

### Проблема.

Взаимоотношения между супругами являются важной проблемой семейной психологии, хотя ей традиционно уделяется меньше внимания, чем вопросам воспитания детей или отношениям родителей и детей. За отношениями супругов часто стоят неосознаваемые стереотипы и установки, которые влияют не только на тактику и стратегию поведения в семье, но и на успешность взаимоотношений и даже на судьбу брака в целом. Ведь отношения с детьми, какими бы конфликтными они не были, редко способны разрушить семью. В то же время родительские конфликты напрямую связаны с целостностью брака. Я хотел бы остановиться на некоторых проблемах супружеских отношений, которые в определенной степени традиционны для нашего общества, менталитета, культуры. Их исследование удобнее всего проводить с позиций транзактной теории игр и жизненных сценариев.

### Цель статьи:

анализ традиционных для нашего менталитета психологических игр между супругами и семейных сценариев с точки зрения концепций транзактного анализа (ТА).

В знаменитом музыкальном произведении, которым является дуэт Одарки и Карася из оперы С. С. Гулака-Артемовского "Запорожец за Дунаем", мы можем наблюдать достаточно типичную картину, отражающую распространенный, на мой взгляд, сюжет украинской культуры. Сильная и властная женщина, которая фактически играет роль главы семьи, энергично спорит с безответственным мужчиной, который предпочитает выпивку решению каких-то семейных проблем. Мне кажется, подобный мотив достаточно актуален и сегодня. Мало того, на фоне всеобщей феминизации мужчин и маскулинизации женщин (что наблюдается во всем мире), в нашей культуре эти проблемы проявляются особенно остро. Одной из причин этого является традиционная фемининность украинского менталитета, о чем говорят многие этнопсихологи. Как видно из описанного примера, это имеет и культурно-исторические корни. Еще одним историческим свидетельством является Запорожская Сечь, которая по мнению многих историков, помимо выполнения прямых функций военизированной самообороны украинского народа являлась своего рода "мужской вольницей", куда мужчины бежали из семьи, от исполнения супружеских обязанностей. Вероятно, тема "сильной женщины" имеет много общего и с российской традицией, где она отражена, например, в поэтических строчках Н. А. Некрасова: "Коня на скаку остановит, в горящую избу войдет".

Но не стоит думать, что подобные закономерности наблюдаются только в славянской культуре. Существуют общие социально-исторические предпосылки, ведущие свои истоки, вероятно, еще из эпохи матриархата. Это нашло отражение в литературных источниках, особенно мифологии, фольклоре и сказочных сюжетах, где во множестве фигурируют властные и агрессивные женщины. Большинство из этих персонажей имеет негативный оттенок, что, возможно, является следствием более поздних переоценок с позиций ценностей патриархата. Очень распространенной среди них является роль злой Мачехи, которая, бесспорно, является воплощением Родительского эго-состояния (в его негативной концентрации). Можно предположить, что Мачеха, наряду с архетипом

Матери, также является архетипической фигурой.

Еще одним образом в этом ряду является роль Ведьмы, которая, по мнению многих исследователей, является одной из основных архетипических ролей женщины. Негативную окраску эта роль приобрела благодаря христианской культуре Средневековья, вспомним хотя бы историю средневековой охоты на ведьм. Но на самом деле она является лишь символическим воплощением таинственной женской (в том числе и сексуальной) силы и власти над мужчиной, и ведет истоки из древних культов, обрядов и традиций, где женщина выступает, как хранительница некоего тайного знания и власти. Роль Ведьмы можно считать обобщенным вариантом образов колдуний, волшебниц, которые во множестве существуют в сказочных сюжетах. Очень богатой на подобные персонажи является славянская сказочная культура, создавшая, например, такой яркий и неповторимый образ, как Баба-Яга.

