило, входит в комнату именно тогда, когда ему должны были «наставить рога». И тогда Уайт, поступавший в соответствии с собственными правилами, вдруг обнаруживает, что теперь ему придется принять правила Джо, которые ему совсем не по душе.

Как ни странно, предполагается, что жертва (Уайт) знает правила ДНД и будет их придерживаться. Шайка жуликов предвидит возможность того, что Уайт донесет на них в полицию. Это не будет поставлено ему в вину, наоборот, ему даже предоставляется некоторая свобода лгать полиции, чтобы спасти свое «доброе» имя. Но если он заходит слишком далеко и бестактно обвиняет своих партнеров в грабеже, это уже — обман, вызывающий у преступников возмущение. С другой стороны, попавшийся на мелкой краже мошенник, который, например, опустошил карманы пьяного, вызывает мало сочувствия у своих партнеров, поскольку он должен был знать, что так не делается. То же самое относится и к мошеннику, который был достаточно глуп, чтобы избрать своей жертвой человека с чувством юмора, так как он вряд ли будет соблюдать правила ДНД все время вплоть до последней стадии игры «Полицейские и воры». Опытные мошенники опасаются людей, которые смеются, обнаружив, что их обманули.

Следует отметить, что розыгрыш не является вариантом ДНД, поскольку при розыгрыше достается именно Джо. В игре ДНД, напротив, Джо становится победителем, а пострадавшей стороной оказывается Уайт. Розыгрыш относится к времяпрепровождениям, а ДНД — это игра, в которой розыгрыш чаще всего оборачивается против ее исполнителя.

Игра ДНД в основном рассчитана на трех или четырех участников (четвертым партнером обычно бывает полиция). Она имеет много общего с игрой «А ну-ка, подеритесь».

ИГРЫ НА ПРИЕМЕ У ПСИХОТЕРАПЕВТА

Чрезвычайно важно, чтобы профессиональный психотерапевт, занимающийся анализом игр, знал, какие игры постоянно повторяются в психотерапевтических ситуациях. Их можно без труда наблюдать на приеме во время консультации. В зависимости от роли Водящего, они могут подразделяться на три типа.

1. Игры, в которые играют психотерапевты и другие представители службы помощи: «Я всего лишь пытаюсь помочь вам» и «Психиатрия».
2. Игры, в которые играют люди с медицинским образованием, входящие в качестве пациентов в состав психотерапевтических групп, например «Оранжевая».
3. Игры, в которые играют пациенты и клиенты: «Неимущий», «Крестьянка», «Дурачок» и «Калека».

1. «Оранжевая»

Тезис. Эта игра — вариант «Психиатрии». Наиболее активно в нее играют молодые ученые — представители гуманитарных наук, например психологи. Эти молодые люди в компании своих коллег часто играют в «Психоанализ», как правило, в шуточной форме, употребляя такие, например, фразы: «Здесь проявляется ваша агрессивность» или «До какой степени автоматизма может дойти защитный механизм?». Чаще всего это совершенно

безобидное и приятное времяпрепровождение. Оно знаменует естественный этап их обучения. Если же в группе есть несколько оригиналов, то оно может стать очень забавным. (Моя любимая фраза: «О, я вижу, у нас опять в разгаре месячник фрейдистских ошибок»¹⁹.) В роли пациентов психотерапевтической группы такие люди имеют тенденцию с удовольствием и уже не шутя предаваться взаимной критике, но, поскольку в такой ситуации это не слишком продуктивное поведение, психотерапевту, возможно, придется пресечь его. В этом случае их поведение может перерасти в игру «Оранжерея».

Недавние выпускники медицинских факультетов, как правило, обладают преувеличенным почтением к тому, что они называют «подлинными чувствами». Выражению этих чувств может предшествовать торжественное предупреждение о грядущем порыве откровенности. Затем данное чувство описывается или, скорее, преподносится группе как редкий цветок, на который следует смотреть с благоговением.

Реакции других участников группы воспринимаются с подобающей случаю серьезностью, а сами участники напускают на себя вид знатоков, прогуливающих в ботаническом саду. Создается представление, что проблема (на профессиональном языке анализа игр) состоит лишь в том, до какой степени данное чувство редкостно и достойно быть представленным в «Национальной галерее чувств».

Психотерапевт, прервавший это обсуждение неуместным вопросом, может вызвать настоящее негодование, словно он бесчувственный невежда, изуродовавший своими неуклюжими руками хрупкие лепестки экзотического растения. Психотерапевт, напротив, вполне естественно полагает, что для того, чтобы исследовать анатомию и физиологию цветка, его, возможно, придется препарировать.

Антитезис. Совершенно необходим для успешной психотерапии. Состоит в ироническом подходе к ситуации, которую мы продемонстрировали в приведенном выше описании. Если не прервать эту игру, она будет продолжаться годами, никак не изменяясь. В результате у пациента появится ощущение, будто бы он приобрел «опыт психотерапевтического лечения», в процессе которого он «проявлял враждебность» и научился «не бояться осознавать свои чувства», поэтому теперь он имеет преимущество перед менее удачливыми коллегами. А между тем скорее всего ничего по-настоящему важного с ним не произошло, и время, потраченное на его лечение, не было использовано с максимальным терапевтическим эффектом.

Ирония, содержащаяся в описании игры, направлена не против пациентов, а против их учителей и той культурной среды, которая поощряет подобную сверхтонченность. Вовремя сделанное скептическое замечание может успешно помочь им избавиться от пустого тщеславия Родителя и установить менее сконцентрированные на себе, а следовательно, более здоровые взаимоотношения с другими людьми. Вместо того чтобы культивировать свои чувства в душной атмосфере оранжереи, они должны дать им возможность произрастать естественным образом и срывать плоды, когда они созреют.

Наиболее очевидным в этой игре является внешнее психологическое «вознаграждение», поскольку оно дает возможность избежать близости, особым образом обставляя ситуацию, в которой можно выразить свои чувства, и накладывая ограничение на реакцию присутствующих.

2. «Я всего лишь пытаюсь помочь вам» (ЯППВ)

¹⁹ В оригинале используется термин «парапраксис» в качестве обозначения очевидных ошибок в поведении, типа оговорок или забывания знакомого имени, известных в психоанализе под названием «фрейдистские ошибки».

Тезис. В эту игру могут играть не только психотерапевты и работники служб помощи, но и представители других профессий. Но чаще всего и в наиболее выраженной форме она встречается именно среди консультантов служб помощи с определенным типом подготовки. Характер этой игры прояснился для нас при любопытных обстоятельствах. Компания играла в покер, и все игроки, кроме двух, уже вышли из игры. Один из оставшихся был бизнесменом, другой — психологом-исследователем. Бизнесмен, у которого на руках были хорошие карты, объявил ставку; психолог, у которого был беспроигрышный расклад, повысил ее. Бизнесмен был явно озадачен, и тогда психолог шутливо заметил: «Не расстраивайтесь, я всего лишь пытаюсь помочь вам». Бизнесмен слегка поколебался, но в конце концов выставил свои фишки. Тогда психолог показал свой выигрышный расклад, а его партнер с досадой бросил карты. Теперь все присутствующие могли посмеяться над шуткой психолога, а проигравший уныло заметил: «Помогли, ничего не скажешь!» Психолог бросил многозначительный взгляд автору этих строк, как бы давая понять, что его шутка — это камешек в огороде психотерапии. Именно в этот момент нам и стала ясна структура игры.

Работник службы помощи или терапевт (неважно, какой специализации) дает пациенту какой-то совет. При следующем посещении пациент сообщает, что предложение не произвело желаемого эффекта. Консультант, пожав плечами, покорно принимает известие о неудаче и делает следующую попытку. Если он прислушается к себе, то в этот момент может почувствовать нечто вроде приступа отчаяния, но он все равно сделает следующую попытку. Обычно он не испытывает потребности разобраться в собственных мотивах, поскольку знает, что многие его подобным же образом обученные коллеги делают то же самое и что он следует «правильной» процедуре и потому получит полную поддержку от начальства.

Если психотерапевт столкнется с игроком, не собирающимся отступить (например, с обсессивным²⁰ характером), то ему будет все труднее поддерживать свое ощущение адекватности.

Это означает, что ситуация будет медленно ухудшаться. В самом худшем случае его клиентом может оказаться разозленный параноик, который в один прекрасный день ворвется к нему в ярости, восклицая: «Посмотрите, до чего вы меня довели!» Вот тогда его отчаяние выплеснется наружу, и он скажет (или только подумает): «Но ведь я всего лишь пытался помочь вам!» Людская неблагодарность приведет его в смятение и причинит сильную боль, указывая тем самым на сложные мотивы, лежащие в основе его собственного поведения. Именно это смятение и есть кульминация игры.

Не следует путать людей, оказывающих истинную помощь другим, с игроками в «Я всего лишь пытаюсь помочь вам» (ЯППВ). «Я думаю, эта проблема разрешима», «Я знаю, что надо делать», «Меня назначили оказать вам помощь» и «Мой гонорар за помощь вам будет...» отличаются от игры «Я всего лишь пытаюсь помочь вам». В первых четырех случаях работник делает честное Взрослое предложение: предоставляет в распоряжение попавшего в беду пациента свои профессиональные умения.

Что же касается ЯППВ, игра имеет скрытый мотив, который оказывает большее влияние на ее исход, чем профессиональные умения. Этот мотив исходит из жизненной позиции, состоящей в том, что люди неблагодарны и общение с ними не приносит ничего, кроме разочарования. Перспектива успеха тревожит Родителя и побуждает к саботажу, поскольку успех угрожает его жизненной позиции. Игрок в ЯППВ должен все время быть уверенным: как бы усердно он ни предлагал помощь, она не будет принята. Клиент реагирует на это играми «Видишь, как я стараюсь» и «Вы ничем не можете мне помочь». Более гибкие игроки в ЯППВ способны идти на компромисс:

²⁰ Обсессии (лат. *obsessio* — осада, схватывание) — разновидность навязчивых состояний, выявляющихся в переживаниях и действиях, не требующих для своего возникновения определенных ситуаций.

они не видят ничего плохого в том, чтобы пациент в конце концов принял помощь, если только он сделает это не сразу, а через большой промежуток времени. Поэтому психотерапевт может чувствовать себя виноватым, если достигнет успеха слишком быстро, так как знает, что на конференции сотрудников некоторые коллеги будут критиковать его за это. На противоположном полюсе от заядлых игроков в ЯППВ, какие встречаются среди работников служб помощи, находятся хорошие адвокаты — они помогают своим клиентам, избегая личной заинтересованности или сентиментальности. Здесь на место показного усердия приходит профессиональное мастерство.

Некоторые училища, готовящие работников служб помощи, представляют собой главным образом академию по подготовке профессиональных игроков в ЯППВ, и их выпускникам нелегко бывает воздержаться от этой игры. Ниже, при описании дополнительной игры «Неимуший», мы приведем пример, который поможет читателям понять некоторые из упомянутых выше моментов.

ЯППВ и ее варианты легко обнаружить в обыденной жизни. В нее играют друзья и родственники (например, «Могу вам это достать по дешевой цене»), а также люди, которые работают на общественных началах с детьми. Это любимая игра родителей. В качестве дополнительной к ней их отпрыск обычно играет в «Посмотрите, до чего вы меня довели». В обществе она может представлять собой вариант «Растяпы», причем ущерб наносится скорее не импульсивно, а в процессе оказания помощи. Здесь клиент заменяется жертвой, которая, возможно, играет в игру «Ну почему такое случается именно со мной?» или в один из ее вариантов.

Антитезис. В распоряжении профессионала имеются несколько способов справиться с приглашением поиграть в эту игру. Выбор способа будет зависеть от его взаимоотношений с пациентом, особенно от того, какой установки придерживается Ребенок пациента.

1. Наиболее радикальным и самым труднопереносимым для пациента является классический психоаналитический антитезис. Приглашение пациента поиграть в эту игру совершенно игнорируется. Он предпринимает все новые попытки. В конце концов он впадает в отчаяние, что проявляется в злости или депрессии, а это уже верный признак того, что игра сорвалась. Подобная ситуация может привести к полезному столкновению.

2. При первом же приглашении к игре можно предпринять более мягкую (но по возможности не чопорную) попытку дать отпор пациенту. Психотерапевт заявляет, что для своего пациента он всего лишь врач.

3. Еще более мягкая процедура состоит в том, чтобы ввести пациента в психотерапевтическую группу и дать возможность другим пациентам урегулировать ситуацию.

4. Если пациент находится в очень возбужденном состоянии, то на начальной стадии, возможно, придется ему подыграть. Его лечением должен заниматься психиатр, который, будучи специалистом с медицинским образованием, может прописать не только лекарства, но и гигиенические процедуры, все еще весьма полезные при лечении таких случаев даже в наш век транквилизаторов. Если врач прописывает пациенту определенный гигиенический режим, который может включать ванны, упражнения, периоды отдыха и регулярное питание, то пациент может, во-первых, выполнять режим и чувствовать себя лучше; во-вторых, скрупулезно придерживаться всех указаний и жаловаться, что они ему не помогают; в-третьих, небрежно замечать, что забыл об указаниях врача и прекратил следовать режиму, потому что от всего этого нет никакого прока. В двух последних случаях психотерапевту предстоит решить: можно ли применять к пациенту анализ игр или же следует назначить какое-то другое лечение, которое подготовит его к последующему психотерапевтическому курсу. Прежде чем избрать дальнейшую стратегию, следует оценить взаимосвязь между адекватностью рекомендованного режима и склонностью пациента к играм.

Пациент, с другой стороны, может использовать следующий антитезис: «Не давайте советов, как мне помочь самому себе; я вам сам скажу, что надо делать, чтобы помочь мне». Если известно, что психотерапевт — Растяпа, то пациенту следует прибегнуть к следующему антитезису: «Не помогайте мне, помогите кому-нибудь другому». Однако заядлые игроки в «Я всего лишь пытаюсь помочь вам», как правило, не обладают чувством юмора. Антитезисные ходы пациента обычно вызывают неприязненную реакцию и могут привести к тому, что пациент наживет себе в лице психотерапевта врага. В повседневной жизни также не следует предпринимать подобные шаги, если только человек не намерен довести ситуацию до конца и готов нести ответственность за последствия. Например, презрительный отказ воспользоваться предложением родственника «достать что-то по дешевой цене» может повлечь за собой серьезные осложнения в семейной жизни.

Анализ

Тезис: «Никто никогда не слушает моих советов».

Цель: избавление от чувства вины.

Роли: Помощник, Клиент.

Иллюстрации:

- 1) дети учатся, родитель вмешивается в этот процесс;
- 2) работник службы помощи и клиент.

Социальная парадигма: Родитель — Ребенок; Ребенок: «Что мне теперь делать?»; Родитель: «Делай вот что...»

Психологическая парадигма: Родитель — Ребенок; Родитель: «Видишь, насколько я компетентен»; Ребенок: «Я сделаю так, что ты почувствуешь себя некомпетентным».

Ходы:

- 1) запрашиваются указания — указания даются;
- 2) указания не соблюдаются или перепутаны — порицание;
- 3) демонстрация ошибочности указаний — неявное извинение.

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — мученичество;
- 2) внешнее психологическое — помогает не замечать собственной некомпетентности;
- 3) внутреннее социальное — «Родительский комитет» проецирующего типа; неблагодарность;
- 4) внешнее социальное — «Психиатрия» проецирующего типа;
- 5) биологическое — упреки от клиента, «поглаживание» от начальства;
- 6) экзистенциальное — «Все люди неблагодарные».

3. «Неимуший»

Тезис. Лучшее всего тезис этой игры, на наш взгляд, описал Генри Миллер²¹ в своей книге «Колосс Марусси»: «Это событие, должно быть, произошло в тот самый год, когда я искал работу, не имея ни малейшего намерения найти ее. Оно напомнило мне о том, что,

²¹ Миллер, Генри (р. 1891) — американский писатель, автор трилогии о любви, в основу которой положены мемуарные исповеди, для которых характерна самообнаженность.

каким бы отчаянным ни казалось мне мое положение, я не давал себе труда даже просматривать объявления в газетах».

«Неимуший» — это одна из дополнительных игр к «Я всего лишь пытаюсь помочь вам» (ЯППВ) в той форме, в какой в нее играют консультанты служб помощи, зарабатывающие этим себе на жизнь. Столь же профессионально в игру «Неимуший» играют их клиенты, для которых она — тоже способ заработать на жизнь. Автор знаком с этой игрой довольно мало, но ниже приводится ее описание, данное одной из его наиболее квалифицированных учениц и иллюстрирующие природу игры и ее место в нашем обществе.

Мисс Блэк работала в агентстве по улучшению благосостояния граждан. Цель агентства — за что оно и получало субсидию от правительства — состояла в экономической реабилитации неимущих. Фактически это означало психологическую помощь в подыскании и сохранении выгодной работы.

Судя по официальным отчетам, клиенты агентства постоянно «делали успехи» в этом направлении, но лишь совсем немногих действительно удалось «реабилитировать». И это было вполне объяснимо (так по крайней мере полагали работники агентства), потому что большинство этих «обездоленных» состояли клиентами подобных агентств в течение нескольких лет, переходя из одного агентства в другое, а иногда они состояли на учете в пяти-шести организациях одновременно, в связи с чем становилось очевидным, что каждый из них представляет собой «трудный случай».

Мисс Блэк, получившая подготовку в проведении анализа игр, вскоре поняла, что все сотрудники агентства постоянно играли в ЯППВ, и заинтересовалась тем, как на это реагируют клиенты. Чтобы выяснить это обстоятельство, она каждую неделю начала осведомляться у своих клиентов, во сколько мест они реально обратились с целью найти работу. Она с интересом обнаружила (это теоретически предполагалось), что на словах они каждый день заняты прилежными поисками работы, но фактически они тратили на это очень мало усилий, а иногда их усилия носили до такой степени символический характер, что вызывали скорее иронию. Один из клиентов, например, сообщил миссис Блэк, что каждый день он обращался по крайней мере в одно место, найденное по объявлению. «Какую работу вы ищете?» — спросила мисс Блэк. Он ответил, что хотел бы стать коммивояжером. «Вы обращались только по таким объявлениям?» — спросила она. Он ответил утвердительно, но заметил, что, к сожалению, его сильное заикание мешает заняться работой, которая ему по душе.

В это время слух о ее расспросах дошел до начальника, и тот сделал ей выговор за «недопустимое давление» на клиентов.

Тем не менее, мисс Блэк решила, что не откажется от своей стратегии и попытается реабилитировать некоторых из своих клиентов. Она выбрала тех, кто производил впечатление абсолютно здоровых людей и, казалось, не имел особых причин и дальше получать пособие. С этой группой отобранных клиентов она обсудила игры ЯППВ и «Неимуший». И когда они уже были готовы сдать ее, она заявила, что, если они не найдут работу, она попросит не выплачивать им пособие и направит их в агентство другого типа. Несколько человек тут же нашли работу, причем некоторые из них впервые за несколько лет. Однако они были возмущены ее отношением, и кое-кто из них письменно пожаловался на нее начальству. Начальник вызвал ее к себе и еще более строго указал ей на недопустимость ее поведения, так как, несмотря на то что ее бывшие клиенты и нашли работу, они все же не были «по-настоящему реабилитированы». Он заметил, что не уверен в уместности дальнейшего пребывания мисс Блэк в штате агентства. Мисс Блэк с настойчивостью, которую она могла себе позволить, чтобы не ухудшить свое положение в еще большей степени, тактично попыталась выяснить: что значит, с точки зрения данного агентства, «по-настоящему реабилитировать». Ясности она не добилась. Ей сказали только, что она

оказывала недопустимое давление на людей. А тот факт, что впервые за много лет бывшие безработные сами смогли содержать свои семьи, никоим образом не был поставлен ей в заслугу.

Поскольку мисс Блэк не хотела потерять работу (возникла реальная опасность этого), ее друзья попытались помочь ей. Уважаемый директор одной психиатрической клиники написал ее начальнику, что слышал о необычайно эффективной работе мисс Блэк с клиентами агентства, и попросил разрешить ей доложить свои результаты на конференции сотрудников его клиники. Начальник дать разрешение отказался.

В описанном случае правила игры «Неимуший» были разработаны агентством таким образом, чтобы служить дополнением к их правилам игры в ЯППВ. Между клиентом и сотрудником агентства существовало примерно следующее молчаливое соглашение:

С. (сотрудник): Я попытаюсь помочь вам (при условии, что ваше положение не улучшится).

К. (клиент): Я буду искать работу (при условии, что мне не нужно будет непременно найти ее).

Если клиент нарушал договор, улучшив свое материальное положение, агентство теряло клиента, а клиент — пособие. Таким образом, оба чувствовали себя наказанными. Если сотрудник вроде мисс Блэк нарушал договор, заставив клиента действительно найти работу, наказанием для агентства служили жалобы клиента, которые могли дойти до вышестоящего начальства, а клиент опять-таки был наказан тем, что терял пособие.

До тех пор пока оба действовали в соответствии с молчаливым соглашением, каждый получал то, что хотел. Клиенту выплачивали пособие, и скоро он начинал понимать, чего от него хотят взамен: возможности «протянуть беднякам руку помощи» (как часть игры ЯППВ) плюс «клинический материал» (чтобы иметь возможность выступать на конференциях, посвященных психотерапии, «центрированной на клиенте»²²). Клиент с радостью подчинялся этим требованиям и получал от этого не меньше удовольствия, чем работники агентства. Таким образом, они прекрасно ладили, и ни один из них не испытывал желания прекратить столь приятные взаимоотношения. Что же касается мисс Блэк, то, вместо того чтобы «протягивать руку помощи», она на самом деле оказала помощь и предложила терапию, центрированную не на клиенте, а на его взаимоотношениях с окружающим обществом; этим она вызвала недовольство всех заинтересованных лиц, даже несмотря на то, что она действовала в соответствии с официально объявленной целью агентства.

Следует отметить здесь два момента. Во-первых, в игру «Неимуший» (если это действительно игра, а не истинное положение дел, вызванное физической, психической или финансовой недееспособностью) играет лишь ограниченное число клиентов таких агентств. Во-вторых, игра получает поддержку только тех сотрудников, которых научили играть в ЯППВ. Другие сотрудники не станут терпеть ее столь же охотно.

К родственным играм относятся «Ветеран» и «Больница». Игра «Ветеран» обнаруживает те же взаимоотношения, что и ЯППВ. Только игра ведется между организациями, занимающимися делами ветеранов, достигших пенсионного возраста, а также тех ветеранов, которые обладают законными привилегиями, например инвалидов войны. В «Больницу» играют некоторые пациенты амбулаторного отделения крупных больниц. В отличие от «Неимуших» и «Ветеранов» пациенты, играющие в «Больницу», не получают денежной компенсации, но у них есть другие «вознаграждения». Поскольку они охотно исполняют роль как бы пособий, экспонатов при обучении медицинского персонала и дают возможность наблюдать течение болезни, то они выполняют полезную социальную функцию. Поэтому их Взрослый вполне законно чувствует удовлетворение, недоступное «Неимушим»

²² Направление в психотерапии, основанное известным американским психиатром К. Роджерсом, посетившим в 1986 г. Москву и прочитавшим ряд лекций для советских психологов и психиатров.

и «Ветеранам».

Антитезис. Если он не противопоказан, то должен состоять в отказе от предоставления игрокам материальных благ. Риск здесь исходит не от самих игроков, как в других играх, а связан с тем фактом, что игра «Неимущий» попадает в резонанс с традицией и поощряется игроками в дополнительную к ней игру — ЯППВ. Реальная опасность грозит со стороны коллег, возмущенной публики, правительственных агентств и разного рода организаций, защищающих права бедняков. Жалобы, вызванные антитезисом к «Неимущему», могут привести к громким выкрикам: «Да, да, что вы можете сказать по этому поводу?» Эти возгласы можно рассматривать и как здоровую операцию или времяпрепровождение, даже если они при этом иногда отбивают охоту к искренности. Фактически вся американская система демократических свобод основана на возможности задавать этот вопрос. Без такой возможности на пути социального прогресса возникли бы серьезные препятствия.

4. «Крестьянка»

Тезис. Прототипом для анализа этой игры послужил случай с крестьянкой, страдающей артритом. Ее осматривает профессор и находит случай столь интересным, что показывает больную студентам-медикам. Он не только дает характеристику ее болезни, симптомов и диагноза, но и рассказывает, как ее нужно лечить. Вся эта процедура наполняет женщину благоговейным трепетом. Затем профессор вручает ей рецепт, еще раз подробно объясняет, как нужно лечиться, и женщина отправляется домой. Она в совершеннейшем восхищении от его учености и говорит ему: «Ах, профессор, вы просто великолепны!» Однако же она так никогда и не воспользуется рецептом. Во-первых, в ее деревне нет аптеки; во-вторых, даже если бы она и была, крестьянка никогда не выпустила бы из рук рецепт — такую «святыню». Что касается остального лечения, то у нее нет никаких возможностей проводить его: ни придерживаться определенной диеты, ни принимать водные процедуры и т. д. Она просто живет, как и жила, так же искалеченная артритом, но счастливая оттого, что может всем рассказывать, какое замечательное лечение назначил ей великий профессор. Она каждый вечер с благодарностью упоминает его в своих молитвах.

Много лет спустя профессору случилось проезжать через эту деревню по пути к богатому и капризному пациенту. Он узнал крестьянку, которая кинулась целовать ему руку, напоминая о замечательном лечении, назначенном ей много лет назад. Он благосклонно принял ее поклонение и был особенно рад услышать, как помогло ей его лечение. Он был так польщен, что даже не заметил насколько не уменьшившуюся хромоту женщины.

В социальной ситуации игра «Крестьянка» может приобрести как искреннюю, так и лицемерную форму. Обе они имеют своим девизом: «Ах, вы просто великолепны, мистер Мергитройд!» (АВВММ). В искреннем варианте мистер Мергитройд, возможно, действительно великолепен. Он может быть знаменитым поэтом, художником и ученым. И наивные молодые женщины могут предпринимать длительные путешествия в надежде познакомиться с ним, чтобы потом иметь возможность сидеть у его ног, взирать на него с обожанием и идеализировать его недостатки. Более искушенная женщина, которая вполне сознательно собирается завести роман с подобным человеком или женить его на себе (при этом она восхищается им совершенно искренне), может прекрасно отдавать себе отчет в его слабостях. Она может даже использовать их, чтобы добиться своей цели. В зависимости от того, какой из этих двух типов женщин принимает участие в игре, она будет состоять либо в идеализации недостатков, либо в их использовании; при этом мы называем данную форму игры искренней, потому что женщины обоих типов действительно восхищаются деяниями своего избранника, которые они вполне способны правильно оценить.

В лицемерном варианте игры Мергитройд может быть великолепен, а может и не быть таковым, но ему приходится иметь дело с женщиной, в любом случае неспособной по-настоящему оценить его, например с женщиной легкого поведения. Она играет в игру «Я бедняжечка» и использует АВВММ как откровенную лесть, чтобы добиться своего. В глубине души она либо озадачена его поведением, либо потешается над ним. Но сам он ей безразличен, по-настоящему ее интересуют только блага и престиж, связанные с его именем.

В клинической ситуации «Крестьянка» тоже имеет два варианта, похожих на только что описанные, но с девизом «Ах, профессор, вы просто великолепны!» (АПВВ). В искреннем варианте пациентка чувствует себя хорошо до тех пор, пока верит в АПВВ; это обязывает психотерапевта вести себя безупречно во всех отношениях.

В лицемерном варианте пациентка надеется, что психотерапевт подыграет ей в АПВВ и подумает о ней: «Вы необычайно проницательны» (ВНП). Как только ей удастся навязать ему эту позицию, она может выставить его в смешном виде и уйти к другому психотерапевту. Если же его не так легко провести, то, возможно, он окажется в состоянии помочь ей. Самый лучший способ для пациентки выиграть АПВВ — это не выздоравливать. Если она по натуре человек недоброжелательный, она может предпринять более решительные шаги, чтобы поставить психотерапевта в глупое положение.

Одна женщина играла в АПВВ со своим психотерапевтом, причем все симптомы ее болезни не исчезали. С извинениями она распрощалась с ним и обратилась за «помощью» к весьма почитаемому ею священнику. Она затеяла ту же игру с ним. Через несколько недель она завлекла его в игру «Динамо» второй степени. Потом по секрету она сообщила своей соседке о своем разочаровании в таком замечательном человеке, каким был всегда для нее преподобный отец Блэк. Оказывается, в моменты слабости он давал ей авансы, ей — такой целомудренной и непривлекательной женщине. Конечно, зная жену священника, его можно простить, но тем не менее и т. д., и т. п. Разумеется, она проговорила совершенно неумышленно и только потом «с ужасом» вспомнила, что ее соседка — староста церковной общины. Игру с психотерапевтом ей удалось выиграть, не выздоровев.

Игру со священником она выиграла, соблазнив его, хотя и не хотела признаваться себе в этом. А второй психотерапевт все же сумел ввести ее в психотерапевтическую группу, где она не могла проводить прежнюю тактику. Поскольку время, отведенное на ее выздоровление, теперь не было заполнено играми АПВВ и ВНП, то женщина стала более пристально анализировать свое поведение и с помощью членов группы сумела отказаться от обеих своих игр — АПВВ и «Динамо».

Антитезис. Прежде всего психотерапевт должен определить, с каким вариантом игры он имеет дело. В случае искреннего варианта лучше позволить пациентке продолжать игру до тех пор, пока ее Взрослый не окрепнет настолько, чтобы можно было пойти на риск и применить контрмеры. Если же психотерапевт имеет дело с лицемерным вариантом, то контрмеры можно применять при первом же удобном случае, но после того, как пациентка будет достаточно подготовлена, чтобы понять, что происходит. В этом случае психотерапевт упорно отказывается давать пациентке советы, а когда она начинает протестовать, дает понять, что она имеет дело с тщательно продуманной стратегией. Через некоторое время его отказ давать советы либо приведет пациентку в бешенство, либо ускорит появление симптомов, типичных для острого состояния тревожности. Следующий шаг зависит от состояния пациентки. Если она лишилась душевного покоя, следует применить соответствующие психоаналитические приемы, чтобы исправить ситуацию. В лицемерном варианте игры прежде всего нужно отделить Взрослого от лицемерного Ребенка, что дает возможность проанализировать игру.

Вообще говоря, рекомендуется не ввязываться в близкие отношения с поклонниками, искренне играющими в АВВММ. Любой разумный импресарио не преминет объяснить это

своему клиенту.

С другой стороны, женщина, играющая в лицемерный вариант АВВММ, порой оказывается интересным и умным человеком. Если ей помочь отказаться от этой игры, то она может стать замечательным другом.

5. «Психиатрия»

Тезис. Следует отличать «Психиатрию»-процедуру от «Психиатрии»-игры. Как явствует из научных публикаций, при лечении психических заболеваний используются различные эффективные методы, такие, например, как гипноз, лекарства, психоанализ, групповая психотерапия и др. Любой из методов может быть использован и в игре «Психиатрия», основанной на жизненной позиции «Я — целитель» и подкрепленной медицинским дипломом: «Здесь написано, что я — целитель». Нужно помнить, что в любом случае такая позиция конструктивна и благожелательна. Люди, играющие в «Психиатрию», могут принести большую пользу при условии, что они получили профессиональную подготовку.

У нас все же есть основание считать, что от уменьшения врачебного рвения результаты лечения только улучшаются. Антитезис был лучше всего сформулирован несколько столетий назад Амбруазом Паре²³, сказавшим следующее: «Я лечу их, но исцеляет их Бог». Каждый студент-медик учит это изречение наравне с *primum non nocere*²⁴ и *vis medicatrix naturae*²⁵. Психотерапевты, не имеющие медицинского образования, чаще всего не знакомы с этими старинными предостережениями.

Однако жизненная позиция «Я — целитель, потому что в дипломе это написано», может порой принести вред. Думается, что эту позицию лучше бы заменить чем-нибудь вроде: «Я буду применять известные мне терапевтические процедуры в надежде, что они принесут некоторую пользу». Благодаря этому мы сможем избежать игр, основанных на следующих установках: «Поскольку я — целитель, то, если вы не выздоровеете, это ваша вина» (например, игра «Я всего лишь пытаюсь помочь вам») или «Поскольку вы — целитель, я выздоровлю благодаря вам» (например, игра «Крестьянка»). Конечно, каждый добросовестный врач обо всем этом в принципе знает, так как подобная точка зрения доводится до сознания любого врача, когда-либо практиковавшего в клинике с хорошей репутацией. Соответственно клинику можно назвать хорошей, если она заставляет своих врачей осознавать такие понятия.

С другой стороны, в «Психиатрию» чаще всего начинают играть пациенты, которых до этого лечили не слишком компетентные люди. Некоторые пациенты, например, старательно выбирают слабых психоаналитиков и переходят от одного к другому, демонстрируя невозможность своего выздоровления. А сами тем временем учатся играть во все более изощренную форму «Психиатрии». В конце концов даже первоклассный клиницист не сможет в таком случае отделить зерна от плевел. Пациент обращает к врачу следующую двойную трансакцию:

Взрослый (этого пациента): «Я пришел к вам, чтобы вылечиться»;

Ребенок (этого же пациента): «Вам никогда не удастся вылечить меня, но вы научите меня быть более умелым невротиком (то есть более умело играть в «Психиатрию»)». Точно так же некоторые люди играют в игру «Душевное здоровье». Утверждение Взрослого в этой игре звучит: «Дело пойдет лучше, если я буду жить в соответствии с принципами душевного

²³ Паре, Амбруаз (1510—1590) — французский хирург, сыграл большую роль в превращении хирургии из ремесла в научную медицинскую дисциплину.

²⁴ Прежде всего не навреди (лат.).

²⁵ Целительная сила природы (лат.).

здоровья, о которых я читал или слышал».

Некая пациентка у одного врача научилась игре «Психиатрия», у другого — игре «Душевное здоровье», а затем в результате обращения еще к одному врачу начала довольно прилично играть в «Трансакционный анализ». Когда с ней вполне откровенно обсудили ситуацию, она согласилась отказаться от игры «Душевное здоровье», но попросила оставить ей игру «Психиатрия», потому что с ней она чувствовала себя спокойнее. Психотерапевт согласился на это. В течение нескольких последующих месяцев она продолжала еженедельно рассказывать ему свои сны и интерпретировать их. Наконец — может быть, отчасти из чувства благодарности к нему — она решила, что небезынтересно попробовать понять, что же с ней происходит на самом деле. Она всерьез заинтересовалась трансакционным анализом, и это принесло хорошие результаты.

Вариантом «Психиатрии» является игра «Раскопки». В этой игре пациентка постоянно «пережевывает» детские воспоминания. Иногда она пытается заманивать психотерапевта в игру «Критика», в которой она описывает свои ощущения в разных ситуациях, и он говорит ей о том, что в них неправильно. Игра «Самовыражение», распространенная в некоторых психотерапевтических группах, основана на догме «Все чувства хороши». В таких группах, например, могут рукоплескать или хотя бы выражать молчаливое одобрение человеку, употребляющему грубую брань. Однако искушенная группа быстро поймет, что на самом деле это игра.

Некоторые участники психотерапевтических групп вскоре становятся крупными специалистами по выявлению игр типа «Психиатрия» и быстро дают понять новому пациенту группы, что, по их мнению, он играет в «Психиатрию» или в «Трансакционный анализ», вместо того чтобы с помощью всей группы достичь верного понимания ситуации.

Одна женщина, ранее посещавшая группу «Самовыражения», переехав в другой город, стала посещать новую, достаточно подготовленную группу. Она поведала там историю о случае инцеста²⁶, который у нее был в юности. Этот часто повторяемый ею рассказ всегда вызывал у слушателей благоговейный ужас, но в новой группе вместо ожидаемой реакции она натолкнулась на равнодушие, которое привело ее в ярость. Она с изумлением обнаружила, что членов этой группы гораздо больше заинтересовал ее Трансакционный гнев, а не исторический инцест. Она в бешенстве выпалила слова, которые, по-видимому, считала худшим оскорблением: обвинила их в том, что они не фрейдисты. А Фрейд, между прочим, относился к психоанализу очень серьезно и избегал превращать его в игру, заявляя, что он — не фрейдист.

Недавно был открыт новый вариант «Психиатрии», названный «Скажите-ка мне вот что». Он несколько напоминает популярное развлечение «Двадцать вопросов». Уайт рассказывает свой сон или какое-то происшествие, случившееся с ним, а другие члены группы, часто и психотерапевт, пытаются интерпретировать его, задавая соответствующие вопросы. Пока Уайт в состоянии ответить на вопросы, присутствующие придумывают все новые и новые, пока, наконец, кому-нибудь не удастся задать такой вопрос, на который Уайт не сможет ответить. После чего Блэк откидывается на спинку кресла с многозначительным видом, как бы говоря: «Ага! Если бы вы смогли ответить на этот вопрос, то это, безусловно, пошло бы вам на пользу. Я свое дело сделал». (Этот вариант находится в дальнем родстве с игрой «Почему бы вам не... — Да, но»). Некоторые психотерапевтические группы в течение многих лет играют только в эту игру с минимальными изменениями и практически не продвигаются вперед. Эта игра представляет большую свободу Уайту (пациенту), так как он может подыгрывать остальным, чувствуя, что его ответы неудовлетворительны, или же он может играть против всех, отвечая без колебаний на каждый предложенный вопрос. В

²⁶ Инцест (лат. incestum) — кровосмешение, интимная связь между близкими родственниками

последнем случае скоро станут очевидными возмущение и смятение других игроков, потому что он словно говорит им: «Ну вот, я ответил на все ваши вопросы, однако вы мне ничем не помогли, кто же вы после этого?»

В игру «Скажите-ка мне вот что» играют обычно в школе, когда ученики знают, что должны ответить на вопрос учителя не на основе разумных рассуждений и знания фактов, а должны постараться угадать, какой именно из возможных ответов хочет услышать учитель. Педантичный вариант этой игры встречается, например, при изучении древнегреческого языка: учитель всегда может одержать верх над учеником и вполне обоснованно выставить его в глупом виде, указав на какое-то темное место в тексте.

6. «Дурачок»

Тезис. В мягком варианте этой игры ее тезис можно сформулировать так: «Я смеюсь вместе с вами над моей глупостью и неуклюжестью». Однако люди с серьезными проблемами могут играть в угрюмый вариант этой игры с тезисом: «Да, я глуп, но такой уж я есть, так что сделайте со мной что-нибудь». И в том, и в другом случаях игра ведется с депрессивной позиции. Следует различать игры «Дурачок» и «Растяпа». В последней игрок занимает более агрессивную позицию, а в его неловкости есть цель — получить прощение. Кроме того, нужно уметь отличать игру «Дурачок» от времяпрепровождения

«Клоун». Последнее укрепляет жизненную позицию: «Я просто прелесть и никому не делаю зла». Критическая трансакция в игре «Дурачок» состоит в том, чтобы Уайт вынудил Блэка назвать его дураком или прореагировать таким образом, будто он считает его таковым. Поэтому Уайт ведет себя как Растяпа, но не стремится получить прощение. Более того, если он получит прощение, то почувствует себя «не в своей тарелке», так как оно угрожает его жизненной позиции.

Уайт может вести себя как клоун, но при этом не пытается показать, что он только дурачится. Он хочет, чтобы его поведение воспринимали всерьез как доказательство его глупости. Таким образом он получает значительное внешнее «вознаграждение», поскольку чем меньше он знает, тем эффективнее может вести игру. Поэтому в школе ему не нужно заниматься, а на работе он не должен стараться приобрести какие-то знания, которые бы способствовали его продвижению по службе. Он с детства привык к тому, что люди будут вполне удовлетворены им, пока он ведет себя как дурачок, даже если на словах они утверждают обратное. Окружающие будут удивлены, если в критической ситуации, при условии, что он решит справиться с ней, вдруг выяснится, что он совсем неглупый человек, не более чем «глупый» младший брат в сказке.

Антитезис. Для мягкой формы игры весьма прост. Если Блэк откажется играть в «Дурачка» и не будет смеяться над неловкостью Уайта или бранить его за глупость, то он приобретет в его лице друга. Одна из особенностей этой игры состоит в том, что в нее часто играют люди с маниакально-депрессивным типом личности. В состоянии эйфории они ведут себя так, словно и в самом деле приглашают окружающих принять участие в их насмешке над собой. Часто от этого трудно удержаться, особенно потому, что создается впечатление, будто в противном случае они обидятся. В каком-то смысле это так и есть, поскольку человек, отказавшийся посмеяться над ними, угрожает их жизненной позиции и портит им игру. Но в состоянии депрессии у них возникает обида на тех, кто смеялся над ними, поэтому воздержавшийся от насмешек человек поймет, что, наверное, поступал правильно. Возможно, лишь с ним одним такие люди будут позже разговаривать, а все прежние «друзья», которые охотно участвовали в игре, теперь превратятся в его врагов.

Говорить Уайту, что в действительности он вовсе не глуп, совершенно бесполезно. Он и в самом деле может ощущать довольно туго и даже осознавать это. Может быть, поэтому он

и пристрастился к этой игре. Но, тем не менее, могут существовать такие сферы деятельности, в которых он превосходит других людей. Тогда будет вполне уместно продемонстрировать ему уважение, которого заслуживают его способности. Это сильно отличается от неуклюжих попыток «внушить ему уверенность в себе». Последние попытки могут доставить ему горькое удовлетворение от сознания, что другие люди еще глупее, чем он, но это для него небольшое утешение. Такое «вселение уверенности», на наш взгляд, представляет собой не самый умный метод лечения. Как правило, это обычный ход в игре «Я всего лишь пытаюсь помочь вам». Антитезисом «Дурачка» должна быть не другая игра, а полный отказ играть в данную игру.

Антитезис к угрюмой форме игры представляет собой более сложную проблему, потому что угрюмый игрок стремится вызвать не смех или издевку, а вывести партнера из себя или вызвать у него чувство полной беспомощности — так, чтобы у того, как говорится, просто «руки опустились». А с этим его состоянием игрок легко умеет справляться благодаря своему девизу: «Сделайте со мной что-нибудь». Таким образом, он выигрывает в любом случае. Блэк (партнер) ничего не может делать, так как у него «опустились руки». Если же он что-то предпримет, то только потому, что выведен из себя. Такие люди также имеют склонность к игре «Почему бы вам не...— Да, но», от чего получают такое же удовлетворение, но в более слабой степени. К этой форме игры антитезис придумать нелегко. Мы полагаем, что он может быть найден только при условии ясного представления психодинамики игры.

7. «Калека»

Тезис. Наиболее драматичной формой игры «Калека» является «Оправдание по причине душевной болезни». В транзакционных терминах тезис игры можно изложить следующим образом: «Что вы хотите от такого эмоционально неуравновешенного человека, как я? Чтобы я никого не убивал?» На что Присяжные должны, с точки зрения пациента, понять его и ответить: «Что вы! Нам и в голову не придет требовать этого от вас». «Оправдание по причине душевной болезни» в качестве юридической игры весьма распространено в американском обществе. Подобные случаи не следует смешивать с ситуацией, когда человек действительно страдает глубоким психозом и не способен нести ответственность за свои поступки.

Тезис игры — «Что вы хотите от калеки?» Действительно, что можно ждать от инвалида, который только и умеет управлять своим инвалидным креслом? Однако известны факты, когда во время второй мировой войны некоторые инвалиды с деревянной ногой могли исполнять в ампутированных центрах армейских госпиталей джиттербаг²⁷, причем делали это очень умело. Встречаются слепые люди, успешно работающие в политической области (например, в моем родном городе такой человек был избран на должность мэра). Я знаю глухих людей, плодотворно работающих психиатрами и психотерапевтами, и людей, лишившихся рук, но умеющих пользоваться пишущей машинкой.

Наблюдения свидетельствуют: пока человек, обладающий настоящим, возможно, преувеличенным или даже воображаемым увечьем, не жалуется на свою судьбу, в его жизнь вообще не следует вмешиваться. Но когда он обращается за помощью к психотерапевту, возникает вопрос: наилучшим ли способом он распорядился своей жизнью и сможет ли он подняться над своим недугом? В США психотерапевту приходится сталкиваться с оппозицией широких слоев образованной публики. Даже ближайшие родственники пациента, которые громче всех обычно жалуются на неудобства, связанные с его увечьем, могут в

²⁷ Быстрый танец с резкими движениями под джазовую музыку.

конце концов рассориться с психотерапевтом, если дела у пациента будут улучшаться. И хотя психотерапевт, занимающийся анализом игр, прекрасно понимает их мотивы, его задача от этого не становится легче. Всем, кто играет в «Я всего лишь пытаюсь помочь вам», угрожает постоянная опасность, что их игра будет сорвана, если пациент вдруг решит в дальнейшем полагаться на собственные силы. Иногда такие игроки (например, родственники) предпринимают просто невероятные усилия, чтобы прервать лечение.

Оба этих аспекта можно проиллюстрировать случаем с заикающимся клиентом мисс Блэк. Этот человек играл в классический вариант игры «Калека». Он не мог найти работу и вполне справедливо приписывал эту неудачу тому, что он — заика. Между тем, по его словам, его интересовала только работа коммивояжера. Будучи свободным гражданином, он, конечно, имел право искать работу в любой интересующей его области, но, поскольку он был заикой, его выбор заставлял усомниться в искренности его мотивов. И когда мисс Блэк вознамерилась испортить его игру, реакция агентства социального обеспечения была для нее весьма неблагоприятной.

Игра «Калека» особенно пагубна в клинической практике, потому что пациент может найти врача, который играет в ту же игру и с тем же девизом. Тогда никакого результата ждать невозможно. Иногда оправдание базируется на идеологических доводах, например: «Что вы хотите от человека, если он живет в таком обществе, как наше?» Один пациент соединил этот вариант со ссылкой на «психосоматические причины»: «Что вы хотите от человека с психосоматическими симптомами?» Он переходил от одного психотерапевта к другому, и каждый из них принимал только одно оправдание, но отвергал другое. В результате ни один из них не дал ему почувствовать себя уверенно в своей жизненной позиции. Однако также не удалось и сдвинуть его с этой позиции, отвергнув оба довода. А пациент как будто бы доказал, что психотерапия никому не может помочь.

Чтобы оправдать симптоматическое поведение, пациенты очень часто прибегают к самым разным доводам. Это может быть простуда, травма головы, ситуационный стресс, обширный стресс, вызванный современным образом жизни, американской культурой или экономической системой. Образованный игрок без труда подтверждает свои слова ссылкой на авторитеты: «Я пью, потому что я — ирландец»; «Этого не произошло, если бы я жил на Таити». На самом-то деле пациенты психиатрических больниц всего мира очень похожи на пациентов психиатрических больниц США. В клинической практике, равно как и при социологических опросах, следует очень тщательно рассматривать такие специфические виды оправданий, как «Если бы не они» или «Меня подвели».

Несколько более изощренными являются следующие оправдания: Что вы хотите от а) человека, который вырос без отца; б) невротика; в) лечащегося у психоаналитика; г) больного-алкоголика. Всех их можно увенчать еще и таким соображением: «Если я перестану заниматься этим, то никогда не смогу выявить подоплеку своего поведения, а значит — никогда не поправлюсь».

Игра, дополнительная к «Калеке», называется «Рикша». Вот ее тезис: «Если бы в этом городе были рикши (были бы девушки, владеющие древнеегипетским языком), то я никогда не влип бы в такую историю».

Антитезис. Анти-«Калека» не представляет больших трудностей при условии, что психотерапевт четко разделяет своих собственных Родителя и Взрослого и что обе стороны отчетливо представляют себе психотерапевтическую цель их взаимоотношений.

Если психотерапевт выступает с позиции Родителя, он может быть либо «добрым», либо «суровым» Родителем. В качестве «добротого» Родителя он принимает оправдание пациента, особенно если оно соответствует его собственным взглядам. При этом он может объяснять для себя ситуацию таким образом: до окончания лечения люди не отвечают за свои поступки. В качестве «сурового» Родителя он отвергает оправдание пациента, и между ними

начинается борьба за моральную победу. Игрок в «Калеку» обычно хорошо знаком с обеими альтернативами и умеет извлекать из каждой максимальное удовлетворение.

С позиции Взрослого психотерапевт должен отвергнуть оба варианта. На вопрос пациента: «Чего вы хотите от невротика?» — или на другой аналогичный вопрос он отвечает: «Я ничего не хочу. Проблема в том, чего вы сами от себя хотите?» Его единственное требование: пациент должен ответить на этот вопрос серьезно. А единственная уступка, на которую он может пойти, состоит в том, чтобы дать пациенту достаточно много времени для ответа — примерно от шести недель до шести месяцев, в зависимости от их взаимоотношений и степени предварительной подготовленности пациента.

ХОРОШИЕ ИГРЫ

Психотерапевт должен постоянно изучать всевозможные игры, в которые играют люди. Для этого он располагает наилучшими возможностями. Однако ему приходится общаться в основном с людьми, которых игры довели до неприятностей. Это означает, что большинство игр, исследуемых в консультации, в каком-то смысле можно назвать «плохими». А поскольку игры основаны на скрытых транзакциях, то в них обязательно присутствует какой-то элемент для использования ситуации в своих интересах. По этим двум причинам (с одной стороны, практической, с другой — теоретической) поиск «хорошей» игры становится трудным предприятием. Хорошей мы будем называть игру, позитивный вклад которой в социальную жизнь перевешивает неоднозначность ее мотивов, особенно если игрок примирился с ними без легкомыслия и цинизма. Иными словами, хорошая игра одновременно приносит пользу другим игрокам и позволяет самореализоваться Водящему. Поскольку даже при наилучшей организации общественной жизни большая часть времени обязательно тратится на игры, следует неустанно продолжать поиск хороших игр. Мы предлагаем вниманию читателей несколько примеров хороших игр, прекрасно отдавая себе отчет в том, как их мало и как далек их анализ от совершенства. Сюда входят: «Трудовой отпуск», «Кавалер», «Рад помочь вам», «Местный мудрец» и «Они будут счастливы, что знали меня».

1. «Трудовой отпуск»

Тезис. Строго говоря, это скорее времяпрепровождение, а не игра, и, очевидно, вполне конструктивное для всех участников. Американский почтальон, отправляющийся в отпуск в Токио, чтобы помочь своему японскому собрату разносить почту, или американский отоларинголог, который проводит свой отпуск в больнице на Гаити, наверняка почувствуют себя столь же отдохнувшими и смогут рассказать так же много интересного, как если бы они вернулись из Африки или совершили автомобильное путешествие через весь континент. Однако это времяпрепровождение становится игрой, если сама работа является вторичной по отношению к какому-то скрытому мотиву, и игрок берется за нее только для вида, чтобы достичь другой цели. Но и при этих обстоятельствах игра сохраняет свой положительный характер и заслуживает одобрения как пример конструктивной деятельности.

2. «Кавалер»

Тезис. В-эту игру обычно играют мужчины, не имеющие сексуальных намерений. Иногда это не старые люди, вполне удовлетворенные своим браком, но чаще всего это пожилые мужчины, благородно и безропотно принявшие моногамию или безбрачие.

Встретив подходящую особу женского пола, Уайт пользуется каждой возможностью

подчеркнуть ее превосходные качества, никогда при этом не нарушая границ приличия, соответствующих ее положению в обществе, конкретным обстоятельствам и требованиям хорошего вкуса. Но внутри этих границ он дает себе полную свободу, изощряясь в изобретательности и оригинальности в выражении своего восторга. Его цель — не соблазнить женщину, а продемонстрировать собственную виртуозность в искусстве комплимента. Внутреннее социальное «вознаграждение» состоит в том удовольствии, которое доставляет женщине его невинный артистизм, а также в ее восприимчивости и умении с благодарностью оценить мастерство Уайта. В тех случаях, когда оба участника игры вполне осознают ее механизм, она может, ко всевозрастающему восторгу обеих сторон, дойти до крайней степени преувеличения. Разумеется, светский человек знает, где нужно остановиться, и не будет продолжать игру, если почувствует, что перестал быть забавным (то есть исходя из интересов партнерши) или что качество его комплиментов ухудшилось (так велит ему его гордость «мастера»).

В игру «Кавалер» играют многие поэты. Они делают это ради внешнего социального «вознаграждения», поскольку заинтересованы в признании профессиональных критиков и читателей, наверное, в той же, если не в большей степени, чем в положительной реакции на поэтическое творчество вдохновившей их дамы.

Европейцы, особенно англичане, со своей романтической поэзией, по-видимому, всегда были более искусными игроками в эту игру, чем американцы. В США она в большой степени сделалась достоянием «поэзии Фруктовой Лавки»: твои глаза точно две груши, твои губы подобны огурцам и т. д. В таком виде она вряд ли может соперничать в изяществе с произведениями Херрика, Лавлейса или даже с циничными, но полными фантазии стихами Рочестера, Роскоммона или Дорсета²⁸.

Антитезис. Для умелого исполнения своей роли от женщины может потребоваться немалый ум и утонченность. Только совсем угрюмая или неумная женщина может отказаться играть в эту игру. Партнерша должна отвечать Уайту одним из вариантов игры: «Ах, вы просто великолепны, мистер Мергитройд!» (АВВММ) или «Мистер М., я восхищена вашим искусством». Если женщина лишена воображения или наблюдательности, она может просто прореагировать так же, как в АВВММ, но при такой реакции опускается самое главное:

Уайт хочет вызвать восхищение не собственной персоной, а своей поэзией. Угрюмая женщина может в ответ на эту игру прибегнуть к неприлично грубому антитезису в виде игры «Динамо» второй степени («Отвяжись, нахал»). Если при подобных обстоятельствах женщине придет в голову прореагировать так же, как в игре «Динамо» третьей степени, то в принципе такую реакцию иначе как отвратительной не назовешь.

Если женщина просто неумна, она будет играть в «Динамо» первой степени, принимая комплименты, которые тешат ее тщеславие, и пренебрегая возможностью оценить творческие усилия и способности Уайта. Вообще говоря, игра будет испорчена, если женщина решит, что ее пытаются соблазнить, вместо того, чтобы воспринимать эту игру как демонстрацию литературных достижений.

Родственные игры. Игру «Кавалер» надо отличать от операций и процедур, составляющих часть обычного ухаживания. В последнем случае это простые транзакции без скрытого мотива. Женский вариант игры «Кавалер» уместно назвать «Поклонница»: в нее часто играют любезные дамы на закате своей жизни.

Частичный анализ

²⁸ Имеются в виду английские поэты Роберт Херрик (1591—1674), Ричард Лавлейс (1618—1658), Джон Уилмот граф Рочестер (1647—1680), граф Роскоммон (1637—1685), граф Дорсет (1536—1608).

Цель: взаимное восхищение.

Роли: Поэт, Восхищенный объект поклонения.

Социальная парадигма: Взрослый — Взрослый; Взрослый (мужчина): «Смотрите, как я умею делать вас счастливой»;

Взрослый (женщина): «Ах, вы действительно умеете делать меня счастливой».

Психологическая парадигма: Ребенок (мужчина): «Смотрите, какие фразы я умею придумывать»; Ребенок (женщина): «Ах, ты действительно очень изобретателен».

«Вознаграждения»:

- 1) внутреннее психологическое — творчество и подтверждение привлекательности;
- 2) внешнее психологическое — избегает отказа в ответ на сексуальные авансы;
- 3) внутреннее социальное — «Кавалер»;
- 4) внешнее социальное — от этого «вознаграждения» можно отказаться;
- 5) биологическое — взаимные «поглаживания»;
- 6) экзистенциальное — «Я умею жить красиво».

3. «Рад помочь вам»

Тезис. Уайт постоянно оказывает помощь другим людям, имея какой-то скрытый мотив. Может быть, он искупает прошлые грехи, прикрывает теперешние дурные поступки или завязывает дружбу, чтобы позже использовать ее в своих целях, а возможно, из соображений престижа. Если даже кто-то не вполне уверен в искренности побуждений Уайта, все же следует воздать ему должное за его поступки, ведь, к сожалению, встречаются люди, которые прикрывают дурные поступки в прошлом новыми худшими делами и используют других людей в своих целях, действуя не щедростью, а запугиванием. Они добиваются престижа не с благородными, а с низкими намерениями.

А некоторых филантропов больше волнует соперничество, чем человеколюбие: «Я дал больше денег (книг, произведений искусства), чем вы». И опять, если искренность их мотивов поставлена под сомнение, все же следует отдать должное этим людям за то, что они участвуют в соревновании конструктивно. Ведь существует еще множество людей, которые делают это деструктивно. У большинства людей (и государств), играющих в «Рад помочь вам», есть и друзья, и враги, причем чувства и тех, и других чаще всего можно объяснить. Враги подвергают критике их мотивы и преуменьшают значение благородных поступков этих людей, а друзья испытывают к ним благодарность за реальную помощь и преуменьшают значение их мотивов. Поэтому так называемое «объективное» обсуждение этой игры практически невозможно. Люди, заявляющие о своем нейтралитете, довольно скоро обнаруживают, что держат его на чьей-то стороне.

Эта игра как способ использования людей составляет основу многих «общественных взаимоотношений» в Америке. Потребители принимают в ней участие с радостью, так как это одна из наиболее приятных коммерческих игр. Эта игра может принимать весьма предосудительную форму в иной сфере взаимоотношений, например в семейной игре для трех участников, в которой отец и мать соревнуются в попытках завоевать привязанность своего ребенка. Но следует отметить, что даже в этом варианте игры «Рад помочь вам» в некоторой степени сглаживаются отрицательные стороны их действий, поскольку существует множество гораздо более неприятных способов соревнования, например «У меня здоровье хуже, чем у папы» или «Почему ты его любишь больше, чем меня?»

4. «Местный мудрец»

Тезис. Это скорее не игра, а сценарий, но с элементами игры. Образованный и

умудренный жизнью человек, помимо собственной профессии, приобретает знания в самых разных областях. Достигнув пенсионного возраста, он переезжает из большого города, в котором занимал ответственный пост, в маленький городок. Там вскоре становится известно, что люди могут обратиться к нему за помощью при решении любых проблем — от стука в моторе до вопроса о том, как поступить с престарелым родственником. Если этот человек в состоянии помочь, то он обязательно это сделает или поможет найти квалифицированных профессионалов. Таким образом, очень скоро он начинает занимать определенное место в новом окружении и становится известен как Местный мудрец, ни на что не претендующий, но всегда готовый вас выслушать. Лучше всего эта игра удастся людям, которые, прежде чем приступить к исполнению своей роли, обратились к психотерапевту, чтобы для себя выяснить свои мотивы и узнать, каких ошибок им следует избегать.

5. «Они будут счастливы, что знали меня»

Тезис. Эта игра — более достойная разновидность игры «Я им покажу». Последняя имеет два варианта. В деструктивном варианте Уайт намеревается «показать им» путем нанесения ущерба. Например, он может рядом маневров достичь на службе более высокого положения, но не ради престижа или материального вознаграждения, а потому, что это дает ему возможность досадить своим врагам. В другом варианте Уайт изо всех сил старается заработать престиж, но не ради совершенствования в мастерстве или достижения успехов в своей области (хотя и эти мотивы могут играть второстепенную роль) и не затем, чтобы нанести врагам прямой ущерб, а для того, чтобы они завидовали ему и безумно сожалели о том, что раньше не относились к нему лучше.

В игре «Они будут счастливы, что знали меня» Уайт работает не против своих бывших товарищей, а в их интересах. Он хочет показать: дружелюбие и уважение, с которыми они к нему теперь относятся, вполне оправданны. Он стремится продемонстрировать (с единственной целью сделать им приятное), что они оценивали его правильно. Для того чтобы обеспечить себе верный выигрыш, Уайт должен следить за тем, чтобы не только цели, но и средства в этой игре были достойными. Именно в этом и состоит превосходство этой игры над «Я им покажу». Однако обе эти игры могут быть не играми, а следствием жизненного успеха. Они превращаются в игры тогда, когда Уайта больше интересует не сам успех, а впечатление, произведенное им на его врагов или друзей.

Часть третья ЗА ПРЕДЕЛАМИ ИГР

ЗНАЧЕНИЕ ИГР

1. Игры, в которые играют люди, передаются от поколения к поколению. Любимая игра конкретного человека может быть прослежена как в прошлом — у его родителей и у родителей его родителей, так и в будущем — у его детей. В свою очередь его дети, если только не произойдет какое-нибудь вмешательство извне, будут учить этим играм его внуков. Таким образом, анализ игр происходит на обширном историческом фоне. Игра может охватывать около сотни лет в прошлом и может быть надежно прогнозирована по меньшей мере лет на пятьдесят в будущее. Если не разорвать эту цепь, охватывающую пять и даже более поколений, эффект может увеличиваться в геометрической прогрессии. Переходя из поколения в поколение, игры могут изменяться, но при этом наблюдается сильная тенденция к вступлению в брак между индивидами, играющими в игры, которые принадлежат одному семейству (если не одному роду). В этом состоит **историческое** значение игр.

2. Воспитание детей в большинстве случаев сводится к процессу обучения их тому, в

какие игры они должны играть. Различные культуры и социальные классы имеют свои излюбленные игры, а различные племена и семьи предпочитают разные варианты игр. В этом состоит **культурное** значение игр.

3. Промежуток между времяпрепровождениями и истинной близостью как бы прослоен играми. Повторяющиеся времяпрепровождения, такие, например, как вечеринки в честь продвижения по службе, в конце концов приедаются. Близость, в свою очередь, требует тщательной осмотрительности, причем и Родитель, и Взрослый, и Ребенок обычно настроены против нее. Американское общество в основном не поощряет искренности (кроме как в интимной обстановке), так как здравый смысл предполагает, что искренность всегда можно использовать с дурным умыслом. А Ребенок опасается ее, потому что знает: она может повлечь за собой разоблачение. Поэтому, чтобы отвязаться от скуки времяпрепровождения, не подвергая себя опасностям, сопутствующим близости, большинство людей в качестве компромиссного решения приходят к играм, если только они доступны. Они-то и составляют большую и весьма значимую часть человеческого общения. В этом состоит **социальное** значение игр.

4. Люди выбирают себе друзей, партнеров, близких людей чаще всего из числа тех, кто играет в те же игры. Поэтому в данном социальном окружении каждый его представитель приобретает такую манеру поведения, которая покажется совершенно чуждой членам другого социального круга. И наоборот, любой член какого-либо социального окружения, который начинает играть в новые игры, будет скорее всего изгнан из привычного общества, но его с удовольствием включат в другое социальное окружение. В этом состоит **личностное** значение игр.

Читатель, по-видимому, теперь сумеет лучше оценить принципиальное различие между математическим и транзакционным анализом игр. Математический анализ игр исходит из постулата полной рациональности игроков. Транзакционный анализ, напротив, имеет дело с играми как нерациональными, так и иррациональными и именно поэтому более жизненными.

ИГРОКИ

Наши наблюдения свидетельствуют о том, что интенсивнее всего играют люди, утратившие душевное равновесие. Весьма любопытно, однако, что некоторые шизофреники отказываются участвовать в играх и с самого начала требуют прямолинейности. В обыденной жизни с наибольшей отдачей играют два типа людей, которых мы назовем Брюзгой и Ничтожеством или Обывателем.

Брюзга — это человек, чаще всего обиженный на свою мать. При внимательном исследовании выясняется, что он обижен на нее с раннего детства. Наверное, у него есть вполне основательные «детские» причины для обиды, например, возможно, в его раннем детском возрасте мать заболела и долго лежала в больнице, как бы предав его в критический период. А может быть, он не был счастлив из-за того, что она родила слишком много братьев и сестер? Иногда «предательство» выглядит более злонамеренным, например мать отправляет ребенка на ферму к своим родителям, чтобы вторично выйти замуж. А ребенок с тех пор остается обиженным на весь мир. Будучи взрослым, этот человек не любит женщин, хотя может быть донжуаном. Поскольку с детских лет он дуется вполне намеренно, то свое решение может отменить в любой момент (именно так и поступают дети, когда подходит время обеда). И взрослый (Брюзга), и маленький мальчик отменяют решение дуться на одних и тех же условиях: он должен иметь возможность не уронить своего достоинства и ему «обязаны» предложить что-то стоящее взамен его привилегии быть обиженным. Иногда, отказавшись от роли обиженного, пациент может прервать, например, игру «Психиатрия»,

которая в противном случае может тянуться годами. Для этого необходимо тщательно подготовить пациента, найти умелый подход к нему и выбрать подходящий момент. Бестактность и запугивание со стороны психотерапевта будут иметь такой же эффект, как в случае с надувшимся ребенком. В конце концов пациент «отомстит» психотерапевту за его неправильное обращение с ним точно так же, как ребенок может затаить обиду на своих бестактных родителей.

С Брюзгой женского пола ситуация обычно такая же, если она злится на своего отца. Но при этом надо учитывать, что ее игра «Калека» («Что вы хотите от женщины, у которой был такой отец?») требует от мужчины-психотерапевта большого такта и дипломатичности. Иначе он рискует оказаться в положении отца этой женщины, то есть быть отнесенным к тому же классу людей, куда попадают все мужчины, похожие на отца.

Думаю, в каждом из нас есть частица от игрока Ничтожества. Поэтому цель анализа — свести эту игру до минимума. Ничтожество — это человек, сверхчувствительный к Родительскому влиянию. Поэтому его Родитель скорее всего будет в критические моменты вмешиваться и в его Взрослое состояние, и в спонтанное поведение Ребенка, что вызывает у этого человека неуместное или бестактное поведение. В экстремальных ситуациях Ничтожество сливается с Подхалимом, Позером и Прилипалой. Не следует смешивать Ничтожество с выбитым из колеи шизофреником, у которого не функционирует Родитель и едва функционирует Взрослый, поэтому ему приходится справляться с миром с позиции приведенного в замешательство Ребенка. Интересно, что в нашем повседневном языке слово «ничтожество» применяют, как правило, для характеристики мужчин, а иногда и мужеподобных женщин. В Ханже Обывателя еще больше, чем в Ничтожестве. Слово «ханжа» обычно употребляется по отношению к женщине, но иногда его употребляют применительно к мужчинам с несколько женскими особенностями поведения.

ИЛЛЮСТРАЦИЯ

Рассмотрим следующий диалог между пациенткой (П) и врачом-психотерапевтом (В):

П. Я начала новую жизнь — теперь буду всегда приходить вовремя.

В. Попробую не подвести вас.

П. А мне все равно, что **вы** будете делать. Я собираюсь начать ради себя самой. Угадайте, что я получила по истории.

В. Четыре с плюсом.

П. Откуда вы знаете?

В. Потому что вы боитесь получить пятерку.

П. Да, я написала на пятерку, но потом перечитала работу, вычеркнула три правильных ответа и вместо них вписала неправильные.

В. Мне нравится наш разговор. В нем совсем нет Ничтожества.

П. Вчера вечером я как раз думала, какой у меня прогресс. По-моему, во мне сейчас Ничтожества не больше 17 процентов.

В. Ну, сейчас Ничтожество в вас на нуле, так что в следующий раз вы можете позволить себе 34 процента.

П. Это все началось полгода назад: я посмотрела на свой кофейник и вдруг впервые действительно увидела его. А теперь я слышу пение птиц, а когда смотрю на людей, то их вижу! И самое замечательное, что я сама стала настоящей. И не только вообще, я и сейчас, в эту минуту, тоже настоящая. На днях я ходила по музею, смотрела картины. Ко мне подошел молодой человек и сказал: «Какой замечательный Гоген, правда?» Я ответила: «Вы мне тоже нравитесь». После музея мы вместе зашли перекусить, и он оказался очень славным парнем.

Этот диалог представляет собой свободный от игр и от присутствия Ничтожества

разговор между двумя независимыми Взрослыми, и нам хотелось бы сопроводить его некоторыми пояснениями.

«Я начала новую жизнь. Теперь буду всегда приходить вовремя». Это заявление было сделано после того, как пациентка действительно пришла вовремя. Раньше она постоянно опаздывала. Если бы она решила таким образом воспитывать силу воли и ее решение стать пунктуальной было бы навязано Ребенку Родителем только затем, чтобы быть нарушенным, пациентка объявила бы о нем заранее: «Сегодня я опоздала последний раз в жизни». Это было бы не более чем попытка начать игру. Однако ее заявление такой попыткой не было. Это было решение, принятое Взрослым — не намерение, а проект. Пациентка и в дальнейшем оставалась пунктуальной.

«Попробую не подвести вас». Эта фраза не была ни подбадривающим высказыванием, ни первым ходом в игре «Я всего лишь пытаюсь помочь вам». Пациентка обычно приходила после перерыва на обед у психотерапевта. Поскольку она, как правило, опаздывала, он тоже привык не торопиться и возвращался в кабинет позже обычного. Когда она объявила о своем решении, он понял, что она говорит всерьез, и объявил о своем. Эта транзакция представляла собой договор между Взрослыми, которого оба они в дальнейшем придерживались, а не слова Ребенка, дразнящего Родителя, который из-за своей жизненной позиции вынужден быть «добрым папочкой» и обещать Ребенку помощь.

«А мне все равно, что **вы** будете делать». Эта фраза подчеркивает, что пунктуальность — это решение, а не намерение, которое она собирается эксплуатировать как часть игры псевдопослушания.

«Угадайте, что я получила». И психотерапевт и пациентка вполне осознавали, что это — времяпрепровождение, и позволили себе немного поразвлечься. Психотерапевту не нужно было демонстрировать свою бдительность, указывая пациентке, что это — времяпрепровождение: она это и без того знала; пациентке же не надо было воздерживаться от участия во времяпрепровождении.

«Четыре с плюсом». Психотерапевт понимал, что она могла получить только такую отметку, и не было причин не сказать ей об этом. Он не стал притворяться, что не знает: из ложной скромности или из боязни ошибиться.

«Откуда вы знаете?» Это был вопрос Взрослого, а не игра «Ах, вы необыкновенный!», и он заслуживал ответа по существу.

«Да, у меня была бы пятерка». Вот это была настоящая проверка. Пациентка не надулась и не стала придумывать объяснения или оправдания, но честно взглянула в глаза своему Ребенку.

«Мне нравится наш разговор». Это и последующие полушутливые замечания выражают взаимное Взрослое уважение, с некоторым времяпрепровождением на уровне Родитель-Ребенок, которое опять-таки было необязательным для обоих и участие в котором было вполне сознательным.

«Я вдруг впервые действительно увидела его». Пациентка обрела свой собственный взгляд на мир, и ей больше не нужно воспринимать кофейники или людей так, как учили ее родители. «Я и сейчас, в эту минуту, тоже настоящая». Она больше не живет в прошлом или в будущем, хотя и может при необходимости коснуться их в разговоре.

«А я ответила: „Вы мне тоже нравитесь“». Не нужно больше тратить время, играя с новым знакомым в игру «Картинная галерея», хотя при желании она могла бы это сделать.

В свою очередь, и психотерапевту нет необходимости играть в «Психиатрию». У него было несколько случаев обсудить с пациенткой проблемы защиты, переноса и символической интерпретации, но он опустил их, не испытывая при этом никакого беспокойства. Однако для дальнейшего обсуждения, наверное, было бы полезно уточнить, какие именно ответы она вычеркнула в своей экзаменационной работе. К сожалению, в дальнейшем, в течение часа,

отведенного на прием, 17 процентов Ничтожества в пациентке и 18 процентов его же в психотерапевте давали себя знать время от времени.

Подводя итог, можно сказать, что приведенный выше разговор представляет собой деятельность, расцвеченную небольшим количеством времяпрепровождения.

НЕЗАВИСИМОСТЬ

Ощущение независимости достигается, как мы считаем, высвобождением или пробуждением трех способностей: «включенности в настоящее», «спонтанности» и «близости».

«Включенность в настоящее» означает умение видеть что-то определенное или слышать, например, как поют птицы, причем делать это так, как умеешь именно ты, а не так, как тебя учили. У нас есть все основания полагать, что маленькие дети видят и слышат совсем не так, как взрослые, что в первые годы жизни их отношение к миру более эстетично и менее интеллектуально.

Маленький мальчик с восторгом смотрит на птиц, слушая их пение. Вдруг приходит «хороший» отец. Он чувствует необходимость принять участие в развлечениях сына и начинает его «развивать». Отец говорит: «Это поет сойка, а сейчас чирикает воробей». Однако, как только мальчик пытается различать птиц, он перестает их видеть и слышать их пение. Теперь он должен видеть и слышать только то, чего хочет его отец. Позиция отца, впрочем, вполне оправданна, так как он понимает, что сын не будет всю жизнь только слушать пение птиц. Чем раньше мальчик начнет свое «образование», тем лучше. Может быть, он станет орнитологом, когда вырастет? Однако лишь немногие люди могут сохранить свою детскую способность видеть и слышать. Наверное, поэтому большинство представителей человеческого рода навсегда утрачивают возможность стать живописцами, поэтами или музыкантами, так как они очень рано теряют способность непосредственно видеть или слышать. Это происходит из-за того, что они получают всё из вторых рук.

Обретение способности вновь видеть и слышать непосредственно мы называем «включенностью в настоящее». По своей психологической природе «включенность» представляет собой восприятие, родственное эйдетическим образам¹. Возможно, у некоторых индивидов такое восприятие существует в области вкусовых и обонятельных ощущений, что открывает большие возможности в соответствующих сферах деятельности, например, кондитерам, косметологам, поварам, чья вечная проблема состоит в том, чтобы найти аудиторию, способную оценить их произведения.

«Включенность» предполагает жизнь в настоящий момент, а не где-то в прошлом или будущем. Рассмотрим в качестве иллюстрации человека за рулем машины, который спешит на работу. Этот пример позволит нам проанализировать некоторые возможности, характерные для американского образа жизни. Три следующие распространенные ситуации представляют собой ответы на главный вопрос: «Где находится сознание человека за рулем, в то время, когда его тело в машине?»

1. Главная забота человека за рулем: приехать на работу вовремя. Он — дальше всех от жизни «здесь и сейчас». Пока его тело находится в машине, а сознание уже у дверей учреждения, этот человек совершенно не замечает своего непосредственного окружения, если только оно не служит препятствием на его пути к цели. Это — «Ничтожество». Главная его забота — как он будет выглядеть в глазах начальства. Если же он все-таки опоздает, то может постараться предстать перед начальством запыхавшимся и выбившимся из сил. В это время командует угодливый Ребенок, играющий в «Видишь, как я старался». Пока человек

правит машиной, он практически полностью лишен независимости, так как ни жив, ни мертв от страха. Весьма возможно, что это наиболее благоприятные условия для развития коронарной недостаточности и гипертонии.

