

ЭРИК БЕРН



**ЛЮДИ, КОТОРЫЕ
ИГРАЮТ В ИГРЫ**

В РОССИИ ПРОДАНО БОЛЕЕ 350 000 ЭКЗЕМПЛЯРОВ

Annotation

По мнению автора, жизнь каждого человека протекает по определенному сценарию, заложенному еще в раннем детстве. Согласно этому сценарию человек общается со своими коллегами, родными и друзьями, выбирает спутника жизни, строит карьеру, становится счастливым и успешным или же, напротив, терпит неудачи. В книге вы найдете подробное описание каждого возможного сценария, а главное, узнаете, как любой человек может сам изменять свой жизненный сценарий и добиваться желаемого.

- [Эрик Берн](#)
 -
 - [Предисловие](#)
 -
 - [Замечания о семантике](#)
 - [Часть 1](#)
 -
 - [Глава 1](#)
 - [А. Что вы делаете после того, как сказали «Здравствуйте»?](#)
 - [Б. Как вы говорите «Здравствуйте»?](#)
 - [В. Примеры](#)
 - [Г. Рукопожатие](#)
 - [Д. Друзья](#)
 - [Е. Теория](#)
 - [Глава 2](#)
 - [А. Структурный анализ](#)
 - [Б. Трансакционный анализ](#)
 - [В. Упорядочивание времени](#)
 - [Г. Сценарии](#)
 - [Часть 2](#)
 -
 - [Глава 3](#)
 - [А. Жизненные планы](#)
 -
 - [Магда](#)

- [Делла](#)
 - [Мэри](#)
- [Б. На сцене и за сценой](#)
- [В. Мифы и сказки](#)
 -
 - [Похищение Европы](#)
 - [Красная Шапочка](#)
 - [Реакция марсианина](#)
 - [Сценарий Красной Шапочки](#)
- [Г. В ожидании Rigor mortis](#)
 -
 - [Сценарий «В ожидании Rigor mortis»](#)
 - [История Спящей Красавицы](#)
- [Д. Семейная драма](#)
- [Е. Судьба человека](#)
- [Ж. Исторический взгляд](#)
- [Глава 4](#)
 - [А. Введение](#)
 - [Б. Влияние предков](#)
 - [В. Сцена зачатия](#)
 - [Г. Место на генеалогическом древе](#)
 - [Д. Родовой сценарий](#)
 - [Е. Имена и фамилии](#)
- [Глава 5](#)
 - [А. Влияния в раннем возрасте](#)
 - [Б. Убеждения и решения](#)
 - [В. Позиции – местоимения](#)
 - [Г. Победители и Неудачники](#)
 - [Д. Трехсторонние позиции](#)
 - [Е. Позиции – предикаты](#)
 - [Ж. Выбор сценария](#)
- [Глава 6](#)
 - [А. Родительское программирование](#)
 - [Б. Мыслящий марсианин](#)
 -
 - [Батч](#)
 - [В. Маленький стряпчий](#)
 - [Г. Сценарный аппарат](#)
- [Глава 7](#)

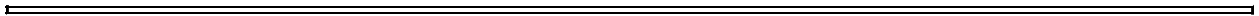
■

■ А. Сценарный выигрыш

- Конец ознакомительного фрагмента.

- notes

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25



Эрик Берн

Люди, которые играют в игры.

Психология человеческой судьбы



Eric Berne, M. D.

WHAT DO YOU SAY AFTER YOU SAY HELLO

The Psychology of Human Destiny

© 1964 by Eric Berne.

Copyright renewed 1992 by Ellen Berne, Eric Berne, Peter Berne and Terence Berne. This translation published by arrangement with Random House, an imprint of Random House Publishing Group, a division of Random House, Inc.

© Перевод. А. Грузберг, 2006

© Издание на русском языке. ООО «Издательство «Эксмо», 2014

Предисловие

Эта книга является непосредственным продолжением моей предыдущей работы о транзакционном подходе и рассматривает новейшие достижения теории и практики за последних пять лет, главным образом – стремительное развитие сценарного анализа. За этот период резко увеличилось количество подготовленных транзакционных аналитиков. Они проверяли теорию во многих областях, включая промышленность, образование и политику, а также в различных клинических ситуациях. Многие внесли свой собственный оригинальный вклад, о чем упоминается в тексте или в примечаниях.

Книга первоначально рассматривалась как продвинутый учебник психоанализа, и профессионалы различных направлений без труда переведут на свой язык простые положения транзакционного анализа. Несомненно, ее будут читать и непрофессионалы, и по этой причине я пытался сделать ее доступной и для них. Чтение потребует размышлений, но, надеюсь, не расшифровки.

Говорить о психотерапии можно по-разному, в зависимости от того, кто с кем говорит: врач-психиатр с врачом-психиатром, врач-психиатр с пациентом или пациент с пациентом, и разница может быть не меньше, чем между мандаринским и кантонским наречиями китайского языка или древнегреческим и современным греческим языками. Опыт показывает, что отказ, насколько возможно, от этих различий в пользу чего-то вроде *lingua franca*^[1] способствует «коммуникации», к которой так пылко стремятся и которой так настойчиво добиваются многие врачи. Я старался избегать модных в социальных, бихевиористских и психиатрических исследованиях повторов, излишеств и неясностей – как известно, эта практика восходит к медицинскому факультету Парижского университета XIV века.

Это привело к обвинениям в «популяризации» и «упрощенчестве» – термины, заставляющие вспомнить Центральный Комитет с его «буржуазным космополитизмом» и «капиталистическим уклоном». Оказавшись перед необходимостью сделать выбор между темнотой и ясностью, между сверхусложненностью и простотой, я сделал выбор в пользу «народа», время от времени вставляя специальные термины: нечто вроде гамбургера, который я бросаю сторожевым псам академической науки, а сам тем временем проскальзываю в боковую дверь и говорю своим друзьям «Здравствуйте!».

Буквально невозможно поблагодарить всех, кто способствовал развитию транзакционного анализа, поскольку их тысячи. Лучше всего мне знакомы члены Международной ассоциации транзакционного анализа и Сан-Францисского семинара по транзакционному анализу, который я посещал еженедельно.

Замечания о семантике

Как и в других моих книгах, *он* означает пациента любого пола, а *она* – что, по моему мнению, данное утверждение скорее применимо к женщинам, чем к мужчинам. Иногда *он* используется в целях стилистической простоты, чтобы отличить врача (мужчину) от пациентки. Надеюсь, эти синтаксические новшества не обидят эмансипированных женщин. Настоящее время означает, что я относительно уверен в утверждении, основанном на клинической практике, моей и других специалистов. *Как будто, похоже* и т. д. означает, что необходимы дополнительные данные для уверенности. Истории болезни взяты из моей собственной практики и из практики участников семинаров и совещаний. Некоторые истории составлены из нескольких реальных случаев и все замаскированы, чтобы невозможно было узнать участников, хотя значительные эпизоды и диалоги переданы точно.

Часть 1

Общие положения



Глава 1

Введение

А. Что вы делаете после того, как сказали «Здравствуйте»?

Этот детский вопрос, внешне такой безыскусный и лишенный глубины, которой мы ожидаем от научного исследования, на самом деле содержит в себе главные вопросы человеческого бытия и фундаментальные проблемы общественных наук. Этот вопрос «задают» себе младенцы, на этот вопрос дети получают упрощенные и неверные ответы, его подростки задают друг другу и взрослым, а взрослые избегают давать ответы, ссылаясь на мудрецов, а философы пишут книги о нем, даже не пытаясь найти на него ответ. В нем содержится первичный вопрос социальной психологии: почему люди разговаривают друг с другом? И первичный вопрос социальной психиатрии: почему люди хотят, чтобы их любили? Ответ на этот вопрос есть ответ на вопросы, заданные четырьмя всадниками Апокалипсиса: война или мир, голод или изобилие, чума или здоровье, смерть или жизнь. Неудивительно, что мало кто находит ответ на этот вопрос в течение жизни. Дело в том, что большинство не успевают ответить на предшествующий вопрос: как вы говорите «Здравствуйте»?

Б. Как вы говорите «Здравствуйте»?

В этом тайна буддизма, христианства, иудаизма, платонизма, атеизма и, прежде всего, гуманизма. Знаменитый «хлопок одной ладони» в дзэн-буддизме – это звук приветствия одного человека другому и одновременно звук Золотого Правила, сформулированного в Библии. Правильно сказать «Здравствуйте» означает увидеть другого человека, осознать его как феномен, воспринять его и быть готовым к тому, что он воспримет вас. Возможно, в высшей степени проявляют эту способность жители островов Фиджи, потому что одна из редчайших драгоценностей нашего мира – искренняя улыбка фиджийца. Она начинается медленно, освещает все лицо, остается настолько, чтобы ее увидели и узнали, и медленно гаснет. Ее можно сравнить только с улыбкой, с какой смотрят друг на друга непорочная мадонна и младенец.

В этой книге обсуждаются четыре вопроса: как вы говорите

«Здравствуйтесь»; как вы отвечаете на приветствие; что вы говорите после того, как сказали «Здравствуйтесь»; и главный – и очень печальный – вопрос: что обычно делают вместо того, чтобы сказать «Здравствуйтесь». Я дам здесь на эти вопросы краткие ответы. А объяснения ответов занимают весь объем книги, предназначенной в первую очередь для психиатров, во вторую очередь – для излечившихся пациентов и в третью – для всех, кому интересно.

1. Чтобы сказать «Здравствуйтесь», вы должны избавиться от всего мусора, который накопился у вас в голове после выхода из материнского чрева. И тогда вы поймете, что каждое ваше «Здравствуйтесь» – единственное в своем роде и больше никогда не повторится. Чтобы понять это, могут потребоваться годы.

2. После того как вы сказали «Здравствуйтесь», вам необходимо избавиться от всего мусора и увидеть, что рядом есть человек, который хочет ответить вам и сказать «Здравствуйтесь». На это тоже могут потребоваться годы.

3. После того как вы поздоровались, вам нужно освободиться от всего мусора, что возвращается к вам в голову; от всех последствий испытанных огорчений и неприятностей, которые вам еще предстоят. И тогда вы лишитесь дара речи и вам нечего будет сказать. После многих лет практики, возможно, вы надумаете что-то, достойное быть высказанным вслух.

4. Эта книга главным образом посвящена мусору: тому, что делают люди друг с другом, вместо того чтобы сказать «Здравствуйтесь». Она написана в надежде на то, что люди опытные и тактичные сумеют помочь остальным распознать то, что я (в философском смысле) называю мусором, поскольку главная проблема при ответе на первые три вопроса заключается в распознавании того, что есть мусор, а что нет. Способ, каким пользуются в разговорах люди, научившиеся говорить «здравствуйтесь», называется в моей книге «марсианским» – чтобы отличить от обычного земного способа вести разговоры, который, как показывает история со времен Египта и Вавилона и до наших дней, ведет лишь к войнам, голоду, болезням и смерти, а выжившим оставляет лишь смятение в мыслях. Можно надеяться, что со временем марсианский способ, если людей тщательно подготовить и научить ему, сможет устранить эти несчастья. Марсианский язык, например, это язык снов, которые показывают, какой должна быть жизнь на самом деле.