В сегодняшних реалиях примеры, похожие на общение Одарки и Карася, мы можем наблюдать повсеместно. Опыт ведения психодраматических групп показывает, что роль "Сильной женщины" в них появляется очень часто. Одна из типичных тем для игры протагониста: "Надоело быть сильной женщиной". Парадоксально, но такие же темы выдвигают и мужчины. Роли "Слабого мужчины" и "Сильной женщины" дополняют друг друга и представляют собой комплиментарную пару. Взаимодополняемость ролевого поведения в семье, которое является фактором устойчивости (но отнюдь не благополучия) брачных отношений, отмечают и другие авторы. Так, например, Р. Ф. Массей пишет о комплиментарности сцепляющихся рэкетных систем супругов, которые используются ими для поддержания сценариев друг друга. Возможно, в указанных примерах имеет значение выборка психотерапевтических групп, в которые редко попадают успешные и состоявшиеся во всем женщины и мужчины? Отчасти это так, но все же высокий процент именно такой проблематики среди множества других тем дает основания предположить, что это характерно и для нашего общества в целом.

Почему сложилась такая ситуация? Можно говорить о культуральных сценариях общества, которые проявляются в индивидуальных жизненных сценариях конкретных людей. Одной из типичных причин является женское воспитание в школах и, особенно, в детских садах. Важную роль играет уже упоминавшаяся тенденция феминизации мужчин и маскулинизации женщин, а также процесс андрогинизации - объединение в одном человеке, независимо от биологического пола, мужских и женских психологических черт. Андрогинность - это, в сущности, положительное явление, так как она может снимать ограниченность мужских и женских гендерных ролей, снижать внутренние конфликты, связанные с неприятием своей второй сущности. Но общественные стереотипы, требующие от человека других моделей поведения, создают большие противоречия.

Немаловажную роль в развитии этих противоречий играют стандарты масс-медиа, среди которых в центре внимания находятся состоятельный мужчина и сексапильная женщина. Героями нашего времени (ярче всего это представлено в кинематографе) являются полукриминальные мужчины-бизнесмены и их подруги с внешностью фотомоделей. Но раз сформированы такие стандарты, то, следовательно, все, что им не

соответствует, считается плохим, неполноценным. Такая ситуация способна формировать не модели поведения (ввиду их недоступности для большинства людей), а лишь массовый комплекс неполноценности.

Традиционные стереотипы мужского и женского поведения, проявляющиеся в поло-ролевом программировании, требуют от мужчины силы, рациональности, ограничения эмоциональности (за исключением чувства агрессии, которое считается вполне приемлемым для мужчины). Эти же стереотипы требуют от женщины слабости, мягкости, заботливости, эмоциональности (опять же за исключением агрессии, которая не должна быть свойственна женщинам), ограничения рациональности (показывать высокий интеллект для женщины считается зазорным). В общественном сознании эти стереотипы давно себя изжили, но они оказались живучими на бытовом психологическом уровне. В то же время, прогрессивное движение освобождения от этих стереотипов, в котором лидерами оказались женщины-феминистки, начало формировать другие стандарты и, похоже, создавать новые проблемы гендерных ролей. Проблему "Сильная женщина - Слабый мужчина" можно было бы считать одной из издержек феминизма, если бы не исторические и психологические корни, о которых говорилось выше. С другой стороны, эта комплиментарная пара вообще не представляла бы собой проблему (ведь люди имеют право избирать для себя любые ролевые позиции и модели), если бы не была связана с перекосами жизненных сценариев и с психологическими играми супругов, которые являются ярким выражением борьбы между полами.

На самом деле, если роль "Сильной женщины" выбирается как форма противодействия мужскому авторитаризму, то это редко ведет к личностной гармонии. В ТА существует понятие "контрсценарий", то есть такой жизненный сценарий, который противодействует родительским запретам и установкам и предлагает другие (иногда - противоположные) паттерны поведения. На первый взгляд кажется, что найден выход из ограниченности сценария, но на самом деле создается контрсценарий (то есть новый сценарий и новое ограничение), который вместо одной несвободы предлагает другую. Противодействуя гендерному неравенству, воплощенному в модели "Сильный мужчина - Слабая женщина", женщина избирает другую ролевую позицию - "сильной", не осознавая, что она может быть устойчивой лишь в комплиментарной паре "Сильная женщина - Слабый мужчина". Партнером такой женщины действительно оказывается "Слабый мужчина" (по крайней мере, он таким является в семье), а в результате - к ролевой перегрузке, которую переживает женщина, работая и ведя домашнее хозяйство, прибавляется еще одна роль - "Главы семьи", что усложняет и без того сложное положение женщины. Такую ситуацию можно проиллюстрировать примерами алкогольных семей, где эта проблема обостряется максимально. Жена алкоголика не только ведет хозяйство и воспитывает детей, она не только работает, но и принимает все важные решения семейной жизни, финансово содержит семью и мужа, который пропивает все, что зарабатывает, паразитируя на своей жене.