2. Человек-Брюзга озабочен не столько тем, чтобы прибыть вовремя, сколько поиском уважительных причин для опоздания. Неприятные случайности: часто и не вовремя загорающийся красный свет светофора, неумелая езда или глупость окружающих прекрасно вписываются в его схему, и в глубине души он рад им, так как они способствуют игре «Видите, до чего они меня довели», в которую играют его взбунтовавшийся Ребенок или праведник-Родитель. Он тоже не замечает ничего вокруг себя, за исключением того, что вписывается в его игру, так что он как бы «жив наполовину». Тело этого человека — в машине, а его сознание рыщет в поисках недостатков и несправедливости.

3. Гораздо реже встречается так называемый «водитель по призванию», для которого вождение машины — любимое занятие и настоящее искусство. Быстро и умело пробираясь вперед в толпе машин, он сливается в одно целое со своим автомобилем. Он замечает окружающее лишь в той мере, в которой оно предоставляет ему возможность показать свое искусство: это является ему «вознаграждением». Кроме того, он глубоко чувствует себя и свою машину, которой он так блестяще управляет, и в этой мере он живет. Такое вождение машины формально представляет собой времяпрепровождение для Взрослого, но Ребенок и Родитель тоже могут при этом получать удовольствие.

4. К четвертой категории относятся люди, «включенные» в окружающее, которые никуда не торопятся, потому что живут в настоящем, как бы в гармонии со всем окружающим их миром: небом, деревьями и ощущением движения. Торопиться — значит пренебрегать этим миром и думать только о том, чего еще не видно за поворотом дороги, или о самых обыкновенных препятствиях, или исключительно о себе. Как-то один китаец спешил на электричку. А сопровождающий его европеец заметил, что они могут сэкономить двадцать минут, если сядут на экспресс. Они так и сделали. Когда они сошли у Центрального парка, человек, спешивший на электричку, к большому удивлению своего друга, уселся на скамью. «Если мы сэкономили двадцать минут,— объяснил он,— то можем позволить себе посидеть эти двадцать минут здесь, наслаждаясь пейзажем». Человек, «включенный» в окружающее, знает, что он чувствует, где находится и какое сейчас время. Он знает, что после его смерти деревья будут расти, как и прежде, но он их уже не увидит, поэтому он хочет увидеть их сейчас со всей остротой, на которую способен.

«Спонтанность» означает возможность выбора, возможность свободно самому решать, какие чувства (Родителя, Взрослого или Ребенка) испытывать и каким образом их выражать. «Спонтанность» означает освобождение от принуждения играть в игры и владеть только теми чувствами, которые были воспитаны.

«Близость» представляет собой спонтанное, свободное от игр чистосердечное поведение человека, осознающего окружающее, освобожденно, эйдетически воспринимающего мир глазами неиспорченного Ребенка, который со всей искренностью живет в настоящем. Можно экспериментально показать¹, что эйдетическое восприятие пробуждает привязанность, а чистосердечие мобилизует позитивные чувства. Известен даже такой феномен, как «односторонняя близость». С ним хорошо знакомы люди, умеющие пленять своих партнеров, оставаясь при этом невовлеченными. Человек добивается этого, поощряя собеседника смотреть ему в лицо, высказываться свободно и чистосердечно, в то время как соблазнитель (или соблазнительница) лишь делает вид, что их чувства взаимны.

«Близость», по существу, является функцией естественного ребенка, хотя и имеет сложную психологическую и социологическую основу. Она, как правило, не приводит к неприятностям, если не вмешивается какая-нибудь игра. Обычно близости угрожает стремление приспособиться к Родительскому влиянию. Маленькие дети (пока они не

испорчены) в большинстве своем предстают существами любящими, а это и есть истинная природа близости.

Сознательно или неосознанно все родители с колыбели учат своих детей думать, чувствовать, воспринимать окружающий мир. Освободиться от этого влияния ребенку нелегко, поскольку оно обычно бывает глубоко укоренившимся. К тому же в первые два-три десятилетия жизни человека оно необходимо для биологического и социального выживания.

Освобождение от родительского влияния становится возможным только тогда, когда человек достигает независимости, то есть приобретает умение жить «включенным» в настоящее, действовать спонтанно и достигать близости с другими людьми. Кроме того, в это время он уже свободен в выборе, то есть понимает, что именно из родительского наследия он хочет оставить себе. На ранних этапах жизни человек решает, как он намерен приспособиться к родительскому влиянию. Его адаптация представляет собой последовательность решений, и именно поэтому при благоприятных обстоятельствах решения бывают обратимыми. Причем ниспровержение никогда не бывает окончательным: непрерывная борьба против возврата к старым привычкам чаще всего продолжается всю жизнь.

Некоторые счастливые люди обладают свойством, которое выходит за пределы всех классификаций поведения. Это свойство — «включенность» в настоящее. Другое их свойство, гораздо более важное, чем любое предварительное планирование, — спонтанность. У них есть нечто куда более ценное, чем игры, — близость. Но все эти три свойства для неподготовленных людей опасны. Может быть, им лучше оставаться такими, какие они есть, и искать решение своих проблем в популярных социальных методах, например в чувстве общности с другими людьми. Это может означать, что для многих представителей рода человеческого впереди прекрасные надежды и большие перспективы.

ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ИГРАЮТ В ИГРЫ ПСИХОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ СУДЬБЫ

Часть первая ОБЩИЕ СООБРАЖЕНИЯ

ЧТО МЫ ГОВОРИМ ПОСЛЕ ТОГО, КАК СКАЗАЛИ «ЗДРАВСТВУЙТЕ»!

Этот вопрос, на первый взгляд столь бесхитростный, как будто бы лишенный глубины и не подлежащий научному исследованию, на самом деле содержит в себе важнейшие проблемы человеческой жизни и социальных наук. Этот вопрос еще неосмысленно задают себе дети, его задают друг другу, своим родителям, учителям подростки, юноши и девушки. Этому вопросу многие взрослые избегают, а мудрые философы посвящают ему книги, в которых так и не находят на него полного ответа. А ведь в ответе на этот вопрос, наверное, и заключается большинство изначальных проблем социальной психологии, например: почему люди говорят друг с другом? почему люди хотят быть любимыми? Не удивительно, что лишь немногие ищут ответы на них, ибо большинство людей в течение своей жизни даже не пытались выяснить вопрос: как люди произносят приветствие?

Как вы говорите «здравствуйте»? В этом вопросе заключен секрет многих религий (христианства, иудаизма, буддизма и др.). Но прежде всего в нем содержится один из принципов гуманизма. Правильно сказать «здравствуйте» — это значит увидеть другого человека, почувствовать его как явление, воспринять его и быть готовым к тому, что у него будет адекватная реакция. Обнаруживают эту способность в высшей степени те люди, которые, как нам кажется, обладают одной из величайших драгоценностей мира — настоящей, естественной улыбкой. Она обычно возникает постепенно, освещая все лицо, и длится не долго, но вполне достаточно для того, чтобы быть ясно увиденной. Исчезает она с таинственной медлительностью, как будто бы тает. Сравнить ее можно только с улыбкой любящей матери или радующихся друг другу детей. Такие улыбки чаще всего бывают у людей с открытым, добрым характером.

В этой книге в основном обсуждаются четыре вопроса: как вы говорите «здравствуйте»? как вы отвечаете на приветствие? что вы говорите после того, как сказали «здравствуйте»? И еще один печальный вопрос: что вы делаете, как себя ведете, если не хотите приветствовать того или иного человека? Вначале мы кратко ответим на эти вопросы. А объяснение ответов на них займет всю остальную часть настоящего издания, которое адресовано всем читателям, интересующимся проблемами человеческих взаимоотношений, психологии человеческой судьбы.

1. Для того чтобы научиться говорить «здравствуйте», необходимо избавиться от «мусора», скопившегося у вас в голове с тех самых пор, как вы прибыли из родильного дома. Но чтобы этому научиться, могут потребоваться годы.

2. Для того чтобы ответить на приветствие, также необходимо избавиться от «мусора» в своей голове. Могут потребоваться годы, чтобы научиться приветствовать человека, который идет вам навстречу и которому вы должны ответить на его приветствие.

3. Сказав «здравствуйте», вы как бы избавляетесь от «мусора», который мог появиться в вашей голове по отношению к встретившемуся человеку, то есть от всех ощущений, возможно, когда-то пережитых обид.

4. Эта книга написана в надежде на то, что люди, обладающие умением и тактом, поймут смысл слова «мусор», ибо в этом состоит суть ответов на предыдущие три вопроса. Речь людей, научившихся осмысливать свои слова и действия после того, как они сказали «здравствуйте», мы назовем «марсианской». Она отличается от повседневных земных разгово-

воров и споров, которые, как свидетельствует история, вели люди с древнейших времен, от Египта, Вавилона и поныне, приводя к войнам, голоду, мору, к различным несчастьям, порождая у тех, кто выживал, духовное смятение.

Можно надеяться, что в конечном итоге правильно понятый и разумно используемый «марсианский» язык поможет людям избавиться от многих бед.

Иллюстрации

Чтобы показать возможную ценность предлагаемого нами подхода, в качестве примера приведем один тяжелый случай.

Пациент Морт был на пороге смерти. Он страдал неизлечимой болезнью. Тридцатитрехлетнему мужчине, заболевшему раком, предсказывали самое большее два года жизни. Он жаловался на нервное состояние, проявляющееся в непроизвольных кивках головой и подергиваниях ног. В терапевтической группе скоро нашлось объяснение: он загоразивался от чувства страха смерти как бы стеной «музыки», звучащей в его сознании, а его движения головой были способом существовать в такт этой «музыке». Путем внимательного наблюдения было установлено, что соотношение именно таково: человек жил в ритме своей внутренней «музыки». Если ее «выключить» средствами психотерапии, то может прорваться огромный поток страха. Последствия этого непредсказуемы, если, конечно, чувство страха не удастся вытеснить более сильными эмоциями.

Все члены группы (понимавшие «марсианскую» речь и обучавшие ей Морта) отлично сознавали, что они так же, как и Морт, не бессмертны, однако не знают, когда это случится. Поэтому они тоже испытывали подобные чувства, но разумным образом сдерживаемые. Так же как и у Морта, время и усилия, затрачиваемые на сокрытие этих чувств, были теми факторами, которые мешали им свободно наслаждаться жизнью. Если подойти к вопросу с этой стороны, то можно предположить, что эти люди понимали разницу: прожить большую жизнь до старости, еще очень многое познать и увидеть или судьба Морта, которому отводилось всего лишь два года. И тогда становилось ясно, что важна не длительность жизни, а ее качество. Открытие это не новое и не удивительное, но путь к нему в данном случае был более тяжким, чем обычно, из-за присутствия постепенно умирающего человека. И это не могло не произвести на всех глубокого впечатления.

Все члены группы согласились, что жить — это значит трудиться, любоваться природой, слышать пение птиц и говорить людям приятные приветствия. Причем все это делать надо сознательно или спонтанно, не драматизируя и не лицемеря, сдержанно и с достоинством. Они также решили, что все, включая и Морта, должны выбросить «мусор» из головы. Они поняли, что его ситуация в определенном смысле не более трагична, чем их собственная, поэтому робость и сдержанность, вызванные его присутствием, улетучились. Теперь им было весело друг с другом, они могли говорить как равные. В результате Морт отодвинул на второй план все больничные заботы и полностью возобновил свою принадлежность к человеческому роду. Безусловно, все окружающие и он сам осознавали, что его проблемы значительно острее, чем у людей, у которых впереди многие годы жизни.

Рукопожатие

Пациенты, посетившие психотерапевта впервые, чаще всего представляются и пожимают ему руку. Правда, некоторые психотерапевты предлагают руку первыми. У меня в отношении рукопожатия свое мнение. Если пациент сердечно протягивает руку, я пожимаю ее, чтобы не быть невежливым, но делаю это формально, несколько удивляясь: почему он столь сердечен? Если пациент своим действием просто демонстрирует хорошее воспитание,

то я пожимаю ему руку так, что мы понимаем друг друга: приятный ритуал не мешает предстоящей работе. Если же в пожатии его руки чувствуется отчаяние, то я жму ему руку твердо, как бы давая понять: его беда мне понятна.

Однако, когда я иду по коридору в приемную, все мое поведение, выражение лица, положение рук достаточно ясно показывают новым посетителям, ожидающим приема: упомянутой любезности лучше избегать. Это нужно для того, чтобы показать, что перед нами цель более серьезная, чем желание удостовериться во взаимной вежливости. И это обычно удается. Я не признаю рукопожатия в основном потому, что в большинстве случаев не знаком с этими людьми. Кроме того, встречаются посетители, не желающие, чтобы их кто-то касался.

Завершение беседы в кабинете психотерапевта — это совсем другое дело. Теперь о пациенте (имеется в виду мужчина) многое мне известно. И он кое-что обо мне узнал. Поэтому перед его уходом я специально останавливаюсь, чтобы пожать ему руку, причем я уже знаю, как лучше это сделать. Рукопожатие после беседы для пациента очень важно: оно означает, что я проникся к нему участием²⁹, несмотря на то, что он рассказал о себе весьма неблагоприятные сюжеты. Если его нужно успокоить, рукопожатие будет успокаивающим, если же ему необходимо подтверждение его мужественности, мое рукопожатие вызовет у него такое чувство. Не подумайте, что это только тонко продуманное лицемерие. Нет! Это спонтанное и открытое признание того, что я принимаю его таким, каким узнал после часового обсуждения с ним его самых интимных проблем. С другой стороны, если я понимаю, что он намеренно, а не из естественной стеснительности обманывал меня или пытался злоупотребить моим доверием, то я вообще не подам ему на прощание руки. Если человек хочет видеть меня своим союзником, пытающимся ему помочь, то он должен вести себя достойно.

В отношении женщин почти все обстоит иначе. Если женщине требуется ощутимый знак моего участия, я пожму ей руку так, чтобы она это поняла. Если мне стало известно, что она избегает контакта с мужчинами, я попрощаюсь с ней корректно, но без рукопожатия. Этот пример хорошо объясняет одну из причин, из-за которой не нужно рукопожатие в качестве приветствия. Если я пожму ей руку вначале, еще не зная, с кем имею дело, то могу оттолкнуть ее от себя. Я как бы унижу ее достоинство и, возможно, оскорблю еще до беседы тем, что, прикоснувшись к ней, принудил ее из-за приличия коснуться меня.

В терапевтической группе я пользуюсь теми же методами. Я не произношу при встрече радостного приветствия участникам группы: я не виделся с ними целую неделю, поэтому еще не могу выбрать стиль общения с каждым из них. Сердечное приветствие может оказаться совсем не к месту в свете того, что могло случиться в последнее время. Но я подчеркнуто внимательно прощаюсь с каждым из участников в конце встречи. Теперь я знаю, кому говорить «до свидания», знаю, как это сказать в каждом конкретном случае. Предположим, у одной из женщин после нашей предыдущей встречи умерла мать. Веселое приветствие при встрече будет явно неуместно. Конечно, мое незнание этого факта извиняло бы мое поведение, но разве была необходимость создавать для женщины лишнее напряжение? А когда наша встреча подходит к концу, то я уже знаю, как проститься с ней, не усугубляя, а, наоборот, облегчая горечь ее утраты.

Теория

Думаю, пока достаточно сказано относительно «здравствуйте» и «до свидания». Суть

²⁹ Слово «участие» здесь употребляется отнюдь не в сентиментальном смысле. Оно означает: я согласен посвятить пациенту много времени и при этом приложить максимум усилий.— Прим. автора.

взаимосвязи между ними мы попытаемся объяснить с помощью транзакционного анализа. Для того чтобы правильно понять последующий материал, надо опять вернуться к принципам этого подхода.

ПРИНЦИПЫ ТРАНСАКЦИОННОГО АНАЛИЗА

Структурный анализ

Мы уже говорили, что главной задачей транзакционного анализа является изучение состояний Я [Ego], представляющих собой целостные системы идей и чувств, проявляющихся в соответствующих моделях поведения. Напомним: в каждом человеке можно обнаружить три типа состояний Я. Первая группа ведет свое происхождение от родительских образцов поведения. В дальнейшем мы будем продолжать называть этот тип состояний «Родитель». В этом состоянии человек чувствует, думает, действует, говорит и реагирует точно так же, как это делали его родители, когда он был ребенком. Это состояние Я может активизироваться при воспитании собственных детей. Даже тогда, когда это состояние Я не выглядит активным, оно чаще всего влияет на поведение человека в качестве Родительского воздействия, выполняя функции совести. Вторая группа состояний Я заключается в том, что человек сам оценивает все окружающее объективно, рассчитывая возможности и вероятности на основе прошлого опыта. Это состояние Я, как и раньше, назовем «Взрослый». Его можно сравнить с функционированием компьютера.

Каждый человек несет в себе черты маленького мальчика или маленькой девочки. Он порой чувствует, мыслит, действует, говорит и реагирует точно так же, как это делал в детстве. Это состояние Я называется «Ребенок». Его нельзя считать ребяческим или незрелым, это состояние только напоминает ребенка определенного возраста, в основном двух-пяти лет. Возраст в этом состоянии Я является важным фактором. Надо, чтобы человек понимал себя в состоянии своего Ребенка, и не только потому, что он «сопровождает» его в течение жизни, но еще и потому, что это одна из самых значимых сторон его личности³⁰. Схема 1а дает представление о целостной структуре личности любого человека, отображая все, что он может чувствовать, думать, говорить или делать. (Более упрощенная форма дана на схеме 1б.) Углубленный анализ не выявит новых состояний Я, он даст лишь более детальные членения первичных состояний.

³⁰ Читатель найдет некоторые уточнения понятий (что может показаться повторением), которые освещались в первых частях настоящего издания. Однако это необходимо для более осмысленного понимания принципов транзакционного анализа.

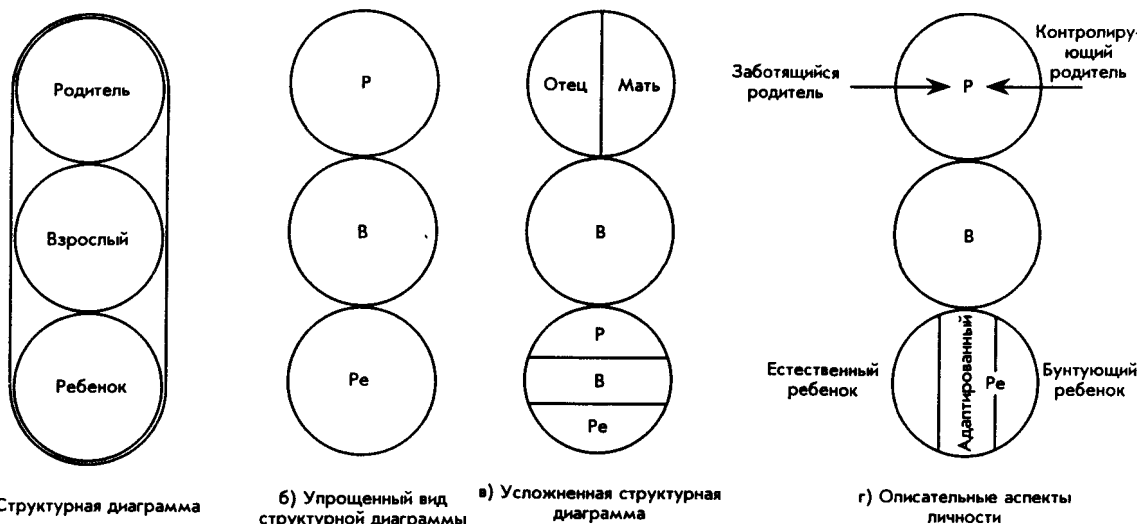


Схема 1. Структурная диаграмма личности.

Очевидно, внимательный поиск обнаружит в большинстве случаев два Родительских компонента: один — ведущий происхождение от отца, другой — от матери. Анализ также откроет внутри детского состояния Я компоненты Родителя, Взрослого и Ребенка, которые уже были налицо, когда фиксировался Ребенок, чему можно найти подтверждение, наблюдая детей. Результаты этого вторичного анализа представлены на схеме 1в. Отделение одной модели чувствования и деятельности от другой при определении состояний Я мы называем **структурным анализом**. В тексте состояния Я будут обозначаться так же, как и в предыдущих схемах: родитель (Р), Взрослый (В) и Ребенок (Ре), — все с заглавной буквы (напомним, что родитель, взрослый и ребенок со строчной буквы будут относиться к реальным людям).

Мы используем также и описательные термины, которые или понятны сами по себе, или будут объяснены в дальнейшем.

Еще немного о транзакционном анализе

Когда встречаются два человека, во взаимодействие включаются шесть состояний их Я (по три в каждом из них, что отражено на схеме 2а). Поскольку состояния Я так же отличаются друг от друга, как и все люди, то важно понять, какое из состояний во время этой встречи активизировано в каждой из личностей и как эти состояния взаимодействуют. Происходящее можно изобразить на схеме в виде стрелок, связывающих двух людей. В простейших транзакциях (взаимодействиях) стрелки параллельны. Они называются дополнительными транзакциями. Ясно, что могут существовать девять типов дополнительных транзакций (РР, РВ, РРе, РеР, РеВ, РеРе), как это показано на схеме 2б. На схеме 2а в качестве примера дается транзакция РРе между супругами, где стимул направлен от Родительского состояния Я мужа к Детскому состоянию Я жены, а реакция, наоборот, — от Ребенка к Родителю. В идеальном случае это муж, проявляющий отеческую заботу о жене, за что она ему весьма благодарна. Пока транзакция остается дополнительной, коммуникация развивается неограниченно.

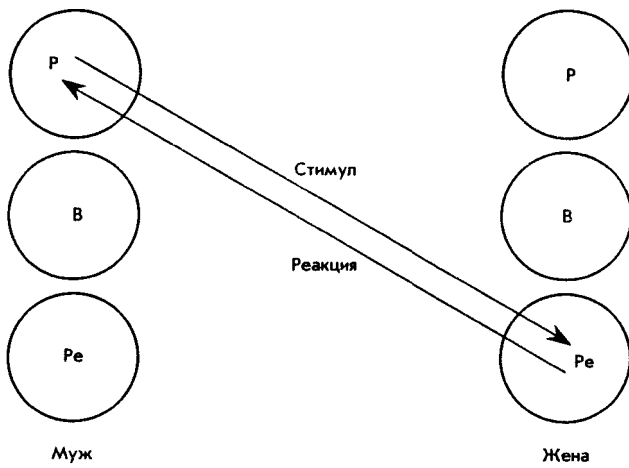


Схема 2а. Дополнительные транзакции РРе—РеР

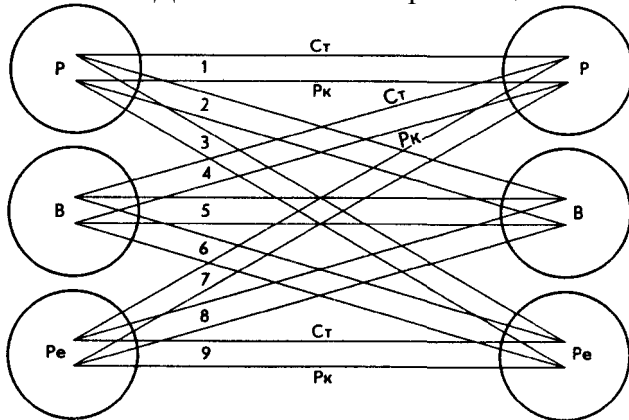


Схема 2б. Диаграмма девяти типов дополнительных транзакций

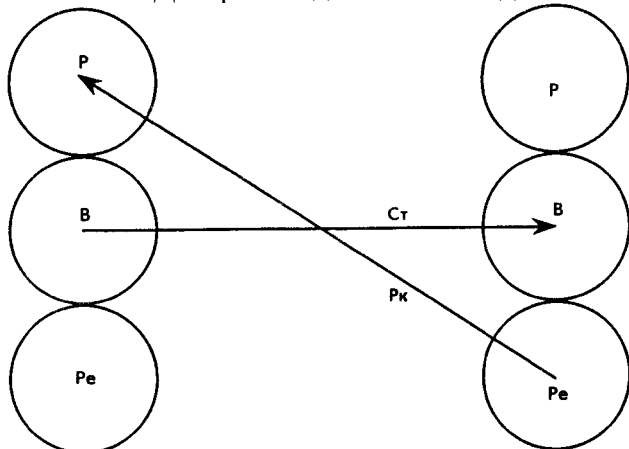


Схема 3а. Пересекающиеся транзакции первого типа ВВ—РеР

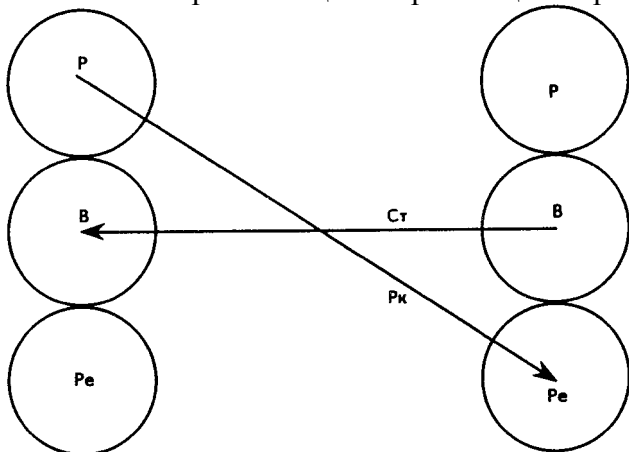


Схема 3б. Пересекающиеся транзакции второго типа ВВ—РРе

На схемах 3а, б отражена иная ситуация. На схеме 3а обозначен стимул от Взрослого к Взрослому (ВВ). Требование предоставить информацию получает отклик от Ребенка к Родителю (РеР), в результате чего стрелки стимула и реакции вместо того, чтобы идти

параллельно, пересекаются. Трансакции этого типа называются пересекающимися. В этом случае коммуникация нарушена. Например, муж задает вопрос, требующий ответа по существу: «Где мои тапочки?», а жена возмущенно отвечает: «Почему я во всем всегда виновата?» — здесь имеет место именно пересекающаяся трансакция. Чаще всего разговор о тапочках на этом прекращается. Это пересекающаяся трансакция первого типа, представляющая собой обычную форму реакции переноса, которая происходит и в психотерапии. Именно этот тип трансакции, на наш взгляд, порождает большинство жизненных проблем. На схеме 3б изображена пересекающаяся трансакция второго типа, где стимул от Взрослого к Взрослому (например, вопрос) вызывает покровительственную или как бы «величавую» реакцию от Родителя к Ребенку. Это один из самых распространенных типов реакции контрпереноса. Одновременно, это самая распространенная причина разрывов человеческих взаимоотношений как личных, так и общественных, в том числе и политических.

При внимательном рассмотрении схемы 2б можно увидеть, что возможны семьдесят два типа пересекающихся трансакций ($9 \times 9 = 81$ комбинаций минус девять дополнительных). Но, к счастью, лишь четыре из них встречаются настолько часто, что привлекают внимание как психотерапевтов, так и многих людей в их повседневной жизни. Это первый тип (ВВ—Рер) и реакция перенесения, второй тип (ВВ—РРер) и реакция контрперенесения, а также существует третий тип (Рер—ВВ) — «раздражительная реакция», когда человек, ищущий сочувствия, обретает вместо этого голые факты. И четвертый тип (РРер—ВВ) — «дерзость», когда вместо послушания реагирующий демонстрирует «наглую самоуверенность», апеллируя к фактам.

Дополнительная и пересекающаяся — это простейшие, одноуровневые трансакции. Существуют также два типа двухуровневых трансакций — угловая и двойная. На схеме 4а изображена угловая трансакция, при которой стимул выглядит как направленный от Взрослого к Взрослому (например, разумное на первый взгляд предложение торговой сделки), тогда как на самом деле он апеллирует к иному — Родительскому или Детскому — состоянию Я своего респондента. Здесь сплошная линия (ВВ) показывает социальный, или явный, уровень трансакции, тогда как пунктиром обозначен психологический, или

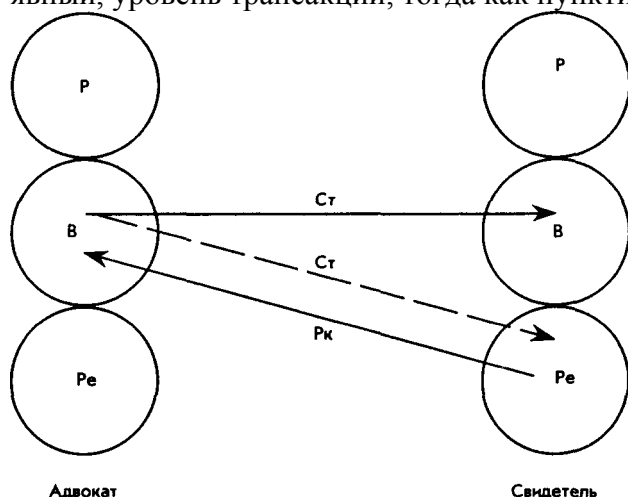


Схема 4а. Успешная угловая трансакция (ВВ+ВРер) (РерВ)

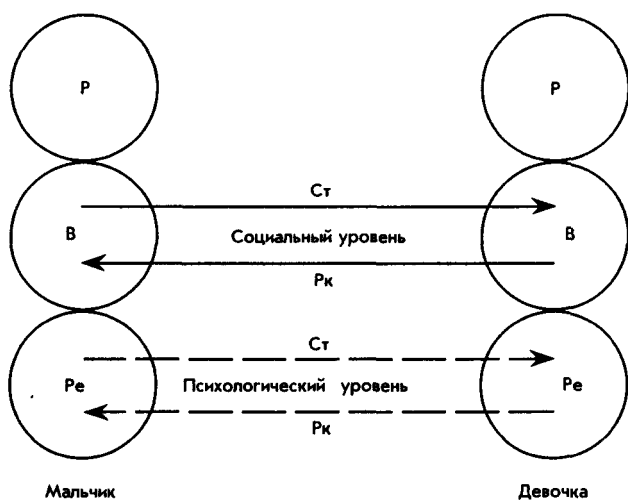


Схема 46. Двойная транзакция (BB-BB) (PePe-PePe)

скрытый, уровень. Если изображенная здесь угловая транзакция окажется успешной, то реакция будет идти не от Взрослого к Взрослому, а от Ребенка к Взрослому. Если реакция не удастся, то Взрослый респондента сохранит контроль над ситуацией и реакция будет реакцией Взрослого, а не Ребенка. Рассмотрение различных способов включения его состояний (схемы 4 а и 2 б) позволяет обнаружить восемнадцать типов успешных угловых транзакций, где реакция идет по пунктирной линии, и каждому из этих типов соответствует неуспешная транзакция с реакцией, параллельной сплошной линии.

На схеме 4 б представлена двойная транзакция. В этом случае налицо два различных уровня: психологический, или скрытый, уровень отличается от социального, или явного. Изучение схем покажет, что возможен 81^2 , то есть 6561 тип различных двойных транзакций. Если мы отбросим те из них, где социальный и психологический уровни повторяют друг друга (а это, собственно, 81 тип простых транзакций), то останется 6480 типов. К счастью, лишь шесть из них, на наш взгляд, имеют значение в общественной и повседневной жизни людей.

Читатель может спросить: зачем так много цифр в этом разделе? Этому есть три причины. Первая — это так называемая Детская причина. Она заключается в том, что многие люди очень любят играть в цифры. Вторая — Взрослая причина, благодаря которой можно продемонстрировать большую, по сравнению с другими социальными и психологическими теориями, точность транзакционного анализа. Третья причина — Родительская. Суть ее — показать: насколько бы точен ни был транзакционный анализ, живых людей в эти схемы вогнать невозможно. Например, если мы участвуем только в трех транзакциях и каждый раз имеем на выбор из 6597 разновидностей, то мы можем осуществить их 6597^3 способами. Это даст нам множество различных способов структурирования наших взаимодействий друг с другом. Так что перед нами простирается безграничный простор для выражения своих индивидуальностей.

Следовательно, если бы все население Земли разбить на пары и каждая пара осуществляла бы по три взаимодействия двести раз подряд, то они ни разу не повторили бы как свои прежние действия, так и действия любой другой пары. Поскольку большинство людей ежедневно участвует в тысячах и тысячах транзакций, то каждый человек имеет в своем распоряжении бесчисленное количество вариантов. Если же он испытывает отвращение к большинству из возможных типов транзакций и никогда в них не участвует, то все равно у него остается достаточно простора для маневра. При этом его поведение совсем необязательно станет стереотипным, если, конечно, он сам не превратит его в таковое. Если же он все-таки это сделает (так поступает большинство людей), то виной тому не транзакционный анализ, а

другие причины, которые мы попытаемся также проанализировать в настоящей книге.

О системе в целом, со всеми ее частными разделами, мы говорим как о транзакционном анализе, поэтому описанный выше анализ простых типов общения можно назвать **собственно транзакционным анализом**. Это следующий шаг после структурного анализа. Собственно транзакционный анализ дает строгое определение системы как целого, что представляется принципиально важным для людей, специализирующихся в научной методологии. Транзакция, состоящая из единичного стимула и единичной реакции, вербальной или невербальной, является единицей социального действия. Мы называем его транзакцией, поскольку каждая из сторон что-то в нем обретает. Поэтому люди в них и участвуют. Все, что происходит между двумя или большим числом людей, может быть разложено на ряды единичных транзакций, что является большим преимуществом для науки, ибо она получает возможность работать с четко определенной системой единиц.

Структурирование времени

Длинные ряды транзакций, возникающие на протяжении всей жизни человека, можно так классифицировать, что в результате появляется возможность кратко- и долгосрочного прогнозирования его социального поведения. Такие цепи транзакций существуют даже тогда, когда они, пусть и в малой степени, служат удовлетворению инстинктов, потому что для большинства людей бывают тягостны периоды, не структурированные по времени. Поэтому, например, вечеринка с коктейлями считается для многих людей времяпрепровождением менее скучным, чем пребывание наедине с собой. Необходимость структурирования времени мы объясняем тремя видами влечений или потребностей. Первый — это **стимулирование** или **жажда ощущений**. Многие люди утверждают, что они стремятся избегать возбуждающих ощущений, а на самом деле большинство из них, смеем утверждать, ищут их. Второй — это **жажда признания**, стремление к особому рода ощущениям, которые может дать другой человек. Вот поэтому грудным детям точно так же, как младенцам обезьяны, недостаточно только молока, им необходимо тепло материнского прикосновения и звук и запах, исходящие от матери. В противном случае они страдают точно так же, как и взрослый человек, если нет никого, кто сказал бы ему «здравствуйте». Третий — это **жажда структурированности**. Люди, умеющие постоянно структурировать свое время,— самые дефицитные и высокооплачиваемые специалисты в любом обществе.

Существуют различные формы структурирования времени. В социальном поведении мы видим четыре формы плюс два пограничных случая. Когда двое и более людей находятся вместе в одном помещении, они выбирают тип поведения. На одном полюсе пограничный случай — замкнутость, когда явная коммуникация между людьми отсутствует. Это бывает в самых различных ситуациях, например в купе железнодорожного поезда, в больничной палате и т. п. Далее, за формой замкнутости, когда каждый человек будто бы окутан собственными мыслями, следует наиболее безопасная форма социального действия — ритуал; это крайне стилизованные формы взаимодействия, которые могут иметь неформальный характер, но могут быть и официальными. В последнем случае это в основном церемониальное поведение, транзакции которого полностью предсказуемы и почти не несут никакой информации. По своей природе ритуалы — это скорее всего знаки взаимного признания. Единицы ритуала называют жестами по аналогии с жестами, свидетельствующими о признании и понимании людьми друг друга. Ритуалы программируются извне — традициями и обычаями.

Следующая форма социального действия называется активностью. Ее мы обычно именуем работой. В этом случае транзакции диктуются материалом: с чем и над чем работают (будь то дерево, бетон или математическая проблема). Связанные с работой

транзакции обычно направлены от Взрослого к Взрослому и соотнесены с внешней реальностью, то есть с предметом деятельности. Далее остановимся на времяпрепровождениях, которые не так стилизованы и не так предсказуемы, как ритуал, но обладают некоторой повторяемостью. Это многовариантное взаимодействие, имеющее законченный характер, как фраза или предложение. Примером может служить вечеринка с угощением, где участники недостаточно хорошо знакомы друг с другом. Времяпрепровождение чаще всего социально запрограммировано, поскольку говорить в это время можно лишь в определенном стиле и только на допустимые темы. Когда при этом проскальзывают индивидуальные нотки, тогда времяпрепровождения переходят в другую форму социального действия, которая называется **игрой**.

Игра, как мы уже говорили,— это комплекс скрытых транзакций, повторяющихся и характеризующихся четко определенным психологическим выражением. Во время скрытой транзакции участник чаще всего притворяется, так как создает видимость, что делает что-то одно, а в действительности делает совсем другое. Все игры предполагают «приманку». Однако «приманка» срабатывает лишь тогда, когда есть слабость, на которую она рассчитана, или имеется какой-то «рычаг», ухватившись за который можно вызвать отклик другого игрока. Это может быть зависть, жадность, сентиментальность, вспыльчивость и т. п. Как только «приманка» схвачена, игрок начинает тянуть за «рычаг», чтобы получить свой выигрыш. Партнер смущен или недоумевает, пытаясь осознать, что же такое с ним произошло. Когда игра заканчивается, каждый получает свой «выигрыш», или «вознаграждение», который обычно бывает взаимным и заключается в чувствах, переживаниях (не всегда одинаковых), но возбуждаемых игрой как в активном игроке, так и в его партнере. Если набор транзакций не характеризуется этими чертами, то речь идет не об игре, так как при игре скрытые транзакции должны содержать «приманку», «рычаг», недоумение и «выигрыш». Это можно представить в виде следующей формулы:

$P+C=P-N-V$ (формула игры), где $P + C$ означает, что «приманка» схвачена, реакция достигнута и игрок тянет за «рычаг» (P). После этого следует момент смущения или недоумения (N), а затем оба получают свой «выигрыш» (V). Все, что укладывается в эту формулу, мы считаем игрой. Все, что не укладывается в эту формулу, игрой не является.

За игрой следует второй пограничный случай, замыкающий ряд форм межлических взаимодействий,— близость. Двустороннюю близость можно определить как искренне неигровое отношение между людьми со свободным взаимным обменом между ними, исключающим извлечение выгоды. Близость может быть односторонней, когда один человек дарит другому свое искреннее и свободное отношение, а другой расчетливо ищет при этом своей выгоды.

Сценарии

Различные формы социального действия, как уже отмечалось в первой книге, способствуют структурированию времени, помогают избежать скуки, а также дают возможность извлечь максимально возможное удовлетворение из каждой ситуации. Большинство людей, кроме того, подсознательно имеют свой жизненный план, или сценарий, согласно которому они структурируют более длительные периоды времени — месяцы, годы или даже всю свою жизнь, заполняя время ритуальной деятельностью, времяпрепровождениями, развлечениями, играми. Реализуя сценарий, игры дают в то же время немедленное удовлетворение и прерываются периодами замыкания в себе или эпизодами близости. Сценарии обычно основываются на детских иллюзиях, которые могут не исчезнуть в течение всей жизни.

Однако у более чувствительных, восприимчивых, интеллигентных людей эти иллюзии

одна за другой разрушаются, что нередко ведет к жизненному кризису. Подобный кризис может возникнуть в связи с переоценкой родителями своего ребенка в его юношеском возрасте или из-за чувства протеста, часто приобретающего причудливые формы в подростковом возрасте. Чрезмерно усердные попытки сохранить иллюзии в более поздние периоды жизни порождают иногда депрессии и мистицизм, а разрушение иллюзий может вызвать даже отчаяние.

Временное структурирование — это обозначение экзистенциальных проблем, заключающихся в вопросе: что делать после того, как сказано «здравствуйте»? Мы попытаемся ответить на этот вопрос на основании наблюдений за действиями людей после высказанного ими приветствия. В настоящей книге также сделаны предположения о возможных действиях людей, то есть что мог бы сделать человек, как повести себя в какой-то конкретной ситуации. В этом нам помогли исследования природы жизненных сценариев и ход их реализации.

Часть вторая РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРОГРАММИРОВАНИЕ

СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА Жизненные планы

Судьба каждого человека определяется в первую очередь им самим, его умением мыслить и разумно относиться ко всему происходящему в окружающем его мире. Человек сам планирует собственную жизнь. Только свобода дает ему силу осуществлять свои планы, а сила дает ему свободу осмысливать, если надо их отстаивать или бороться с планами других. Даже если жизненный план человека определен другими людьми или в какой-то степени обусловлен генетическим кодом, то и тогда вся его жизнь будет свидетельствовать о постоянной борьбе. Встречаются люди, которые постоянно живут как будто бы в молчании и в страхе. Для большинства из них это большое несчастье. Только родные и очень близкие их друзья могут понять, что жизнь такого человека проходит в борьбе. В большинстве случаев он прожил жизнь, обманывая мир и в первую очередь себя. Дальше мы еще поговорим об этих иллюзиях.

Каждый человек еще в детстве, чаще всего бессознательно, думает о своей будущей жизни, как бы прокручивает в голове свои жизненные сценарии. Повседневное поведение человека определяется его рассудком, а свое будущее он может только планировать, например, каким человеком будет его супруг (супруга), сколько в их семье будет детей и т. п. В жизни, однако, может случиться не так, как человек хочет, но главное в том, что он очень желает, чтобы его мечты сбылись.

Сценарий — это постепенно развертывающийся жизненный план, который формируется, как мы уже говорили, еще в раннем детстве в основном под влиянием родителей. Этот психологический импульс с большой силой толкает человека вперед, навстречу его судьбе, и очень часто независимо от его сопротивления или свободного выбора.

В намерения автора не входит стремление сводить поведение всех людей и всю человеческую жизнь к какой-то формуле. Совсем наоборот. Реальный человек как личность действует спонтанно рациональным и предсказуемым образом, принимая во внимание мнения и действия других людей. А человек, действующий по формуле,— это уже нереальная личность. Но поскольку именно такие люди, по нашим наблюдениям, составляют основную массу человечества, мы попытаемся познакомить читателей с результатами своих исследований.

Делле около тридцати лет. Она ведет жизнь домашней хозяйки. А ее муж — торговец,

он много ездит. Иногда в его отсутствие Делла начинает пить. Эти загулы нередко кончаются далеко от дома. Как это обычно бывает, из ее памяти выпадает все, что с ней произошло, когда она была пьяна. Она узнает о том, что с ней было в различных местах, только тогда, когда приходит в себя и обнаруживает неожиданно в сумочке номера телефонов неизвестных ей мужчин. Она пугается, ее охватывает ужас еще и потому, что в эти минуты понимает: жизнь ее может быть погублена из-за непорядочности какого-нибудь случайного партнера.

Подобный сценарий чаще всего планируется в детстве. Поэтому если это сценарий, то именно в нем следует искать все истоки. Мать Деллы умерла, когда она была маленькой. Отец проводил все дни на работе. Делла плохо сходилась с другими подростками в школе, чувствовала себя какой-то неполноценной, жила одиноко. Но в подростковом возрасте она открыла способ обретения популярности — предаваться любовным забавам с группой мальчишек. А во взрослом состоянии ей и в голову не приходило связывать эпизоды сеновала того далекого времени со своим настоящим поведением. Однако все эти годы в голове она сохраняла основные линии своей жизненной драмы. Акт первый: завязка — прегрешения на сеновале и ощущение вины. Акт второй: основное действие — прегрешение и чувство вины из-за пьянства и безответственности. Акт третий: расплата — разоблачение и наказание. Она потеряла все — мужа, детей, положение в обществе. Акт четвертый: освобождение в финале — самоубийство. Теперь, после ее гибели, все прощали и жалели ее.

Делла провела свою жизнь с чувством неотвратимости надвигающейся угрозы. Сценарий — трагическая драма, несущая ей освобождение и примирение. Толкаемая каким-то внутренним «демоном», она нетерпеливо подстегивает свою судьбу: проклятие, смерть и прощение.

«...Когда-нибудь я открою школу для самых маленьких, выходить замуж буду четыре раза, заработаю кучу денег на бирже и стану знаменитым хирургом», — говорит пьяная Мери. Это уже не сценарий. Во-первых, ни одну из высказанных идей Мери не почерпнула у своих родителей. Они ненавидели детей, считали развод невозможным, игру на бирже — слишком рискованной, а работу хирурга — чересчур ответственной. Во-вторых, по своим личностным качествам Мери для всего этого не подходит. Она слишком напряженно ведет себя с любыми детьми, равнодушно холодна с мужчинами, боится биржи, а руки ее дрожат от пьянства. В-третьих, она давно уже решила быть торговым агентом днем, а вечера и свободные дни проводить в пьяной компании. В-четвертых, ни один из предлагаемых проектов ее особо не увлекал. В этих проектах она скорее всего проговаривала то, чего никогда не смогла бы сделать. В-пятых, каждому, кто ее слышал, было ясно, что Мери и не собирается заниматься всем тем, что перечислила в своих мечтаниях.

Сценарий предполагает:

- 1) родительские указания;
- 2) подходящее личностное развитие;
- 3) решение в детском возрасте;
- 4) действительную «включенность» в какой-то особенный метод, несущий успех или неудачу;
- 5) убеждающую установку или, как принято говорить, вызывающую доверие убежденность.

На сцене и в жизни

Театральные сценарии в основном интуитивно выводятся из жизненных сценариев. Лучший способ это осмыслить — рассмотреть связи и сходство между ними.

1. Оба сценария базируются, как это ни странно, на ограниченном количестве тем. Наверное, наиболее известная из них — трагедия Эдипа. Большинство других сценариев

также можно найти в греческой драме и мифологии. Позже люди выделили и записали более домашние, узнаваемые нами модели человеческой жизни.

Психотерапевту, анализирующему чьи-то транзакционные сценарии или игры, может быть известен их конец, если он знает суть интриги и ее действующие лица. В процессе анализа можно внести определенные изменения. Так, например, и психотерапевту, и театральному критику ясно, что Медея расположена к убийству своих детей и сделает это, если кто-то не сумеет ее отговорить. Обоим также ясно, что если бы она жила в наше время и ходила бы еженедельно в терапевтическую группу, то известной нам истории могло бы и не произойти.

2. Определенное течение жизни в основном имеет предсказуемый результат, если, конечно, на жизненном пути нет помех и препятствий. Но для диалога, произнесенного определенным образом, необходимо, чтобы выработалась соответствующая этому диалогу мотивация. Как в театре, так и в реальной жизни реплики заучиваются и произносятся именно так, чтобы реакция их оправдывала и дальше развивала действие. Если герой заменит текст и состояния Я, то партнеры будут реагировать иначе. Например, если во время представления Гамлет вдруг начнет читать строки из другой пьесы, тогда и Офелия тоже должна будет заменить свой текст, чтобы сделать происходящее осмысленным. Но ведь все представление пойдет иначе. Они могут, скажем, сбежать вдвоем, вместо того чтобы бродить вокруг замка. Это будет, наверное, плохая пьеса, но, возможно, лучший вариант жизни.

3. Сценарий должен быть доработан и отрепетирован, прежде чем будет готов для драматического представления. В театре существуют чтения, прослушивания, репетиции и прогоны перед премьерой. А жизненный сценарий запускается еще в детском возрасте в той примитивной форме, которую мы называем «протоколом». Здесь уже другие исполнители. Они ограничены в семье кругом родителей, братьев, сестер, а в интернате или детском доме — кругом товарищей или воспитателей. Все они играют свои роли, ибо каждая семья (интернат или детский дом) представляет собой институт, в котором ребенок чаще всего не получает уроков особой гибкости. В период отрочества он встречается с большим числом людей. Он интуитивно ищет тех партнеров, которые сыграли бы роли, требуемые его сценарием (они это делают, ибо ребенок играет роль, предполагаемую их сценариями). В это время подросток дорабатывает свой сценарий с учетом своего окружения. Интрига остается той же самой, но действие слегка меняется. В большинстве случаев это нечто вроде пробного представления. Благодаря ряду таких адаптаций сценарий приобретает определенную форму. Он уже как бы готов для самой «большой сцены» — финального акта. Если это был так называемый хороший сценарий, то все благополучно заканчивается «прощальным обедом». Если же то был плохой сценарий, то «прощание» может звучать с больничной койки, с порога тюремной камеры или из психиатрической больницы.

4. Почти в каждом жизненном и театральном сценариях есть роли хороших людей и злодеев, счастливцев и неудачников. Кого считать хорошим или плохим, кого счастливцем, а кого неудачником, определяется весьма специфично для каждого сценария. Но совершенно ясно, что в каждом из них присутствуют эти четыре типа, объединенные иногда в две роли. Например, в ковбойском сценарии хороший парень почти всегда бывает победителем, а злодей — неудачником. Хороший — это храбрый, решительный, честный, чистый человек. Плохой — это трусливый, колеблющийся, хитрый, развратный человек. Победитель обычно выживает, а неудачник погибает или наказывается. В музыкальных водевилях чаще всего победителем бывает та женщина, которая завоевывает мужчину, а неудачницей — женщина, теряющая партнера.

В сценарном анализе психотерапевты называют победителей Принцами и Принцессами, а неудачников зовут Лягушками. Задача анализа состоит в превращении Лягушек в Принцев и Принцесс. Чтобы это осуществить, психотерапевт должен выяснить, кто представляет в сценарии пациента хороших людей и злодеев. Далее надо уяснить, какого

рода победителем способен быть пациент. Он может сопротивляться превращению в победителя, так как, возможно, идет к психотерапевту совсем не для этого. Может быть, он хочет стать храбрым неудачником. Это вполне допустимо, ибо, став бравым неудачником, он почувствует себя удобнее в своем сценарии, тогда как, превратившись в победителя, он должен будет отказываться от сценария частично или полностью и начинать все сначала. Этого люди обычно опасаются.

5. Все сценарии, театральные или из реальной жизни, в сущности, представляют собой ответы на фундаментальный вопрос человеческих взаимодействий: что вы говорите после приветственных слов? Например, драма Эдипа и вся его жизнь вращаются вокруг этого вопроса. Встречая любого человека старше себя, Эдип первым делом его приветствовал. Следующее, что он чаще всего делал, будучи движим своим сценарием, это задавал вопрос: «Померяемся силой?» Если встречный отвечал «нет», то Эдипу оставалось гадать: говорить ли о погоде, о ходе военных действий или о том, кто победит на будущих Олимпийских играх. Проще всего он выходил из затруднения, пробормотав что-нибудь вроде «рад был познакомиться», и отправлялся своей дорогой. Но если встречный говорил «да», то Эдип отвечал «отлично!», ибо теперь он нашел того человека, с которым знает, как вести себя дальше.

6. Сцены в жизненном сценарии человека обычно определяются и мотивируются заранее, точно так же как и театральные. Простейший пример: ситуация, когда кончается бензин в бензобаке автомобиля. Его владелец это всегда определяет за день-два вперед, по показаниям счетчика. Человек соображает: «Надо заправиться»,— но... этого не делает. Фактически не бывает так, чтобы бензин кончился мгновенно, если в машине все исправлено. Однако в сценарии Неудачника это почти всегда постепенно надвигающееся событие и как бы запланированная сцена. Многие Победители проходят весь свой жизненный путь, ни разу «не оставшись без бензина».

Жизненные сценарии основываются в большинстве случаев на Родительском программировании, которое ребенок воспринимает по трем причинам. Во-первых, оно дает жизни цель, которую в противном случае пришлось бы отыскивать самому. Все, что делает ребенок, чаще всего он делает для других людей, обычно для родителей. Во-вторых, Родительское программирование дает ему приемлемый способ структурировать свое время (то есть приемлемый для его родителей). В-третьих, ребенку надо указывать, как поступать и делать те или иные вещи. Учиться самому интересно, но не очень-то практично учиться на своих ошибках. Человек едва ли станет хорошим пилотом, если разобьет несколько аэропланов, предполагая, что выучится на своих ошибках. Хирургу, например, нужен наставник, а не возможность удалять аппендиксы один за другим, пока, наконец, не выяснится, что он делал все неправильно. Родители, программируя жизнь своих детей, передают им свой опыт, все то, чему они научились (или думают, что научились). Если они Неудачники, то передают свою программу неудачников. Если же они Победители, то соответственно программируют и судьбу своего ребенка. Долгосрочная модель всегда предполагает сюжетную линию. И хотя результат предопределен Родительским программированием в добрую или дурную сторону, ребенок может избрать свой собственный сюжет.

Мифы и волшебные сказки

Первая и самая архаичная версия сценария — это первичный «протокол», который воспринимается сознанием ребенка в том возрасте, когда окружающий мир для него еще мало реален. Можно предположить, что родители являются ему гигантскими фигурами, наделенными магической властью, вроде мифологических титанов только потому, что они

намного выше и крупнее его.

С годами малыш становится старше и мудрее. Он как бы перемещается в более романтический мир. Он делает из своего сценария первый палимпсест³¹ или дорабатывает его, приводя в соответствие с новыми представлениями о мире. В нормальных условиях ребенку помогают в этом волшебные сказки и истории о животных, которые сначала читает ему мать, а потом он читает их сам в часы досуга, когда можно отпустить на волю воображение. В сказках есть своя магия, хотя и не столь потрясающая. Они дают ребенку целый ряд новых действующих лиц, исполняющих роли в его фантазиях. Представители животного царства знакомы ему либо как товарищи по играм, либо как промелькнувшие в зоопарке фигуры, внушающие то ужас, то восхищение, либо как полувоображаемые существа с непонятными свойствами, о которых он только слышал или читал. Может быть, все они «сходят» к нему с телевизионного экрана, где в этом возрасте даже реклама излучает волшебный свет.

На первой стадии своего развития малыш имеет дело с «магическими» людьми, которые могут в его воображении при случае превратиться в животных. На последующей стадии он просто приписывает животным некоторые человеческие качества. Эта тенденция до определенной степени сохраняется и в жизни некоторых взрослых людей, особенно связанных в своей работе с животными.

В отрочестве подростки обзревают свой сценарий как бы для адаптации его к той реальности, какой она им представляется: все еще романтической и сияющей или с искусственно наведенным гляncем, возможно даже позолоченной с помощью наркотиков. Постепенно человек движется к завершающему «представлению». Задача психотерапевта в том и заключается, чтобы этот путь был бы для людей по возможности спокойнее и интереснее.

В дальнейшем на ряде примеров мы покажем сходство между мифами, сказками и реальными людьми. Оно лучше всего схватывается с транзакционной точки зрения (о которой уже говорилось), основанной на собственном мифе (изобретенном специалистами по анализам игр и сценариев) как средстве более объективного видения человеческой жизни.

Теперь «марсианин», сошедший на Землю, должен вернуться обратно и рассказать «все как есть». «Как есть» — это не так, как о том говорят земные люди, и не так, как они хотели бы, чтобы он думал. Он не прислушивается к высоким словам и не изучает статистические таблицы; его интересует, что действительно делают люди друг другу, друг с другом и друг для друга, а не то, что они делают по их собственным словам. Вот, например, история похищения Европы.

Похищение Европы

Юная красавица Европа, согласно мифам, внучка Нептуна, однажды собирала цветы на лужайке у моря. Неожиданно перед ней возник и преклонил колени прекрасный бык. Взглядом он пригласил ее взобраться ему на спину. Девушке так понравился его мелодичный рев и дружелюбные манеры, что показалось забавным покататься по лужайке на его широкой спине. Но лишь только она уселась, бык бросился в море и поплыл неизвестно куда. Ведь это был сам Юпитер в образе быка, а Юпитер, как известно, не останавливался ни перед чем, если девица была ему по душе. Девушка звала на помощь, плакала. Поездка Европы окончилась не столь уж печально, ибо после высадки на Крите она родила троих могучих и мудрых сыновей. Впоследствии ее именем был назван целый континент.

³¹ Палимпсест (гр. palimpseston — вновь соскобленная книга) — рукопись на пергаменте поверх смытого или соскобленного текста.

Похититель Юпитер происходил из довольно необычной семьи. Его отец, Сатурн, имел шестерых детей: пятерых старших он съел сразу же после их рождения, поэтому, когда появился шестой — Юпитер, мать спрятала его, подложив завернутый в пеленки камень, который отец проглотил. Когда Юпитер вырос, он заставил Сатурна отрыгнуть камень, а заодно и пятерых съеденных малюток: Плутона, Нептуна, Весту, Цереру и Юнону.

А Европу в это время Юпитер покинул, и она сошлась с Данаем, царем Египта, родила ему дочь по имени Амимона. Однажды Амимона пошла за водой для жителей Аргоса. Здесь ее увидел Нептун, воспылав к ней любовью и взял ее к себе. Он был старым, почти таким же, как был Юпитер, когда похитил ее мать.

Перечислим теперь значимые трансакции этой семейной саги, рассмотрев их как ряд стимулов и реакций.

1. Стимул: прекрасная дева грациозно собирает цветы. Реакция: влюбленный бог, брат ее дедушки, превращается в золотого быка.

2. Стимул: дева гладит быка, похлопывает его по голове. Реакция: бык целует ей руки и закатывает глаза.

3. Стимул: дева взбирается ему на спину. Реакция: бык похищает ее.

4. Стимул: она выражает ужас, плачет, но пытается добиться: кем является бык на самом деле? Реакция: бык привозит ее на остров Крит, и все оборачивается как нельзя лучше.

5. Стимул: отец поедает своих детей. Реакция: мать подсовывает ему камень. Реакция: спасенный сын заставляет отца вернуть съеденных детей и проглоченный камень.

6. Стимул: прекрасная дева идет за водой. Реакция: она попадает в историю со стариком.

Для сценарного аналитика самое интересное в этой серии мифических трансакций заключается в том, что, несмотря на бурные рыдания и протесты, Европа ни разу не сказала решительно: «Стоп!» или «Ну-ка, вези меня обратно!» Вместо этого она занялась разгадыванием личности похитителя. Выражая на словах протест, она действовала достаточно осторожно, чтобы не сорвать действие драмы. Она покорила ходу событий и стала интересоваться их окончанием. А ее рыдания имели тот двусмысленный характер, который мы назовем «игровым», или «сценарным». Фактически она играла в «Соблазни меня», что отлично укладывалось в предназначенный ей сценарий, согласно которому она становилась матерью трех сильных и смелых мужчин. Она проявила интерес к личности похитителя, не пыталась его обескуражить. Однако громкие протесты снимали с нее ответственность за то, что она будто бы с ним флиртвала.

Но обратимся к более знакомому сюжету, содержащему в основном те же самые трансакции, хотя и слегка в измененном виде. Мы имеем в виду сказку «Красная Шапочка». Эта сказка братьев Гримм, наверное, известна всем детям мира. Она привлекает их с малых лет и будит их воображение.

Красная Шапочка (КШ)

Жила-была милая маленькая девочка по имени Красная Шапочка (КШ). Однажды мать послала ее отнести бабушке пирожок и горшочек масла. Путь пролегал через лес, где она встретила соблазнителя — волка. Девочка показалась ему лакомым кусочком. Волк уговорил ее погулять в лесу, погреться на солнышке и собрать цветы для бабушки. Пока девочка развлекалась в лесу, волк отправился к бабушке и съел старую леди. Когда девочка наконец прибыла, волк, притворившись бабушкой, попросил ее прилечь рядом на кровать. Девочка вскоре усомнилась, что перед ней действительно старая леди. Тогда волк съел

Красную Шапочку, очевидно не прожевывая. Но потом пришел охотник и спас девочку, разрезав волку живот и заодно освободив бабушку. Затем Красная Шапочка помогла охотнику набить волчий живот камнями. Согласно другим версиям, девочка звала на помощь и охотник убил волка топором в тот момент, когда волк собирался съесть Красную Шапочку.

Перед нами опять разыгрывается сцена похищения. Могучее животное завлекает девочку обманным путем. Волк любит есть детей, но вместо девочки в его животе оказываются камни. С точки зрения «марсианина» эта история вызывает целый ряд интересных вопросов. Он принимает ее на веру целиком, вместе с говорящим волком, хотя с таковым никогда не сталкивался. Но, размышляя о случившемся, он гадает: «Что все это может означать?» и «Что представляют собой люди, с которыми это могло случиться?»

Реакция «марсианина»

Однажды мать послала Красную Шапочку отнести пирожок бабушке, которая жила за лесом. По дороге девочка встретила волка. Вопрос: какая мать пошлет маленькую девочку в путь через лес, где водятся волки? Почему она не отнесла еду сама или не пошла с дочерью? Если бабушка столь беспомощна, почему мать позволяет ей жить одной в отдаленной хижине? Но если уж девочке обязательно надо было идти, то почему мать не запретила ей останавливаться и заговаривать с волком? Из истории ясно, что Красная Шапочка не была предупреждена о возможной опасности. Ни одна настоящая мать не может быть в действительной жизни столь беспечной, поэтому создается впечатление, будто мать совсем не волновало, что произойдет с дочерью, или она решила от нее избавиться. В то же время едва ли найдется другая такая же бестолковая маленькая девочка. Как могла она, увидев волчьи глаза, уши, лапы и зубы, все еще думать, что перед ней ее бабушка? Почему она не бросилась бежать из дома? И кем же она была, если потом помогала набивать волчий живот камнями! В любом случае всякая добрая девочка после разговора с волком не стала бы собирать цветочки, а сообразила бы: «Он собирается съесть мою бабушку, надо скорее бежать за помощью».

Даже бабушка и охотник не свободны от подозрений. Если посмотреть на эту историю как на драму с участием реальных людей, причем увидеть каждого со своим собственным сценарием, то мы заметим, как аккуратно (с точки зрения марсианина) их личности сцеплены друг с другом.

1. Мать, видимо, стремится избавиться от дочери с помощью «несчастливого случая», чтобы в конце истории разразиться словами: «Ну разве это не ужасно! Нельзя даже пройти по лесу без того, чтобы какой-нибудь волк...».

2. Волк, вместо того чтобы питаться кроликами и прочей живностью, явно живет выше своих возможностей. Он мог бы знать, что плохо кончит и сам накличет на себя беду. Он, наверное, читал в юности Ницше (если может говорить и подвязывать чепец, почему бы ему его не читать?). Девиз волка: «Живи с опасностью и умри со славой».

3. Бабушка живет одна и держит дверь незапертой. Она, наверное, надеется на что-то интересное, чего не могло бы произойти, если бы она жила со своими родственниками. Может быть, поэтому она не хочет жить с ними или по соседству. Бабушка кажется достаточно молодой женщиной — ведь у нее совсем юная внучка. Так почему бы ей не искать приключений?

4. Охотник — очевидно, это тот спаситель, которому нравится наказывать побежденного соперника с помощью милой маленькой особы. Перед нами явно подростковый сценарий.

5. Красная Шапочка сообщает волку, где он может ее снова встретить, и даже залезает

к нему в постель. Она явно играет с волком. И эта игра заканчивается для нее удачно.

В этой сказке каждый герой стремится к действию почти любой ценой. Если брать результат таким, каков он есть на самом деле, то все в целом — интрига, в сети которой попался несчастный волк: его заставили вообразить себя ловкачом, способным одурачить кого угодно, используя девочку в качестве приманки. Тогда мораль сюжета, может быть, не в том, что маленьким девочкам надо держаться подальше от леса, где водятся волки, а в том, что волкам следует держаться подальше от девочек, которые выглядят наивно, и от их бабушек. Короче говоря: волку нельзя гулять в лесу одному. При этом возникает еще интересный вопрос: что делала мать, отправив дочь к бабушке на целый день?

Если читатель увидит в этом анализе цинизм, то советуем представить себе Красную Шапочку в действительной жизни. Решающий ответ заключается в вопросе: кем станет Красная Шапочка с такой матерью и с таким опытом в будущем, когда вырастет?

Сценарий Красной Шапочки

Многие психоаналитики, анализируя сказку о Красной Шапочке, большое внимание уделяют символическому значению камней, положенных в волчий живот. А транзакционные аналитики считают более важным изучение взаимодействий между героями сказки.

Керри пришла к психотерапевту на консультацию в возрасте тридцати лет. Она жаловалась на головные боли, депрессию, скуку, отсутствие удовлетворительного партнера. Как и большинство Красных Шапочек (КШ), с которыми сталкивался психотерапевт, она старалась всем помочь, но не прямо, а как-то косвенно. Однажды, войдя в помещение консультации, она сообщила: «На улице, около вашего дома, лежит больная собака. Позвоните в ветеринарную поликлинику!» — «А почему вы сами не позвоните?» — спросил психотерапевт. «Кто, я?» — был ответ женщины. Сама она никого никогда не спасла, но всегда знала, где найти спасителя. Это типично для КШ. Психотерапевт как-то спросил ее: «Не приходилось ли вам работать в учреждении, где кого-то из сотрудников регулярно посылали покупать бутерброды к совместному чаепитию? И кто обычно ходил?» — «Конечно, я», — был ответ.

Сценарная часть жизненной истории Керри такова. В возрасте от шести до восьми лет мать обычно посылала дочь к своим родителям с разными поручениями или просто поиграть. Иногда бабушка отсутствовала, тогда внучка играла с дедушкой, который в основном старался забраться к ней под платье. Матери она об этом не говорила, так как понимала, что мать этому не поверит и обвинит ее во лжи.

Теперь вокруг Керри много мужчин, большинство из которых для нее — «мальчишки», «щенки». Некоторые пытаются за ней ухаживать, но она рвет отношения после двух или трех встреч. Каждый раз, повествуя психотерапевту об очередном разрыве, на его вопрос: «Почему это произошло?» она отвечает: «Ха! Потому что он щенок!» Так она и живет, отпугивая всех «щенков», прозябая в тоскливом, подавленном состоянии. Отношения с дедушкой были самым волнующим событием в ее жизни. Видимо, она намерена провести остаток своей жизни в ожидании нового «дедушки».

Такой была жизнь КШ (Керри) после того, как сказка закончилась. Впечатления от «волка» (дедушки) — это самое интересное из всего, что с ней происходило. Во взрослом состоянии она также «бродит по лесу» и «носит пирожки», надеясь встретить нового «волка». Но попадают лишь «щенки», которых она с пренебрежением отвергает.

Характеристика реальной КШ такова:

1. Мать обычно посылает дочь с поручениями.

2. Девочка не любит помогать людям сама, но пытается организовывать помощь и всегда ищет поводы для этого.

3. Когда она выросла и стала работать, именно ее выбирают из всех сотрудниц для различных поручений. Она всегда либо спешит, либо рассеянно бродит, совсем как маленькая девочка. Она не умеет ходить с достоинством.

4. Она все ждет чего-то подлинно волнующего, а пока что мучается от скуки, поскольку попадают лишь «щенки», на которых она привыкла смотреть свысока.

5. Ей нравится «наполнять волчьи животы камнями» или каким-нибудь их подобием из повседневной жизни.

6. Неясно только одно: является ли для нее мужчина-психотерапевт спасителем или он — просто приятный несексуальный «дедушка», в присутствии которого она ощущает покой и легкую ностальгию по былым ощущениям?

7. Она смеется и соглашается, когда психотерапевт говорит, будто она напоминает ему КШ.

8. Следует отметить, что сценарии матери Красной Шапочки, бабушки по материнской линии и бабушки по материнской линии должны быть дополнительными, для того чтобы эпизоды сказки повторялись неоднократно. Счастливый ее конец также подозрителен, так как в реальной жизни все происходит иначе. Надо иметь в виду, что волшебные сказки обычно рассказывают добронамеренные родители, поэтому счастливый конец навязывается благожелательным, но лживым Родительским состоянием Я. Сказки, сочиненные самими детьми, чаще всего более реалистичны и совсем необязательно хорошо заканчиваются. Наоборот, финал этих сказок бывает ужасным.

В ожидании Rigor mortis

Одну из целей сценарного анализа мы видим в соотнесении жизненного плана пациента с грандиозной историей развития человеческой психологии с самых пещерных времен вплоть до наших дней. Некоторые ученые, освещая принципы сценарного анализа, считают, что Фрейд, Юнг и их последователи показали: логика и деяния героев мифов живы и по сей день... Они утверждают, что мифический герой достиг всемирно-исторического триумфа, тогда как герои волшебных сказок побеждают в обычных домашних спорах. А нам бы хотелось добавить:

пациент является пациентом потому, что он — реальный человек. Поэтому он и идет к психотерапевту, роль которого — Мудрый Волшебник из мифов и сказок, чей совет помогает «герою» пережить ловушки и удары неумолимой судьбы. Так, на наш взгляд, воспринимает это Ребенок в пациенте, и неважно, как излагает проблему его Взрослый.

Совершенно очевидно, что дети во все времена сталкивались и сталкиваются с одними и теми же проблемами, используя для их решения примерно одни и те же средства. Человек, пытаясь дойти до сути, нередко видит, что жизнь-то оказывается чем-то вроде старого вина, но в новых мехах. Так, например, скорлупа кокоса уступила путь бурдюку из козьей шкуры, бурдюк глине, а глина стеклу, однако виноградные гроздья почти не изменились. Поэтому психотерапевту трудно бывает обнаружить изменения в каком-то обычном сюжете или выявить новизну жизненных приключений пациента. Некоторые элементы его сценария можно с определенной уверенностью предсказать и даже изменить путь его развития, прежде чем человек столкнется с бедой или катастрофой. Это мы называем превентивной психиатрией, когда «имеет место прогресс». Более того, психотерапия в состоянии помочь внести в сценарий изменения или вовсе его отбросить — «достигнуть выздоровления».

Мы исходим из необходимости искать именно тот миф или ту волшебную сказку, которым следует пациент. И чем более мы к ним приближаемся, тем лучше для пациента.

Отсутствие такого «исторического» основания обычно бывает чревато ошибками. Простой эпизод из жизни пациента или его любимая игра могут быть приняты за весь сценарий. Соотнесение жизненного плана пациента или жизненного плана его Ребенка с целостностью сюжета, апеллирующего к универсальным изначальным пластам человеческого сознания, дает психотерапевту по меньшей мере основание для анализа, а в лучшем случае — указывает на необходимые действия, чтобы предотвратить или смягчить печальный финал.

Сценарий: в ожидании Rigor mortis

Волшебная сказка может открыть элементы сценария, без которых трудно докопаться до сути, например «сценарной иллюзии». Трансакционный аналитик чаще всего полагает, что некоторые психиатрические симптомы возникают из определенной формы самообмана. Именно поэтому пациента можно вылечить, исходя из того, что его проблемы имеют своим источником фантастические идеи.

В сценарии, известном под названием «Фригидная женщина» или «В ожидании Rigor mortis», мать убеждает девочку, что мужчины — это животные, но долг супруги — удовлетворять их животную страсть. Если мать заходит достаточно далеко, девочка может даже вообразить, что умрет в случае оргазма. Обыкновенно такая женщина — большой сноб, она предлагает выход, или «антисценарий», способный «снять» проклятие. Секс будет дозволителен, если мужем дочери станет очень важная персона, какой-нибудь Принц с Золотыми Яблоками. Если же это не удастся, мать обычно внушает дочери: «Все опасности останутся позади по достижении менопаузы, когда ты уже ничего не будешь чувствовать в смысле секса».

Здесь налицо три иллюзии: оргатанатос, или фатальный оргазм; Принц с Золотыми Яблоками; благословенное освобождение или очищающая менопауза. Но из них ни одна не является настоящей сценарной иллюзией. Девочка проверяет оргатанатос мастурбацией и понимает, что это не смертельно. Принц с Золотыми Яблоками не иллюзия, ибо как раз возможно, что такой человек найдется. Можно ведь выиграть пари или получить четыре туза в покере — такое маловероятно, но не мифично: это случается. А благословенное освобождение — это не то, чего на самом деле хочет ее Ребенок. Чтобы найти сценарную иллюзию, нужна волшебная сказка.

История Спящей Красавицы

Рассерженная волшебница сказала, что девушка уколет палец вязальной спицей и упадет замертво. Другая предсказала: «Она будет спать сто лет». Когда ей минуло пятнадцать, она уколола палец и мгновенно уснула. В это же мгновение уснули все, кто был в замке. В течение столетия многие принцы пытались пробиться к замку, но ни один из них не преуспел. Наконец, когда настало время, прибыл принц, которому было суждено достичь цели. От его поцелуя принцесса проснулась. Они полюбили друг друга. В это же время очнулись все в замке. Они находились в тех же самых местах и тех же позах, когда заснули, как будто ничего не произошло и не минуло столетия. Сама принцесса так и осталась пятнадцатилетней, а не стала стопятнадцатилетней. Она вышла за принца замуж, и по одной версии они зажили счастливо, по другой — это было только началом их несчастий. Мифология полна волшебными снами. Наверное, самый известный — это сон Брунгильды, спавшей на вершине горы, окруженной огнем, который под силу было преодолеть только герою, каковым и оказался Зигфрид.

События, описанные в истории Спящей Красавицы, безусловно с некоторыми поправками, могут происходить. Девушки укалывают пальчики и падают в обморок, а в сон

они погружаются в своих «башнях». Точно так же «принцы» бродят в поисках заколдованных красавиц. Единственное, чего не может быть в жизни,— чтобы никто не постарел и не изменился по истечении многих лет. Это и есть настоящая иллюзия. Именно та иллюзия, на которой строится сценарий, в основе которого лежит появление принца. Девушке все еще будет казаться, что ей пятнадцать, а не тридцать, сорок или пятьдесят лет и будто вся жизнь еще впереди. Такова иллюзия задержанной юности, скромная дочь иллюзии бессмертия. В реальной жизни такую девушку почти невозможно убедить в том, что «принцы» — это уже не те молодые люди, о которых она мечтала, так как они уже достигли ее возраста и стали «королями», что для нее менее интересно. Это самая грустная часть работы сценарного аналитика: разрушать иллюзию, сообщать Ребенку пациента, что Санта Клауса в жизни не существует. Пациенту и аналитику гораздо легче работать, если у пациента есть любимый сказочный сюжет, от которого можно оттолкнуться.