В. Примеры

Чтобы проиллюстрировать ценность такого подхода, рассмотрим умирающего пациента, то есть человека с неизлечимой болезнью, время жизни которого ограничено. У Морта, тридцати одного года, медленно развивающаяся злокачественная опухоль, неизлечимая при современном уровне знаний, и у него осталось в худшем случае два года, в лучшем – пять лет жизни. Психиатру он жалуется на тик: по непонятным для него самым причинам у него дергаются голова и ноги. В терапевтической группе он вскоре находит объяснение: он отгораживается от страха стеной из музыки, которая постоянно звучит у него в голове, а его тик – это просто движения в ритме музыки. Тщательное наблюдение подтвердило, что соотношение именно таково: не музыка вызывается подергиваниями, а телесные движения сопровождают эту внутреннюю музыку. Все, включая самого Морта, поняли, что, если с помощью психотерапии отключить эту музыку, его голова превратится в огромный резервуар, куда хлынут страхи и предчувствия. Последствия будут непредсказуемы, если только страх не заменить другими – более положительными – эмоциями. Что необходимо было сделать?

Вскоре стало ясно, что все участники группового лечения сознают, что рано или поздно им придется умереть, все испытывают какие-то чувства по этому поводу и все разными способами стараются запрячь их поглубже. Как и Морт, они тратят время и силы, чтобы откупиться от шантажа Смерти, и это мешает им наслаждаться жизнью. Но они понимали также, что за двадцать или пятьдесят оставшихся им лет они испытают больше, чем Морт за свои два года или пять лет. Так было установлено, что важна не продолжительность жизни, а ее качество. Конечно, открытие не новое, но сделанное в более трудных, чем обычно, условиях из-за присутствия умирающего, которое на всех произвело глубокое впечатление.

Все члены группы (они понимали марсианский язык, с готовностью учили ему Морта, а он с такой же готовностью учился) согласились, что жить – значит видеть деревья, слышать пение птиц и говорить окружающим «здравствуйте», это сиюминутное спонтанное бытие без драматизации и лицемерия, но с достоинством и сдержанностью. Все согласились, что ради достижения этой цели им всем, включая Морта, необходимо избавиться от мусора в голове. Когда все поняли, что положение Морта, в сущности, ненамного трагичнее, чем их собственное, неловкость и печаль, которые вызывались его присутствием, развеялись.

Они могли в его присутствии оставаться веселыми, и он тоже; он мог говорить с ними наравне. Они не церемонились, расправляясь с его мусором, а он теперь не нуждался в церемониях и понимал, почему они безжалостны; в свою очередь, он получил право быть безжалостным к их мусору. В сущности, Морт вернул членский билет ракового клуба и возобновил членство в клубе всего человечества, хотя все, включая его самого, по-прежнему сознавали, что его положение труднее, чем у остальных.

Эта ситуация отчетливее других вскрывает важность и глубину проблемы «здравствуйте», которая, как в случае с Мортом, прошла через три стадии. Когда он впервые появился в группе, остальные не знали, что он обречен. И поэтому обращались к нему так, как было принято в группе. Определялось обращение преимущественно воспитанием каждого члена группы: тем, как учили его родители приветствовать других, привычками, выработанными позже в жизни, и определенным взаимным уважением и откровенностью, связанными с психотерапией. Морт, будучи новичком, отвечал так же, как ответил бы в любом другом месте: делал вид, что он энергичный честолобивый американец, каким хотели его видеть родители. Но когда во время третьей сессии Морт сказал, что он обречен, остальные смутились и почувствовали себя обманутыми. Все стали вспоминать, не сказали ли они чего-нибудь, что выставит их в дурном свете в собственных глазах, в глазах Морта и особенно врача-психиатра. Все как будто даже рассердились и на Морта, и на психотерапевта за то, что те не сказали раньше. Как будто их предали. В сущности, они сказали Морту «Здравствуйте» обычным способом, не сознавая, с кем говорят. Теперь, понимая его особенное положение, они хотели бы начать все сначала и обращаться с ним по-другому.

И поэтому начали всё сначала. Вместо того чтобы говорить откровенно и прямо, как раньше, говорили с ним мягко и осторожно, как будто спрашивали: «Ты видишь, как я стараюсь не забывать о твоей трагедии?» Никто не хотел рисковать своим добрым именем, разговаривая с умирающим. Но это было нечестно, потому что Морт получал преимущество. В особенности никто не решался смеяться громко и долго в его присутствии. Положение улучшилось, когда было решено, что же остается делать Морту; напряжение спало, и все смогли начать в третий раз, разговаривая с Мортом как с членом человечества, без всяких оговорок и ограничений. Таким образом, три стадии представлены поверхностным «Здравствуйте», напряженным, сочувственным «Здравствуйте» и спокойным, истинным «Здравствуйте».

Зоя не может сказать Морту «Здравствуйте», пока не знает, кто он, а это положение может меняться от недели к неделе и даже от часа к часу. Каждый раз, встречаясь с ним, она знает о нем немного больше, чем в прошлый раз, и поэтому должна говорить «Здравствуйте» чуть по-другому, если хочет поддержать развивающиеся дружеские отношения. Но поскольку она не может узнать о нем все, не может предвидеть все его изменения, Зоя никогда не может и сказать «Здравствуйте» самым совершенным образом, а может только все ближе к нему подходить.

Г. Рукопожатие

Большинство пациентов, впервые приходящих к психотерапевту, обмениваются с ним рукопожатием, когда он приглашает их в кабинет. Некоторые психиатры даже первыми протягивают руку. У меня другая политика относительно рукопожатий. Если пациент сам протягивает руку, я пожимаю ее, чтобы не выглядеть грубым, но делаю это небрежно, думая про себя, почему он так приветлив. Если он просто привык к тому, чего требуют хорошие манеры, я отвечаю ему тем же, и мы понимаем друг друга: этот приятный ритуал не мешает нашей работе. Если он протягивает руку так, что это свидетельствует о его отчаянном положении, я пожму ее крепко и тепло, чтобы дать ему понять: я знаю, что ему нужно. Но мои манеры, когда я вхожу в приемную, выражение моего лица, расположение рук – все это ясно говорит большинству новичков, что этой церемонии лучше избежать, если только они не настаивают. Такое начало должно показать – и обычно показывает, – что мы здесь с более серьезной целью, чем обмен обычными любезностями и демонстрация того, что мы хорошие парни. Я не обмениваюсь с ними рукопожатием главным образом потому, что пока их не знаю, а они не знают меня; к тому же к психиатру иногда приходят люди, которые не любят, когда к ним прикасаются, и по отношению к ним вежливость требует воздерживаться.

Конец беседы – совсем другое дело. К этому времени я уже многое знаю о пациенте, и он кое-что обо мне знает. Поэтому, когда он уходит, я обязательно пожимаю ему руку и теперь достаточно знаю о нем, чтобы сделать это правильно. Это рукопожатие должно значить для него очень много: что я принимаю^[2] его, несмотря на все то «плохое», что он мне о себе рассказал. Если пациент нуждается в утешении и подбадривании, мое рукопожатие должно дать ему это; если ему нужно подтверждение его мужественности, мое рукопожатие пробуждает его мужественность. Это не

расчетливое и тщательно продуманное средство привлечь и соблазнить пациента, просто подтверждение, что после часа разговора я многое знаю о нем и его наиболее интимных чувствах и тревогах. С другой стороны, если пациент лгал мне не из чувства естественного замешательства, а со злобой или если он пытался использовать меня или запугать, я не стану пожимать ему руку, чтобы он знал, что должен вести себя по-другому, если хочет, чтобы я был на его стороне.

С женщинами ситуация немного другая. Если пациентке нужен ощутимый знак, что я ее принимаю, я пожму ей руку, потому что это соответствует ее потребностям; если (как я буду к этому времени уже знать) ей неприятен физический контакт с мужчинами, я вежливо попрощаюсь с ней, но не стану пожимать руку. Этот последний случай наиболее ясно показывает, почему нежелательно пожимать руки при первой встрече: пожав ей руку до разговора, прежде чем пойму, с кем разговариваю, я мог бы вызвать у нее отвращение. В сущности, я бы совершил насилие, оскорбил ее, заставив вопреки ее желанию коснуться меня и сам прикоснувшись к ней – пусть даже из самых лучших побуждений.

В терапевтических группах я придерживаюсь аналогичной практики. Входя, я не говорю «Здравствуйте», потому что не видел членов группы целую неделю и не знаю, кому говорю «Здравствуйте». Сердечное или веселое «Здравствуйте» может оказаться совершенно неуместным в свете того, что произошло с ними за этот промежуток. Но в конце встречи я обязательно прощаюсь с каждым членом группы, потому что теперь знаю, с кем прощаюсь, и знаю, как это сделать с каждым из них. Например, предположим, со времени последней нашей встречи у пациентки умерла мать. Мое искреннее «Здравствуйте» может показаться ей неуместным. Она может простить меня, но незачем подвергать ее дополнительному напряжению. Ко времени окончания встречи я знаю, как правильно попрощаться с нею, принимая во внимание ее горе.

Д. Друзья

В обычном общении все совсем по-иному, потому что друзья прямо-таки созданы для взаимных поглаживаний. Им мы не просто говорим «Здравствуйте» и «До свидания», мы используем целую гамму от крепкого рукопожатия до объятий, в зависимости от того, к чему они готовы или в чем нуждаются; иногда это просто шутки и болтовня, чтобы не втягиваться

слишком глубоко. Но одно в жизни более верно, чем налоги, и так же несомненно, как смерть: чем скорее у вас появятся новые друзья, тем вернее вы удержите старых.

Е. Теория

Пока достаточно о «Здравствуйте» и «До свидания». А то, что происходит между ними, относится к специальной теории личности и групповой динамики, которая одновременно служит терапевтическим методом, известным как транзакционный анализ. И чтобы понять ниже следующее, прежде всего необходимо ознакомиться с основами этой теории.

Глава 2

Принципы транзакционного анализа

А. Структурный анализ

Сущность транзакционного анализа заключается в изучении состояний Я, которые представляют собой целостные системы мыслей и чувств, проявляющиеся в соответствующих моделях поведения. Каждый человек проявляет три типа состояний Я. Состояние, которое ориентировано на родительское поведение, мы будем называть Я-Родитель. В этом состоянии человек чувствует, думает, действует и реагирует так, как один из его родителей в своем детстве. Это состояние Я активно, например, при воспитании собственных детей. Даже когда человек не находится в этом состоянии Я, оно влияет на его поведение как «Родительское воздействие», исполняя функции совести. Состояние Я, в котором человек объективно оценивает окружение, рассчитывает свои возможности и вероятности тех или иных событий на основе прошлого опыта, называется Взрослым состоянием Я, или просто Я-Взрослым. Взрослый функционирует как компьютер. У каждого человека внутри заключен маленький мальчик или маленькая девочка, которые чувствуют, думают, действуют, говорят и отвечают точно так, как он или она поступали, будучи ребенком определенного возраста. Это состояние Я называется Я-Ребенок. Ребенок не рассматривается как нечто «детское» или «незрелое» – это слова Родителя, но просто как ребенок определенного возраста, и очень важным здесь является возраст, который может в обычных обстоятельствах колебаться от двух до пяти лет. Каждому необходимо понять своего Ребенка не только потому, что с ним придется прожить всю жизнь, но также потому, что это наиболее ценная часть его личности.

