Рамки ТА предоставляют большие возможности для моделирования внутрипсихических процессов. Это структурная “РАС” модель, теории развития и концепция “реального Я”, сценарии с соответствующим сценарным аппаратом и т.д. Показывая пациенту его дисфункцию с иной точки зрения, эти модели оказываются весьма эффективными при наличии необходимого времени для построения рабочего альянса и развития достаточно уверенного навыка оперирования в рамках соответствующей модели. И данные возможности столь соблазнительны, что становятся центром терапевтических размышлений и интервенций.

Однако само свое название ТА получил благодаря иному аспекту. Мы имеем в виду одну из наиболее существенных и наиболее отличительных сторон ТА - позитивно оцениваемый большинством психотерапевтов иных модальностей собственно трансакций анализ. Такой анализ, который практически полностью свободен от иных теоретических мифов ТА.
Мы обратились к этому практическому уровню терапевтических интервенций в ходе как эмпирических, так и теоретических, экспериментально-психологических наблюдений за терапией в условиях краткосрочной открытой группы в пограничном отделении областной психиатрической больницы.

Эмпирическая линия выражалась в получении клинического опыта эффективности групповой работы через личную оценку результативности различных форм и методов ПТ. Организационные рамки позволяли каждому пациенту посетить около восьми групповых сессий с частотой два раза в неделю. В этих условиях были оценены возможности закрытой и открытой группы; тренингового, гештальт-ориентированного и психодинамического подходов; произведено сравнение терапии в группе и группового процесса; роль различных форм организации взаимодействия психотерапии в группе с фармакотерапией и лечащим психиатром и т.д.

Выяснилось, что чтобы быть эффективной столь быстрый терапевтический процесс не мог быть иным, кроме как терапией здесь и сейчас. Концентрация внимания на особенностях трансакций пациентов позволяла последним довольно легко осознавать патологические трансакционные паттерны, например, использование пассивного залога в проблемной области (меня охватил страх), ложных каузальных связей (он меня разозлил), сверхобобщений (у меня никогда ничего не получается) и т.д. Возможно, что такая простота детерминировалась очень маленьким объемом, подлежащим осознанию - всего одно предложение или даже словосочетание. Вторым позитивным моментом стала простота произвольного контроля и, следовательно, изменения отдельных патологических трансакций. Пациенты действительно были способны

переформулировать свои сообщения, без значительного напряжения механизмов психологической защиты. С нашей точки зрения, это оказалось возможным благодаря уходу от ценностных конфликтов как внутри личности пациентов, так и между различными участниками группы или пациентами и терапевтами. Любому больному было интуитивно понятно, что за дверью терапевтического зала не стоит какой-то реально существующий зверь с именем Страх, способный наброситься на него при выходе. Следующим плюсом собственно трансакционного анализа была удобная возможность для простого, четкого и понятного контракта относительно используемых вербальных конструктов. В целом, данные приемы позволяли существенно катектировать Взрослое эго-состояние пациента и быстро достигнуть, по меньшей мере, Взрослого социального контроля.

Помимо перечисленных выше, анализ трансакций предоставляет еще и в специфически групповое преимущество. Во-первых, это хорошо известный феномен, что наблюдать и замечать патологические трансакционные паттерны проще у других, чем у себя самого. В нашем контексте конфронтационная активность членов группы приводит к значительной редукции проекций в отношении терапевта и сокращению защитных обесцениваний терапевтических интервенций, что, в конечном итоге, упрощает осознание собственных трансакций. Другим преимуществом работы на уровне трансакций в группе оказывается развитие, собственно, группового терапевтического процесса взамен привычной и знакомой большинству присутствующих персональной терапии в группе. Опыт, который, по нашему мнению, стоит того, чтобы испытать его.

Теоретическая линия вытекала из представления о том, что для проявления любой внутриличностной патологии (будь то регрессивное эго-состояние, сценарное решение и т.д.) необходим соответствующий внешний инструмент. И, похоже, что без патологических трансакционных паттернов дисфункциональные проявления обречены на исчезновение. Поэтому роль, собственно, трансакций как терапевтической мишени имеет большой методологический вес. И в данном смысле переформулирование патологической трансакции похоже на действие медикаментозного препарата, блокирующего определенные биохимические реакции и, соотсветственно, их внешние проявления - симптомы.