Одна из практических проблем подобных сценариев состоит в том, что, найдя Принца, Спящая Красавица может ощущать рядом с ним свою социальную неполноценность, поэтому она порой начинает выискивать недостатки и разыгрывать «опозоренную», чтобы низвести его до своего уровня. В результате он начинает желать только одного: чтобы она ушла назад в свой «замок» и вновь «заснула». Если же Спящая Красавица соглашается на меньшее, не на принца, а на Макинтоша из зеленой лавки, то она будет чувствовать себя обманутой, станет вымещать на нем зло. Но в то же время она не будет терять из виду других мужчин: а вдруг появится тот самый, долгожданный Принц. Описанный сценарий очень важен, потому что множество людей на всем земном шаре тем или иным образом проводят свою жизнь в ожидании *Rigor mortis*.

Семейная драма

Хорошим способом, раскрывающим основную интригу и главные линии сценария пациента, мы считаем возможность предложить ему вопрос: если вашу семейную жизнь представить на сцене, какая могла бы получиться пьеса? Прототипам некоторых семейных драм нередко считают пьесы древнегреческого драматурга Софокла об Эдипе и Электре. Сценарный аналитик должен знать, что драма Эдипа или Электры может выражаться в замаскированных сексуальных переживаниях матери, связанных с сыном, и во влечении отца к дочери. Внимательное изучение подобных ситуаций почти всегда открывает довольно явные транзакции, свидетельствующие о том, что эти влечения и чувства могут реально существовать, хотя родители обычно стараются их скрыть за своего рода «шумовой завесой». Смущенный родитель маскирует половое влечение Ребенка в нем к его собственному отпрыску, становясь на Родительскую позицию шумных указаний и поучений. Но в определенных обстоятельствах подлинные чувства пробиваются наружу, несмотря на попытки скрыть их. Обычно самыми счастливыми родителями бывают те, кто открыто восхищается привлекательностью своих детей.

Трагедии Эдипа и Электры в реальной жизни возможны в разных вариантах. Когда дети становятся взрослыми, то вполне вероятны случаи, что мать вступает в интимную связь с приятелем сына или отец с подругой дочери. Иная, более «игровая» версия — это когда мать находится в интимных отношениях с приятелем дочери, а отец — с подругой сына. Любое отклонение от нормальных ролей Эдипа и Электры должно заинтересовать психотерапевта, так как в этом сценарии обычно заложены основные жизненные проблемы, несомненно воздействующие на весь жизненный путь личности.

Судьба человека

Мы считаем сценарием то, что человек еще в детстве планирует совершить в будущем. А жизненный путь — это то, что происходит в действительности. Жизненный путь в какой-то степени предопределен генетически, а также положением, которое создают родители, и различными внешними обстоятельствами. Болезни, несчастные случаи, война могут сорвать даже самый тщательный, всесторонне обоснованный жизненный план. То же может случиться, если «герой» вдруг войдет в сценарий какого-нибудь незнакомца, например, хулигана, убийцы, автолихача. Комбинация подобных факторов может закрыть путь для реализации определенной линии и даже предопределить трагичность жизненного пути.

Существует множество сил, влияющих на человеческую судьбу: родительское программирование, поддерживаемое внутренним «голосом», который древние звали «демоном»; конструктивное родительское программирование, подталкиваемое течением жизни, с давних времен именуемой *physis* (природа); внешние силы, все еще называемые судьбой; свободные устремления, которым древние не дали человеческого имени, поскольку они были привилегией богов и королей. Продуктом действия этих сил и оказываются различные типы жизненного пути, которые могут смешиваться и вести к одному или другому типу судьбы: сценарному, несценарному, насильственному или независимому.

Мысль о том, что человеческая жизнь порой следует образцам, которые мы находим в мифах, легендах и волшебных сказках, основана на идеях Юнга и Фрейда.

Фрейд соотносил многие аспекты человеческого существования с драмой Эдипова мифа. С точки зрения психотерапевта, можно представить пациента Эдипом, что должно проявиться в его реакциях. «Эдип* — это нечто происходящее в голове пациента. В сценарном же анализе Эдип — это драма, реально развертывающаяся в действительности, разделенная на сцены и акты, с экспозицией, кульминацией и финалом. Очень важно, чтобы пациент видел, как окружающие его люди играют свои роли. Ведь он знает, о чем следует говорить с людьми, чьи сценарии пересекаются или стыкуются с его собственными.

Некоторые ученые — последователи Фрейда считают, что «Эдип» — это драма, а не просто разбор реакций, другие психологи придерживаются мнения о том, что самые важные мифы и волшебные сказки происходят из одного фундаментального сюжета, который реализуется в фантазиях или в действительной жизни многих людей всего мира. Самые ранние сценарные психоаналитики были в Древней Индии. Они строили свои предсказания в основном на астрологических идеях. Об этом любопытно говорится в «Панчатантре»³².

ВЛИЯНИЕ ПРЕДКОВ

Задолго до рождения

Истоки многих жизненных сценариев можно проследить, исследуя жизнь прародителей тех семей, у которых прослеживается в письменном виде вся история их предков наподобие того, как это делается у королей. Тогда можно заглянуть в глубь времен и посмотреть, насколько дедушки и бабушки, живые или покойные, воздействуют на жизнь своих внуков. (Вспомним старинную поговорку: «Яблоко от яблони недалеко падает».) Известно, что многие дети в раннем возрасте обязательно хотят быть похожими на своих

³² «Панчатантра» — памятник санскритской повествовательной литературы (около III—IV вв.), объединяющий книги, басни, сказки, притчи и новеллы нравоучительного характера.

родителей. Это желание оказывает воздействие на их жизненные сценарии, но нередко вносит трудности во взаимоотношения между родителями ребенка. Так, например, американские матери чаще всего побуждают своих детей брать пример с дедушки, а не с отца.

Очень полезный вопрос, который психотерапевт может задать пациенту в отношении его прародителей: «Знаете ли вы, как жили ваши прадедушка и прабабушка?» Если человек знает историю своей семьи, то его ответы в основном можно разбить на четыре самые распространенные формы.

1. Гордость за предков. Пациент констатирует факт:

«Мои предки были ирландскими королями» или «Мой прапра-прадедушка был главным раввином в Люблине». Ясно, что этот человек запрограммирован идти по стопам своих предков, то есть желает стать выдающейся личностью. Если свой ответ он произносит торжественно и церемонно, то скорее всего этот человек неудачник, который использует информацию о своих предках для оправдания собственного существования, поскольку ему самому не дано отличиться.

Если же ответ звучит так: «Мать мне всегда говорила, что мои предки были ирландскими королями, ха-ха» или «Мать мне говорила, что мой прапрапрадедушка был главным раввином, ха-ха», — то за этой интонацией почти всегда скрывается некоторое неблагополучие. Человеку «позволено» подражать своим исключительным предкам, если у него есть что-то от неудачника. Тогда этот ответ может означать: «Я такой же пьяница, как ирландский король, этим я на него и похож, ха-ха» или «Я так же беден, как главный раввин, тем и похож на него, ха-ха». В подобных случаях раннее программирование состояло в следующем: «Ты приходишь от главного раввина, а все раввины были бедными». Это может быть равноценно указанию: «Будь таким, как твой знаменитый предок, или не ищи богатства, как не искал его твой предок». Во всех подобных случаях предок обычно трактуется как семейный героический образец из прошлого, которому можно подражать, но который нельзя превзойти.

2. Идеализация. Она может быть романтической или парадоксальной. Так, преуспевающий в жизни человек может сказать: «Моя бабушка была прекрасной хозяйкой» или «Мой дедушка дожил до девяноста восьми лет, сохранил все зубы и не имел ни одного седого волоска». Это ясно показывает: говорящий хочет повторить судьбу своих прародителей и исходит из нее в своем сценарии. Неудачники обычно прибегают к парадоксальной идеализации: «Моя бабушка была строгой практичной женщиной, но в старости она сильно сдала». Здесь явно предполагается: хотя она и сдала, но была все же самой бодрой старушкой в доме престарелых. Скорее всего в этом же состоит и сценарий внуки: стать среди других старых людей самой бодрой старушкой. Модель, к сожалению, столь распространенная, что состязание за право быть «самой бодрой старушкой» может стать весьма острым, волнующим, но, как правило, разочаровывающим.

3. Соперничество. Ответ: «Дедушка всю жизнь своей личностью подавлял бабушку» или «Дедушка был такой бесхарактерный, любой человек делал с ним все, что хотел». Подобные ответы часто представляют собой невротическую реакцию, которую психотерапевты интерпретируют как выражение желания Ребенка быть сильнее своих родителей.

Ответ: «Дедушка — единственный человек, который может возражать моей матери. Я хотел бы быть таким же, как он» или «Если бы я был отцом моего отца, то не боялся бы показать ему свою силу». Описания истории невротиков свидетельствуют о сценарной природе подобных установок, когда ребенок в своих мечтах может представлять себя «принцем» воображаемого «королевства», «королем» которого является его отец. При этом может

присутствовать отец «короля», причем более могущественный, чем сам «король». Иногда ребенок, наказанный матерью, может сказать: «Вот я женюсь на бабушке!» В этом высказывании проявляется его тайное (но не бессознательное) планирование своего сценария, в основе которого была волшебная сказка (становясь собственным дедушкой, он как бы обретал власть над своими родителями).

4. Личный опыт. Мы говорим о действительных транзакциях между детьми и их прародителями, оказывающих сильное влияние на формирование сценария ребенка. Бабушка может вдохновить мальчика на героические дела, с другой стороны, дедушка может плохо повлиять на внука-школьницу, которая в будущем превратится в Красную Шапочку.

В целом, как показывают мифология и практическая деятельность, к прародителям относятся с благоговением или ужасом, тогда как родители вызывают восхищение или страх. Изначальные чувства благоговения и ужаса оказывают влияние на общую картину мира в представлении ребенка на ранних стадиях формирования его сценария.

Возникновение новой жизни

Ситуация зачатия человека может сильно влиять на его будущую судьбу. Она начинает складываться уже тогда, когда его родители вступают в брак. Иногда молодая пара, в женитьбе которой были заинтересованы семьи с обеих сторон, мечтает родить сына, чтобы иметь наследника. Сын в этом случае воспитывается в соответствии с жизненной установкой, усваивая все, что должен знать и уметь наследник большого богатства. Сценарий, по существу, вручается ему в готовом виде. Если же в таких случаях первым ребенком оказывается девочка, а не мальчик, то ее могут ждать жизненные трудности. Подобное часто случается с перворожденными дочерьми банкиров. К воспитанию этих девочек родители могут относиться безразлично. Иногда супруг способен даже развестись со своей женой, если она после первой дочери не родит мальчика. При этом девочка, прислушиваясь к ссорам родителей, ощущает смутное чувство своей вины из-за того, что она не родилась мальчиком.

В жизни бывает так, что в планы мужчины вовсе не входит вопрос о женитьбе на женщине, которая ждет от него ребенка. Тогда будущий папаша чаще всего навсегда исчезает «со сцены». А юному «герою» суждено в этом случае следовать своим собственным путем почти с самого дня своего рождения. Бывает, что и мать отказывается от ребенка. Но иногда мать оставляет при себе даже нежеланного ребенка, потому что его рождение освобождает ее от бездетного налога. Позже, уже в подростковом возрасте, сын (дочь) может узнать о ситуации, сложившейся во время его появления на свет. Тогда на вопрос о его семейном положении он вполне серьезно (возможно, и с иронией) может ответить: «Я — денежное пособие для своей матери-одиночки».

Когда у супругов долгое время нет желанного ребенка, то родительская страсть может привести их к определенному состоянию, которое описывается во многих волшебных сказках, таких, например, как «Мальчик-с-пальчик». Это пример тому, что реальная жизнь бывает похожа на волшебный сюжет. Одновременно возникают другие интересные сценарные проблемы, охватывающие всю гамму романтики и трагизма. Например, что было бы если бы шекспировский Ромео стал отцом или Офелия родила бы ребенка? Что бы стало с их детьми? Вспомним миф о Мееде, погубившей своих детей. Это наиболее известный пример, в котором дети становятся жертвой родительских сценариев. В современном мире маленькие мальчики и девочки, которые продаются родителями чужим людям, также становятся такими жертвами.

Непосредственная ситуация зачатия может быть названа зачаточной установкой, причем, необходимо отметить: независимо от того, была ли ситуация результатом случайности, страсти, любви, насилия, обмана, хитрости или равнодушия. Следует

анализировать любой из этих вариантов, чтобы выяснить, каковы были обстоятельства и как подготавливалось это событие. Планировалось ли оно? Если планировалось, то как: хладнокровно и педантично, с темпераментом, разговорами и обсуждениями или в молчаливом страстном согласии? В жизненном сценарии будущего ребенка могут отразиться все эти качества. Возможно, его родители считали секс занятием бездельников или пошлостью, а может быть, священнодействием или развлечением? Отношение родителей к интимной жизни может быть перенесено и на их ребенка. А если мать пыталась избавиться от плода? Может быть, даже несколько раз? Делались ли аборт или попытки аборта во время предыдущих беременностей? Здесь можно задать бесконечное число вопросов различной степени деликатности. Однако надо учитывать, что все эти факты могут воздействовать на сценарий даже еще не рожденного ребенка.

Очередность рождений

Самый важный фактор здесь — сценарий родителей. Пришелся ли ребенок, как говорят, ко двору? Возможно, малыш родился не того пола или появился на свет не вовремя? Может быть, по сценарию отца ему предназначалось быть ученым, а он вдруг стал футболистом? Совпадал ли материнский сценарий со сценарием отца или у них были противоречия? Играют свою роль и традиции, почерпнутые из волшебных сказок или из реальной жизни.

Например, согласно сценариям многих многодетных родителей, одному из детей суждено прославить их, а другому отводится роль неудачника, который может их опозорить. Если матери суждено под конец жизни стать одинокой и беспомощной, то один из детей, будто с самого рождения воспитанный для этого, обычно остается ухаживать за ней, тогда как остальные дети уходят из дома и усваивают роль неблагодарных. Когда сорокалетний холостой сын или дочь — старая дева решается нарушить сценарий, например переехать в другое место или (еще хуже) выйти замуж, то реакцией матери чаще всего оказывается резкое обострение болезни, вполне понятное в ее возрасте и достойное сожаления. Сценарная природа подобных ситуаций нередко обнаруживается тогда, когда мать «неожиданно» завещает большую часть денег неблагодарным детям, оставляя жалкие гроши преданному сыну или любящей дочери.

Общее правило состоит, на наш взгляд, в том, что дети в своих семейных отношениях чаще всего в будущем воспроизводят родительские сценарии. Лучше всего это можно продемонстрировать на простейших примерах, а именно на количественном и порядковом расположении детей в семье. Пол ребенка лучше не учитывать, так как его еще не научились регулировать. Наверное, это к счастью, ибо остается, пожалуй, единственная возможность нарушать повторение сценариев от поколения к поколению, благодаря чему хотя бы некоторые дети могут начинать все сначала. Тщательное исследование нескольких семей обнаруживает удивительно много «совпадений» в этой области.

На схеме 5 изображено сценарное фамильное дерево. В семействе Эйбл было трое мальчиков: Кэл; Хэл и Вэл. Когда родился Вэл, Хэлу было четыре года, а Кэлу — шесть лет, так что их порядок — 0—4—6. Их отец Дон был старшим из трех детей с расположением 0—5—7. Их мать Фэн была старшей из трех девочек с расположением 0—4—5. У ее сестер Нэн и Пэн также было по трое детей. Мать Фэн Гренни была старшей из двух девочек с расположением 0—6, с выкидышем в промежутке. Видно, что промежуток между рожденьями всех этих троиц располагается в пределах от пяти до семи лет. Такого рода фамильное дерево показывает, что при планировании семьи, когда это касается ее численности и расположения в ней детей,

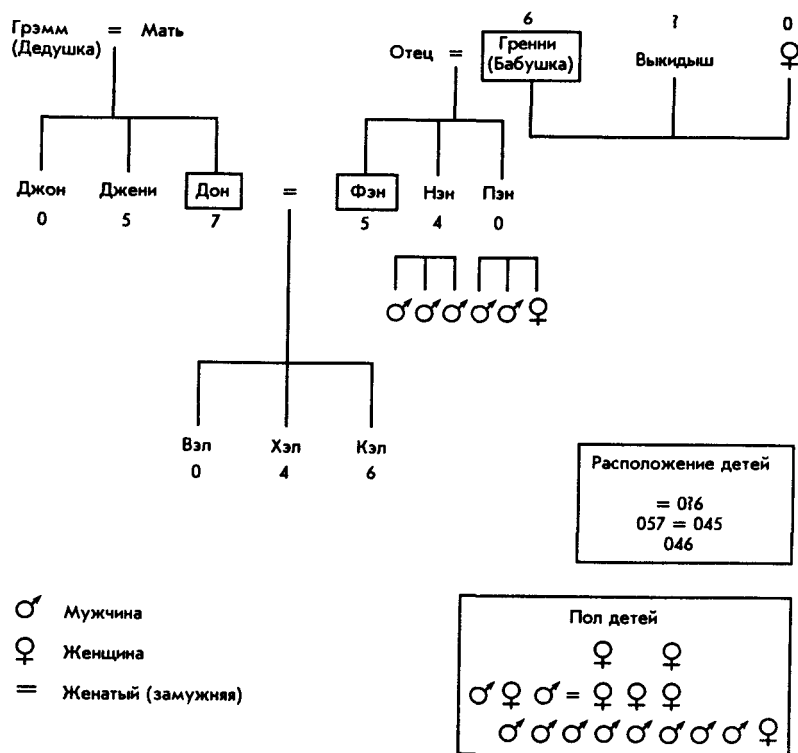


Схема 5. Сценарное фамильное дерево семейства Эйбл люди часто следуют примеру своих родителей. Рассмотрим, какие «сценарные указания» могли бы быть даны Грэммом и Гренни Дону и Фэн.

А. «Когда вступишь в брак, роди троих детей. Потом ты будешь свободной в своих действиях». Это самый гибкий сценарий, не требующий спешки и принуждения, к тому же ни в чем не имеющий ограничений. Страх «сценарного срыва» и отсутствие материнской любви могут угрожать тогда, когда Фэн нарушит сценарий, то есть вовремя не произведет на свет запланированных трех отпрысков. Но заметьте: Фэн не свободна, *пока* не родит третьего ребенка. Этот сценарий мы называем «Пока».

В. «Когда выйдешь замуж, роди по крайней мере троих детей». Здесь также нет ограничения, но может ощущаться некоторая спешка, особенно если Грэмм и Гренни будут отпускать шуточки по поводу плодовитости Дона и Фэн.
С. «Когда вступишь в брак, имей не больше троих детей». Здесь спешить некуда, но вводится ограничение, так что Дон и Фэн могут опасаться новых беременностей после третьего ребенка. Это сценарий «После», так как предполагаются неприятности в случае рождения (*после* третьего) новых детей.

Теперь посмотрим, как могла бы рассуждать Фэн в свете каждого из этих указаний, если бы родила четвертого ребенка (предположим, Педвара). В свете А: «Первые трое — бабушкины и пусть воспитываются по ее методу». Педвар же — собственный ребенок Фэн, она может растить его так же, как Кэла, Вэла и Хэла, а возможно, и иначе. У этого ребенка она может воспитать самостоятельность, и, может быть, он вырастет более свободным и независимым, чем остальные дети.

Однако Фэн может обращаться с ним, как когда-то с куклой. Это была ее собственная, особенная кукла, которую она нянчила так, как ей хотелось. А с другими куклами она обращалась так, как ее учила мать (Гренни). Иными словами, та любимая кукла ее детства как бы подготовила специальный сценарий для четвертого ребенка — Педвара. Эти сценарии Фэн может использовать, выполнив свой долг перед Гренни. В случае В все будет похоже на А, с тем лишь исключением, что Гренни будет иметь на Педвара большее влияние, чем в случае А, поскольку он будет рассматриваться как дополнительная возможность, которую

предоставила Гренни, а не как результат свободного выбора. В свете С Педвар — уже неприятность, поскольку, родив его, Фэн нарушила указание Гренни. Поэтому к нему будут относиться как к нежеланному ребенку: неприветливо, нервно или безразлично. В этом случае, если принцип наших рассуждений верен, окружающие будут постоянно замечать, что он отличается от трех своих старших братьев в худшую сторону.

Далее рассмотрим игры, в которые играют родители, определяя численный состав своей семьи. Например, в одной семье девушка Дженни была старшим ребенком из одиннадцати детей. Нэнни, ее мать, частенько жаловалась, что последних пятерых детей ей рожать не хотелось. Казалось, следовало бы предполагать, будто Дженни «запрограммируется» на рождение шестерых детей. Но это предположение оказалось неверным. Она родила одиннадцать детей, и, конечно, постоянно жаловалась на то, что последние пятеро детей появились вопреки ее желанию. Таким образом, она получила возможность в зрелом возрасте разыгрывать игры: «И вот опять...», «Поспешила», «Фригидную женщину», то есть точь-в-точь, как это делала ее мать. Этот пример можно использовать в качестве теста на психологическую грамотность. Например, на вопрос:

«Если у женщины одиннадцать детей и она постоянно говорит, что пятеро последних не были для нее желанными, то сколько детей скорее всего будет иметь ее старшая дочь?» сценарный аналитик в этом случае должен ответить: «Одиннадцать». Тот, кто скажет «шесть», по нашему мнению, затрудняется в понимании и прогнозировании человеческих реакций, ибо полагает, что важные решения, так же, как и тривиальные, должны быть «рационально» мотивированы. А они обычно определяются родительскими указаниями сценария.

Исследуя эту проблему, психотерапевт обычно спрашивает родителей пациента: во-первых, сколько братьев и сестер у каждого из них; во-вторых, сколько детей они хотят иметь; в-третьих, сколько детей, как они полагают, будет у них на самом деле. Если родители понимают, как правильно дифференцировать состояния Я, то еще больше информации можно получить, сформулировав второй и третий вопросы в структурной форме: «Сколько детей хочет (полагает, что это будет на самом деле) иметь ваш Родитель, Взрослый и Ребенок?» Это может помочь выявить конфликты между тремя состояниями Я ребенка и между его двумя реальными родителями — конфликты, имеющие важное значение для сценарных указаний, даваемых пациенту.

По отношению к самому пациенту самый выгодный вопрос — поскольку на него пациент скорее всего знает, что ответить, состоит в следующем: «Какова ваша позиция в семье?» Затем должен следовать вопрос: «Когда вы родились?» Считаем необходимым выяснить точную дату рождения следующего младшего и следующего старшего братьев, чтобы, если разница невелика, высчитать ее с точностью до месяца. Если пациент явился в мир, в котором уже были его сестра и брат, то его сценарные решения будут различными в зависимости от того, насколько старше был предыдущий ребенок. Различия будут определяться не только его отношением к старшему, но и отношением родителей к этому расположению детей. Те же самые соображения применимы и к следующему по порядку рождения ребенку: важен точный возраст пациента в тот момент, когда на свет появился следующий ребенок. Вообще все братья и сестры, рожденные до того, как пациенту исполнилось семь лет, оказывают решающее влияние на его сценарий. Один из важных факторов при этом — число месяцев, их разделяющих, ибо это воздействует не только на его установку, но и на установку его родителей. Заметные вариации происходят тогда, когда отвечающий на вопросы является одним из близнецов или в семье есть близнецы, родившиеся до или после него.

Родовой сценарий

Некоторые психологи считают, что травмы, различные обстоятельства, сложившиеся во время рождения, запечатлеваются в душе ребенка и в дальнейшей жизни могут воспроизводиться в символической форме, особенно в виде стремления вернуться в блаженный мир материнского лона. Если бы это было так, то желания и страхи, рождающиеся в моменты опасности, оказались бы важными элементами сценария. Может быть, это так и есть, но достоверно доказать это невозможно, даже если сравнивать роды с помощью кесарева сечения с нормальным рождением ребенка. Мы считаем проблему влияния различных родовых травм на жизненный сценарий человека чистой спекуляцией. Весьма возможно, что ребенок, которому в будущем сообщат, что он родился с помощью кесарева сечения, сможет понять суть этой операции и использовать ее каким-то образом в своем сценарии, развивая эту тему в различных вариантах. Однако определенно высказаться по этой проблеме можно только после анализа надежных фактических свидетельств.

На практике встречаются наиболее часто два самых распространенных родовых сценария: «Происхождение» и «Искалеченная Мать». Сценарий «Происхождение» возникает в основном из фантазий чаще всего приемного, но, бывает, и родного ребенка относительно его «настоящих» родителей и выливается в нечто, напоминающее рождение какого-то мифического героя. Сценарий «Искалеченной Матери» также встречается довольно часто и, как показывает опыт, с равной частотой у людей обоего пола. Основу этого сценария обычно закладывает мать, сообщая ребенку, что после его рождения она чувствует себя нездоровой. Встречаются и более жестокие формы сообщений, например: «Рождение ребенка так изуродовало мать, что ей уже никогда не быть такой, какой она была до его появления на свет». Реакция и сценарий ребенка в таком случае обычно основываются на его наблюдениях. Если мать действительно все это время тяжело болела или стала инвалидом, то он чувствует необходимость взять на себя за это полную ответственность, и никакие рассуждения Взрослого не убедят его Ребенка в том, что вины-то никакой здесь нет. Если же ребенок не замечает серьезных заболеваний матери, особенно тогда, когда кто-нибудь в семье, например отец, говорит или намекает, что ее болезни — уловка, то сценарий отягощается двусмысленностью, притворством и лицемерием. Иногда мать сама не выдвигает мысль о своих болезнях после родов, оставляя эту роль отцу, бабушке или тетке. Возникающий сценарий оказывается трехсторонним с регулярным поступлением информации (обычно это «плохие новости») от третьей стороны. Если сценарий «Происхождение» выливается в миф о рождении героя, то сценарий «Искалеченной Матери» — это миф о рождении злодея, с детских лет отягощенного «чудовищным преступлением матереубийства». Слова: «Моя мать умерла, когда рожала меня» настолько трагичны и тяжелы, что человеку, произнесшему их, необходимы добрая помощь и участие. Если мать пострадала при родах, то об этом лучше никогда не говорить.

Имена и фамилии

В книге «Не называйте так младенца», изданной в США, перечисляется ряд распространенных американских имен и дается краткое описание соответствующего имени для определенного типа личности. Подобные описания представляют огромный интерес для сценарного аналитика. Полное имя, сокращенное или ласкательное, каким наградили или нагрузили невинного младенца его родители, нередко демонстрирует их желание видеть своего младенца таким, каким они хотят его видеть в будущем. В качестве сценарных индикаторов имена выявляются чаще всего в средней школе, где мальчик или девочка, изучая историю и мифологию, знакомятся со своими знаменитыми тезками или когда приятели

сообщают им, возможно даже со злорадством, скрытые значения их имен. Родители должны думать об этом, когда дают имя своему малышу, должны уметь предвидеть все последствия легкомысленно выбранного имени.

Имена могут приобретать сценарное значение с помощью четырех способов: целенаправленно, по несчастью, из-за небрежности или легкомыслия и по неизбежности.

1. *Целенаправленно.* Имена могут быть специализированными, например Гален¹ («Наш сын будет врачом»), или могут представлять собой вариант распространенного имени, например Чарльз или Фредерик (имена королей и императоров). Мальчик, которого мать упорно именует Чарльзом или Фредериком и который сам настаивает, чтобы его так называли все сверстники, чувствует себя совсем иначе, значительно увереннее, чем ребенок с кличкой Чак или Фред. Когда мальчику дают имя по отцу или девочке — по матери, то это также чаще всего является целенаправленным актом со стороны родителей, который налагает на ребенка определенные обязательства.

2. *По несчастью.* Иногда, присваивая красиво звучащие имена, родители вовсе не думают о будущем своих детей. Мальчик тогда получает имя Мармадюк, а девочка — Травиата или Аспазия. Они, конечно, могут беззаботно прожить в своей местности и спокойно ходить в свою школу. Но, если родители решат изменить место жительства, они должны задуматься над своими именами и выработать по отношению к ним стойкую позицию.

3. *Из-за небрежности или легкомыслия.* Ласковые прозвища детям, такие, как Баб, Сие, Малыш, даются не для того, чтобы пристать к человеку навсегда. Но очень часто эти имена остаются таковыми на всю жизнь, независимо от желания человека.

4. *Из-за неизбежности.* Фамилии — совсем другое дело, так как родители в этом вопросе не имеют свободы выбора, а получают их от прародителей и передают своим детям. Некоторые достойные европейские имена и фамилии по-английски звучат порой неприлично. В подобных случаях человек ощущает нечто вроде проклятия предков, из-за которых ему со дня рождения суждено быть неудачником.

РАЗВИТИЕ В ДЕТСКИЕ ГОДЫ

Влияния в раннем возрасте

Первоначальное сценарное программирование начинается в период кормления младенца и происходит в виде кратких «протоколов», которые позже «перерабатываются» в сложные транзакции. Обычно это двусторонние сцены, в которых участвуют младенец и его мать, иногда с появляющимися зрителями со стороны. Мать и малыш связаны в это время кормлением, краткими фразами и отдельными словами. Несколько сложнее осуществляются сцены купания, в которых уже можно предсказать, кому (матери или ребенку) суждено быть победителем, а кому — неудачником.

Пройдут годы, в течение которых мама будет то восторгаться своим малышом («Какой же он хороший мальчик!»), то волноваться («Его что-то беспокоит?») или часами сидеть, напевая колыбельную, у кровати заболевшего ребенка. В это время уже начали формироваться ощущения благополучия и неблагополучия, которые в какой-то степени могут помочь предвидеть: кем станет в будущем ребенок — Принцем или Лягушкой (для женщин — Принцессой или Гусыней). Вечным Принцем или Принцессой с программой успеха чаще всего (но не всегда) бывает первый ребенок.

Убеждения и решения

К тому времени, когда мама скажет: «Давай, милый, я тебе помогу» или «Хватит его уговаривать!», у ребенка уже появляются мнения и даже убеждения относительно самого себя и окружающих его людей, особенно родителей. Эти убеждения очень часто сохраняются у человека на всю жизнь. Мы попытаемся объяснить эту мысль и представить ее в таком виде:

- 1) «Со мной все в порядке» или «Со мной не все в порядке»;
- 2) «С тобой все в порядке» или «С тобой не все в порядке». На этой основе человек может принимать определенные жизненные решения, например: «Этот мир прекрасен, когда-нибудь я сделаю его еще лучше» (с помощью науки, политики, поэзии, музыки и т. д.); «Этот мир отвратителен, наверное, когда-нибудь я убью себя или убью кого-нибудь». В такой же интонации возможны и другие варианты, когда весь мир выглядит весьма посредственным, а именно: «В этом мире надо выполнять все, что требуется, а в промежутках получать удовольствие от жизни», или «Этот мир настолько скучный, что остается лишь надеть белый воротничок и переключать чужие бумаги», или «В этом жестоком мире нужно гнуться, изворачиваться, торговаться, покоряться или сражаться за жизнь», или «Это тоскливый мир, в котором лучше всего сидеть в баре и на что-то надеяться», или «Это мир нищеты, безнадежности, и пора все это бросить».

Позиции — местоимения

Решение (каким бы оно ни было) основывается на позиции, которая предполагает отношение человека к миру в целом, ко всем, кто его окружает, — друзьям и врагам: «Стоит ли жить, если мир настолько ужасен? Но, наверное, я сам очень плохой, и друзья не лучше врагов». Определяя эту позицию, ее можно сформулировать так: «Со мной не все в порядке. С вами не все в порядке. С ними не все в порядке. Кто же в таких условиях захочет жить?» Вариант: «Со мной не все в порядке, но все в порядке со всеми остальными». Подобные ощущения могут привести к самоубийству, причем независимо от способа — прыжка с моста, автомобильной катастрофы или смерти от обжорства, алкоголя или наркомании. Возможен и такой вариант: «Я очень хороший, а они все очень дурные люди» или «Я кого-то убью или, может быть, его переделаю». Существует позиция: «Поскольку ты и я хорошие люди, то давай закончим работу и пойдем развлекаться в компанию». Но может быть так, что парни в компании не показались собеседнику симпатичными, тогда возникает: «Ты хорош, и я хорош, поэтому займемся каждый своим делом». Это можно перевести на детский язык: «Мы будем складывать из кубиков домик, а тебя играть не примем». Доведенные до предела и более тонко проводимые описанные подходы к жизни могут в зрелые годы привести человека к дверям тюрьмы.

Простейшие двусторонние позиции — это Ты и Я. Они основываются на убеждениях, которые впитываются с молоком матери. Изобразим их сокращенно так: плюс (+) — это хорошо, минус (-) — это плохо. Тогда позиции будут читаться так:

Я «+» означает: «Я хороший, со мной все хорошо». Я «-» означает: «Со мной нехорошо, у меня не все в порядке». Соответственно будут читаться Ты «+» и Ты «-». Сочетание этих единиц может дать четыре двусторонние позиции, исходя из которых чаще всего разыгрываются игры и программируются сценарии после того, как человек сказал «здравствуйте».

1. Я «+» Ты «+». Это позиция вполне здоровой личности, символизирующая достойную жизнь, позиция Героев и Принцев, Героинь и Принцесс.

В любой другой позиции человек в большей или меньшей степени ощущает себя

Лягушкой; по воле родителей он неудачник и будет падать снова и снова, если не сумеет овладеть собой. Судьба приведет его к гибели, если не вмешается чудо:

умелый психиатр или пробуждение способности к самоанализу и самоизлечению.

Я «+» Ты «+» — именно это сообщает хиппи полисмену, вручая ему цветок. Другое дело, что Я «+» может оказаться самообманом, да и полисмен может предпочесть не «+», а «-» в этой конкретной ситуации. Я «+» Ты «+» либо формируется в раннем детстве, либо вырабатывается позже тяжким трудом; просто желания стать «хорошим» здесь недостаточно.

2. Я «+» Ты «-» (Я — Принц, а ты — Лягушка). Эта позиция подходит для ситуации, когда надо избавиться от кого-то. Человек с этой позицией чаще всего изображает себя опозоренным, причем иногда развлекаясь, иногда играя всерьез. Эти люди обычно издеваются над своими супругами, сдают своих детей в детские дома и интернаты для трудных подростков, гонят от себя друзей, близких людей. Это они затевают крестовые походы, войны или собираются в группы, чтобы искать пороки у своих реальных и воображаемых противников. Эта позиция — позиция превосходства, в худшем случае — это позиция убийцы, в лучшем — непрошеного советчика, который лезет помочь «неблагодарным» людям в том, в чем они вовсе не нуждаются и совсем не ищут его помощи. В большинстве случаев это позиция посредственности.

3. Я «-» Ты «+». Психологически это депрессивная позиция, в социальном смысле — самоуничижение, передаваемое детям. В профессиональной жизни такая позиция чаще всего побуждает человека сознательно унижаться перед различными людьми, используя при этом их слабости. Это в основном меланхолики, неудачники, люди, которые мучают сами себя, чаще всего прозябают в одиночестве и попадают либо в больницу, либо в тюрьму.

4. Я «-» Ты «-». Это позиция безнадежности, за которой следует: «Почему бы нет?» С клинической точки зрения она содержит некоторые элементы шизофрении.

Эти позиции свойственны многим людям, так как человек с грудным молоком впитывает первые познания, которые затем подкрепляются, когда он учится правилам общежития независимо от условий, в которых он живет: в трущобах, в отдельной квартире или родовом замке. Изучая общества, не имевшие письменности, где все дети росли согласно одним и тем же издавна принятым правилам, антропологи отмечают громадные индивидуальные различия между матерями (и отцами). В связи с этим и их потомки не могли быть одинаковыми. Но победителями при этом становились вожди, шаманы, правители, владельцы скота и земли.

Поскольку каждый человек есть результат миллиона разнообразных мгновений, состояний ума, различных приключений его предков, но рождается от двух родителей, то углубленное исследование его позиции может открыть много сложностей и явных противоречий. Тем не менее, все же можно найти одну основную позицию, возможно искреннюю или неискреннюю, непластичную и небезопасную, на которой базируется жизнь, согласно которой человек играет свои игры в соответствии со сценарием. Эта позиция необходима человеку для того, чтобы он чувствовал себя уверенно, как бы стоящим «обеими ногами на твердой почве». Отказаться от нее ему так же немыслимо, как вынуть фундамент из-под собственного дома, не разрушив его. Приведем один пример.

Женщине весьма важно считать себя бедной на фоне других богатых людей (Я «-» Они «+»). Она не откажется от своего мнения, даже если неожиданно у нее появится много денег. Это не сделает ее богатой в собственной оценке. Она по-прежнему будет считать себя бедной, которой просто повезло. А для другой женщины очень важно быть богатой по сравнению с обойденными судьбой бедняками (Я «+» Они «-»). Она не откажется от своей позиции, если даже лишится своего богатства. Она останется для всех окружающих той же «богатой» женщиной, только испытывающей временные финансовые затруднения.

Такой устойчивостью можно объяснить жизнь Золушки, которая, выйдя замуж за Принца, не хочет полностью изменить свой образ жизни. Устойчивостью можно объяснить и

тот факт, что представители первой позиции (Я «+» Ты «+») чаще всего становятся хорошими лидерами, ибо даже в крайних ситуациях они могут демонстрировать абсолютное уважение к себе и своим подчиненным.

Итак, мы имеем четыре базовые позиции: 1) Я «+» Ты «+» (успех); 2) Я «+» Ты «-» (превосходство); 3) Я «-» Ты «+» (депрессивность); 4) Я «-» Ты «-» (безнадежность). Позицию иногда можно изменить, но только при воздействии внешних обстоятельств. Устойчивые изменения могут происходить как бы изнутри, спонтанно либо с помощью психотерапевтического воздействия (профессионального лечения). А могут наступить и благодаря возникшему сильному чувству любви — этому целителю, представляющему собой естественную психотерапию.

Но встречаются такие люди, позиции которых недостает убежденности. Они колеблются и перескакивают с одной позиции на другую, например с Я «+» Ты «+» на Я «—» Ты «-» или с Я «+» Ты «—» на Я «-» Ты «+». В основном это нестабильные, тревожные личности. Стабильными мы считаем тех людей, чьи позиции (хорошие или плохие) трудно поколебать. Для того чтобы рассуждения о позициях могли найти у психотерапевта практическое применение, они не должны ставиться под сомнение колебаниями и изменениями нестабильных личностей. Это очень важно для транзакционного подхода, с помощью которого выясняется то, что действительно сказано или сделано в определенной ситуации. Если утром человек (*A*) ведет себя так, будто он в первой позиции (Я «+» Ты «+»), мы говорим: «*A* в первой позиции». Если в шесть часов вечера он ведет себя так, будто он в третьей позиции (Я «-» Ты «+»), тогда мы скажем: «В утренней ситуации *A* — в первой позиции, а в обстоятельствах к шести часам вечера он — в третьей». Отсюда мы можем заключить, что *A* нестабилен в первой позиции, что симптомы нестабильности проявляются у него в определенных условиях. Если он во всех обстоятельствах ведет себя так, будто он в первой позиции, мы говорим: «Он стабилен в первой позиции».

В результате мы можем предсказать, что *A* победитель, вполне здоровый человек, независимый по отношению к играм, или, по крайней мере, он не увлекается ими, а сохраняет социальный контроль, то есть может в любой момент самостоятельно решить вопрос о своем участии в той или иной игре. Если *B* ведет себя при всех обстоятельствах так, будто он в четвертой позиции, то мы скажем: «Он стабилен в четвертой позиции», из чего могут следовать предсказания: он неудачник; психотерапевту лечить его будет трудно; *B* не в состоянии отказаться от игр, доказывающих тщетность и пустоту его жизни. Такой анализ достигается изучением действительных транзакций, в которых участвовали *A* и *B*.

Предсказания легко проверить с помощью наблюдений. Если дальнейшее поведение человека не подтверждает предсказания, значит, анализ сделан либо неудачно, либо толкование позиций неверно и должно быть изменено. Когда поведение подтверждает предсказания, тогда подкрепляется теория позиций. В нашей практике результаты опыта всегда подтверждали теоретические положения.

Победители и неудачники

Для того чтобы понять суть, которую мы вкладываем в понятие предсказания, необходимо дать определение успеха, то есть сказать, что такое победитель и неудачник. Победителем мы называем человека, преуспевающего (с его точки зрения) в том деле, которое он намерен сделать. Неудачник — тот, кто не в состоянии осуществить намеченное. Например, женщина, подавшая на развод, не является неудачницей, если она не утверждала: «Я никогда не разведусь». Если же она провозглашала: «Когда-нибудь я брошу работу и никогда больше не буду работать», тогда получаемые ею от разведенного мужа алименты подтвердят, что она — победитель, ибо выполнила когда-то намеченное. Она ведь не

говорила, как она собирается это делать, поэтому никто не может назвать ее неудачницей.

Трехсторонние позиции

До сих пор мы имели дело с двусторонними позициями: Я и Ты. Но идея позиции похожа на аккордеон: ее так же можно растягивать, так как она включает, кроме четырех базовых, огромное количество различных установок — почти столько же, сколько людей в мире. При рассмотрении трехсторонних позиций можно встретить следующие комбинации:

1 а. Я «+» Ты «+» Они «+». Это позиция целых семей в демократическом обществе. Многие люди в этой позиции видят идеал, к которому надо стремиться. Девиз: «Мы всех любим».

1 б. Я «+» Ты «+» Они «-». Предвзятая позиция, чаще всего демагога, сноба или гангстера, высказываемая обычно так: «Кому они нужны?!»

2 а. Я «+» Ты «-» Они «+». Позиция недовольного человека типа разного рода миссионеров: «Здесь вы, ребята, не так хороши, как они там».

2 б. Я «+» Ты «-» Они «-». Это позиция одинокого самоуверенного критикана, надменная позиция в чистом виде: «Все должны склоняться передо мной и быть похожими на меня, конечно, настолько, насколько смогут эти ничтожные люди».

3 а. Я «-» Ты «+» Они «+». Самоуничижительная позиция святого или мазохиста, меланхолическая позиция в чистом виде: «Я ничтожнейший человек в мире».

3 б. Я «-» Ты «+» Они «-». Сервильная позиция человека, выслуживающегося скорее из-за снобизма, чем по необходимости: «Я унижаюсь, и ты наградишь меня, а не тех ничтожных людей».

4 а. Я «-» Ты «-» Они «+». Позиция лстивой зависти, а иногда и политического действия: «Они нас ненавидят, потому что мы не так хороши, как они».

4 б. Я «-» Ты «-» Они «-». Пессимистическая позиция циников или тех, кто верует в первородный грех: «Хороших людей уже нет».

Существуют неопределенные трехсторонние позиции, а также подвижные, дающие третьей стороне возможность измениться.

1 «?» Я «+» Ты «+» Они «?». Позиция евангелиста: «Я и Ты в порядке, но о Них мы ничего не знаем. Они должны показать, каковы они, или перейти на нашу сторону».

2 «?» Я «+» Ты «?» Они «-». Аристократическая классовая позиция: «Другие люди в большинстве своем дурны. Что же касается тебя лично, то в этом еще надо разобраться».

Итак, мы имеем четыре двусторонние позиции и восемь трехсторонних, всего — двенадцать, а также математическую возможность того же количества подвижных позиций с одним вопросом, шести — с двумя вопросами (Я «+» Ты «?» Они «?» Я «-» Ты «?» Они «?» и т. д.) и одной — с тремя вопросами. В этом случае речь идет о человеке, которому трудно строить свои отношения с окружающими. Всего — тридцать один возможный тип позиций, то есть вполне достаточно, чтобы каждому человеку было интересно жить, чтобы жизнь его была насыщена приятным общением.

Позиции-предикаты

Простейшие позиции, с которыми труднее всего иметь дело и которые опаснее всего для общества, — это те, которые основаны на полярных противоположностях типа хороший — плохой, черный — белый, богатый — бедный, честный — хитрый. Каждая из этих пар понятий может быть «разложена» на четыре варианта. В любой семье один из них может выделяться и благодаря раннему «программированию» лечь в основу всей жизни. Так, противоположность богатства и бедности разлагается на следующие варианты в соответствии

с установками родителей:

1. Я богатый «+», Ты бедный «-» (снобизм, высокомерие).
2. Я богатый «-», Ты бедный «+» (бунтарство, романтика).
3. Я бедный «+», Ты богатый «-» (зависть, революционность).
4. Я бедный «-», Ты богатый «+» (снобизм, раболепие).

В семьях, где деньги не являются главной ценностью жизни, позиции «богатый — бедный» не воспринимаются как противоположности, и эта схема для них неприменима.

Чем больше прилагательных включается в каждый плюс или минус, тем более сложной и подвижной оказывается позиция и тем больше нужно терпения и демократичности, чтобы в ней разобраться. Прилагательные могут усиливать друг друга («не только, но и...»), могут смягчать одно другое («но он по крайней мере и...»), могут иметь различную ценность («но что важнее?») и т. д. Особый подбор местоимений Я, Ты и Они, плюс, минус или вопрос могут определить судьбу индивида, в том числе и завершение его сценария, независимо от того, какие прилагательные или предикаты он использует для плюса или минуса. Так, люди с позицией Я «+» Ты «-» Они «-» очень часто заканчивают свою жизнь в одиночестве (в том числе в келье отшельника, тюрьме, больнице).

Человек с позицией Я «-» Ты «+» Они «+» к концу жизни чаще всего начинает чувствовать свое ничтожество, причем неважно, в какой конкретной сфере жизни. Следовательно, от местоимений во многом зависит завершение сценария победителей и неудачников. А от предикатов зависит тема сценария, жизненный стиль человека, его религия, материальное положение, сексуальные отношения и т. д. Но они не имеют отношения к результату.

Надо признать, что во всем этом рассуждении нет ничего такого, чего не понял бы даже шестилетний ребенок на основе собственного опыта, например: «Мама сказала, что я не должен играть с тобой, потому что ты грязный и глупый» (позиция Я «+» Ты «-»). «С тобой я буду играть, а с ним не хочу, потому что он обманывает» (позиция Я «+» Ты «+» Он «-»), на что исключенный из игры ребенок реагирует так: «А с вами я вообще не собираюсь играть, потому что вы маменькины детки» (позиция Я «+» Ты «-» Они «-»). Требуется, однако, достаточно сообразительности (к сожалению, больше, чем есть у большинства людей), чтобы понять ключевой принцип позиций: считаются только местоимения и знаки («+» «-»). Предикаты или прилагательные существуют лишь для удобства структурирования времени. Предикаты дают людям только тему для разговора после того, как они поприветствовали друг друга, но они не оказывают влияния на ход событий, на то, насколько плохо или хорошо будет прожита жизнь и каков будет в конце концов выигрыш или проигрыш.

Позиции очень важны в повседневных социальных взаимодействиях людей. Первое, что люди чувствуют друг в друге, — это их позиции. И тогда в большинстве случаев подобное тянется к подобному. Люди, хорошо думающие о себе и о мире («+» «+»), обычно предпочитают общаться с себе подобными, а не с теми, кто вечно недоволен. Люди, чувствующие собственное превосходство («+» «-»), в основном любят объединяться в клубах и организациях. И поскольку, как говорят наблюдения, бедность любит компанию, то бедные также собираются вместе, чаще всего в барах. Люди, чувствующие тщетность своих жизненных усилий («-» «-»), обычно толкуются около пивных или на улицах, наблюдая за ходом жизни. В западных странах одежда чаще всего свидетельствует о жизненной позиции значительно ярче, чем о социальном положении. Так, одни люди («+» «+») одеваются аккуратно и неярко. Другие («+» «-») любят «форму», украшения, драгоценности, изысканные вещи, что подчеркивает их превосходство. Один человек («-» «+») одет бедно, не совсем аккуратно, но не обязательно неряшливо, может даже носить чужую «форму», а другой («-» «-») ходит в своей «форме», как бы демонстрирующей пренебрежение к любой одежде, ко всему, что за этим стоит. Встречается так называемая шизофреническая

«униформа» («-» «-»), где заношенное платье соседствует с элегантным бантом или галстуком, а драные туфли — с бриллиантовым кольцом.

Мы уже говорили об упорстве, с которым люди цепляются за свои позиции, тем более тогда, когда обстоятельства жизни изменяются. Наиболее яркий пример этому: бедная девушка, на которую «свалилось» большое наследство, не почувствовала от этого себя богатой. Это упорство в повседневной жизни может смущать или раздражать, так как человек как бы говорит: «Я ведь хороший». Занимающий такую позицию рассчитывает на то, что с ним будут обращаться именно как с хорошим человеком. Если же он встречает обратное, то чувствует себя оскорбленным.

Подобные позиции нередко являются источником раздоров между супругами. Например, Марти настаивает на том, что муж ее подруги очень хороший, несмотря на то, что каждую субботу, напившись, он бьет свою жену. И еще более удивительно то, что жена того мужчины — Скотти — это поддерживает: «Как можно сердиться на человека, который приносит цветы на Рождество?» Скотти полностью убеждена в своей исключительной честности, хотя лжет и к тому же крадет деньги из бумажника мужа. А он всю неделю поддерживает жену в этой позиции. Только по субботам, когда она обзывает его бездельником, он кричит: «Лгунья!» Поскольку брак, безусловно, основан на двустороннем соглашении, а именно: не замечать своего несоответствия, то каждый из супругов возмущается тогда, когда другой его нарушает. Если же угроза основной позиции становится слишком большой, то следует развод. Разводы случаются еще и потому, что один из супругов не может вынести, чтобы его видели таким, каков он есть, а другой супруг уже не может с честным лицом врать. Такие супруги чаще всего всячески избегают подлинного открытия друг друга, продолжая всю жизнь создавать вид супружеской пары.

Отбор сценария

Следующий шаг в развитии сценария — это поиск сюжета с соответствующим продолжением и ответа на вопрос: «Что случается с такими, как я?» Ребенок уже знает, как стать победителем или неудачником, как он должен воспринимать людей, как будут относиться к нему другие люди и что означает «такие, как я», так как всему этому его учили. Рано или поздно ребенок услышит историю о ком-нибудь «таком, как я». Это может быть сказка, прочитанная ему матерью, история, рассказанная бабушкой, или рассказ о каком-то мальчишке, услышанный на улице. Но где бы он ни услышал эту историю, которая произведет на него такое сильное впечатление, он сразу поймет и скажет: «Это я!» Услышанная история может стать его сценарием, который он будет пытаться осуществлять всю жизнь.

Так на основе самого раннего опыта ребенок приобретает свои убеждения и выбирает позиции. В дальнейшем из того, что человек читает и слышит, он формирует «предсказание» и дальнейший жизненный план. Это и есть первый вариант жизненного сценария. Теперь мы можем рассмотреть различные воздействия и элементы, из которых конструируется сценарий. Но для этого надо иметь сценарный аппарат, с которым можно работать.

ПЛАСТИЧНЫЕ ГОДЫ

Когда ребенку исполняется шесть лет, у него завершается дошкольное образование и он оказывается в гораздо менее снисходительном большом мире. Теперь ему уже самому надо разбираться в отношениях с учителями, другими мальчиками и девочками. К счастью, теперь он уже не беспомощный младенец, выброшенный в мир. Из родительского дома он прибыл в огромную суетливую школу, вооруженный набором своих социальных реакций,

которые будут приложены к окружающим его людям. В его сознании уже намечены собственные способы овладения обстоятельствами или, по крайней мере, выживания, а его жизненный план уже готов. Это хорошо знали священники и учителя средневековья, говорившие: «Оставьте мне дитя до шести лет, а потом берите обратно». Хороший дошкольный воспитатель может даже предвидеть, какая жизнь ожидает ребенка, будет ли он счастливым или несчастным, станет ли победителем или будет неудачником.

Судьба любого человека во многом зависит от его развития в дошкольном возрасте, когда он почти ничего не знает о мире, когда в его голове и сердце содержится в основном то, что вложили туда родители и другие его воспитатели. Но именно этот «чудо»-ребенок определяет то, что может произойти с ним в будущем. У него еще нет способа отличить истину от обмана, поэтому многие повседневные явления получаются у него искаженными. Он еще верит, что солнце «ходит» по небу, и ему нужны годы, чтобы понять, что это он «ходит» вокруг солнца. Он еще путает живот с желудком, он еще слишком юн, чтобы ответить на вопрос, более сложный, чем: «Что ты хочешь съесть на ужин?» И, тем не менее, он уже хозяин своей жизни.

План на будущее составляется в основном по семейным инструкциям. Некоторые из самых важных моментов можно обнаружить довольно быстро, уже в первом разговоре, когда психотерапевт спрашивает: «Что родители говорили вам о жизни, когда вы были маленьким?» Чаще всего ответ совсем не звучит как инструкция, однако чуть-чуть «марсианского» мышления поможет представить реальную ситуацию.

Многие из воспитательных призывов, по существу, являются родительскими командами. Например: «Пойди в комнату и представься гостям». Это команда ребенку показать себя. Он быстро учится это делать, ориентируясь на удовольствие матери, когда он все выполняет, как она желает, и неудовольствие, когда представление не удается. Соответственно мать может сказать: «Идите посмотрите, какой милый малыш». Для ребенка это означает: «Ну-ка, покажи, какой ты милый!» Вначале ребенок осознает все эти различия по реакции родителей, а в дальнейшем по их словам.

Ребенок рождается свободным, но очень скоро теряет свободу. В первые два года его поведение и мысли программируются в основном матерью. Эта программа и формирует первоначальный каркас его сценария, «первичный протокол» относительно того, кем ему быть, то есть быть ли ему «молотом» или «наковальной». Этот первоначальный вариант возникновения победителя или неудачника хорошо виден на примере греческих мифов и древнейших ритуалов. Уже в ясельном возрасте нередко становится очевидным, кто управляет ситуацией — мать или ребенок. Раньше или позже положение может измениться, но эхо первоначальной ситуации будет слышаться постоянно, особенно в периоды стресса или раздражения. Немногие люди помнят существенные факты из раннего детства — этого очень важного времени в жизни человека. Поэтому этот период надо восстановить с помощью родителей, родственников, детских врачей. Возможно, надо познакомиться и сделать выводы из содержания снов и фотографий семейного альбома.

В возрасте от двух до шести лет почти у каждого ребенка остаются в памяти какие-то транзакции, случаи, впечатления из этого периода сценарного развития. После отнятия от груди и приучения к горшку родительские указания уже содержат проблемы, касающиеся сексуальности и агрессии. Эти указания имеют самый долговременный эффект. Следующими после кормления формами социальной активности являются половое взаимодействие и борьба. Эти два влечения дают индивиду характер, выраженное качество: мужественность или женственность, агрессивность или уравновешенность. Формируются также системы сдерживания этих влечений, порождающие противоположные тенденции: самоотречение, скромность, сдержанность, самоограничение. Эти качества дают людям возможность про-

водить хотя бы часть своего времени в относительно спокойном состоянии.

Родительское программирование определяет, когда и как проявляются влечения, когда и как они ограничиваются. Оно использует уже существующие связи и настраивает их на получение определенного результата или выигрыша. В результате программирования могут возникнуть новые качества, представляющие собой компромисс между влечением и ограничением. Из стремления к приобретению и самоограничения формируется терпение, из мужского и женского влечений и сдержанности возникают мужественность и женственность, из борьбы и ограничений появляется хитрость, а из мешанины и упорядоченности — аккуратность. Всем этим качествам: терпению, мужественности и женственности, хитрости и аккуратности — учат родители. Эти качества лучше всего программируются в самый пластичный период детства — от двух до шести лет ребенка.

Думая «по-марсиански»

Родители часто препятствуют свободному выражению чувств ребенка или пытаются их регулировать. Эти указания по-разному интерпретируются как взрослыми, так и ребенком. Возможны несколько вариантов интерпретации:

- 1) что имеет в виду родитель с точки зрения его собственных слов?
- 2) что имеет в виду родитель с точки зрения постороннего наблюдателя? 3) что действительно имеет в виду родитель?
- 4) что из этого извлекает ребенок? Первые две — нормальные, земные, последние — «марсианские». Остановимся на примере судьбы школьника Батча, ставшего алкоголиком.

Мать нашла у сына в комнате бутылку из-под виски, когда он учился еще в начальной школе. Она сказала: «Не рановато ли тебе пить виски?»

1. Мать считает, что смысл ее слов таков: «Я не хочу, чтобы мой сын пил виски».
2. Наивный свидетель, его дядя, соглашается: «Конечно, она не хочет, чтобы мальчик пил виски. Какой разумной матери такое понравится?»
3. В действительности же она сказала: «А не рановато ли тебе пить виски?» Под этим подразумевалось: «Пить виски — мужское дело, а ты еще мальчик».
4. И вот что извлек из этого сын: «Когда настанет пора показать себя мужчиной, тогда можно будет пить виски».

Так, взрослому человеку упрек матери покажется совершенно нормальным и обыденным. Но дети думают по-другому («по-марсиански»), пока родители не отучат их так мыслить. Вот почему мысли в их неиспорченных головках кажутся свежими и своеобразными. «Дело» ребенка — отыскивать, что действительно подразумевается в словах родителей. Это помогает ему завоевать их любовь. Но, кроме всего, ребенок обычно любит своих родителей, поэтому пытается быть им приятным (если, конечно, ему это разрешается). Но для этого ему надо знать, что родители хотят на самом деле.

Поэтому из каждого указания, в какой бы косвенной форме оно ни было сформулировано, ребенок старается извлечь его императивное ядро, «марсианскую» сердцевину. Так он программирует свой жизненный план. Мы называем это **программированием**, поскольку воздействие указания обретает характер постоянства. Ребенок воспринимает желания родителей как команду, таковой она может остаться на всю его жизнь, если в ней не случится какого-то драматического переворота или события. Только большие переживания, например война или неодобренная родителями любовь, могут дать ему мгновенное освобождение. Наблюдения показывают, что жизненный опыт или психотерапия

могут также давать освобождение, но значительно медленнее. Смерть родителей не всегда снимает заклятие. Наоборот, в большинстве случаев она его делает крепче. Пока Ребенок остается послушным, а не свободным, его запрограммированная личность выполнит любое требование Родителя, каким бы унижающим оно ни оказалось и каких бы жертв ни потребовало. «Марсианин» обнаруживает истинный смысл слов в их последствиях. Кажущееся порой родительское покровительство на деле часто оказывается скрытым указанием.

Умелая официантка с подносами, нагруженными в несколько этажей, ловко лавирует между столиками в переполненном, гудящем ресторане. Ее мастерство восхищает администрацию и посетителей. Однажды в ресторане появляются ее родители и в свою очередь не могут не восхититься. Когда она пробегает мимо их стола со своим обычным грузом, мать с беспокойством кричит: «Осторожнее!» — и... Любой читатель закончит эту историю: ...тарелки летят на пол. Короче говоря, слово «осторожнее!» часто означает: «Ошибись, чтобы я могла сказать: „Я говорила тебе быть осторожнее"». А это и есть конечная цель. «Осторожнее, ха-ха!» — это почти провокация. Прямое указание Взрослого «будь осторожнее» может иметь какой-нибудь позитивный смысл, но сверхзабоченность Родителя или «ха-ха» Ребенка показывает дело с другой стороны.

В случае с Батчем слова, произнесенные едва протрезвившейся матерью: «Не рано ли тебе пить виски?», могут означать: «Пора уже тебе начать пить, чтобы я могла тебя за это ругать!» Это и есть конечная цель маневра. Батч понял, что ему надлежит рано или поздно так и сделать, чтобы вынужденно привлечь внимание матери — этот скудный эрзац материнской любви. Ее желание, как оно было им интерпретировано, стало родительским указанием. Перед глазами мальчика был пример трудяги-отца, напивавшегося в конце каждой недели. Когда Батчу исполнилось шестнадцать, то родной дядя усадил его за стол и выставил бутылку виски: «Батч, я научу тебя, как надо пить!» Отец говорил ему с пренебрежительной усмешкой: «Простоват ты...» Поскольку других разговоров с отцом не было, Батч рано заключил, что так и надо жить — по-простому. Это пример самого бесхитростного мышления, ведь отец ясно показывал, что «ловкачей» у себя в доме он не потерпит. Отец подразумевал: «Когда я здесь, веди себя по-простому», и Батч это понял.

К сожалению, еще есть дети, которые растут в семьях, где отцы много работают и много пьют. Тяжелая работа — это способ у этих людей заполнить время между выпивками. Но выпивка может препятствовать работе, ведь алкоголь — это проклятие для рабочего человека. С другой стороны, работа мешает выпивке. Работа — это проклятие пьющего человека. Следовательно, в этом случае выпивка и работа препятствуют друг другу. Если выпивка — часть жизненного сценария человека, то работа — антисценарий.

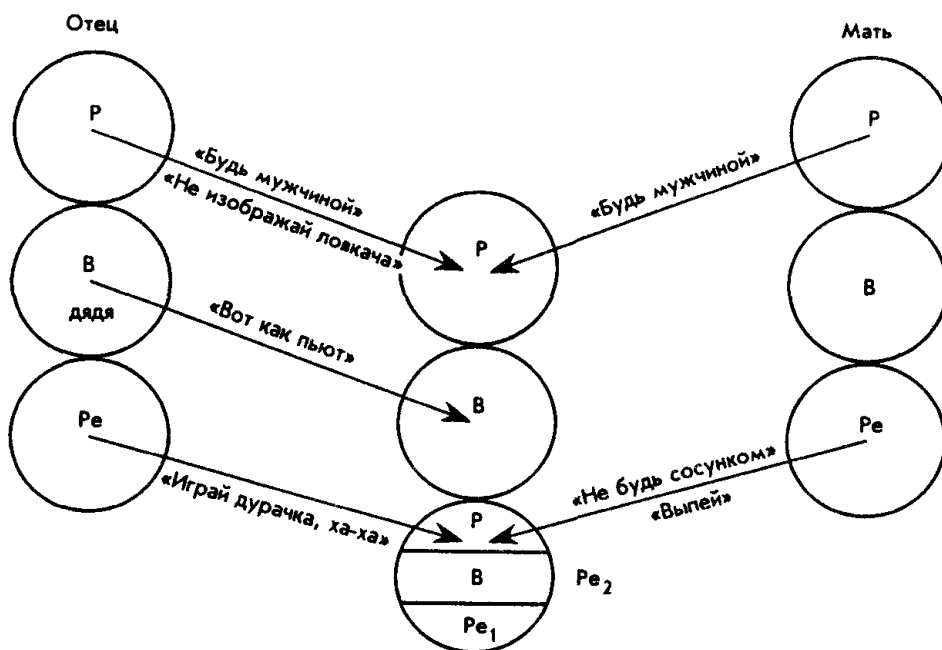


Схема 6. «Молодой алкоголик»

Сценарные предписания мальчика Батча показаны на схеме 6. Наверху — раздраженный Родитель отца. Он говорит: «Будь мужчиной, не изображай ловкача». Внизу — глумливый Ребенок отца: «Играй дурачка, ха-ха». Наверху — любящий Родитель матери: «Будь мужчиной, но ты еще слишком мал», тогда как внизу Ребенок, советующий: «Не будь сосунком, выпей!» Между ними Взрослый Родитель, воплощенный в дяде, демонстрирующем, как надо пить.

Маленький стряпчий

Детское мышление дает ребенку возможность обнаружить, что хотят родители «на самом деле», то есть на что они будут реагировать положительно. Эффективно используя эти данные, он выражает свою любовь к ним. Таким образом возникает состояние Я, известное, как послушный Ребенок. Послушный Ребенок хочет и умеет вести себя так, что вызывает лишь положительные реакции окружающих. «Неудобное» поведение или «неудобные» чувства он не демонстрирует. При этом приходится держать в узде экспрессивное Я Ребенка. Сочетание, взаимную балансировку этих двух форм поведения осуществляет Взрослый в ребенке (отношение ВРе на схеме 7), который действует, как чуткий компьютер, определяя соотношение необходимого и возможного в каждый данный момент в каждой данной ситуации. Этот Взрослый умеет изошренно вычислить, чего окружающие хотят и что они стерпят, что их взволнует, а что возмутит, что их ранит, а что заставит испытывать вину, беспомощность или раскаяние. Так что Взрослый в ребенке — это тонкий и чуткий исследователь, а потому мы назовем его Профессором. Фактически он «знает» практическую психологию и психиатрию лучше, чем любой взрослый профессор. За десятилетия обучения и практики взрослый профессор может постичь примерно треть из того, что он знал в четырехлетнем возрасте.

Когда Ребенок становится полностью послушным, его Профессор обращается к «юридическому» мышлению. Это ему нужно для того, чтобы найти больше возможностей для самовыражения. «Юридическое» мышление начинает складываться в раннем, наиболее пластичном периоде, но реализуется в более позднем детстве. Поощряемое родителями, оно может распространяться и на годы зрелости.

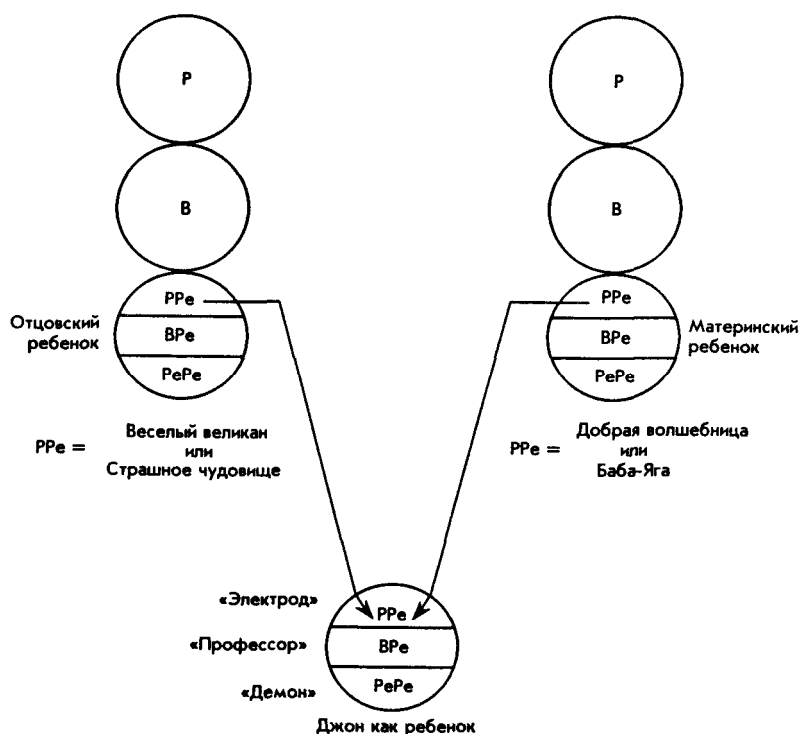


Схема 7. Происхождение и действие предписания

В повседневной жизни о «юридическом» мышлении ребенка можно говорить, подразумевая его стремление к придиркам, волоките, его умение выкрутиться и т. п. Подобное крючкотворство нередко практикуется по отношению к собственной половой морали. Классический пример сексуального крючкотворства можно было наблюдать у парижских проституток в начале века. На исповеди они получали прощение, поскольку совокупление рассматривалось с точки зрения их профессии как деловой акт, от которого они не получали удовольствия. Если же наслаждение приходило, то оно трактовалось как грех.

Родители, формулируя тот или иной запрет, обычно полагают, что они исчерпывающе описали ситуацию, но не принимают во внимание тонкостей, учитывать которые сами постоянно учат своих отпрысков. Так, юноша, которому давалось наставление «не связываться с женщинами», может толковать это как разрешение «связываться» с особами мужского пола. С точки зрения «юридического» мышления он чист, ибо не делает того, что запрещено родителями. Девочка, которой сказали: «Не разрешай мальчикам себя трогать», решает, что она в полном праве сама «трогать» себя. При такой казуистике поведение ее Послушного Ребенка полностью соответствует пожеланиям матери, тогда как ее Естественный Ребенок испытывает все «прелести» онанизма. Мальчик, которого предостерегли от всяких глупостей с девочками, считает это разрешением на «глупости» с самим собой. Строго говоря, никто из этих детей не нарушает родительских запретов. Поскольку они трактуют ограничения так же, как это они делали, если бы были юристами, то есть искали бы, за что им «зацепиться», то в сценарном анализе мы обозначаем ограничения термином **«предписание»**. Некоторым детям нравится быть послушными и не прибегать к казуистике. Другие находят себе более интересные занятия. Но так же, как многих взрослых занимает вопрос, как добиться своего, не нарушая закона, так и дети стремятся быть такими, как им хочется, не проявляя при этом непослушания. В обоих случаях чаще всего хитрость воспитывают и поощряют сами родители: это часть родительского программирования. Иногда результатом может стать выработка антисценария, в связи с чем ребенок сам меняет смысл сценария на противоположный, оставаясь в то же время послушным изначальным сценарным указаниям.

Сценарные элементы

Трансакционные аналитики не проповедуют мысль о том, что человеческие жизненные планы конструируются наподобие мифов или волшебных сказок. Они видят, что чаще всего детские решения, а не сознательное планирование в зрелом возрасте определяют судьбу человека. Что бы люди ни думали или ни говорили о своей жизни, нередко создается впечатление, будто какое-то мощное влечение заставляет их куда-то стремиться, очень часто совсем не в соответствии с тем, что пишется в их автобиографиях или трудовых книжках. Те, кто хочет делать деньги, теряют их, тогда как другие неудержимо богатеют. Те, кто заявляет, что ищет любви, пробуждают только ненависть даже у тех, кто их любит.

Родители, считающие, что они сделали все возможное для счастья своих детей, получают наркоманов, преступников и самоубийц. Эти противоречия существуют с самого возникновения человеческого рода.

Постепенно психотерапевты стали уяснять: то, что бывает порой бессмысленно с точки зрения Взрослого, имеет глубокий смысл применительно к части личности, называемой Ребенком. Ведь Ребенок любит мифы и волшебные сказки, верит, что именно таков был или мог быть когда-то мир. Поэтому можно обнаружить: планируя свою жизнь, дети часто следуют сюжету любимой истории. Неудивительно, что эти планы могут сохраняться и в двадцать, и в сорок или в восемьдесят лет, обычно даже преобладая над здравым смыслом. В поисках того, что произошло на самом деле, отталкиваясь, например, от автомобильной катастрофы или белой горячки, от судебного приговора или развода, игнорируя при этом «диагноз», психотерапевт обнаруживает, что результат почти всегда был в основном запланирован в возрасте до шести лет. Планы, или сценарии, имеют определенные общие элементы, образующие **сценарный аппарат**. Представляется, что в хороших сценариях работает один и тот же аппарат: творцы, лидеры, герои, почтенные предки, люди, выдающиеся в своей профессии. Аппарат определяет структурирование жизненного времени и оказывается тем же самым, что и аппарат, используемый для этой цели в волшебных сказках.

В сказках программируют великаны и ведьмы, благосклонные богини и спасенные животные, иногда — волшебники обоего пола. В действительной жизни их роль исполняют родители.

Психотерапевты больше знают о плохих сценариях, чем о хороших, ибо первые более драматичны и о них чаще говорят. З. Фрейд, например, упоминает бесчисленное множество неудачников, а единственные победители в его анализах — это Моисей, Леонардо³³ и он сам. Победителей редко волнует история их удачи, тогда как проигравшим важно ответить на вопросы: «Почему?» и «Нельзя ли что-то исправить?» Так что в последующих разделах мы займемся сначала неудачными сценариями, относительно которых имеются довольно точные сведения. Здесь сценарный аппарат состоит из следующих элементов, данных в переводе ребенка на язык императивов («марсианский»).

1. Один из родителей кричит в порыве гнева ребенку: «Исчезни!» или «Чтоб ты провалился!» — это указания о характере смерти. То же самое: «Ты кончишь, как твой отец» (алкоголик) — приговор на всю жизнь. Такая команда называется сценарный итог, или проклятие.

2. Родители дают указания негативного плана, как бы предохраняющие ребенка от проклятия: «Не беспокой меня!» или «Отстань», «Не ной!» Это сценарное предписание, или «стоппер», которое дает строгий Родитель или его сумасшедший Ребенок.

³³ Имеются в виду библейский Моисей и Леонардо да Винчи.

3. Родители поощряют поведение, ведущее к итогу: «Выпей глоток!» Это называется сценарной провокацией, или толчком. Он исходит от злого Ребенка, или «демона» в родителях, его обычно сопровождает «ха-ха».

4. Даются предписания, как заполнить время в ожидании действия. Они формулируются как моральные максимы. «Работай на совесть!» может означать: «Работай на совесть всю неделю, а в субботу можешь выпить». «Береги каждую копейку» может означать: «Береги каждую копейку, чтобы потом пропить все сразу». Это антисценарный лозунг, идущий от Родителя-«воспитателя».

5. Дополнительно родители просвещают относительно реальностей жизни, которые нужно знать для реализации сценария: как смешивать напитки, как вести бухгалтерию, как обманывать. Это образец, или модель, формирующийся по указанию Взрослого.

6. Дети в свою очередь испытывают стремления и побуждения, направленные против сценарного аппарата, формируемого родителями, например: «Стучи в дверь!» (против «Исчезни!»), «Плюнь!», «Словчи!» (против «Работай на совесть!»), «Истрать все сразу!» (против «Береги копейку!»), «Сделай наоборот!» Это сценарный импульс, или «демон».

7. Предполагается возможность снятия заклęcia. «Ты можешь преуспеть и после сорока лет». Такое волшебное слово называется антисценарий, или внутреннее освобождение. Но нередко единственным антисценарием оказывается смерть: «Свою награду ты получишь на небесах».

Точно такой же аппарат структурирования времени обнаруживается в мифах и волшебных сказках. Итог, или проклятие:

«Исчезни!» (Ганс и Гретель) «Чтоб ты умер!» (Снежная Королева и Спящая Красавица). Предписание, или «стопер»: «Не будь чересчур благоразумным!» (Адам и Ева и Пандора). Провокация, или толчок: «Уколи пальчик иголкой, ха-ха!» (Спящая Красавица). Антисценарный лозунг: «Трудись усердно, пока не встретишь принца!» (Кари — деревянная рубашка) или «Выполни, что обещал, и обретешь счастье!» (Царевна-лягушка).

Модель, или программа: «Люби зверей, и они тебе заплатят добром!» (Иван-царевич). Импульс, или «демон»: «Я лишь гляну одним глазком!» (Синяя Борода). Антисценарий, или разбитое заклęcie: «Ты перестанешь быть лягушкой, когда тебя поцелует молодой красавец!» (Царевна-лягушка) или «Ты освободишься, проработав двенадцать лет!» (Геркулес).