На рис. 1А представлена полная диаграмма личности, включая все, что чувствует и говорит человек, о чем он думает и что делает. (В упрощенной форме эта диаграмма показана на рис. 1Б.) Более тщательный анализ не открывает новые состояния Я, а только подразделяет первичные. Так, подобный тщательный анализ раскрывает в каждом случае два компонента Родительского Я: одно исходящее от отца, другое – от матери; в состоянии Ребенка также раскрываются компоненты Родителя, Взрослого и Ребенка, которые уже были налицо, когда фиксировался Ребенок, что можно

подтвердить, наблюдая за реальными детьми. Этот вторичный, более углубленный анализ представлен на рис. 1В. Различение одного образца чувств и поведения от другого в состояниях Я называется структурным анализом. В дальнейшем состояния Я будут обозначаться Родитель (Р), Взрослый (В) и Ребенок (Ре) – с прописной буквы, тогда как родитель, взрослый и ребенок – со строчной буквы – относятся к реальным людям.

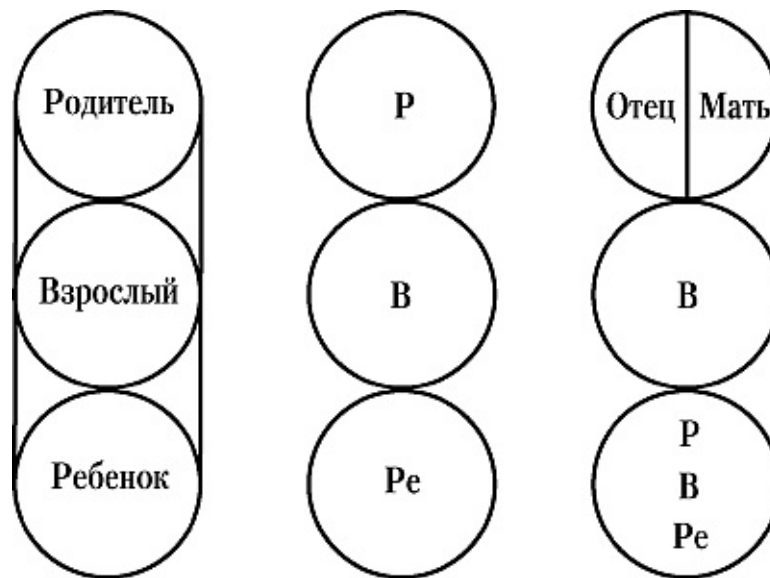


Рис. 1

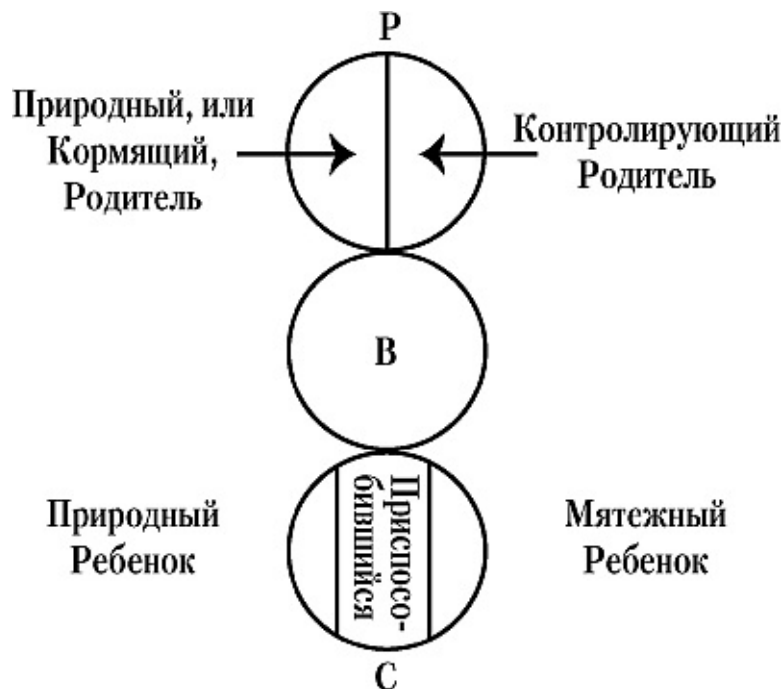


Рис. 1Г. Описательные аспекты личности

Для описания разных явлений используются термины, которые понятны сами по себе или будут ниже объяснены: Природный, или Кормящий, Родитель и Контролирующий Родитель, а также Природный, Приспособившийся и Мятежный Ребенок. «Структурный» Ребенок представлен горизонтальным разделением, а «описательный» Ребенок – вертикальным, как на рис. 1Г.

Б. Трансакционный анализ

Как видно из вышеизложенного, когда встречаются два человека, имеются шесть состояний Я, по три в каждой личности, как изображено на рис. 2А. Поскольку состояния Я отличаются друг от друга, как отличаются реальные люди, очень важно знать, какое именно состояние Я активно в каждом участнике, когда между ними что-то происходит. Происходящее представлено на диаграмме стрелами, связывающими две «личности». В простейших взаимодействиях (транзакциях) стрелы параллельны, и такие транзакции называются дополняющими (или комплиментарными). Очевидно, существует девять возможных типов дополняющих транзакций (РР, РВ, РРе, ВР, ВВ, ВРе, РеР, РеВ, РеРе), как видно на рис. 2Б. На рис. 2А в качестве примера показана транзакция РРе между супругами, в которой стимул исходит от состояния Я-Родитель у мужа и адресован состоянию Я-Ребенок у жены, а ответ (реакция) – от ее Ребенка к его Родителю. В лучшем случае мы получим взаимодействие между покровительствующим мужем и его благодарной женой. Пока транзакция дополняющая, с параллельными стрелами, сама транзакция может длиться неограниченно долго.

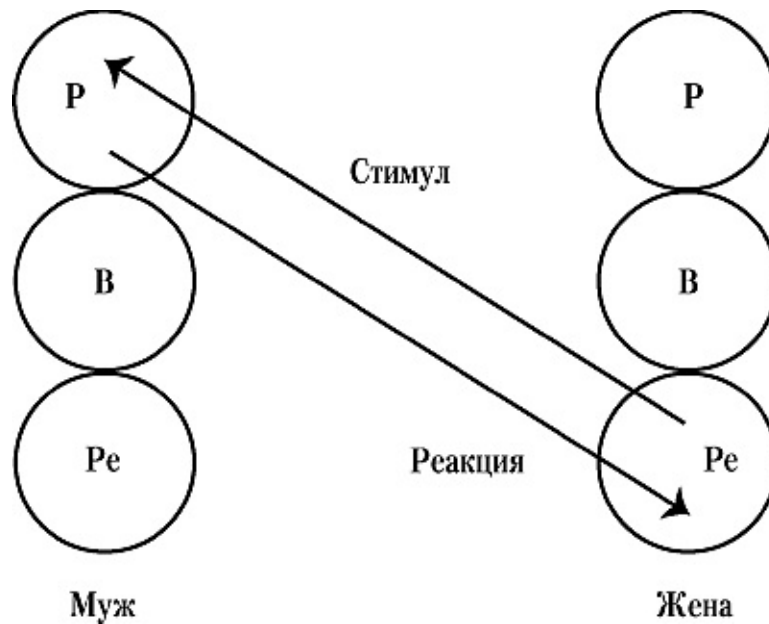


Рис. 2А. Дополняющая трансакция РРe-РeР

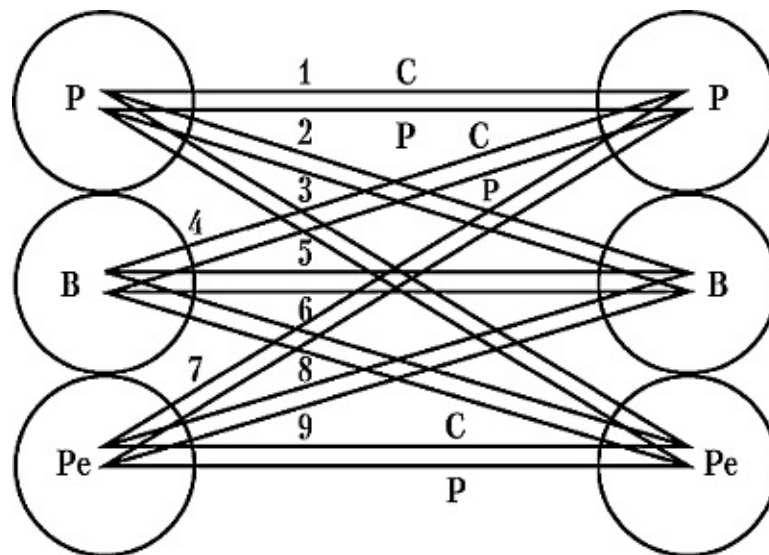


Рис. 2Б. Диаграмма взаимоотношений, показывающая девять возможных типов дополняющих трансакций

На рисунках 3А и 3Б другая ситуация. На рис. 3А стимул Взрослый – Взрослый (ВВ) – например, просьба о дополнительных сведениях – вызывает реакцию Ребенок – Родитель (РеР), так что стрелы, обозначающие стимул и реакцию, не параллельны, а пересекаются. Трансакции такого типа называются пересекающимися, и в таком случае коммуникация нарушается. Если, например, муж спрашивает: «Где мои запонки?», а жена отвечает: «Почему ты всегда во всем винишь меня?»,

имела место пересекающаяся транзакция, и больше говорить о запонках они не могут. Это пересекающаяся транзакция первого типа, которая представляет обычную реакцию переноса, часто встречающуюся в психиатрической практике. Именно такие транзакции причиняют в жизни наибольшие неприятности. На рис. 3Б представлена пересекающаяся транзакция второго типа, в которой стимул Взрослый к Взрослому (ВВ), например вопрос, вызывает покровительственную или напыщенную реакцию Взрослого к Ребенку (ВРe). Это обычная реакция контрпереноса, и пересекающиеся транзакции второго типа служат наиболее частой причиной трудностей в личных и политических взаимоотношениях.