На практике проблема выглядит таким образом: женщина берет на себя существенные черты мужской гендерной роли, то есть выступает в роли лидера, стремится быть сильной и независимой, позволяет себе чувство и проявление агрессии, ставит перед

собой и решает интеллектуальные задачи и т.д. При этом теряется часть женских гендерных особенностей, которые плохо совмещаются с паттернами мужского гендерно-ролевого поведения: она не может и не хочет казаться слабой, уступать, подчиняться и т.д. Но в то же время, женщина, утратив часть женственности, не желает с этим мириться, потому что она хочет продолжать чувствовать себя женщиной, принимать ухаживания мужчин, комплименты. Это отчасти отвечает ее собственным потребностям, отчасти существует благодаря давлению социальных стереотипов. Она хочет, чтобы ее окружали настоящие мужчины. Но с "настоящими мужчинами" возникают проблемы. Они, как правило, не хотят отдавать своего лидерства и играть второстепенные роли в гендерном партнерстве. Наиболее типичными являются две ситуации: либо сильные мужчины будут избегать сильных женщин, боясь их авторитарности (это еще более вероятно, если мужчина страдает комплексом неполноценности, компенсируемым "мужественным" поведением), либо женщина сама будет бояться сильного мужчину, как угрозу ее сильной позиции. Она скорее выберет более покладистого, подчиняемого, слабого. Таким образом, в ситуацию изначально будет заложен потенциальный конфликт.

Если женщина избрала роль "Сильной" потому, что в ее сценарии есть указание, что нельзя надеяться на мужчин, что они все плохие ("хлюпики", "тряпки", "козлы" и т.д.), что им нельзя доверять, то поведение такой женщины будет в определенной степени предрешено этим. Она будет стремиться подтверждать такие сценарные убеждения, избирая ситуации, которые им соответствуют, а если таких ситуаций не окажется, она их будет провоцировать. Для этих целей используется большое количество разнообразных психологических или сценарных игр.

Почему люди играют в игры? Помимо подтверждения сценария существуют и другие неосознаваемые цели игры. Одна из причин игр - люди боятся настоящей близости. Часто они не решаются открыто попросить о чем-то, потому что боятся получить отказ (в детстве такая ситуация была чревата психической травмой, что закрепилось в жизненном сценарии). Согласно некоторым представлениям ТА в играх происходит "накопление купонов", то есть своего рода зарабатывание очков против партнера, в этом случае партнерские отношения рассматриваются как постоянное соревнование, конкуренция, состязание, которые могут перерасти в настоящие войны. Игры - это замена подлинной близости и серьезная угроза этой близости. Поэтому, одной из целей брачной терапии может стать остановка игр.

Важной причиной игр являются социальные предубеждения, являющиеся искаженной формой социальных стереотипов. Вот пример женского предубеждения: "У мужчин на уме только одно: секс". Это предубеждение может наталкиваться на еще одно убеждение (часто существующее независимо от данной ситуации): "Секс - это плохо (грязно, греховно и т.п.)". Дальше по логике следует вывод: "Значит мужчины, требующие этого - плохие люди". А вот пример мужского предубеждения: "У женщин на уме только одно: деньги". Далее по такому же механизму следует умозаключение: "Но много денег заработать в нашем обществе невозможно (сложно и т.д.). Значит, либо я слаб и никчем, либо женщины, требующие этого - сволочи". Эти предубеждения являются причиной бытующих мнений, которые могут приобретать такие крайние

отрицательные формы: "Все мужчины "козлы""; "Все женщины "стервы"". На самом деле предубеждения - это примеры гендерных суеверий и предрассудков, которые, пользуясь языком ТА, являются результатами детских и родительских контаминаций.