Такова анатомия сценарного аппарата. Проклятие, предписание, толчок управляют сценарием, остальные четыре элемента могут быть использованы для борьбы с ними. Но ребенок живет в мире прекрасной волшебной сказки, в мире наивном или жестоком, и верит в основном в волшебство. Поэтому он ищет волшебных путей к спасению через суеверие или фантазию. Когда они не срабатывают, он оказывается во власти «демона».

Но у «демона» имеется примечательная особенность. Когда «демон» в Ребенке говорит: «Я сделаю так, что ты проиграешь, ха-ха!», «демон» в Родителе отвечает: «Именно этого я от тебя хочу, ха-ха!» Так сценарная провокация и сценарные импульсы, толчок и «демон» трудятся совместно, реализуя судьбу неудачника. Родитель побеждает, когда Ребенок проигрывает, а Ребенок проигрывает, стараясь победить. Все эти элементы мы рассмотрим подробнее в следующей главе.

СЦЕНАРНЫЙ АППАРАТ

Для того чтобы понять, как действует сценарий и как обращаться с ним в процессе психотерапии, требуется детальное знание сценарного аппарата в том виде, как мы его себе представляем. В знании его базовой структуры есть еще проблемы, есть неуверенность относительно некоторых передаточных механизмов, но в целом уже сложилась устойчивая модель.

Как можно судить из кратких примеров, данных выше, аппарат состоит из нескольких элементов. Итог, или проклятие, предписание, или «стоппер», провокация, или толчок, вместе контролируют развертывание сценария, а потому называются управляющими механизмами. Все они программируются в большинстве случаев еще до шести лет. То же самое антисценарий, или «расколдовыватель», если он имеется. Позже антисценарные лозунги или указания и родительские инструкции или модели поведения начинают проявляться более весомо. «Демон» представляет самый архаический слой личности (Ребенок Ребенка) и присутствует с самого начала.

Сценарный итог

Итоги, с которыми сталкиваешься в психотерапевтической практике, можно свести к четырем основным разновидностям плохого сценария: одиночество, бродяжничество, сумасшествие, смерть. Наркотики или алкоголь — один из путей к любому из названных вариантов. Ребенок может перевести родительские предписания на свой («марсианский») язык или истолковать в «юридическом» смысле, а иногда и использовать их к своей выгоде. Если мать говорит детям, что они закончат в сумасшедшем доме, то это так и случается. Только девочки чаще всего становятся пациентами, а мальчики — психиатрами. Насилие — это особый вид подытоживания судьбы. Оно случается в так называемых «плотских сценариях». Эти сценарии отличаются от прочих, поскольку разменная монета в них — человеческая жизнь. Наверное, ребенок, увидевший кровопролитие или сам перенесший или причинивший кому-то увечье, отличается от других детей. Никогда уже он не станет прежним. Если родители еще в детстве предоставили своего ребенка его собственной судьбе, то он будет постоянно озабочен наличием денег. И это станет главной «валютой», в которой будет осуществляться его сценарий и подводиться итог. Если родители постоянно бранят ребенка, даже на словах желают ему смерти, то сценарной «валютой» могут стать именно эти слова. Сценарную «валюту» нужно отличать от темы сценария. Многие темы жизненных сценариев в основном те же, что и в волшебных сказках: любовь, ненависть, благодарность и месть. Любую из «валют» можно использовать, чтобы выразить одну из этих тем.

Главным вопросом, который должен задать себе сценарный аналитик, считается такой: «Как родитель желает своему ребенку жить с позиций времени?» Он может выражать это буквально: «Желать сто лет жизни» (произнося торжественный тост или во время молитвы). Он может, обзлившись, выругаться: «Чтоб ты помер!» Трудно даже вообразить силу подобных материнских слов по отношению к ребенку (или слов жены по отношению к мужу и наоборот). Мой собственный опыт свидетельствует о том, что многие люди оказываются в больнице как раз потому, что кто-то из их любимых или даже ненавидимых пожелал им смерти.

Многие впечатления впитываются человеком в детском возрасте и чаще всего сохраняются навсегда: нежные слова, внушающие надежду на прекрасную долгую жизнь, или грубый голос, вещающий о скорости смерти. Возможно, в этом голосе не было злобы, а вырывалось отчаяние, но в памяти человека это осталось навсегда. Чаще всего решения за ребенка принимает мать — ведь ее желания он впитывает с первого дня своего рождения. Отец подключается позже: он либо поддерживает материнские решения или проклятия всем своим авторитетом, либо смягчает их. Пациенты психотерапевтического кабинета обычно вспоминают ту свою детскую реакцию, которая не выражается вслух.

Мать: Ты такой же, как твой отец. (Который получил развод и живет отдельно от семьи.)

Сын: Точно. Ловкий парень мой отец.

Отец: Ты закончишь, как твоя тетя. (Сестра матери, которая сошла с ума или совершила

самоубийство.) *Дочь*: Ну, если ты так говоришь, то...

Мать: Чтоб ты исчезла! *Дочь*: Я не хочу, но если ты этого требуешь, мне больше ничего не остается...

Отец: С таким характером ты в один прекрасный день кого-нибудь убьешь. *Сын*: Наверное, не тебя, а, возможно, кого-нибудь другого.

Ребенок все прощает и принимает решение следовать директиве только после многих, может быть даже сотен, подобных трансакций.

В жизни человека сценарный итог предрекается, предписывается родителями, однако он будет недействительным до тех пор, пока не будет принят ребенком. Конечно, принятие не сопровождается фанфарами и торжественным шествием, но, тем не менее, однажды ребенок может заявить об этом со всей возможной откровенностью: «Когда я вырасту, я буду такой же, как мамочка» (что соответствует: «Выйду замуж и нарожаю столько же детей») или «Когда я стану большой, я буду как папа» (что может соответствовать: «Буду убит на войне»). Пациента следует спросить: «Когда вы были маленьким, как хотели распорядиться своей жизнью?» Если он отвечает, как обычно («Я хотел стать пожарником»), то вопрос нужно конкретизировать: «Я имею в виду вопрос о том, как, вы думаете, завершится ваша жизнь?» Поскольку итоговые решения часто принимаются в возрасте настолько раннем, что это недоступно воспоминанию, пациент, возможно, не сумеет дать ответ. Тогда его надо искать в его более поздней биографии.

Предписание

В действительной жизни предписания осуществляются не по волшебству, но в *силу* определенных свойств человеческого ума. Недостаточно родителям только раз сказать ребенку: «Не ешь эти яблоки!» или «Не открывай эту шкатулку!» Любой «марсианин» знает, что предписание, выраженное таким способом, на деле представляет собой вызов. Для того чтобы то или иное предписание накрепко запечатлелось в сознании ребенка, его нужно многократно повторять, а отступления от него не оставлять без внимания, хотя имеются примеры (в случаях с заброшенными детьми), когда одного сильного воздействия оказывается достаточно, чтобы предписание запечатлелось на всю жизнь.

Предписание — самая важная часть сценарного аппарата. Оно может иметь различную интенсивность. Поэтому предписания можно классифицировать так же, как игры,— по первой, второй и третьей степени. В рамках каждого из типов имеется тенденция к выработке определенного рода личности: победителя, непобедителя, неудачника. Непобедитель — это человек, который не выигрывает и не проигрывает, а ухитряется все свести к нейтральному балансу. Предписания первой степени — социально приемлемые и мягкие по форме — это прямые указания, подкрепляемые одобрением или неодобрением («Ты была милой и приятной», «Не будь таким честолюбивым»). Следуя им, еще возможно стать победителем. Предписания второй степени (лживые и жесткие) не диктуются прямо, а навязываются окольным путем с помощью соблазнительных улыбок и угрожающих гримас («Не говори отцу», «Держи рот на замке»). Это лучший способ воспитать непобедителя. Третья степень (грубые и очень жесткие предписания) — неоправданные запреты, внушаемые чувством страха. Слова при этом переходят в визг, лица кошмарно искажаются, а физические наказания бывают очень жестокими. Это один из вернейших путей создания неудачника.

Предписания, так же как и итоги, усложняются, так как большинство детей воспитывают оба родителя. Так, один из них может говорить: «Не ловчи!», а другой: «Не будь дурачком!» Противоречивые предписания ставят ребенка в трудное положение. Однако в большинстве случаев супруги дают совместные предписания, что образует определенную

комбинацию.

Предписания — «стоперы» — внушаются в основном в нежном возрасте, когда родители выглядят волшебными фигурами в глазах ребенка. Дающая предписание часть материнского Я (ее Воспитывающий Родитель или Ребенок) обычно зовется Доброй волшебницей, если она доброжелательна, или, в противном случае, Бабой-Ягой. Иногда самым подходящим наименованием будет Сумасшедший Ребенок матери. Точно так же Воспитывающий Отец будет, в зависимости от его проявлений, называться Веселым великаном или Страшным чудовищем (схема 7).

«Толчок»

Провокация, или совращение,— вот что порождает будущих развратников, пьяниц, преступников, разные другие типы с пропащим сценарием. В раннем возрасте поощрение быть неудачником может выглядеть так: «Он у нас дурачок, ха-ха» или «Она у нас грязнуля, ха-ха». Затем приходит время более конкретных подкалываний и поддразниваний: «Он когда стучается, то всегда головой, ха-ха» или «Она всегда теряет штанишки, ха-ха». В подростковом возрасте та же линия ведется в личных транзакциях: «Выпей глоток». И каждый раз аккомпанементом звучит «ха-ха».

«Толчок» — это «голос» Родителя, нашептывающий Ребенку в критический момент: «Не забудь о сексе или о деньгах, не дай мгновению уйти просто так. Вперед, малышка, что ты теряешь!» Это говорит «демон» в Родителе, и «демон» в Ребенке отвечает. Затем Родитель делает быстрое движение, и Ребенок на его глазах промахивается мимо цели. «Я так и знал»,— сообщает сияющий Родитель, а Ребенок отвечает «ха-ха», сопровождая это кислой ухмылкой.

Подобный «толчок» порождает то, из-за чего детей называют трудными; действие и практика его начинаются очень рано. Родитель использует стремление ребенка к уединенности, превращая его в стремление к чему-то другому. Как только эта извращенная любовь закрепится, она превращается в затруднение, в дефект.

«Электрод»

«Толчок» возникает в Ребенке отца или матери и внедряется в Родителя ребенка (PРе в ребенке на схеме 7). Там он действует вроде положительного электрода в электрической батарее, вызывая автоматическую реакцию. Когда Родитель в голове Ребенка (PРе) «нажимает кнопку», он весь оказывается именно там независимо от того, хотят или не хотят того остальные части его Я. Он говорит глупости, совершает несурзные поступки. Происхождение этих предписаний не всегда достаточно ясно, но они тоже включены в PРе, где действуют как отрицательный электрод. Он не дает человеку совершать что-то определенное, например ясно мыслить и четко выражать мысли, не позволяет заходить слишком далеко в сексе или в веселье. Людям знакомо мгновенное охлаждение в самом пылу сексуального возбуждения или мгновенное исчезновение улыбки на лице, будто кто-то повернул рычажок в голове улыбающегося. Именно по этим причинам PРе, Родитель в Ребенке, обозначается как «электрод».

«Электрод» получил свое название в память пациента по фамилии Норвил, который во время бесед в психотерапевтической группе сидел всегда тихо и явно испытывал сильное напряжение. Когда к нему обращались, он мгновенно отвечал невыразительными, штампованными фразами, которые заканчивал словами: «Наконец-то Норвил хоть что-то сказал, ха-ха», после чего вновь замолкал. Стало ясно, что в его голове заключен строгий Родитель, который им управляет с помощью «двух кнопок»: выключен («Сиди тихо») и

включен («Говори»). Норвил трудился в опытной лаборатории, и его поражало сходство его реакций с реакциями животных, у которых вживлены в мозг электроды.

«Электрод» — серьезное испытание для психотерапевта. Он должен в сотрудничестве со Взрослым пациентом нейтрализовать «электрод», чтобы ребенок обрел свободу действий и спонтанность реакций. Он должен пересилить родительское «программирование» и страх пациента перед наказанием за непослушание. Это достаточно сложно даже в случае слабого контроля. Если же предписание внушено Бабой-Ягой или Веселым великаном, потребуется огромное терапевтическое усилие (схема 7).

Заповедь

Естественный Родитель в отце и матери (в отличие от контролирующего Родителя) в известной степени запрограммирован самой природой, а потому вполне естественно, что родители заботятся о ребенке и защищают его. Оба родителя, каковы бы ни были их личные проблемы, желают ребенку добра. Они могут быть плохо информированы, но всегда хотят быть полезными или, по крайней мере, не причинять ребенку вреда. Они учат его тому, что, согласно их картине мира и жизненным представлениям, принесет ему благополучие и успех. Они пытаются наделять его мудростью, почерпнутой у собственных родителей. «Усердно трудись», «Будь хорошей девочкой», «Экономь деньги», «Никогда не опаздывай» — типичные заповеди многих родителей, воплощающие идею земной добродетели. В каждой семье имеются свои «фирменные» заветы, например: «Не ешь мел», «Принимай слабительное каждый день», «Никогда не суди о людях по внешности».

Поскольку «заповеди» исходят от заботливого Родителя, а сценарные предписания — от Родителя контролирующего или от сумасшедшего Ребенка, могут возникать противоречия. Они бывают внешними и внутренними. Внутренние противоречия порождаются двумя различными состояниями Я одного и того же родителя. Отцовский Родитель вещает: «Экономь деньги», в то время как Ребенок отца подначивает: «Ставь все сразу в этой игре». Это пример внутреннего противоречия. Когда один из родителей учит экономить, а другой советует тратить, то можно говорить о внешнем противоречии.

Руководящие сценарные предписания внушаются и начинают действовать в раннем возрасте, тогда как антисценарные призывы оказывают влияние позже. Запрещение пачкать пеленки понятно уже двухлетнему ребенку, а заповедь «Экономь деньги» почти непостижима детям вплоть до подросткового возраста, то есть до того времени, когда возникает необходимость в собственных карманных деньгах. В результате сценарные предписания, исходящие от матери, которая выглядит волшебницей в глазах младенца, обретают силу и прочность колдовского заклятия. А «заповеди» дает доброжелательная усталая домохозяйка, поэтому они и воспринимаются в лучшем случае как полезные советы.

Во время конфликта борьба оказывается неравной, и сценарные предписания всегда побеждают, если в дело не включается еще одна сторона, например психотерапевт. Дополнительная трудность состоит в том, что сценарий обычно соответствует жизненным реальностям, как они есть: взрослые люди действительно могут совершать нелепые поступки, и ребенок это отлично видит. В то же время антисценарий не отвечает полностью данным его опыта: он, может быть, и не сталкивается с теми, кто обрел счастье благодаря тому, что усердно трудился, сэкономил деньги, не опаздывал, не употреблял вина, вовремя принимал слабительное и т. д.

Различие между сценарием и антисценарием помогает разрешить вопрос, нередко возникающий у пациентов, когда они узнают от психотерапевта, что беспокоящие их проблемы восходят к их раннему возрасту. «Как же так? — говорит пациент. — Ведь когда я учился в колледже, у меня было все вполне благополучно». Когда пациент учился в

колледже, он следовал антисценарию, а затем случилось что-то, вызвавшее «сценарный прорыв». Но это слишком поверхностный ответ, он не может решить проблему, однако по меньшей мере подсказывает, где искать ее истоки.

Попытки следовать одновременно плохому сценарию и добропорядочному антисценарию могут породить странные действия, как, например, в случае девочки, которой злой Родитель отца часто бросал: «Чтоб ты исчезла!», тогда как заботливый Родитель матери требовал непременно носить резиновую обувь, чтобы не промокли ноги. В результате, когда девушка бросилась с моста в реку, на ней были резиновые сапожки.

Мы считаем, что антисценарий во многом определяет жизненный стиль личности, а сценарий управляет ее судьбой. Если они гармонируют друг с другом, то жизнь человека скорее всего пройдет незамеченной и его биография не будет публиковаться на внутренних страницах газет. Если же они конфликтуют, то, может быть, и будет материал для первых газетных полос. Так, усердно трудящийся церковный староста может стать либо президентом того или иного совета после тридцати лет беспорочной службы, либо окажется в тюрьме за растрату церковных средств. Похоже, что в жизни есть два типа людей. Мы их называем: настоящие и пластичные. Настоящие люди все решают за себя сами, а пластичных постоянно отвлекают разного рода «дары» судьбы.

Остановимся на «дарах» судьбы. Если пофантазировать, то можно предположить, что каждый ребенок вытаскивает две «игрушки» из мешка, который находит у изголовья своей колыбели; одну — простую и бесхитростную, другую — с фокусом. Простая — это призывы вроде: «Трудись усердно!», «Доводи каждое дело до конца!» и т. п. С фокусом — это джокер из сценарной колоды: «Плюнь на домашние задания», «А кому какое дело?», «Чтоб ты исчез!» и т. п. Обе эти «игрушки», если человек своевременно не отбросит их в сторону, формируют стиль его жизни и его судьбу.

Родительские образцы

Чтобы «создать» леди, нужно начинать с бабушки; чтобы «создать» шизофреничку, нужно тоже начинать с бабушки. Зоя (так назовем нашу будущую леди) может превратиться в леди, если мать научит ее всему тому, что для этого полагается. Как и большинство девочек, она путем подражания рано овладеет искусством улыбаться, умением красиво ходить и сидеть. Позже ее научат, как следует одеваться, как себя вести, чтобы быть приятной окружающим, как изящно говорить «нет». Наверное, и отцу есть что сказать дочери, но он чаще всего оказывается только поводом для женских наставлений. Отец может диктовать директивы, но в основном мать вырабатывает для дочери образец, и материнский Взрослый наставляет, как воплотить его в жизнь. Сценарная матрица прекрасной леди по имени Зоя изображена на схеме 8.

Итак, Зоя воспитана как леди. Сделает она на этом карьеру или взбунтуется против системы с ее запретами, зависит от того, какова, согласно сценарию, сфера ее собственных решений. Ей, быть может, разрешены в умеренных дозах некоторые отклонения (вино, увлечения), но если она проявит большую настойчивость, то будет ли это нарушением сценария или

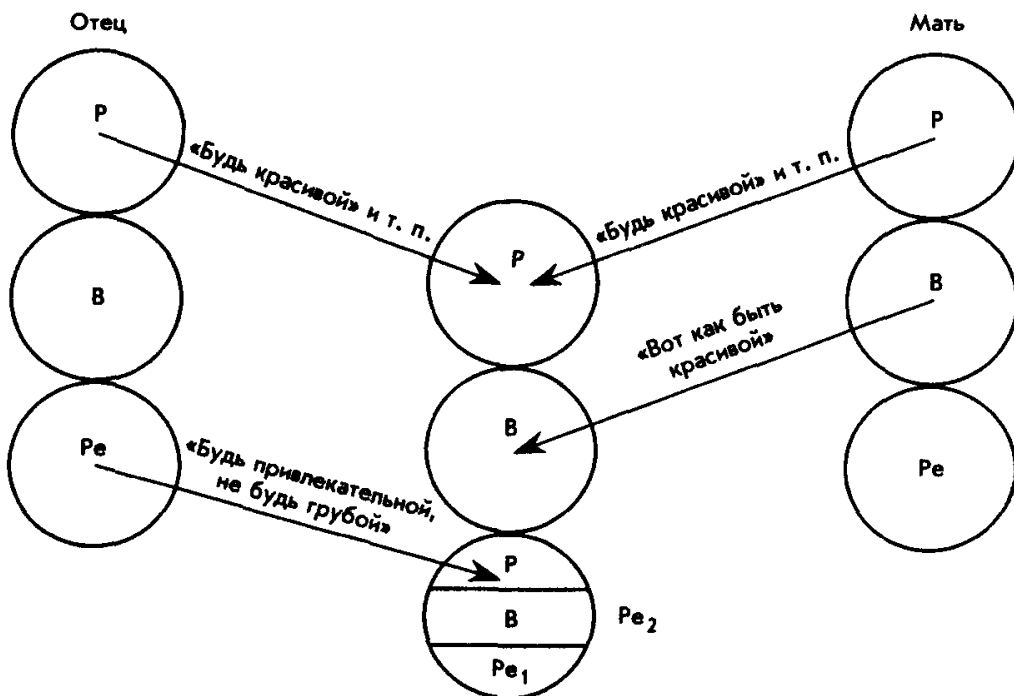


Схема 8. «Прекрасная леди»

230

результатом провокации, то есть сценарным актом? Возможно, ее отец сказал бы: «Нет, нет, не так лихо!» или (про себя): «Она не без темперамента, ха-ха. Моя малышка не ледышка!»

Если мать не женственна, не умеет красиво ходить, сидеть и одеваться, Зоя скорее всего последует по тому же пути. Так часто бывает с дочерьми матерей, подверженных шизофрении. Это может произойти в том случае, если мать умерла, когда дочь была маленькой и лишилась образца для подражания. «Встанешь утром и не знаешь, что на себя надевать», — говорила одна женщина, лишившаяся матери в возрасте четырех лет.

Если речь идет о мальчике, сценарий и образец скорее всего влияют на выбор им сферы его деятельности. Маленьким ребенком он говорит: «Когда я вырасту, я стану юристом, как мой отец». Но это не всегда осуществляется. Результат зависит и от материнского программирования в следующей примерно форме: «Работа должна быть (или не должна быть) такой, где постоянно риск и напряжение, как (или не так, как) у твоего отца». Эти предписания, так же как сценарные директивы, указывают скорее не на конкретную профессию, а на особый род трансакций (прямые или косвенные, рискованные или безопасные и т. п.). Но именно отец выступает в качестве образца, который принимается или отвергается.

Сын может пойти против воли матери и унаследовать профессию отца. Это, возможно, бывает прямым вызовом, или антисценарием. С другой стороны, ведь его реальная мать выступает как бы в трех видах: Родитель, Взрослый и Ребенок. Сын, может быть, идет против выраженного желания Родителя или Взрослого навстречу невыраженной, но очевидной радости Ребенка. Сын усваивает директивы, видя восторг и обожание на лице матери, когда отец рассказывает о своем последнем приключении. То же самое относится к указаниям, которые отец дает Зое. Его Родитель или Взрослый будет постоянно предупреждать о различных опасностях, но обнаружит детский интерес, если услышит от нее, например, о беременности одноклассницы. Это провокация, на которую она может поддаться, особенно если примером для нее служит мать.

Иногда матрица бывает перевернутой, но чаще всего директивы идут от родителя противоположного пола, а образец — от родителя того же пола. В любом случае в образце

соединяются, обнаруживаются и реализуются многие сценарные директивы.

«Демон»

«Демон» — большой «шутник» в человеческой жизни и «джокер» в психотерапии. Как бы заботливо психотерапевт ни продумывал свои планы, «демон» может появиться в самый решающий момент и все сломать. И даже неважно, насколько умело психотерапевт планирует беседу, пациент может все равно одержать верх. Как только психотерапевт получает на руки «четыре туза», пациент может начать играть «джокера», и тогда его «демон» берет «банк». Затем пациент весело исчезает, а консультант перебирает «колоду» и соображает: «Что же произошло?»

Даже если психотерапевт готов к подобному варианту, ему бывает очень трудно что-либо предпринять. Он даже может предвидеть: как только пациент «докатит свой камень до вершины», «демон» отвлечет его внимание, и «камень снова будет в долине». Причем «демон» всегда бдит и следит внимательно, чтобы пациент держался подальше от тех людей, кто может вмешаться в их дела. В результате пациент пропускает назначения психотерапевта или уезжает куда-то, в худшем случае просто отказывается посещать консультацию. Иногда он, вымотанный сизифовым трудом, может вернуться очень печальным, но отнюдь не помудревшим — ведь он так и не догадался о наличии своего «демонического» партнера.

«Демон» обычно впервые появляется у высокого детского стульчика, когда малыш швыряет на пол еду и, весело ухмыляясь, ждет, что станут делать его родители. Если они воспринимают это терпимо, то позже скорее всего появится озорной ребенок, человек, понимающий шутку и юмор. Если же малыша за это наказывают, бьют, то он мрачно затаивается внутри самого себя, готовый когда-нибудь неожиданно швырнуть с размаху всю свою жизнь, как когда-то в детстве швырял тарелки с едой.

Разрешение

Отрицательные суждения обычно произносятся громко, четко, с нажимом, тогда как положительные чаще всего падают в реку жизни как дождевые капли — едва слышно и с чуть заметной рябью. «Трудись усердно!» стоит во всех учебниках, «Не мучайся» услышишь только дома. «Приходи вовремя» — полезный совет, но в жизни чаще звучит: «Не опаздывай!», «Не будь дураком!» гораздо популярнее, чем «Будь умницей!»

Получается, что программирование в основном происходит в негативной форме. Родители забивают головы детей ограничениями. Но иногда дают и разрешения. Запреты затрудняют приспособление к обстоятельствам (они неадекватны), тогда как разрешения предоставляют свободу выбора. Разрешения не приводят ребенка к беде, если не сопровождаются принуждением. Истинное разрешение — это простое «можно», как, например, лицензия на рыбную ловлю. Мальчишку никто не заставляет ловить рыбу. Хочет он — ловит, хочет — нет и идет с удочками, когда ему нравится и когда позволяют обстоятельства.

Нужно еще раз подчеркнуть: быть красивой (так же как иметь успех) — это вопрос не анатомии, а родительского разрешения. Анатомия, конечно, влияет на миловидность лица, однако лишь в ответ на улыбку отца или матери может расцвести настоящей красотой лицо дочери. В основном все, что делают маленькие дети, они делают для кого-то. Наблюдения свидетельствуют, что сыновья свои силы или успех посвящают матери, а дочери свои радости и красоту — отцу. А возможно, и наоборот. Если родители видели в своем сыне глупого, слабого и неуклюжего ребенка, а в дочери — уродливую и глупую девочку, то они такими и будут. Добавим: если дети хотят что-то делать хорошо, то им надо этому у кого-то

учиться. Делать для кого-то и учиться у кого-то — вот подлинный смысл сценарного аппарата. Напомним, что дети обычно делают что-то для родителя противоположного пола, а учатся у родителя того же пола.

Разрешение — главное орудие психотерапии в руках сценарного аналитика, ибо оно в основном дает возможность освободить пациента от предписания, наложенного родителями. Психотерапевт разрешает что-то Ребенку пациента со словами: «Все в порядке, это можно» или, наоборот: «Вы не должны...» В обоих случаях звучит обращение к Родителю:

«Оставь его в покое». Так что разрешения бывают позитивные и негативные. В случае позитивного разрешения, или лицензии, «Оставь его в покое» означает «Пусть он это делает». Таким способом нейтрализуется предписание. Негативное разрешение, или внутреннее освобождение, означает: «Не принуждай его к этому». Этим способом нейтрализуется провокация. Некоторые разрешения совмещают в себе обе функции, что ясно видно в случае антисценария. (Когда Принц поцеловал Спящую Красавицу, он одновременно дал ей разрешение (лицензию) — проснуться — и освободил от проклятия злой колдуньи.)

Одно из самых важных разрешений — разрешение не быть глупцом, стараться думать самому. К сожалению, многие даже пожилые пациенты с самого раннего детства не умеют мыслить самостоятельно, порой даже кажется, что у них нет ни единой собственной мысли, что они не понимают даже, что это такое — мыслить. Вовремя данное разрешение помогает им преодолеть этот барьер. Надо видеть, как они радуются! Конечно, будешь радоваться, если в шестьдесят или семьдесят лет высказывается первое разумное соображение твоей жизни! Но для этого порой приходится переделывать работу предыдущих психотерапевтов. Ведь некоторые наши пациенты в своей жизни обращались в психиатрические клиники, где малейшая попытка мыслить сталкивалась с мощным сопротивлением персонала. Мыслить самостоятельно означало «умничать», а этот «грех» считалось необходимым пресекать в корне.

Некоторые явления наркомании и навязчивых идей могут быть продуктом родительских провокаций, их необдуманых, негибких указаний, например: «Не проси у меня деньги», — говорит мать юноше, впавшему в героиновую зависимость. Она как бы разрешает ему заниматься наркоманией, только не дает на это деньги.

Разрешение должно быть гибким и подвижным. В такой форме оно дает наиболее нужную реакцию, особенно по сравнению с устоявшимися моделями, запечатленными в родительских лозунгах и директивах. Разрешение не имеет ничего общего с воспитанием вседозволенностью. Важнейшие разрешения — это разрешения любить, изменяться, успешно справляться со своими задачами. Человека, обладающего подобным разрешением, видно сразу, так же как и того, кто связан всевозможными запретами. («Ему, конечно, разрешили думать», «Ей разрешили быть красивой», «Им разрешено радоваться»).

Одним из перспективных направлений сценарного анализа мы считаем изучение разрешений во время наблюдения за глазами маленьких детей. В некоторых ситуациях ребенок бросает взгляд в сторону родителей, как бы спрашивая разрешения на что-то. Иногда он считает себя вправе действовать без «консультаций». В случае точной интерпретации можно провести важное различие между «разрешениями» и «правами».

Внутреннее освобождение

«Расколдовыватель», или внутреннее освобождение, — это «устройство», отменяющее предписание и освобождающее человека из-под власти сценария. Человек становится автономным и подвижным собственными намерениями. В рамках сценария это — «устройство» для его саморазрушения. В одних сценариях оно сразу бросается в глаза, в других — его надо искать и расшифровывать, как речения дельфийского оракула в Древней

Греции. Об этом «устройстве» мало клинических данных, наверное поэтому люди и прибегают к лечению, так как не могут обнаружить его сами. Однако и психотерапевт не всегда найдет его быстро. Например, женщина живет по сценарию «Спящая Красавица», полагая, что она избавится от фригидности тогда, когда встретит прекрасного Принца с Золотыми Яблоками. И за Принца она вполне может принять психотерапевта. Последний, конечно, отклонит эту честь в основном по этическим соображениям, но еще и потому, что у предыдущего терапевта (без лицензии) его Золотые Яблоки обратились в пыль.

Иногда «расколдовыватель» таит в себе иронию. Такое обычно бывает в сценариях неудачников: «Все наладится, но после твоей смерти».

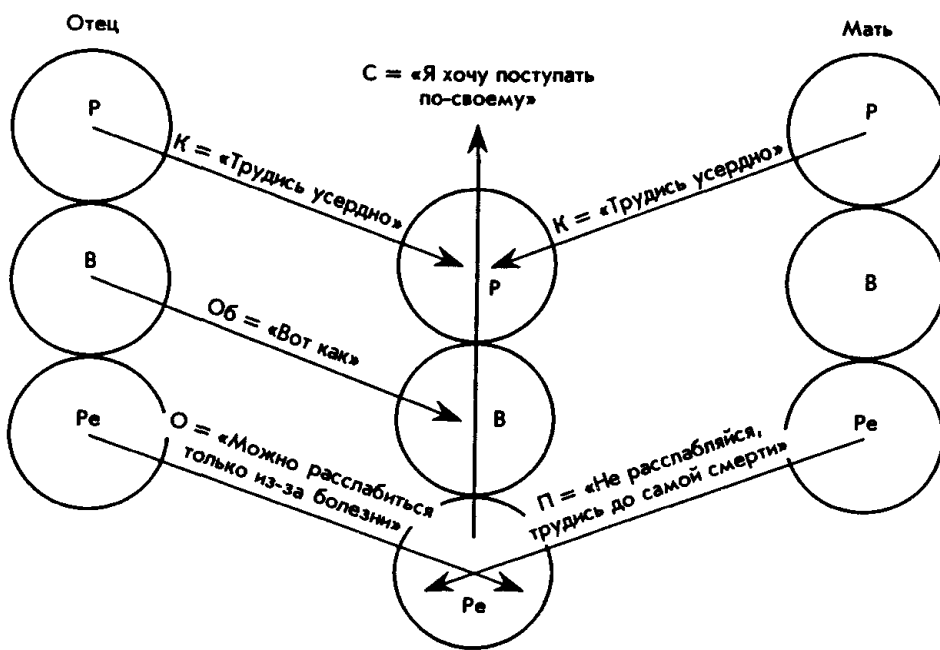
Внутреннее освобождение может быть ориентировано либо на событие, либо на время. «Когда встретишь Принца», «Когда умрешь сражаясь» или «Когда родишь троих» — это событийно ориентированные антисценарии. «Если переживешь возраст, в котором умер твой отец» или «Когда проработаешь в фирме тридцать лет» — это антисценарии, временно ориентированные.

Мы приведем пример, который в какой-то степени иллюстрирует внутреннее освобождение человека.

Чак — доктор в отдаленном районе Скалистых гор. На многие мили вокруг не найти другого врача. Он трудится день и ночь, но, как ни старается, денег на содержание большой семьи не хватает: он вечно в долгу у банка. Уже давно он ищет партнера, чтобы разделить с ним обязанности, но достойного, как он считает, не попадает. Оперировать приходится дома, в поле, в больнице, иногда даже где-нибудь в горах. Он чрезвычайно энергичен и всегда выкладывается до конца, но не обретает спокойствия и удовлетворения. В конце концов Чак свалился с тяжелейшим сердечным приступом. После выздоровления он нашел одну больницу, предлагавшую стипендии врачам общего профиля, желающим квалифицироваться в какой-то одной специальности. Одновременно нашелся кандидат на его место сельского доктора. Он бросил интересную, но очень трудную практику и стал приобретать новую, хирургическую специальность.

«Я мечтал об этом всегда, — сказал он психотерапевту, — но не надеялся вырваться из-под власти наставлений моих родителей, пока не довел себя почти до инфаркта. Но благо инфаркта нет, и сейчас счастливейшее время моей жизни». Инфаркт был его «расколдовыватель», единственный путь избавления. Но благодаря помощи психотерапевтической группы ему удалось вырваться из своего сценария в добром здравии.

Случай Чака показывает относительно простой и четко определенный способ действия всего сценарного аппарата, как он изображен на схеме 9. Антисценарий (контрсценарий) завещан ему обоими родителями: «Трудись усердно». Отец служил для него образцом без усталости работающего врача. Материнское предписание гласило: «Не расслабляйся, трудись до самой смерти». Однако отец предложил ему и «расколдовыватель»: «Можно расслабиться только из-за болезней». Лечение заключалось в том, чтобы добраться до той части его сознания,



П = Сценарий К² = Контрсценарий О = Освобождение С = Сильное желание Об = Образец

Схема 9. Трудолюбивый человек, добившийся успеха откуда эти «голоса» посылали свои директивы. Предписание было снято разрешением: «Ты можешь расслабиться без болезни». Разрешение, миновав все преграды, охраняющие сценарный аппарат, сняло заклятие. Совершенно бесполезно было говорить ему о том, что так не может далее продолжаться, так как он заболит. Он вполне сознавал эту угрозу, но напоминание о ней только приводило его в еще большее отчаяние, ибо только серьезное заболевание могло стать для него освобождением. Ему требовались не угроза и не приказ (приказов у него в голове было достаточно), а разрешение, которое освободило бы его от всех приказов. Что и было сделано! Тогда он перестал быть жертвой своего сценария и стал хозяином самому себе. Он по-прежнему много работал, а отец по-прежнему оставался для него образцом медика, но сценарий уже не заставляет его мчаться навстречу гибели. Так в пятидесятилетнем возрасте человек обрел возможность следовать собственным, свободно избранным путем.

Сценарное оборудование

Сценарное оборудование — это «детали, болты и гайки», из которых строится сценарный аппарат набора «Сделай сам», который частично предоставляют ребенку родители, а в какой-то степени он «делает» сам.

Клементина находилась в подавленном состоянии из-за несчастной любви. Со своим возлюбленным она боялась быть откровенной, ибо ей жутко было его потерять. С другой стороны, она думала, что потеряет его, если не будет с ним откровенной. Ничего дурного за этим не скрывалось. Ей лишь не хотелось, чтоб он знал о ее подлинной страстности. Иногда это противоречие приводило ее в панику, а порой делало бесчувственной. Рассказывая об этом, она приходила в такое смятение, что буквально теряла голову.

Как могли реагировать на это ее родители? Отец, наверное, сказал бы: «Не придавай этому значения. Не теряй голову». А мать? «Он использует это для своей выгоды. Не привязывайся к нему. Он тебя все равно рано или поздно бросит. Ты для него недостаточно хороша. Он недостаточно хорош для тебя».

Во время транзакционного анализа выяснилось следующее. Когда девочке было около шести

лет, ее дядя, тогда еще подросток, заставил ее испытать сексуальное возбуждение. Родителям она ничего не сказала. Однажды, увидев ее в ванне, отец заметил, как она мила в голом виде, и рассказал об этом в ее присутствии своим гостям. В числе гостей был и «сексуальный» дядя. А как она к этому отнеслась? «Я хотела спрятаться... Боже, они могли узнать о моем состоянии». Что она думала при этом об отце? «Мне хотелось сделать ему как можно больнее. Но при этом где-то глубоко внутри у меня вырывалось: ха-ха! У меня был свой секрет, но хуже всех чувств было то, что я знала: „Мне это нравится“».

Из своих реакций Клементина сконструировала сценарий, согласно которому ее ждали страстные любовные связи и расставания. Но при этом она намеревалась выйти замуж и иметь детей.

1. В приведенном примере имеются два антисценарных лозунга, провозглашенных отцом: «Не придавай значения» и «Не теряй голову». Они соответствуют стремлению девушки выйти замуж и иметь семью.

2. Имеется пять предписаний от матери, укладываемые в одно: «Ни к кому не привязывайся».

3. Налицо соблазнение страстью и сексом, возбужденное дядей и подкрепленное отцовской провокацией.

4. Соблазны и провокации Родительских «демонов» заставили ее собственного «демона» бодрствовать всю ее жизнь.

5. Можно предположить наличие «встроенного» освобождения: это уже знакомый нам Принц с Золотыми Яблоками, совсем не похожий на отца. Только найдет ли его в своей жизни эта женщина?

Побуждения и разговоры

Человек, путающийся в лабиринтах своего сценарного аппарата, одновременно имеет и свои собственные независимые побуждения. Они могут являться в дневных «снах наяву» или в смутных галлюцинациях перед засыпанием: великие дела, которые он совершит на следующий же день, или спокойствие и благополучие, которыми он насладится по прошествии многих лет борьбы. У каждого мужчины, у каждой женщины есть свой «тайный сад», ворота которого охраняются от вторжения грубой толпы непосвященных. Это зримые представления о том, что бы они сделали, если бы могли делать то, что им хочется. Счастливы правильно выбирают время, место и человека для осуществления своих мечтаний, другие осуждены печально бродить за пределами собственных стен, где витает их мечта. Именно этому и посвящена настоящая книга: что происходит вне этих стен, то есть тем внешним транзакциям, которые либо сушат, либо питают яркие цветы человеческой души.

Многие дела, явления человек может (как домашнее кино) прокручивать в своей голове, произнося при этом различные диалоги. Каждая вслух высказанная фраза или сценарное решение чаще всего является продуктом такого диалога. Мать, отец, взрослый — все они говорят: «Тебе следовало бы...», а сам Ребенок, окруженный со всех сторон, хочет вырваться и получить что-то свое, им самим желаемое. Кто из нас не знает удивительного и почти бесконечного запаса диалогов, укрытого в затаенных уголках собственного сознания. Там порой хранятся полные ответы на вопросы, которые трудно даже себе вообразить. Но если «нажать нужную кнопку», то когда-нибудь они могут вылиться в прекрасную поэзию. Хорошие сценарные аналитики умеют распознавать и усиливать эти природные возможности человека. В этом состоит важный элемент применяемой ими психотерапии.

Задача сценарного аналитика заключается в том, чтобы любому обратившемуся за консультацией человеку помочь стать свободным в осуществлении своих стремлений. Он

помогает Ребенку пробиться сквозь царящее порой в голове у пациента вавилонское столпотворение и добиться, чтобы он сказал:

«Именно этого я и хотел, и я сделаю это так, как мне самому хочется».

Победители

Победители тоже могут быть «запрограммированы». Как благословение звучит: «Будь великим!» Предписание имеет адаптивный, а не запрещающий характер: «Не будь эгоистом!», а толчок поощряет: «Недурно сделано!» Когда имеются такие благожелательные предписания и разрешения, ребенку остается справиться с «демоном», прячущимся в затаенном изначальном сознании.

У всех ли есть сценарий!

Ответить на этот вопрос с какой-то степенью уверенности трудно. Однако мы считаем, что каждый человек в определенной степени «запрограммирован» с ранних лет. Как уже отмечалось, некоторые обретают автономию благодаря чрезвычайным внешним обстоятельствам, некоторые — путем внутренней реорганизации, другие — актуализируя антисценарий. Ключом обычно служат разрешения. Чем больше у человека разрешений, тем менее он связан сценарием. И наоборот, чем жестче подкрепляются сценарные директивы, тем менее он способен выйти за границы сценария. Весь человеческий род, наверное, можно представить в виде линии, на одном конце которой — те, кто так или иначе обрел автономию; на другом — те, кто привязан к сценарию, а в промежутке — все остальные, изменяющиеся в зависимости от перемены их взглядов и обстоятельств.

Людей, привязанных к сценарию, мы подразделяем на два типа. 1. Человек, руководимый сценарием. У него есть много разрешений, но, прежде чем насладиться разрешенным, он должен исполнить все сценарные требования. Хорошим примером такого типа людей может быть усердный работник, который умеет развлечься в свободное время. 2. Людям, одержимым сценарием, также кое-что разрешено, но им суждено «гнать» свой сценарий любой ценой, посвящая ему все свое время. Типичным примером служит запущенный алкоголик или наркоман, который с немыслимой скоростью мчится навстречу своей гибели. Одержимыми мы считаем жертвы трагического, или «рокового», сценария.

Антисценарий

Однако нередко встречаются люди, бунтующие против своего сценария, пытающиеся делать противоположное тому, что «следует». Обычный пример: бунтующий подросток или женщина, которая говорит: «Вот уж чего я не хочу, так это быть похожей на свою мать». Подобные высказывания надо интерпретировать очень осторожно, ибо может быть несколько вариантов.

1. Возможно, этот человек живет по антисценарию, нынешний его бунт — это не что иное, как сценарный прорыв.

2. Человек, наоборот, жил по сценарию, а в настоящий момент актуализируется его антисценарий.

3. Человек нашел «раскол-довыватель» и освободился от сценария.

4. Он получил разные директивы от отца и матери или разные директивы от разных «родительских наборов» и теперь переходит от одних директив к другим.

5. Он просто следует особой сценарной директиве, предписывающей бунт.

6. Речь идет о проваленном сценарии, когда человек отчаялся реализовать сценарные директивы и махнул на все рукой. Это частая причина депрессий и возникновения шизофренических приступов.

7. Может быть, человек сумел освободиться и преодолеть сценарий своим собственным усилием или с помощью психотерапии, но это следует отличать от «перехода на антисценарий».

Перечисленные альтернативы показывают, как осмотрителен должен быть сценарный аналитик, если он (и его пациент) хочет правильно понять причину поведенческих изменений. Если сценарий сравнить с компьютерной перфокартой, то антисценарий — это та же карта, только с обратной стороны. Конечно, это грубая аналогия, но она попадает в точку. Разве мы не сталкиваемся с ситуациями, когда мать говорит сыну:

«Не пей»,— а он пьет еще больше? Если она говорит: «Принимай душ каждый день»,— то он может вообще не мыться. Если она требует: «Учись прилично»,— он может вообще бросить учебу. Создается впечатление, что он любым способом добивается неудачи.

Однако, становясь неудачником, он как бы постоянно обращается к сценарной программе. Оказывается, не слушаясь материнских советов, он все же подчиняется родительской программе почти так же строго, как если бы выполнял все советы матери. Следовательно, там, где свобода ведет к поражению, она иллюзорна. Если человек перевертывает программу на обратную сторону, то он все равно остается запрограммированным. Если он не порвал «карту», а только ее перевернул, то он действует по антисценарию.

Резюме

Сценарный аппарат неудачника состоит из предписаний, провокаций и «проклятия». Эти элементы надежно запечатлеваются в сознании ребенка уже к шестилетнему возрасту. Для сопротивления ребенок наделен «демоном», а иногда «расколдовывателем». Позже он начинает воспринимать лозунги, составляющие антисценарий. Все это время он усваивает поведенческие образцы, которые одновременно служат и сценарию, и антисценарию. У победителя тот же самый аппарат, но он «запрограммирован» более адаптивно и обычно более автономен, поскольку пользуется многими разрешениями. Но у всех людей в тайниках сознания копошится «демон», внезапно приносящий человеку то радость, то горе.

Сценарные «орудия» — это те параметры или тот предел, которые ставят человеку границы в том или ином его деле. А модели поведения, которые он черпает из опыта родителей, в том числе родительских игр, дают ему возможность структурировать свое время, свои действия. Следовательно, сценарий в целом — это план, ограничивающий и структурирующий человеческую жизнь.

ТРУДНОСТИ, ВОЗНИКАЮЩИЕ ЕЩЕ В ДЕТСТВЕ

Сюжеты и герои

Возраст от шести до десяти лет в психоанализе называется латентным периодом. В это время ребенок старается увидеть, скорее, узнать как можно больше обо всем мире. В эту пору у него имеется лишь смутное представление о своих целях в жизни.

Большинство детей начинают свою сознательную жизнь с желания жить вечно и всегда любить своих близких. Но многие обстоятельства жизни через пять-шесть лет могут заставить ребенка взглянуть на эти проблемы иначе. И он может решить (что понятно из-за ограниченности его опыта) умереть молодым или никогда никого больше не любить. С

помощью родителей и всей окружающей его среды он узнает, что жизнь и любовь со всеми их опасностями все же достойны внимания. Постепенно он узнает мир и, оглядываясь вокруг, мысленно спрашивает себя: «Что может произойти со мной в этом громадном мире?» Он находится в постоянном поиске сюжета, к которому подошло бы его сценарное оборудование, а также героя, который указал бы ему надлежащую дорогу.

Сюжеты и герои живут в сказках и историях, содержащихся в книгах, которые он читал сам, которые читали или рассказывали ему люди, пользующиеся его доверием, — мама, папа, бабушка, дедушка, приятели или детсадовский воспитатель, прошедший соответствующую педагогическую подготовку. Процесс рассказывания сказок сам по себе более реален и более захватывающий, чем уже рассказанная сказка. Что происходит между ребенком и матерью после сказанных ею слов: «А когда почишь зубы, я расскажу тебе сказку» — и моментом, когда, закончив сказку и улыбнувшись со словами: «Ну, вот и все...», она плотно подтыкает под него одеяло? Каков его последний вопрос и как она подоткнет одеяло после каждой рассказанной сказки? В эти моменты жизненный план обретает плоть, тогда как рассказанная сказка или прочитанная история дает ему «скелет». В него входят как части «скелета»:

- 1) герой, на которого ребенок хочет быть похожим;
- 2) злодей, который может стать примером, если ребенок подыщет ему соответствующее оправдание;
- 3) тип человека, воплощающий в себе образец, которому он хочет следовать;
- 4) сюжет — модель событий, дающая возможность переключения с одной фигуры на другую;
- 5) перечень персонажей, мотивирующих переключение;
- 6) набор этических стандартов, предписывающих, когда надо сердиться, когда обижаться, когда чувствовать себя виноватым, ощущать свою правоту или торжествовать. Если помогут внешние обстоятельства, то жизненный путь человека может соответствовать плану жизни, сложившемуся на этой основе. Поэтому психотерапевту очень важно знать любимую сказку или историю из далекого детства пациента, ибо она может составлять сюжет его сценария со всеми недостижимыми иллюзиями и будто бы неизбежными трагедиями этого человека.

Излюбленная эмоция

В возрасте примерно до десяти лет у ребенка формируется эмоция, которая будет преобладать в его жизни. Причем предварительно он как бы «экспериментирует», поочередно испытывая чувства злости, вины, обиды, испуга, недоумения, радости, торжества и т. д. На что-то в семье совсем не обращается внимание, что-то с негодованием отвергается, но что-то из этого «набора» «работает» и приносит свои результаты. Излюбленное чувство становится чем-то вроде условного рефлекса, который также может сохраниться на всю жизнь.

Поясним дело, прибегнув к теории, рассматривающей возникновение чувств по аналогии с выигрышем в рулетку. Представим себе поселок из 36 домов, выстроившихся по кругу у центральной площади, и представим себе, как где-то, где рождаются дети, собирается родиться ребенок.

Большой Компьютер, ответственный за эти дела, раскручивает колесо рулетки, шарик падает на цифру 17. Большой компьютер возглашает: «Следующий ребенок идет в дом № 17». Колесо крутится снова, выпадает поочередно 23, 11, 26, 35, 31, и следующие пятеро детей идут в дома под этими номерами. Через десять лет дети научились реагировать каждый своим собственным образом. Тот, кто из дома 17, говорит: «В нашей семье, когда назревает

ссора, мы злимся». Тот, кто из дома 23, сообщает: «Когда назревает ссора, мы чувствуем себя оскорбленными». Дети из домов 26, 11 и 35 вместе со всеми их семьями чувствуют вину, испуг или недоумение. Тот же, кто попал в дом 31, говорит: «А мы, когда возникает ссора, стараемся выяснить, в чем дело». Похоже, что номера 17, 23, 11, 26 и 35 станут неудачниками, а номер 31 — скорее всего, победителем. Но, предположим. Большой Компьютер раскрутил рулетку и выпали другие номера, или те же, но в другом порядке. Ребенок А вместо дома 17 попал в дом 11 и стал пугаться вместо того, чтобы сердиться, а В из дома 23 поменялся местами с F из дома 31. Тогда не В будет неудачником, а F победителем, а наоборот.

Если отвлечься от сомнительной мысли о влиянии генов — будто излюбленные чувства усваиваются генетически — то можно представить, что пациент, привыкший, например, считать себя виноватым, мог бы, воспитываясь в другой семье, быть из-за той же причины злым. А ведь каждый человек чаще всего считает свое излюбленное чувство естественным или даже неизбежным в той или иной ситуации. В этом заключается одна из причин, вызывающих необходимость в работе психотерапевтических групп. Если через двадцать лет те же шестеро встретятся в такой группе, и «ребенок» А, рассказав о своей неудаче, закончит словами: «Я, естественно, разозлился», — ребенок В скажет: «Я бы почувствовал себя оскорбленным», С добавит: «Я бы считал себя виноватым», D испугался бы, E — испытал недоумение. А «ребенок» P (который, наверное, станет к этому времени психотерапевтом) скажет: «А я бы выяснил, как можно поправить дело». Который из них прав? Каждый непоколебимо убежден в естественности своей реакции. Правда же в том, что ни одна из них не естественна; каждая усваивается или, точнее, избирается в раннем возрасте.

Страх, недоумение, обида и т. п. — все это разновидности излюбленных чувств, которые в любой группе с хорошим психотерапевтом легко определить в соответствии с создавшейся ситуацией. Каждое из них избрано индивидом из всех возможных чувств и постепенно стало «выигрышем», извлекаемым из игр, в которых он участвует. Члены группы обычно это быстро схватывают и тогда уже знают, что один из них руководствуется чувством, определяемым как «гнев», другой — «оскорбление» и т. д.

Любой из членов группы будет шокирован даже предположением о том, что его излюбленное чувство — не естественная, универсальная и неизбежная реакция на ситуацию, с которой он столкнулся. «Злые» разозлятся на тех, кто усомнится в искренности их чувств, а «оскорбляющиеся» почувствуют себя оскорбленными.

Психологические «купоны»

Психологические «купоны» — это «валюта» транзакционного рэкета. В детстве ребенок усваивает от родителей все, что надо чувствовать при наступлении любых жизненных трудностей: оскорбление, вину, испуг, недоумение, злость, смущение, удивление, негодование, торжество и т. д. Любое из этих чувств может превращаться в рэкет, если человек привыкает пользоваться им. Участвуя в играх, он может с помощью этой «валюты» собрать приличный «урожай». Под эту категорию подпадает, например, значительная часть так называемого естественного гнева у взрослых людей (обычно это: «Ну что, попался, негодяй»). Ребенок в пациенте полон подавленного гнева и ждет, пока кто-то даст повод для «оправданного» его излияния. «Оправданного» здесь означает, что Взрослый поддерживает Ребенка, говорящего Родителю: «Ну разве можно было не выйти из себя в подобных обстоятельствах!» Освобожденный от родительской цензуры, он оборачивается к обидчику: «Ха! Никто не может обвинить меня в несправедливости, так что ты попался!» и т. д.

Психологические «купоны» многие люди используют так же, как и коммерческие.

1. Психологические «купоны» чаще всего получают в дополнение к повседневным

транзакциям. Так, например, супружеская ссора обычно начинается с какой-то мелкой реальной проблемы. Во время перебранки Взрослый одного из супругов занимается своим делом (ссорой), а Ребенок (в другом супруге) жадно ждет премиальных «купонов».

2. У тех, кто собирает психологические «купоны», имеются свои любимые приемы. Например, привыкший сердиться уже не возьмет на себя вину за что-то случившееся. Так, в четко структурированных супружеских играх все возможности рассердиться обычно использует один из супругов, тогда как другой берет на себя вину или остается в состоянии недоумения. В результате оба «выигрывают», исполняя каждый свою роль. Встречаются, однако, люди, испытывающие большой эмоциональный голод, поэтому они играют в «Оранжею», старательно культивируя в себе любое захватившее их мимолетное чувство. Хорошие психологи умеют осмысливать все дуновения подобных чувств. Работая в терапевтических группах, они передают это умение своим пациентам.

3. Некоторые люди каждый вечер перед сном перебирают свои обиды, нанесенные им когда-то оскорбления. Некоторые делают это редко, а другие вообще вспоминают только тогда, когда им скучно. Встречаются люди, которые только и ждут хотя бы одного повода, чтобы вспомнить все обиды и оскорбления, наконец взорваться и «бесплатно» продемонстрировать свои эмоции. Некоторым нравится копить эти чувства, другие предпочитают постоянно изливать их на окружающих.

4. Людям иногда нравится демонстрировать друг другу свои коллекции болей, бед и обид, сравнивать, у кого их больше или меньше. Например, некоторые компании можно сравнить с выставочным залом, в котором люди демонстрируют свои психологические «купоны», обсуждая и оценивая поступки и действия тех или иных своих знакомых.

5. «Магазин», где отоваривают психологические «купоны», имеет тот же набор выигрышей, что и соответствующий торговый центр. За несколько «купонов» можно получить порой какую-нибудь мелочь, например пофантазировать о недоступной женщине или о супружеской измене. А за солидную «купюру» можно выбрать что-нибудь крупное: право плюнуть на все семейные неурядицы, развестись и уйти из дому или решить вопрос об уходе с работы.

6. Большинство людей понимают, что психологические «купоны» на самом деле не бесплатны, что за их коллекции надо платить, причем кому одиночеством, кому бессонницей, а другим — повышенным кровяным давлением или желудочными болями. В результате они перестают собирать «купоны». Другие до этого могут так и не додуматься в течение всей своей жизни. Некоторые люди, чувствуя опасность, все же продолжают играть, ибо без этого жизнь им кажется слишком серой. Поскольку их образ жизни сам по себе не оправдывает их существования, то они «украшают» его поиском поводов для редких жизненных вспышек.

7. Некоторые люди предпочитают не играть, а говорить открыто, то есть не навязывать «купоны» другим и самим не поддаваться ни на какие ухищрения. Благодаря сэкономленной таким образом энергии эти люди готовы к более адекватному выражению чувств в соответствующих ситуациях и с достойным партнером. Иногда человек набирает «купоны» безо всяких проблем, а платит за это кто-то другой. Так, профессиональный шулер может жить в свое удовольствие, не думая об опасности разоблачения; подростки порой играют на нервах старших, не испытывая угрызений совести. Однако в принципе тот, кто собирает подобные «купоны», рано или поздно обязательно будет за это «платить».

8. Некоторые люди склонны к приобретению «поддельных купонов». Они воображают провокации там, где их нет и не может быть. В таких случаях можно говорить о признаках паранойи. Таких пациентов в консультациях психотерапевт обычно делит на два типа:

а) пациент выискивает поддельные несправедливости, а Ребенок в нем восклицает: «Смотри, что они мне делают!»;

б) пациент собирает поддельные добрые знаки, а Родитель в нем удовлетворенно

констатирует: «Они не смеют мне это сделать».

9. Пациенту очень трудно бросить собирать свои психологические «купоны». Этот фактор обычно затрудняет работу психотерапевта, ибо для выздоровления пациенту нужно не только пересилить себя, перестав играть, но и отказаться от удовольствия использовать ранее полученные «купоны». При этом надо помнить, что «прощения» жизненных обид совсем недостаточно: они должны навсегда утратить всякий смысл с точки зрения новой жизни (если, конечно, человек всерьез расстанется со своим сценарием). В жизни, как показывает нам опыт, «простить» чаще всего означает положить «купоны» в дальний ящик, а не уничтожить их совсем. Они так и будут лежать, пока дела человека идут гладко, но как только нагрянет новая обида, они вытаскиваются на свет, добавляются к свежим обидам, только что полученным, и начинают все вместе подсчитываться: хватит ли на «крупный приз»? Так, алкоголик может «простить» свою жену, которая отнимала у него флягу с вином. Но если она «споткнется» вновь, он уже не ограничится просто выпивкой, а соберет в кучу все «купоны», то есть оскорбления и обиды, накопившиеся за годы брака, и уйдет в такой загул, который закончится скорее всего белой горячкой.

До сих пор ничего не было сказано о добрых чувствах, таких, как правота, триумф или радость. «Купоны» правоты чаще всего не очень-то заметны, поэтому не представляют ощутимой ценности. Они ни на что не обмениваются, кроме повышенного радостного настроения. «Купоны» триумфа отливают блестками, а потому не пользуются успехом среди людей с хорошим вкусом. Они, однако, обмениваются на бесплатные празднества и могут быть использованы с толком — доставлять удовольствие многим людям. Радость, как и отчаяние, — подлинное чувство, а не выигрыш в игре, поэтому можно говорить о чистом золоте радости, как мы говорим о черной ночи отчаяния.

Люди, собирающие «коричневые купоны» (дурные чувства, неприятные ощущения), опасаются «золотых купонов», предлагаемых в форме комплиментов и красивых жестов. Они легко обходятся с привычным для себя дурным чувством, поэтому не знают, как относиться к доброму слову, в связи с чем либо отклоняют комплимент, либо отворачиваются, сделав вид, что его не расслышали. Кроме того, собиратель «коричневых купонов» может самый искренний комплимент превратить в намеренное оскорбление. Вместо того чтобы отклонить его или притвориться недослышавшим, он превращает его в поддельный «коричневый купон». Приведем распространенный пример:

«Милый, ты сегодня прекрасно выглядишь!» Ответ: «Я знаю, тебе казалось, что я плохо выглядел на прошлой неделе». Еще один пример: «Какое у тебя прекрасное платье!» Ответ: «Значит, вчерашнее тебе не нравилось!» Превращать комплименты в обиды и оскорбления очень легко. Это делают люди, которые не задумываются о том, как портят они жизнь не только себе, но и всему своему окружению. Если окружающие люди сами не провоцируют, не оскорбляют, не пугают такого человека, то он может начать игру с целью заставить их это делать. В игре он «бесплатно» причинит кому-то боль, страх, а потом и дополнительное страдание.

Между психологическими и коммерческими «купонами» есть определенное сходство. Будучи раз использованными, они ни на что уже не годны, но некоторые люди любят ностальгически поговорить о них. Ключевое слово здесь — «вспомни». Человек в обычном разговоре, наверное, скажет: «Ты помнишь, как...» «Помнишь, как мы ездили в горы?» — это воспоминание. Но когда речь идет о «купонах», давно утративших ценность, появляется императивное «вспомни»: «Вспомни, что было по дороге в горы. Вначале ты задел крылом машины телеграфный столб, к тому же ты забыл... а потом вспомни, как ты себя вел, кроме того...» и т. д. Это застарелый упрек, не годный даже на то, чтобы вызвать оправданную вспышку гнева.

Юристы профессионально употребляют слово «вспомните». Адвокат ответчика

потребуется: «Вспомните...», намереваясь вытащить и продемонстрировать суду старые, поблекшие, а иногда и просто поддельные «купоны» истца. Адвокаты — опытные коллекционеры, знатоки психологических «купонов». Одного взгляда на такую «коллекцию», большую или малую, им порой хватает, чтобы определить стоимость своей работы в том или ином судебном процессе.

Неискренние супруги могут обманывать друг друга, взаимно предъявляя использованные или фальшивые «купоны». Например, муж обнаруживает, что его жена флиртует с хозяином фирмы, где она служит. Но случилось так, что ему фактически пришлось спасти ее от насилия хозяина. Последовала бурная сцена: она благодарила его, а он ее простил. Но впоследствии, напиваясь (а это бывало часто), он вытаскивал это дело на свет божий, и ссора повторялась снова и снова.

В переводе на язык «премиальных купонов» в первой сцене имел место оправданный гнев. Жена от всего сердца благодарила мужа, а он ее великодушно простил. Это было искреннее примирение, когда психологические «купоны» были полностью использованы и в дальнейшем утратили ценность. Но, как уже отмечалось, «простить» означает спрятать «купоны» в ящик до поры до времени, несмотря на то, что они уже однажды были «оплачены». Однако упомянутый муж каждый субботний вечер вытаскивал их и размахивал ими перед лицом жены. А она, вместо того чтобы категорически прервать этот конфликт, опять принимала виноватый вид, предоставляя мужу право на этот «бесплатный» гнев. В свою очередь она подсовывает ему поддельный «купон» благодарности. В первый раз благодарность была подлинным «купоном» чистого золота, но вскоре стала поддельной и лживой, как самоварное золото, которое только в пьяном угаре можно принять за настоящую драгоценность. Когда он бывал трезв, они оба были честны друг с другом и считали инцидент исчерпанным. Когда же он напивался, то они лгали друг другу. Он шантажировал ее лживыми упреками, а она платила ему фальшивой монетой. Так что аналогия между коммерческими и психологическими «купонами» почти абсолютна. С теми и другими человек обращается одинаково, согласно тому, как он воспитан. Большинство людей разменивают их и тут же о них забывают. Некоторые люди приучены бережно хранить их и даже лелеять. Вспоминая о них, они вздрагивают в предчувствии момента, когда все сразу можно будет «обменять» на что-нибудь крупное. Так эти люди копят гнев и боль, страх и обиду, держат их в затаенном состоянии, пока не появится возможность вырвать какой-нибудь большой выигрыш.

Психологические «премиальные купоны» — нечто вроде эмоциональной памяти, возможно существующей в форме постоянно возбужденных зарядов в замкнутой электрической цепи. Содержащаяся в них энергия должна как-то разрядиться. Время разрядки может быть частично определено генным механизмом, а частично — приобретенными в детстве условными рефлексам, то есть родительским «программированием».

Иллюзии

Детские иллюзии чаще всего связаны с поощрениями и наказаниями. Поощряется хорошее, наказывается плохое. У маленьких детей обычно имеется какой-нибудь Санта Клаус, который «следит» за их поведением и все учитывает. Но он есть только у малышей. Дети постарше в него не верят, по крайней мере они не примут за Санта Клауса дяденьку в маскарадном костюме, появившегося в новогоднюю ночь. Больших детей от маленьких отличает именно это неверие в новогоднего деда. Однако у больших детей, как и у взрослых, имеется свой вариант Санта Клауса, причем у каждого — свой особенный. Большинство людей всю жизнь ждут Санта Клауса или кого-то на него похожего. Но у Санта Клауса есть

противник. Если сам он — веселый старик в ярком тулупе, который живет на Северном полюсе и таскает мешки с подарками, то его противник — мрачная фигура в черном балахоне. Имя ее — Смерть. Весь человеческий род как бы разделен на две половины: одни живут в ожидании Санта Клауса (Жизни), другие — в ожидании Смерти, мрачной фигуры с косой в руках. Это — главные иллюзии, на которых основаны жизненные сценарии многих людей. Одни надеются всю жизнь, что когда-нибудь явится Санта Клаус с подарками для победителей, другие не видят в будущем ничего хорошего, так как все равно придет смерть, она и разрешит за неудачников все их проблемы. Поэтому мы рекомендуем психотерапевту первый вопрос об иллюзиях задавать такой: «О чем вы чаще думаете — о Санта Клаусе, который еще принесет вам счастье, или о смерти?» Новогодний дед дает человеку «выигрышный билет» в лотерею наподобие прекрасной пожизненной ренты или долгой молодости. Думы о смерти ослабляют трудоспособность человека, предвещают раннее угасание полового чувства и преждевременную старость.

Многие сценарии основываются на какой-нибудь иллюзии. Познать истоки иллюзий — неизбежная обязанность сценарного аналитика. Анализ иллюзий важнее с транзакционной точки зрения, ибо дает повод и для обоснования «купонов». Те, кто ждет Санта Клауса, обычно «собирают» комплименты, подтверждающие их хорошее поведение, или «муки», чтобы возбудить к себе сострадание. Те, кто ждет смерти, «коллекционируют» «купоны» вины, как бы играют со смертью, чтобы показать, что встретят ее даже с благодарностью.

Иллюзии можно сравнить с магазинами, в которых обмениваются «купоны». В двух таких «магазинах» имеется по одному набору правил. Если вести себя хорошо и претерпеть достаточно мук, то можно набрать много различных «купонов» и бесплатно получить дар от Санта Клауса. Если же, наоборот, умножать вину, то «дар» может последовать из «магазина» Смерти.

Иллюзии — это те же самые «если только...» и «когда-нибудь...», на которых люди порой строят свое существование. Во многих странах официальные лотереи дают некоторым людям единственную возможность осуществить свои мечты. И тысячи людей всю жизнь ждут свой счастливый номер лотереи. И в каждом тираже кто-то правильно угадывает, и чьи-то мечты осуществляются. Но вот что странно! Этот выигрыш не приносит чаще всего счастья. У большинства людей подобные счастливые выигрыши "утекают сквозь пальцы", и их обладатели возвращаются в свое прежнее состояние. Это происходит еще и потому, что вся система иллюзий в представлении человека несет какие-то элементы волшебства. Маленький ребенок уверен, что Санта Клаус спускается в трубу в то время, пока он спит, и оставляет возле его кровати красную машинку и большой апельсин. Но для него это не просто машинка или апельсин, это волшебные и единственные в своем роде игрушки, усеянные «алмазами и изумрудами». Однако когда ребенок обнаруживает, что такой же маленький красный автомобиль и апельсин оказались и у его приятеля, то он разочарованно спрашивает: «И это все?» Родители теряются в догадках: «Что же еще нужно, ведь мы купили ему то, что он хотел?» То же самое может происходить со взрослым человеком, выигравшим по лотереи. Он вдруг обнаруживает, что купленные им вещи такие же, как у других людей. Он спрашивает: «И это все?», нередко утрачивая к ним всякий интерес. В общем-то иллюзии для многих людей значительно привлекательнее, чем сама реальность. И сколь бы замечательной ни была реальность, очень часто ее меняют на самую неуловимую и невероятную иллюзию.

Дети сами никогда не отказываются от своих иллюзий. Если ребенок верит, что его родители волшебники, то частично потому, что это внушили ему сами родители. Невозможно представить себе мать или отца, которые не говорили бы своему ребенку: «Если ты сделаешь так, как я тебя прошу, у тебя все получится». А для ребенка это означает: «Если я сделаю так, как они говорят, то все мои мечты сбудутся по волшебству». Ребенок твердо в это верит, и его веру почти невозможно поколебать. Если мечты не осуществились, то не потому, что не

помогло волшебство, а потому, что он нарушил то или иное правило. И если он нарушил или забыл родительские указания, то это не значит, что он утратил веру в свои иллюзии. Это означает, например, что он не может больше выполнять предъявляемые требования (или никогда не мог). Отсюда может возникнуть чувство зависти, насмешки по отношению к тем, кто держится предписанного курса. Внутренний Ребенок в этом человеке еще верит в Санта Клауса, а Бунтовщик возражает. Многие люди и в более старшем возрасте не в состоянии сами расстаться с иллюзиями.

Родительское предписание в одном случае гласит: «Веди себя правильно, и беда тебя не коснется» — девиз, повторяющийся на протяжении всей истории, начиная с древнеегипетских поучений. В другом случае это предписание гласит: «Мир стал бы лучше, если бы ты мог занять в нем достойное место. Тогда ты обрел бы всемогущество и неотразимую силу». Удивительно, но, с точки зрения ребенка, оба эти девиза основаны на одном и том же родительском обещании: «Если будешь поступать так, как тебе сказано, я дам тебе любовь и защиту, а без меня ты — ничто».

Для того, чтобы пошатнуть первичные иллюзии, требуется огромная сила. Особенно быстро исчезают иллюзии в военное время. Ужасающий образец насильственного разрушения этой почти универсальной веры — известное фото, на котором изображен польский мальчик примерно девяти лет. Он одиноко стоит посреди улицы перед вооруженным эсэсовцем, на рукаве которого сверкает эмблема с мертвой головой, а в руках — пистолет. Испуганные глаза ребенка говорят: «Но мама мне сказала, если я буду хорошо себя вести, то со мной ничего не случится». Жестокий психологический удар можно нанести маленькому человеческому существу, если дать понять ему, что добрая мама его обманула. Именно этой муке предал фашистский солдат несчастного ребенка, изображенного на фотографии.

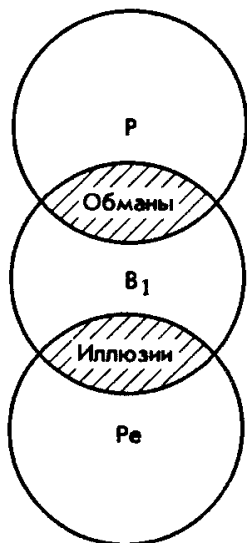
Психотерапевт иногда пытается насильственно прервать иллюзии, но для этого он должен руководствоваться глубокими знаниями и гуманностью, а также явно выраженным добровольным согласием пациента. Психотерапевт может встать перед необходимостью выбора: чтобы помочь пациенту, нужно подорвать иллюзии, на которых основана его жизнь. Надо, чтобы пациент понял, что должен жить в мире, каков он есть, а не в мире своих иллюзий. Это одна из самых тяжелых задач, выпадающих сценарному аналитику: сказать пациенту, что Санта Клаус не существует. Но осторожной подготовкой можно смягчить удар, и, быть может, психотерапевт будет тогда прощен.

Одна из прекрасных иллюзий детства — это появление человека на свет. Когда ребенок узнает, откуда берутся дети, происходит крушение этой драгоценной иллюзии. Для сохранения веры в чистоту своих родителей ему приходится как бы оговариваться, что у его родителей было все не так. Человек, заставляющий подростка задуматься над процессом

рождения детей, чаще всего предстает перед ним грубым и циничным, так как то, что рассказано, похоже на сообщение о предательстве матери.

Вера в Санта Клауса, думы о Смерти и материнской девственности присущи идеалистам, людям, слабым духом, разочарованным, у которых имеются собственные особые иллюзии. Диапазон их необычайно широк.

В раннем детстве волшебные иллюзии воспринимаются в самой романтической форме. Позже они проверяются реальностью, и кое от



а) Иллюзорная автономия



б) Подлинная автономия

чего ребенку приходится отказываться. От них остается лишь тайная сердцевина, образующая экзистенциальный жизненный фундамент. Наверное, только некоторые мужественные люди могут созерцать наготу жизни без дымки иллюзий. Одна из самых упорных иллюзий, которую трудно пошатнуть даже в зрелом возрасте,— это иллюзия автономности, или самоопределения. Чтобы в этом разобраться, рассмотрим схему 10 *a*.

253

Схема 10. Степени автономии

Область подлинной автономии, выражающейся в рациональной деятельности Взрослого, свободного от Родительских предрассудков и Детского смещения желаемого с действительным, отмечена индексом V_1 . В этом своем аспекте личность может вырабатывать зрелые (Взрослые) суждения на основе накопленных знаний и наблюдений. Этой своей стороной она представлена в профессиональной деятельности, когда, например, механик или хирург выполняет свою работу и судит о ней на основе знаний, полученных в процессе образования и своей практики. Область, обозначаемая буквой P ,— это сфера Родительского влияния; здесь гнездятся представления и предрассудки (как есть, одеваться, вести себя в гостях, во что верить и т. д., и т. п.). В области P_e концентрируются самозабвенные стремления и рано формирующиеся предпочтения — то, что ведет происхождение от Ребенка. Если человек способен осознать и разделить в себе эти три области, то он знает, что такое вести себя по-Взрослому, что он вынужден усвоить от других и что в его поведении детерминировано изначальными импульсами, а не практичным суждением и рациональным выбором.

Области, обозначенные как Обманы и Иллюзии, человек трактует чаще всего ошибочно. К Обманам относятся представления, которые он считает своими собственными, основанными на наблюдении и логике, тогда как на самом деле они навязаны родителями и выросли так глубоко, что стали как бы частью его настоящего Я. Иллюзии — это представления Ребенка в нем, но он считает их Взрослыми и рациональными, старается их оправдать, обосновать. Обманы вместе с Иллюзиями мы называем «загрязнениями». Иллюзия автономии, следовательно, основывается на ошибочном представлении о том, что вся область V_1 на схеме 10 *a* есть «незагрязненное» и автономное Взрослое состояние Я. На самом же деле она содержит в себе значительную часть того, что принадлежит Родителю и Ребенку. Подлинная автономия предполагает признание реальных границ Взрослого (как она показана на схеме 10 *b*, где заштрихованные области принадлежат другим состояниям Я). Схемы 10 *a*, *b* помогают в поисках меры автономии. Отношение площадей V_2 и V_1 мы называем «степенью автономии». Если V_1 велика, а V_2 мала, то степень автономии низка и велики иллюзии. Если V_1 мала (но все же больше, чем V_2), а V_2 велика (хотя и меньше, чем V_1), значит иллюзий мало и высока степень автономии.

Игры

В младенчестве ребенок искренен и прямодушен; тогда у него «все в порядке». Но скоро у него открываются глаза и он обнаруживает, что его «все в порядке» в определенной степени зависит от его поведения, в особенности от реакций по отношению к матери. Когда он учится вести себя за столом, то уже может понять, что мать признает это «все в порядке», но лишь с большими оговорками. И тогда в ответ он ставит под сомнение «все в порядке» своей матери. Так приобретает достаточно сложный опыт. Но одновременно закладывается фундамент для будущих игр. Ребенок использует этот опыт без зазрения совести, особенно в период приучения к воде и мылу, когда сила, конечно, на его стороне, так как во время еды,

когда он голоден, ему что-то нужно от матери, а в ванной ей требуется от него, чтобы он стал чистым. За столом ребенок вынужден «быть в порядке», реагировать на требования матери положительно, а в ванной «быть в порядке» — ее обязанность. К этому времени они оба уже не всегда бывают искренни: у матери уже есть свои маленькие хитрости, у ребенка — свои.