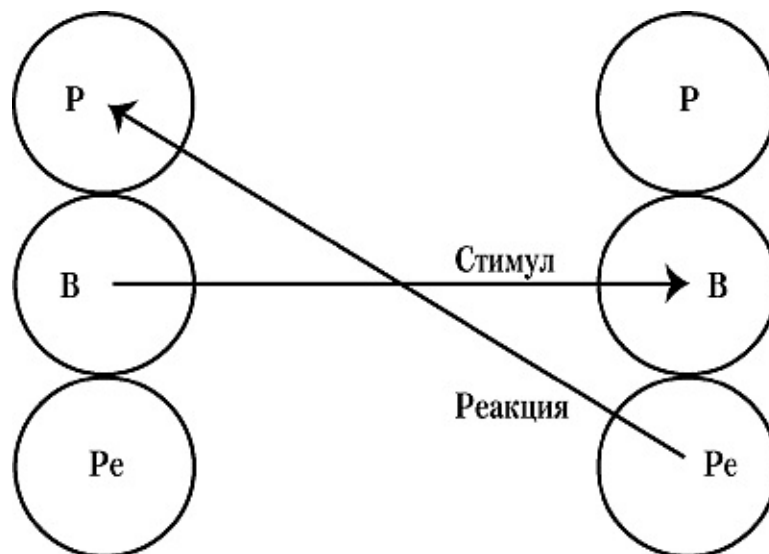


Рис. 3А. Пересекающаяся транзакция первого типа ВВ-РeР

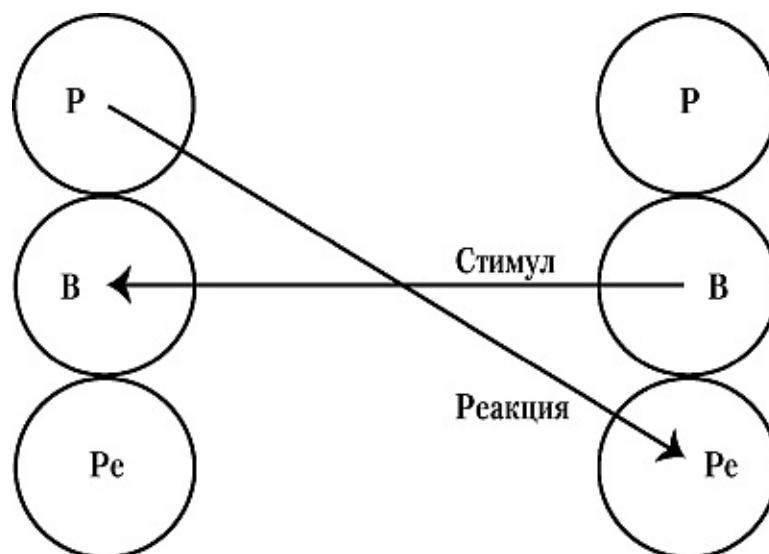


Рис. 3Б. Пересекающаяся транзакция второго типа ВВ-РeР

Внимательный анализ диаграммы на рис. 2Б показывает, что математически возможны 72 разновидности пересекающихся трансакций ($9 \times 9 = 81$ комбинация минус 9 дополняющих трансакций). (В этом можно убедиться, начертив отдельно все диаграммы или описав их: РР-РВ, РР-РРе, РВ-РР, РВ-РРе и т. д. вплоть до РеРе-РеВ, причем большинство таких диаграмм можно подтвердить примерами из клинической практики или повседневной жизни. – Э. Б.) Но, к счастью, в повседневной жизни и в клинической практике обычно происходят только четыре из них. Это две описанные выше трансакции: первый тип (ВВ-РеР) – реакция переноса; второй тип (ВВ-РРе) – реакция контрпереноса; плюс третий тип (РеР-ВВ) – «раздражительная реакция», когда человек, ожидающий сочувствия, получает вместо нее сухие факты; и четвертый тип (РРе-ВВ) – «дерзость», когда человек, ожидающий услышать жалобу, получает ответ, который кажется ему наглым и самоуверенным и который заключается в обращении к фактам.

Пересекающиеся и дополняющие трансакции просты и принадлежат к трансакциям одного уровня. Но существуют также два типа неявно выраженных, или двухуровневых, трансакций – угловая и двойная. На рис. 4А представлена угловая трансакция, в которой внешне стимул выглядит как Взрослый к Взрослому (например, разумное предложение торговой сделки), а на самом деле предназначен для другого состояния Я – Родителя или Ребенка – в собеседнике. Здесь сплошная линия – Взрослый к Взрослому – представляет социальный, или внешний, уровень трансакции, в то время как пунктир показывает психологический, или скрытый, уровень. Если угловая трансакция в данном случае успешна, реакция последует от Ребенка к Взрослому, а не от Взрослого к Взрослому; если неудачна, Взрослый в собеседнике сохранит контроль, и реакция будет не от Ребенка, а от Взрослого. Рассматривая различные способы вовлечения состояний Я, мы на диаграммах (рисунки 4А и 2Б) можем видеть, что существует 18 разновидностей успешных угловых трансакций, в которых реакция представлена пунктирной линией, и столько же неудачных угловых трансакций, в которых реакция изображена сплошной линией, параллельной линии стимула.

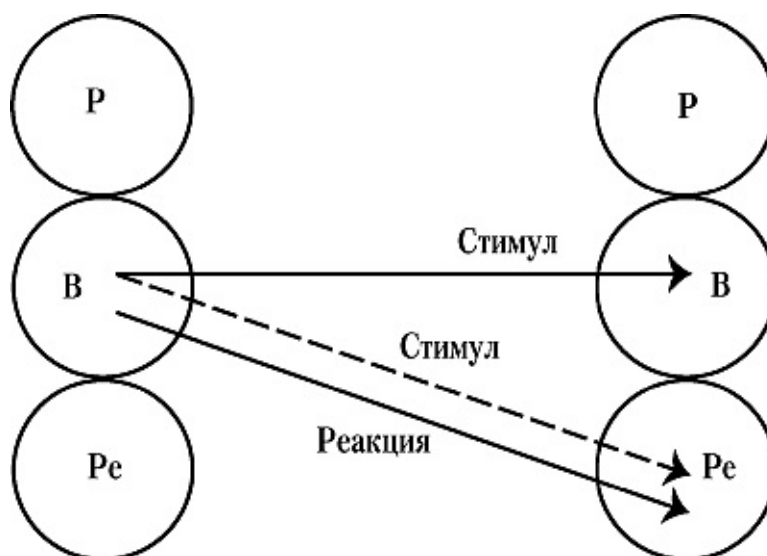


Рис. 4А. Успешная угловая транзакция (ВВ-ВРе) (РеВ)

На рис. 4Б представлена двойная транзакция. И в этом случае есть два уровня. Скрытый психологический уровень отличается от открытого социального. Изучение этих диаграмм показывает, что существует 81 в квадрате, или 6561, различных типов двойных транзакций.^[3] Если вычесть те, в которых социальный и психологический уровни повторяют друг друга (это, в сущности, 81 простая транзакция), остается 6480 типов двойных транзакций. К счастью, только шесть из них имеют значение в клинической и повседневной практике.^[4]

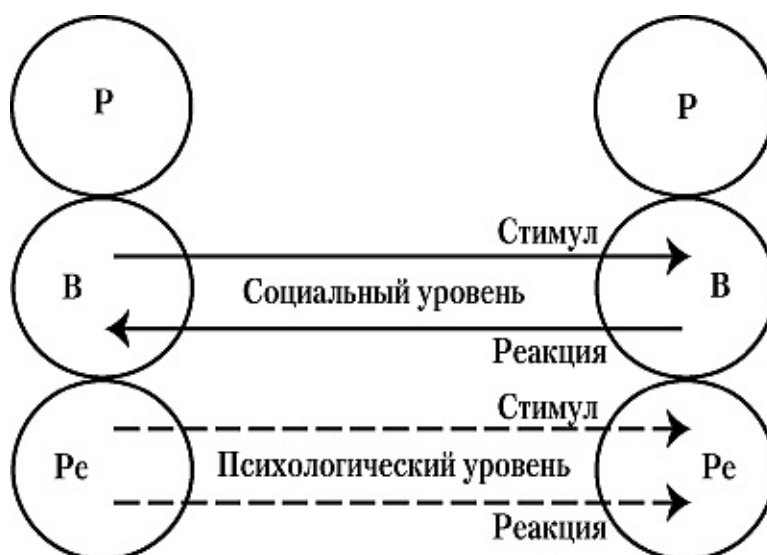


Рис. 4Б. Двойная транзакция (ВВ-ВВ) (РеРе-РеРе)

Читатель может спросить, зачем в этой главе приводится так много

цифр. Это сделано по трем причинам. 1. Причина Ребенка: многие любят числа. 2. Причина Взрослого: стремление продемонстрировать, что транзакционный анализ точнее большинства социальных и психологических теорий. 3. Причина Родителя: показать, что этот анализ, сколь бы он ни был точен, не способен вместить все разнообразие живых людей. Например, если мы участвуем только в трех транзакциях и перед нами каждый раз выбор из 6597 вариантов, мы можем провести эти транзакции 6597³ способами. Это дает примерно 300 миллиардов различных способов осуществления такого взаимодействия. Это, несомненно, предоставляет нам все возможности для выражения своей индивидуальности.

Если все население Земли разбить на пары, то эти пары смогли бы по двести раз обменяться взаимодействиями и при этом ни разу не повторили бы друг друга и не воспроизвели бы свои прежние взаимодействия. Поскольку люди обычно вовлечены в сотни и тысячи транзакций ежедневно, в распоряжении каждого триллионы и триллионы вариантов. Даже если человек испытывает отвращение к пяти тысячам из 6597 вариантов транзакций и никогда в них не вступает, все равно у него достаточно пространства для маневра, и поведение человека совсем не обязательно должно становиться стереотипным, если он сам этого не захочет. А если захочет, как поступает большинство, то это не вина транзакционного анализа, но влияние других воздействий, которые рассматриваются в данной книге.

Поскольку система в целом со всеми ее ответвлениями называется транзакционным анализом, как описано выше, анализ единичной транзакции мы будем называть **собственно транзакционным анализом**, что представляет собой второй шаг структурного анализа. Собственно транзакционный анализ дает строгое определение всей системы в целом, что представляет интерес преимущественно для людей, владеющих научной методологией. Транзакция, состоящая из единичного стимула и единичной реакции, вербальной или невербальной, то есть словесной или несловесной, есть единица социального действия. Она называется транзакцией, поскольку каждый участник что-то от нее получает, почему, собственно, и участвует в транзакции. Все происходящее между двумя и большим количеством людей можно разбить на серию простых транзакций, и это предоставляет все преимущества, какие получает любая наука, работая с хорошо классифицированным и определенным материалом.

