



*Фанита Инглиш родилась в Румынии и выросла в Турции. Она изучала психологию в Парижском университете, завершила свой диплом и продолжила свое психоаналитическое образование в Парижском институте Психоанализа. После переезда в Америку она продолжила свое обучение в Колумбийском университете, в Нью-Йорке, где занималась вопросами психического развития и детской терапии. Она продолжила свое образование в контексте гештальт-терапии у Фритца Перлза и в Клевеландском институте Гештальта. Свое образование как транзактный аналитик она получила у Эрика Берна. Она основала Западный институт транзактного анализа и гештальта в Филадельфии, обучала динамике группы, групповой психотерапии и детской психотерапии в различных университетах. Как групповой психотерапевт и супервизор она работает в многочисленных открытых и частных институтах. С 1973 года преподавала образовательный курс в Германии. В настоящее время Фанита Инглиш является обучающим транзактным аналитиком во всех четырех областях применения транзактного анализа (психотерапевтической, образовательной, организационной и области консультирования) и членом Международной ассоциации транзактного анализа (ИТАА). Значительный вклад в развитие транзактного анализа она внесла развитием концепции об аутентичных (подлинных) и неаутентичных (неподлинных) чувствах.*

*Эта статья Фаниты Инглиш публикуется с ее разрешения с немецкого издания в сборнике ее статей «Фанита Инглиш. Транзактный анализ. Подлинные и неподлинные чувства в отношениях. Издано Михаилом Паула. Ископресс. Гамбург. 1991». (Fanita English. Transaktions Analyse. Gefühle und Ersatzgefule in Beziehungen. Herausgegeben von Michael Paula. Iskopress. Hamburg. 1991) стр. 125–127*

Концепция драматического треугольника Стефана Карпмана показала себя очень полезной в тех случаях, когда нужно показать переключение роли, следующее за изменением Эго-состояния, когда двое или более людей ведут психологическую игру. С помощью этой концепции можно легко показать, как к примеру Жертва превращается в Преследователя, или Спаситель превращается в Жертву. Драматический треугольник может сделать также понятным изменение ролей в отношениях партнеров, он проясняет, как неосторожный психотерапевт или некая третья персона, первоначально вошедшая в эти отношения как Спаситель, по неосторожности оказывается Жертвой.

В последующем мне хотелось бы осветить некоторые важные аспекты роли Жертвы. Я различаю 2 типа Жертвы. Такая дифференциация является очень важной для выбора

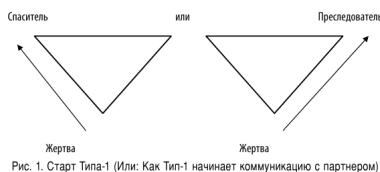
## Различение Жертвы в драматическом треугольнике

Автор: Фанита Инглиш

---

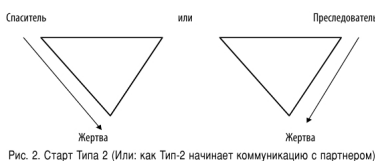
терапевтической стратегии и для оценки риска, когда манипулирующие взаимодействия между двумя партнерами возрастают и дело доходит до опасных переключений в соответствующих эго-состояниях.

Тип 1 начинает транзакции из эго-состояния Ребенка, с позиции подчинения (с нижележащей позиции) (Жертва 1), и обращается к Спасителю, в надежде получить от него позитивные поглаживания. Или, при помощи «вымогающих» транзакций Жертва 1 приглашает Преследователя к эго-состоянию Родителя и получает от него негативные поглаживания.



Далее этот тип изменяет свое эго-состояние и стремится добиться от партнера его участия в связанной с этим игре «Попался, сукин сын». Затем, если он не достигает своими эксплуатирующими транзакциями достаточного количества желаемых поглаживаний, потому что партнер больше не участвует в этом или потому что он переkreшивает транзакции с его Родителем или Взрослым, то скорее всего он перейдет также из-за чувства вины к роли Спасителя.

Тип 2 функционирует противоположным способом. Он начинает взаимодействие с позиции превосходства и в эго-состоянии Родителя, то есть с позиции Спасителя или Преследователя и обращается к эго-состоянию Ребенка партнера, то есть к Жертве.



Тип 2, нападая в начале, заканчивает коммуникацию в позиции Жертвы и будет чувствовать себя поверженным, независимо от того, исходило ли изменение эго-состояний от него самого или же от партнера.

В чем же различие между Жертвой-1 и Жертвой-2?

Понимание этого является важным для того, чтобы предсказывать чувства и поведение участников коммуникации. Жертва-1 является хронической жертвой, которая обычно применяет транзакции с крючком, чтобы получить поглаживания для своего рэкетного чувства Жертвы или для других неаутентичных чувств «оставленности без помощи». Несмотря на то, что эти поглаживания не особенно конструктивны, так как они добываются через эксплуатирующие транзакции, всё же они могут их инициатора некоторое время «держать над водой». Он успокаивается в качестве вопящего и вопрошающего о помощи или в качестве терпеливого и вечного страдальца. Он может даже испытывать физические страдания, чтобы оправдывать свои эксплуатирующие транзакции. В некотором смысле его жизнь соответствует медленной смерти, но он еще надеется выжить. Также если он часто угрожает самоубийством, то на самом деле ему не так уж легко его осуществить. В большинстве случаев он берет не очень подходящие снотворные таблетки или заботится о том, чтобы быть обнаруженным своевременно. Его попытки самоубийства являются шантажистским маневром, выжимающим маневром и не содержат никакого действительного (истинного) желания умереть. Если такой эксплуататор действительно умирает от попытки самоубийства, то это следует рассматривать как несчастный случай. Тип Жертвы-1 также скорее приходит к лечению, чтобы получить от терапевта поглаживания относительно своих страданий, если он от других людей получал их в недостаточной мере. Часто он желает одновременно привести и своего партнера, чтобы с ним и терапевтом построить ситуацию треугольника, которая ему или терапевту позволит стать преследователем этого партнера – чтобы он сам – (пациент) затем также мог непродолжительно радоваться роли Преследователя или Спасителя.