Проходят годы, и ребенок отправляется в школу. К этому времени у него есть в запасе несколько ловких приемов, возможно даже два-три грубых и жестоких; в худшем случае он уже одержим игрой. Все зависит от того, насколько хитры и жестоки его родители. Чем больше они ловчат в своей жизни, тем хитрее будет их ребенок, чем они жестче и грубее, тем ожесточеннее будет играть их отпрыск, считая, что только так он выживет. Практический опыт свидетельствует, что самый эффективный способ испортить ребенка, сделать его пугливым и напряженным — это как можно чаще бороться с его волей. А лучший способ разрушить его личность — бить его больно, чтобы он плакал.

В школе ребенок получает возможность испробовать на других детях и учителях игры, разученные дома. Кое-что он усовершенствует, кое от чего откажется, а кое-что усвоит от партнеров по играм. В школе он испытывает также твердость своих убеждений и своей позиции. Учитель может подтвердить его позицию (у него «все в порядке»), а может, наоборот, опустить его с высот на землю. В противоположном случае, когда самооценка ребенка низка, учитель может либо подтвердить ее (ученик этого лишь ждет), либо внушить ему лучшее представление о самом себе (ребенку бывает это нелегко усвоить). Если ребенок воспринимает весь мир с положительным знаком, то учитель поддерживает его, но если, наоборот, ученик убежден, что весь мир плох, то он будет стараться подтвердить свою позицию, постоянно раздражая этим учителя.

Есть множество особых ситуаций, которые трудно предвидеть и с которыми не всегда могут справиться как педагоги, так и дети. Например, учительница начинает игру под названием «Аргентина». «Что самое интересное в Аргентине?» — спрашивает она. Кто-то отвечает: «Пампасы». — «Не-е-ет». — «Патагония», — говорит кто-то еще. «Не-е-е-ет». — «Аконкагуа». — «Не-е-е-е-ет». Все уже начинают понимать, в чем дело: бессмысленно вспоминать учебник географии и говорить о том, что интересно им самим. Они должны догадаться, что думает она (учительница). Но это безнадежно, и класс сдается. «Кто еще хочет ответить?» — звучит обманчиво добрый голос учительницы. «Гаучо!» — триумфально возглашает она, заставляя всех учеников одновременно чувствовать себя идиотами. Они не в силах воспрепятствовать этой игре, а учительнице в такой ситуации невозможно прилично выглядеть в глазах даже самого доброжелательного ученика. С другой стороны, и самый умелый педагог вряд ли добьется высокой оценки со стороны ребенка, если дома из него выбивают всю его волю, не дают самостоятельно мыслить. Когда ребенок молчит, учитель заставляет его отвечать, тем самым насилуя его сознание и доказывая, что он, учитель, не лучше родителей. Но чем может педагог помочь ребенку?

Однако каждой позиции свойствен свой ассортимент игр. Играя с учительницей, ребенок замечает, на что она реагирует, а на что — нет, и на этом оттачивает свое «мастерство». Например, в позиции «надменности» (+—) он играет в «Вот я тебя поймал», в «депрессивной» (-+) — в игру «Сделай мне больно», в «тщетной» позиции (- -) — в игру под названием «Ты об этом пожалеешь». Ребенок может отказаться от той игры, которую учитель принимает, и обратиться к противоположной. Он может также испытывать эти игры на одноклассниках.

С последней позицией («Об этом пожалеешь»), пожалуй, труднее всего совладать. Но если учитель держится спокойно, поощряет ребенка разумным словом, не прибегая ни к упрекам, ни к извинениям, он сможет побудить его плыть туда, где, как солнце на восходе, сияет желанное «все в порядке».

Подростковый возраст — это период, определяющий, какие игры из домашнего репертуара

становятся для человека постоянными фаворитами, а какие будут забыты. Для психотерапевта очень важно задать пациенту такой вопрос о его детстве:

«Как относились к вам учителя в школе?», следующий за ним вопрос: «Как относились к вам в школе другие дети?»

Личность-«персона»

В школьном возрасте у ребенка в какой-то степени начинает формироваться реакция на вопрос: «Если нельзя прямо, открыто что-то говорить, то как с помощью хитрости добиться своего?» Все, что он узнает от родителей, учителей, школьных приятелей, от друзей и недругов,— все учитывается при этом ответе. Результатом становится «персона». Психолог К.-Г. Юнг определяет «персону» как установку, усваиваемую как маску, которая соответствует сознательным намерениям человека и в то же время отвечает требованиям и представлениям социальной среды.

В результате обладатель «персоны» может обманывать других, но очень часто и самого себя относительно своего подлинного характера. «Персона» формируется в основном как результат внешних влияний и собственных решений ребенка в возрасте примерно от шести до десяти лет. Взрослый человек в своем социальном поведении, то есть в непосредственном свободном общении, бывает приветливым или суровым, внимательным, спокойным или раздражительным. Он не нуждается в том, чтобы следовать модели Родителя, Взрослого или Ребенка. Наоборот, он может вести себя как школьник, приспособившись к ситуации общения под руководством Взрослого и не выходя за предписанные Родителем рамки.

Продуктом адаптации и бывает «персона». Она тоже соответствует сценарию человека. Если это сценарий победителя, то «персона» будет привлекательной, если же сценарий неудачника — отталкивающей для всех, кроме таких же, как он. Часто она моделируется по какому-либо «герою». За «персоной» обычно прячется в человеке Ребенок, который ждет возможности показать себя, когда наберется достаточно «купонов», чтобы можно было безнаказанно сбросить маску.

Вопрос, который психотерапевту следует задать пациенту в этой связи: «Что вы за человек?» или лучше «Каким человеком считают вас ваши знакомые?»

Семейная культура

Культуру человека определяет его семья, то есть все то, что он начал впитывать с младенчества. Духовные ценности определяются семьей. Сценарный аналитик вникает в самую суть дела, требуя ответа на вопрос: «О чем у вас говорится за обедом?» Его интересуют темы разговоров, которые могут оказаться (а могут и не оказаться) важными, так как используемые при этом транзакции могут дать важные сведения. Некоторые психотерапевты стремятся побывать дома на обеде у своих пациентов, чтобы получить максимум надежной информации в короткое время.

В некоторых семьях, даже если их девиз «Держи рот на замке», разговор в основном может вращаться вокруг пищи, так как все члены семьи помешаны на диете и здоровом желудке. В других семьях толкуют о деятельности кишечника, о слабительных и о более аристократическом средстве — о минеральных ваннах. Жизнь для них — это бесконечная встреча с трудностями и опасностями, о которых следует как можно быстрее избавляться. В некоторых семьях разговоры за столом вращаются вокруг зла, приносимого сексом. Девиз их: «В нашей семье все женщины — скромницы». Встречаются семьи, у которых в застольных разговорах присутствует вульгарная порнография.

Мы привели некоторые примеры из разговоров за семейным столом, предполагая, что за этим можно уловить стиль жизни семьи, его влияние на развитие ребенка, чтобы психотерапевт учитывал это и мог лучше понять истоки определенных проблем пациента.

ЮНОСТЬ

Юность — это возраст старшеклассников и студентов, пора получения водительских и гражданских прав, а также права распорядиться собственным телом и прочей собственностью. У девушек новые заботы — бюстгалтер и менструации, у юношей — бритье, а иногда — неожиданное препятствие, сокрушающее все планы и надежды: прыщи. В юности человек решает, что он будет делать в своей жизни или, по крайней мере, чем заполнит время до такого решения. С точки зрения сценарного аналитика, юношеские годы — это репетиция перед отъездом «на гастроли». В этом возрасте человек уже в состоянии ответить на вопросы: «Что вы говорите после того, как сказали „здравствуйте“?» и «Если родители и учителя не структурируют ваше время, как вы организуете его сами?»

Разговоры

Молчание можно всегда заполнить разговорами на самые разнообразные темы: о вещах, об автомобилях, о спорте. Некоторые люди, зная предмет разговора лучше других, стремятся затмить окружающих, то есть «пустить пыль в глаза». Знать больше или меньше остальных, испытать большой триумф или тяжкую неудачу — это сценарные факты. В жизни встречаются столь безнадежные неудачники, что даже несчастья их тривиальны; они ни в чем и никак не могут победить. Победитель обычно бывает благороднее или сильнее остальных, тогда как неудачнику приходится быть виновной или пострадавшей стороной. Для психотерапевта очень важный вопрос: «Как быть с упрямыми родителями, неудачными учителями, с провинившимися друзьями и подругами?» Спокойно обсуждать эти проблемы могут те люди, которые ждут Санта Клауса, которые переживают за игру любимой футбольной команды, которые любят своих добрых родителей, находятся в дружеских отношениях со своими приятными учителями, товарищами и подругами. А те люди, которые больше думают о смерти, смотрят на все это с презрением. У них свои сценарные способы времяпрепровождения: курение марихуаны, алкогольные застолья, драки. Но каким бы ни был человек, он со временем начинает сравнивать свои «купоны» с «купонами» других людей.

Новые герои

Благодаря полученным знаниям и собственному опыту человек в течение жизни заменяет мифических и волшебных героев своего детского «протокола» более реалистическими фигурами, действительными — живыми или покойными — людьми, которые становятся героями для подражания. Одновременно он узнает больше и о настоящих злодеях, о том, как они действуют. В то же время он уже может осмысливать, как ему следует бороться и кем быть, чтобы чего-нибудь добиться в жизни.

Тотем

Некоторые люди постоянно видят сны, в которых фигурирует какое-то животное или

растение (это и есть тотем). Иногда тотем внушает ужас, иногда — благожелательность и доверие. В реальной жизни пациент чаще всего реагирует на тотемное животное примерно так же, как во сне. При внимательном наблюдении психотерапевт может заметить у женщины что-то похожее на движения кошки, птицы или змеи. А мужчины порой топают, как лошади, или раскидывают руки, будто они у них удавы.

Явление тотемизма обычно исчезает примерно к шестнадцати годам. Если оно сохраняется позже, особенно в форме слов, подражаний или хобби, его нужно обязательно учитывать в процессе психотерапии. Если оно не совсем очевидно, то его можно выявить с помощью вопросов, например: «Какое ваше любимое животное?» или «Какое животное вызывает у вас отвращение?»

Новые чувства

Юноши и девушки, если они не подготовлены родителями, могут растеряться при появлении у них полового чувства, и, не умея встроить его в свой жизненный план, реагируют на него, используя приобретенный опыт — излюбленные чувства. Мастурбация может погрузить человека в муки подлинного кризиса. Может возникнуть чувство вины («это безнравственно»), страха («это вредно для здоровья») или неуверенности в себе («это ослабляет силу воли»). Все это внутренние транзакции, происходящие между Родителем и Ребенком в голове молодого человека. С другой стороны, могут возникнуть переживания, зависящие от реакции (действительной или воображаемой) его окружения: уязвленность, злоба или стыд. «Ведь теперь (думает он) у окружающих есть реальная причина смеяться надо мной, ненавидеть или стыдиться меня». В любом случае мастурбация позволяет ему приспособить новое половое чувство к старым, усвоенным еще в детском возрасте. Одновременно он становится более гибким. Приятели и учителя «разрешают» ему испытывать иные чувства, чем те, что приняты дома. Он начинает понимать: «Не все, что важно для „стариков“, считается важным в моем новом окружении». Этот переворот в системе чувств постепенно отделяет его от семьи и приближает к сверстникам.

Сценарий приспособляется к новой ситуации и становится более «презентабельным»: он уже может предполагать не неудачу, а частичный успех, из неудачника можно превратиться если не в победителя, то, по крайней мере, в человека, добившегося равновесия. Ситуация может приобрести состязательный характер, и молодой человек начинает понимать, что победы не приходят автоматически, что нужна работа, что в жизни нужно планирование. И он учится спокойнее воспринимать отдельные неудачи, не теряя из виду свои цели.

Физические реакции

В условиях постоянных изменений и необходимости «держать себя в руках» большинство юношей и девушек остро воспринимают свои физические реакции. Отец и мать уже не окружают их прежним вниманием и заботой, им уже не приходится, как раньше, сжиматься от страха, когда родитель был пьян или приходил в ярость. Какой бы ни была ситуация дома, теперь им приходится наблюдать себя со стороны. Надо стоять перед товарищами, отвечая урок, или идти в одиночку по длинным коридорам колледжа под критическими взглядами других молодых людей. Поэтому юноша иногда как бы «автоматически» потеет, у него дрожат руки и бьется сердце; девушки краснеют, их платья становятся мокрыми от пота, а в животах раздается бурчание. У каждого человека организм по-своему реагирует на различные внешние явления, что помогает определять, какому направлению суждено сыграть важную роль в развертывающемся сценарии.

Сценарий и антисценарий

Юность — это возраст, когда большинство молодых людей мечутся от сценария к антисценарию и обратно. Юноша может стараться исполнять родительские предписания, но потом восставать против них и в результате обнаружить, что он следует сценарной программе. Осознав тщетность своих попыток освободиться, он снова старается жить, как предписано. К окончанию колледжа или, например, к концу армейской службы он может принять определенное решение: либо строго следовать родительским предписаниям, либо избрать свой сценарный путь. Чаще всего люди следуют предписаниям. Но годам к сорока может наступить период метаний. Если до сих пор человек подчинялся предписаниям, то теперь может попробовать «вырваться» — например, развестись, бросить работу, изменить профессию и т. п.

Юность — это время, когда человек впервые ощущает возможность самостоятельного выбора. К сожалению, эта самостоятельность очень часто оказывается частью иллюзии, так как на самом деле выбор может быть между директивами Родителя его отца и матери и провокациями их же Ребенка. Молодые алкоголики и наркоманы совсем необязательно являются «борцами» против родительского авторитета. Они, конечно, бунтуют против Родительских приказов, но при этом часто следуют туда, куда их подталкивает «демон», злобный Ребенок тех же самых родителей. «Я не хочу, чтобы мой сын был пьяницей», — говорит мать, заказывая себе спиртное. Если он не пьет, то он хороший мальчик, ее сын. Если же пьет, то он плохой мальчик, но все равно ее сын. «Не разрешай никому вести себя с тобой вольно», — говорит отец дочери, оглядывая при этом с ног до головы официантку. Что бы ни вышло в дальнейшем, она все равно папина дочка. Может быть, в колледже она прослывет безнравственной, а затем преобразится в верную жену или, наоборот, сохранит девственность до свадьбы, а после станет изменять мужу. Но, может быть, со временем юноша или девушка найдет в себе силы освободиться от сценария и обрести в жизни собственный путь.

Образ мира

Ребенок воспринимает мир совсем иначе, чем его родители. Для детей это сказочный мир, полный чудовищ и волшебников. Все родители помнят, как их ребенок просыпался и кричал, что в его комнате ходит медведь. Приходят родители, включают свет и ласково говорят: «Видишь, никого нет...» Или, наоборот, родители сердятся, велят молчать и спать немедленно. Но ребенок все равно «знает», что в комнате был медведь, независимо от того, мягко или сурово обошлись с ним родители. Однако ребенок понимает (если мать или отец были ласковы): когда появится медведь, придут родители и медведь убежит в берлогу. При суровом подходе родителей ребенок скорее всего подумает: «Ты один на один с медведем и ложиться можешь только на себя». Но «медведь» при этом все равно остается.

Когда ребенок взрослеет, его образ мира постепенно углубляется и детализируется, но одновременно замаскировывается, уходя как бы вглубь. Лишь иногда детские представления появляются в своем изначальном искаженном виде, чаще всего в виде «обманов». Это происходит обычно в снах. И тогда вдруг оказывается, что загадочное для психотерапевта поведение пациента было по-своему разумным и последовательным.

Ванда была озабочена финансовыми проблемами, поскольку ее мужу чрезвычайно не повезло в целом ряде сделок. Но когда ставилась под сомнение правильность его действий, она его страстно защищала. Она также была крайне обеспокоена недостатком средств на их жизнь. Однако у нее не было особых причин для большого беспокойства, так как ее хорошо обеспеченные родители готовы были дать им деньги в долг. Ванда ходила в терапевтическую группу. Года два психотерапевт не мог последовательно восстановить ход ее мыслей и найти

суть происходящего. Но однажды она рассказала свой сон. Будто она жила в концентрационном лагере, которым управляли богачи, живущие на горе. Чтобы не остаться голодной, надо было просить у них еду или выманывать ее обманом.

Сон несколько прояснил ее образ жизни. Муж в своих сделках участвовал в играх типа: «Обведи дурака вокруг пальца», ее игрой была «Сведи концы с концами». Как только у мужа появлялись деньги, он старался истратить их при первой же возможности, иначе игра могла прекратиться. Когда ему становилось действительно туго, включалась Ванда и помогала «обводить вокруг пальца» ее собственных родителей. К досаде супругов, контрагенты мужа и ее родители в конечном счете всегда оказывались в выигрыше. Она страстно это отрицала, когда спорила с членами группы, так как, признав проигрыш, ей следовало бы прекратить игру (что, в конце концов, и было сделано). Фактически она и жила примерно так, как ей привиделось во сне: родители и партнеры мужа были богатыми людьми, которые «жили на холме» и распоряжались ее жизнью. Чтобы выжить, ей надо было просить или обманывать.

«Концентрационный лагерь» — это и есть для Ванды образ мира, или сценарная основа. В действительности она как бы жила в концлагере своих снов. Во время консультации было достигнуто некоторое улучшение, но оно означало, что Ванда приспособилась «жить лучше в концентрационном лагере». Лечение не повлияло на ее сценарий, Ванда научилась чувствовать себя в нем удобнее. Чтобы вылечиться, ей надо было выйти из «лагеря» в реальный мир, в котором она чувствовала бы себя нормально, потому что уладила бы свои семейные дела. Интересно отметить, что Ванда и ее муж выбирали друг друга по причине взаимодополняемости их сценариев. Его сценарий предусматривал богачей «на горе» как предмет мошеннических проделок и перепуганную жену. А по ее сценарию требовался мошенник, который облегчил бы ее порабощенную жизнь.

Сценарная основа обычно бывает очень далекой от реальной жизни пациента, поэтому очень трудно порой реконструировать сценарий путем только наблюдения и интерпретации. В этих случаях иногда на помощь приходят сны пациента. «Сценарный сон» легко узнать, рассказанный пациентом, он бывает несколько не похож на его действительную жизнь, а в транзакционном смысле он — ее воспроизведение.

Одной женщине приснился сон: спасаясь от преследования, она забралась в тоннель. Преследователи остановились у входа, ожидая, пока она из него выберется. У другого конца тоннеля она увидела другую группу преследователей. Ситуация складывалась так, что она не могла двигаться ни вперед, ни назад. Оставалось лишь упираться руками в стенки тоннеля. Пока ей это удавалось, она чувствовала себя в безопасности.

Психотерапевт перевел этот сон на язык сценария. Оказалось, что большую часть жизни женщина провела в тоннеле-ловушке, постоянно находясь в каком-то неудобном положении.

Вся ее жизнь показывала, что она устала «держаться за стенки». В задачу психотерапевта входила необходимость помочь женщине освободиться от власти сценария, выйти из «тоннеля» в реальный мир, который уже не выглядит для нее опасным. «Тоннель» — это ее сценарная основа. Возможно, конечно, множество других интерпретаций этого сна. Это понятно даже новичку, прошедшему вводный курс психологии. Но сценарная интерпретация особенно важна потому, что она показывает психотерапевту и другим членам группы, а также пациентке и ее мужу, что нужно предпринимать.

Сцена «тоннеля» оставалась, очевидно, у женщины неизменной с раннего детства, поскольку пациентка неоднократно видела этот сон. «Концентрационный лагерь» — это явно позднейшая адаптация детских кошмаров, которые Ванда не могла уже вспомнить. Ясно, что это основано на ранних переживаниях, смысл которых менялся при чтении книг. Юность, следовательно,— период, когда кошмарные «тоннели» детства приобретают более

реалистическую и современную форму и ложатся в основу оперативного сценария, определяющего жизненный план. Нежелание Ванды вникнуть в проделки мужа показывает, как упорно человек цепляется за сценарные сцены, в то же время жалуясь и всячески демонстрируя невыносимость такого существования.

«Футболка с надписью»

Все, что мы обсуждали в этой главе, можно собрать воедино, акцентируя внимание на том, как пациент «подает себя» в жизни. Мы называем это «футболкой с надписью», а в сущности это одна-две краткие, но крайне выразительные фразы, которые опытному глазу психотерапевта могут многое сказать о любимом времяпрепровождении пациента, об его излюбленных играх и чувствах, его занятиях, об образе мира, в котором он живет, и т. д.

«Футболка» обычно приобретает в старших классах или в первые годы колледжа, как раз в возрасте, когда «футболки» особенно популярны. В дальнейшей жизни ее украшают, возможно, меняют формулировку надписи, но ее смысловое ядро сохраняется.

Всех компетентных клиницистов, к какой бы школе они ни принадлежали, объединяет одно: они хорошие наблюдатели. Поскольку предмет наблюдения один и тот же — человеческое поведение, то неизбежно возникает сходство в том, что они видят, как классифицируют и описывают наблюдаемые факты. Поэтому мы считаем все психоаналитические концепции проявлением одного и того же феномена³⁴.

Настоящие «футболки» помогают уяснить, к какой группе принадлежат их обладатели, помогают понять их мировоззрение и истоки поведения в определенных ситуациях. Они, однако, не дают информации о том, каким способом человек ведет игру с близкими и какого результата он от этого ждет. «Футболки» часто демонстрируют коллективную установку и общие игры, но каждый человек при этом реализует собственный сценарий со своим индивидуальным выигрышем. Трансакционная или сценарная, «футболка» — это установка, столь явно проявляющаяся в психологическом облике человека, как будто он носит настоящую футболку с напечатанным на груди сценарным лозунгом. Вот некоторые распространенные сценарные «футболки»: «Не тронь меня», «Я алкоголик и этим горжусь», «Смотрите, как я трудолюбив», «Разойдись!», «Как я хрупка», «Хочешь закурить?» Есть «футболки» с лозунгом впереди и частным сообщением на спине. Например, на груди у женщины может быть «лозунг»: «Я ищу мужа», — а когда она повернется спиной, то там ясно читается: «Но вы мне не подходите». У человека может быть как бы на лбу написано: «Я алкоголик и этим горжусь», — а со спины читается: «Но я знаю, что это болезнь». Некоторые транссексуалы носят особенно цветистые «футболки», на которых впереди стоит: «Разве я не очарователен?», а на спине: «Может быть, хватит?»

Встречаются «футболки», демонстрирующие «клубный» образ жизни их обладателей, которых объединяет: «Никто не знает, сколько бед я пережил». Обычно это бывает «братство» с разветвленной сетью «отделений». Одно из таких «отделений» — клуб меланхоликов. Фантазируя, можно представить его в виде деревянного барака, скудно обставленного старой мебелью. Стены пусты, лишь на одной из них — помещенный в рамку девиз: «Почему бы не покончить самоубийством?» Для члена такого клуба важен не сам факт множества бед, а то, что о них никто не знает. Он в этом уверен, ибо в противном случае он не сможет сказать: «Никто не знает...» и т. д. И тогда «надпись на футболке» потеряет всякий смысл.

³⁴ Многие психоаналитики полагают, что «трансакционные игры» — просто синоним защитных механизмов. Это не так. Защитные механизмы — это «футболки с надписью». Игры же скорее относятся к открытой системе социальной психологии, чем к закрытой энергетической системе, описанной Фрейдом. — Прим. автора.

«Футболка» обычно «шьется» из любимого афоризма родителей, например: «Никто на свете не будет любить тебя так, как отец и мать». «Футболка» с таким отчужденно-безнадежным лозунгом выполняет как бы разделительную функцию, отделяя ее обладателя от окружающих. Возникает соответствующий стиль разговоров («Подумайте, какой ужас!») и игр («Никто не любит меня, как отец и мать»), что на спине обозначено: «А вы?» Одним «поворотом» она может трансформироваться и стать уже не отталкивающей, а привлекающей.

Рассмотрим два распространенных типа «футболок» и попытаемся показать пользу этого понятия для выяснения значимых аспектов поведения человека.

«Никому нельзя верить»

Встречаются люди, четко демонстрирующие, что они никому не верят. Точнее, они стараются это показать. Они постоянно говорят на эту тему, но их действительное поведение словам не соответствует, ибо на деле они постоянно верят людям, и это не всегда для них хорошо кончается. Понятие «футболка» имеет преимущества по сравнению с более наивным подходом через защитные механизмы, установки или жизненный стиль, которые принимают все явления так, как они выглядят. А транзакционный аналитик ищет ловушку или парадокс и бывает скорее рад, чем удивлен, когда его усилия вознаграждаются:

находит то, что ищет в «футболке». Это дает ему преимущества при оказании помощи пациенту. Если выразить то же самое иначе, то можно сказать, что психоаналитик детально и глубоко исследует «надпись на груди», но забывает взглянуть на «спину», где запечатлен игровой девиз или «частное сообщение». В крайнем случае он добивается до «спины», затратив много времени и усилий, тогда как игровой аналитик с самого начала знает, что и где искать.

«Футболку» с надписью «Никому нельзя верить» не следует воспринимать так, будто ее обладатель всячески избегает деловых и прочих контактов с другими людьми, поскольку им не доверяет. Совсем наоборот: чаще всего он стремится к контактам, чтобы доказать справедливость своего лозунга и прочнее обосновать свою позицию («Со мной все в порядке» — «С ними не все в порядке»). Поэтому такой человек обычно выискивает недобросовестных людей, заключает с ними двусмысленные сделки, а потом, когда дело проваливается, радостно сгребает «коричневые купоны», которые служат подтверждению его позиции: «Никому нельзя верить». В крайнем случае он может добиться «права» на самоубийство. Оно в подобных ситуациях выглядит оправданным — ведь его столько раз предавали люди, старательно отобранные им самим по признаку их недобросовестности. Или, набрав достаточно «коричневых купонов» для крупного выигрыша, такой игрок избирает жертвой человека, с которым никогда лично не сталкивался, например общественного деятеля, стреляя в которого, он пополнит список политических убийств. Другие игроки в «Никому нельзя верить» хватаются за такое событие, чтобы доказать: властям, полиции, арестовавшим убийцу, нельзя доверять. Полиция, конечно, сама относится к людям, никому не доверяющим. Не верить — ей предписано по службе. Так начинаются турниры, где любители-полупрофессионалы встречаются с профессиональными игроками. Наверное поэтому годами, даже столетиями несутся воинственные крики, требующие договориться об условиях разоблачения подкупов, сделок и т. п.

«Футболка» с надписью «Никому нельзя верить в наше время» может дать следующую информацию о ее обладателе. Его любимая тема — обсуждение разного рода мошенничеств. Его любимый способ игры — доказывать недобросовестность других людей. Его излюбленное чувство — чувство триумфа:

«Ну что, попался, негодяй!» Главным героем его становится человек, доказавший, что

властям нельзя доверять. С одной стороны, он вежливый, доброжелательный, справедливый и даже наивный человек, с другой — никому не доверяющий интриган (как квартирная хозяйка, которая негодуяще сообщает: «В наше время жильцам совсем нельзя доверять. Вчера я пошарила у одного из них в столе, и представляете, что я нашла?!»). В своем воображении лишь он один праведник и может делать любые сомнительные вещи, чтобы разоблачать недобросовестность других. Согласно его сценарию, кто-то из тех, кому он в жизни доверился, должен сыграть с ним такую шутку, после которой с последним его вдохом в этом мире у него вырвутся слова: «Я так и знал. В наше время никому нельзя верить». Такой человек обычно пытается доказать, например неосмотрительному психотерапевту, что он сам — исключение из правил. Если консультант взглянет на «спину» «футболки» этого человека, то увидит второй девиз удаляющегося победителя: «Теперь-то ты со мной согласен?» Если же психотерапевт осторожен, то он все равно не должен форсировать события, иначе пациент скажет: «Видите, даже вам я не могу верить», и «надпись на спине» останется достоверной, то есть пациент будет в выигрыше.

В старших классах школы распространена «футболка» с надписью: «Разве не каждый?» Особенно она популярна среди классных лидеров и будущих карьеристов. Даже в этом возрасте она может иметь опасные последствия, если подкрепляется родителями дома и педагогами в классе. Она хороша для бизнеса и основательно используется содержателями похоронных бюро и страховыми агентами. Ключевое слово здесь: «каждый». Но кто этот каждый? Для обладателей «футболки» каждый — это тот, кто может сказать: «Надеюсь, я тоже в порядке». По этой причине у них имеется обычно две «футболки». При соответствующих обстоятельствах одевается или та, или другая. Когда такой человек находится среди незнакомых ему людей, на нем бывает одета «футболка» с надписью: «Разве не каждый?» Если же он находится в компании тех, кем гордится, кого уважает, то на нем обычно «футболка» с надписью: «Как я соответствую?» или «Я знаком с замечательными людьми».

У обладателей таких «футболок» самый популярный оборот в разговоре: «Я тоже». Любимая игра состоит в «открытии» того, что, оказывается, на самом деле «далеко не каждый...». Впрочем, это было им известно заранее. Поэтому любимым чувством оказывается (поддельное) удивление. Любимый герой — тот, кто умеет подвести всех людей под «одну гребенку». С одной стороны, они ведут себя, как все, у кого, по их мнению, «все в порядке», и избегают людей, чья позиция со знаком минус. С другой стороны, они допускают любое чудачество, которое может выглядеть даже чудовищным. Никто не знает, каковы на самом деле эти люди, кроме очень близких друзей. Согласно сценарию, такой человек должен быть наказан за какое-то злодеяние. Он, впрочем, может считать такой результат справедливым, ибо заслужил его согласно собственному лозунгу: «Кто нарушит правила, обязательные для каждого, будет наказан. А «надпись на спине» его «футболки» гласит: «Он не такой, как мы, он — чужак».

ЗРЕЛОСТЬ И СТАРОСТЬ

Зрелый возраст

По закону совершеннолетним считается человек, достигший возраста двадцати одного года. Впрочем, в разных странах — по-разному. Родители считают ребенка достигшим зрелости, когда он ведет себя так, как они ему велят, а не так как ему самому хочется.

В примитивных обществах зрелость определяется прохождением обряда инициации. В индустриальных странах их аналогом стал экзамен на получение водительских прав. С точки зрения сценарного аналитика зрелость проверяется внешними обстоятельствами жизни.

Проверка начинается, когда человек покинул защищенное, тщательно оберегаемое убежище и вступил в большой мир, где действуют свои законы и правила. Чаще всего это время окончания школы или ВУЗа, завершения диссертации, конец медового месяца, вообще — время начала самостоятельной жизни и реализации своей сценарной цели. С этой точки зрения большинство успехов или неудач зависит от воспитания в семье, от родительских наставлений.

Во время обучения в колледже отдельные неудачи, даже самые серьезные, нельзя считать смертельными. Иногда даже суд для несовершеннолетнего ребенка и исправительная колония могут не оставить негативного следа. Тем не менее, юношеский возраст преподносит наибольшее число самоубийств, участия в тяжелых преступлениях, употребление алкоголя и наркотиков, а также значительное количество автокатастроф и психозов. Мы говорим об экстремальных случаях, однако и провал на вступительных экзаменах или попадание в полицейский протокол надо также принимать всерьез, так как одной такой «метки» порой бывает достаточно, чтобы определить судьбу человека на всю жизнь. Но все же ранние неудачи — это скорее всего репетиции, а игра всерьез начинается не ранее чем в двадцать лет.

Закладная

Чтобы получить возможность играть всерьез, испытать себя и поверить в себя, надо прибегнуть к закладу. В США ты не станешь мужчиной, если не сделаешь первого взноса за дом, не задолжаешь в бизнесе и не затратишь годы упорного труда, чтобы вырастить и выучить детей. У кого ничего не заложено, того могут считать весьма везучим, но никак не настоящим человеком. Банковская реклама по телевизору нередко изображает самый великий день в жизни того или иного человека — это день, когда для покупки дома идет в заклад заработок двух или трех десятилетий. Однако в тот день, когда дом уже оплачен, он не нужен будет его владельцу, так как он вполне готов для переселения в дом престарелых. В некоторых странах мужчины закладывают себя за невесту. Так молодой человек может стать собственником, например, шикарного дома.

Во многих развитых странах молодым людям дается возможность получить для себя заем, которым он может расплачиваться чуть ли не всю жизнь, но сделать ее тем самым более осмысленной. Иначе человек может провести свою жизнь, не насладившись прелестью молодых лет. В этом случае нелегко отличить победителя от неудачника. В связи с системой таких займов (закладов) людей, на наш взгляд, можно разделить:

а) на тех, у кого не хватает сообразительности осуществить заклад; их можно считать неудачниками (с точки зрения хозяев системы);

б) на тех, кто проводит всю жизнь, выплачивая стоимость залога, но не в силах продвинуться даже чуть-чуть вперед; эти люди — представители молчаливого большинства непобедителей; в) победители — это те, кто держит заклад.

Если человек не интересуется условиями своей жизни, то он может пойти другим путем, например стать алкоголиком или наркоманом. Это уже бывает залогом собственного существования в пожизненный заклад, с которым человек может никогда не рассчитаться.

Игроки и наркоманы

Прямой путь к состоянию неудачника ведет через преступления, азартные игры, алкоголь и наркотики. Преступники бывают профессионалами, которые считают себя «победителями», так как они попадают в тюрьму реже тех, кто, вставая на преступный путь, все же следует родительскому наставлению:

«Жизнь — не забава». Свою долю «забав» они получают пока находятся на свободе, а затем тлеют, согласно своему сценарию, долгие тусклые годы в тюрьме, считая себя неудачниками. Если их выпускают в связи с отбытием срока, условно или по амнистии, то они очень часто умудряются попасть туда обратно.

Среди игроков тоже есть победители и неудачники. Победители обычно играют осторожно, копят или вкладывают деньги в надежное дело. Они умеют остановиться, будучи в выигрыше. Неудачники же испытывают судьбу и проверяют приметы.

Если они случайно все же выигрывают, то могут очень скоро спустить эти деньги.

У некоторых типов наркоманов отчетливо проявляется материнское влияние. Их побуждает лозунг легкомысленной матери: «Я знаю, что сын любит мать, а больше меня ничто не интересует». Людям, увлекающимся наркотиками, необходимо приказание прекратить прием наркотиков, что равносильно распоряжению покинуть мать и жить по-своему. На этом принципе основана система излечения наркоманов, которая называется Синанон³⁵, где сценарное предписание матери гласит: «Не покидай меня!», а Синанон предлагает: «Останься здесь!»

Это относится также и к алкоголикам. Известно, что почти каждого алкоголика, пытаюсь вылечить, подвергают анализу, порой грозят или упрощают его, но очень редко просто говорят: «Перестань пить». Психотерапевты борются с ними чаще всего под лозунгами: «Посмотрим, почему вы пьете?», «Почему вы не бросаете спиртное?», «Вы погубите свое здоровье» и т. п. Эффект от таких вопросов значительно меньший, чем от императивного: «Перестаньте пить!» Человек, играющий «Алкоголика», охотно проводит годы за выяснением, отчего он пьет, и с жалостью к самому себе готов без конца рассказывать о том, как он скатился по наклонной плоскости. Угроза потери здоровья — самая слабая и неэффективная мера воздействия, ибо это как раз то, чего алкоголик нередко добивается, следуя своему сценарному предписанию: «Убей себя». Ему это даже может нравиться, ибо ему мерещится возможный успех на этом пути. Что действительно требуется для излечения алкоголика? Вначале для него необходимо разрешение не пить (если, конечно, он способен его воспринять), а затем четкое и безусловное обещание Взрослого держаться (если он способен его дать).

Драматический треугольник

В период зрелости человека нередко обнаруживается драматическая природа многих сценариев. Драма в жизни, как и в театре, чаще всего основана на «поворотах». Эти «повороты» точно отражены на простейшей диаграмме, которую можно назвать «Драматический треугольник» (схема 11).

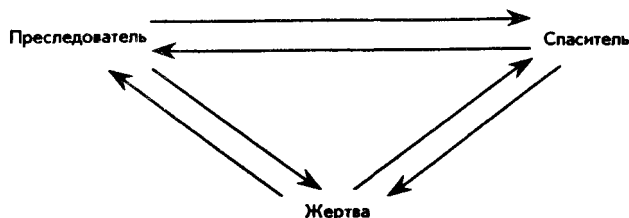


Схема 11. Драматический треугольник

Обычно герой в драме или в жизни выступает в одной из трех главных ролей: Спаситель, Преследователь и Жертва. В это же время другой важнейший исполнитель (Антагонист) берет на себя какую-либо из оставшихся ролей. Когда наступает кризис, исполнители могут сдвигаться по периметру треугольника, меняя роли, осуществляя «повороты». Один из важнейших «поворотов», или «переключений», в жизни происходит при разводах. Например, будучи в браке, во время

³⁵ Синанон — система излечения от наркомании и основанная на ней наркологическая служба в странах Запада

конфликта муж может быть Преследователем, а жена — Жертвой. Когда жена подаст заявление о разводе, то они поменяются ролями:

Преследователем становится жена, Жертвой — муж, а адвокаты с обеих сторон будут состязаться в роли Спасителей.

Жизненная борьба по своей сути есть движение по периметру «треугольника» в согласии с требованиями сценария. Например, преступник преследует свою жертву. Жертва подает в суд и становится истцом, то есть Преследователем, а преступник — Жертвой. Если его ловят, то в роли Преследователя выступает полиция. Затем он нанимает профессионального Спасителя — адвоката, который защищает его от полисменов. Волшебные сказки, если их рассматривать как драму, обнаруживают те же черты. Так, Красная Шапочка — Жертва волка, преследовавшего ее до тех пор, пока не появился Спаситель-охотник, после чего она сама становится Преследователем.

Второстепенные роли в сценарной драме мы называем «Посредником» и «Простаком». Они всегда под рукой у каждого из главных персонажей. «Посредник» — это человек, предоставляющий все необходимое для «переключения» ролей, обычно не даром, а за соответствующее «вознаграждение». Он обычно полностью осознает выполняемую им роль. Это может быть продавец спиртного, торговец наркотиками, оружием и т. д. Оружие иногда называют «уровнителем», так как оно превращает труса (Жертву) в опасного нахала (Преследователя), перешедшего в наступление. «Простак» всегда под рукой и служит либо предотвращению «переключения», либо ускорению его. Классического «Простака», на наш взгляд, играют присяжные. «Простак»-мученика обычно играют матери, не сумевшие спасти своих сыновей от тюрьмы. Иногда «Простак» пассивен и дает лишь повод для «переключения», как, например, бабушка Красной Шапочки. Отметим, что переключение, о котором здесь идет речь, — это то, что входит в игровую формулу, данную ранее в настоящем издании.

Ожидаемая продолжительность

Жизненные планы большинства людей предполагают определенную продолжительность своей жизни. Один из вопросов психотерапевта пациенту: «Как долго вы собираетесь прожить?» — обычно дает определенную информацию. Сыну или дочери человека, умершего в сорокалетнем возрасте, может казаться, что они последуют примеру отца. Тогда четвертый десяток лет их жизни проходит в каком-то смутном ожидании. Человек постепенно может внушить себе собственное намерение умереть до сорока лет.

Люди с сильным характером обычно отгоняют эту мысль и хотят прожить дольше, чем их рано умерший отец. Во всяком случае, человек, у которого рано умерли оба родителя, может чувствовать себя беспокойно, когда ему исполняется столько же лет, сколько было отцу или матери в год их смерти. Возьмем для примера человека, обратившегося к психиатру в поисках средства борьбы со страхом смерти: ему тридцать семь лет, а в этом возрасте умер его отец. Врач помог пациенту. Как только ему исполнилось тридцать восемь лет, он прекратил лечение, считая, что теперь он в безопасности. Он был готов к жизненной борьбе и ставил своей целью прожить до семидесяти одного года. Выбор этой цифры он долго не мог объяснить. Его героем, то есть человеком, кому он всю жизнь стремился подражать, был всем известный в стране гражданин. Психотерапевт выяснил, что последний скончался в семидесятилетнем возрасте. Пациент был хорошо знаком с биографией своего героя и теперь вспомнил, что когда-то давно решил обязательно его пережить.

Описанные явления можно отнести к неврозам. Их устранение мы считаем несложным процессом. Психотерапевт должен дать пациенту разрешение жить дольше, чем его отец. Успех в таких случаях определяется не снятием у человека каких-то внутренних конфликтов,

а тем, что аналитическая ситуация дает как бы убежище и защиту в критические годы. Конфликтов, подлежащих снятию, в данном случае просто нет. Плохое самочувствие после смерти отца вовсе не патологично для Ребенка. Это лишь частный случай невроза выживания, который в определенной степени проявляется у людей после смерти родного, близкого человека. В этом в основном заключаются причины неврозов в военные годы, так называемые «военные неврозы», «неврозы Хиросимы» и т. д. Выжившие в войну люди почти всегда чувствуют вину перед погибшими, которые умерли «вместо них». Именно это и отличает человека, видевшего, как на войне убивают людей, от других людей, не переживших все ужасы войны. От этого нельзя вылечить, так как Ребенок таких людей выздороветь не может. Остается лишь поставить эти чувства под Взрослый контроль, чтобы человек мог нормально существовать, получив разрешение наслаждаться жизнью.

Старость

Жизнелюбие в старости определяют в первую очередь три фактора:

- а) крепкая конституция;
- б) физическое здоровье;
- в) тип сценария.

Ими же обуславливается приближение и наступление старости. Так, некоторые люди достаточно жизнестойки и в восемьдесят лет, а другие уже к сорока годам ведут растительное существование. Мощную конституцию нельзя изменить даже родительским «программированием». Физические недостатки, конечно, могут быть врожденными, но иногда и сценарным итогом. Например, в сценарии «Калека» имеются одновременно элементы обоих факторов. Инвалидом человек может стать в результате тяжелой болезни, но в дальнейшем болезнь может быть частью сценария и исполнением материнского предписания: «Ты будешь инвалидом». Такое часто происходит в случае полиомиелита в детском возрасте, когда мать не надеется на выздоровление ребенка. Люди более старшего возраста иногда даже не расстраиваются из-за какой-либо болезни, потому что она освобождает их от обязанности выполнения многих сценарных директив.

Инвалидность, наступившая у ребенка в раннем возрасте, может отлично лечь в сценарий матери или, наоборот, полностью его изменить. Когда болезнь укладывается в сценарий, то ребенка воспитывают как профессионального калеку, получая помощь от соответствующих организаций, предоставляющих средства детям-инвалидам. Причем государственная помощь прекращается, если ребенок выздоравливает. Мать при этом мужественно смотрит в лицо жизни; она учит тому же и своего ребенка. Если же болезнь не укладывается в материнский сценарий, то она не учит ребенка «смотреть фактам в лицо». Если сценарий матери не предполагал ребенка-калеку, а болезнь оказалась неизлечимой, то ее жизнь превращается в трагедию. Если же по ее сценарию предполагался ребенок-калека, а болезнь оказалась излечимой, то трагедией становится жизнь ребенка, «испортившего» материнский сценарий.

Но вернемся к проблемам старости. Даже люди с крепкой конституцией и физически достаточно здоровые могут утратить всякую активность уже в раннем возрасте. Это обычно люди, «ушедшие на пенсию» еще в молодые годы. Родительское предписание гласит: «Трудись, но не полагайся на удачу, а потом ты будешь от всего свободен». Отработав положенные двадцать или тридцать лет, такой человек, дождавшись своего Санта Клауса, вывалившего ему из мешка прощальный банкет, не знает, чем ему заняться. Он привык следовать сценарным директивам, но их запас исчерпан, а больше ничего у него не запрограммировано. Ему остается лишь сидеть и ждать: может быть, что-то изменится, пока

придет смерть.

Возникает интересный вопрос: «Что человек делает после того, как к нему пришел Санта Клаус? Если сценарий этого человека всю жизнь был: «До тех пор, пока...», то Санта Клаус, пройдя через «дымовую трубу», принесет ему справку о полном освобождении от всего. Сценарные требования в таком случае выполнены, благодаря антисценарию человек освобожден от изначальных директив и теперь волен делать все то, что хотел делать, когда был маленьким. Но самому выбрать свой путь опасно. (Об этом свидетельствуют и многие греческие мифы.) Избавившись от родительского «колдовства», некоторые люди становятся незащищенными и легко могут попасть в беду. Это хорошо показано в волшебных сказках, в которых проклятье влечет беды и несчастья, но оно же спасает от других бед. Ведьма, наложившая проклятье, должна ведь проследить, чтобы жертва жила, пока оно действует. Так, Спящую Красавицу сто лет защищали колючие заросли. Но стоило ей проснуться, как Ведьма удалась. И тут-то начались различные злключения. Многие люди имеют двойной сценарий: «До тех пор, пока...» — от одного из родителей и «После того, как...» — от другого. Чаще всего это выглядит так: «Нельзя чувствовать себя свободной, пока не вырастишь троих детей» (от матери) и «когда вырастишь троих, можешь заняться творчеством» (от отца). Поэтому первую половину жизни женщину может контролировать и защищать мать, а вторую половину — отец. Если речь идет о мужчине, природа двойного сценария остается той же самой, но соотношение обратное: отец в первой фазе, мать — во второй.

Неактивных людей пожилого возраста можно разделить, скорее всего, на три группы. Например, в США главные отличия — финансовые. Те, у кого сценарий неудачников, живут одиноко в меблированных комнатах или дешевых отелях и зовутся стариками или старухами. Те, кто относится к непобедителям, имеют собственные домики, где могут предаваться своим причудам и странностям. Их именуют старыми чудаками. Те же, кто реализовали сценарий победителя, проводят остаток жизни в уединенных усадьбах с управляющими и считаются достойными гражданами.

Лучшее средство для стариков, не имеющих сценария, — разрешение. Они, однако, редко им пользуются. В каждом большом городе нашей страны можно найти тысячи стариков, живущих в тесных комнатках и тоскующих по человеческой душе, по кому-нибудь, кто готовил бы еду, рассказывал, просто слушал. В таких же условиях живут тысячи старых женщин, которые счастливы были бы кому-нибудь готовить, что-то говорить, кого-то слушать. Но если даже двоим из них удастся встретиться, они редко используют открывшуюся возможность, предпочитая свое привычное мрачное жилье, где остается смотреть в рюмку или в телевизор или просто сидеть, сложив руки, ожидая безопасной, безгрешной смерти. Так их учила мать, когда они были маленькими, этим указаниям они и следуют по истечении семидесяти — восьмидесяти лет. Они и раньше не старались словчить (может быть, только разок сыграли на скачках?), так зачем же ставить все под угрозу теперь? Сценарий давно уже исчез, он исполнен, но старые «лозунги» еще звучат в голове, и, когда приходит смерть, ее встречают с радостью. На могильном камне они велят вырезать: «Обретший покой среди тех, кто ушел раньше», а на обратной стороне: «Я прожил хорошую жизнь и никогда не ловчил».

Говорят, что в следующем столетии будут выращивать детей в пробирках, вырабатывая в них качества, нужные государству и родителям, которые будто бы будут закладываться путем сценарного программирования. Сценарное программирование легче изменить, чем генетическое, однако мало кто пользуется этой возможностью. Тот, кто им воспользовался, заслужил более впечатляющее надгробье. Почти все благочестивые эпитафии переводятся одинаково: «Взращен в пробирке, там же и жил». Так они и стоят, ряды за рядами памятников, крестов и прочих символов, все с одним и тем же девизом. Лишь

иногда мелькнет иная надпись, которую можно было бы расшифровать: «Вращен в пробирке — но сумел из нее выскочить». Большинству это так и не удается, хотя «пробка у пробирки» почти всегда отсутствует.

Сцена смерти

Смерть — не поступок и даже не событие для того, кто умирает. Она — то и другое для живущих. В нацистских лагерях смерти физический террор сопровождался психологическим террором: газовые камеры делали невозможным проявление достоинства, самоутверждения, самовыражения. Перед смертью у погибающих людей не было повязки на глазах и последней сигареты, не было пренебрежения к смерти и знаменательных последних слов, то есть не было предсмертных трансакций. Конечно, были трансакционные стимулы от умирающих, но убийцы на них не реагировали.

В общении с пациентом, который много говорит о смерти психотерапевту (чтобы понять ход его мысли), помогают вопросы: «Кто будет стоять у вашего смертного ложа и каковы будут ваши последние слова?» Дополнительный вопрос: «А каковы будут их последние слова, сказанные вам в ваши последние мгновения жизни?» Ответом по первому вопросу является обычно что-нибудь вроде: «Я им доказал...» «Им» — чаще всего бывают родители, иногда супруг или супруга.

При этом подразумевается: «Я им доказал, что делал в жизни так, как они хотели» или «Я им доказал, что не надо было делать так, как они хотели».

Ответы на эти вопросы фактически являются формулировкой жизненной цели. Психотерапевт может использовать их как мощный инструмент, чтобы разрушить привычные игры и извлечь пациента из его сценария: «Итак, вся ваша жизнь сводилась к тому, чтобы доказать, что вы чувствовали себя ущемленным, испуганным, сердитым или виноватым из-за родительских предписаний. Очень хорошо, если вам казалось это необходимым. Но не разумнее ли поискать более достойную цель в жизни?»

Сцена смерти может быть частью скрытого или сценарного брачного договора. Муж или жена, прожившие долгую совместную жизнь, обычно ясно представляют себе, что один из супругов умрет первым. В этом случае у них формируются взаимодополняющие друг друга сценарии, когда более ранняя смерть одного из них как бы планируется заранее. Они могут жить долгие годы в согласии, но если в пожилом возрасте каждый из них будет рассчитывать на более раннюю смерть другого, то сценарии не дополняют друг друга, а перекрещиваются, и тогда совместная жизнь будет протекать не в согласии, а в взаимных мучениях, несмотря на то, что во всех других отношениях их сценарии взаимодополнительны. Проблемы обнаруживаются отчетливо, когда один из супругов тяжело заболевает. Общий сценарий, основанный на сцене смерти, может присутствовать в браке молодой женщины и пожилого мужчины. Хотя циники нередко говорят, что такие женщины выходят замуж за стариков из-за денег, однако не менее важна для таких суждений сценарная сцена. Чаще всего жене хочется быть рядом, когда мужу грозит смертельная опасность, чтобы заботиться о нем, но в то же время, чтобы не пропустить момент финальной, итоговой трансакции. Если он об этом в своей жизни догадывался, то их брак был крайне неустойчивым: в самом деле нелегко жить бок о бок с человеком, ожидающим твоей смерти. Та же ситуация возникает в случае женитьбы молодого человека на женщине более старшего возраста, что, однако, встречается гораздо реже.

Согласно изначальному сценарному «протоколу», на место пожилого мужа можно поставить отца, а на место стареющей жены — мать.

Юмор висельника

Безвременная смерть под ударами неотвратимой судьбы — болезни или насилия, в мирное время или на войне — всегда глубокая трагедия. А сценарная смерть обычно отмечена улыбкой или юмором висельника. Человек, умирающий с улыбкой на лице или шуткой на устах, умирает смертью, которая как бы предопределена его сценарием. Лондонские воры в XVIII веке были подлинными мастерами юмора висельников. Они развлекали толпу прибаутками, когда палач выбивал табуретку из-под их ног. Такая смерть была результатом последовательного выполнения материнских «инструкций»: «Ты закончишь на виселице, сынок, как твой отец». Точно так же многие великие люди умирали с шуткой на устах и в согласии с родительским заветом: «Ты умрешь во славе, сынок». Если в роли неизбежной судьбы выступают другие люди, смерть не бывает такой легкой, ибо она противоречит предписаниям матери: «Живи долго!» и «Умри счастливым!» В фашистских концентрационных лагерях, насколько мне известно, юмор висельников был не в ходу.

Посмертная сцена

Посмертную сцену многие люди представляют себе весьма реалистично. Человек, создавший крупную фирму или оставивший тома научных трудов, воспитавший множество детей и внуков, обычно знает, что все им созданное переживет его, а те, кто связан с делом его жизни, будут стоять у его могилы. А обладатели трагических сценариев, размышляя, что случится после их смерти, впадают в патетическое ослепление. Например, будущий самоубийца может говорить: «Они об этом еще пожалеют» и воображает печальные сентиментальные похороны, которых на самом деле может и не быть. Это — самоубийца-романтик. Озлобленный самоубийца скажет: «Моя смерть их остановит». Он тоже может ошибаться, ибо его враги, скорее всего, будут рады, что он исчез с их дороги.

Самоубийство с мотивом: «Я им покажу» чаще всего не оправдывает надежды погибшего человека, так как имя самоубийцы может только случайно попасть в раздел мелких происшествий какой-нибудь газеты. И наоборот, самоубийство по причине крушения надежд и тщетности усилий, когда человек стремится уйти из жизни незаметно, может по каким-то случайным обстоятельствам попасть на первые полосы газет. Даже человек, покончивший с жизнью для того, чтобы его жена получила деньги по страховке, может попасть впросак, если не удосужится предварительно хорошо ознакомиться со страховым полисом. Для любого человека убийство или самоубийство — самый ужасный способ разрешения жизненных проблем. Во всяком случае человек, помышляющий о самоубийстве, должен усвоить хотя бы такие правила: родителям нельзя умирать, пока младшему ребенку не минуло восемнадцать лет. Детям нельзя умирать, пока жив хотя бы один из их родителей.

Надгробный камень

У надгробного камня, как и у «футболки», две стороны. Рекомендуемые вопросы психотерапевта здесь таковы: «Что напишут на надгробной плите вашей могилы?» и «Что вы написали бы на памятнике своей могилы?» Вот типичные ответы: «Она была хорошей женщиной» или «Я старалась, но не сумела». В качестве авторов первой эпитафии подразумеваются родители или те, кто выполняли роль родителей. Сочиненная ими эпитафия — антисценарий, тогда как сам пациент поместил бы на могильный камень свое сценарное предписание, в данном случае: «Трудился усердно, но ничего не добился». Так что надписи на этом могильном камне говорили бы об умершем только хорошее: с одной стороны, он следовал антисценарию, с другой — был послушным ребенком и выполнял родительские сценарные предписания.

Пациент может уклониться от ответа, ссылаясь, например, на то, что памятника на его могиле вообще не будет. Но и этот ответ чаще всего имеет определенный смысл: кто ни на что не надеется после смерти, тот утратил надежду в жизни. Но психотерапевт все же должен настоять на своем, переформулировав вопрос: «Ну, а если бы памятник был?» или «Представим, что он обязательно будет».

Завещание

Как бы ни представлял себе человек сцену после его смерти, завещание или оставшиеся после него бумаги могут дать ему шансы увидеть все более отчетливо. Если его жизнь жила на каком-либо фальшивом документе или неожиданно найденном сокровище, что обнаруживается только после его смерти, то это выглядит для всех его близких каким-то трюком, который покойный продемонстрировал им напоследок. Такие факты можно проследить на многих исторических примерах: ценные рукописи или редчайшие художественные холсты, спрятанные в гардеробе, являют миру неизвестных доселе художников, а вскрытие завещания обнаруживает тайную бедность или от всех скрываемое богатство. Завещание очень часто обнаруживает весьма неожиданные переключения. Например, мать оставляет все свое достояние неверной дочери, а преданной достаются жалкие гроши. Иногда лишь при чтении завещания обнаруживается двоеженство. Вопросы психотерапевта на эту тему: «Каков будет важнейший пункт в вашем завещании?», «Что будет для ваших близких самой большой неожиданностью после вашей смерти?» — освещает в определенной степени жизненный сценарий пациента.

Мы проследили сценарный путь человека от времени, предшествующего его рождению, до событий, разыгрывающихся после его смерти. Тем не менее нам предстоит разобрать еще несколько интересных тем.

Часть третья СЦЕНАРИЙ В ДЕЙСТВИИ

ТИПЫ СЦЕНАРИЕВ

Победители, непобедители и неудачники

Сценарий обычно охватывает всю жизнь человека. Он основывается на решениях, принятых в детстве, и на родительском программировании, которое беспрестанно подкрепляется. Подкрепление может осуществляться в ходе ежедневных контактов, когда, например, сын работает в фирме, принадлежащей родителям, или дочь каждый день перезванивается с матерью, чтобы обсудить текущие дела. Когда контакты между детьми и родителями осуществляются реже, например при переписке от случая к случаю, то воздействие родительских указаний будет непрямым, хотя и не менее сильным. Когда родители умирают, то их «инструкции» могут воздействовать даже более ярко и живо, чем раньше.

На языке сценариев неудачника мы назвали Лягушкой, а победителя — Принцем или Принцессой. Родители в основном желают своим детям счастливой судьбы, причем желают им счастья в той роли, которую для них избрали. Они бывают против изменения избранной для своего ребенка роли, за исключением, может быть, только особых случаев. Мать, воспитывающая Лягушку, хочет, чтобы дочь была счастливой Лягушкой, но противится любой ее попытке стать Принцессой («Почему ты решила, что ты..?»). Отец, воспитывающий Принца,

желает, конечно, сыну счастья, но он предпочитает видеть его скорее несчастным, чем Лягушкой («Что же ты делаешь с нами? Мы отдавали тебе все лучшее»).

Психотерапевту советуем в первую очередь выяснить все в отношении сценария: кому он принадлежит — победителю или неудачнику. Это легко понять, ознакомившись с манерой пациента говорить. Победитель обычно выражается так: «В другой раз не промахнусь» или «Теперь знаю, как это делать». Неудачник же скажет: «Если бы только...», «Я бы, конечно...», «Да, но...». Бывают еще неполные неудачники или как мы их называем непобедители, которым сценарием предназначено тяжело трудиться, но не для того, чтобы победить, а чтобы удержаться на имеющемся уровне. Это те люди, которые говорят: «Да, я поступил так, но по крайней мере я не...» или «Во всяком случае, спасибо и за это». Непобедители чаще всего кажутся прекрасными согражданами, сотрудниками, ибо они всегда лояльны, всегда прилежны и благодарны судьбе, что бы она им ни принесла. Проблем они никому не создают. Это люди, о которых говорят, что они приятные в общении, хорошие соседи. Победители же создают окружающим массу проблем, так как в жизни они борются, вовлекая в борьбу других сограждан. Однако большинство неприятностей причиняют себе и окружающим неудачники. Они остаются неудачниками, даже добившись определенного успеха, но если попадают в беду, то пытаются увлечь в нее всех рядом стоящих.

Победителем можно назвать человека, который решил в своей жизни достичь определенной цели и, в конечном счете, добился своего. Этот договор, или притязание, может состоять, например, в том, чтобы стать миллионером или чемпионом в спортивном беге на ту или иную дистанцию или стать доктором философии. Если он добился поставленной цели, то он — победитель. Если же он увяз в долгах, или получил какую-то серьезную физическую травму, или провалил экзамен на первом курсе, то этот человек явный неудачник. Если же он положил в банк сравнительно небольшую сумму денег, или пробежал дистанцию за весьма скромное время, или ушел в промышленную фирму со званием магистра, то он, по крайней мере, непобедитель. Здесь очень важно то, какие цели человек формулирует для себя сам. И хотя в основе их — Родительское программирование, но окончательное решение принимает его Взрослый. Заметьте, человек, поставивший своей целью пробежать, например, стометровку за десять секунд, и сделавший это, — победитель, а тот, кто хотел добиться, например, результата — 9,5, а пробежал за 9,6 секунды — этот непобедитель. С точки зрения краткосрочных программ, победителем мы смогли бы считать того человека, кто мечтал и стал капитаном команды или кто смело назначил свидание «королеве» конкурса красоты. А непобедитель — это тот человек, который так и не дотянулся до приличного результата в спорте или завел интрижку только с одной из участниц конкурса красоты. А неудачник даже не войдет в спортивную команду и не сумеет договориться о свидании ни с одной из красавиц.

Типичный, классический пример неудачника — человек, страдающий от болезней и прочих неприятностей безо всяких на то серьезных причин. Если же серьезная причина имеется, то этот человек ощущает «успех» в качестве мученика. Иногда это бывает лучшим способом победить, проигрывая.

Победитель знает, что ему делать в случае проигрыша, но не говорит об этом. А неудачник не знает, как быть, если придет неудача, но постоянно рассуждает, что он сделает в случае выигрыша. Так что достаточно послушать несколько минут подобный разговор, чтобы понять, кто из собеседников — победитель, кто — неудачник. Особенно это выявляется в семейном споре и в психотерапевтической группе.

Наверное, можно считать одним из основных правил такое: в сценарии победителя выигрыш предопределяется заботливым Родителем через антисценарные лозунги. Непобедитель получает свой выигрыш от строгого Родителя посредством предписаний. Неудачника же приводят на тропу расплаты провокации сумасшедшего Ребенка его

родителей, предписания, соблазняющие собственного саморазрушительного «демона» человека.

Сценарное время

Сценарием (победителя или неудачника) мы считаем способ структурирования времени своей жизни между первым приветственным звуком у материнской груди и последним «прощай» на краю могилы. Время жизни исчерпывается и наполняется деланием и неделанием. Время почти сплошь состоит из «никогда не делаю», «делаю всегда», «ни разу не делал раньше», «не буду делать, сделаю после», «делаю вновь и вновь» и «буду делать до тех пор, пока ничего уже невозможно будет сделать». Поэтому и возникают сценарии, обозначаемые как «Никогда» и «Всегда», «До тех пор, пока» и «После того, как», «Снова и снова», а также сценарии «С открытым концом». Их интересно проследить на сюжетах некоторых греческих мифов. Греки очень тонко чувствовали жизнь.

Сценарий «Никогда» представлен судьбой мифического героя Тантала, обреченного на вечные муки, которому суждено было страдать от голода и жажды, хотя вода и ветвь с плодами находились рядом, но все время миновали его губ. Обладателям подобных сценариев родители запретили делать то, что им хотелось, поэтому их жизнь полна искушений и «танталовых мук». Они как бы живут под знаком Родительского проклятья. В них Ребенок боится того, чего они сильнее всего желают, в связи с чем они мучают себя сами.

Сценарий «Всегда» может быть представлен Арахной, героиней греческой мифологии, посмевавшей состязаться в ткацком искусстве с самой богиней Афиной. В наказание она была превращена в паука, вечно ткущего свою паутину. Подобные сценарии порождают родители, любящие позлорадствовать: «Тебе этого хочется. Но знай, что это навсегда, на всю твою жизнь».

Сценарий «До тех пор, пока» или «Перед тем, как» аналогичен мифу о Ясоне, предводителе аргонавтов, отправившемся за золотым руном. Ему было предсказано, что он не станет царем, пока не выполнит определенных условий. В будущем он был вознагражден и прожил многие годы счастливо. Похожий сценарий был у Геракла, который не мог стать богом, не испытав доли раба.

Сценарий «После того, как» может быть представлен мифом о Дамокле. Ему на один день было позволено блаженствовать в царском достоинстве на престоле. Во время пира он увидел обнаженный меч, висящий на конском волосе над своей головой, и понял призрачность своего благополучия. Девиз этого сценария: «Пока радуйся жизни, но знай, что потом начнутся несчастья».

«Снова и снова» — это сценарий Сизифа, мифического царя, который разгневал богов и за это вкатывал на гору камень в подземном мире. Когда камень достигал вершины, он срывался вниз, и все приходилось начинать снова. Это также классический пример сценария «Чуть-чуть не...», где одно «Если бы только» следует за другим.

Сценарий «С открытым концом», называемый также «Рай на небесах», характерен для победителей. Модель для него — история Филемона и Бавкиды, по греческой легенде — это неразлучная, любящая чета, незлобивые и радушные люди. В награду за добрые дела боги превратили их в лавровые деревья. Так, некоторые старики, добросовестно исполнявшие Родительские наставления, проводят остаток своей жизни в «растительном» существовании, наподобие тихо шумящей на ветру листвы деревьев, обмениваясь с окружающими услышанными где-нибудь новостями. Такова судьба многих матерей, дети которых выросли и разъехались, или пенсионеров, проведших жизнь в труде, ни разу не нарушив правил внутреннего распорядка и Родительских предписаний.

Секс и сценарии

Каждый из описанных сценарных типов характеризуется особым отношением к сексу. Так, сценарий «Никогда» может запрещать либо секс, либо любовь, либо то и другое. Если запрещена любовь, но не секс, сценарий дает разрешение на беспорядочную половую жизнь. Этим разрешением пользуются неразборчивые мужчины, а проститутки и содержанки умеют извлечь из него средства к существованию. Если запрещен секс, но разрешена любовь, то сценарий может породить будущего священника, монаха, благотворителя. Люди, погрязшие в беспорядочной половой жизни, разврате, очень часто испытывают «танталовы муки» при виде верных любовников и счастливых супружеских пар. В то же время многие филантропы пребывают во власти любовных искушений.

По сценарию «Всегда» в основном складывается жизнь юношей и девушек, изгнанных из дому за грехи, к которым их подтолкнули, может быть, сами родители. «Если забеременела, иди сама зарабатывать себе на жизнь», «Если стал наркоманом, заботься о себе сам» — вот образцы такого сценария. Отец, прогоняющий дочь на панель, сам, может быть, таил относительно нее нескромные мысли, когда ей было десять-пятнадцать лет, а отец, проклявший сына за наркотики, сам, возможно, напьется в тот же вечер, чтобы погасить душевную боль.

Родительское программирование в сценарии «До тех пор, пока» самое, пожалуй, отчетливое, ибо заключается в прямых указаниях: «Секс непозволителен до замужества» или «Выходить замуж нельзя, пока твоя помощь требуется матери (или пока не окончишь колледж)». Влияние родителей в сценарии «После того, как» столь же ярко выражено. «Висящий меч» поблескивает явно угрожающе: «Когда выйдешь замуж, начнется трудовая жизнь». В переводе на язык практики это значит: «Лови удовольствие, пока не поздно». После замужества появляется лозунг: «Трудности начнутся, когда пойдут дети».

Обладательница сценария «Снова и снова» почти всегда выступает в роли подружки невесты, а самой стать невестой ей никак не удается. Сюда относятся любые персонажи, которые упорно стараются снова и снова что-то сделать, но никак не достигают желаемого. «С открытым концом» — это финал, к которому чаще всего приходят мужчины и женщины, без сожаления наблюдающие, как постепенно исчезает их жизненная сила, и черпающие удовлетворение в воспоминаниях о прежних победах. Женщины с таким сценарием нетерпеливо ждут климакса, надеясь, что с ним разрешатся все их сексуальные проблемы. Похожим образом и мужчины стремятся к пенсии в надежде избавиться от обязательств по отношению к женскому полу.

На более интимном уровне каждый из сценариев своеобразно проявляется непосредственно и в моменты половых отношений. Сценарий «Никогда» рождает не только вечных холостяков и старых дев, сутенеров и проституток, но еще производит фригидных женщин, которые, возможно, ни разу за всю свою жизнь так и не ощутили оргазма. Этот сценарий создает мужчин-импотентов, способных к оргазму только при отсутствии любви, — классический пример, описанный Фрейдом: человек был импотентом со своей женой, но полноценным мужчиной с проститутками. По сценарию «Всегда» формируются нимфоманки и донжуаны, проводящие жизнь в погоне за обетованным мигмом удовольствия.

Сценарий «До тех пор, пока» используют суетливые домохозяйки и усталые бизнесмены. Они не способны к сексуальному возбуждению, пока не наведен полнейший порядок на кухне или в офисе. Но и возбудившись, они могут в самый критический момент прервать любовные ласки игрой в «Дверцу холодильника» или «Папку для бумаг», которая дает повод немедленно выскочить из постели, будто бы им необходимо срочно проверить,

насколько плотно закрыта дверца холодильника или уложены ли в папку документы, которые понадобятся утром. По сценарию «После того, как» близость обесценивается тревогой. Страх забеременеть, например, не дает женщине достигнуть оргазма, а мужчину заставляет прийти к нему слишком скоро. Прерывание полового акта в момент приближения оргазма у мужчины, практикуемое как метод контроля рождаемости, держит обоих партнеров в постоянном напряжении. В результате женщина остается возбужденной и обделенной, если партнеры не находят другого способа обеспечить ей удовлетворение. Слово «удовлетворение», к которому прибегают, обсуждая эти проблемы, само свидетельствует о неполноценности замены, ибо естественный оргазм — нечто гораздо более осязаемое, чем бледный призрак, именуемый удовлетворением.

Сценарий «Снова и снова» — это и звон колоколов по многим женщинам-неудачницам, которые во время интимных отношений возбуждаются все сильнее и сильнее, но на пороге блаженного мига для женщины мужчина (возможно, с ее помощью) удовлетворенно вздыхает, а ее «камень» скатывается обратно вниз. Такое состояние может длиться у супругов в течение многих лет. Сценарий «С открытым концом» проявляется у пожилых людей, воспринимающих секс как обязанность или нечто, требующее особых усилий. Перешагнув через определенный возраст, многие пожилые люди считают себя слишком старыми для «таких» дел. Их железы от бездействия начинают «сохнуть», и тогда морщинится их кожа, слабеют мускулы и тупеют мозги. Чтобы избежать такого жалкого существования, сценарий не нужно ограничивать во времени, он должен рассчитываться на всю жизнь, какой бы долгой она ни оказалась.

Половая потенция, влечение и жизненная мощь людей в какой-то степени определяются наследственностью и состоянием органических процессов. Но, пожалуй, не в меньшей степени они обусловлены сценарными решениями в раннем детстве и Родительским программированием, побуждающим эти решения. Качество и частота половых встреч в течение всей жизни человека, так же как его умение и готовность любить, в значительной мере закладываются в детском, примерно в шестилетнем, возрасте. Это особенно справедливо по отношению к женщинам. Некоторые из них очень рано решают свою судьбу. Девочка знает, что в будущем может стать матерью или остаться девственницей, а возможно, вечной невестой. В проявлениях половой активности у обоих полов в основном отражаются суждения родителей, предубеждения взрослых, детские решения, распространенные страхи и предрассудки. Естественные влечения могли подавляться, преувеличиваться, искажаться, наказываться или пренебрегаться. В результате то, что называют сексом, становится нередко орудием игрового поведения. Простые трансакции греческих и римских мифов, дела и проделки Олимпийских богов, составляющие в большинстве случаев основу первоначальных сценарных версий, в жизни «перерабатываются» в хитрости и увертки наподобие героев волшебных сказок. Так, Европа может стать Красной Шапочкой, римская богиня плодородия и подземного царства Прозерпина — Золушкой, а умный, хитрый, отважный, изворотливый Одиссей — глупым царевичем, обращенным в Лягушку.

«Часовое» и «целевое» время

Способы заполнения кратких промежутков времени уже обсуждались в настоящей книге. Мы рассматривали такие формы, как замкнутость, ритуал, времяпрепровождение, деятельность, игра в близость. У каждой из них можно обнаружить начало и конец, называемые точками переключения. Если взять более длительные промежутки времени, то свои точки переключения можно обнаружить у каждого сценария. Обычно это переключение исполнителя с одной роли на другую в пределах драматического треугольника.

Анализ промежутков времени, наблюдаемых в театральных постановках, можно

применить и к драматургии реальных жизненных сценариев. Выделим две наиболее важнейшие формы: «постановочное время!» и «событийное время». «Постановочное время» определяется по часам или календарю. Действие начинается и заканчивается в определенный момент, то есть представление укладывается в некоторый отрезок времени, как футбольная игра. Применительно к сценарному анализу назовем его «часовым временем» (ЧВ). По «событийному времени» действие должно быть полностью завершено, как игра в бейсбол, независимо от того, сколько времени уйдет на это по часам. Назовем это «целевым временем» (ЦВ). Существуют сочетания этих двух форм. Схватка боксеров может завершиться либо по окончании назначенного числа раундов («постановочное» или «часовое время»), либо в случае нокаута («событийное» или «целевое время»).

Знание этих положений мы считаем важным для психотерапевта, имеющего дело со сценариями «Можно» и «Нельзя».

Ребенок, выполняющий домашнее задание, может получить пять различных инструкций:

1. «Тебе надо выспаться, поэтому можешь прервать занятия в девять часов». Это — «ЧВ-Можно».

2. «Тебе надо выспаться, поэтому после девяти работать нельзя». Это — «ЧВ-Нельзя».

3. «Домашнее задание — важное дело, поэтому можешь закончить его и после девяти». Это — «ЦВ-Можно».

4. «Домашнее задание надо выполнить, поэтому нельзя ложиться, пока его не закончишь». Это — «ЦВ-Нельзя». «Можно» во всех вариантах не требует от ребенка особых усилий. Все «Нельзя» могут ему не понравиться, но ни одна из четырех инструкций не загоняет его в тупик.

5. «Ты должен закончить работу к девяти часам, чтобы вовремя лечь спать».

Здесь мы встречаем комбинацию «часового» и «целевого времени», назовем ее «Поспеши». Ясно, что каждая из этих инструкций по-своему отразится на домашнем задании, на сне ребенка, а когда он вырастет, проявится в стиле его работы, режиме сна и бодрствования. С точки зрения «марсианина», сценарный эффект таких инструкций можно свести совсем не к тому результату, который намеревались получить родители. Например, «ЧВ-Нельзя» может вылиться в бессонницу, а «ЦВ-Нельзя» — закончиться признанием своего поражения. Этот аспект очень важен, поскольку помогает понять, как люди заполняют свое время, следуя сценарным предписаниям. Например: «Ты можешь жить долго» («ЧВ-Можно») — человек с таким предписанием обычно старается его выполнить. «Ты должен жить, пока не умрет твоя жена» («ЦВ-Можно») — этот человек, наверное, будет жалеть свою жену. «Ты не должна соглашаться на интимные отношения, пока не встретишь достойного человека» («ЦВ-Нельзя») — героиня такого сценария может много времени провести в поисках. «Ты не должна соглашаться, пока тебе не стукнет двадцать один» («ЧВ-Нельзя») — у этой героини много времени найдется и на другие дела. Разделение этих форм помогает объяснить, почему одни люди руководствуются соображениями времени, а другие — соображениями дела.