Транзакционный анализ есть теория личности и социального

действия, а также клинический метод психотерапии; он основывается на анализе всех возможных трансакций между двумя или большим количеством людей на основе специально определенных состояний Я; все трансакции сводятся к определенному, ограниченному количеству типов (9 дополняющих, 72 пересекающихся, 6480 двойных и 36 угловых). Только пятнадцать из этих трансакций встречаются в обычной практике; остальные представляют собой скорее академический интерес. Любую систему или любой подход, не основанные на тщательном и строгом изучении единичных трансакций с учетом компонентов Я, нельзя называть трансакционным анализом. Такое определение позволяет создавать модели всех возможных форм социального поведения. Способ эффективен, поскольку он следует принципу научной экономии, который иногда называют «бритвой Оккама»,^[5] делая только два допущения: а) человек может переходить от одного состояния Я к другому; б) если А говорит что-то, а Б спустя короткое время тоже что-то говорит, можно установить, являются ли слова Б ответом на речь А. Способ эффективен, поскольку до сих пор среди тысяч и миллионов взаимодействий между людьми не нашлось ни одного, которое не подпадало бы под эту модель. Способ точен и строг, так как ограничен простыми арифметическими расчетами.

Лучший способ понять «Трансакционный подход» – поставить вопрос: «Что в поведении одно-, двух- или трехлетнего ребенка соответствовало бы поведению взрослого?»

В. Упорядочивание времени

Длинные серии трансакций, тянущиеся порой через всю человеческую жизнь, можно классифицировать таким образом, чтобы иметь возможность прогнозировать – кратковременно или долгосрочно – социальное поведение человека. Такие серии трансакций происходят даже тогда, когда не удовлетворяют инстинктивным стремлениям человека, потому что большинство людей испытывают тревогу, когда сталкиваются с неорганизованным временем; именно поэтому многие предпочитают приемы с коктейлями одиночеству. Необходимость в упорядочивании времени основана на трех влечениях или потребностях. Первое – это потребность в **стимулировании**, или **жажда ощущений**. Большинство организмов, включая человеческий, нуждаются в стимулирующих воздействиях, что бы ни говорили некоторые из нас. Это объясняет популярность американских горок и то, почему преступники всеми

способами стремятся избежать одиночного заключения. Второе – **жажда признания**, потребность в ощущениях особого типа, которые могут предоставить только другие люди и в некоторых случаях отдельные животные. Вот почему человеческим и обезьяньим младенцам недостаточно материнского молока; точно так же нужны им звуки, запахи, тепло и прикосновение матери, иначе они увянут, как увядают взрослые, когда некому сказать им «Здравствуйте». Третье – **жажда организованности**; именно поэтому люди стремятся создавать организации. А те, кто умеет организовывать время, – самые ценные и высокооплачиваемые члены общества.

Интересный пример объединения потребности в стимулировании и в организации можно найти у крыс, выращенных в состоянии сенсорной депривации, например в полной темноте или в постоянно освещенной белой клетке без каких-либо изменений. Позже этих животных помещают в обычные клетки с «нормальными» крысами. Установлено, что такие крысы отправляются в лабиринт за пищей, если он стоит на площадке, расчерченной, как шахматная доска, и не идут, если площадка однообразно окрашена. Крысы, выросшие в нормальной обстановке, отправляются за пищей, не обращая внимания на окраску площадки. Это свидетельствует, что для крыс стремление к упорядочиванию стимулов сильнее обычного голода. Экспериментаторы заключили, что потребность в упорядочивании (или, как они это называли, в «опыте восприятия») включает такие фундаментальные биологические процессы, как голод, и что следствия ранней сенсорной депривации могут сохраниться на всю жизнь в форме сильного влечения или сложного стимула.

Существуют четыре основные формы упорядочивания времени и два добавочных, пограничных случая. Таким образом, если в помещении оказываются два или больше индивидуумов, у них есть возможность выбора из шести вариантов социального поведения. На одном полюсе – уход в себя, когда общение между людьми отсутствует. Это происходит в таких совершенно различных ситуациях, как поезд метро или терапевтическая группа шизофреников. За уходом в себя, когда каждый индивидуум остается погруженным в собственные мысли, следует самая безопасная форма социального поведения – ритуал. Это в высшей степени стилизованные взаимоотношения, которые могут оставаться неформальными, а могут превратиться в строго формализованные церемонии, которые полностью предсказуемы. Трансакции ритуального типа почти не содержат информации, скорее, это знаки взаимного признания. Единицы ритуала называются **поглаживаниями**, по аналогии с

тем, как младенец и мать признают и принимают друг друга. Ритуалы запрограммированы извне традицией и социальными обычаями.

Следующая по степени безопасности форма социального поведения называется деятельностью. В повседневной жизни мы называем ее работой. Здесь транзакции запрограммированы материалом, с которым мы работаем, будь это дерево, бетон или арифметические задачи. Рабочие транзакции типично имеют форму Взрослый – Взрослый и ориентированы на окружающую реальность. Она, эта реальность, и является объектом деятельности. Далее следует развлечение, которое не в такой степени формализовано и предсказуемо, как ритуалы, но обладает определенной повторяемостью. Это многовариантное взаимодействие, которое имеет место на приемах, где гости не очень хорошо знакомы друг с другом. Развлечение тоже социально запрограммировано: говорят на общепринятые темы в общепринятой манере, но могут вклиниваться и индивидуальные ноты, ведущие к следующей форме социального поведения, которую называют **играми**.

Игрой называется комплекс скрытых транзакций, повторяющихся и характеризующихся четко выраженным психологическим выигрышем. Поскольку скрытые транзакции означают, что Водящий делает вид, что добивается одного, тогда как на самом деле ему нужно совсем другое, все игры обязательно связаны с надувательством. Но надувательство срабатывает только тогда, когда существует слабость, которую оно может использовать, какой-то «рычаг», за который может ухватиться другой игрок (Жертва). Такими рычагами или слабостями могут служить страх, жадность, чувствительность или раздражительность. Как только наживка проглочена, Водящий тянет за рычаг, чтобы получить свой «выигрыш». За этим следует некоторое замешательство, так как жертва пытается понять, что с ней произошло. По окончании игры оба участника собирают свои выигрыши. Взаимный выигрыш заключается в чувствах (не обязательно одинаковых), которые игра вызывает у Водящего и Жертвы. Если в наборе транзакций нет этих четырех особенностей, перед нами не игра. То есть транзакция должна быть скрытой, в ней должно быть надувательство (приманка), затем рычаг, смятение и выигрыш. Можно представить сказанное формулой:

$$П + С = Р \rightarrow П \rightarrow Н \rightarrow В \text{ (формула игры).}$$

П + С означает, что приманка схвачена, так что жертва хватается за рычаг (Р). Игрок берется за переключатель (П), затем следует момент

недоумения (Н), и оба игрока собирают свой выигрыш (В). То, что соответствует этой формуле, есть игра, то, что не соответствует, – не игра.

Уточним, что простое повторение или упорство еще не составляет игру. Так, если в терапевтической группе испуганный пациент еженедельно просит терапевта успокоить его («Скажите, что мне лучше, доктор»), получает нужное заверение и отвечает «Спасибо», это не обязательно скрытая транзакция. Пациент откровенно высказал свою потребность и поблагодарил за ее удовлетворение, он никоим образом не воспользовался ситуацией, а просто дал вежливый ответ. Такая транзакция, следовательно, составляет не игру, а операцию, а операции, сколь бы часто ни повторялись, должны отграничиваться от игр, точно так же как рациональные процедуры следует отграничивать от ритуалов.

Но если другая пациентка просит терапевта об ободрении, а получив его, использует, чтобы представить терапевта в глупом виде, это уже игра. Например, пациентка спрашивает: «Как вы думаете, мне станет лучше, доктор?», а сентиментальный терапевт отвечает: «Конечно, станет». И в этот момент пациентка открывает скрытый побудительный мотив своего вопроса. Вместо того чтобы ответить «Спасибо», как в прямой транзакции, она дергает за рычаг: «Почему вы считаете, что все знаете?» Ответ на мгновение выбивает терапевта из равновесия, чего и добивалась пациентка. Игра заканчивается, пациентка испытывает приподнятое настроение, так как ей удалось надуть терапевта, а сам врач раздражен; таковы выигрыши.

Эта игра точно следует формуле. Надувательством послужил первоначальный вопрос, а рычагом – сентиментальность терапевта. Проглотив приманку, терапевт ответил так, как ожидала пациентка. Используя рычаг, она вызывает момент недоумения и собирает свой выигрыш. Итак,

$$П + С = Р \rightarrow П \rightarrow Н \rightarrow В.$$

Это пример простой игры, которую с точки зрения пациента можно назвать «Ударь его», или «Сглазить», а с точки зрения терапевта – «Я только стараюсь вам помочь». На профессиональном жаргоне выигрыши называются купонами. «Хорошие» ощущения – это «золотые» купоны, а неприятные или раздражающие – «коричневые» или «синие» купоны. В нашем случае пациентка получила фальшивый золотой купон, испытала фальшивое торжество, а терапевт – коричневый купон, что вполне обычно.

[6]

У каждой игры есть свой девиз или особое выражение, по которому ее

можно распознать, такие, например, как «Я только стараюсь вам помочь». Часто название игры берется из девиза.

Рядом с игрой находится пограничный случай взаимодействия людей друг с другом, который называется близостью. Двусторонняя близость определяется как искреннее, свободное от игры взаимоотношение, когда каждый участник свободно отдает и получает без всякой выгоды. Близость может быть односторонней, когда одна сторона ведет себя искренне и отдает без расчета на выигрыш, а вторая извлекает из этого положения выгоду.

Сексуальные отношения дают примеры всего спектра человеческих взаимоотношений. Очевидно, что они могут иметь место и во время ухода в себя, могут стать частью ритуализованных церемоний, могут быть единственным видом деятельности, развлечением для дождливого дня, могут быть игрой с взаимной эксплуатацией и, наконец, подлинной близостью.

Г. Сценарии

Описанные выше формы социальной деятельности способствуют упорядочиванию времени, помогают избежать скуки и в то же время позволяют извлекать максимально возможное удовлетворение из каждой ситуации. Вдобавок у каждого индивидуума есть подсознательный план жизни, или сценарий, в котором он размечает длительные промежутки жизни – месяцы, годы и всю жизнь, – заполняя их периодами рациональной деятельности, развлечениями и играми, которые содействуют развитию сценария и одновременно приносят индивиду удовлетворение, обычно прерываемое периодами ухода в себя или короткими эпизодами близости. Сценарии обычно основаны на детских иллюзиях, которые могут сохраниться на всю жизнь; но наиболее чувствительные, восприимчивые и умные люди развеивают эти иллюзии одну за другой, что приводит к разнообразным жизненным кризисам. В ряду этих кризисов подростковая переоценка родителей, протесты, часто весьма причудливые, среднего возраста, а вслед за этим обретение философского отношения к жизни. Однако в некоторых случаях отчаянные попытки сохранить иллюзии в последующей жизни приводят к депрессиям или спиритуализму, тогда как отказ от всяких иллюзий ведет к отчаянию.