Игры могут подтверждать многие сценарные убеждения, например: "Мужчины опасны, от сильного мужчины можно ожидать чего угодно"; "Я должна надеяться только на себя". Женщина, стоящая на таких позициях, как правило, вырастает в семье, где эти убеждения являются традиционными. Например, женщина видела в собственной родительской семье модель отношений, когда мать либо что-то требовала от отца, либо ругала за любую оплошность. Существует такой распространенный стереотип: "Никакой отрицательный поступок не должен быть безнаказанным. Однако хвалить надо очень редко иначе захвалишь". В ТА это называется "принципом экономии поглаживаний". Стремление испытывать отношения "на излом" - это тоже определенные сценарные игры. Ведь можно принимать даже "хрупкие" отношения, они как "хрустальная посуда", которая может служить очень долго, если ее не испытывать на излом. А "испытыв" хрупкую вещь, мы ее ломаем, теряем наверняка.

Следовательно, супруги часто строят стратегии отношений на подобных положениях. В частности, жена, избравшая позицию "Сильной женщины" может иметь убеждения: "Мужа надо критиковать", или "От мужа нельзя ожидать самостоятельности", которые будут оказывать влияние еще на этапе выбора брачного партнера. То есть женщина будет иметь тенденцию выбрать такого будущего мужа, которого будет за что ругать (благо, недостатка в таких мужчинах в нашем обществе нет). Она будет избегать сильного, самостоятельного мужчину, потому что боится его. Она будет неосознанно пытаться загнать мужа "под каблук". Но, с другой стороны, кому же хочется быть женой "подкаблучника"?

Но в то же время парадоксально, что на уровне идеалов у этой женщины присутствует совсем другой образ мужчины. Это либо "Рыцарь" (сильный, но добрый и заботливый), либо "Принц" (красивый, романтичный и всемогущий). От мужа жена требует принятия решений, но когда он его принимает, решение отвергается, ибо с ее точки зрения является плохим. Например: "Как он мог даже подумать купить эту вещь, которая совсем нам не подходит" (варианты: решил поехать в отпуск не туда и т.д.; примеров может быть бесконечно много). Парадокс: муж должен принимать решение, но оно должно совпадать с интересами жены (другими словами быть ее решением). Но человек не может принимать чужие решения. Это должны быть либо решения жены (тогда принимать их должна она), либо это должны быть решения мужа, но тогда они имеют право отличаться от того, чего хочет она. В результате муж приспособливается и перестает принимать решения вообще. Сценарий жены подтверждается.

В конкретной ситуации это выглядит так: муж делает какую-то работу, жена его критикует. Возможны следующие варианты реакции мужа: 1) муж "уходит в себя", перестает что-либо делать, и тем самым подтверждает сценарий жены; 2) он отвечает агрессией, что дает ей право сказать: "Я так и знала, что ты такой плохой"; или "Вот какой ты на самом деле" и т.д. Это тоже подтверждает сценарий жены. В результате "жертва" получает психологический выигрыш. Чем больше направленная на нее

агрессия, тем больше выигрыш. Иногда происходят игры 3-й степени, которые по определению Э. Берна заканчиваются "в операционной, в зале суда или в морге". Максимальный психологический выигрыш, как это ни парадоксально, получается, когда в порыве агрессии в состоянии аффекта спровоцированный агрессор убивает свою жертву и отправляется на скамью подсудимых. Жертва могла бы воскликнуть: "Вот какой он на самом деле! Туда ему и дорога!" Правда, испытать все чувства "победителя" жертва уже не успевает. Этим механизмом объясняются некоторые случаи так называемых убийств на бытовой почве. В том случае, когда опасная агрессия была спровоцирована самой жертвой (а таких случаев бывает немало), это, как правило, является исходом транзактных психологических игр 3-й степени. Такие и иные трагические развязки семейных драм имеют множество вариантов, и могут быть проиллюстрированы хорошим примером фильма Дэнни Де Вито "Война Роузов" по роману Уоррена Адлера.

Для исследования семейных психологических игр очень хорошо работающей моделью является концепция драматического треугольника, согласно которой участники игры постоянно переключаются между ролями "Преследователя", "Спасителя" и "Жертвы". Это кажется парадоксальным, но описываемые браки часто оказываются достаточно устойчивыми, ибо способствуют удовлетворению многих психологических потребностей обоих партнеров. Это не только сбалансированная система их садомазохистских наклонностей. Это потребности в виктимном поведении, когда супруги по очереди оказываются в роли "Жертвы", и наличие симбиоза, при котором партнеров полностью устраивает (при внешнем выражении недовольства) ситуация их взаимной психологической зависимости. Пристрастие к сценарным играм сродни игровой зависимости. Играть в них, получать свой "выигрыш", оказывается важнее многих других ценностей, иногда значимее самой жизни. Злоупотребление такими играми можно сравнить с демонстративным суицидом, который производится с целью "наказать" обидчика ("Пусть его угрызения совести замучают"), и который порой заканчивается трагически. За этим тоже стоит если не сценарная игра, то, как минимум, эмоциональный рэкет.