Некоторые типичные сценарии

Сценарии — это искусственные системы, ограничивающие спонтанные творческие человеческие устремления, так же как игры, в которые играют люди,— искусственные структуры, лимитирующие спонтанную творческую интимность. Сценарий — это как бы «матовый экран», который многие родители помещают между ребенком и окружающим его миром (и самими собою) и который ребенок, вырастая, оберегает, держит в целостности и сохранности. Через этот «экран» смотрит он на мир, а мир в то же время глядит на него, ожидая от него яркой искры, а может быть, хотя бы небольшой вспышки истинно челове-

ских чувств. Но поскольку мир глядит через свой собственный «матовый экран», видимость не лучше, чем у ныряльщиков в масках с запотевшими стеклами на дне илистой речки.

«Марсианин» в состоянии протереть запотевшие стекла и поэтому видит немного лучше. Вот несколько примеров того, что ему открывается. Может быть, они помогут объяснить, каким образом сценарии дают ответ на вопрос: Что вы говорите или делаете после приветственных слов?»

Розовая Шапочка, или Бесприданница

Розовая Шапочка была сиротой. Она любила сидеть на лесной поляне, ожидая, пока появится кто-то, нуждающийся в ее помощи. Иногда она гуляла по тропинкам в другой части леса в поисках тех, кому нужно помочь. Она была очень бедной, поэтому мало что могла предложить нуждающимся, но чем располагала — делилась охотно. Голова ее была полна мудрых советов, почерпнутых от родителей, когда они еще были живы. Всегда наготове у нее была веселая шутка, например, призванная подбодрить того, кто боится заблудиться. Она приобрела много друзей. Но по выходным дням, когда устраивались пикники на лужайках, она почти всегда оставалась в лесу в одиночестве, чувствуя себя там в эти дни очень неудобно. Иногда ее приглашали в компании, но чем старше она становилась, тем реже это случалось.

Она жила не так, как Красная Шапочка. Однажды они встретились и очень не понравились друг другу. Красная Шапочка шла по лесу и, заметив сидящую на поляне Розовую Шапочку, остановилась, чтобы сказать: «Здравствуйте». Минуту они глядели друг на друга, и обе думали, что могут подружиться, — ведь они были похожи, только на одной была красная шапочка, а на другой — розовая.

— Куда ты идешь? — спросила Розовая. — Раньше я тебя здесь не видела.

— Я несу бабушке пирожки, которые испекла моя мать, — отвечала Красная.

— Как это мило, — сказала Розовая. — А у меня нет матери.

— Кроме того, — гордо объявила Красная, — когда я приду к бабушке, меня должен съест волк...

— Да-а? — удивилась Розовая. — Но волка можно удержать. Давай ему по пирожку каждый день... И какое ты мудрое дитя, если знаешь, где встретишь «своего» волка.

— Мне не нравятся твои намеки, — сказала Красная. — Поэтому прощай.

— Что-то ты воображаешь! — сказала Розовая, но Красная была уже далеко. «У нее нет чувства юмора, — решила Розовая. — Но все равно ей нужно помочь». И она бросилась в лес искать охотника, который спас бы Красную Шапочку. В конце концов, она нашла охотника. Это был ее старый друг. Вместе они побежали к бабушкиной хижине, и Розовая Шапочка видела все, что там произошло. Красная Шапочка находилась в постели с волком, который хотел ее съесть. Охотник убивает волка, потом они смеются и шутят. Но Розовая Шапочка не дождалась от Красной даже слова благодарности, отчего, конечно, опечалилась. А потом, когда все кончилось, охотник подружился с Красной сильнее, чем раньше дружил с Розовой, и Розовая стала еще печальнее. Чтобы справиться с печалью, она начала есть пьяные ягоды, но ей стало трудно засыпать, поэтому пришлось прибегать к сонным ягодам. Она все еще была сообразительной девочкой и по-прежнему помогала людям, но иногда ей казалось, что самое лучшее для нее — это принять сразу пригоршню сонных ягод.

Клинический анализ

Тезис. Розовая Шапочка — сирота или по каким-то причинам чувствует себя сиротой. Она сообразительна, всегда готова дать добрый совет и весело пошутить, но мыслить реалистически, планировать и осуществлять планы не умеет — это она оставляет другим. Она совестлива и всегда готова прийти на помощь, в результате приобретает много друзей. Но каким-то образом она, в конце концов, остается в одиночестве, начинает пить, принимает стимуляторы и снотворное и часто думает о самоубийстве. Сказав «здравствуйте», она отпускает несколько насмешливых слов, но все это только для того, чтобы подойти к главному вопросу: «Могу ли я тебе чем-нибудь помочь?» Так она может войти в «глубокие» отношения с неудачником, но с победителем, после того как шутка произнесена, ей просто не о чем говорить.

Диагноз: хронически депрессивная реакция.

Волшебная сказка: маленькая Розовая Шапочка.

Роли: Благожелательный Ребенок, Жертва, Спаситель.

Переключения: от Спасителя (Советчик, Заботливый Родитель) к Жертве (Печальный Ребенок).

Родительское наставление: «Будь хорошей девочкой, помогай людям».

Родительский образец: «Вот как надо помогать людям».

Родительское предписание: «Не старайся получить что-нибудь для себя».

Детский лозунг: «Делай, что положено, и не плачь».

Позиция: «Мне плохо, поэтому я плачу».

Решение: «Я накажу себя за то, что плачу».

Сценарий: «Выкладывайся».

Антисценарий: «Умей помогать людям».

«Футболка»: впереди — «Я сообразительный ребенок», сзади — «Но я сирота».

Игра: «Не вышло, как я ни старалась».

«Премияльные купоны»: депрессия.

Окончательный итог: смерть.

Эпитафия на одной стороне камня: «Это был прекрасный ребенок», на другой: «Я старалась».

Антитезис: «Не выделяться своей сообразительностью». *Разрешение:* «Воспользоваться советами родителей, чтобы подойти к настоящей цели».

Классификация

Розовая Шапочка — сценарий неудачницы, поскольку, чего бы она ни добивалась, она все теряет. Это целеориентированный сценарий, организованный по принципу «нельзя»: «Это тебе нельзя делать, пока не встретишь принца». В основе его лежит «никогда»: «Никогда не проси ничего для себя». Сказав «здравствуйте», Розовая Шапочка старается показать себя сообразительной девочкой, всегда готовой помочь.

Сизиф, или «Начни сначала»

Этот сценарий расскажет о Джеке и его дяде Гомере. Отец Джека был храбрым солдатом и погиб на войне, когда Джек был маленьким; вскоре умерла мать. Воспитывал его дядя Гомер — спорщик, хвостун и немножко мошенник. Он хотел сделать из Джека спортсмена и игрока, стремящегося побеждать везде и всегда. Однако, если Джек побеждал, дядя приходил в неистовство. Если же Джек проигрывал, дядя дружески-пренебрежительно посмеивался. В конце концов, Джек стал проигрывать намеренно. Чем чаще он проигрывал, тем счастливее и доброжелательнее становился дядя. Джек хотел стать фотографом, но дядя возразил, так как считал это делом для слабых людей, а настоящий мужчина должен выбирать спорт. Джек пошел в профессиональный бейсбол. В действительности дяде

хотелось, чтобы Джек попытался стать знаменитым спортсменом. Дядя постоянно находился рядом. Накануне первых игр в высшей лиге Джек повредил руку и вынужден был расстаться со спортом. Позже он говорил, что не может объяснить, как опытный игрок вроде него мог повредить руку весной, когда все берегут себя, чтобы быть в лучшей форме к началу сезона.

Джек стал торговым агентом. Начинать он хорошо, получал все больше и больше заказов, становился любимцем босса. Но именно в этот момент его охватило полное равнодушие к делу. Он подолгу спал, запустил дела, в результате заказы запаздывали. Когда-то он был хорошим агентом, поэтому ему не нужно было искать покупателей: они звонили и приходили сами. Однако он стал забывать регистрировать заказы. В конце концов, приходилось объясняться с боссом, чтобы решить возникшие проблемы. После каждого такого объяснения Джек «брал себя в руки», но хватало его ненадолго, и дела снова катились по наклонной. Рано или поздно должен был настать день, когда его попросили оставить работу. Пришлось искать другого хозяина и начинать все сначала. Одно его беспокоило: торговцу приходится немножко привирать и мошенничать; Джеку это не нравилось. В результате Джек порвал с дядей и решил идти учиться, чтобы впоследствии заняться делами социального обеспечения.

Анализ

Тезис: «Сизиф» усердно трудится и почти добивается успеха. Но в один из моментов он расслабляется, прекращает усилия и теряет все достигнутое. Он должен начинать снова, повторяя весь цикл.

Диагноз: депрессивная реакция.

Миф: Сизиф.

Роли: Осиротевший Ребенок, Преследователь, Спаситель.

Переключения: от Героя (успех) к Жертве (неудача) и к Спасителю.

Родительское наставление: «Будь крепким и храбрым, не будь слабаком».

Родительский образец: «Можно немножко смошенничать».

Родительское предписание: «Не старайся преуспеть».

Детский лозунг: «Я — сын героя».

Позиция: «Я — нехороший, потому что на самом деле я слабый человек. А они хорошие, потому что преуспевают».

Решение: «Я должен быть героем».

Сценарий: «Не будь им».

«Футболка»: впереди — «Я — суперторговец», сзади — «Но не надо покупать у меня».

Игра: «Начни сначала».

«Премияльные купоны»: депрессия и чувство вины.

Окончательный итог: Импотенция и смерть.

Эпитафия: на одной стороне камня — «Он очень старался», на другой — «У меня не вышло».

Антитезис: «Перестань слушаться дядю».

Разрешение: идти учиться и заняться новым делом.

Классификация

«Сизиф» — сценарий неудачника, поскольку, приблизившись к вершине, он каждый раз скатывается вниз. Это целеориентированный сценарий, организованный по принципу «нельзя»: «Без меня ты не можешь (тебе нельзя) это сделать». В основе его лежит «Снова и снова»: «Старайся, пока можешь». Время между первым приветствием и «прощай» структурируется игрой «Начни сначала».

Маленькая мисс Бетки, или «Меня не испугаешь»

Бетки каждый вечер сидела на высокой табуретке в баре и мрачно пила виски. Однажды возле нее возник ужасный тип. Он ее напугал, но она не убежала, познакомилась с ним и вскоре вышла за него замуж, стала даже о нем очень заботиться. Однако, напиваясь, он ее бил, а в трезвом виде всячески унижал, но она все равно от него не убегала. В психотерапевтической группе, когда она обратилась за помощью, ее сначала жалели и ужасались поведению мужа, но через несколько месяцев отношение изменилось.

«А почему бы вам не сойти со своей табуретки и не разобраться с собою? — сказали ей члены группы. — Вам ведь нравится излагать свои ужасные истории, это выглядит так, будто вы наслаждаетесь игрой в „Подумайте, какой ужас“».

Однажды психотерапевт спросил у Бетки: «Какой была у вас любимая детская сказка?» — «Сказки не было, — ответила она. — Но я очень любила детский стишок «Маленькая мисс Бетки», в котором героиня сидела на высокой табуретке». — «Так вот почему вы сидите в баре...» — «Да, я как раз сидела на табуретке, когда встретила его». — «Почему же вы не убежали, когда он вас напугал?» — «Потому что, когда я была маленькой, мать мне говорила: „Если убежишь из дома, попадешь в большую беду“». — «Ну, а как насчет первой табуретки, то есть детского горшка?» — «Меня усаживали на горшок и пугали, но мне было слишком страшно, чтобы я могла встать и убежать».

Сценарий мисс Бетки запрещал ей убежать, да она и не знала, куда ей можно было бы бежать. Вместо этого она пила каждый вечер виски. В психотерапевтической группе ее стимулировали «сойти с табуретки» и подумать о себе самой. Раньше она всегда выглядела мрачной и сердитой, но вскоре стала улыбаться.

Мужу Бетки было хорошо известно, что после приветствия ее надо пугать (как это было при знакомстве в баре). Большинство женщин при этом убежали бы, но только не Бетки. Поэтому ему ничего не оставалось, как пугать ее снова и снова, что он и делал.

Анализ

Тезис: Маленькая Бетки сидит на табуретке, замкнувшись в себе и ожидая «Паука», поскольку больше ей не на что надеяться. Он появляется и старается напугать ее, но она решает, что это самый прекрасный «Паук» на свете, и предпочитает остаться с ним. Он периодически пугает ее, но она все равно не убегает. Она может искать другого «Паука», но, убедившись, что другого такого красивого нет, она остается «помогать ему ткать паутину».

Диагноз: порок характера.

Детская сказка: Стихи о маленькой Бетки.

Роли: Спаситель, Жертва.

Переключения: от Жертвы (обстоятельств) к Спасителю (мужчины) и Жертве (мужчины).

Родительское наставление: «Не поддавайся».

Родительский образец: «Ежедневный способ справиться — пить!»

Родительское предписание: «Не убегай, а то попадешь в большую беду».

Позиция: «Я — хорошая, если забочусь о нем».

Решение: «Если я не могу ему помочь, то найду кого-нибудь другого».

«Футболка»: впереди — «Я с этим справлюсь», сзади — «Бейте меня».

Игры: «Подумайте, какой ужас!»

Антитезис: «Хватит сидеть на табуретке и хватить пить».

Разрешение: самой планировать свою собственную жизнь.

Классификация

«Маленькая мисс Бетки» — это сценарий непобедителя. Ей не суждено преуспеть, но у нее,

по крайней мере, есть «Паук», сидящий рядом. Это целеориентированный сценарий, организованный по принципу «можно»: «Ты можешь помочь ему работать». В основе его лежит «До тех пор, пока...»: «Сиди в одиночестве, пока не встретишь Принца-Паука, потом можешь начать жить». Промежуток между первым в жизни приветствием и «прощай» структурируется ссорами и выпивкой, любовью и работой.

Старые бойцы не умирают, или «Кому я нужен?»

Мак был храбрым офицером и любил людей, которыми командовал. Но однажды по их же неосторожности многие из них погибли. Мак обвинил в этом себя. К его страданиям добавились малярия, постоянное недоедание и другие беды, и Мак не выдержал, серьезно заболел. После выздоровления он стал трудиться с рассвета до заката, стараясь ни о чем не думать. Но как бы усердно он ни работал, по служебной лестнице он не продвигался ни на шаг. У Мака были долги, поэтому нужно было работать еще больше. Он поставлял провизию на свадьбы и различные юбилеи, но у него самого не было поводов для праздника. Он смотрел на все со стороны, создавая другим доброе настроение, помогая им веселиться за праздничным столом. Так ему удавалось как-то чувствовать себя нужным людям. По ночам приходило одиночество, мысли крутились безостановочно. Лучше всего было в субботу вечером, когда он напивался и мог забыться и наконец почувствовать себя частью толпы, то есть таким же человеком, как все окружающие его люди. Такой образ жизни начался задолго до войны. Его мать уехала с каким-то военным, когда ему было шесть лет. Узнав об этом, он заболел истерической лихорадкой и пытался умереть, так как понял, что матери он не нужен. Трудиться он начал рано, но, сколько ни работал, толку никакого не было. Все заработанное ухитрялся каким-то образом у него вытянуть отец. Не успеет Мак что-либо купить себе, как отец немедленно эти вещи продаст. Он завидовал другим школьникам, потому что у них были матери. Из-за этого ему приходилось даже драться. Разбивать в кровь носы в школьном дворе — это он мог, но на войне на него угнетающе действовал вид убитых людей. Будучи хорошим снайпером, он жалел убитых врагов. Даже в гибели близких ему людей он не мог обвинить врага. Он винил себя в том, что товарищи погибли, а он остался жить. Поэтому он старался не усугублять свою вину и не наслаждался жизнью. Исключением были выпивки, но это он не считал... Он вел какую-то тяжкую жизнь, пытался разбить автомобиль, попадал в больницу, но выжил, много, почти безостановочно курил, несмотря на бронхит. После длительного лечения, консультаций у психотерапевта Мак сумел возобновить дружеские отношения с матерью и стал чувствовать себя гораздо лучше.

Анализ

Тезис. Старый солдат оказался ненужным своим родным, а друзей ему не удалось сохранить. Он много трудился, но не получал ощутимых результатов. Он оставался бесстрастным наблюдателем жизни, не участвуя в радости других. Ему хотелось помогать людям, но он не находил возможности быть кому-то нужным.

Диагноз: компенсированная шизофрения.

Песня: «Старые бойцы не умирают».

Роли: Неудавшийся Спаситель, Преследователь, Жертва.

Переключения: от Жертвы (матери и отца) к Спасителю (товарищей) и к Жертве (обстоятельств).

Родительское наставление: «Трудись усердно и помогай людям».

Родительский образец: «Вот способ с этим справиться — пей!»

Родительское предписание: «Не добивайся результатов».

Позиция: «Я не хороший», «Все другие хорошие».

Решение: «Я загублю себя работой».

«Футболка»: впереди — «Я хороший парень», сзади — «Даже если это меня погубит».

Времяпрепровождение: воспоминания о войне.

Игра: «Я всего лишь пытаюсь помочь вам».

Антитезис: «Хватит убивать себя».

Разрешение: включиться в жизнь и идти вперед.

Классификация

«Старый боец» — сценарий «непобедителя». Однако идти вперед, делать карьеру — для многих старых бойцов дело чести. Это целеориентированный сценарий, организованный по принципу «нельзя»: «Нельзя идти вперед, пока они тебя не позовут». В основе его — «после»: «После того, как война закончилась, остается лишь медленно умирать». Время ожидания смерти заполняется возможностью помогать людям и воспоминаниями о былых сражениях.

Победитель дракона, или «Папочка знает лучше»

Жил некогда человек по имени Георгий, прославившийся тем, что побеждал драконов и оплодотворял бесплодных женщин. Он бродил по стране свободный и независимый (так по крайней мере, казалось). Однажды в летний день он скакал на лошади по степи и вдруг заметил вдали языки пламени, взвивавшиеся к поднебесью. Приблизившись, он услышал ужасный рев, сквозь который прорывались пронзительные девичьи крики. «Так,— подумал он, беря копьё наперевес.— Уже третий дракон с девицей на этой неделе. Я убью злодея, и, конечно, моя храбрость будет вознаграждена». «Держись, мерзавец!..— крикнул Георгий дракону и ободрил девицу: — Не бойся». Дракон стал рыть когтями землю, предвкушая не только двойной обед, но и то, что он любил еще больше,— хорошую драку. Девица по имени Урсула простерла вверх руки и закричала: «О мой герой! Я спасена!» Она не только радовалась спасению, но и предвкушала увидеть прекрасное зрелище, за которое (поскольку на самом деле она не была девицей) надеялась отблагодарить спасителя.

Георгий и дракон разбежались, готовясь к схватке. Урсула приветствовала обоих. В этот миг появился еще один всадник на коне с украшенной серебром уздечкой и сумками, набитыми золотом. «Эй, малыш!» — закричал новоприбывший.

Георгий удивленно обернулся: «Пап, как я рад тебя видеть!» Развернувшись, он спешил, чтобы поддержать стремя отцу. Последовал разговор между отцом и сыном. Иногда был слышен голос Георгия: «Да, папа. Конечно, папа. Как ты скажешь, папа». Ни дракон, ни Урсула не слышали, что говорил отец, но скоро им стало ясно, что разговор обещает быть долгим.

«О боже! — воскликнула Урсула, сердито топнув ногой.— Где же герой? Как появился этот старик, так мой спаситель только кланяется, расшаркивается. И ноль внимания на меня, бедняжку!» — «Действительно,— сказал дракон.— Это, кажется, надолго». Он выключил пламяизвергатель, растянулся на траве и громко захрапел. Наконец старик уехал, а Георгий стал готовиться к схватке. Он взял наперевес копьё, ожидая, что дракон изрыгнет пламя, а Урсула радостно закричит. Но он услышал: «Хам!» Это выкрикнула Урсула и пошла прочь. Дракон поднялся на ноги, сказал: «Чудак» — и тоже ушел. Увидев это, Георгий с криком: «Эй, папа!» — поскакал вслед за отцом. Урсула и дракон одновременно обернулись и прокричали: «Жаль, что твой отец старей, а то бы он мог куда лучше заменить тебя!»

Зигмунд, или «Если не выходит так, попробуем иначе»

Зигмунд решил стать великим человеком. Он умел работать и поставил себе целью проникнуть в истеблишмент. Это, он считал, все равно, что войти в небесные врата. Его, однако, туда не пускали. Тогда он решил обратиться к преисподней (речь шла о бессознательном). Там не было истеблишмента, там всем было все равно. И он обрел авторитет в преисподней. Успех его был столь велик, что скоро истеблишмент переместился в преисподнюю.

Анализ

Тезис. Кто-то решает стать великим человеком, но окружающие создают ему всяческие препятствия. Вместо того чтобы использовать время на их преодоление, он все обходит стороной, находит проблему, достойную его рвения, и в «преисподней» становится великим человеком.

Диагноз: фобии.

Герои: Ганнибал, Наполеон и т. п.

Роли: Герой, Оппоненты.

Переключения: Герой, Жертва, Герой.

Родительское наставление: «Работай усердно и не оставляй труда».

Родительский образец: «Используй свой ум и найди ему применение».

Родительское предписание: «Будь великим человеком».

Позиция: «Я в порядке, когда я творю», «Они в порядке, если они думают».

Решение: «Если не добраться до небес, то попробую в преисподней».

«Футболка»: не видно ничего (ни на груди, ни на спине).

«Премияльные купоны»: не собирает.

Игры: на игры нет времени.

Антитезис: нет необходимости.

Разрешения: имеется их вполне достаточно.

Классификация

Это сценарий «победителя». Ведь Зигмунда ведет по жизни сценарий, так как он знает, что должен делать. Это целеориентированный сценарий, организованный по принципу «можно»: «Если не получается так, можно попытаться иначе». В основе его лежит «всегда»: «Никогда не прерывай усилий (всегда пробуй)». Сказав «здравствуйте», он тут же принимается за работу.

Флоренс, или «Ясновидение»

Мать желала для своей дочери Флоренс хорошей партии и счастливого места в обществе. Однако Флоренс решила, что ее судьба — в служении человечеству. Более четырнадцати лет все окружающие старались ее переубедить, но все было напрасно. Она добилась своего и стала медицинской сестрой. С огромным трудом, преодолевая всевозможные препятствия, она снискала уважение со стороны даже высшего общества. Посвящая всю себя делу, Флоренс не участвовала в интригах, была очень скромной, не создавала себе рекламу, но стала известна всему миру.

Анализ

Тезис. Мать внушала Флоренс светские амбиции, но в глубине души девушка ощущала свое более высокое предназначение. Она отчаянно боролась с матерью за право избрать собственный путь. Окружающие воздвигали на этом пути препятствия, но Флоренс

не тратила времени на игры, она обходила все препятствия в поисках великих задач и стала героиней.

Диагноз: кризис взросления.

Героиня: Жанна д'Арк.

Роли: Героиня, Оппоненты.

Переключения: Жертва, Героиня.

Родительское наставление: «Выйди замуж за богатого человека».

Родительский образец: «Делай так, как тебе говорят».

Родительское предписание: «Не спорь».

Предписание (скорее всего отца): «Будь героиней, как Жанна д'Арк».

Позиция: «Я хорошая, если я действую», «Они хорошие, если мне не мешают».

Решение: «Я буду служить человечеству, иначе я не могу».

«Футболка»: впереди — «Заботиться о раненых солдатах», сзади — «Делай это лучше, чем делали прежде».

«Премиальные купоны»: не собирает.

Игра: нет времени на игры.

Антитезис: не нужен.

Разрешения: имеется их вполне достаточно.

Классификация

Это сценарий «победителя», классифицируемый так же, как и предыдущий. В обоих случаях герои брали неудавшийся сценарий (Ганнибал, Наполеон, Жанна д'Арк) и превращали его в успешный, причем вопреки противодействию окружающих. Это удалось благодаря тому, что оставались открытые возможности, позволяющие обойти препятствия, не сталкиваясь с ним лоб в лоб. Такая гибкость ни в коей мере не умаляет решимости действовать и не мешает достижению желаемого.

Трагические сценарии

Можно спорить о том, являются ли победители победителями именно потому, что их побуждает к этому сценарий, или потому, что им разрешен самостоятельный выбор. Относительно неудачников, наверное, нет сомнений в том, что они подчинены родительскому программированию и собственному внутреннему «демону». Трагические сценарии могут быть «высокими» и «низкими». «Высокие» становятся источником вдохновения и могут воплощаться в образах благородных героев на театральных сценах. В «низких» в основном вновь и вновь воспроизводятся одни и те же сюжеты, появляются одни и те же мрачные типы, которые располагаются в унылых декорациях социального дна, то есть в тех местах, которые общество предоставляет неудачникам. Там они собирают свои «коричневые купоны»: в кабаках, ломбардах, в залах судебных заседаний, в больницах, моргах и различных зланных местах.

В жизни неудачника сценарный элемент легко различим, ибо итог этой жизни всегда типичен. Поэтому книги по психиатрии и криминологии, с их бесконечным количеством конкретных примеров, представляют собой прекрасный источник для изучения таких сценариев.

Дети, по существу, являются «пленниками» родителей, которые могут в основном сделать из них все, что пожелают. Девочке, например, могут говорить, что она истеричка, плакса и жалеет только себя. Родители знают ее слабые места и иногда мучают ее в присутствии гостей до тех пор, пока она, не выдержав, не ударится в слезы. Если же ей уже известно, что слезы — это знак «жалости к себе», то она может постараться не плакать, но, когда сдерживаться ей становится невозможно, бурный ее плач может быть похож на

припадок. Родители говорят: «В чем дело? Каждый раз, когда у нас гости, она закатывает истерику. Что за плакса...» и т. д. Главный вопрос для сценарного аналитика в подобной связи будет таким: «Как бы вы воспитывали девочку, чтобы, будучи взрослой, она вела бы себя так же, как эта пациентка?» Ответ на такой вопрос помогает психотерапевту восстановить процесс воспитания пациента.

Некоторые люди, отсидевшие долгие годы в тюрьме, выйдя на свободу, страшатся сложностей и проблем «большого» мира, поэтому стараются вновь нарушить закон, чтобы скорее попасть обратно в камеру. Тюремное существование, конечно, и неприятно, и убого, но это знакомый для такого человека мир. Он хорошо знает, как надо здесь себя вести, чтобы избежать серьезной беды. Здесь рядом его «друзья». Точно так же, когда пациент старается вырваться из «клетки» своего сценария, он находит внешний мир холодным и неприветливым. Перестав играть в старые игры, чаще всего он теряет прежних друзей. Надо приобретать новых, но известно, что это совсем не легко. И он стремится вернуться в прежнее состояние, ведомый тюремной ностальгией.

Золушка

Происхождение Золушки

С точки зрения сценарного аналитика в истории Золушки есть все. Здесь имеется множество взаимосвязанных сценариев, бесчисленные детали, чреватые новыми интересными открытиями, много жизненных прототипов для каждой роли.

В США сказка «Золушка» больше известна под названием «Хрустальный башмачок». Перевод французской сказки Шарля Перро впервые опубликован в США в 1697 году. Поучения, которыми Шарль Перро сопровождал историю Золушки, были, на наш взгляд, Родительскими предписаниями. Автор говорил о счастливом даре, который больше, чем красота лица; обаяние этого дара превосходит все другое. Именно это и дала Золушке фея. Она так заботливо ее наставляла, так обучала благородным манерам, что Золушка стала королевой.

В последних трех положениях описан настоящий Родительский образчик, полученный Золушкой от феи: это точная модель воспитания леди, о которой мы уже упоминали. Шарль Перро делает еще один вывод — о необходимости родительского разрешения в том случае, если ребенку суждено совершить в своей жизни что-либо важное. Он говорил о том, что человеку, бесспорно, нужны ум, отвага и благородство. Но ни одна из этих добродетелей не проявит себя в жизни, если человек не получит благословения от волшебников и пророков.

Теперь мы рассмотрим представление о Золушке с марсианской точки зрения, в том виде, как она выглядит в сказке Перро, которую знает большинство детей, говорящих по-английски, и обсудим различные содержащиеся в сказке сценарии, многие из которых легко обнаруживаются в реальной жизни. Как и в случае с Красной Шапочкой, мы придем к интересному выводу о том, что происходит с персонажами сказки после того, как она закончилась.

История Золушки

Согласно Перро, жил некогда джентльмен, женившийся второй раз на вдове, самой гордой и надменной женщине из когда-либо живших. (Несомненно, она, как это обычно случается с подобными невестами, была еще к тому же и фригидна.) У нее росли две дочери, во всем на нее похожие. Он же имел дочь от первого брака, милую и добрую девушку, унаследовавшую характер матери — чудеснейшего в мире создания.

После свадьбы мачеха стала обращаться с Золушкой очень жестоко. Для нее было невыносимо присутствие Золушки, внешний вид которой подчеркивал грубость и неуклюжесть ее собственных дочерей. Бедняжка терпела все безропотно и не могла даже пожаловаться отцу, который был под каблуком у жены и не смог бы прислушаться к ее жалобам. Выполнив всю тяжелую работу, она шла в угол за печкой и сидела на куче золы, отчего и получила свое прозвище — Золушка.

В один из дней королевский сын давал бал. Приглашались все, кто хотя бы что-то значил в королевстве. Были приглашены и две сводные сестры Золушки. Она помогала им причесываться и одеваться, а они в это время только насмехались над ней. Золушке оставалось лишь согласиться, что королевский бал не для нее, грязной и бедной девушки. Когда сестры ушли на бал, она стала горько плакать. Но вдруг появилась прекрасная фея и объявила, что Золушка тоже может отправиться на бал. «Сходи в огород и принеси тыкву»,— сказала она девушке. Затем тыкву она превратила в золотую карету. В карету впряглась четверка мышей, крыса стала веселым толстым кучером с роскошными усами, а на запятки кареты вскочили лакеи-ящерицы. Золушка получила чудесное вечернее платье, драгоценности и маленькие хрустальные башмачки. «Тебе только нельзя оставаться на балу после того, как часы пробьют полночь»,— предупредила фея.

Появление Золушки на балу стало сенсацией. Принц посадил ее на почетное место, и сам король, хотя и был в преклонных летах, то и дело на нее поглядывал и что-то шептал о ней королеве. Около двенадцати часов Золушка покинула бал. Когда сестры вернулись домой, она притворилась спящей. Они наперебой рассказывали о прекрасной незнакомке. Золушка, улыбаясь, даже спросила: «Она, наверное, и в самом деле прекрасна... Как мне хочется на нее посмотреть! Не могли бы вы дать мне одно из ваших платьев, чтобы я пошла на бал завтра?» Но сестры, конечно, ей платья не дали.

На следующий день Золушка так увлеклась танцами, что перестала следить за часами. Услышав бой часов в полночь, она вскочила и бросилась бежать, как испуганный олень. Принц пытался остановить ее, но не удержал, и у него остался лишь хрустальный башмачок, упавший с маленькой ножки Золушки. И тогда на следующий день принц велел трубить в трубы и объявить, что возьмет в жены ту, чьей ножке придется впору потерянный хрустальный башмачок. Он послал придворных мерить его всем женщинам королевства. После того как сестры безуспешно пытались всунуть в башмачок ступни своих ног, появилась Золушка и сказала: «Дайте попробовать мне». У сестер это вызвало приступ хохота, но придворный, посланный с поручением, сказал, что, согласно приказанию, он не должен делать исключений. Он предложил Золушке сесть, и ее ножка легко скользнула в башмачок, как будто он был не из хрусталя, а из воска. Удивление сестер было неопишным, но еще больше они удивились, когда девушка вынула из кармана фартука второй башмачок и поставила рядом с первым. Вдруг появилась фея и одним движением волшебной палочки сменила платье Золушки на великолепный наряд.

Увидев, что Золушка и есть та прекрасная принцесса, сестры стали просить у нее прощения. Золушка обняла их и простила. Затем она поехала к принцу и вскоре вышла за него замуж. Она предоставила обеим сестрам покои во дворце и выдала их замуж за знатных лордов. Все три свадьбы были сыграны в один день.

Взаимосвязанные сценарии

В этой сказке столько интересного, что не знаешь, с чего начать обсуждение. Сюжет, оказывается, гораздо сложнее, чем это кажется на первый взгляд. Вот действующие лица в порядке их появления:

Отец Мачеха Дочь *A* Дочь *B*

Лакеи
(Люди на балу)
Принц
Король
(Королева) (Слуги) Придворный Два лорда Золушка (Мать) Фея Кучер

Сюда входят основные персонажи, несколько лиц, не имеющих собственного текста или с одной репликой, и много других персонажей. Самое интересное в этом сюжете, что почти у всех имеется «второе дно», то есть вторая роль.

Характерной чертой является четкость переключения, что обычно бывает почти во всех историях, предназначенных детям. Вначале у Золушки как будто бы все в порядке, затем она становится Жертвой, потом Преследователем, наконец, Спасителем. Мачеха и ее дочери превращаются из Преследователей в Жертв. В сказке имеются две классические роли, обычно обнаруживаемые в игре «Алкоголик». Роль Поставщика в сказке играет фея, предоставляющая Золушке все, что ей необходимо. А роль Простаков исполняют лорды, которым предназначены в жены старшие сестры.

Рассмотрим сценарии участников. Весьма нетрудно понять, как много персонажей обнаруживают природу своих сценариев в этой, казалось бы, очень простой сказке.

1. *Золушка*. У нее было счастливое детство, пока была жива ее мать. Затем ей было предназначено страдание, но произошло некое событие. Решающие сцены структурированы по времени: она может радоваться сколько угодно, но до тех пор, пока не пробьет полночь, когда ей надо возвращаться в прежнее состояние. Золушка избегает соблазна сыграть в игру «Подумайте, какой ужас!» даже с собственным отцом. Она кажется смирившейся со своим несчастьем, но вдруг разворачивается сцена на балу. Она разыгрывает «Ну-ка, поймай меня» с принцем, а затем (сопровождая игру сценарной улыбкой) «Я кое-что знаю» — с сестрами. Кульминацией оказывается сокрушительный ход в игре «Ах, что она говорит!» И Золушка с лукавой улыбкой получает выигрыш, полагающийся ей по сценарию «победителя».

2. *Отец*. По сценарию ему предназначено потерять первую жену и жениться на властной (скорее всего фригидной) женщине, которая заставит страдать его и Золушку. Но у него, оказывается, была спрятана «козырная карта».

3. *Мачеха*. У нее сценарий «неудачницы». Она также разыгрывает «Ах, что она говорит!» с отцом Золушки, заставив его жениться на себе. Сразу же после свадьбы она обнаруживает свое подлинное злобное Я. Она живет только для дочерей, надеясь, что ее скудость обернется для них королевским выигрышем. Но ее надежды не сбываются.

4. *Сестры*. Их антисценарии основаны на материнском наставлении: «Думайте о себе, а простак пусть расплачивается». Однако исход предопределен предписанием: «Ничего не выйдет». Поскольку такому же сценарному предписанию следует их мамаша, можно предположить, что оно получено еще от ее родителей. В своей грубой игре вначале они издеваются над Золушкой, потом просят и получают у нее прощение.

5. *Фея*. Наверное, это самый интересный персонаж. Какими мотивами она руководствуется, наряжая Золушку для бала? Наверное, можно было бы только приласкать и утешить ее, а не отсылать в сияющий огнями дворец? Ситуация была такова, что мачеха с дочками уехали на бал, а в доме оставались только Золушка и ее отец. Зачем фее так нужно было избавиться от Золушки? Что делали фея и отец девушки, оставшись одни на весь вечер? Предписав Золушке не задерживаться на балу после полуночи, фея могла быть уверенной, что, с одной стороны, раньше этого времени Золушка не вернется, а с другой — она вернется в дом первой. Это давало гарантию, что ни мачеха, ни сестры не застанут ее вместе с отцом Золушки, ибо возвращение Золушки — сигнал, что пора исчезнуть. Можно считать, что такой взгляд циничен, но очень похоже на то, что все это придумано, чтобы дать

возможность отцу и фее остаться наедине.

6. *Принц*. Он, конечно, Растяпа и после женитьбы, безусловно, свое получит. Он дважды давал девушке исчезнуть, не оставив о себе никакой информации. Он не сумел ее догнать, когда она убежала в одной туфельке. Вместо того чтобы найти ее самому, он послал на это дело приятеля. Наконец, он женился на девице из весьма сомнительного семейства и неизвестно как воспитанной, причем менее чем через неделю после знакомства. По первому впечатлению может показаться, что он победил, но обстоятельства говорят о том, что у него скорее всего сценарий «неудачника».

7. *Король*. У него наметанный взгляд на девушек и язык «без привязи». Кроме того, он не умеет предостеречь своего импульсивного сына.

8. *Придворный, или Джентльмен*. Это самый ясный из всех персонажей сказки. Он, с одной стороны, не сентиментальничал, с другой — не проявлял высокомерия и не смеялся над Золушкой, как ее сестры, а делал свое дело с сознанием выполняемого долга. Он не убежал с Золушкой сам, как поступил бы иной на его месте, а доставил ее принцу в целостности и сохранности. Это честный, деловой и принципиальный человек.

9. *Два лорда*. Только недотепы могут позволить женить себя на двух сомнительных девицах, с которыми познакомились только в день своей свадьбы.

«Золушка» в реальной жизни

Самое интересное, что всем персонажам сказки имеются соответствия в реальной жизни. Расскажем, например, историю Золушки из настоящей жизни.

Родители Эммы развелись, когда она была маленькой. Девочка осталась с матерью. Вскоре отец женился вторично. Двое дочерей его новой жены ревновали отчима, когда Эмма приходила к ним в гости, и постоянно твердили, что он дает ей слишком много денег. Через несколько лет мать Эммы вышла замуж, девочке пришлось переехать к отцу, поскольку мать и отчим интересовались выпивкой больше, чем дочерью. В новом доме Эмма не почувствовала себя счастливее, поскольку мачеха явно демонстрировала свое нерасположение, а отец за нее не мог заступиться. Все доставалось ей в последнюю очередь, сестры ее дразнили. Она была застенчивым подростком, мальчики не обращали на нее внимания. У сестер же было много компаний, в которые Эмму никогда не приглашали.

Но у Эммы было одно преимущество. Она знала то, чего другие не знали. Отец имел любовницу, разведенную женщину по имени Линда, которая носила дорогие украшения. По секрету от остальных Эмма и Линда стали друзьями и часто подолгу беседовали об отце. Линда давала Эмме множество советов по самым разным делам и была для нее фактически доброй феей. Ее особенно беспокоило то, что Эмма живет так одиноко.

Однажды утром Линда сказала: «Твоя мачеха уехала, сестры отправились на свидание, а ты почему сидишь одна? Что в этом хорошего? Бери мою машину, одевай лучшее мое платье и поезжай на танцы. Может быть, ты познакомишься там с хорошим парнем. А ровно в шесть часов приезжай ко мне, будем обедать». Эмма решила, что отец и Линда хотят остаться одни, поэтому согласилась на предложение Линды.

На танцах Эмма познакомилась с красивым парнем по имени Ролан. Они стали встречаться. Однако друг Ролана, не расстававшийся с гитарой, проявил к ней больше внимания. Вскоре она стала чаще бывать с этим Принцем, который казался очень бедным человеком. Эмма не хотела, чтобы Принц появлялся у нее дома, так как боялась, что родители не одобрят его вольные манеры и бедную одежду. Поэтому за ней заходил Ролан. В это время его девушка ждала их за углом, потом присоединился Принц, и они вчетвером весело проводили время. Отец, мачеха и сестры считали, что она встречается с Роланом. Это очень забавляло Эмму.

На самом деле Принц не был беден. Он происходил из обеспеченной семьи, получил хорошее образование, но хотел стоять на собственных ногах и стать артистом. Постепенно он этого добился и даже обрел известность. Эмма и он решили рассказать родителям об их отношениях, пока те не узнали правду со стороны. Для Эмминых сестер это было полной неожиданностью. Раньше они млели, слушая по радио записи выступлений Принца, а теперь пылали от ревности, узнав что их «бедная Золушка» выходит за него замуж. Но Эмма не упрекала их за прошлое дурное обхождение с ней, наделяла их бесплатными билетами на концерты своего Принца и даже представила их кое-кому из его друзей.

После бала

Зная, как ведут себя реальные люди, нетрудно вообразить, что происходило с Золушкой после свадьбы. Она обнаружила, что быть Принцессой совсем не весело. Попробовала еще разок сыграть с Принцем в «А ну-ка, догони», однако и это ее не развлекло. Попробовала дразнить сестер, когда те делали визиты, но оказалось, что в новой ситуации они стали безответными, как овечки. Это было неинтересно. Король-отец иногда странно на нее поглядывал. Но он был не так молод, как хотел казаться, так что она запретила себе думать о нем. Королева-мать была с ней мила, но держалась, как это и подобает, с королевским достоинством. Что касается прочих Придворных, то по отношению к ним следовало держаться с достоинством Золушке. В положенное время у Эммы родился сын, которого все очень ждали. В связи с этим было много шума и торжеств.

Но больше детей у них не было. Маленький Герцог подрос, им занялись бабушки и няни, а Золушка скучала, как прежде. Особенно тяжело было ей днем, когда муж уезжал на работу, и вечером, когда он в компании Придворных Джентльменов спускал деньги за карточным столом.

Вскоре она сделала удивительное открытие: самыми интересными для нее людьми оказались судомойки и служанки, занятые на кухне. Сначала она хранила это в секрете, стараясь найти извинительный предлог, чтобы подольше побыть на кухне. Но потом, не удержавшись, стала давать служанкам дельные советы, свидетельствующие о глубине ее познаний в этой сфере. Путешествуя в карете по маленькому «королевству», иногда с сыном, а иногда одна, пересекая кварталы бедноты, минуя убогие деревенские хижины, она обнаружила то, что в глубине души давно прекрасно знала: в «королевстве» тысячи женщин были судомойками. Она останавливалась, чтобы поговорить об их труде.

Скоро у нее вошло в привычку посещать беднейшие дома, где женский труд был особенно тяжким. Ей нравилось надевать старое платье, сидеть с бедными женщинами, говорить с ними и помогать им. Слух о ее причудах пошел по «королевству». Принц сердился, но она знала, что ей нужно, и вела себя по-прежнему. Однажды ее сопровождала одна из Придворных Дам. Со временем этими прогулками заинтересовались и другие дамы. Вскоре у знатных дам вошло в моду с утра надевать старое платье и выезжать в город, чтобы помочь бедным женщинам в их черной работе, а заодно послушать всякие интересные истории.

Однажды Принцессе пришло в голову, что неплохо бы собрать вместе всех дам, ее помощниц, и обсудить их общие проблемы. После этого родилось «Дамское общество помощи бедным женщинам», избравшее ее своим президентом. Так «Золушка»-Эмма нашла свое место в жизни и даже сделала вклад в благосостояние своего «королевства».

Волшебные сказки и реальные люди

В повседневной жизни довольно легко найти аналогии любым персонажам из истории

Золушки: от самой Золушки и ее близких до бестолкового Принца и Короля, далее — до веселого усатого кучера, который так и не сказал ни слова, а жизнь свою начинал крысой. Встречаются в жизни «примериватели» туфелек, которые тычут пальцем в небо, а могут попасть в самую точку.

Психотерапевт обычно, слушая пациента, соображает, какая же волшебная сказка свяжет воедино рассказанные им события? Но гораздо проще бывает попросить самого пациента изложить свою историю в форме сказки. Приведем как пример рассказ Друзиллы, которая была не пациенткой, а участницей семинара, анализирующего волшебные сказки.

Один из предков Друзиллы несколько поколений назад изобрел широко применяемое в домашнем хозяйстве приспособление, которое было названо его именем. Потомок этого человека — Ванесса — стала матерью Друзиллы. Отец Ванессы умер, когда она была еще ребенком. Ванессе пришлось перейти жить в дом брата своего отца по имени Чарльз, который владел большой усадьбой недалеко от Лос-Анджелеса, с бассейном, теннисными кортами, собственным озером и даже полем для гольфа. Ванесса росла в этой обстановке, встречаясь с людьми из разных стран. Однако счастливой себя не чувствовала и в семнадцать лет сбежала с филиппинцем по имени Мануэль. Двое ее дочерей — Друзилла и Эльдора — росли на Филиппинах. Друзилла была отцовской любимицей. Эльдора — сорванец. Она была спортсменкой — всадницей, стрелком из лука и любительницей гольфа. Отец ее наказывал, а Друзиллу ни разу не тронул даже пальцем. Однажды, когда Эльдоре было уже восемнадцать лет, отец хотел ее наказать. Она была с него ростом и гораздо сильнее. Когда отец приблизился, Эльдора съежилась, как это всегда делала раньше, но вдруг произошло что-то странное. Друзилла увидела, как Эльдора выпрямилась и, сжав кулаки и негодуя глядя отцу в глаза, выкрикнула: «Не смей меня больше трогать!» Отец постоял и ушел. Очень скоро Ванесса потребовала развода и вместе с двумя дочерьми вернулась в усадьбу дяди Чарльза.

Друзилла тоже живет в этой усадьбе. Она познакомилась с человеком из далекой страны и стала его женой. У них двое детей. Ей всегда по душе было рукоделие, и она занялась ткацким ремеслом. Интерес к народному ремеслу и привел ее на семинар по изучению волшебных сказок. Друзилле предложили рассказать свою историю в форме сказки, используя язык сценарного анализа, чтобы действующими лицами были лягушки, принцы и принцессы, победители и неудачники, ведьмы и великаны. Вот что у нее получилось.

Жил некогда король, покоривший много земель, которые после его смерти достались его старшему сыну. Королевство переходило от поколения к поколению. Поскольку старший сын получил в наследство все богатство отца, то младшим детям почти ничего не осталось. У одного из бедных младших братьев росла дочь по имени Ванесса. Однажды отец погиб на охоте. Дядя Ванессы, король, взял ее в свой дворец, где она встретила принца из незнакомой далекой страны. Принц забрал ее в свое заморское королевство, в котором росли чудесные цветы и дикие леса. Но скоро она обнаружила, что ее принц Мануэль на самом деле был Лягушкой. Мануэль тоже удивился, найдя, что его милая невеста, которую он считал Принцессой, на самом деле Ведьма. У Мануэля и Ванессы росли две дочери. Старшая, Эльдора, была Лягушкой, как и ее отец. Он ее не любил, бранил и бил, когда она была маленькой. Младшая дочь, Друзилла, была Принцессой, и Мануэль соответственно с ней обращался.

Однажды к Эльдоре явилась Фея и сказала: «Я тебя защищу. Если отец попытается тебя ударить, вели ему остановиться». Поэтому, когда отец в следующий раз попытался ударить Эльдору, то она вдруг почувствовала в себе силу и сказала, чтобы он никогда больше ее не трогал. Мануэль оскорбился и решил, что это его жена, Ванесса, настроила дочь против него. Ванесса задумала развод. Вместе с дочерьми она покинула далекое «королевство» и

вернулась к дяде Чарльзу. Однажды там появился Принц, который влюбился в Друзиллу. Они поженились, и у них родились две дочери. С тех пор Друзилла счастлива. Она воспитывает детей и ткёт красивые ковры.

Всем присутствующим на семинаре сказка понравилась.

Как возникает сценарий

Седовласый человек сидит за фортепиано. Его пальцы бегут по клавишам. Медленно разворачивается свиток с нотными знаками, нанесенными еще его предками. Музыка, то печальная, то бравурная, то беспорядочная, то стройная и мелодичная захватывает душу чудесными звуками. Иногда человек изобретает собственный пассаж или рефрен, который либо органически вливается в музыку, либо совсем нарушает гладкое звучание прекрасной мелодии. Он прерывает игру и отдыхает, ибо свиток толще, чем все книги судеб, хранящиеся в храмах. В нем законы и пророки, песни и плачи, Ветхий и Новый завет, поистине великолепный или непосредственный, ужасный или вообще убогий дар, вручаемый ему, виток за витком, его любящими или равнодушными, или злыми родителями. Ему кажется, что музыка его собственная, о чем свидетельствует яркий блеск его обычно потухших глаз.

Иногда в паузах он встает, чтобы принять аплодисменты или свист родственников и друзей, также убежденных, что он исполняет собственную музыку... Так же, как этот седовласый пианист, живет каждый человек, играя то чужую, то свою «музыку».

Почему люди, с их веками накопленной мудростью, стремящиеся к истине и самопознанию, оказываются в основном в ситуации механического воспроизведения с соответствующим пафосом и самообманом? Наверное, потому, что люди любят своих родителей, потому, что так гораздо легче жить, и еще, видимо, потому, что мир ушел недостаточно далеко от своих обезьяноподобных предков, чтобы суметь устроить свою жизнь иначе. Мы знаем себя лучше, чем знали обезьяны, но все равно недостаточно. Сценарии возможны лишь потому, что большинство людей не понимают, что в действительности они могут порой причинить себе самим и своим близким. Понимать — значит выйти из-под власти сценария. Много в физическом, интеллектуальном и социальном поведении человека происходит как бы само собой, вне его сознательных усилий просто потому, что он так запрограммирован. Через окружающую среду эти аспекты глубоко воздействуют на его судьбу, при этом сам он может сохранять иллюзию автономности. Но есть средства, которые могут влиять на психологию человеческой судьбы.

Подвижное лицо

Подвижность человеческого лица — это не строго контролируемый процесс. В основе его лежит простейший биологический факт, имеющий огромное значение. Нервная система человека сконструирована так, что визуальное воздействие движения лицевых мускулов гораздо сильнее, чем кинетическое. Например, маленькие мускулы вокруг рта могут сдвинуться только на пару миллиметров, причем сам человек порой этого даже не заметит, однако окружающие могут воспринять такое выражение рта как какой-то определенный знак. Можете проверить это перед зеркалом. Насколько человек не воспринимает собственный внешний облик, легко показать на самом обыкновенном примере — когда он пытается прикоснуться языком к внешней стороне своих нижних или верхних зубов. Ему кажется, что он делает это скромно и деликатно. Лицо при этом остается как будто бы почти неподвижным. Но если взглянуть на себя в зеркало, то станет видно, что даже легкое движение языка вызывает значительное искажение черт лица, особенно подбородка, и передается шейным мускулам. Если человек более чутко, чем обычно, прислушивается к

своим ощущениям, то заметит движение мускулов и на лбу, и на висках.

В пылу общения такое происходит постоянно. Сам человек этого не замечает; то, что ему кажется легчайшим мускульным движением, вызывает изменение выражения его лица. А в это время Ребенок в его партнерше может жадно искать (насколько это допускают хорошие манеры) подтверждения в изменении его чувств и намерений. Так что выражение лица человека всегда высказывает больше, чем он сам предполагает, если, конечно, он не принадлежит к людям, сознательно делающим свое лицо неподвижным и непроницаемым, чтобы не обнаруживать своих подлинных реакций. Но в свою очередь это свидетельствует о том, как важны выражения лиц в ходе общения, так как непроницаемые лица заставляют других чувствовать себя неуютно, не способствуют контакту и стремлению вести себя естественно в сложившейся обстановке.

Подобные факты, наверное, и объясняют почти сверхъестественную интуицию, определяющую отношение детей к другим людям. Дети еще не знают, что нельзя пристально вглядываться в лицо другого, а потому смотрят и видят то, что сам субъект не осознает, а взрослые могут не заметить. Обычно Взрослый в человеке воспитанно избегает пристальных взглядов в лицо собеседника, тогда как его Ребенок нахально глазает и заключает, чаще всего правильно, о том, что на самом деле думает и чувствует партнер по разговору. Особенно удачным это бывает в «первые десять секунд» после знакомства, когда человек еще не знает, как подать себя, и может выдать то, что позже попытается скрыть. В этом ценность первых впечатлений. В результате человеку не известно, сколь многое он обнаружил из-за подвижности своего лица. То, что он постарался скрыть даже от себя самого, собеседник сможет увидеть со всей очевидностью и соответственно организовать свое поведение к удивлению своего партнера. Сам того не сознавая, человек подал сценарные сигналы. Окружающие в основном реагируют именно на них, а не на его «персону» или на его представление о самом себе. В результате сценарий может разворачиваться независимо от его желаний. Он, конечно, не может чувствовать себя ответственным за это и говорит, сохраняя иллюзию автономии: «Не понимаю, что это он так себя ведет. Я ведь не подал никакого повода. Странные все-таки люди...» Если его поведение достаточно необычно, окружающие могут реагировать совсем непостижимым для него образом. Так нередко возникают и подкрепляются обманы, различные сложные ситуации.

Справиться с таким положением довольно-таки просто. Изучив с помощью зеркала выражения собственного лица, можно понять, что заставляет людей реагировать на него так или иначе. При желании можно научиться изменять ситуацию. Если вы не актер, у вас скорее всего такое желание не возникнет. В действительности большинство людей так погружены в свои сценарии, что используют любой предлог, лишь бы не изучать собственное отражение. Некоторые люди заявляют, что это искусственная процедура, будто бы естественно предоставлять сценарию механически порождать заранее предопределенные ситуации.

Клара — очень воспитанная женщина из Латинской Америки. Она являет собой выразительный пример того, как глубоко воздействует подвижность лица на человеческие взаимоотношения. Она появилась в психотерапевтической группе в связи с тем, что ее муж задумал с ней расстаться. По ее словам, ей не с кем было посоветоваться, хотя дома вместе с ними жили их трое взрослых детей. Муж отказался прийти с нею, но двадцатилетний сын с готовностью принял наше приглашение.

«Мне трудно разговаривать с матерью вообще,— сказал он,— и даже сейчас нелегко говорить о ней. Она так ранима, что часто чувствует себя мученицей. Прежде чем сказать ей что-нибудь, я должен трижды подумать, как она это воспримет. Я ничего не могу сказать ей прямо...» Речь сына длилась несколько минут, а мать в это время сидела рядом в несколько напряженной позе, выпрямившись и сложив руки на коленях, как привыкла это делать в детстве. Можно было видеть лишь движение ее лица, головы, шеи. Слушая сына, она сначала

удивленно подняла брови, затем насупилась, слегка покачала головой, поджала губы, печально склонила голову, вновь подняла глаза, а потом поникла головой набок в позе мученицы. Эти пластические движения головы и лица длились все время его речи — кинематографическая картина эмоциональной выразительности. Когда сын закончил, психотерапевт задал ей вопрос: «Почему вы так демонстрировали свое отношение к словам сына?» — «Я этого не делала», — удивленно возразила она. «...Но мимика и движения головы». — «Я этого не заметила». — «Все это было», — сказал психотерапевт. — «Когда сын говорил, выражение вашего лица было реакцией на его слова. Вот почему ему так трудно к вам обращаться. Вы просите сына говорить все прямо, но если вы даже не произносите ни единого слова, все равно ваши мысли читаются на вашем лице. Причем вы сами об этом, наверное, и не догадываетесь. Вы видите, какое впечатление это производит на сына? А представьте себе, каково было ему в трехлетнем возрасте, когда он старался искать на материнском лице ответа на свои слова и поступки. Вот почему он должен трижды подумать, прежде чем заговорить с вами, вот почему вам не с кем поговорить дома». — «Что же теперь делать?» — спросила она. «Вернувшись домой, встаньте перед зеркалом. Сын будет с вами говорить, а вы следите за своей реакцией... Ну, а сейчас что вы думаете по существу им сказанного?» — спросил психотерапевт.

В данном случае Родитель Клары прислушивался к словам сына с материнским вниманием, и это было активное состояние ее Я в тот момент. В то же время ее Ребенок реагировал совсем иначе, причем ни Родитель, ни Взрослый не воспринимали движений ее собственного лица, не чувствовали их. Сыну же реакции ее Ребенка в буквальном смысле слова бросались в глаза. Искренность ее Родителя не проявлялась вовсе, и все в группе, за исключением ее самой, ясно видели, почему сыну так трудно говорить с матерью прямо и откровенно.

Принцип подвижного лица относится и к улыбке матери, и к ухмылке весельчака. Мать может совсем не знать о том, что выражение ее лица очень сильно влияет на ее детей.

Подлинное Я

Большую роль в развитии сценария играет наряду с подвижностью лица психологическое явление подвижности Я. Здесь тоже имеет место дефект самосознания. Ощущение Я может в каждый данный момент быть связано с одним из трех состояний Я, а при соответствующих обстоятельствах «перепрыгивать» от одного состояния к другому. Иными словами, ощущение Я не зависит от конкретных свойств состояний Я и от того, что делается и что воспринимается в этих состояниях. Это похоже на электрический заряд, который перескакивает от одного носителя к другому независимо от того, как используются эти носители. Такое перескакивание ощущения Я мы называем свободным перемещением.

Когда активность какого-либо из состояний Я проявляется в полной мере, то именно это состояние воспринимается в данный момент как подлинное Я. Если в человеке активизируется его сердитый Родитель, человек считает, что сердится не какое-то его «состояние», а сердится он сам. Несколько минутами позже, во Взрослом состоянии Я, он удивляется, что это с ним приключилось, и воспринимает Взрослого как свое настоящее Я. Еще позже, когда Ребенок в нем стесняется своей слабости, Ребенок ощущается как подлинное Я. (Все это, конечно, в том случае, если инцидент был прожит всерьез, а не был разыгрыванием роли сердитого Родителя или кающегося Ребенка. В случае ролевого поведения возникает ложный Ребенок, а не подлинное Я.)

Чтобы показать эффект подвижного Я в повседневной жизни, возьмем для примера ворчливую жену Зою. Обычно Зоя добродушна, общительна и легко приспосабливается к обстоятельствам. Но иногда она начинает относиться к мужу чересчур критично.

Сказывается ее ворчливый Родитель. Вскоре веселый и общительный Ребенок в ней берет верх, она забывает, что говорила мужу несколькими минутами раньше. Но он-то помнит и остается мрачным и отчужденным. Если такая ситуация воспроизводится вновь и вновь, его мрачное настроение становится постоянным, а Зоя никак не может найти этому причину. «Ведь нам так весело вместе. Почему ты замыкаешься в себе?» — допытывается ее игривый Ребенок. Когда Ребенок — ее настоящее Я, она забывает или упускает из виду все, что делала и говорила, когда настоящим Я был ее Родитель. Так что каждое из состояний Я не очень хорошо фиксирует, что делается в другом состоянии. Родитель забывает общие забавы, Ребенок забывает ворчливые укоры в адрес мужа. Но Ребенок мужа (да и его Взрослый) помнит ворчание ее Родителя и живет, постоянно ожидая, что это повторится снова.

Муж со своей стороны может заботливо ухаживать за женой, когда он в Родительском состоянии Я, а в другой момент его Ребенок будет жаловаться и хныкать. Родитель мужа, позабывший о слабостях Ребенка, станет упрекать ее в неблагодарности: «После того, что я для тебя сделал?» Она высоко все это ценит, но живет-то в ожидании новых истерических выпадов Ребенка. Его Родитель полагает, что сам он, его реальное Я, всегда был к ней весьма внимателен, что соответствует истине. Но точно так же справедливо, что Ребенок в момент его активности — это тоже он сам, его реальное Я. Когда одно из состояний Я забывает, что делает другое, сценарий их обладателя реализуется полным ходом, в то время как он сам не чувствует себя за это ответственным. Его Родитель говорит: «Я всегда был с нею очень мил и не знаю, что с ней приключилось. Я даже повода к тому не подавал. Женщины вообще странные существа...» Родитель мужа забыл, как его Ребенок провоцировал жену, но сама она, жертва провокации, все отлично помнит.

Такой беззаботный или безответственный переход из одного состояния Я в другое можно было бы назвать «путешествием в Я» (*ego trip*), но, поскольку этот термин употребляли хиппи, хвастаясь исключительностью своих переживаний, оставим хиппи в покое, а для себя подыщем другое название. Поэтому следующая ниже история будет называться так: «Аминта и Мэб», или «Путешествие по глубинам души».

Мэб и ее мать так устали друг от друга, что Мэб решила на выходные дни уехать к приятельнице, живущей в другом городе. Мать позвонила по телефону и сказала: «Если не вернешься в воскресенье утром, я запру дверь на ключ и не пущу тебя домой». Мэб вернулась в воскресенье вечером. Мать ее и в самом деле не впустила и заявила, чтобы она искала себе собственную квартиру. Мэб переночевала у подруги. В понедельник утром позвонила мать и простила ее. Мэб рассказала эту историю психотерапевту, приведя еще другие примеры материнской непоследовательности. Не все в этих примерах было ясно, чтобы понять происходящее, поэтому консультант пригласил к себе обеих — Мэб и ее мать.

Как только они уселись, мать — Аминта — разразилась речью строгого Родителя, упрекая Мэб в упрямстве, безответственности, курении марихуаны и в прочих делах, в которых нередко упрекают матери своих восемнадцатилетних дочерей. Мэб глядела на нее сначала с легкой усмешкой, как бы говорящей: «Ну вот, опять...» Затем она уставилась в сторону, как бы говоря: «Это становится невыносимым». Затем она подняла глаза к потолку, что должно было означать: «Неужели некому меня спасти!» Аминта продолжала обвинять, не обращая внимания на реакцию дочери.

Исчерпав тему, Аминта сменила тон. Она рассказывала, какие тяжелые времена ей пришлось пережить. Это было не Детское хныканье, а трезвая оценка Взрослым своих семейных проблем, которые, впрочем, консультанту были хорошо известны. В этот момент Мэб повернулась и внимательно посмотрела на мать. В глазах ее было совсем новое выражение: «А ведь она действительно человек». Аминта продолжала, а психотерапевт фиксировал переходы состояний ее Я от одного момента к другому, исходя из детального знания ее биографии и переживаний. В один из моментов она продемонстрировала ту же

самую непоследовательность, что в эпизоде с закрытой дверью, когда она сначала вела себя как сердитый Родитель-Отец (дав Мэб «от ворот поворот»), исчезнувший, когда верх взяла Родитель-Мать (болеющая за «малютку», бродящую по городу без приюта и ночлега). Затем последовал скорее Взрослый, чем беспомощный Ребенок, а потом снова возник сердитый Отец.

Эти блуждания изображены линией, проведенной на диаграмме, изображающей состояние Я Аминты (схема 12). Начав в области РО (Родитель-Отец), переходит в РМ (Родитель-Мать), затем спускается к В (Взрослый), далее — к Ре (Ребенок) и возвращается к РО. Следуя дальше, проводится линия, которая показана на диаграмме,— от РО к В, к Ре и назад к РМ. Так прослеживается путешествие Аминты по глубинам души от одного круга к другому.

Вопрос в том, что изображает эта линия? Она изображает ощущение Я Аминты, ощущение, которое не закреплено в каком-то одном из состояний Я, а свободно перемещается из одного состояния в другое. Неважно, в каком из кругов Аминта «живет»: в каждый данный момент она чувствует, что это есть ее настоящее Я. Ход, или локус, свободного перемещения — это непрерывная линия. Аминта не сознает, что она или ее поведение изменяется от момента к моменту, ибо ощущение настоящего ее Я пребывает неизменным.

320

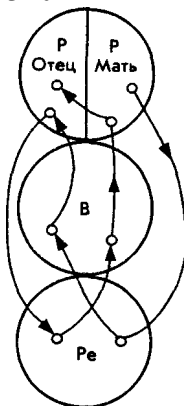


Схема 12. Путешествие по глубинам души.

Так что, говоря, что она движется из одного состояния в другое, мы подразумеваем свободное перемещение, сопровождаемое неизменным чувством настоящего Я. Себе самой она кажется одной и той же целостной личностью, но от одной фразы к другой изменяется настолько, что со стороны можно подумать, будто у нее в голове сидят несколько разных людей, говорящих и действующих по очереди, один за другим. Именно так это и представляла себе Мэб, именно поэтому она не могла найти с матерью общий язык. Ей никак не удавалось нащупать целое, которое давало бы возможность предвидеть поведение или реакцию Аминты от одного момента к другому.

Следовательно, она не могла приспособить свое поведение к смене настроений матери. В результате и поведение самой Мэб казалось Аминте произвольным и непоследовательным. Когда Аминта и Мэб разобрались в состояниях Я, нетрудно оказалось разъяснить ситуацию и научить их лучше относиться друг к другу.

Поведение Клары, описанное ранее, несколько иначе демонстрирует, каким образом взаимное непризнание состояния Я друг друга воздействует на весь жизненный путь человека, на жизнь его детей и близких. Здесь два состояния Я активны одновременно: одно слушает искренне и заинтересованно, другое гримасничает, и каждое упорно игнорирует другое, как подозрительного незнакомца, хотя оба вот уже сорок лет непрерывно сидят в одной лодке. Отметим интересный случай, когда человек даже наедине с собой отказывается признать собственное поведение.

Мужчина вполне искренне считает себя хорошим водителем, хотя по крайней мере раз в году попадает в серьезную аварию. Женщина утверждает, что она прекрасная кулинарка, хотя обед у нее регулярно подгорает. Искренность оказывается возможной потому, что Взрослый в каждом из этих случаев действительно хороший водитель и прекрасный кулинар, а несчастья — дело Ребенка. Поскольку у этих людей границы между состояниями Я плотны и неподвижны, Взрослый не обращает внимания на поступки Ребенка и может, не уклоняясь от истины, утверждать, что Я (мое Взрослое Я) ни разу не допустило ошибки. То же самое происходит с людьми, которые вполне владеют собой, будучи трезвыми (тогда дело в руках Взрослого), но «отпускают поводья» после выпивки (верх берет Ребенок). Некоторые люди

отключаются начисто, так что Взрослый вообще не осознает, что делается в состоянии опьянения, зато потом вырабатывает безукоризненную и непоколебимую концепцию собственной правоты наподобие той, что имеется у алкоголиков. Похожим образом ведет себя человек, неспособный к творчеству во Взрослом состоянии, но щедрый и плодовитый как Ребенок. Как «дурные» люди не способны понять, за что сыплются на них упреки и обвинения, так эти «хорошие» люди не могут принять похвалу за свои творческие достижения, а если примут, то лишь из вежливости. Взрослый действительно не понимает, при чем здесь он, когда хвалят работы Ребенка. Взрослый в них не принимал участия.

Мы говорили уже о богатой женщине, которая не стала бедной, лишившись денег, и о бедной, которая не превратилась в богачку, приобретя деньги. В обоих случаях Ребенок твердо усвоил из сценарных указаний, беден он или богат, поэтому простой факт наличия денег не заставит его сменить позицию. Точно так же Ребенку мужчины отлично известно, хороший он водитель или плохой, а Ребенку женщины — хорошая ли она кулинарка. Несколько аварий или подгоревших пирогов недостаточно для того, чтобы мнение их о себе изменилось.

Позиция после путешествия по глубинам души — обычно позиция мягкого отказа. «Я в порядке. Мой собственный Родитель не заметил в моих действиях ничего предосудительного, так что я не понимаю, о чем вы ведете речь».

В этом случае предполагается, что другой человек не в порядке именно по причине его реакции на эти действия. Срочно натягивается «футболка» с надписью на груди: «Я себя извиняю», а на спине: «А почему бы вам меня не извинить?»

Существует средство избавиться от этого взаимного «невежества» одного состояния Я по отношению к другому. Это задача Взрослого — помнить и брать на себя ответственность за все деяния всех настоящих Я. «Беспамятства» («Вы хотите сказать, что это сделал я? Я, наверное, был вне себя!») будут запрещены, необходимо будет смотреть фактам в лицо («Да, я помню, как это случилось, и это действительно сделал я», или еще лучше: «Я позабочусь о том, чтобы это никогда не повторилось»). Ясно, что это предположение должно иметь последствия для юридической практики. Оно заставляет с подозрением относиться к трусливым ссылкам на психическую невменяемость («Нельзя обвинять меня в том, что сделала моя страсть»).

Обратная связь и «дожигание»

Оба эти явления напоминают транзакционный рэкет в том отношении, что они базируются в основном, хотя и не полностью, на инструкциях, полученных от родителей. Их отличие от рэкета состоит в том, что они активизируются «изнутри», а не посредством стимулов, получаемых от окружающих.

Обратной связью мы называем независимое воздействие, когда какое-то надвигающееся событие начинает оказывать влияние на поведение индивида. Она драматически проявляется у людей с фобиями, весь жизненный уклад которых переворачивается за много дней до наступления пугающей ситуации, например медицинского осмотра или путешествия. На самом деле фобическая обратная связь менее опасна, чем соответствующие явления в повседневной жизни, которые в конечном счете приводят к психосоматическим заболеваниям.

Доктору *О.* надо было во вторник прочитать лекцию в другом городе. Обратная связь стала сказываться значительно раньше, так как предстоящая поездка усложняла привычный ход его повседневных дел. Уже в четверг он долго не мог заснуть, перебирая в памяти все, что нужно сделать для отъезда. Чтобы возместить потерянные рабочие часы во время поездки, ему пришлось идти в офис в субботу — день, который обычно был выходным. Взять

билет надо было в пятницу — в последний рабочий день перед вылетом, запланированным на понедельник. Расписание на пятницу пришлось изменить: беседы с пациентами в этот день были напряженнее и сложнее, чем обычно, так как их надо было готовить к предстоящему его отсутствию. В пятницу вечером не удалось отдохнуть, так как надо было лечь раньше, чем обычно, ввиду предстоящей трудной субботы. Субботний вечер был довольно бестолковым, потому что оказалось сломанным обычное течение уикэнда. Целый день он не видел семью, к тому же отвлекала перспектива завтрашних сборов. Хотя набросать план лекции удалось менее чем за пятнадцать минут, однако о лекции вспомнилось лишь за ужином в субботу. Половину воскресного дня он провел на пляже, но отдохнуть, как обычно, не удалось. Надо было уйти раньше и укладываться, что нарушило мирный воскресный вечер. В понедельник он сел в самолет. В отеле он рано лег спать, а во вторник прочитал лекцию и вернулся домой.

Бросается в глаза в этом описании частое употребление слов «не как обычно», сопровождаемых такими обстоятельственными оборотами, как «поскольку», «потому что», «но». Все это термины обратной связи. Короче говоря, для того чтобы прочитать во вторник часовую лекцию, требовавшую пятнадцатиминутной подготовки, человеку пришлось на несколько дней нарушить привычное течение собственной жизни, жизни семьи и пациентов. Нарушение не было очень острым, но все же заметно повлияло на поведение человека.

Обратную связь нужно отличать от обычного Взрослого планирования и подготовки. В четверг, перед тем как заснуть, доктор О. занимался планированием; сама по себе это процедура, нормальная для Взрослого. Если бы он мог планировать в обычное дневное время, не нарушая привычного расписания, это нельзя было бы назвать обратной связью.

Но день был целиком занят, пришлось отобрать несколько часов у сна, и это как раз было проявлением обратной связи. Некоторые дополнительные действия, совершенные в пятницу, можно считать подготовкой, ибо они пришлись на время обеденного перерыва. Но из-за других людей нужно было ломать обычное расписание, например из-за телефонного звонка, раздавшегося во время беседы с пациентом. Звонок нарушил ход мыслей, а такое нарушение, особенно если оно повторяется вновь и вновь, есть прямой результат обратной связи. Так что планирование и подготовка — это явления из жизни Взрослого, если они не входят в конфликт с нормальными моделями поведения. Если же входят, то они — явления обратной связи, особенно если при этом возбуждается Ребенок (например, чего-то опасаясь) или Родитель (пренебрегающий своими обычными обязанностями).

Всякое приближающееся событие как-то воздействует на поведение индивида, но это воздействие не обязательно проявляется независимо от нормальных поведенческих моделей. Например, большинство людей ожидают Санта Клауса (об этом уже говорилось), но это ожидание является составной частью их образа жизни, включенного в обычные модели поведения. Точно так же приближающееся половое созревание определяет течение всей жизни ребенка за много лет вперед, в определенном смысле оно сказывается уже в материнском лоне. Можно совершенно ясно зафиксировать, как приближение зрелости воздействовало на предыдущее поведение двенадцатилетних девочек и мальчиков, но это воздействие не было независимым, не проявлялось в отрыве от всего содержания их жизни, и поэтому оно не подпадает под определение обратной связи.

Ясно, что средством против обратной связи должна быть характерная для Взрослого организованность: нужно уметь организовывать свое время так, чтобы планирование и подготовка не нарушали нормального течения жизни. И еще нужно уметь предвидеть. Когда доктор О. понял, что часовая лекция в далеком городе предполагает пять дней обратной связи, он мог бы решительно отвергнуть подобные предложения, за исключением тех случаев, когда предложение прочитать часовую лекцию совпадало бы с его намерением взять несколько дней отпуска.

«Дожиганием» мы называем период времени, когда прошедшее событие все еще оказывает воздействие на поведение индивида. Вообще-то всякое событие воздействует на последующее поведение, но термин «дожигание» применим только в том случае, если событие в течение некоторого времени нарушает привычные модели поведения.

Вернувшись домой после лекции, доктор О. увидел, сколько новых дел его ждет. Надо было ответить на поступившие письма и перезвонить всем, кто звонил в его отсутствие. Следовало решить проблемы, возникшие дома и у пациентов. Предстояло подсчитать расходы и оплатить счета, связанные с поездкой, то есть требовалось выполнить много дел. Это вообще-то типично Взрослая процедура, и доктору удалось осуществить ее, не нарушая своего нормального расписания. Но когда через несколько недель вернулся один из счетов, который он заполнил в двух экземплярах вместо необходимых трех, он почувствовал раздражение, что сказалось на ходе его бесед с пациентами.

В целом деятельность Взрослого, куда вошли планирование, подготовка, чтение лекции, дела после поездки, растянулась на целых двенадцать дней (или около того). Обратная связь и «дожигание» с участием Родителя и Ребенка потребовали больше времени. «Дожигание», как это часто бывает, было усилено еще позже, когда был возвращен счет, который пришлось переписывать, что испортило настроение на остаток дня.

Средством против «дожигания» должно стать умение терпимо относиться к мелким огорчениям и способность их быстро забывать.

История с лекцией — это пример нормальной обратной связи и нормального «дожигания». Если родители заставляют своего ребенка на них сосредоточиваться, то обратная связь и «дожигание» могут серьезно повлиять на жизнь человека и даже предопределить ее завершение, особенно когда речь идет о трагическом сценарии. Если их значение преувеличивается, результатом может стать алкоголизм, психоз, убийство или самоубийство. Так обратная связь при приближении трудного экзамена или «дожигание» после случая импотенции могут привести молодого человека к самоубийству, а страх перед повторением сцены (обратная связь) нередко порождает злоупотребление алкоголем.