Упорядочивание времени – это объективный термин для обозначения экзистенциальных проблем, связанных с вопросом: что делать после того,

как вы сказали «Здравствуйте»? Нижеследующее содержит в себе попытку ответить на этот вопрос. Ответ основан на наблюдениях за тем, как это делают люди, и содержит некоторые предложения, как это нужно делать. Такой ответ можно получить, исследуя природу жизненных сценариев в процессе их развития.

Часть 2

Родительское программирование



Глава 3

Судьба человека

А. Жизненные планы

Судьба человека определяется тем, что происходит в его голове, когда он вступает в противоречие с внешним миром. Каждый человек сам планирует свою жизнь. Свобода дает ему силу, чтобы осуществлять собственные планы, а сила дает свободу вмешиваться в планы других. Даже если исход предрешен другими людьми или генетическим кодом, предсмертные слова человека и надпись на его могильной плите будут свидетельствовать о том, что он все-таки боролся. Если человек умер в одиночестве и забвении, только близко знавшие его будут помнить, за что же он боролся, а посторонние так и останутся в неведении. В большинстве случаев человек проводит всю жизнь, обманывая мир, а обычно и себя самого. С этими иллюзиями мы ниже познакомимся подробнее.

В раннем детстве каждый решает, как он будет жить и как умрет, и этот план, всегда присутствующий в сознании человека, мы называем сценарием. Повседневное поведение может быть обманчиво, но важнейшие решения уже приняты: человека какого типа он выберет в супруги, в какой постели умрет и кто будет в этот момент с ним рядом. В жизни может случиться не так, но хочет человек именно этого.

Магда

Магда была преданной женой и матерью, но когда ее младший сын тяжело заболел, она с ужасом поняла, что в глубине души она думает, представляет или даже хочет, чтобы ее любимый мальчик умер. Она вспомнила, что, когда муж ее служил в армии за морями и океанами, происходило то же самое. Ей до жути хотелось, чтобы его убили. В обоих случаях она рисовала себе картины собственного горя и страданий. Таков будет крест ее, и все окружающие будут восхищаться тем, как она его несет.

Вопрос: «А что будет после этого?»

Ответ: «Так далеко я никогда не заходила. Я буду свободна и смогу делать, что хочу. Начну сначала».

В школе у Магды было много сексуальных приключений с одноклассниками, и с тех пор чувство вины не оставляло ее. Смерть мужа или сына станет наказанием и искуплением за эту вину и освободит ее от материнского проклятия. Она больше не будет чувствовать себя парией. Окружающие воскликнут «Какая она мужественная!» и сочтут ее достойным представителем человечества.

Всю жизнь она прокручивала в голове этот трагический фильм. Это третий акт ее жизненной драмы, или сценария, написанного в детстве. Акт I: сексуальная вина и смущение; акт II: материнское проклятие; акт III: искупление; акт IV: освобождение и новая жизнь. В действительности же Магда вела обычную жизнь в соответствии с наказами родителей и делала все, чтобы члены ее семьи были здоровы и счастливы. Это противоположный сценарию сюжет, или контрсценарий, и он совсем не драматичный и не возбуждающий.

Сценарий – это постоянно действующий жизненный план, созданный в детстве под воздействием родителей. Это психологическая сила, подталкивающая человека к его судьбе, независимо от того, сопротивляется ли он или подчиняется добровольно.

В наши намерения не входит свести все поведение человека и всю его жизнь к формуле. Совсем наоборот. Реальный человек может быть определен следующим образом: это тот, кто действует спонтанно, но рационально и достойно и учитывает при этом интересы других людей. Тот же, кто действует по формуле, не может считаться реальным человеком. Но так как таких людей много, стоит подробнее познакомиться с ними.

Делла

Делла – соседка Магды, ей нет еще тридцати, и она ведет такой же домашний образ жизни. Но муж ее, коммивояжер, много разъезжает. Иногда в его отсутствие Делла начинает пить и оказывается далеко от дома. Эти эпизоды выпадают у нее из памяти, и, как обычно в таких случаях, она знает об этом только потому, что оказывается вдруг в незнакомом месте, а в записной книжке у нее имена и телефоны незнакомых людей. Это приводит ее в ужас. Она понимает, что может разрушить свою жизнь, связавшись однажды с недостойным человеком или преступником.

Сценарии создаются в детстве, так что, если это сценарий, он исходит из детства. Мать Деллы умерла, когда девочка была совсем маленькой, а отец целые дни проводил на работе. Делла не ладила с другими детьми в

школе. Она чувствовала себя неполноценной и жила одиноко. Но позже она обнаружила способ приобрести популярность. Как и Магда, она предоставляла себя мальчикам для любовных игр. Ей никогда не приходило в голову, что существует связь между теми развлечениями на сеновале и ее нынешним поведением. Но в голове ее всегда сохранялся план жизненной драмы. Акт I: завязка. Развлечения на сеновале и чувство вины; акт II: основная часть. Развлечения в пьяном и бессознательном виде и ощущение вины; акт III: расплата. Разоблачение и наказание; она теряет все: мужа, детей, положение в обществе; акт IV: освобождение в финале. Самоубийство. И тогда все ее пожалеют.

И Магда, и Делла вели мирную жизнь в соответствии со своими контрсценариями, но их не оставляло предчувствие неизбежной судьбы. Их сценарии – это трагедии, в конце которых освобождение и примирение. Отличие в том, что Магда терпеливо ждала, пока вмешается бог и исполнит ее предназначение – спасение; в то время как Делла, подстегиваемая своим внутренним «демоном», нетерпеливо устремлялась к своей судьбе – проклятию, смерти и прощению. Так с одинакового старта («сексуальные грешки») женщины разными путями движутся к разным финалам.

Психотерапевт сидит в своем кабинете, как мудрец, и ему платят, чтобы он что-то с этим сделал. И Магда, и Делла освободятся, если кто-нибудь умрет, но задача психотерапевта – найти лучший способ освободить их. Он выходит из своего кабинета и идет по улицам, мимо биржевых маклеров, стоянок такси и баров. Почти все, кого он видит, ждут Большого Убийства. В продовольственном магазине мать кричит дочери: «Сколько раз я тебе велела не трогать это?», а в это время кто-то восхищается ее маленьким сыном: «Какой он умный!» Когда психотерапевт приходит в больницу, параноик спрашивает у него: «Как мне выбраться отсюда, доктор?» Больной в депрессивном состоянии говорит: «Ради чего я живу?», а шизофреник отвечает ему: «Живущий да не умрет! На самом деле я не такой глупый». То же самое они говорили и вчера. Они так и будут стоять на своем, а снаружи люди продолжают надеяться. «Может, увеличить дозу препарата?» – спрашивает практикант. Доктор Кью поворачивается к шизофренику и смотрит ему в глаза. Шизофреник в ответ смотрит на него. «Увеличить твою дозу?» – спрашивает доктор Кью. Парень какое-то время думает, потом отвечает: «Нет». Доктор Кью протягивает руку и говорит: «Здравствуй». Шизофреник пожимает ему руку и отвечает: «Здравствуй». Потом они оба поворачиваются к практиканту, и доктор Кью говорит: «Здравствуйте». Практикант польщен, но пять лет спустя на совещании психиатров он подойдет к доктору Кью и скажет: «Привет, доктор Кью.

Здравствуйте».

Мэри

«Когда-нибудь я открою детский сад, четырежды выйду замуж, разбогатею на торговле акциями и стану знаменитым хирургом», – сказала пьяная Мэри.

Это не сценарий. Во-первых, ни одну из этих идей она не получила от родителей. Они ненавидели детей, не признавали развода, считали рынок ценных бумаг слишком ненадежным, а их хирург предъявлял слишком большие счета. Во-вторых, ее личность не была приспособлена для подобных исходов. Мэри неловко чувствовала себя с детьми, была фригидна и холодна с мужчинами, боялась рынка, и руки у нее дрожали от пьянства. В-третьих, она уже давно решила днем заниматься торговлей недвижимостью, а по вечерам и в уикенды напиваться. В-четвертых, ни одна из этих перспектив не привлекала ее. Скорее это было выражение того, что она не станет делать. И, в-пятых, всем, кто ее слышал, было очевидно, что она ничего подобного не сделает.

Сценарий требует: 1) родительских указаний; 2) соответствующего развития личности; 3) решения, принятого в детстве; 4) реальной заинтересованности в соответствующем методе успеха или неудачи; 5) правдоподобия (или правдоподобного начала, как говорят сегодня).

Настоящая книга описывает аппарат сценария и возможные способы его изменения.

Б. На сцене и за сценой

Театральные сценарии интуитивно выводятся из сценариев жизненных, и, чтобы разобраться в них, есть смысл рассмотреть связи и сходство между ними.

1. И те и другие основаны на ограниченном количестве сюжетов, наиболее известный из которых – трагедия Эдипа. Подходящие сюжеты можно найти также у других древнегреческих драматургов и в греческой мифологии. У других народов в мистических религиозных драмах мы встречаем либо грубые дифирамбы, либо развратные оргии, но древние греки и древние евреи первыми выделили и описали образцы и типичные сюжеты человеческой жизни. Конечно, человеческая жизнь полна борьбы, пафоса, надгробного плача и богоявлений, как и в первобытных ритуалах,

но когда описание дается обычным языком, а описывается встреча мужчины и девушки при луне под лавровым деревом, понять гораздо легче. Сведенная к этому уровню греческими поэтами, жизнь каждого человека уже изображена Булфинчем и Грейвзом.^[7] Если боги улыбаются человеку, ему живется неплохо. Но если они хмурятся, в нем что-то ломается. И если он хочет устранить проклятие или как-то приспособиться жить с ним, он становится пациентом.

Для исследователя транзакционного сценария, как и для критика сценария литературного, это означает, что если известна суть интриги и образы, известен и конец, если только не вмешаются какие-то непредвиденные силы. Например, психотерапевту, как и драматургу, совершенно ясно, что Медea предрасположена к убийству своих детей и обязательно сделает это, если только ее кто-нибудь не отговорит; им обоим также ясно, что, если бы она посещала терапевтическую группу, ничего подобного не произошло бы.

2. Определенные жизненные сценарии, если им не мешать развиваться, имеют вполне предсказуемый финал; но чтобы человек имел оправдание для своих поступков, нужно, чтобы между ним и окружающими состоялся вполне определенный диалог. И в театре, и в реальной жизни каждый персонаж должен выучить свои реплики наизусть и произнести их вовремя, чтобы окружающие могли отреагировать надлежащим образом. Если герой меняет свой текст и состояние Я, окружающие будут реагировать по-другому. Это изменяет весь сценарий, и именно такова цель психотерапевта, занимающегося анализом сценария. Если Гамлет начнет произносить строки из другой пьесы, Офелии тоже придется изменить текст, чтобы происходящее имело какой-то смысл, и весь спектакль пойдет совсем по-другому. И тогда они вдвоем могут сбежать, а не бродить в тоске по замку – пьеса получится плохая, но жизнь, вероятно, станет гораздо лучше.