Все происходит наоборот для Жертвы-2. Она не выглядит потенциальной жертвой. Она держит себя компетентной и мужественной даже в несчастье. Она выступает в большинстве случаев в качестве решительного помощника. Если она фрустрирована, то использует своего Критического Родителя и становится Преследователем. Она избегает того, чтобы найти терапевта, даже если страдает. Но на самом деле под компетентностью и мощью, всё переносимыми с помощью сильного Эго-состояния Родителя в позиции Спасителя или Преследователя, прячется испуганное недополучившее поглаживаний Эго-состояние Ребенка. Под прямой осанкой вместе с потребностью действовать и не падать, обычно спрятана история детства, которая взвалила на человека слишком большую ответственность и, вместе с ней, тяжелый эмоциональный груз. Он убежден, что только тогда сможет все это пережить, если не будет впускать в себя эмоции. Часто в начале такой человек производит впечатление здорового. Его физические нарушения имеют скрытую природу, то есть это скорее язвы и заболевания сердца (в противоположность Жертве-1, которая имеет в своем распоряжении большое количество заболеваний, о которых они также охотно говорят).

Жертва-2 не имеет внешнего вида Жертвы. Её эксплуатирующие транзакции очень искусны и тонки. Она реагирует скорее на эксплуатирующие транзакции других.

Значительно менее часто она сама берет инициативу на себя в подобных транзакциях. Но её легко побудить на то, чтобы она взяла роль Спасителя. Хотя она потом говорит, что могла бы легко отказываться (прекращать, оставлять) от этой роли, но её система ценностей находится в Эго-состоянии Родителя и соответственно её ранние жизненные послания удерживают её от того, чтобы достаточно хорошо заботиться о самой себе.

Невнимательный терапевт при встрече с Жертвой-2 не проявит никакой особенной заботы, так как пришедший выглядит самоудоволетворенным. Если же к примеру Жертва-2 крепко подцепится в отношениях с Жертвой-1 на крючок, то Жертва-1 чаще привлекает внимание на себя. Сильное Эго-состояние Родителя у Жертвы-2 запугивает других чаще и требует поэтому довольно упорного (выносливого) терапевта.

Если Жертва-2 в конце серии эксплуатирующих транзакций с соответствующим обменом Эго-состояний будет фактически схвачена, по той ли причине, что её собственные эксплуатирующие транзакции из позиции Спасителя или Преследователя оказались неудачными, или потому что его партнер выпрыгнул из Роли Жертвы-1 и атаковал его из позиции Преследователя, то это будет для Жертвы-2 значительно тяжелее и болезненнее, чем для Жертвы-1. Она (Жертва-2) будет реагировать скорее отчаянием, чем депрессией, чаще чувством безысходности, чем чувством беспомощности. Жертва-2, верная своим поведенческим паттернам в эксплуатации, очень быстро начинает новые транзакции Спасателя или Преследователя в своем домашнем или профессиональном окружении. В конце концов, если ей опять однажды не удастся заполучить удовлетворяющего ее признания, она будет склонна в зависимости от обстоятельств к насилию или неожиданному самоубийству. В таком случае его (её) друзья и соседи скажут: «Кто мог бы подумать, он выглядел всегда таким разумным, успешным, сознательным, и т. п.».

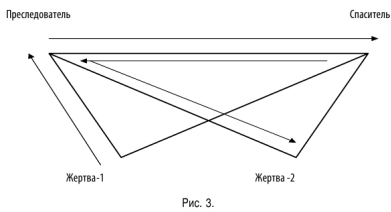
Поэтому в работе с парами является необходимым описать отношения с помощью Драматического Треугольника, и притом также Обмен Ролями и изменения в Эго-состояниях, чтобы можно было предвидеть переход партнера к опасным способам поведения. Очень важно также оценить, как долго каждый партнер находился в каждой из трех позиций в течение определенного периода времени (к примеру в течение нескольких месяцев). Возможно, что партнер, который провел в позиции Жертвы более короткое время, находится в большей опасности. Возможно, он является типом Жертвы-2, который, если еще сильнее входит в эту роль, становится неспособным справиться с ежедневными реальностями жизни, с которыми, казалось, он так компетентно обходится.

## Различение Жертвы в драматическом треугольнике

Автор: Фанита Инглиш

---

В заключение хотелось бы изобразить Драматический Треугольник следующим образом, чтобы различать варианты возможности быть Жертвой:



*Источник:*

**Профессиональная психотерапевтическая газета № 4 (31) Апрель-2005**

*Перевод:*

Соковнина М.С., педагог-психолог высшей категории, член Санкт-Петербургского объединения транзактного анализа, филиала Европейской ассоциации транзактного анализа