

Эта статья - текст выступления Клода Штайнера на презентации MIJAC в Сан-Франциско. Мы приводим ее для наших читателей как пример выдающейся программы предложений на конференции.

Согласно Берну, “люди рождаются принцами и принцессами, а их родители превращают их в лягушек”. Смысл, который я всегда видел как важный, заключается в том, что работа ТА-терапевтов заключалась в том, чтобы вернуть множество лягушек, сделанных неспособными, несостоятельными, в их первоначальное благословенное состояние.

Чтобы восстановить, как передавались разрушительные послания, которые превращают людей в лягушек, я рисовал структурные программы с тремя протагонистами - матерью, отцом и их отпрыском - по диаграмме. Затем я исследовал множество возможных транзакционных сценариев, начиная с очевидного, в котором родительские послания просто передавались из “Р” матери и отца в “Р” потомка. Однако это состояние “Р”, инстинктивно нелюбимое Берном и подспудно мыслившееся как виновник, фактически являлось основой для потенциально позитивных влияний: источник воспитания с одной стороны, и источник контрсценарных посланий - с другой (контрсценарием я называю временное, обычно быстро проживаемое и хрупкое, программируемое “Р”, освобождение от сценария. Подобные контрсценарии особенно драматичны для недавно отравившихся алкоголиков). Ответственность за написание сценария в конечном счете ложится на эго-состояние “Д” (Р2 или Родитель в Ребенке, если быть точным).

Использование сценарной матрицы дает возможность прояснить природу Родителя в Ребенке (мать-колдунья, людоед, Родитель-Свин или Враг, как это обычно называют), который передает по наследству пагубные, угнетающие семейные послания и атрибуты сквозь поколения. Диаграмма сценарной матрицы таким образом помогает пресекать функцию Воспитывающего Родителя и, к этому же, оказывается диаграммой, освещающей силу зависимости и контролирующей паттернов в жизни детей и впоследствии во взрослых взаимоотношениях.

Для прояснения механизма передачи сценариев важно найти жизненный пример. Материалом для моего исследования сценариев явился трагический сценарий - алкоголизм. По причине его очевидной драматической природы он порождает множество проявлений, таких как контрсценарий, мифический герой, послания и ..., смех висельника и т.п.

Но продолжающийся интерес к теме сценария привел меня к менее драматическому, но более распространенному банальному сценарию: отсутствию любви (lovelessness). Теория экономии поглаживаний (созданная "В") и ее мифологические двойники, Теплая Легкая Выдумка (?) (произведенная "Д"), следуя из нижней части матрицы, объясняют, как мы пишем сценарий в одной из наиболее важных областей человеческого существования: любви в нашей жизни. Оказывается, что люди рождаются и (в общем) остаются голодными в отношении поглаживаний, и вот почему мы будем сносить равно как и искать негативных поглаживаний, нежели оставаться голодными.

Это проясняет, почему мы играем в игры, когда не можем получить поглаживаний напрямую. На мой взгляд, игра всегда начинается как искренняя попытка получить позитивные поглаживания. В игре это намерение начинает рушиться и приносит взамен негативного поглаживания, а также в дополнение пагубные социальные и экзпотенциальные последствия.

Это наталкивает на мысль, что наиболее эффективным методом помощи людям прекратить играть в игры будет научить их, как получать позитивные поглаживания напрямую, непосредственным образом.

Одним из первых примеров, проиллюстрировавших способ функционирования экономии поглаживаний, был предложен Hogie Wuskoff в работе "Экономия поглаживаний и женские сценарии" (JAJ, 1(4) 16-20) об особенно угнетающих образцах взаимодействия с целью получения поглаживаний в интимных отношениях между мужчинами и женщинами, которые впечатаны в половые роли sex-сценария. Эти роли приговаривали мужчину и женщину к окончательному отсутствию любви. В то время как мужчина отказывал в поглаживаниях и становился холодным и бессердечным, женщина ... и становилась "голодающей без поглаживаний" и депрессивной.

Ища практический способ в JA для коррекции у людей искажений, связанных с экономией поглаживаний, я начал обучать тому, чтобы (?) люди разрешали себе транзакции (давать, просить о, принимать и отказываться от поглаживаний плюс давать поглаживания себя самому), что напрямую бросало вызов сценарным директивам Родителя-Свина и его принуждению к сценарию отсутствия любви.