Обратная связь и «дожигание» могут печально сказываться на жизни обладателей тяжелых сценариев. Опасно, когда «дожигание» от предыдущего события перекрывается обратной связью от события предстоящего. Так складывается широко известный синдром переработки. Именно это имеется в виду, когда говорят, что человек переработал. Неважно, насколько велик объем его работы, если воздействия, тянущиеся от прошлого и из будущего, не перекрывают друг друга. Тогда нет переработки (в случае умственного труда). Если же перекрывают, то переработка налицо, поэтому неважно, что объем работы в действительности очень мал. Например, неприятные воспоминания могут буквально изводить человека, который сам себя за что-то упрекает. Его могут мучить сомнения: «Я не должен был так поступать, что обо мне подумают, почему я не сделал иначе...» или: «А вдруг я ошибаюсь, что тогда со мной будет, как я смогу ответить...» и т. д. Подобные мысли смешиваются с предыдущими, образуя неприятную, порой губительную для человека смесь.

Пебл, бухгалтер, был занят подготовкой годового отчета. Цифры не сходились, поэтому, вернувшись домой, он долго не ложился спать. Беспокойство его росло, и, даже заснув, он не мог избавиться от цифр, кружившихся и сплетавшихся перед его глазами. Утро не принесло облегчения, проблемы не были разрешены, а в душе «дожигались» неприятные ощущения прошедшего дня. Утром он уже стал беспокоиться, как пойдут дела днем. Обратная связь от предвидения сегодняшних неприятностей сказалась за завтраком на настроении всей семьи. К этому добавились воспоминания о прошлогодних неприятностях, когда в отчете были обнаружены ошибки и последовал выговор от начальства. Масштабы «дожигания» увеличились («А если и с этим отчетом будет то же самое?»). «Дожигание» перекрывается обратной связью. Исчез даже аппетит. Где уж тут найти время и желание для

повседневных дел, для личной жизни. Раздраженный, мрачный и забывчивый, Пибл постепенно становится неприятен даже лучшим своим друзьям.

В подобных случаях исход предопределяется соотношением сил сурового, понуждающего к труду Родителя и озлобленного подавленного Ребенка. Если Родитель сильнее, то Пибл сделает работу, после чего может попасть в больницу в возбужденно-депрессивном состоянии. Если же сильнее Ребенок, то Пибл, возможно, обнаружит странности в поведении, бросит работу или заболит. Если же пересилит Взрослый, Пибл в поту и муках одолеет свою задачу, а потом впадет в тоску, от которой избавится лишь, хорошо отдохнув, например, в отпуске. Но даже при благоприятном исходе, если такое напряжение будет сохраняться год за годом, ему грозит серьезная хроническая болезнь.

Самое неприятное в работе Пибла — ее временная характеристика. Известно, что есть два способа временного структурирования задач: целевое время («Я буду работать, пока все не закончу, и неважно, сколько времени это потребует») и часовое время («Буду работать до полуночи, а потом брошу, то есть сделаю, сколько успею»). Пибл же не может ни закончить работу, ни бросить ее. У него «подстегивающее» время. Он должен выполнить определенную работу в определенное время, и это насильственное сочетание целевого и часового времени часто оказывается для человека неразрешимой проблемой. Так бывает в сказках, когда девушке поручают перебрать столько-то зерна и справиться с колоссальным объемом работы до заката. Она выполнила бы эту задачу, если бы ей дали достаточно времени, или перебрала бы столько зерна, сколько смогла бы до заката. Но чтобы управиться со всем в заданное время, ей должны помочь волшебные силы: феи, эльфы, птицы или муравьи. У Пибла нет ни фей, ни муравьев, вообще никаких чудес, поэтому он платит тем, чем заплатила бы сказочная героиня, не помоги ей чудо: теряет голову.

Помочь здесь может простая арифметика. У каждого человека есть свое стандартное «время обратной связи» и «время дожигания» для разного рода ситуаций. Можно перечислить эти ситуации: домашние ссоры, экзамены или прослушивания, сроки окончания работы, дальние поездки, визиты родственников (или к родственникам) и т. п. Оба тревожных промежутка времени по отношению к каждой из ситуаций должны быть зафиксированы эмпирически. Когда такая информация имеется, простой расчет поможет сделать так, чтобы обратная связь и «дожигание» не перекрывали друг друга. Если время «дожигания» для ситуации *A* составляет *x* дней, а предполагаемая обратная связь для ситуации *B* — *y* дней, то ситуацию *B* от ситуации *A* должен отделять $x + y + 1$ день. Если обе ситуации предвидимы, то это легко устроить. Если ситуация *A* наступила неожиданно, то нужно отложить ситуацию *B*. Если это на практике не осуществимо, рекомендуется другой выход: сделать время совпадения тревожных отрезков как можно более кратким. Для этого надо максимально сблизить *A* и *B* и надеяться на благоприятный исход. Если *B* передвигке не поддается, тогда остается только приспособиться.

Лучше всего умеют приспосабливаться матери маленьких детей. Они демонстрируют поразительную пластичность, переживая в течение дня множество тревожных промежутков, наслаивающихся один на другой. Если приспособиться не удастся, они чувствуют себя загнанными — это знак, свидетельствующий о том, что матери нужен отдых. Давление тревожных промежутков снижает половую активность у мужчин и женщин. Секс, наоборот, — прекрасное средство для нейтрализации их воздействия; очень часто неделя отдыха или один уикенд, проведенные супругами вдали от детей, возвращают супругам желание и силу. Тогда вместо обратной связи приходит счастливое ожидание, а вместо «дожигания» — сладкое воспоминание. В большинстве случаев тревожные промежутки длятся достаточно, чтобы «дожигаемое» догорело и несколько дней были прожиты счастливо и беззаботно, прежде чем горизонт начнет темнеть, предвещая будущие жизненные трудности. Для того чтобы изжить хронически повторяющиеся «дожигания» и глубоко сидящие,

подавленные обратные связи, может потребоваться отпуск не менее пяти недель. Месячный отпуск, беззаботно проведенный на океанском лайнере, значительно эффективнее изживает все неудачи, чем перелеты в реактивных самолетах, которые ведут к временным смещениям, что само по себе достаточно трудно переносимо.

Сны — это нормальный механизм, способствующий ассимиляции «дожигания» и обратных связей. Нормальный сон очень важен для того, чтобы предотвратить наслоение опасных промежутков и их вредных последствий. Поскольку большинство сновидений при правильном употреблении снижает долю так называемого «парадоксального» сна в пользу других стадий сна, то они не помогают делу. Но это все-таки предпочтительнее, чем мучительная хроническая бессонница.

Многие философы, размышляющие о человеческой жизни, рекомендуют жить «день за днем». С точки зрения сегодняшних наших представлений, жить «день за днем» означает вести упорядоченную жизнь согласно заранее намеченному плану, хорошо выспаться, причем так, чтобы день заканчивался без тягостного воздействия обратной связи, ибо на завтра должен быть надежный план, который начинался бы без терзающего душу «дожигания». Это прекрасный способ совладать с несчастьями, которые угрожают в случае плохого сценария, и столь же прекрасный путь, по которому хороший сценарий движется к своему счастливому завершению.

Маленький «мучитель»

У многих людей в голове сидит свой маленький «мучитель», гнездящийся в глубочайших пластах сознания (Ребенок в Ребенке). У цивилизованных народов он обычно скрыт под слоем социальных идей и навыков. Но когда имеются соответствующие предписания и разрешения, он как бы вылезает наружу во всей своей красе. В менее цивилизованной среде его могут холить и лелеять вполне открыто, время от времени предоставляя ему возможность самовыражения. Но в обоих случаях это активная движущая сила сценария. В первом случае она действует подспудно и иногда безотчетно, во втором — является грубо, зримо, в полном осознании собственной природы. Тот, кто не осознает ее воздействия на собственную жизнь, может утратить над ней всякий контроль. Он перестает рефлексировать и сам не понимает, в каком направлении движется.

Человеческий зародыш, развиваясь, воспроизводит одну за другой все эволюционные стадии. Он может «застрять» на одной из них, тогда на свет появится ребенок с признаками, характерными для какой-то из предыдущих ступеней эволюции. Когда ребенок растет, он как бы воспроизводит предысторию всего человеческого рода. На какой-то из них развитие может замереть. Но в каждом взрослом сохраняется нечто от всех этих пройденных этапов.

Маленький «мучитель», гнездящийся в человеке, может отыскивать и радостно использовать слабости жертвы. Такой человек легко обидит калеку, не задумываясь причинит боль другому, желаемого добьется силой. Иногда, правда, он прибегает к извинениям и оправданиям вроде того, что в нашей жизни приходится быть жестоким, нужно быть реалистом и т. п. Но большинство людей подавляют в себе такие побуждения, если они возникают. Если они все же проявляются, то человек в страхе спешит их замаскировать, выдать за что-то другое. Некоторые люди демонстрируют их отсутствие, добровольно становятся «жертвами», полагая, что лучше пострадать самому, чем причинить боль ближнему.

Эти изначальные влечения переплетаются со сценарными предписаниями, образуя основу для соответствующих игр. Тот, кто считает, что этих побуждений не существует, играет роль Жертвы. В своем сценарии они находят доказательство тому, что эти влечения им чужды. Но поскольку чаще всего это не так, дело может сводиться к отрицанию за самим

собой права на свободный выбор собственной судьбы. Решение проблемы не в том, чтобы, как это чаще всего бывает, сказать: «О, это ужасно!» Решение приходит, когда человек задает себе вопрос: «Что же делать с этим и как с этим жить?» Лучше быть «мучеником», чем человеком, который не знает о самом себе правду.

Очень важно сознавать, что определенные стороны человеческой жизни сохранились неизменными, какими они были многие тысячелетия назад, несмотря на совершившуюся за это время эволюцию. Они не поддались воздействиям природной среды и социального окружения. Одна из таких сторон — предрассудок в отношении людей с более темным цветом кожи, который фактически сохранился неизменным с незапамятных времен.

Люди с темной кожей, об угнетении которых говорят папирусы, и ныне являются угнетенными народами в некоторых странах мира. Другая сторона — способ отношения к врагу, который можно выразить в словах: «Найти и уничтожить».

Интересно заметить: когда на войне гибнут соотечественники, их заносят в списки жертв, а убитые враги всегда называются трупами.

«Бравый шизофреник»

Кроме биологических и психологических характеристик организма, делающих запрограммированный сценарий владыкой человеческой судьбы, сама структура общественных взаимодействий также предполагает отсутствие личностной автономии. Автономия утрачивается путем заключения транзакционного социального контракта: «Ты принимаешь мою персону (то есть как я себя подаю в обществе), а я принимаю твою». Нарушение договора, если оно не предусмотрено специфическими нормами, существующими в данной группе, считается грубостью. Продукт договора — снятие противоречий как между членами группы, так и внутренних противоречий в каждом из них. Последнее обеспечивается благодаря скрытому индивидуальному контракту, заключаемому между тремя сторонами личности. Родитель, Ребенок и Взрослый соглашаются принимать персоны друг друга, и мало кто решается нарушить этот договор с самим собой, даже если этого требуют обстоятельства.

Отсутствие противоречий хорошо видно на примере шизофреников и лечащих их врачей. Большинство терапевтов (как я знаю из собственного опыта) утверждают, что шизофрения неизлечима. Этим они хотят сказать, что шизофрению не излечивает тот вид психоаналитической терапии, который они применяют, а по другому пути они, к сожалению, идти не хотят. Поэтому их вполне устраивает, если у пациента «налицо прогресс». Их лозунг: «Наша продукция — прогресс», так же, как у фирмы по производству электрооборудования. Но прогресс не освобождает шизофреника из тисков его диких представлений: он только позволяет ему «храбро» жить с ними. Вот почему мир полон храбрых шизофреников, изживающих свои трагические сценарии с помощью далеко не храбрых психиатров.

Среди некоторых медиков и психологов распространены два лозунга, имеющих также хождение и среди населения: «Не лезь к человеку с советами» и «Я вам ничем помочь не могу, каждый должен помочь себе сам». Оба эти лозунга крайне лживы. Человеку можно советовать, многие это делают и делают успешно. Человеку надо помогать, ибо он не всегда может помочь себе сам. Просто после того, как ему помогли, он должен стать на ноги и самостоятельно справляться со своими делами. Подобными лозунгами (имеются в виду два упомянутых) общество заставляет людей оставаться «внутри» собственных сценариев, следовать им вплоть до конца, порой трагического. Ведь сценарий означает, что кто-то когда-то сказал человеку, что ему лучше всего нужно делать, и он тогда принял этот совет. Следовательно, людям можно давать советы. И мы этим занимаемся постоянно, особенно если у нас есть дети. Когда человеку советуют делать что-то иначе, чем это делали его

родители, то он может последовать новой рекомендации. Хорошо известно, что можно способствовать тому, чтобы человек стал пьяницей, убийцей или самоубийцей. Но ведь ему можно помочь бросить пить, перестать губить себя или губить других. Безусловно, можно помочь человеку отказаться от того, что ему было предписано делать в детстве. Вместо того чтобы человек мучительно влачил свой груз в горестном «старом» мире, не лучше ли помочь ему смело вступить в новый прекрасный мир, где жизнь его станет счастливой!

Итак, мы перечислили факторы, создающие возможность возникновения сценария и воздействующие на его существование:

- 1) подвижное лицо,
- 2) подлинное Я,
- 3) обратная связь и «дожигание»,
- 4) маленький «мучитель» и
- 5) согласие других людей.

Кукла «чревовещателя»

Когда психоанализ стал набирать силу, он помог по-новому осмыслить многое из достижений прошлого. Так, например, известный метод свободной ассоциации стал отрицанием многовековой традиции интроспекции. Свободная ассоциация имеет дело с содержанием сознания, информация о котором помогает психоаналитику делать вывод о том, как работает сознание. Но это чаще всего удается тогда, когда сознание работает неровно. Ведь невозможно заключить, как работает плотно закрытая машина, если в ее действии нет перебоев. Узнать что-то об ее устройстве можно, если она допускает ошибки или же заставить ее совершить ошибку, подкинув ей неподходящее исходное сырье. Поэтому метод свободной ассоциации годится в основном тогда, когда безусловно имеется патология в мышлении. Интроспекция призвана дать взрослому возможность созерцать собственный разум, чтобы понять, как он действует, как сочетаются предложения, откуда приходят образы, как «голоса» управляют поведением.

Наверное, каждый человек в своей жизни когда-нибудь говорил себе: «Не следует этого делать!» Возможно, даже замечал, как отвечал себе же: «Но я должен!» Обычно «Не следует...» говорит Родитель, а отвечает Взрослый или Ребенок. Это есть воспроизведение диалога из раннего детства. Что же происходит в действительности? В каждом из таких внутренних диалогов можно выделить три уровня. На первом уровне слова, как тени, проходят в сознании по крайней мере так, что ни глаз, ни ухо эти движения не воспринимают. На втором уровне чувствуется легкое движение голосовых связок, можно слушать как бы шепот у себя во рту, когда, пожалуй, отчетливо воспринимаются толчки языка.

На третьем уровне слова выговариваются вслух. Иногда в сложных обстоятельствах третий уровень прорывается настолько явно, что человек начинает говорить сам с собой даже на улице, привлекая внимание прохожих, которые не прочь при этом покрутить пальцем у своего виска. Есть еще четвертый уровень, когда тот или другой из внутренних «голосов» воспринимается как исходящий откуда-то изнутри собственного сознания. Это обычно «голос» кого-то из родителей (матери или отца). В этом случае мы говорим о галлюцинациях. Ребенок отвечает или не отвечает на «голос» Родителя, но во всяком случае «голос» воздействует на поведение человека.

Поскольку людей, говорящих сами с собой, считают не совсем нормальными, люди в своем большинстве усваивают предписание не прислушиваться к своему внутреннему «голосу». Эта способность может быть легко восстановлена. Тогда можно вслушиваться в собственные внутренние диалоги. И это, на наш взгляд, один из лучших способов обнаружить Родительские предписания, Родительские образцы и средства сценарного

управления. Например, девушка в состоянии сексуального возбуждения может начать беззвучно читать молитву, чтобы устоять перед соблазном. Она ясно «слышит» материнское предписание: «Будь честной девочкой, а когда приходит искушение — молись». Мужчина, ввязавшийся в драку в пивной, старается драться хладнокровно. Он явно воспринимает предписание отца: «Бей реже, но крепче». Это элемент родительской модели: «Вот как надо драться». А вообще-то он, наверное, начал драться, услышав искушающий голос матери: «Ты копия своего отца... Тебе когда-нибудь выбьют зубы в уличной драке». В критический момент биржевой игрок слышит демонический шепот в собственном мозгу: «Брось покупать, продавай». Он рушит свой тщательно продуманный план и лишается всего капитала. «Ха-ха» — единственное, что ему остается сказать.

«Голос» Родителя действует наподобие чревовещателя. Он порой захватывает контроль даже над голосовым аппаратом человека, который вдруг обнаруживает, что говорит слова, будто идущие от кого-то другого. Пока в дело не вступает Взрослый, он следует инструкциям, которые выполняет Ребенок и который ведет себя как кукла «чревовещателя». Эта способность отключить собственную волю, не понимая даже, что при этом происходит, позволяет сценарию возобладать в соответствующий момент над всяким сознательным планированием.

Этому может быть противопоставлено умение слушать «голоса» и способность Взрослого решать — по-своему решать любую проблему. Так человек может освободить себя от власти Родителя-«чревовещателя» и стать хозяином собственных действий. Для этого нужны два «разрешения», которые человек может дать себе сам, но которые будут более эффективны, если получены от кого-то другого, например, психотерапевта. Они заключаются в том, что человек осмысливает Родительские указания, но может им не следовать. Если человек осмелится пренебречь Родительскими указаниями, ему может понадобиться помощь со стороны. Поэтому психотерапевт обязан помочь пациенту, если тот решил обрести самостоятельность в своих решениях.

Еще немного о «демоне»

Мы подошли к одному весьма важному моменту, который не только может определять сценарий, но и давать, возможно, решающий толчок к его осуществлению. Это «демон», толкающий порой человека вниз по крутому скользкому склону навстречу гибели как раз в то мгновение, когда он стоял на грани победы, причем человек сам может сразу не понять, что произошло. Но, оглядываясь назад, даже если он никогда не слышал никакого «голоса», человек все же помнит один — «голос демона», вкрадчиво убеждающий: «Вперед же, сделай это!» И он это делает. Делает вопреки всем советам и предупреждениям, тщетным попыткам окружающих людей свернуть его с избранного им пути. Таков «демон» — внезапный, будто бы сверхъестественный порыв, который может предопределить судьбу человека. По Гераклиту, «демон» человека — это его характер. «Демон», согласно свидетельству неудачников, только оправляющихся после своего падения, не изрекает громогласные команды, а тихо, вкрадчиво шепчет, как зовущая женщина: «Иди, вперед же. Почему нет? Что ты теряешь? Все! Но взамен ты обретаешь меня...» Если же говорить серьезно, то, в конце концов, звучащим голосом оказывается голос соблазна. Спросите мужчин (или женщин), которые знают «демона» и знакомы с его властью.

Средством против «демона» в былые времена были заговоры и заклинания. А как быть в наше время? Советуем неудачнику иметь при себе нечто похожее на заклинание. Как только впереди забрезжит удача, предвещая опасный момент, советуем вспомнить заклинание и произносить его снова и снова. Тогда, если «демон» шепчет: «Выпей еще глоток... вытащи нож... обними ее... схвати ее за горло...», — нужно твердо знать, что каждое

из этих движений ведет к поражению, то есть к большой беде. Следует убрать руки за спину, громко и четко сказать: «Нет, мама, я поступлю по-своему и добьюсь победы».

Подлинная личность

Сценарию всегда противостоит подлинная личность, живущая в реальном мире. Эта личность — подлинное Я, которое может свободно переходить из одного состояния в другое. Когда люди хорошо друг друга знают и понимают, они проникают сквозь сценарий в глубины, где обретается подлинное Я: это та часть личности, которую любят и уважают, которая, собственно, и делает возможными моменты подлинной близости, когда ослабевают воздействия программирования. Такое возможно потому, что уже случалось раньше в жизни большинства людей. Это были самые близкие и самые свободные от сценарной предопределенности отношения — отношения между матерью и ее новорожденным ребенком. На время кормления грудью мать, если позволяют внешние обстоятельства, обычно отключается от сценария, а у младенца его еще просто нет.

Что же касается меня лично, я не знаю, движет ли меня, автора настоящей книги, все еще «нотная запись» или нет. Если да, то я с интересом, хотя и безуспешно, стараюсь угадать следующую ноту в развертывающейся мелодии, обнаружить гармонию или, наоборот, несозвучие. Что будет со мной дальше? В этом случае жизнь моя представляется осмысленной потому, что я следую долгой и славной традиции предков, донесенной до меня моими родителями, а эта музыка, пожалуй, приятнее, чем та, что я сочинил бы сам. Я знаю, конечно, что есть области, где я способен импровизировать. Но может быть и так, что я один из немногих счастливых людей на Земле, свободных от уз, и волен вести собственную мелодию. В этом случае я храбрый импровизатор наедине с миром. Но ошибаюсь ли я в оценке своей роли или действительно клавиши отвечают моим рукам и разуму — все равно свежа и полна неожиданностей песня моей жизни, срывающаяся с дрожащей деки судьбы,— баркарола, которая в любом случае оставит, я надеюсь, счастливый отзвук в будущем.

ПЕРЕДАЧА СЦЕНАРИЯ

Сценарная матрица

Сценарная матрица — это диаграмма, назначение которой мы видим в изображении и анализе директив, спускаемых от родителей и прародителей к новым поколениям. Гигантский объем информации может быть изящно передан в относительно простой схеме. Изображенные ниже сценарные матрицы воспроизводят случаи, описанные ранее (схемы 6, 8 и 9), с максимальной точностью. Практическую проблему мы видим в том, чтобы отделить решающие Родительские директивы и модели поведения, составляющие тему сценария, от забивающего его «шума». Эта задача весьма трудна, ибо не только сам герой сценария, но и его окружение делают все возможное для сокрытия истинной темы. Поэтому трудно различать «шаги», ведущие к завершению сценария, к его счастливой или трагической развязке. Другими словами, люди бывают готовы на любое страдание, лишь бы скрыть собственный сценарий от самих себя и своего окружения. Но ведь это так естественно! Например, человек, исполняющий на фортепиано прекрасную мелодию и уверенный, что доставляет людям удовольствие, безусловно, отвергнет совет заглянуть в этот час внутрь инструмента, а аудитория, наслаждающаяся музыкой, этого также не пожелает.

Согласно первоначальной схеме сценарной матрицы, родитель противоположного пола говорит ребенку, что нужно делать, а родитель того же пола показывает, как это

делается. В эту базовую схему были внесены важные добавления, уточнены функции каждого из состояний Я обоих родителей, предполагая, что Ребенок в родителе ответственен за предписания, а Взрослый в родителе наделяет ребенка «программой» (тем, что мы назвали моделью). Добавился еще новый элемент — антисценарий, идущий от Родителя родителей. Источником такого варианта матрицы стал опыт работы с алкоголиками, наркоманами, другими социально опасными людьми. Все они — обладатели тяжелых, трагических сценариев. Такая матрица предназначена для грубых предписаний, идущих от «сумасшедшего» Ребенка, но в нее можно включить также искушения и провокации, да и предписания, идущие скорее от Родителя в родителе, чем от его же «сумасшедшего» Ребенка (схема 6).

Поскольку имеются еще вопросы, подлежащие решению в ходе дальнейших исследований, модель, изображенная на схеме 8, воспринималась очень часто как промежуточная. На наш взгляд, она показала свою ценность на практике, а также в работах по психологии развития, социологии и антропологии. Эта стандартная матрица демонстрирует предписания и провокации, идущие от Ребенка родителя, чаще всего родителя противоположного пола. Если бы удалось доказать ее универсальную значимость, то можно было бы определять наши представления о человеческой судьбе и процессах передачи судеб от поколения к поколению. Можно было бы сформулировать важнейшие принципы сценарной теории, сказав, например, что «Ребенок родителя формирует Родителя Ребенка» или «Родитель ребенка является Ребенком Родителя». Это легко видно на схеме 13, не забудем только, что Ребенок и Родитель с заглавной буквы означают соответствующие состояния Я, тогда как эти же слова со строчной буквы относятся к реальным людям.

Незаполненную сценарную матрицу, такую, как на схеме 13, полезно использовать в психотерапевтической группе в ходе изучения сценарной теории. Рассматривая каждый индивидуальный случай, советуем вначале написать все о родителях согласно полу пациента, а затем вписать мелом вдоль стрелок родительские «лозунги», модели, предписания и провокации. Можно получить четкое визуальное представление о решающих сценарных транзакциях. Все в целом будет напоминать схемы 6, 8, 9. Тогда сценарная матрица может открыть нечто такое, чего раньше не было видно.

Лучший способ получить соответствующую информацию для заполнения матрицы — задать пациенту следующие вопросы: 1) Каков был любимый «лозунг» ваших родителей? Какой был у них излюбленный «рецепт» на все случаи жизни?

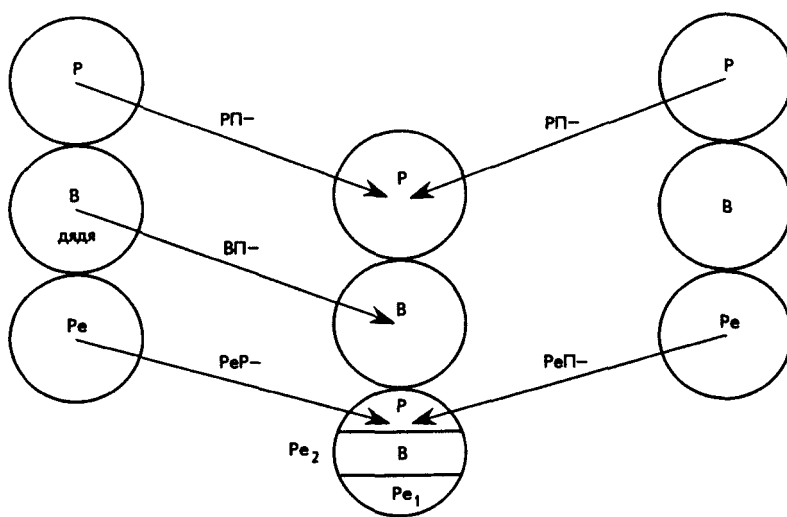


Схема 13. Незаполненная сценарная матрица 337

Ответы могут послужить ключом к антисценарию. 2) Каков был образ жизни ваших родителей? Надежный ответ можно получить, лишь тесно сотрудничая с пациентом. Чему бы ни учили его родители, он что-то будет повторять вновь и вновь, а повторение позволит определить его

жизненную позицию, например: «Он — пьяница», «Она — любительница мужского пола». 3) Каков у вас Родительский запрет? Это мы считаем самым важным вопросом, так как ответ на него чаще всего дает возможность понять поведение пациента и спланировать способ, который вывел бы его к более полноценной и насыщенной жизни. Поскольку симптомы его

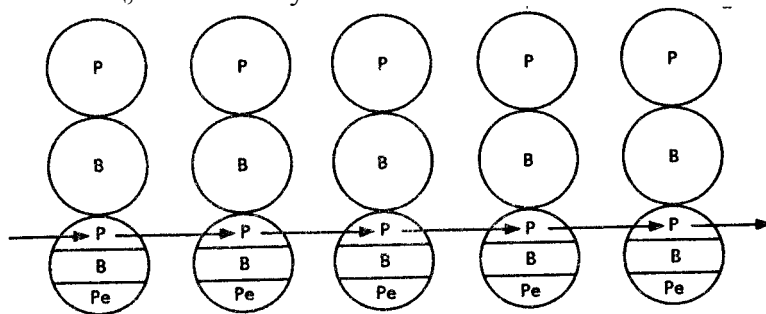
состояния выражают протест против запрета (это показал еще Фрейд), то снятие запрета — это способ ликвидировать симптомы. Требуется, однако, опыт и мастерство, чтобы отделить главнейшие родительские предписания от «фонового шума». Самый надежный в этих случаях путь — это задать еще один вопрос: 4) Что вам нужно было сделать, чтобы вызвать улыбку или смех своих родителей? Это уже в какой-то степени толчок, предложение альтернативы запретным действиям.

Следовательно, чтобы заполнить пустую матрицу на схеме 13 так, чтобы она выглядела наподобие схем 6, 8, 9, нужно выяснить предписания или побуждения (РР), модель или программу (ВВ) и родительский запрет или предписание (РeР), а также провокации (РeР), какие только удастся обнаружить (РП — предписание или побуждения, ВП — модель или программа, РeР — провокации, РП — родительский запрет).

Самые мощные сценарные указания формируются в ходе семейной драмы, которая либо подкрепляет то, что говорилось родителями ранее, либо разоблачает их лживость. Именно эти сцены чаще всего мучительно запечатлевают в сознании ребенка все то, что он, по мнению родителей, должен знать о своем сценарии. И следует помнить, что громко произносимые слова воздействуют не менее глубоко и долго, чем так называемое невербальное общение.

Ситуация, изображенная на схеме 14, часто встречается в реальной жизни.

Пациентка слышала или видела, что ее бабушка была неудачницей; ей хорошо известно, что неудачником был и ее отец. Она сама пришла за помощью в психиатрическую группу, так как считает себя неудачницей; ее сыну, неудачнику, тоже уже пора прибегнуть к помощи. Наконец, школьные успехи



Бабушка Отец Пациент Сын Внучка³⁶

Схема 14. Семейный парад внучки показывают, что и ей судьба не сулит ничего хорошего. Пациентка и психотерапевт понимают, что эта цепь из пяти поколений должна быть где-то разорвана, иначе линия неудач может продолжиться в неопределенном числе поколений. Для пациентки это мощный стимул к выздоровлению¹, ибо она может освободить сына от навязанных ему предписаний, которые она, вопреки даже собственному желанию, всегда подкрепляла. Тогда и сыну будет легче, так как он в свою очередь окажет благотворное влияние на будущее внучки, а может быть, и ее будущих детей.

Одним из последствий брака оказывается снижение интенсивности действий предписаний и провокаций, поскольку муж и жена происходят из различной среды и дают своим детям различные указания. Этот эффект почти всегда похож на генетический. Если «победитель» женится на «победительнице» (как это обычно бывает), их отпрыск может стать еще большим «победителем». Если «неудачник» женится на «неудачнице» (как это чаще всего и случается), отпрыск может оказаться еще большим «неудачником». Если брак

³⁶ С помощью «семейного парада» удалось проследить сценарий одной из пациенток (прабабушка которой была еще жива и сохранила память) до эпохи наполеоновских войн и предсказать его преломление в ее внуках до двухтысячного года. — Прим. автора.

«смешанный», то можно ждать «смешанного» результата. Но в жизни всегда сохраняется возможность возвратного движения в том или ином направлении.

Культурное наследование

На схеме 15 показана передача «рецептов», моделей и средств сценарного контроля в пяти поколениях. В этом случае нам повезло, и мы располагаем информацией о «хорошем» сценарии, сценарии «победителя», а не о плохом — «неудачнике». Жизненный план называется «Мой сын будет врачом». Он осуществляется применительно к лекарю в маленькой деревушке, в джунглях, на одном из островов южных морей. Дадим краткое объяснение этой схемы.

Начнем с отца и матери. Отец, представитель поколения «5», родившийся в 1860 году, женился на дочери вождя племени. Их сын (поколение «4»), родившийся в 1885 году, поступил так же. Их внук, родившийся в 1910 году (поколение «3»), следовал тому же сценарию. Его сын, представляющий поколение «2», родившийся в 1935 году, пошел несколько иным путем. Вместо того чтобы занять почетное место лекаря, как все его предки, он окончил медицинскую школу и приобрел

Сценарий — «Мой сын будет врачом»

ОР и МР: «Будь хорошим врачом»

ОВ: «Вот они — секреты профессии» «будь победителем»

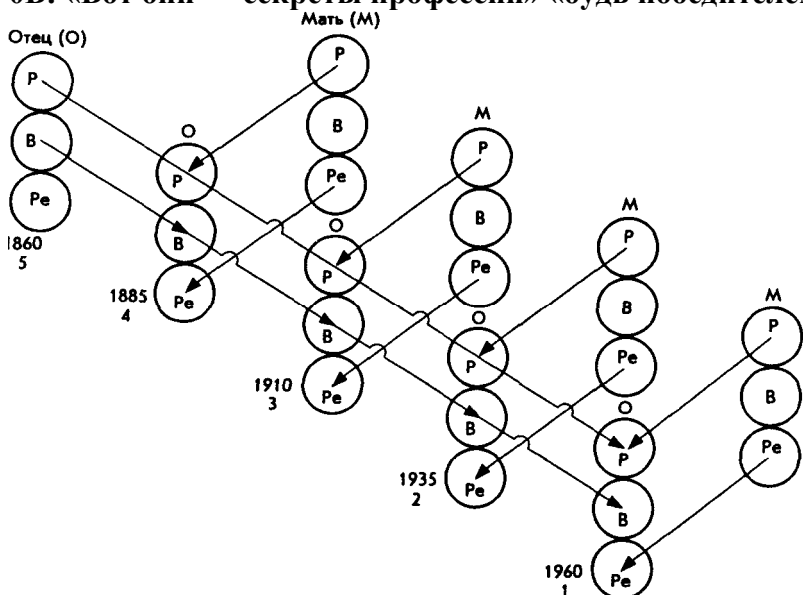


Схема 15. Культурное наследование звание врача-ассистента. Он так же женился на дочери вождя племени, и их сын (поколение «1»), рожденный в 1960 году, собирался последовать примеру отца, и действительно, он стал врачом-ассистентом. Это означает, что он сможет даже стать квалифицированным врачом. Итак, сын становится отцом (О) в каждом последующем поколении, а его жена становится матерью (М).

Каждые мать и отец передают от их собственного Родителя Родителю их сына один и тот же совет: «Будь хорошим врачом». Взрослый отца передает Взрослому сына секреты профессии, которыми мать не обладает. Но мать знает, чего она хочет от сына: с детских лет она усвоила, что ее сын должен быть либо вождем, либо врачом. Поскольку ему явно предстоит стать врачом, она передает от своего Ребенка его Ребенку (от своих ранних детских планов его детским планам) благожелательный совет: «Будь победителем, будучи врачом».

В этом случае на схеме 15 «семейный парад» представлен в более полном виде, чем на

схеме 14. Отцовские наставления и инструкции, полученные от матери, образуют две параллельные линии, соединяющие череду поколений от 1860 к 1960 году. Материнские наставления и предписания («Не будь неудачником») так же параллельны и на схеме изображены линиями, присоединяющимися сбоку к кружкам, обозначающим состояния Я представителей разных поколений. В результате перед нами графическое изображение передачи культуры в течение примерно ста лет. Подобным образом можно изобразить передачу любого элемента культуры, любой роли в социальной структуре семьи.

Если взять «семейный парад» дочерей, чьи роли — быть матерями преуспевающих врачей, схема будет выглядеть точно так же, лишь отцы и матери поменяются местами. Если мы имеем дело с семьей, в которой дяди, свекрови и другие родственники играют важную роль в формировании сценария ребенка, схема усложнится, но принцип ее останется неизменным.

В «параде победителей» сценарий и антисценарий совпадают (лучший способ для родителей обеспечить ребенку карьеру «победителя»). Но если мать, например, из поколения «З», окажется дочерью вождя-пьяницы, она может передать своему сыну плохое сценарное предписание. Это уже опасно, ибо возникает конфликт между сценарием и антисценарием. Ее Родительское Я стремится воспитать сына хорошим врачом, в то время как ее Ребенок захлебывается от восторга, повествуя о пьяной удали дедушки. Сына впоследствии могут выгнать за пьянку из медицинского училища, и он проведет остаток своей жизни, разыгрывая роль Алкоголика, причем разочарованный отец будет выступать в роли Преследователя, а ностальгическая мамаша — в роли Спасительницы³⁷.

Влияние прародителей

Одной из главных задач, возникающих в ходе применения сценарного анализа на практике, мы считаем возможность проследить влияние прародителей. Это можно пояснить схемой 16, представляющей собой более детально разработанный вариант схемы 7. Здесь видно, что РРе матери делится на две части: ОРРе и МРРе. ОРРе отражает влияние отца на нее в раннем возрасте (Родитель-Отец в ее Ребенке), соответственно

³⁷ Описанный «семейный парад» частично основывается на антропологическом и историческом материале, а частично — на изучении генеалогического дерева нескольких американских врачей.— Прим. Автора.

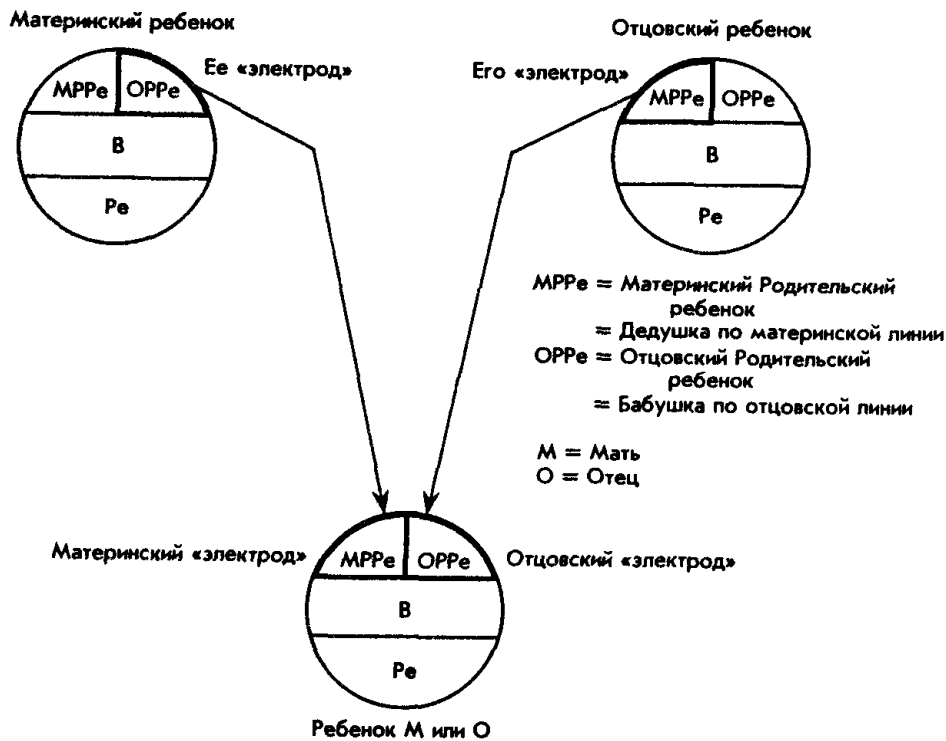


Схема 16. Влияние прародителей MPPe отражает влияние матери (Родитель-Мать в ее Ребенке). На первый взгляд это разделение кажется сложным и непрacticным, однако это только для человека, не привыкшего разбираться в состояниях Я. Пациенту, например, вовсе не требуется много времени, чтобы научиться различать OPPe и MPPe в самом себе. «Когда я была маленькая, папе нравилось доводить меня до слез, а мама одевала меня, как куклолку»,— говорит миленькая плаксивая и легкомысленная женщина. «Папа хотел, чтобы я была умницей, а мама — чтоб я хорошо одевалась»,— говорит изящно одетая, преуспевающая женщина. «Папа жалел, что я девочка, а мама одевала меня, как мальчишку» — слова испуганной девушки в мальчишеской одежде. Каждая из этих трех женщин хорошо видит, что в ее поведении и образе жизни обусловлено ранним влиянием отца (OPPe) и что — матери (MPPe).

Теперь, если вспомнить, что сценарные ограничения получают в основном от родителей противоположного пола, легко заключить (посмотрим еще раз схему 7), что «электрод» матери — OPPe, а «электрод» отца — MPPe. Поэтому сценарные указания, которые мать дает своему ребенку, она сама получила от своего отца; это означает, что источником сценарной программы мужчины может быть его дедушка по материнской линии. Указания, которые отец дает дочери, сам он получил от своей матери; это значит, что источником женского сценария чаще всего является бабушка по линии отца. Роль «электрода», следовательно, играет мать (дедушка) в сознании мужчины и отец (бабушка) — у женщины. Если посмотреть с этой точки зрения на трех названных выше женщин, то окажется, что бабушка легкомысленной женщины много раз выходила замуж и все мужья оказывались с ее точки зрения подлецами, бабушка преуспевающей женщины, возможно, была известной писательницей, а бабушка мужеподобной девушки сражалась за права женщин.

Теперь ясно, почему в «семейном параде», изображенном на схеме 14, поколения чередуются по признаку пола: бабушка — отец — женщина-пациент — сын — внучка. На схеме 15, наоборот, показано, как подобную диаграмму приспособить для анализа только мужской или только женской линии потомства. Эта универсальность как раз и делает сценарную матрицу

столь ценным исследовательским инструментом. Она обладает свойствами, о которых не подозревал даже сам ее создатель. Здесь мы видим, что сценарная матрица позволяет понять и проанализировать такие сложные явления, как история семьи, передача культурной традиции и психологическое влияние прародителей.

Эписценарий

Передача сценария может осуществляться при двух условиях. Ребенок должен быть способен, готов и расположен к восприятию сценария, а у родителей должно быть желание передать его ребенку.

Ребенок способен к восприятию сценария, поскольку его нервная система сконструирована как программирующаяся система: она воспринимает чувственные и социальные стимулы и строит из них устойчивые модели, которыми управляется поведение. По мере того как тело и разум обретают черты зрелости, возрастает готовность ко все более сложным формам программирования. И ребенок расположен к принятию сценария, так как сценарий нужен ему как способ структурирования и упорядочения деятельности. Он не просто хочет сценария, он жаждет его, поскольку он ведь не пассивный компьютер. Он обладает стремлением к завершенности, потребностью заканчивать начатое; кроме того, его вдохновляет великое человеческое свойство — сознание цели.

Ребенок начинает с бессмысленных движений, а потом он понимает, что нужно говорить после того, как сказал «здравствуйте». Сначала его реакции самоцельны. Мы находим зачатки умений, свойственных взрослым, удовольствие от действия и его успешного завершения. Это — донесение ложки до рта, несколько самостоятельно пройденных шагов и т. п. Сначала у ребенка цель в том, чтобы идти, позже — в том, чтобы идти к чему-то. Направляясь к какому-то человеку, он должен знать, что делать, когда дойдет. Сначала его встречают улыбки и объятия матери. Все, что должен сделать он сам,— это схватиться руками и прижаться плотнее к матери. От него больше ничего и не ждут, главное — он дошел. Позже формируются ожидания и ребенок учится говорить «здравствуйте». Скоро и этого становится недостаточно: от него ждут большего. Он учится вырабатывать стимулы, чтобы получить в ответ положительные реакции. Наверное, поэтому он, порой даже этого не осознавая, остается вечно благодарен родителям: они научили его обращаться с людьми так, чтобы получить желаемый отклик. Это жажда структурирования, жажда устойчивой модели, в конечном счете жажда сценария. Сценарий принимается потому, что ребенок его жаждет.

Родители со своей стороны способны, готовы и расположены к передаче сценария, поскольку миллионы лет эволюции запечатлели в них желание кормить, защищать и обучать своих отпрысков, желание, которое может быть нейтрализовано лишь очень значительными внутренними или внешними силами. Кроме того, если родители сами соответствующим образом «запрограммированы», то они не просто хотят, но жаждут заботиться о детях и извлекают из этого занятия массу удовольствий. Некоторые родители бывают даже чересчур настойчивы в этом отношении. Воспитание для них не обуза и не радость, а главный жизненный долг. Например, некоторые женщины чувствуют себя обязанными преподносить ребенку наставления, указания и советы в объеме гораздо большем, чем этого требует долг и нормальное родительское программирование. Этот долг или эта обязанность — явление весьма сложное. Мы выделяем в нем три аспекта.

1. Желание бессмертия, то есть стремление продлить свою жизнь в потомках.
2. Требования собственных родительских сценариев, которые могут простираться от «Только не допусти ошибки» до «Погиби своих детей».
3. Желание избавиться от собственных тяжелых сценарных характеристик, передав их кому-то другому. Это редко получается, поэтому попытки безуспешно повторяются вновь и

ВНОВЬ.

Подобные покушения на детскую психику известны детским психиатрам и семейным врачам под самыми разными названиями. С точки зрения сценарного анализа это форма избыточного программирования, а адресуемые ребенку предписания, далеко превосходящие его естественные потребности, порождаемые сценарной жаждой, можно назвать сверхсценарием. Обычно ребенок каким-то образом показывает, что он не желает их выполнять, но бывает, что он усваивает родительскую тактику и старается переправить полученные указания кому-то еще. Такой сверхсценарий иногда называют «горячей картошкой», а постоянные его передачи в том или другом направлении — игрой в «горячую картошку». В этой игре могут участвовать самые разные люди, в том числе и психотерапевты.

Джо — студент-психолог. Сценарный итог Джо был предвещен словами матери: «Тебя запрут в сумасшедший дом». У него сложилась привычка подбирать себе таких пациентов, которые действительно были достойными кандидатами в психиатрическую больницу, а он со своей стороны всячески помогал им туда попасть. К счастью, куратору студенческой группы бросилась в глаза сценарная улыбка Джо как раз в тот момент, когда пациент, разговаривающий с ним, находился на грани срыва. Куратор заставил Джо бросить занятия психологией и позаботиться о собственном лечении. Сценарный итог Джо предопределяется его сверхсценарием, или «горячей картошкой» его матери, которая всю жизнь, по ее собственным словам, «боялась попасть в сумасшедший дом». Она была предупреждена о неизбежности такого конца одним из ее родителей и постаралась избавиться от сценария, навязав его Джо, а тот в свою очередь пытался передать его своим пациентам.

Итак, передача сценария — это часть нормальных родительских функций, состоящих в том, чтобы кормить детей, защищать их и ободрять, учить их, как нужно жить в нашей жизни. Избыточное программирование может возникнуть по разным причинам. Наиболее паталогичны попытки избавиться от сверхсценария, наделив им кого-то из своих детей. Сверхсценарий (особенно трагический) превращается в «горячую картошку», которую никто не хочет держать в руках. Взрослый в Ребенке недоуменно вопрошает: «Зачем это нужно?» — и решает избавиться от сверхсценария, передав его кому-то другому, как проклятие в волшебной сказке.

Перемешивание элементов сценария

Годы идут, сценарий человека приспособливается к жизненному опыту, указания, модели и предписания перемешиваются так, что трудно становится отличить одно от другого в реальном поведении и выделить ведущее направление в судьбе человека. Индивид обычно усваивает программу, в которой обобщены все элементы сценария. Сценарный итог реализуется в форме «последнего представления». Если это плохой итог, как, например, в случае психоза, белой горячки, автомобильной катастрофы, самоубийства или убийства, то опытный наблюдатель легко различит в нем сценарные элементы. Если же итог хороший, вычленив сценарные директивы намного труднее, в частности, потому, что в этих случаях налицо многочисленные родительские разрешения, лишаящие сценарные директивы четкости.

Следует отметить, что сценарное программирование — естественное явление, такое же, как прорастание семян или цветение, и здесь нелепо прибегать к моральным меркам или говорить о необходимости учесть возможные последствия. Иногда сочетание сценария с антисценарием порождает странную смесь. Отцовские указания могут разрешить Ребенку нанести огромный ущерб другим людям. Из истории известно, что подобные роковые сочетания порождают вождей крестовых походов, инициаторов массовых побоищ, а на индивидуальном уровне ведут к политическим убийствам. Родитель матери говорит: «Веди

себя хорошо» и «Стань знаменитым»,— тогда как ее же Ребенок подначивает: «Убей кого-нибудь!» Взрослый отца демонстрирует при этом сыну способы человекоубийства, показывая, как обращаться с ружьем или с ножом.

Большинство людей проводят жизнь, комфортабельно расположившись в своих сценарных матрицах. Матрица — это «постель», приготовленная для них родителями, к которой они добавили какие-то свои приспособления. Может быть, она «с клопами и одеяло всегда скомкано», но это их собственная «постель», к которой они привыкли с самого раннего детства, и мало найдется таких людей, кто согласился бы поменять ее на что-нибудь крепче сколоченное и более соответствующее обстоятельствам. В конце концов, матрица (*matrix*) — это латинское слово, обозначающее материнское лоно, а сценарий — это замкнутое и уютное убежище, которое человек обретает, покинув лоно, в которое нет возврата. Тем людям, кто решил сам биться за свою судьбу и отважился сказать: «Мама, лучше я сделаю по-своему»,— остается несколько возможностей. Если им повезет, мать сама может включить в матрицу соответствующий «расколдовыватель», создав своему ребенку возможность выбора собственной дороги. Иногда помогают друзья и близкие, помогает сама жизнь, но это, к сожалению, случается редко. Другой путь — это путь грамотного сценарного анализа, в результате которого человек получает разрешение на собственную постановку по собственной «пьесе».

Резюме

Сценарная матрица — это диаграмма, изображающая указания, адресованные родителями и прародителями последующему поколению, в значительной степени определяющая жизненный план личности и жизненный итог. Имеющаяся информация свидетельствует о том, что решающие воздействия исходят от Ребенка родителя противоположного пола. Взрослое состояние

Я родителя того же пола дает человеку модель, определяющую интересы и особенности осуществления его жизненного плана. В то же самое время оба родителя, их Родительские состояния Я, наделяют человека «рецептами» поведения, правилами и предписаниями, вместе составляющими его антисценарий. Антисценарий заполняет лакуны в поступательном движении сценария. При определенных обстоятельствах антисценарий может занять ведущее место, подавив сценарий.

Ответственность родителей

Динамический закон трансакционного и сценарного анализа — «Думай о сфинктере!» При этом практический принцип для психотерапевта — наблюдать движение каждого мускула каждого пациента в любой момент занятий в группе. Экзистенциальный девиз: «Трансакционные аналитики — здоровые, счастливые и храбрые люди. Они бывают повсюду и встречаются с интереснейшими в мире людьми как у себя дома, так и на приеме пациентов».

Под храбростью мы понимаем попытку осмыслить целиком проблему человеческой судьбы и оказать человеку помощь в трудных ситуациях. Сценарный анализ в таком случае помогает понять проблемы той или иной человеческой судьбы. Он говорит, что судьбы людей чаще всего предопределены, и иногда свобода в этом отношении не более чем иллюзия. Например, для человека, решившего покончить с собой, это решение, принимаемое в одиноком и мучительном раздумье, выглядит сугубо автономным. Может быть, единственно правильный — дарвиновский способ объяснить этот факт: считать судьбу человека продуктом родительского программирования, а не автономного индивидуального

выбора.

В чем же состоит ответственность родителей? Сценарное программирование, во всяком случае, не более промах, чем наследственный порок вроде диабета или плоскостопия, так же, как наследственный талант к музыке или математике. Может быть, родители — просто-напросто передаточное звено для доминант и рецессивов, полученных ими от родителей и прауродителей? Сценарные директивы постоянно перетасовываются, точь-в-точь, как гены, благодаря тому факту, что дитя имеет двух родителей.

В то же время сценарный аппарат гораздо более чуток и подвижен, чем аппарат генетический, и постоянно изменяется под воздействием внешних факторов, таких, как жизненный опыт и предписания, получаемые от других людей. Очень трудно предсказать, когда и как кто-то из посторонних скажет или сделает что-то, что изменит весь сценарий человека. Возможно, это будет реплика, случайно услышанная в коридоре или в праздничной толпе, или результат формального взаимодействия в браке, в школе, в кабинете психотерапевта. Ведь известно, что каждый из супругов постепенно приспособливает свои представления о жизни и людях к представлениям другого. Эти изменения отражаются в тоне лицевых мускулов супругов, в их жестике, так что в конце концов они могут стать похожими друг на друга.

Родитель, стремящийся изменить свой сценарий, чтобы не внушить детям то же самое, что было когда-то внушено ему самому, должен осмыслить Родительское состояние своего Я с Родительскими «голосами», звучащими в его сознании. Дети умеют «разряжать» эти «голоса» в своеобразных взрывных поступках. Поскольку родитель старше и, как предполагается, в каком-то отношении мудрее ребенка, то его долг и обязанность заключаются в контроле своего Отцовского поведения. Только поставив своего Родителя под надзор своего Взрослого, он может справиться со своей задачей. В конце концов он такой же продукт Родительского воспитания, как и его дети.

Трудность заключается в том, что дети — это чаще всего копии своих родителей, их бессмертные. Родители всегда довольны (хотя могут не показывать вида), когда дети им подражают, пусть даже в самом дурном отношении. Именно это удовольствие и нужно поставить под Взрослый контроль, если мать и отец хотят, чтобы их ребенок чувствовал себя в этом громадном и сложном мире более уверенным и более счастливым человеком, чем они сами.

Часть четвертая НАУЧНЫЙ ПОДХОД К СЦЕНАРНОЙ ТЕОРИИ

ВОЗРАЖЕНИЯ ПРОТИВ ТЕОРИИ СЦЕНАРИЕВ

Против теории сценариев выдвигается много возражений, причем каждое со своих особенных позиций. Чем лучше мы ответим на все сомнения, тем обоснованнее будет наше заключение о надежности сценарной теории.

Спиритуалистские возражения

Многие интуитивно чувствуют, что теория сценариев не может считаться правильной, ибо большинство выводов противоречат идее человека как создания, обладающего свободой воли. Сама мысль о сценарии их отталкивает, ибо человек как бы сводится ею на уровень механизма, лишённого собственного жизненного порыва. Эти же люди и по тем же мотивам с трудом переносят психоаналитическую теорию, которая (безусловно, в крайней ее форме)

может сводить человека к некоей замкнутой системе регулирования энергии с несколькими четко определенными каналами входа и выхода и не оставляет места для божественного. В некотором смысле эти люди — потомки тех, кто так же судил о дарвинской теории естественного отбора, которая (согласно их представлениям) сводила жизненные процессы к механике и не оставляла простора для творчества матери-природы. Они же в свою очередь стали потомками церковников, осудивших Галилея за его, как им казалось, беспримерную наглость. И все же подобные возражения, исток которых — филантропическая забота о достоинстве человека, должны быть приняты во внимание. Ответ на них будет заключаться в следующем.

1. Структурный анализ отнюдь не претендует на то, чтобы ответить на все вопросы человеческой жизни. С его помощью можно формулировать суждения о некоторых аспектах наблюдаемого социального поведения, внутреннего переживания и пытаться свои суждения обосновывать. Структурный анализ не имеет дела, по крайней мере формально, с вопросами сущности человеческого бытия, он сознательно отказывается от формулирования концепции свободного Я, как не подлежащей изучению собственными средствами, и тем самым оставляет огромную область философам и поэтам.

2. Сценарная теория вовсе не считает, что все человеческое поведение управляется сценарием. Она оставляет место для автономии. Она лишь утверждает, что относительно мало людей достигают полной автономии, причем только в особенных обстоятельствах. Первое требование на пути предложенного метода — отделить кажущееся от подлинного. В этом и состоит его задача. Конечно, в сценарной теории цепи прямо называются цепями, но это воспринимают как оскорбление лишь те, кто любит свои цепи или притворяется, что их не замечает.

Философские возражения

Сценарный анализ считает императивы родительскими указаниями, а целью многих существования — исполнение этих указаний. Если философ говорит: «Я мыслю, следовательно, я существую», то сценарный аналитик вопрошает: «Да, но откуда ты узнаешь, что мыслить?» Философ отвечает: «Да, но я говорю вовсе не об этом». Поскольку оба начинают с «да, но...», бывает трудно ждать пользы от подобного разговора. На самом деле это не так, что мы и попытаемся доказать.

1. Сценарный аналитик говорит: «Если вы перестанете мыслить, как внушали ваши родители, и начнете мыслить по-своему, вы будете мыслить лучше». Если философ возразит, что он уже мыслит по-своему, сценарный аналитик вынужден будет сказать ему, что это иллюзия, которую он не желает поддерживать. Философу это скорее всего не понравится, но сценарный аналитик обязан настаивать на том, что ему точно известно. Так что конфликт оказывается, как и в случае со спиритуализмом, конфликтом между тем, кто *нравится* философу, и тем, что *знает* сценарный аналитик.

2. Когда сценарный аналитик говорит: «Цель большинства существования — реализация родительских директив», экзистенциалист возражает: «Но в том смысле, как я понимаю это слово, это вовсе не цель». Аналитику остается сказать: «Если найдете слово более подходящее, сообщите его мне». Он может полагать, что данный индивид не может сам заняться поиском цели для себя, поскольку сосредоточен на исполнении родительских предписаний. Экзистенциалист говорит: «Моя проблема состоит в том, что делать с автономией, когда она достигнута». Возможный ответ сценарного аналитика: «Я этого не знаю. Но мне известно, что одни люди менее несчастны, чем другие, потому что у них в жизни больше выбора».

Рациональные возражения

Рациональное возражение: «Вы говорите, что функция Взрослого состоит в принятии рациональных решений, что Взрослый имеется в каждом человеке. Почему же вы одновременно говорите о том, что все решения уже приняты Ребенком?» Вопрос серьезный. Но ведь есть иерархия решений. Высший уровень — это решение о том, следовать или не следовать сценарию. Пока оно не принято, все прочие решения не в силах повлиять окончательно на судьбу индивида. Перечислим уровни иерархии.

1. Следовать или не следовать сценарию?
2. Если следовать сценарию, то какому? Если не следовать, то что делать взамен?
3. Постоянные решения: жениться или не жениться, иметь детей или нет, совершить самоубийство или убить кого-нибудь, уволиться с работы, быть уволенным или делать карьеру?
4. Решения, связанные с упорядочением дел: на ком жениться, сколько детей иметь и т. п.
5. Временные решения: когда жениться, когда рожать детей, когда уволиться и т. п.?
6. Решения, связанные с затратами: сколько денег дать жене, в какую школу записать ребенка и т. п.?
7. Сиюминутные решения: идти в гости или остаться дома, отшлепать сына или отругать, заняться планами на завтра и т. д.

Решения на каждом уровне чаще всего определяются решениями, принятыми на более высоких уровнях. Проблемы каждого уровня относительно тривиальны по сравнению с проблемами более высоких уровней. Но все уровни прямо работают на окончательный итог. Решения принимаются такие, чтобы достичь его с наибольшей эффективностью, причем неважно, предопределен ли он сценарием или является результатом свободного выбора. Поэтому пока главное решение не принято, все прочие решения не рациональны, а рационализированы по второстепенным основаниям.

«Но,— скажет наш противник-рационалист,— сценария-то нет». Поскольку он рационалист, он говорит это совсем не потому, что ему не нравится сценарная теория. Но ему надо обязательно ответить. К тому же у нас есть возможность предъявить весьма сильные доказательства. Сначала мы спросим, прочел ли он эту книгу (имеется в виду та, которую вы держите в руках) внимательно? А затем предъявим наши аргументы, которые могут его убедить или не убедить.

Предположим, что сценария нет. В этом случае: а) люди не слышат «голосов», предписывающих, что им делать, а если слышат, то действуют, не принимая их во внимание, поступают как бы «назло» им; б) люди, которым предписания указывают, что им делать (это чаще всего люди, выросшие в приютах или детских домах), столь же уверены в себе, сколь и люди, воспитанные в своем родном доме; в) люди, пользующиеся наркотиками, алкоголем, напивающиеся до тяжелого, нечеловеческого состояния, отнюдь не чувствуют, что какая-то неподконтрольная внутренняя сила толкает их навстречу безжалостной судьбе. Наоборот, они совершают каждый такой акт в результате автономного рационального решения.

Если все или даже некоторые из этих гипотез верны, тогда, пожалуй, сценария нет. Но данные наших исследований свидетельствуют, что они ложны, поэтому мы считаем, что сценарий есть.

Доктринальные возражения

Доктринальные возражения в данном случае распадаются на две группы: религиозные и психоаналитические. С религиозной точки зрения проблема сценария — это проблема предопределения против свободы воли.

Возражения психоаналитиков порой кажутся иезуитскими по своей природе. В доктринальном смысле сценарный подход тесно связан с психоанализом, представляет собой одно из его ответвлений, а потому воспринимается некоторыми как антианалитическая тенденция, то есть как ересь в пределах самой доктрины. Так, например, монофизитская¹ ересь была всего лишь ответвлением от римско-католического учения, почему церковь и боролась с ней гораздо сильнее, чем с язычеством. Язычников исправляло обращение в предлагаемую веру, а еретиков — обезглавливание. Прежде чем обсудить возражения, выдвигаемые психоаналитиками, полезно выяснить, что означает слово «антианалитический».

Монофизитство (моно + гр. phisis — природа) — одно из течений в христианстве, признававшее у Христа только божественную природу и отвергавшее представление о Христе-человеке.

Большинство сценарных аналитиков принимают учение Фрейда, но обязательно дополняя его данными новейшего опыта. Различия между взглядами ортодоксов и современных сценарных аналитиков, на наш взгляд, находятся в сфере акцентов. Например, автор настоящей книги, повторив и подтвердив ныне принимаемые наблюдения Фрейда, пошел несколько дальше, признав правоту Фрейда относительно инстинкта смерти и универсальности навязчивых повторений. За это меня называли «антифрейдистом». Я глубоко уверен в том, что короткими фразами, а не обилием слов надо выражать все то, что мы знаем о человеческом сознании, высказывая свои мысли емко, точно и понятно. Думаю, что фрейдовская терминология была использована для целей, которые сам Фрейд осудил бы, то есть для маскировки определенных фактов. Его за это называли бы «антианалитиком». Сценарные аналитики верят в бессознательное, но делают упор на сознательном, работая именно с такими пациентами, которым, по собственным словам Фрейда, не подходит ортодоксальный психоанализ. Сценарный анализ вовсе не подменяет психоанализ, так как он им не является.

Другое доктринальное возражение против сценарного анализа чаще всего состоит в том, что он не представляет собой ничего нового. Это не более чем известная концепция жизненных стилей в более изысканном оформлении. Главное, что факты всегда были и над ними размышляли многие самые тонкие наблюдатели. Подтверждает ли сценарная теория их выводы или они подтверждают сценарную теорию, в данном случае не самое важное. Фрейду, например, потребовалось около восьмидесяти страниц книжного текста, чтобы суммировать наблюдения своих предшественников в области теории снов; многие из них делали «психоаналитически звучащие» высказывания. А Дарвину потребовалось только девять страниц, при этом он процитировал «эволюционистские» высказывания своих предшественников. Но высказывания, сколь бы многочисленными и точными они ни были, еще не создают теории. Ядро сценарной теории составляет структурный анализ. Без теории состояний Я, особенно состояний, обозначаемых как Родитель, Взрослый, Ребенок, можно говорить о множестве ценных наблюдений и точных суждений, но нельзя говорить о сценарной теории. Чтобы быть достойной, теория в любой области наук должна зиждиться на структурных элементах; без этого она распадется как картонный домик, который может быть очень мил на вид, но слишком неустойчив и не может выдержать ничего, кроме собственного веса.

Сценарная теория имеет перед своими предшественниками те же преимущества, как, например, арабские цифры перед римскими. И по тем же причинам: с ее элементами легче работать. Представьте себе римского строителя, который должен был уплатить за стройматериалы, предположим, пятидесяти наименований, а первыми в списке стоят

MCMLXVIII мраморных блоков по LXXXVIII обол³⁸ каждый. Современный строитель справится с делом значительно быстрее благодаря использованию более удобных символов. На практике большинство доктринальных возражений вызвано тем, что еще Фрейд называл характерным для многих ученых,— нежеланием узнавать что-либо новое. Теперь эта черта не так распространена, как в те дни, когда он описывал реакцию ученого сообщества на свою теорию сновидений. Он писал, что меньше всего обратили на нее внимание так называемые «исследователи снов».

Нашим ответом критикам может быть совет прочитать настоящее издание еще раз, причем попросить дочитать его до конца. Ведь улучшение психоанализа настолько же «антианалитично», насколько усовершенствование аэропланов есть поругание пионеров авиации — братьев Райт.

Эмпирические возражения

По соображениям краткости мы рассмотрим только самое распространенное из эмпирических возражений против сценарной теории: «Если человеческие судьбы predeterminedены родительским программированием, то почему оказываются такими разными дети, выросшие в одной и той же семье?»

Начнем с того, что дети из одной и той же семьи не всегда вырастают разными. В одних семьях бывает так, в других иначе. Известно множество случаев, когда все дети были победителями, все алкоголиками, все самоубийцами или все шизофрениками. При этом обычно ссылаются на наследственность, ставя генетиков в глупое положение, если дети оказываются разными. У самодетерминистов трудности противоположного характера: они ликуют, когда дети разные, но смущаются, когда сталкиваются с одинаковыми детьми. Для сценарной теории оба варианта объяснимы.

Главную роль, на наш взгляд, играет сценарий родителей. Сценарии детей производны от него. Дети отличаются друг от друга по той же причине, по какой Золушка отличалась от своих сводных сестер. Сценарий мачехи состоял в том, чтобы сделать неудачницами родных дочерей, а победительницей — приемную дочь. В другой хорошо известной сказке два умных старших брата оказываются в конечном счете дураками, а казавшийся дураком младший — самым умным (их мать прекрасно об этом знала, ибо именно она наставляла каждого на его путь). С другой стороны, римские братья Гракхи были оба одинаково талантливы и одинаково преданы интересам народа, почему оба и стали жертвами политического убийства. Точно так же пять (или десять, или четырнадцать — все зависит от того, кто их считал) детей Ниобы — героини греческой мифологии нашли один и тот же печальный конец. Ниоба оскорбила хвастовством богиню Лету — мать Аполлона, за что были убиты все ее дети, а сама она окаменела от горя. Это было частью сценария Ниобы: «Гордыня и гибель».

Согласно сценарию матери может быть суждено воспитать, например, десятерых полицейских («Добейтесь славы!»), или десятерых грабителей («Держите их, ребята!»), или пятерых грабителей и пятерых полицейских («А ну-ка, подеритесь!»). Разумная женщина, которой предстоит вырастить десять мальчиков, вполне может осуществить любой из «проектов».

Возражения с позиций психологии развития

Эти возражения концентрируются вокруг психосексуального кризиса в раннем

³⁸ Обол — монета, обращавшаяся во многих западноевропейских странах в период феодализма.

возрасте и юношеского кризиса самоидентичности.

1. Применительно к первому случаю сценарий не является отрицанием инстинктивных влечений и не отменяет действия ранней травмы. Наоборот, он совпадает с их развитием. Он представляет собой социальную матрицу для реализации сексуальных фантазий, каково бы ни было их происхождение. Инстинктивным влечениям или сексуальным фантазиям может быть предоставлена полная свобода, или, наоборот, они будут искажаться, подавляться, сублимироваться, но в конечном счете они соучаствуют в действии высшего принципа, который регулирует и модифицирует их выражения согласно требованиям сценария, или, как сказал бы Фрейд, влечениям судьбы. Сценарное указание на этом уровне гласит: «Делай, что тебе хочется, поскольку ты соберешь при этом достаточно „купонов“, чтобы оправдать окончательный итог». Так что сценарная теория чужда бихевиоризму. Она ни в коем случае не утверждает, что все, или, по крайней мере, большая часть человеческих поступков есть результат выработки условных рефлексов. Она лишь утверждает, что в определенные, критические моменты человек следует сценарным указаниям; в остальное же время он идет туда, куда его влечет, и делает то, что диктует его воображение.

2. В действительности некоторые юноши и девушки избавляются целиком от своих сценариев. Другие же лишь бунтуют (исполняют родительские директивы, предписывающие бунт), разыгрывая в рамках своих сценариев нечто решительное. Им кажется, они порывают с родительским программированием, а на самом деле они еще точнее следуют его «букве». Некоторые избавляются лишь на время от власти сценария, а затем сдаются, пребывая в отчаянии. «Рассеянием самоидентичности» мы называем состояние, характерное для этого периода. Это результат плохого сценария. Сценарные аналитики считают это борьбой против родительского сценария, где мать (или отец) побеждает (вопреки противоположному мнению: поражение родительского сценария). Сын может стать бродягой не вопреки матери (или отцу), но именно из-за нее, поскольку мать (или отец) не в состоянии были дать ему разрешение преуспеть вопреки ее (его) собственным директивам. Цель психотерапии, следовательно, не в том, чтобы вернуть его назад к матери (или отцу), превратив в послушного мальчика, а в том, чтобы развести его с родителями и дать ему возможность выбирать жизненный путь по своему усмотрению.

Клиницистские возражения

Самое распространенное из клиницистских возражений состоит в том, что порой считается: пациента невозможно вылечить в психоаналитическом смысле, если иметь дело лишь с проблемой сознания. Возможно, но есть возражения.

К бессознательному, на наш взгляд, причисляется излишне многое. Мы считаем, значительная часть того, что может признаваться бессознательным, это не бессознательное, а предсознательное. Пациент однако вынужден идти навстречу психотерапевту, который ищет «бессознательное», и подсовывает ему предсознательное, отмеченное печатью неясности, недостаточной осознанности. Это можно проверить, спросив пациента: «Действительно ли это было бессознательное или вы что-то смутно осознавали?» Подлинно бессознательный материал (например, изначальная эдипова ярость) действительно бессознателен, а не смутно осознаваем. Поэтому сценарный аналитик, работающий с сознательным материалом, черпает данные с гораздо больших «площадей» психики, чем это предполагает большинство людей. Во всяком случае, сценарному аналитику никто не запрещает иметь дело с бессознательным (например, с некоторыми прямыми производными страха), если он в этом достаточно компетентен. Да это и необходимо, поскольку именно такие бессознательные переживания чаще всего формируют первичный «протокол» сценария.

Многие люди думают, что существует некоего рода закон, дающий психоаналитику

неотъемлемое право определять ход лечения. Это совсем не так. Если бы такой закон существовал, он оказался бы в трудном положении, ибо его определения (почти тождественные с прекращением лечения) очень неясно сформулированы и признаны отнюдь не всеми психоаналитиками. Критерии его можно «отжать» до прагматического суждения, которое равно приемлемо и для других видов терапии, чуждых психоанализу: «Пациент считается излеченным, если он освободился от симптомов и может полноценно работать и любить». Сценарный анализ добивается такого результата, по крайней мере не реже, чем психоанализ.

В заключение нужно отметить, что имеется два вида людей, выступающих против сценарной теории. Первый — это теоретики и практические терапевты, аргументы которых нужно принимать всерьез, какова бы ни была их природа. Они предъявляют сценарному анализу претензии того же рода, что и сценарный анализ предъявляет им, — претензии, основанные на внимательном и объективном знакомстве с литературой соперничающего направления. Второй — это обладатели административных постов, которые могут блокировать (и это нередко делают) профессиональное и интеллектуальное развитие молодых врачей, особенно государственных психиатров, запрещая им использовать в их практике сценарную теорию. Многие из этих чиновников — скудно образованные, раздражительные, отягощенные предрассудками люди, и спорить с ними бессмысленно. Но есть еще умные, эрудированные и открытые новому администраторы, которые делают то же самое. Это в большинстве своем опытные психоаналитики. Чтобы их в какой-то мере оправдать, скажем, что Фрейд тоже был человеком, зажатым в тисках сценария. Это он открыто признавал. Его привлекали образы военных героев, он страстно любил Наполеона. Многие метафоры и часть своего словарного запаса он черпал из языка героических битв. Девизом его были слова, поставленные эпитафией к книге о сновидениях, которые в приблизительном переводе означают: «Если я не покорю небо, то вознесу преисподнюю». Что он и сделал. Его таинственная и навязчивая идея о том, что он может умереть, как и Наполеон, в возрасте пятидесяти одного года, было для него типичным сценарным пророчеством. Любимый афоризм его отца:

«Что-нибудь да случится» — был девизом Фрейда, которому он верно следовал всю жизнь, как о том свидетельствуют его письма. Его герой — Наполеон, чьи слова он часто цитировал, умер в возрасте пятидесяти одного года, хотя сам Фрейд умер восьмидесяти трех лет.

ПРОБЛЕМЫ МЕТОДОЛОГИИ

Карта и местность

Когда мы говорим, что сценарий соответствует или следует сюжету волшебной сказки, то из небытия возникает тень Прокруста. Иногда психотерапевт слишком поспешно выбирает сказку, а затем пытается «укоротить» или, наоборот, «растянуть» пациента, если он в эту сказку не укладывается. Прокруст — персонаж, характерный для поведенческих оценок. Если психотерапевт хочет, чтобы факты соответствовали имеющейся теории, он может упустить из виду скрытые переменные, тогда неподходящие факты будут игнорироваться, а иногда данные просто подгоняются под имеющийся теоретический шаблон.

Особенно активен бывает Прокруст на консилиумах, где его трудно проконтролировать, а ситуация располагает к спекуляциям, внезапным озарениям, ортодоксии или глубокомысленным изречениям. Чтобы успешно бороться с казуистикой и софистикой, советуем на каждую консультацию представлять двух индивидов с похожей историей, один из которых был бы с явлениями патологии, а второй — абсолютно здоров в

этом отношении. Порой удивляешься, насколько история нормально функционирующего, продуктивного социального индивида может напоминать историю психически больного человека. Иначе говоря, почти любому шизофренику с определенной биографией можно противопоставить нешизофреника с точно такой же биографией. Надо сказать, что в большинстве случаев консилиумы проходят на основе несформулированной явно, но весьма действенной предпосылки: «Пациент болен, наша задача — доказать это и выяснить причину». Консилиумы станут гораздо интереснее, если переформулировать эту предпосылку: «Пациент не болен, наша задача — доказать это и выяснить почему».

Прокруст нередко «растягивает» или «сокращает» информацию, чтобы она соответствовала гипотезе или диагнозу. Иногда психотерапевт поступает наоборот: растягивает или сокращает гипотезу или диагноз, если они не соответствуют имеющимся фактам. Так в экспериментах по экстрасенсорному восприятию, например, игральные карты могут быть угаданы неправильно, тогда экспериментатор обычно ссылается на расположение карт ранее или потом. Затем выдвигается гипотеза, верная или неверная, но явно необоснованная, о чем-нибудь вроде «запаздывающего телепатирования» или «предвосхищающего видения». Таким же методом работает предсказатель, пообещавший, скажем, что одно из самых страшных землетрясений на Земле случится в 1989 году. Если землетрясения не произошло, он говорит, что, наверное, цифры явились ему в перевернутом виде, так что событий нужно ожидать в 1998 году, а может быть, это просто воплощенный в памяти след великого землетрясения 1699 года. Что за великое землетрясение 1699 года? Конечно, где-нибудь на Новой Гвинее. Поскольку землетрясения там случаются довольно-таки часто, то из случившихся можно выбрать одно крупнее других. «А может быть, это о землетрясении 1683 года в Италии?» Ясновидец ведь углубился в толщу времен на целых триста лет, ошибиться на десять-пятнадцать лет нетрудно в таких условиях. Стоит ли придирается из-за такой незначительной ошибки!