3. До первого представления сценарий приходится переписывать, разучивать, проводить репетиции. В театре есть читки, повторы, костюмные репетиции и генеральные репетиции перед премьерой. Жизненные сценарии начинаются в детстве с примитивной формы, которая называется протоколом. Здесь круг ролей весьма ограничен – только родители, братья и сестры; если же ребенок воспитывается в приюте или приемными родителями, в списке ролей – товарищи или воспитатели. Окружающие играют свои роли прямолинейно, потому что каждая семья – это своего рода организация с четкими правилами, и ребенок не может научиться в ней гибкости. Но, переходя в подростковый возраст, он

начинает встречаться с другими людьми. Он ищет тех, кто может играть роли, предписанные его сценарием (они будут это делать, потому что он сам играет определенную роль в их сценарии). В это время он переписывает свой сценарий, чтобы учесть новое окружение. Основной сюжет остается прежним, но действие развивается несколько по-другому. В большинстве случаев (если не считать подростковых самоубийств или убийств) это репетиция – нечто вроде прогона в маленьком городке. Пройдя через несколько таких адаптаций, человек подходит к основному представлению – и к финальному выигрышу. Если сценарий «благоприятный», финал проходит в форме прощального обеда. Если «неблагоприятный», прощальные слова произносятся на больничной койке, у дверей тюремной камеры, в психиатрической лечебнице, у подножия виселицы или в морге.

4. Почти в каждом сценарии есть роли «хороших парней» и «плохих парней», «победителей» и «побежденных». Определение Хорошего и Плохого, Победителя и Неудачника у каждого сценария свое, но совершенно очевидно, что эти четыре типа представлены в каждом сценарии, хотя иногда объединяются в две роли. Например, в ковбойском сценарии Хороший одновременно Победитель, а Плохой – Неудачник. Хороший означает храброго, решительного, честного и чистого; Плохой может означать трусливого, нерешительного, мошенника и развратника. Иногда Победитель – это тот, кто выживает; Неудачник – тот, кого повесили или застрелили. В «мыльной опере» Победителем является девушка, которой достается жених; Неудачником – та, от которой уходит мужчина. В фильмах, посвященных бизнесу, Победитель тот, кто заключает наилучший контракт или получает наибольшую прибыль; Неудачник – тот, кто не умеет обращаться с ценными бумагами.

Психотерапевты, анализируя сценарии, называют Победителей Принцами и Принцессами, а Неудачников – Лягушками. Цель анализа сценария – превратить Лягушек в Принцев и Принцесс. Чтобы достичь этого, психотерапевт должен установить, каковы были хорошие и плохие парни в родительских сценариях и кто там был Победителем и Неудачником. Пациент может сопротивляться попыткам превратить его в Победителя, потому что пришел к психотерапевту совсем не за этим: он просто хочет стать храбрым Неудачником. Это естественно, поскольку соответствует его сценарию; если же он станет Победителем, ему придется выбросить большую часть своего сценария и начинать заново, а большинство не хочет этого.

5. Все сценарии, и в театре и в жизни, отвечают на главный вопрос

человеческого существования: что вы говорите после того, как сказали «Здравствуйте»? Например, трагедия Эдипа и вся его жизнь связаны с этим вопросом. Встретив старика, Эдип прежде всего говорит: «Здравствуй». А следующие его слова в соответствии со сценарием: «Хочешь сразиться?» Если старик отвечает «нет», Эдипу больше нечего ему сказать и он может только стоять, тупо гадая, поговорить ли о погоде, об исходе текущей войны или о том, кто выиграет очередные Олимпийские игры. Проще всего ему отделаться, сказав: «Рад был познакомиться», «Si vales bene est, ego valeo»^[8] или «Все дело в умеренности», и идти своей дорогой. Но если старик отвечает «да», Эдип восклицает: «Превосходно!», потому что знает теперь, что говорить дальше.

6. Как и театральные сцены, сцены жизненного сценария должны быть мотивированы и подготовлены заранее. Простой пример: у вас «вдруг» кончается бензин. Почти всегда это означает, что за два-три дня до этого вы начинаете поглядывать на счетчик, «планировать», как бы заправиться поскорее, но ничего не делаете. Ясно же, что невозможно неожиданно «лишиться бензина», если только вы не в чужой и не в сломанной машине. В сценарии Неудачника это почти всегда неизбежное, заранее запланированное событие. А большинство Победителей всю жизнь ни разу не остаются на обочине с пустым баком.

Жизненные сценарии основаны на родительском программировании, которое необходимо ребенку по трем причинам: 1. Оно дает цель жизни, которую иначе пришлось бы отыскивать самому. Ребенок обычно действует ради других, чаще всего ради родителей. 2. Оно дает ему приемлемую возможность организовывать свое время (то есть приемлемую для родителей). 3. Человеку нужно объяснять, как делать то или иное. Учиться самому, возможно, интересно и привлекательно, но не всегда практично. Хорошим пилотом не станешь, разбив несколько самолетов и научившись на своих ошибках. Пилот должен учиться на ошибках других, а не на собственных. У хирурга должен быть учитель, он не должен вырезать аппендиксы один за другим, чтобы понять, как это делается и какие здесь возможны ошибки. Поэтому родители программируют детей, передавая им все, чему научились или чему, как им кажется, они научились. Если они Неудачники, то передают программу Неудачника; если Победители – программу Победителя. Модель, рассчитанная на долговременное исполнение, всегда имеет сюжетную линию. И если дурной или благополучный исход predetermined родительским программированием заранее, сюжет ребенок часто волен отыскивать собственный.

В. Мифы и сказки

Первый и наиболее архаичный вариант сценария, первичный протокол создается в сознании ребенка в том возрасте, когда для него реальны только члены его семьи. Мы считаем, что родители представляются ему огромными фигурами, наделенными волшебной властью, как великаны, гиганты, людоеды, чудовища и горгоны в мифологии, хотя бы потому, что родители втрое выше и в десять раз массивнее ребенка.

Подрастая, ребенок набирается ума-разума и перемещается из классической вселенной в более романтический мир. Он создает первый палимпсест, или переработанный вариант своего сценария, чтобы сценарий более соответствовал новому представлению об окружении. В нормальных условиях ему в этом помогают сказки и рассказы о животных, которые вначале ему читает мать, а потом он сам на досуге, когда может отпустить на волю свое воображение. В этих рассказах и сказках тоже есть волшебство, но оно не сотрясает небо и землю, как в мифах. Они дают ему целый набор новых типажей, чтобы он мог по своей воле раздавать им роли. В его распоряжении все персонажи мира животных, которые либо знакомы ему как товарищи по играм, либо представляются страшилищами, которых он видит только на расстоянии, или полувоображаемыми созданиями с неведомыми возможностями, о которых он только слышал или читал. А может, они сойдут к нему с телевизионного экрана: в этом возрасте даже телереклама окружена волшебным ореолом. Но даже в худшем случае, лишенный книг и телеэкрана, а иногда и матери, ребенок способен представить себе, что где-то существуют коровы и другие животные.

На первой стадии он имеет дело с волшебниками, которые способны превращаться в животных. На второй ребенок просто приписывает животным человеческие качества. Эта способность до некоторой степени сохраняется и у взрослых, особенно тех, кто много времени проводит в конюшне, на псарне или в бассейне с дельфинами.

На третьей стадии, в подростковом возрасте, он опять переписывает сценарий, приспособляя его к новой реальности. Она по-прежнему представляется ему романтической или золотой, иначе он пытается позолотить ее – с помощью наркотиков. Постепенно, по мере того как идут годы, он все более сближается с реальностью, все чаще получает от окружающих именно те ответы, которые предусмотрены его сценарием. Таким образом, год за годом, десятилетие за десятилетием, он готовится к

заключительному спектаклю. И именно его представление о прощальном спектакле прежде всего должен изменить психотерапевт.

Ниже приводятся примеры сходства между мифами, волшебными сказками и реальными людьми. Лучше всего это понять на основе транзакционного анализа, того марсианского способа, о котором мы говорили. Способ этот тоже основан на мифе, придуманном специалистами по анализу игр и сценариев. Он будто бы позволяет объективнее взглянуть на жизнь. Марио, марсианин, прилетает на Землю, а потом возвращается к себе, чтобы рассказать, «каковы люди на самом деле» (а не то, как они сами себя представляют или что о себе говорят). Марсианин не прислушивается к высоким словам, не изучает статистические таблицы, он просто наблюдает, что делают люди друг с другом. Вот в качестве примера история похищения Европы.

Похищение Европы

Европа была внучкой Нептуна. Однажды она собирала цветы на прибрежном лугу. Неожиданно появился прекрасный бык и преклонил перед ней колени. Взглядом он приглашал ее сесть к нему на спину. Ее так увлекли его мелодичный голос и дружелюбное поведение, что девушка решила: неплохо бы прокатиться на нем по долине. Но как только она села к нему на спину, бык побежал к морю. На самом деле это был Юпитер, а Юпитер ни перед чем не остановится, когда увидит приглянувшуюся ему девушку. Впрочем, Европа не особенно пострадала: после того как они высадились на Кипре, она родила трех царей, и ее именем был назван целый континент. Все это произошло будто бы в 1552 году до Рождества Христова, а прочесть об этом можно во «Второй идиллии» Мосха.

Похититель – Юпитер – происходил из необычной семьи. Его отец, Сатурн, в соответствии с «Теогонией» Гесиода, имел шестерых детей. Первых пятерых он проглотил сразу после их рождения, но когда родился шестой, мать спрятала его и подложила вместо ребенка закутанный в пеленки камень, и отец его тоже проглотил. Когда Юпитер вырос, он с помощью бабушки заставил Сатурна изрыгнуть и камень, и пятерых проглоченных братьев и сестер: Плутона, Нептуна, Весту, Цереру и Юнону. Когда Европа наскучила Юпитеру, она связалась с Данаем, царем Египта, и родила от него дочь Амимону. Царь, отец Амимоны, послал ее провести воду к городу Аргосу, и когда она это делала, ее увидел Нептун и исполнился любовью. Он спас девушку от развратного сатира и взял себе.

Нептун был прадедом Амимоны, в то время как Юпитер был двоюродным дедом ее матери.

Теперь разобьем самые значительные транзакции этой семейной саги на стимулы и реакции. Каждая реакция, разумеется, может стать стимулом для следующей транзакции.

1. **Стимул.** Прекрасная девушка грациозно рвет цветы. **Реакция.** Любвеобильный бог, ее двоюродный дед, превращается в золотого быка.

2. **Реакция.** Девушка гладит его по бокам и голове. **Реакция.** Бык склоняет колени и закатывает глаза.

3. Девушка садится ему на спину. Бык похищает ее.

4. Она выражает свой страх и удивление и спрашивает его, кто он такой. Он успокаивает ее, и все оборачивается хорошо.

5. **Стимул.** Отец пожирает собственных детей. **Реакция.** Мать скормливает ему камень.

6. **Реакция.** Спасенный сын заставляет отца вернуть братьев и сестер и проглоченный камень.