Практическое применение в группах разрешения трансакций вылилось в технику “stroke city”, что дало возможность участникам получать позитивные поглаживания и благодаря этому противиться отчуждению и депрессии. В таких группах мы оттачивали техники разрешения трансакций параллельно с развитием кооперативного группового контракта. Подобный контракт был необходим, потому что мы знали, что это невозможно: эффективно давать разрешение без одновременного ограничения от постоянно повторяющихся реакций наказания Родителя-Свина.

Чтобы обеспечить чувство безопасности и защитить способность преодолевать диктат Родителя-Свина, в группе предварительно достигалось доверие, кооперативные отношения между всеми членами групп, а также терапевтом. Когда заканчивали упражнение “Город поглаживаний”, мы развивали “Заклинание Родителя-Свина, которое ...?”

В результате усовершенствования эксперимента “Город поглаживаний” был создан “Тренинг эмоциональной грамотности” (ТЭГ), который состоит из ряда дополнительных, дающих разрешение трансакционных ситуаций (от поглаживаний к тому, чтобы просить о прощении или дарить его), которые, когда они практикуются в безопасной ситуации, обеспеченной кооперативным контрактом (не играть, не лгать, не Спасать), образуют в личности, вопреки эмоциональному опыту бесчувствия или хаоса (с которого начинают многие участники), способность к эмоциональной сознательности и в конечном итоге к эмоциональной внутренней активности (? - interactivity = “i.q.”).

Эти три идеи - сценарная матрица, экономия поглаживаний и ТЭГ - пополняют курс теории и практики JA тем, что обращают внимание на сценарную природу powerlessness (бессилия или неспособности) и приносят противостоящее, центрированное на любви, кооперативное взаимодействие, чтобы справиться с powerlessness. Такое кооперативное взаимодействие помогает людям находить освобождение от сценария, который контролирует их и заставляет их контролировать других.

Эмоциональная грамотность вносит вклад в основу, дающую возможность выразить автономию, спонтанность и интимность, три качества, приписываемые Эриком Свободному Ребенку.

Как трансактные аналитики - эксперты по трансакциям и их анализу - мы являемся единственными в своем роде хорошо осведомленными и умеющими, чтобы помочь

обнаружить воспитательные способности “Р”, рациональные способности “В” и эмоциональные и интуитивные способности “Д”. Тем не менее, следует помнить, что задача социальной психиатрии превышает только создание возможностей для отдельных людей и должна включать работу с большими группами людей. В этом случае концепция interactivity “i.q.” становится решающей. “i.q.” - последняя ступень в развитии эмоциональной грамотности - является также первым шагом к следующему уровню человеческого развития, который начинается со способности обмениваться информацией и позволяет использовать преимущества и рационального, и эмоционального уровней коммуникации.

В Веке информации “i.q.” является уже приевшимся словом; совершенно развитые умения “i.q.” могут только быть представлены. В словаре интерпространства и the information highway, “i.q.” отражает противоположность односторонней коммуникации, в которой одна сторона имеет все возможности и информацию, а другая пассивно усваивает информацию, которая предлагается. Интерактивность “i.q.” подразумевает полноценное участие и продуктивность каждой личности и потребует введения жизненных демократических институтов, внутри которых информация является доступной для всех и может быть использована всеми, в то время как неинформированность, дезинформация и ложь изолируются и отвергаются.

Это потребует от граждан обучаться обоим видам грамотности: информационной и эмоциональной, вот цель, в достижение которой IA-аналитики вполне могут внести свой вклад. С нашими умениями в анализе транзакций мы можем обнаружить как социальный уровень (?-high-tech), так и банальный, повседневный, скрытый психологический двигатель игр и лжи. Я убежден, что политическая и социальная почва как никогда подходящая для полного развития “i.q.” (как пика эмоциональной грамотности) и IA призван внести жизненно важный вклад в ее приобретение.

Перевод Галины Ананьевой

Источник:

[**Система Информации на Русском языке по Профилактике Алкогольных, табачных и прочих Интоксикатных Проблем**](#)