Данное теоретическое представление нашло свое экспериментально-психологическое подтверждение в ходе нашего исследовательского проекта, который включал экспериментально-психологическую оценку роли личностных факторов (MMPI, EPI), направленности личности (ОА), когнитивных особенностей (Равен, УСК), жизненных позиций (ТМД, Томас), функционирования различных эго-состояний (J.Hay) и т.д. Выяснилось, что адаптивный копинговый стиль не является функцией ни личностных особенностей, ни направленности, ни интеллектуального потенциала пациента.

Критическим параметром в данном случае оказывается, так называемая, когнитивная детерминированность. Т.е. то, в какой степени содержание определенной идеи детерминирует поле сознания человека и, следовательно, возможные рамки его поведения. Поскольку мы рассматривали необходимость работы в ограниченном временном пространстве, то это, в первую очередь, оказались копинговые метастратегии и метаконструкты. Интернальность или экстернальность локуса контроля, результирующая мотивации достижения, имели совершенно четкие внешние проявления, в особенностях построения трансакций. Причем характер данных особенностей был нозологически неспецифичен, т.е. одинаков у больных шизофренией и аффективной патологией, болезнями зависимости и невротическими, соматоформными или стрессогенными расстройствами.

Хочется отметить, что клинически определяемое улучшение состояния пациентов в ходе групповой терапии отражалось в соответствующем улучшении показателей интернальности локуса контроля и уровня мотивации достижения на 10-15%. Понятно, что столь выигрышная точка приложения терапевтических усилий не могла остаться незамеченной другими. Действительно, она имеется в виду не только в классической школе ТА в рамках анализа трансакций. Когда Гулдинги писали о технике перерешения и упоминали о необходимости для достижения эффекта использования трансакций в настоящем времени - это частный пример обсуждаемой нами парадигмы. Конфронтация пассивности, переопределений и обесцениваний в школе Шиффов - еще один пример подобного подхода. Очень большое внимание нюансам трансакций уделяется в подходе Милтона Эриксона и в нейролингвистическом программировании. И данное перечисление можно продолжать и продолжать.

Наконец, акцент терапевтического внимания на особенностях трансакционных паттернов имеет громадное значение в принятии ТА в качестве научной психотерапевтической модели в академическом мире. Хорошая отслеживаемость и возможность простой регистрации отдельных коммуникативных паттернов определяет высокий уровень объективности, требующийся в научно-легитимных исследованиях. А возможность дистанцирования от определенных теоретических представлений позволяет принимать полученные здесь результаты представителям самых разнообразных теоретических ориентации, улучшая общее взаимопонимание и способствуя принятию ТА в психотерапевтическом, медицинском и научном сообществе.

И, последнее, о чем хочется сказать в данном сообщении. Мы обнаружили, что описанный подход оказался весьма эффективным также в рамках индивидуальной терапии. Встречи группы профессионального развития в РАТА, посвященные, собственно, трансакционному анализу, оказались одними из наиболее продуктивных и высокооцениваемых участниками этих сессий. Происходило нечто похожее на

действительное чудо, вызывая в памяти название популярного труда Ричарда Бендлера и Джона Гриндера, посвященного вербальным паттернам «Структура магии». И в ряде случаев, произошедшие во время терапевтической сессии переформулирования, имели далеко идущие последствия, если участники продолжали осознавать используемые паттерны трансакций. Как говорил М.Эриксон, для того чтобы получить глобальные изменения, необходим минимальный сдвиг в значимой области.

И нам хотелось бы завершить данную статью напоминанием том, что полностью завершенные трансакции и являются действительным маркером душевного здоровья. И это все, что действительно необходимо.

Источник:
Научно-практический журнал "Вопросы ментальной медицины и экологии", т. VIII, 2, 2002