Если сценарный аналитик стремится подходить к делу с подлинно научной объективностью и искать истину, он должен избегать таких ситуаций, что, безусловно, нелегко. Не сомневаюсь, например, что нечто подобное Прокрусту «гостило» в данной моей книге, хотя я всячески старался этого избежать. Излагая столь сложную теорию на ранней стадии ее разработки, трудно от этого избавиться полностью.

Как вести себя в этих условиях? Доктор Родни Пейн сравнил проблему обоснования выводов в сценарной теории с проблемой соотношения карты и местности. Доктор Пейн — не только врач, но и авиатор. Он объясняет дело так: летчик сельскохозяйственной авиации смотрит на карту и видит телеграфный столб и силосную башню. Потом он глядит на землю и видит то же самое: телеграфный столб и силосную башню. «Ага,— говорит он.— Так вот мы где... Теперь все ясно». На самом деле ясность обманчива. Друг, сидящий рядом, перебивает: «Минутку! Внизу — телеграфный столб, силосная башня и нефтяная вышка. Есть они на карте?» «Не всё,— отвечает пилот.— Столб есть, башня есть, вышки нет. Наверное, ее сняли». «Дай мне карту»,— говорит друг. Он разворачивает ее целиком и изучает квадрат за квадратом. И вот он показывает пальцем то место на карте в двадцати милях в сторону от проложенного маршрута, где обозначены столб, башня и вышка. «Вот мы где»,— говорит он. Пилот только разводит руками. Мораль: в подобных случаях смотри сначала на землю, потом на карту.

Психотерапевту следует вначале очень внимательно выслушать пациента, выяснить ход его сценария. В этом случае он скорее найдет реальное соответствие, а не подпадет под власть внезапной догадки. Затем он может использовать волшебную сказку для понимания пути пациента, а подтверждения своего предсказания будет искать в реальной жизни пациента.

Сетка категорий

Трансакционный анализ включает в себя столь богатый набор разнообразных, перетекающих друг в друга понятий, что можно двигаться в любом направлении, будучи уверенным, что без «улова» (интересного и полезного результата) не останешься. Но такой подход не удовлетворяет логическим требованиям к теории. Рассмотрим одно краткое изложение истории болезни, ставшей предметом обсуждения на семинаре по трансакционному анализу в Сан-Франциско. Женщина, обратившаяся к психотерапевту по поводу фригидности, предположила, что он должен вступить с ней в интимные отношения. Мать учила ее, как одеться, чтобы выглядеть привлекательнее, а отец побуждал привлекать внимание мужчин.

В ходе дискуссии доктор *К.*, представлявший пациентку, старался показать, что сконструированная таким образом сценарная матрица не соответствует действительности. Согласно схеме 7, изображающей вторичную структуру Ребенка, Родитель в Ребенке (PРе) действует как встроенный «электрод», тогда как Взрослый в Ребенке (ВРе) — это интуитивный Профессор, эксперт, мастерски оценивающий окружающих. Но доктор *К.* считал, что в данном конкретном случае PРе действует как адаптированный Ребенок, а ВРе — как «электрод». Такой взгляд подтверждался данными из детского возраста пациентки. Многие коллеги его поддержали, прибегнув к логическим аргументам и свидетельствам, полученным в клинике. Они ссылались на игры, сценарии, указывали на адаптированного Ребенка пациентки. Могла ли стандартная матрица устоять перед таким напором? Стрелки, которые нарисовал доктор *К.*, соединяли пациентку с ее отцом и матерью совсем не так, как это показано на схеме 7. Пора было, пожалуй, вовсе зачеркнуть эту схему. Но при более внимательном рассмотрении все аргументы оказались несостоятельными.

Прежде всего, когда доктор *К.* при содействии аудитории пытался определить, что он понимает под PРе, ВРе адаптированным Ребенком и «электродом», он давал каждое определение с новой позиции. То он аргументировал с точки зрения опыта развития, то обращался к поведенческим аргументам, то прибегал к логике, то выдвигал на передний план эмпирию. Некоторые из эмпирических данных относились к трансакциям, некоторые — к играм и сценариям. В результате оказалось, что используется несколько различных концептуальных систем, каждая со своим особым языком и подходом, и в поисках определений автор неосознанно перескакивал с одной на другую. Первая система — структурная, трансакционная, с четырьмя ключевыми понятиями: состояния Я, трансакции, игры, сценарии. Вторая — обосновывающая, также имеет четыре главных понятия. Это — поведение, дающее возможность операционализации, ментальные процессы (в том числе «голоса», дающие указания), история развития, свидетельствующая о происхождении поведенческих моделей, и, наконец, также проявляющиеся в поведении социальные реакции. Третий язык описания формировался по психобиологическому принципу: Родитель в Ребенке, Взрослый в Ребенке — и т. д. Сюда же входили и функциональные определения, выражаемые прилагательными: адаптированный Ребенок, естественный Ребенок и т. д. Сами аргументы могли при этом иметь либо логическую, либо эмпирическую природу.

Если все эти языки свести в таблицу, то можно получить категориальную сетку, упорядоченную с трансакционной, обосновывающей, модификационной и методологической точек зрения.

Если мы построим наборы понятий так, чтобы каждый набор включал по одной клетке из каждой колонки, то увидим, что налицо $4 \times 4 \times 2 \times 2 = 64$ возможных направления аргументации (при этом мы еще не считаем слова в скобках). Если оппоненты не следуют одному и тому же направлению, их аргументы просто невозможно будет сопоставить; для этого потребуется огромный труд по упорядочению и определению понятий. Если двадцать

участников дискуссии строят свои доказательства двадцатью различными способами, нечего и думать на один вечер прийти к приемлемому для всех заключению. Когда один аргументирует по линии «состояния Я — история развития — описание — эмпирия», а другой по линии «игры — социальное поведение — биологические структуры — логика», то оба, может быть, говорят дельные вещи, но это столь различные способы аргументации, что прийти к общему выводу просто невозможно.

Сетка категорий

Трансакционные Обосновывающие Модификационные Методологические

Состояния Я Операциональные Структурные Логические

Трансакции

Игры Сценарии

Феноменологические Функциональные

Исторические Социальные

(биологические) Эмпирические

-(кциональные

(дескриптивные)

Даже в простейшем случае, когда один из оппонентов придерживается структурного или биологического подхода к состояниям Я, а другой — функционального или дескриптивного, взаимопонимание оказывается почти недостижимым. Это можно увидеть на схеме 17. Структурное членение состояния Я (Ребенок) представлено горизонтальными линиями, разделяющими вторичных Родителя, Взрослого и Ребенка. В свою очередь вертикальные линии показывают различные функциональные состояния Ребенка: адаптированный, бунтующий и естественный Ребенок. К какой бы схеме мы ни прибегли, линии, идущие в разных направлениях, будут свидетельствовать о различии подходов. Кто-то будет использовать имена, описывая структуры, кто-то — функциональные прилагательные для описания модификаций этих структур. При этом имена и прилагательные будут относиться к различным системам

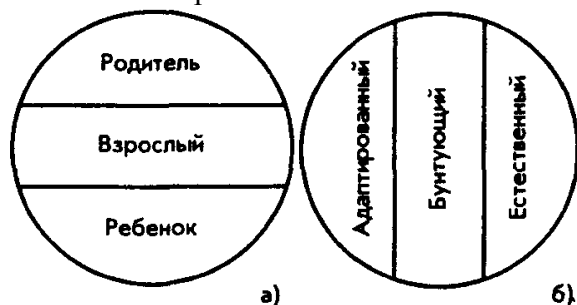


Схема 17. Структурное членение состояния Я (Ребенок):

а) психологическая структура; б) описание функций

описания, различным точкам зрения. То же самое справедливо применительно к каждой колонке из приведенной выше таблицы.

Мы считаем, что единственный путь упорядоченной и результативной дискуссии — это выбрать какое-то одно из направлений и строго его придерживаться. Доктор К. использовал эту возможность и выбрал путь «состояния Я — социальные реакции — дескрипция — эмпирия». Не лучший подход, если учитывать специфику стоящей перед ним задачи, но это он представляет пациентку, и у него право выбора. Но стоит пойти по этому пути до конца, как оказывается, что его аргументы и наполовину не так убедительны, как в случае, когда он перескакивает с одного пути на другой. То же самое справедливо и относительно аргументов

его сторонников. Другими словами, то, что кажется приемлемым и убедительным, когда позволены всякого рода логические скачки и отступления, оказывается не выдерживающим критики с точки зрения строгого мышления. Именно по этой причине первоначальная сценарная матрица осталась стоять непоколебимо, по крайней мере до тех пор, пока «штурм» не окажется лучше подготовленным.

Следовательно, в любых дискуссиях по проблемам транзакционного (в том числе и сценарного) анализа советуем в первую очередь определить направление дискуссии в соответствии с приведенной таблицей. Нужно выбрать по одной категории из каждой колонки — это и будет категориальная система дискуссии, которой советуем строго придерживаться. Иначе результаты дискуссии будут методологически необоснованными и не выдерживающими объективной критики, хотя бы они и выглядели блестяще с точки зрения риторики.

«Мягкие» и «твердые» данные

Данные сценарного анализа — по преимуществу «мягкие» данные. Поскольку сценарий — это экзистенциальная данность, его невозможно изучать экспериментально в искусственно созданных ситуациях. Итог сценария для героя — нечто, имеющее абсолютную значимость. Наверное, нельзя себе представить, например, экспериментальную игру в покер. Если ставки крупные, игрок будет действовать совсем иначе, чем если ставки символические. Серьезный игрок в копеечной игре скорее всего расслабится, а копеечный игрок в серьезной игре скорее всего ударится в панику. Надежную информацию о сценариях можно получить только в ситуациях, где ставки высоки, а такие ситуации в нормальных условиях исследователю недоступны. Есть ведь только один способ получить ответ на вопрос: «Могли бы вы накрыть собой гранату, спасая товарищей?» Он проверяется экзистенциально, на поле боя. Искусственные ситуации ничего не доказывают.

Данные сценарного анализа можно приблизительно упорядочить по степени возрастания «твердости»: исторические, культурные, клинические, логические, интуитивные, возрастные (психология развития), статистические, интроспективные, экспериментальные и независимо совпадающие. Этот ряд покажется странным ученому, привыкшему заниматься рутинным человеческим поведением, то есть тем, чем заняты ныне во многих странах социология и психология. Но он не будет выглядеть странным в глазах психотерапевта, а тем более психоаналитика, поскольку оба имеют дело с «твердыми» играми и «твердыми» итогами, такими, например, как развод и даже самоубийство или убийство. Вряд ли в приличном обществе можно осуществить убийство или самоубийство в порядке эксперимента.

1. Исторические. С самых первых шагов человечества люди подозревали, что их судьба — не результат автономного выбора, что она контролируется некими внешними силами. Сама универсальность этой веры заставляет критически ее исследовать, а не отвечать с порога на том основании, что это-де метафизика.

2. Культурные. Эта вера лежит в основании большинства человеческих культур, что также заставляет относиться к ней серьезно, столь же серьезно, как к экономическим мотивам, используемым для такого же обоснования.

3. Клинические. Данные клиники не являются строгими, поскольку могут быть подвергнуты различным интерпретациям. Но исследователь, который считает влияние сценария на клинические явления незначительным или вообще его отрицает, должен владеть техникой сценарного анализа и уметь применять его в клинике. В противном случае он просто не имеет права на суждение о сценарии. Ведь если человек смотрит в телескоп или микроскоп и говорит «Я ничего не вижу» из-за того, что не умеет пользоваться

инструментом, его вряд ли можно считать компетентным критиком в области астрономии или бактериологии.

4. Логические. Мы уже говорили, что людям можно давать советы, что им делать, а чего не делать. Словами можно принудить человека к самоубийству или превратить его в пьяницу, а можно, наоборот, спасти от такой печальной судьбы, если, конечно, произносятся правильные слова. Отсюда следует, что вполне возможно воспитать ребенка таким, каким желали его видеть взрослые люди. Психотерапевт может это понять, задав следующий вопрос пациенту: «Как следовало бы воспитывать ребенка, чтобы он жил так же, как вы?» Люди с хорошими сценариями отвечают охотно, и их ответам можно верить. Люди с плохими сценариями колеблются — отвечать или не отвечать, но их ответы также бывают правдивы.

5. Интуитивные. Опытный сценарный аналитик часто судит по интуиции, а затем эти суждения проверяет. Например: «Поскольку вы часто беретесь сразу за два дела, но ни одно из них не доводите до конца, мне кажется, что ваши родители ставили перед вами разные цели и не пытались согласовать вопрос, как вам удастся достигнуть обе одновременно. Иначе говоря, они не сознавали четко их различия». «Да-да, все было именно так». Если ответ отрицательный, это, как показывает наш опыт, означает, что терапевт недостаточно компетентен или что в данный конкретный вывод вплелись какие-то личные мотивы.

6. Возрастные. Одно из самых убедительных доказательств — это когда ребенок сам формулирует суть своего сценария. Особенно важно при этом наблюдать ребенка в течение долгого времени, чтобы увидеть, как он сам реализует эту формулу. Речь, конечно, идет не о выборе карьеры («Я буду пожарником»), а об итоговых транзакциях («Я хочу жить» или «Я хочу умереть»).

7. Статистические. Самое важное применение статистики — это изучение влияния волшебных сказок на последующую жизнь, на карьеру индивида и его взгляда на проблемы смерти.

8. Интроспективные. Эти данные очень убедительны. Как только человек начинает слышать «голоса», которые он привык подавлять с самого раннего детства, и соглашается с тем, будто произносятся те же самые слова, которые в детстве он слышал от родителей, то в этот момент он начинает понимать, насколько запрограммировано его жизненное поведение.

9. Экспериментальные. По причинам, уже изложенным, экспериментальное подтверждение сценарной теории в отношении человеческих существ невозможно. Но результаты экспериментов с животными могут быть экстраполированы на сценарное поведение человека.

10. Независимо совпадающие. Известны случаи, когда куратор формулировал сценарий студента, но был не в силах убедить студента в правильности найденного сценария. Студент отправился к психотерапевту, и когда поиск сценария привел к такому же результату, студент не мог уже его не принять. При этом оба сценарных аналитика были знакомы со студентом долгое время и строили свои выводы на изучении самых различных его жизненных проявлений. Такие независимо полученные разными исследователями совпадающие выводы можно считать «твердыми», то есть надежными, хорошо обоснованными данными. Если этот подход систематизировать, то способом получения самых надежных данных следует считать изучение записанных на пленку интервью нескольких сценарных аналитиков с одним пациентом. Их выводы надо сопоставить с информацией о ходе жизни пациента в течение хотя бы пяти последних лет. Это, на наш взгляд, будут наиболее «твердые» данные.

СЦЕНАРНЫЙ ВОПРОСНИК

Определение сценария

Чтобы определить, является ли тот или иной набор транзакций игрой, обычно мы ищем особые его характеристики. Если налицо, например, ловушка, стремление к выигрышу, то мы определяем это как игру. Если к тому же мы проводим структурный анализ, показывающий, какие состояния Я активны в этих транзакциях, и даем практический анализ, демонстрирующий, как началась игра и чего игрок намерен в ходе ее добиться, можно сказать, что мы не только идентифицируем игру, но и понимаем ее. Моменты, необходимые для понимания игры, можно систематизировать, составив перечень необходимых вопросов. На этом перечне может основываться формальный анализ игр. Такой перечень — это анатомия игры, представляющей собой малый фрагмент жизни.

Анатомия сценария — это уже не малый фрагмент, а весь ход человеческой жизни от рождения (или даже раньше) до смерти (или даже позже) — разумеется более сложна. Игру можно сравнить с движением запястья, в котором участвуют только восемь косточек и дополнительно вовлекаются еще семь косточек. А сценарий сравним с восхождением на горную вершину, когда активизируется вся скелетная система. Поэтому перечень вопросов к сценарию будет содержать больше пунктов, чем перечень вопросов к игре. Но все равно составление такого вопросника — один из способов понять, как складывается сценарий.

Прежде всего нужно определить, что такое сценарий; иначе мы просто не сможем его идентифицировать. Любое определение может пересматриваться по мере развития наших знаний. Игровая теория ныне — это как бы надежно сработанный велосипед, который можно смело использовать для коротких поездок. Сценарная же теория — это одноцилиндровый экипаж 1900 года, который еще неизвестно, заведется ли и поедет ли, когда будет нужно хозяину. Скептик может сказать: «Не мучайся, возьми лошадь» (или найми извозчика), и даже может потребовать, чтобы впереди с красным флажком шел традиционный психотерапевт, предупреждая об опасности мирных, ничего не подозревающих граждан.

Нижеследующее определение, исходящее из нынешнего уровня наших представлений, поможет отличить сценарий от несценария. Сценарий — это программа поступательного развития, выработанная в раннем детстве под влиянием родителей и определяющая поведение индивида в важных аспектах его жизни.

Далее определим с помощью стандартных словарей (с необходимыми пояснениями), что означает тот или иной термин в нашей дефиниции.

Программа — план или расписание, которому следуют. Это значит, имеется план, представляющий собой схему действия, проект или же способ, которым предполагается осуществить определенное действие, а также расписание, порядок его осуществления. Основу или костяк плана можно найти в определенной волшебной сказке.

Поступательный — постоянно движущийся вперед. Предполагается необратимость, движение только в одну сторону. Каждый шаг приближает к цели.

Влияние родителей — реальные взаимодействия (транзакции) с родителями (или их эквиваленты). Значит влияния осуществляются особым, доступным наблюдению образом в особые моменты времени.

Определяющий — человек следует указаниям, но свободен выбирать в тех ситуациях, к которым указания не относятся. В некоторых случаях реализуется особое указание — «Переверни карту» (то есть перфокарту с программой), что означает: «В таких ситуациях делай противоположное тому, чему тебя учили». Так что «бунт», когда он случается, на самом деле — часть сценария. Это не то же самое, что автономия, которой добиваются, разорвав «карту» и отбросив ее прочь.

Важнейшие (по меньшей мере) **аспекты** — брак, воспитание детей, развод, способ смерти (если он избирается).

Испытаем это определение, проверив, можно ли с его помощью выявить несценарий. Несценарным будет поведение, результат которого можно изменить (то есть обратимое), осуществляющееся не по плану, сформированное позже, чем в раннем детстве, и не под влиянием родителей. Это описание автономного поведения, которое на самом деле прямо противоположно сценарному. Ведь автономный индивид способен побороть свои страхи, обиды, сомнения, чувство неполноценности и, не фиксируясь на прошлом, начать сначала, вместо того чтобы, следуя родительским директивам, собирать «купоны» и использовать их для оправдания собственного поведения в таких важных делах, как брак, дети, развод и смерть.

Определяя, что есть сценарий, мы одновременно определяем, что есть несценарий. Значит, наша дефиниция работает. Так, если мы обнаружим, что поведение индивида в важных аспектах его жизни определяется программой поступательного развития, выработанной в раннем детстве под влиянием родителей, то смело можно говорить, что мы идентифицировали сценарий. Все описанное можно свести к формуле наподобие той, что была составлена для игр. Вот формула сценария:

РРВ — Пр — Сл — ВП — Итог,

где РРВ — раннее родительское влияние, Пр — программа, Сл — склонность следовать программе, а ВП — важнейшие поступки. Если какой-то фрагмент или аспект поведения укладывается в эту формулу, значит он — элемент сценария, если не укладывается — не элемент сценария. Всякое сценарное поведение ложится в эту формулу, всякое другое — не ложится.

Например, простейшие рефлексии программируются нервной системой, а не ранним родительским воздействием (то есть РРВ отсутствует); индивид может следовать программе, то есть реагировать определенным образом на удар молоточком по коленному сухожилию, но это ведь не Важный его Поступок (ВП отсутствует). Если уже в зрелом возрасте человек привык выпивать на вечеринках, это значит, что он склонен следовать чужим моделям. Но если это не часть его программы, предполагающей превращение в алкоголика (Пр отсутствует), то выпивка не станет для него Важным Поступком (ВП отсутствует) и не окажет влияния на жизненные итоги — брак, воспитание детей, способ смерти. Если родители старательно приучали сына к мошенничеству, а он вырос и мошенником не стал (Сл отсутствует), то его Важные Поступки несценарны. Если ребенок скитается от одного временного дома к другому, меняя приемных родителей, значит его РРВ противоречивы, а программа неопределенна (Пр отсутствует); он может стараться следовать ей изо всех сил, но может никогда не жениться, не поднять своих детей, не принять важных решений и не совершить Важных Поступков (ВП отсутствует). Эти примеры показывают, как применять элементы формулы к реальной жизни. Коленный рефлекс не предполагает РРВ, выпивка на вечеринке — не часть Пр, в отказе мошенничать есть РРВ и Пр, но нет Сл, сирота избегает ВП.

Сценарная формула, следовательно, дает возможность идентифицировать сценарий, так же как игровая формула — идентифицировать игру. Надо заметить, что формула эта применима только к сценарным индивидам. Поведение автономной личности невозможно свести к формуле, такой человек принимает собственные решения по собственным основаниям, которые могут изменяться в зависимости от ситуации.

Как проверить сценарий!

Если сценарий диагностирован, то должны обнаружиться некоторые его элементы, поддающиеся количественной трактовке. Например, сколько процентов женщин носят красные шапочки? У многих ли мальчиков-с-пальчик в самом деле длинные белокурые

волосы? Это все относится к области теории вероятностей, цель этих вопросов — выявить существенные черты сценариев, что поможет точнее поставить диагноз. В случае Красной Шапочки (КШ), например, диагностические критерии таковы:

- 1) у матери КШ должна была быть на посылках: постоянно бегать к бабушке;
- 2) во время ее визитов дедушку привлекала ее наивность;
- 3) в дальнейшей жизни именно ее выбирают, когда нужно послать кого-то с поручением;
- 4) она должна с подозрением относиться к мужчинам ее возраста и с любопытством — к мужчинам гораздо более старшим;
- 5) она должна обладать своего рода наивной отвагой, будучи уверенной: если попадет в беду, спаситель всегда найдется.

Когда реальный случай удовлетворяет этим пяти критериям, то мы считаем диагноз КШ оправданным. Тогда можно уверенно предсказать: на пути пациентки будут постоянно попадаться пожилые мужчины, она будет жаловаться, что они делают ей гнусные предложения, будет искать, кто бы спас ее от грязного старикашки, а потом хохотать, оставив старикашку с «носом». Но все равно остается множество вопросов. Все ли женщины, удовлетворяющие этим критериям, имеют привычку собирать цветы в лесу? Что еще можно добавить к списку критериев? Есть ли в нем лишнее, то есть то, что можно опустить, не влияя на точность предсказаний, и какой минимальный набор признаков, позволяющий предсказать и все остальные, и сам итог сценария? Какова корреляция признаков? Все ли женщины, удовлетворяющие этим пяти критериям, остаются старыми девами или они живут разведенными? Такой факторный анализ очень помог бы уяснить степень надежности и полезности сценарного анализа.

Критерии КШ в основном «субъективны». Но в сценариях имеются и объективные переменные. Один из них — семейные ситуации. Лучше всего их изучать по «сценарным семьям». В этом смысле показательны имена детей, данные в честь родителей или других членов семьи. Родители ожидают, что ребенок будет похож, например, на прадедушку и дают малышу его имя. Это все равно что сказать: «Я программирую тебя, чтобы ты был похож на отца (мать, деда, бабуку и т. д.)». Когда человек с именем, повторяющимся у его предков, приходит к психиатру, то почти сразу можно заключить, что он изнывает под бременем сценария (это характерно для психиатрических пациентов). Важно также посмотреть, не говорит ли имя пациента о природе сценария. Если да, то такие пациенты — просто находка для психотерапевта с точки зрения выяснения соответствующих закономерностей.

Другая сценарная закономерность — повторяющиеся браки и разводы, которые не только объективно фиксируются, но и могут быть сосчитаны. Один-два развода можно считать независимыми от материнского сценария, но если их больше, психотерапевт неизбежно столкнется с тем, что чем чаще разводилась мать, тем больше вероятность, что дочь пойдет по ее стопам. Похожая закономерность прослеживается и тогда, когда мать часто попадает в тюрьму или в больницу для алкоголиков. Социологи утверждают, что все это определяется социально-экономическими факторами, но если брать тюрьму отдельно и больницу отдельно, то дело выглядит сложнее: может вместе это и определяется каким-то независимым образом «социально-экономическими факторами», но там, где есть выбор, некоторые семьи предпочитают одно, некоторые — другое.

Нам сейчас неважно, нарушал пациент закон или пил — конкретная природа этих действий играет второстепенную роль в сценарии. Мы хотим знать, по сценарию ли он воровал, пил, разыгрывал игры («Полицейские и Воры» и «Алкоголик»). Вопрос состоит в том, воровал он и пил достаточно много не для того ли, чтобы попасть в тюрьму или в больницу. Профессиональный вор или любитель выпить может с удовольствием играть в эти игры в молодости, а умереть богатым и счастливым человеком. Это один сценарий. Вор и

пьяница могут быть неудачниками и кончить жизнь в казенном доме. Это совсем другой сценарий. С точки зрения сценарного анализа важен не сам акт, а реакция на него и общий итог, ибо именно это важно для самого индивида и тех, кто его окружает.

Еще одна сценарная область — смерть. Это важно, когда человек ожидает (или чувствует, чего от него ожидают), что он умрет в том же возрасте, в каком умер его родитель того же пола. Кажется, что смерть отца в определенном возрасте воспринимается сыном как собственный приговор — умереть в том же возрасте или раньше. Это справедливо и по отношению к матерям и дочерям. Это, конечно, субъективный показатель, но здесь имеются цифры, легко поддающиеся проверке. Более объективным показателем является возраст, в котором предпринимались попытки самоубийства, соотношенный с возрастом, в котором умирали родители и близкие родственники.

Эти и упоминавшиеся выше отношения между родителями и детьми подталкивают нас к необходимости однозначного вывода. Ребенок, названный по имени другого члена семьи, либо следует, либо не следует сценарию своего тезки; пациент либо следует, либо не следует родительскому сценарию в том, что касается брака, развода, тюрьмы или больницы; он либо ожидает, либо не ожидает смерти в том же возрасте, что и его умерший родитель. Проблема сценария имеет решающее значение для человеческой жизни — весь смысл жизни зависит от того, как она будет решена. Если мы строим свои поступки свободно, это одно дело. Если же мы проводим большую часть жизни и решающие ее мгновения, выполняя инструкции, полученные в младенчестве и раннем детстве, хотя и питаем при этом иллюзию свободы собственной воли, то это совсем другое дело. Необходимо изучение по крайней мере десятка тысяч случаев, чтобы получить однозначное решение этой фундаментальной дилеммы. Выводы, сделанные на основании менее масштабного изучения, будут скорее любезной уступкой какой-то из точек зрения, чем твердым научным убеждением.

В качестве пособия практикам, где бы они ни работали, мы даем перечень сценарных вопросов, предназначенных для того, чтобы получить максимум информации по каждой из многочисленных тем, раскрыть которые необходимо, чтобы составить ясное представление о сценарии.

Сценарный вопросник

Чтобы ясно представить себе сценарий, мы должны понять каждый его аспект, историю этого аспекта и его связь со всеми другими аспектами. Это удобнее всего делать, располагая сценарные проблемы в хронологическом порядке. По каждой теме дается один вопрос, позволяющий извлечь максимум возможной информации. Включены также дополнительные вопросы, помогающие, когда нужен более углубленный анализ какой-то из тем. Альтернативные вопросы даются для тех случаев, когда основные либо нельзя задать, либо на них трудно осмысленно ответить.

Порядок вопросов соответствует расположению материала в книге. «Р» после номера вопроса означает, что вопрос адресуется не самому пациенту, а его родителям.

1. Дородовые воздействия

1. Каков был образ жизни ваших прародителей (дедушек и бабушек)?
2. Какова ваша позиция в семье? а) назовите дату вашего рождения; б) назовите дату рождения родившихся перед вами брата или сестры; в) назовите дату рождения следующего за вами брата или сестры; г) имеется ли у вас особый интерес к датам?
- 3 (Р). Сколько у вас братьев и сестер? а) сколько детей ваш Родитель (Взрослый,

Ребенок) хочет (предполагает) иметь?;

б) сколько детей хотели иметь ваши родители?; в) имеется ли у вас особый интерес к датам?

4. Вы были желанным ребенком?

5 (Р). Он был у вас желанным ребенком? а) планировалось ли его появление?; б) когда и где он был зачат?; в) были ли попытки избавиться от беременности?; г) как вы относитесь к сексу?

6. Как мать отнеслась к вашему рождению?

7. Кто присутствовал при вашем рождении? а) прибежали ли при вашем рождении к кесареву сечению или наложению щипцов?

8. Вы знакомы со своим свидетельством о рождении?

9. Кто выбрал вам имя?

10. В честь кого вы были названы?

11. Каково происхождение вашей фамилии?

12. Как вас звали в детстве?

а) каково ваше детское имя?;

б) было ли у вас прозвище в детстве?

13. Как звали вас товарищи по школе?

14. Как вас сейчас зовут друзья?

а) как вас сейчас зовут мать, отец?

//. Раннее детство

1. Как отец и мать учили вас вести себя за столом во время еды? а) что говорила ваша мать, когда кормила младенца (брата или сестру)?

2 (Р). Что происходило, когда вы кормили грудью своего ребенка? а) что вы ему говорили в это время?

3. Кто учил вас пользоваться горшком и делать свой туалет?

4. Как вас учили пользоваться горшком и привыкать к туалету; что при этом говорилось?

а) что вообще говорили об этом ваши родители?

5 (Р). Когда и как вы приучали своего ребенка к горшку и туалету?

а) что вы ему при этом говорили?

6. Часто вам давали в то время закрепляющее или слабительное?

7. Когда вы были маленьким (маленькой), какое представление о самом себе внушали вам родители? а) какого вы были представления о себе, когда были маленьким (маленькой)?

8. Какой урок вы вынесли для жизни из своего раннего детства?

9. Как окружающие люди относились к вам в вашем детстве? а) какими вам представлялись другие люди?

10. Не помните ли, будучи ребенком, принимали ли вы решение никогда не совершать определенных поступков, никогда не выражать определенных чувств?

а) решали ли вы, наоборот, всегда делать что-то определенное — неважно что?

11. Вы победитель или неудачник?

12. Когда вы пришли к этому мнению?

13. Как вам кажется, каковы были отношения у ваших родителей, когда вы были ребенком?

а) как вы к этому относились?

14. Каких людей ваши родители не уважали? а) какие люди вам больше всего не нравятся?

15. К каким людям ваши родители испытывали уважение? а) какие люди вам больше всего нравятся?

16. Что обычно случается с такими людьми, как вы?

///. Средний, возраст

1. Что ваши родители внушали вам, когда вы были ребенком?

а) что они говорили вам, когда вы были совсем маленьким (маленькой)?

2. Какая была любимая фраза у ваших родителей?

3. Что они учили вас делать?

4. Что они вам запрещали делать?

5. Если бы вашу семью поместить на сцену, какая получилась бы пьеса?

IV. Позднее детство

1. Какая была у вас любимая сказка в детстве?

а) какая колыбельная вам нравилась?;

б) какую историю вы любили слушать?

2. Кто вам ее читал или рассказывал?

а) где, когда?

3. Что говорили об этой сказке рассказчик или рассказчица?

а) что при этом выражалось на его (ее) лице?;

б) было ему самому интересно или это делалось только для вас?

4. Какой был у вас любимый персонаж?

а) любимый герой?;

б) а из злодеев кто больше вам нравился?

5. Как реагировала ваша мать на жизненные трудности?

6. Как реагировал ваш отец на жизненные трудности?

7. Какие чувства были для вас самыми неприятными?

8. Какие чувства вам более всего нравились?

9. Как вы чаще всего реагируете на трудности и проблемы?

10. Чего вы ждете от жизни?

11.0 чем вы чаще всего думаете, говоря «если б только...»?

12. Как, по-вашему, выглядит Санта Клаус? а) кто или что играет для вас роль Санта Клауса?

13. Вы верите в бессмертие?

а) каковы были любимые игры ваших родителей?

14. В какого рода неприятности попадали ваши родители?

15 (Р). Каким играм вы учили своего ребенка, когда он был маленьким? а) во что вы играли с вашими родителями, когда сами были ребенком?

16. Как к вам относились учителя в школе?

17. Как к вам относились одноклассники?

18. О чем ваши родители обычно говорили за обедом?

19. У ваших родителей есть «пунктики»?

V. Юность

1. О чем вы говорили с друзьями?
2. Кто сегодня ваш герой?
3. Кто для вас самый отвратительный человек в мире?
4. Как вы относитесь к тем, кто мастурбирует (занимается онанизмом)?
5. Как бы вы чувствовали себя, если бы мастурбировали?
6. Что с вами происходит физически, когда вы нервничаете?
7. Как ваши родители ведут себя, когда вокруг люди?
8. О чем они говорят, когда одни или в компании близких друзей?
9. Вас когда-нибудь охватывали кошмары? а) каким предстает мир в ваших снах?
10. Расскажите какой-нибудь из ваших снов.
11. Бывали ли у вас галлюцинации?
12. Как люди к вам относятся?
13. Назовите самое лучшее из того, чего вы желали добиться в жизни.
14. А теперь самое худшее, во что вы не хотели бы превратить свою жизнь?
15. А что вы хотите сделать со своей жизнью?
16. Как вам кажется, что вы будете делать через пять лет?
а) через десять?
17. Какое ваше любимое животное?
а) каким животным вам хотелось бы быть?
18. Каков ваш жизненный девиз?
а) какую надпись вы поместили бы на груди майки, чтобы люди знали, кто идет?;
б) а что бы вы написали на спине майки?

VI. Зрелость

1. Как вы думаете, сколько детей у вас будет?
а) сколько детей хочет ваш Родитель (Взрослый, Ребенок)? (Этот вопрос сопоставляется с вопросами 2 и 3 первого раздела.)
2. Сколько раз вы были женаты (замужем)?
3. Сколько раз был женат (замужем) каждый из ваших родителей?
а) были ли у каждого из них любовники?
4. Вы когда-нибудь попадали в тюрьму?
а) а кто-то из ваших родителей?
5. Вы когда-нибудь совершали преступление?
а) а кто-то из ваших родителей?
6. Вы когда-нибудь попадали в психиатрическую больницу?
а) а кто-то из ваших родителей?
7. Вы когда-нибудь попадали в больницу для алкоголиков?

- а) а кто-то из ваших родителей?
8. Предпринимали ли вы попытку к самоубийству?
а) а кто-то из ваших родителей?
9. Что вы будете делать, когда состаритесь?

VII. Смерть

1. Сколько вы собираетесь прожить?
2. Почему именно столько лет?
а) кто умер в таком возрасте?
3. В каком возрасте находятся ваши отец и мать? Если они умерли, то когда и в каком возрасте?
а) в каком возрасте умер отец вашей матери? (для мужчин);
б) в каком возрасте умерли ваши бабушки? (для женщин).
4. Кто будет возле вас, когда вы будете умирать?
5. Каковы могут быть ваши последние слова?
6. Каковы были последние слова ваших родителей (если они умерли)?
7. Что вы после себя оставите?
8. Что будет написано на памятнике после вашей смерти?
а) что за надпись будет на лицевой стороне?
9. Что бы вы сами написали на этом памятнике?
а) какая надпись могла бы быть на оборотной стороне?
10. Что станет для ваших близких сюрпризом, приятным или неприятным, после вашей смерти?
11. Вы победитель или неудачник (победительница или неудачница)?
12. Что важнее для вас: временная структура или событийная? (Предварительно надо объяснить термин.)

VIII. Биологические факторы

1. Представляете ли вы себе свое лицо, когда на что-то реагируете?
2. Знаете ли вы, как другие реагируют на выражение вашего лица?
3. Можете ли вы провести различия между вашими Родителем, Взрослым и Ребенком? В чем они состоят?
а) могут это сделать относительно вас другие люди?;
б) можете ли вы это сделать относительно других людей?
4. Как вы воспринимаете свое подлинное Я?
5. Ваше подлинное Я всегда ли может контролировать ваше поведение?
6. Есть ли у вас особые пристрастия в сфере секса?
7. Бывает ли, что в голове у вас постоянно крутится одно и то же?

8. Вы восприимчивы к запахам?
9. Начинаете ли вы беспокоиться задолго до того, как происходит ожидаемое событие?
10. Как долго вас продолжают беспокоить события, уже происшедшие?
 - а) бывало ли, что вы не могли уснуть, обдумывая мечь;
 - б) бывает ли, что эмоции мешают вашей работе?
11. Нравится ли вам показывать, что вы способны страдать?
 - а) предпочитаете ли вы выглядеть счастливым человеком или страдающим?
12. Говорят ли «голоса» в вашей голове?
13. Говорите ли вы сами с собой, когда вокруг никого нет?
 - а) а когда вы не в одиночестве?
14. Всегда ли вы исполняете то, о чем говорят «голоса»?
 - а) ваш Взрослый или Ребенок когда-нибудь спорит с Родителями?
15. Какой вы человек, когда становитесь самим собой?

IX. Выбор психотерапевта

1. Почему вы выбрали психотерапевта именно моего направления?
 - а) чего вы ожидаете именно от этого направления?;
 - б) психотерапевта какого направления вы бы предпочли?
2. Как вы меня выбрали?
3. Почему вы меня выбрали? а) чего вы ожидаете от меня?
4. Кто казался вам Волшебником, когда вы были ребенком?
5. Какого рода «волшебства» вам нравятся?
6. Когда-нибудь вы лечились у психиатра?
7. Как вы выбирали вашего предыдущего психотерапевта? а) почему вы к нему пришли?
8. Что вы у него выяснили?
9. Почему вы от него отказались?
10. При каких обстоятельствах это получилось?
11. Как вы обычно подыскиваете себе работу?
12. А как увольняетесь?
13. Приходилось ли вам лежать в психиатрической больнице?
 - а) что вы сделали, чтобы туда попасть?;
 - б) что вы сделали, чтобы оттуда выбраться?
14. Расскажите мне какой-нибудь из ваших снов.

Терапевтический вопросник

Предлагаемые ниже вопросы должны показать, насколько пациент сумел избавиться от своего сценария. Обычно цель считается достигнутой, когда на все вопросы получен утвердительный ответ. Здесь открывается возможность количественной оценки эффективности труда психотерапевта на каждом этапе его работы. Поскольку определить относительный вес каждого вопроса затруднительно, мы принимаем все вопросы за равные. Этот вопросник лучше всего использовать в психотерапевтических группах. Ответы пациента

будут считаться правильными, если получат подтверждение психотерапевта и всех других членов группы. Ответы будут сомнительными, если все другие члены группы не согласятся с ответом, который в таком случае можно использовать для поиска скрытых сценарных мотивов.

1. Нравится ли вам имя, которым зовут вас сейчас друзья?
2. Каким вы считаете свое настоящее положение в жизни?
3. Смотрите ли вы на мир теперь иначе, чем раньше?
4. Освободились ли вы от галлюцинаций?
5. Изменили ли вы решение, которое принято было в детстве?
6. Отказались ли вы от деструктивных намерений, предписанных вам родителями?
7. Можете ли вы сейчас выполнять дела, которые в свое время вам запрещали родители?
8. Появился ли у вас новый герой или вы стали смотреть иначе на старого?
9. Бросили ли вы оговорки «если б только», «по крайней мере»?
10. Отказались ли вы от игр, в которые играли ваши родители?
11. Вы сняли «футболку»?
12. Мир в ваших снах стал другим?
13. Считаете ли вы, что проживете дольше, чем вам казалось ранее?
14. Изменились ли ваши предполагаемые последние слова в жизни?
15. Изменилась ли эпитафия?
16. Вы осознаете, как воздействует на других людей выражение вашего лица?
17. Вы знаете, какое состояние Я активизировано у вас в данный момент?
18. Осознаете ли вы, как воздействуют на вас запахи?
19. Вы счастливы или просто храбритесь?
20. Теперь вы иначе думаете о целях психотерапии?

Приложение

Так что же вы говорите после того, как сказали. «Здравствуйте»?

Мы предлагаем шесть возможных вариантов поведения людей, после того как сказано «здравствуйте».

1. Когда говорить обязательно и ситуация строго структурирована, например, в зале судебного заседания или на приеме у врача. Профессиональная структура делает разговор незатруднительным.

2. Разговор обязателен, и ситуация социально структурирована. Здесь широкий выбор: от банального «Вам не холодно?» до изысканного «Это изумруды из Эфиопии?»

3. Когда говорить обязательно, а ситуация неструктурирована, как, например, в разного рода клубах общения. Эти клубы — сравнительно новое изобретение, и далеко не все чувствуют себя там уютно. Самое безличное «личное» замечание здесь примерно такое: «Какие у вас красивые туфли».

4. Говорить можно, но не обязательно, как, например, на демонстрациях или концертах на открытом воздухе. Здесь имеется стандартная вторая реплика: «Великолепно!» Третья будет уточняющей. Разговор разворачивается так: «Привет», «Привет». «Великолепно!» «Хм-м...» «Я имею в виду погоду». «А я думала — музыку»... Далее открываются необозримые перспективы.

5. Когда разговаривать не принято, поэтому, чтобы заговорить, нужна немалая храбрость. Лучшим консультантом по таким ситуациям является Овидий («Искусство любви», книга I). Его советы годились для Рима две тысячи лет назад, годятся и для Нью-Йорка, Сан-Франциско, Лондона или Парижа сегодня. Если вы овладели материалом книги

первой, переходите к следующему этапу, описанному в книге второй и третьей.

6. Ситуация, когда разговоры запрещены, как, например, в вагонах нью-йоркской подземки. Только в исключительных обстоятельствах и только люди с безнадежно «плохими» сценариями вступают в разговор.

Мы предложили эти варианты из чистой любезности, чтобы оправдать название книги, а также чтобы стимулировать читательскую предприимчивость.

Послесловие

Главная цель, которую преследовал Э. Берн в своих книгах, заключается в том, чтобы научить человека анализировать характер своего общения, научить использовать слова, мысли, интонации, выражения применительно к целям коммуникации (парадным, деловым или эмоциональным), помочь человеку в его умении анализировать свои слова и поступки, постоянно осмысливая их истинную суть и их восприятие собеседником. Э. Берн делает это с помощью ярких, остроумных образов, «взрывая» рутинные ситуации общения, которые чаще всего не замечаются нами в потоке повседневной жизни.

Э. Берн опирался на традиционный психоанализ, которым долгое время у нас серьезно не занимались. Это не значит, что сейчас в России, как и во многих других странах, психоанализ воспринимается как абсолютно правильная теория (на оценке психоанализа мы остановимся ниже). Однако общий тон перестройки в нашей стране, демократизация, коснувшаяся науки, позволили и в зарубежных учениях отбирать рациональные зерна, даже если они произрастают на «чужих полях». Вполне понятно, что многие примеры и ситуации, рассматриваемые Э. Берном, относятся к далеким от нас реалиям, основываются на американском стиле поведения, на специфических для западного общества отношениях между родителями и детьми.

Мы видим ценность настоящего издания в том, что автор помогает вдумчивому читателю находить скрытый смысл межличностных взаимодействий, распознавать мотивы собственных действий, поступков своих близких и других окружающих людей. Концепция, предлагаемая Э. Берном, в определенной степени спорна, требует дальнейших исследований и обоснований. Она не представляется нам принципиально новой (особенно в философском смысле), но мы считаем ее безусловно оригинальной, разумной и полезной.

Трансакционный анализ, основателем которого был Э. Берн, представляет собой систему групповой психотерапии, где взаимодействие индивидов анализируется с точки зрения трех основных состояний Я. Об этом достаточно подробно говорилось в настоящем издании.

Э. Берн полагал, что каждый человек имеет свой жизненный сценарий, модель которого намечается в ранние детские годы. В соответствии со своим жизненным сценарием люди играют в различные игры, которыми заполнена в основном вся жизнь человечества. Самой страшной игрой на Земле, по выражению самого Берна, является война. В связи с этим очень важно отметить, что групповая психотерапия (по Э. Берну) должна складываться на уровне «Взрослый — Взрослый». Цель состоит в том, чтобы научиться выделять состояния «Взрослого» как в своем собственном сознании и поведении, так и в сознании и поведении других людей, добиваясь общения на уровне «Взрослый — Взрослый».

Достоинство концепции Э. Берна заключается также и в том, что она ставит своей целью формирование искренней, честной, доброжелательной личности.

Каждый человек представляет собой хранилище стереотипов, обусловленных спецификой воспитания в самом широком смысле этого слова. И одновременно есть в каждом человеке нечто такое, что толкает его на спонтанные поступки и действия, обусловленные детским «хочу» или «не хочу» (эмоции, импульсы и т. д.). В реальной жизни люди пытаются соотно-

силь «хочу» и «должно», причем те, кому это удастся сделать в наилучшей степени, более гармонично вписываются в окружающий мир. Они предстают перед окружающими чаще всего разумными и преуспевающими людьми, могут занимать в жизни хорошее социальное положение. Эти исходные позиции достаточно тривиальны, и вряд ли можно считать абсолютной новизной тот факт, что совокупность устоявшихся стереотипов Э. Берн называет состоянием «Родитель», эмоциональную часть Я каждой личности — «Ребенок», а трезвого «весовщика», соизмеряющего «хочу — нужно», — словом «Взрослый».

Однако последующий ход мысли Берна представляется более интересным и весьма плодотворным не только для психотерапевтической практики, но и для углубленного самоанализа. В каждом человеке самым сложным образом переплетены эти три состояния: «Взрослого», «Родителя» и «Ребенка». Общение с людьми (начальником на работе, продавцом в магазине, другом, сослуживцем и т. д.) может строиться по-разному, в зависимости от психологического состояния человека, от темы общения и — что очень важно — от того, является ли взаимодействие бескорыстным или человек хочет чего-то добиться от своего собеседника. Надо учитывать, что при этом включаются различные психологические механизмы, которые вызывают у человека доминирование того или иного состояния, каждое из которых «пользуется» своим особым «языком» слов, жестов и поступков.

Коммуникация может быть эффективной в том случае, если она ведется на одном и том же «языке», то есть (по терминологии Э. Берна), когда «Ребенок» разговаривает с «Ребенком», «Родитель» с «Родителем», а «Взрослый» со «Взрослым». Ажурная конструкция общения приобретает хаотические черты Вавилонской башни, если один из собеседников говорит на языке «Родителя», а другой — на языке «Ребенка» или один — на языке «Взрослого», а другой — на языке «Родителя» и т. д. Например, если один из собеседников, будучи типичным бюрократом, говорит на языке «Родителя», а другой — на языке «Взрослого», причем с учетом изменившихся в нашей стране демократических реалий, то будет вполне естественным взаимное непонимание. Оно может быть разрешено двумя способами: либо «Родитель» поймет, что язык стереотипов безнадежно устарел, и попытается (может быть, и безуспешно) приблизить свое мышление и высказывания к реальности, либо (это пессимистический вариант) «Взрослый» во избежание конфликта сумеет найти в себе «Родителя» и постарается на родительском языке закончить беседу, для того чтобы благополучно выйти из сложной ситуации. В жизни людей, особенно в семейной сфере, в кругу дружеских контактов, часто бывают столкновения «Ребенка» и «Взрослого». «Ребенка» и «Родителя». Например, бесстрастный разговор супругов после длительной разлуки, постоянные упреки со стороны любимого человека — примеры подобных столкновений.

Состояния «Родителя» и «Ребенка» включают в себя крайне важные для культурного общения аспекты. Если бы не было твердых жизненных правил, начиная с заповеди «не укради», кончая поведением за столом, человечество, наверное, не могло бы существовать. Культурные традиции так же необходимы, как и постоянное их обновление. Ни одно общество не может существовать без прописных истин и устоявшихся правил. И в этом огромная важность того состояния, которое Э. Берн называл «Родитель». Безусловно, что «Родитель» далеко не всегда постоянен, и не так уж много сохранилось заповедей в различных культурах, которые пережили бы все превратности истории. Так, некоторые аспекты, входившие в состояние «Родитель» многих наших людей в 70-е — начале 80-х годов, изгоняются ныне «Взрослым» не без участия «Ребенка». Способствует этому чудесный эмоциональный фон, созданный настроением огромного числа людей в нашей стране, которым так надоел оторвавшийся от реальности «Родитель».

Игры, представленные Э. Берном в настоящем издании, как мы уже отмечали, освещаются на основе американских реалий: прагматичного образа мышления, соответствующих условий быта и работы, специфики

общения в семье и между близкими людьми. Неудовлетворенный такой отдаленностью от нашей действительности, вдумчивый читатель, возможно, захочет приспособить описанные игры к тем людям и ситуациям, в которых живет он сам. Наверное, в современных условиях нашего общества можно было бы представить немало ситуаций в виде игр, например «Имитация трудовой деятельности», «Игра в обслуживание», «Выдача справок», «Проблемы бюрократии» и т. п. Думается, что превращение различных ситуаций в игру может стать действенной формой искоренения многих недостатков, потому что в процессе разыгрывания ролей можно с помощью транзакционного анализа выявить, например, степень бюрократизма или деловитости, честности и искренности, настоящего чувства любви или его суррогата. Игра поможет извлечь то живое, творческое начало, которое заложено в каждом человеке. В будущем Э. Берн предполагал полный отказ человечества от игр.

Среди читателей Э. Берна найдутся, наверное, люди, которые смогут разглядеть «игровой» характер многих обычаев, навыков, традиций. Осмелимся дать им несколько советов, которые будут полезны и всем тем, кто хочет лучше понять замысел Э. Берна.

Далеко не всегда целью коррекции коммуникации должен явиться перевод общения на язык «Взрослого». Напротив, нередки случаи, когда важно уйти от состояния «Взрослого» к состоянию «Родителя» или «Ребенка». Скованность или излишняя серьезность многих детей, чрезмерная парадность отдельных мероприятий, заорганизованность работы некоторых наших общественных организаций как бы оттеняют то обстоятельство, что «Ребенок» — прекрасное состояние эмоциональности, веселья и раскованности. Это состояние надо по возможности чаще «включать» в процесс как деловых, так и личных взаимоотношений. «Ребенок» — это прежде всего суть стремления «хочу». Если люди будут стараться многие важные дела тесно связывать с состоянием «хочу», то деятельность человека будет осуществляться с большей радостью и с большим эффектом.

В настоящей книге читатель найдет много полезных советов, которые помогают понять природу человеческого общения. Книга будет полезна психиатрам, психотерапевтам, педагогам и врачам, брачным консультантам, всем, кто занимается коррекцией человеческого общения, помогает людям адекватно общаться, пытается вместе с ними выяснить причины возникающих у них проблем в понимании других людей и истоки производственных и семейных конфликтов. Одновременно практика психиатров многих стран показывает, что подходы Э. Берна также полезны и в их деятельности, так как выявленные им игры используются для снятия психических напряжений и для обучения сложным навыкам общения.

В общем, концепция Э. Берна оказывается своего рода прикладной философией жизни, применимой для анализа разных жизненных ситуаций, в том числе и углубленного самоанализа. Дело в том, что многие ситуации, связанные с конфликтами в семье, психологическими трудностями, перестройкой жизненной программы, направленной на рациональное поведение (здоровое питание, занятия физкультурой, отказ от курения и потребления алкоголя и т. д.), создают весьма сложные коллизии, для которых можно применить древний лозунг «врачу — исцелись сам». Важность самоисцеления, психотерапии постепенно возрастает, так как для современного человека, включенного в систему массовых коммуникаций, многие принципы межличностного, а также собственного рационального поведения, основанного на внутреннем диалоге между «надо» и «хочу», крайне актуализируются. Парадокс состоит в том, что максимальное количество межличностных конфликтов усиливается именно у более образованных слоев населения, которые имеют ярко выраженную сферу духовных интересов. Вполне закономерно, что они являются самыми широкими потребителями информации о способах разрешения такого рода конфликтов. Поэтому нередко люди ведут изощренную игру с «надо» и «хочу», при этом они хорошо знают, что именно «надо», однако «хочу» представляет для них большую ценность.

Предполагая, что специалисты извлекут немало нового из предлагаемого издания, мы все же адресуем книгу широкому кругу читателей. В связи с этим обращаем внимание на то, что первый раздел книги, названный «Игры, в которые играют люди», имеет более прикладной характер, чем второй — «Люди, которые играют в игры», в котором в большей степени освещаются теоретические основы предложенной концепции, психоаналитические предпосылки транзакционного и сценарного анализа, с которыми наш читатель, наверное, знаком меньше, чем западный читатель книги Э. Берна. Язык труда Э. Берна в определенной степени создает ту реальность, в которой разыгрываются описанные драмы и конфликты героев игр и сценариев. Это очень важный момент, на котором стоит остановиться особо. Например, возьмем сюжет о Красной Шапочке — персонаже известной сказки. «Биографию» Красной Шапочки, эпизод ее встречи с волком и всю ее последующую жизнь Э. Берн последовательно, хотя и не без иронии, истолковывает как обусловленную изначально психической травмой, в основе которой лежали сексуальные мотивы. Красная Шапочка — не единственный пример. Чем глубже психотерапевт «забирается» в психику пациента, тем однозначнее вырисовывается перед ним феномен детской сексуальности — краеугольный камень, на котором, исследуя уже ход взросления, автор выстраивает картину индивидуальной психики.

В этом — суть психоаналитического подхода. Одним из открытий З. Фрейда считается его открытие воздействия полового влечения на человеческую психику, в особенности на ее становление. основополагающий конфликт, о котором идет речь, — это половое влечение ребенка мужского пола к матери (имеется в виду ранний период детства) и ревность его к отцу (соответственно у девочки — влечение к отцу и ревность к матери). Под знаком этого конфликта, который по мере взросления индивида и под влиянием общепринятых норм социальной жизни «вытесняется», загоняется в подсознание, формируется характер, темперамент индивида, весь его психологический облик. З. Фрейд назвал этот вытесненный конфликт «Эдиповым комплексом». В драме древнегреческого драматурга Софокла «Царь Эдип», созданной на основе мифов, герой трагедии Эдип — невольный преступник, убивший своего отца и женившийся, сам того не подозревая, на своей матери. У Софокла Эдип, узнав о своих невольных преступлениях, в отчаянии ослепляет сам себя. Психологическую драму, сочиненную З. Фрейдом, можно было бы назвать «Преступления периода раннего детства индивида». В ней повествуется о поступках, причина которых — недозволяемые обществом влечения. Поступки эти всю жизнь терзают совесть человека. Всю жизнь он борется с роковыми влечениями, а они тем не менее прорываются, реализуясь в его взаимоотношениях с другими людьми.

«Эдипов комплекс» (у женщин — «комплекс Электры») — это, по З. Фрейду, всего лишь голый сюжет всякой индивидуальной психологической драмы, сюжет, закладывающийся в раннем детстве, в специфике взаимоотношений каждого ребенка с родителями разного пола. В реальной человеческой жизни, в зависимости от ее конкретных обстоятельств, от особенности взаимоотношений в социальной среде, от психофизиологических особенностей индивида, сюжет может бесконечно усложняться и варьироваться, но тем не менее он остается, как утверждает З. Фрейд, тем же самым сюжетом.

Если выразить составляющие сил, участвующих (по З. Фрейду) в становлении человеческой психики, на языке формальных понятий, можно увидеть три главные силы. Первая: бессознательно реализующая сексуальные по своей природе влечения. Вторая: силы социальных норм, обычаев, установок, препятствующих свободной реализации влечений. Третья: силы индивидуального человеческого Я, в каждом случае своеобразно «координирующие» (сочетающие) силы, принадлежащие к двум первым источникам. Это и есть структура личности по З. Фрейду. Три ее главных компонента основатель психоанализа назвал «Оно», «Я» и «Сверх-Я». В этих трех структурных компонентах, согласно идеям З.

Фрейда, и реализуется история психики.

Отвлечемся, однако, от собственно фрейдовских идей и обратимся к концепции, представленной на страницах книги Э. Берна. По Берну, структура личности также трехкомпонентна. Термином «Я» («Эго») он обозначает личность. Каждое Я может проявляться в каждый момент времени в одном из трех состояний, которые, как мы уже говорили, Э. Берн назвал: «Ребенок», «Взрослый», «Родитель». «Ребенок» — это источник спонтанных, архаичных, неконтролируемых импульсов. «Родитель» — педант, знающий, как надо себя вести, и склонный к поучениям. «Взрослый» — своего рода счетная машина, взвешивающая баланс «хочу» и «надо». В каждом человеке эти «трое» живут одновременно, хотя и проявляются в каждый момент поодиночке.

Связь с фрейдовской триадой («Я», «Оно» и «Сверх-Я») здесь неоспорима. Однако было бы неправильно отождествлять эти два представления о структуре личности. Главное различие заключается в том, что «Ребенок» в человеческой душе не сводится у Берна к бессознательным влечениям. Это не изначальная, биологическая по своей природе сила (как «Оно» у Фрейда). Ребенок есть результат множества взаимодействий, начиная с раннего возраста, поэтому он сам уже в определенном смысле является социальным продуктом.

Изменилась у Э. Берна (по сравнению с фрейдовской) и трактовка других компонентов структуры Я. Однако преемственность сохранилась, поэтому идеи Э. Берна можно безошибочно отнести к психоаналитической, фрейдовской традиции в психологии и психиатрии. В этом смысле концепция Э. Берна становится в один ряд с концепциями многих других известных ученых-неофрейдистов, таких, как Альфред Адлер (1870—1937), Карл-Густав Юнг (1875—1961), Эрих Фромм (1900—1980) и др.

Основные положения психоанализа были сформулированы З. Фрейдом в конце прошлого, XIX века. Преимущественное внимание к половой, сексуальной стороне жизни человека стало причиной того, что психоанализ был принят в штыки как научными кругами того времени, так и господствующим общественным мнением. Ведь идеи З. Фрейда предполагали существенное изменение не только научных понятий и теорий, они влекли за собой целый переворот в общественной морали и в представлениях о месте человека в мире. Действительно, господствующая в то время религиозная мораль считала человека венцом творения, располагала его на верхней ступени в иерархии существ (выше были только ангелы и сам Бог). Фрейд же настаивал на том, что человек — в значительной своей части — животное, что им движут неконтролируемые, биологические по своей природе влечения. Человек — не царь природы, но ее часть. Следовательно, ему нужно отказаться от непомерно завышенной самооценки и по-новому взглянуть на свое место в мире.

Сам Фрейд не очень скромно называл свое учение коперниковым переворотом в науке. Как Коперник, писал он, отнял у Земли имя центра Вселенной и предписал ей место одной из многих планет Солнечной системы, так и мое учение отнимает у человека венец царя природы и делает его частью природы, а существование его — сложным и проблематичным. Это был сильный удар по человеческому честолюбию (даже если не принимать во внимание честолюбие отдельных ученых, научные труды которых учение Фрейда опровергало).

Неудивительно, что психоанализ встретил в то время мощное противодействие. Однако удивительным было другое — необычайная быстрота его распространения в первые десятилетия XX века. Очевидно, сказался его мощный иконоборческий пафос. Психоанализ сыграл роль своего рода психологического фермента в период войн, крушения старых культурных традиций. Под его воздействием оказались многие крупные мастера культуры, такие, например, как Стефан Цвейг, Томас Манн, Сергей Эйзенштейн. Рушились патриархальные, традиционные политические и культурные системы, и на их развалинах стал утверждаться психоанализ с его специфической философией и видением мира. Иногда его

влияние оказывалось преходящим, как, например, в нашей стране.

В первые десятилетия XX века психоанализ имел огромный успех и множество влиятельных сторонников. В большинстве случаев фрейдизм воцарялся всерьез и надолго. Так это случилось в Соединенных Штатах Америки, во многих странах Западной Европы и других районах мира. Иногда говорят об «империи царя Эдипа». «Империя» в данном контексте — не только географическое понятие. О ней можно говорить по крайней мере в трех смыслах. С одной стороны, это человеческая психика, как она видится сторонникам психоанализа. Это уж подлинно «царство Эдипа», точнее, «Эдипова комплекса». С другой стороны, это широкое и разнообразное «психоаналитическое» движение, включающее в себя множество школ и направлений. В нем происходят бесконечные «перевороты», пересмотр и изменение теоретических взглядов. Буквально все крупные последователи З. Фрейда выдвигают свои альтернативные идеи, основывают свои школы, иногда весьма влиятельные. Назовем их диадохами, наместниками в «империи Эдипа». Эрик Берн с его транзакционным анализом — один из таких «наместников».

Но, наверное, самый важный аспект влияния психоанализа заключается в том, что «империя Эдипа» простерлась в сознании многих миллионов людей, которые под воздействием пропаганды (целенаправленно осуществляемой психоаналитическими обществами, различными журналами, лечебными учреждениями, а также художниками, писателями, кинематографистами психоаналитической ориентации) нередко рассматривают свою жизнь, судьбу, общение с другими людьми сквозь «Эдиповы» очки, через призму психоаналитических понятий и теорий.

Теория не только описывает реальность, но и в известной степени ее формирует. Обратимся в связи с этим к примеру, приведенному Э. Берном в настоящей книге. К психотерапевту записалась на прием женщина, жалующаяся на головные боли, депрессию, бессонницу, которые были следствием мучительных неразрешимых проблем ее личной жизни. После многочасовых бесед (не просто разговоров, а исследовательских расспросов, регулируемых канонами психоаналитической терапии) психотерапевт приходит к выводу, который и внушает своей пациентке: все ее проблемы вызваны стремлением найти в мужчинах, встречающихся на ее пути, образ дедушки, который когда-то, еще в ее детстве, стал играть для нее роль сексуального символа. С образом дедушки, глубоко запечатлевшимся в детском сознании, она стала соразмерять реально встреченных мужчин и отвергать их претензии как несостоятельные. В этом психотерапевт увидел источник всех ее неудач в личной жизни и нарушений в здоровье. Хотя объяснение может показаться по-своему логичным, все же человеку, незнакомому с методами и понятиями психоаналитической терапии, оно может показаться в лучшем случае несколько экзотическим, в худшем — просто диким. Но если представить, что подобного рода объяснениями мир человека заполняется с раннего детства, когда они фигурируют на страницах прессы, в романах и кинофильмах, то можно вообразить, что они отвечают реальностям жизни. Кроме того, пациент знает, что методы, которыми пользуется психотерапевт, официально признаны, что он — глубоко уважаемый обществом эксперт, гуманность и полезность действий которого не подлежат сомнению. В этом случае объяснение принимается с готовностью и благодарностью, а «влечение» к образу дедушки, так же как «комплексы», прочего рода психоаналитические конструкции рассматриваются не как теоретические интерпретации, вербальные конструкции (которым неизвестно еще, что соответствует и соответствует ли вообще что-нибудь в жизни), а как стопроцентные факты, с которыми нужно сосуществовать. Именно так они начинают рассматриваться пациентом, и он строит свою жизнь, поступки и действия, исходя из их наличия.

Таковы сложные процессы трансформации субъективных взглядов, теоретических представлений в объективную реальность. Проще всего было бы отмахнуться от

психоаналитических образов, сказав, что все это выдумка, миф, а потому не заслуживает никакого внимания. Но при этом не учитывается, что миф — не просто досужая выдумка или специальное изобретение для одурачивания легковверных. Миф — это в определенном смысле картина мира. Некоторые люди воспринимают миф как истину, так же реально, как и конкретные жизненные явления. По воздействию на жизнь человека образы психоанализа могут быть реальными, сколь реальными, например, были боги Олимпа в жизни древних греков.

Экскурс в историю возникновения и распространения психоанализа мы предприняли для того, чтобы показать читателю, в какой духовной и культурной традиции возникли книги Э. Берна и на какое читательское восприятие они в принципе были рассчитаны. Именно по причине специфики психоанализа, особенностей (в значительной мере с его помощью сформированной) культурной среды многие суждения и объяснения Э. Берна могут показаться нашему читателю, выросшему в иной культурной традиции, непонятными, недостаточно убедительными, а иногда неприятными и даже шокирующими. Автор сам осознает эту специфичность, неоднократно отмечая в своих рассуждениях, что он приводит примеры применительно только к США.

Но не стоит и преувеличивать существующие культурные различия, делая вид, что все здесь шокирует и все непонятно. В свое время успех психоанализа объяснялся тем, что З. Фрейд и его последователи едва ли не первыми в истории психологической мысли обратились к изучению основополагающих вех человеческой жизни: рождения, взросления, любви и смерти. Это, конечно, было прорывом к новым горизонтам. З. Фрейд разрушил стену между реальностью жизненных проявлений и как бы камуфлирующей, затушевывающей остроту их проявлений общественной моралью, по-своему выражающейся в науке, философии, в религиозной мысли и в других формах общественного сознания.

Апелляция к универсальным фактам человеческой жизни сделала труды Фрейда и его последователей интересными и важными для любого человека. Любовь есть любовь, смерть есть смерть — это понятно каждому, точно так же как и слова «родитель», «ребенок», «взрослый». Темы эти вечны, хотя это, разумеется, еще не залог вечности написанных на эти темы трудов. Но это уже вопрос индивидуального научного и литературного таланта. А в книгах Эрика Берна, смеем утверждать, талант присутствует. Кроме того, не следует преувеличивать трудности восприятия книги Берна с иных культурных позиций. В связи с этим возникает мысль, которая может показаться неожиданной, возможно, даже кое-кому кощунственной: это определенное родство психоанализа как зондирования человеческой психики с традицией русской литературной классики. Речь, конечно, идет не о теоретическом аппарате, а о направленности подхода. Ведь слово «психоанализ» — это калька с древнегреческого понятия «разложение души» (*psyche* — душа, *analysis* — разложение, расчленение). Поэтому психоаналитическое изучение личности пациента иногда производит шокирующее впечатление. Психотерапевт буквально лезет в душу пациенту, извлекая на свет такие ее глубины, что третьей стороне — читателю — становится иногда неловко. Но тогда вспоминаешь исследовательское бесстрашие Федора Достоевского, а иногда — и Льва Толстого, выворачивающих буквально наизнанку мятущуюся человеческую душу, вытягивая на свет такие ее влечения и стремления, в которых человек никогда не в силах был бы признаться сам себе.

Неоднократно высказывалось мнение, что русская классика была одним из важных побудительных мотивов возникновения психоанализа. Во всяком случае, сам Фрейд в течение всей своей жизни питал неистощимый интерес к творчеству Достоевского, а герои Достоевского и сам их создатель многократно становились предметом исследования для самого З. Фрейда.

Возможно, отдельные страницы книги Э. Берна и произведут шокирующее

впечатление, но не столько потому, что это «чуждо» нашей культуре, а скорее потому, что с «нелегкой руки» некоторых блюстителей общественной морали в последние десятилетия у нас считалось не очень-то уместным отыскивать «вечные проблемы», ставить «последние вопросы» в литературе, науке, искусстве.

Однако следует подчеркнуть, что мы говорим о проблемах и направленности их исследования, а не о конкретных, «технических» в определенном смысле слова, специфичных для психоанализа решениях и методах. Наверное, мы уже достаточно сказали об истории психоанализа и о месте работ Э. Берна в психоаналитическом движении. Но у читателя может возникнуть вопрос: в конечном счете верна или не верна психоаналитическая концепция вообще и, в частности, выраженная в этой книге концепция человеческого общения и человеческой судьбы, принадлежащая Эрику Берну? Ответ на этот вопрос не может быть однозначным, так как суть проблемы гораздо сложнее, чем она может показаться на первый взгляд, ответ можно было бы сформулировать так: психоаналитическая концепция человека и человеческих взаимоотношений, в частности концепция Эрика Берна, теоретически неверна, но в то же время цели ее автора гуманны и благородны, а некоторые его теоретические соображения интересны и полезны. Такое суждение нуждается, конечно, в уточнениях и разъяснениях. Прежде всего — о теоретической стороне дела. Если в первые десятилетия существования психоанализа критика его велась в основном с моральных или абстрактно-идеологических позиций (это-де покушение на самое святое, разрушение моральных и идейных устоев и т. д. и т. п.), то последние двадцать лет ознаменовались и в нашей стране, и на Западе усилением чисто научной критики.

Итоги критики обычно сводят к следующему. Во-первых, «тройственная» структура психического аппарата, как она изображалась З. Фрейдом («Я», «Оно», «Сверх-Я») и как она, с соответствующими изменениями, изображена Берном («Взрослый», «Ребенок», «Родитель»), представляет собой весьма примитивную конструкцию, не находящую никакого соответствия в изучаемом невропсихологами материальном субстрате человеческой психики и в происходящих в ней процессах. Во-вторых, биофизики показали, что созданная З. Фрейдом и усвоенная многими из позднейших психоаналитиков теория влечения (любой из человеческих мотивов представляет собой в конечном счете превращенную форму полового влечения) ориентирована на чересчур простую «гидравлическую» модель. Это устаревший, давно пройденный наукой уровень понимания биологической энергии. В-третьих, современные психологи с помощью самых тонких экспериментов не смогли обнаружить сколько-нибудь устойчивых доказательств того (как это считали З. Фрейд и Э. Берна), что содержание снов обнаруживает суть вытесняемых бессознательных стремлений. В-четвертых, З. Фрейд, а за ним буквально все представители психоанализа (как показали долговременные эмпирические исследования в рамках возрастной психологии) непомерно преувеличили роль ранних детских переживаний в становлении человеческой психики. Они далеко не всегда оказывают «судьбоносное» влияние. Этот факт подрывает едва ли не главные составные части психоанализа — учение о неврозах и концепцию психоаналитической терапии.

В-пятых, большинство современных психологов и психиатров видят в психоаналитических терминах, таких, как «Эдипов комплекс» (Берн пополняет этот перечень терминами «сценарий», «футболка» и др.) не столько научные понятия, пригодные для описания психических структур и функций, сколько цветистые метафоры, более приличествующие художественному словоупотреблению. В-шестых, социологи справедливо указывают, что психоанализ, претендующий на создание общей концепции человека и человеческой судьбы (Берн в этом отношении не менее амбициозен, чем сам основатель психоанализа), абсолютно упустил из виду формирующее влияние на человека крупномасштабных социальных структур, по-своему отражающихся в приемах воспитания,

механизмах социализации и т. п.

Это, разумеется, далеко не все критические претензии, которые можно высказать в адрес психоанализа. Но это, пожалуй, главные из них. Все они могут быть отнесены и к берновскому варианту психоанализа (к его сценарной теории). Сам автор, разбирая в заключительных главах настоящей книги критические упреки в адрес своей теории, именно на такие научные возражения ничего не отвечает, предпочитая дискутировать на довольно абстрактном философском уровне. Но следует ли из этого, что мы должны отвергнуть все конкретные выводы и практические результаты, полученные на основе этой теории, а также научные сочинения, возникшие в ее рамках? Здесь ответ будет, безусловно, отрицательным.

История науки неоднократно показывала, как научные теории, будучи опровергнуты фактами и, казалось бы, навсегда похороненные, воскресали порой через весьма солидный период времени. Одним из самых ярких примеров могут быть идеи пифогорейцев, выдвинутые в IV веке до н. э., о том, что Земля не занимает центрального положения среди планет. Эти идеи не могли восприниматься всерьез, ибо противоречили теории геоцентрической системы мира, по которой общим центром Вселенной считалась Земля. И лишь через две тысячи лет Николай Коперник (1473—1543) восстановил справедливость, подтвердив гениальную догадку древнегреческих ученых.

В истории науки известно множество ошибок ученых и значительно меньше гениальных прозрений. Недалеко бы ушло наше познание человека и мира, если бы главной нормой суждения в науке стала нетерпимость — нетерпимость к ошибкам, альтернативным мнениям, к отличающейся от общепринятой форме изложения материала.

Все эти соображения применимы и к книге Эрика Берна, с которой предстояло познакомиться читателю. Мы считаем в основном неверными принципиальные теоретические положения, которые легли в основу психоанализа. Но это еще не повод пренебрегать трудами Берна. Ведь, отвергнув его сценарную теорию, мы откажемся от одного из способов ближе подойти к решению «вечных проблем» и «последних вопросов». Современная психология дает нам в этом отношении слишком мало. Поэтому, пускаясь в плавание по бурному морю человеческой жизни, полезно иметь хотя бы приблизительную, «рабочую» карту. Дальнейшие исследования внесут в нее поправки, а при необходимости будет изменена и сама система координат.

Кроме того, мы хотим обратить внимание на весьма немаловажный момент. Эрик Берн обязан успехам своих книг не столько психоаналитической теории, сколько собственному уникальному таланту наблюдателя, систематизатора и рассказчика. Он меньше всего похож на педанта-теоретика, которого в первую очередь заботит обоснование своих взглядов путем включения их в логическое целое какой-то более крупной теории (в данном случае психоанализа). Идеи Берна сочетаются с психоанализом, но отнюдь не сводятся к нему. А гуманистический пафос его книг, стремление наделять человека ясным пониманием своей жизненной ситуации, помочь ему стать честным с самим собой и с другими людьми, пройти жизнь рыцарем без страха и упрека — разве это само по себе не искупает недостатков его труда? Это относится прежде всего ко второму разделу книги, имеющему подзаголовок «Психология человеческой судьбы». Но эти слова справедливы и по отношению к первому разделу («Игры, в которые играют люди»), цель которого — научить человека меньше «играть», а больше быть самим собой, искать подлинной интимности и подлинной свободы.

Моральный пафос книг Берна характеризуется его произвольным восклицанием: «Только ради бога, не бейте ребенка!» Теория, ведущая к такому выводу, не может быть вредной. Иногда людям не хватает целой жизни, чтобы прийти к такой вроде бы немудреной истине. А иногда они приходят к ней слишком поздно. Для того чтобы как можно больше людей скорее поняли эту и многие другие истины, необходимые для более полной и счастливой жизни, и писал свои книги Эрик Берн.

Ионин Л. Г., доктор философских наук
Мацковский М. С., доктор философских наук