Разумеется, чтобы решиться на такую агрессию, которая заканчивается трагически, нужно, чтобы мужчина обладал достаточным уровнем агрессивности и при этом сниженные моральные запреты на агрессию. Большинство мужей "сильных женщин" таковыми не являются, поэтому их отношения чаще всего разворачиваются по другому сценарию. Но в то же время игнорировать такие варианты агрессии не стоит, хотя они традиционно остаются без внимания исследователей так называемого "домашнего насилия", обычно рассматривающих мужчину в качестве его источника и причины. Наверное, для большинства случаев это справедливо. Однако существуют специфические случаи насилия (возможно, их распространенность большая, чем кажется на первый взгляд), когда его причиной и инициатором выступает сама жертва. Они являются характерными как раз для комплиментарной пары "Сильная женщина - Слабый мужчина" и очень мало исследованы как в нашей, так и в зарубежной социальной психологии и семейной психотерапии.

Может возникнуть иллюзия, что жизнь партнеров в описанном варианте брака

является достаточно гармоничной. Но это не совсем так. Несмотря на комплиментарность психологических семейных ролей и устойчивый симбиоз, эти пары испытывают много эмоциональных психологических проблем, часть из которых достаточно серьезны. Так, многие пары с подобной моделью отношений имеют проблемы в интимных отношениях. Одна из причин этого - неспособность к психологической интимности, что как раз и проявляется в склонности к психологическим играм. Другая причина заключается в следующем парадоксе. Женщина в такой ситуации выступает в Родительской позиции (то есть, по сути, в роли "Матери"), а мужа ставит в позицию "Ребенка". С этой точки зрения, возникающие проблемы с сексом вполне закономерны, ведь секс между матерью и сыном это, по сути дела - инцест, а он, как правило, запрещен сценарными запретами большинства людей. Существует много других аспектов сложностей взаимоотношений в подобных брачных или партнерских парах, испытывающих разнообразные психологические трудности и, безусловно, нуждающихся в психотерапевтической помощи. Но анализ вариантов психологической помощи этим семьям - это материал для отдельной статьи.

Из всего сказанного можно сделать вывод, что проблема супружеских взаимоотношений, соответствующая паре комплиментарных ролевых позиций "Сильная женщина - Слабый мужчина", характерной для нашей культуры, представляет интерес как с точки зрения психологии брачных отношений, так и с точки зрения практики брачной психотерапии. Многие закономерности, сложности и особенности отношений в таких типах семей удастся эффективно исследовать с позиций трансактной теории игр и жизненных сценариев, в частности используя модель "драматического треугольника" С. Карпмана. В результате анализа становится понятным, как социальные стереотипы и предубеждения, формируя сценарные убеждения отдельных людей, находят свое подтверждение в психологических играх, становящихся основным типом взаимоотношений в таких семьях. Не следует считать, что проблема сосредоточена в ком-то одном - в "Сильной женщине" или в "Слабом мужчине". Объектом психологической помощи здесь должна быть брачная или партнерская пара, поскольку оба супруга вносят значительный вклад в развитие проблемы, и индивидуальная психотерапия в данном случае может оказаться малоэффективной. Однако неправильно будет считать, что комплиментарная пара "Сильная женщина - Слабый мужчина" всегда представляет собой проблемный тип отношений. Вполне возможен вариант, когда эти отношения являются гармоничными и строятся на основе психологической близости, а не на противоборстве и психологических играх. К практике психологической помощи таким семьям следует подходить сугубо индивидуально с учетом их психологического запроса и потребностей, реализуемых в брачных отношениях.

## Сильная женщина, слабый мужчина? (Семейные игры и сценарии)

Автор: Горностай П. П.

---

кандидат психологических наук, психотерапевт,  
главный редактор журнала "Психодрама и современная психотерапия",  
президент Украинской ассоциации психодрамы

*Источник:*

[Персональный сайт Павла Горностая](#)