7. **Стимул.** Отец посылает прекрасную девушку подвести воду. **Реакция.** Она попадает в неприятности с сатиром, которого в наши дни называли бы «волком».

8. **Стимул.** Ее красота возбуждает ее прадеда. **Реакция.** Он спасает ее от сатира и забирает себе.

Для специалиста, анализирующего сценарий, самое интересное в этой серии мифических транзакций (в пересказе Мосха) следующее. Европа, несмотря на жалобы и протесты, так и не сказала «Остановись!» или «Немедленно отнеси меня назад!». Напротив, она тут же принялась гадать, кто ее похититель. Иными словами, хотя внешне она протестует, на самом деле она не хочет прерывать представление, она подчинилась ему, и ее интересует только конец. Поэтому жалобы ее двусмысленны; марсианин называет их «игровыми» или «сценарными». В сущности, она играет в игру под названием «Насилуют!», которая соответствует ее сценарию. Согласно сценарию она должна стать матерью царей «против своей воли». Интересоваться личностью похитителя – не лучший способ отговорить его от насилия; а протесты должны снять с девушки ответственность за флирт с похитителем.

Есть гораздо более знакомый сюжет, включающий все эти транзакции, хотя и в слегка измененном порядке. Нижеследующая версия заимствована у Эндрю Ланга^[9] и братьев Гримм. Эту сказку с самого раннего возраста знают буквально все дети в англоязычных странах, да и в других тоже, и она дает мощный стимул развитию их воображения.

Красная Шапочка

Жила-была маленькая девочка по имени Красная Шапочка (КШ), и однажды мама послала ее в лес отнести бабушке пирожок. По дороге она встретила волка-соблазнителя, который счел ее лакомым кусочком. Он предложил ей не важничать, прогуляться по полянке, передохнуть и нарвать цветочков. Девочка задержалась, а волк отправился к дому бабушки и проглотил старушку. Когда пришла КШ, он притворился ее бабушкой и пригласил девочку лечь с ним в постель. Девочка послушалась, но заметила много странностей во внешности бабушки и усомнилась в том, что это действительно она. Вначале волк пытался разубедить ее, а потом проглотил (очевидно, не жуя). Пришел охотник и спас девочку, разрезав волку брюхо. Оттуда вышла и живая бабушка. А потом КШ помогла охотнику набить брюхо волка камнями. В некоторых вариантах КШ зовет на помощь, и охотник спасает ее в самый последний момент, не дав волку ее проглотить.

Опять перед нами сцена соблазнения, в которой участвуют невинная девушка, которая любит собирать цветы, и коварное животное, предающее ее. Животное любит пожирать детей, но в конце концов его кормят камнями. Как и Амимона, КШ должна выполнить поручение, чтобы помочь другим, точно так же она страдает от волка и находит спасителя и друга.

Для марсианина с этой историей связан любопытный вопрос. Марсианин целиком принимает историю на веру, включая говорящего волка, хотя сам никогда таких не встречал. Но, размышляя о случившемся, марсианин думает, что бы все это означало на самом деле и почему люди так поступают? Вот каковы его мысли об этом.

Реакция марсианина

Однажды мама послала КШ отнести пирожок бабушке, и в лесу девочка встретила волка. Какая мать пошлет дочь в лес, в котором встречаются волки? Почему мать сама этого не сделала или не пошла с КШ? Если бабушка настолько беспомощна, почему мать оставила ее так далеко жить одну в хижине? Но если КШ все же нужно идти, почему мать не предупредила ее, что не нужно останавливаться и разговаривать с волками? Из сказки ясно, что КШ не знала, насколько это опасно. Мать не может быть так глупа. Похоже, ей все равно, что случится с КШ; возможно, она даже хочет от нее избавиться. Девочка тоже не может быть так глупа.

Как могла КШ видеть волчьи глаза, зубы, уши, лапы и думать, что перед ней ее бабушка? Почему она не убежала как можно быстрее? И какая она злая, если набивает брюхо волка камнями! Во всяком случае, любая разумная девочка, поговорив с волком, не стала бы задерживаться, чтобы нарвать цветов, а сказала бы себе: «Этот сукин сын сожрет мою бабушку, если я не прибегу ей на помощь».

Даже бабушка и охотник вызывают подозрения. Но если мы рассмотрим персонажей этой сказки как реальных людей, у каждого из которых есть собственный сценарий, мы увидим, как четко их роли, с точки зрения марсианина, соответствуют одна другой.

1. Мать, очевидно, хочет «случайно» избавиться от дочери. Или по крайней мере иметь возможность сказать: «Разве это не ужасно? В наши дни нельзя даже погулять по лесу, чтобы волк...» и так далее.

2. Волк, вместо того чтобы питаться кроликами и прочей мелочью, явно живет выше своих возможностей. Он должен понимать, что это добром не кончится. Следовательно, он сам напрашивается на неприятности. Очевидно, в молодости он начитался Ницше или чего-то еще в том же духе (если он может говорить и завязать на голове чепец, почему бы ему не уметь и читать?), и его девиз что-то вроде: «Живи с опасностями и умри со славой».

3. Бабушка живет одна и не запирает дверь. Очевидно, она надеется, что произойдет что-нибудь интересное, что-то такое, чего не могло бы случиться, если бы она жила с семьей. Может, именно поэтому она не живет с родственниками или хотя бы по соседству. Очевидно, она еще достаточно молода, чтобы искать приключений, потому что КШ – маленькая девочка.

4. Охотник, очевидно, спаситель, которому нравится наказывать побежденного противника с помощью маленьких девочек. Это, совершенно очевидно, подростковый сценарий.

5. КШ говорит волку, где он снова может ее встретить, и даже ложится с ним в постель. Она явно играет в «Насилуют!» и остается вполне довольна происшествием.

В этой истории каждое действующее лицо стремится к участию в сюжете любой ценой. Если брать всю историю на веру, то это просто сложная интрига, направленная против бедного волка. Его заставили поверить, что он способен одурачить любого, используя КШ в качестве приманки. В таком случае мораль этой истории не в том, что невинные девушки должны держаться подальше от леса, в котором встречаются волки. Напротив, волки должны сторониться невинно выглядящих девушек

и их бабушек. Короче, волк не должен гулять по лесу в одиночку. Кстати, возникает еще один интересный вопрос: что делает мать, избавившись на целый день от КШ?

Если все это кажется циничным или игривым, попробуйте представить себе КШ в реальной жизни. Главный вопрос таков: с такой матерью и после такого опыта кем станет КШ, когда вырастет?

Сценарий Красной Шапочки

В психоаналитической литературе много внимания уделяется символическому значению камней, засунутых в живот. Но для специалиста по транзакционному анализу главное все же – транзакции между участниками.

Керри обратилась к психотерапевту в возрасте тридцати лет с жалобами на головные боли и депрессию. Она не знала, чего ей хочется, и не могла найти себе партнера. Как и все Красные Шапочки в опыте доктора Кью, она всегда старалась помочь другим, но не прямо, а косвенным образом. Однажды она сказала:

– На улице возле вашего кабинета больная собака. Не хотите ли позвонить в АОЗЖ?^[10]

– А почему вы сами не позвонили? – спросил доктор Кью.

На что она ответила:

– Кто, я?

Сама она никого никогда не спасала, но всегда знала, где найти спасителя. Это типично для КШ. Тогда доктор Кью спросил ее, не работала ли она когда-нибудь в конторе, где во время перерыва кого-нибудь посылают за пирожками или бутербродами. Она ответила, что работала.

– Кто же ходил за пирожками?

– Конечно, я, – сказала она.

Вот какова жизнь Керри в соответствии с ее сценарием. В возрасте от шести до десяти лет мать часто отправляла ее в дом своих родителей с поручениями или просто поиграть. Часто девочка приходила, когда бабушки дома не было. И тогда дед играл с ней, обычно запуская руки ей под юбку. Она никогда не рассказывала об этом маме, потому что знала: мама рассердится и назовет ее лгуньей.

Сейчас она часто встречается мужчин и «мальчиков», многие назначают ей свидания, но она всегда порывает с ними после двух-трех встреч. Каждый раз, когда она рассказывает доктору Кью об очередном разрыве, он

спрашивает, почему это произошло. И она отвечает: «Ха! Ха! Ха! Потому что он волчонок». Так она проводит годы, бродя по лесам деловой части города, принося пирожки сослуживцам, время от времени сталкиваясь с «волчатами», – тусклое, угнетающее прозябание. На деле самое волнующее событие в ее жизни – это история с ее дедом. И похоже, она готова провести всю жизнь в ожидании повторения такого события.

Это рассказ о том, как проходила жизнь КШ после окончания сказки. Приключение с волком – самое интересное, что случилось в ее жизни. Когда она выросла, КШ продолжала бродить по лесу, принося добро другим людям и в глубине души надеясь встретиться с другим волком. Но встречались ей только волчата, и их она презрительно отбрасывала. История Керри говорит нам также, кто был на самом деле волком и почему КШ оказалась настолько смела, что легла с ним в постель: это был ее дедушка.

Характеристика КШ в реальной жизни такова:

1. Мать часто посылает ее с поручениями.
2. Ее совращает дедушка, но она не рассказывает об этом матери. Если бы она это сделала, ее назвали бы лгуньей. Иногда она притворяется глупенькой, делая вид, что не понимает происходящего.
3. Сама она обычно не спасает других, но любит организовывать спасательную команду и всегда ищет такие возможности.
4. Когда она вырастает, ее по-прежнему посылают с разными поручениями. И она может заиграться или заблудиться, как маленькая девочка, а не идет прямо к цели, как подобает взрослым.
5. Она живет в ожидании какого-нибудь волнующего события, а тем временем скучает, так как встречает только волчат, а не взрослых волков.
6. Ей нравится набивать волчье брюхо камнями или находить равноценный заменитель этому увлекательному занятию.
7. Неясно, видится ли ей мужчина-психотерапевт спасителем или он только приятный, не озабоченный сексуально дедушка, с которым она чувствует себя удобно и испытывает легкую ностальгию и с которым она примиряется за неимением ничего лучшего.
8. Она смеется и соглашается, когда он говорит, что она напоминает ему КШ.
9. Как ни странно, она почти всегда носит красный плащ.

Следует отметить, что сценарии матери Красной Шапочки, ее бабушки и дедушки с материнской стороны должны быть дополняющими, чтобы такие сексуальные эпизоды случались регулярно. Счастливый конец сказки вызывает подозрения, так как в реальной жизни счастливых концов не

бывает. Сказки рассказывают доброжелательные родители, поэтому счастливый конец есть вторжение благожелательного, но ложного Родительского состояния Я; сказки, созданные самими детьми, гораздо реалистичнее, и у них совсем не обязателен счастливый конец; на самом деле они обычно заканчиваются ужасно.

Г. В ожидании Rigor mortis

Одна из целей сценарного анализа – соотнести жизненный план пациента с грандиозной историей развития психологии человеческой расы, которая, очевидно, не слишком изменилась с пещерных времен, пройдя через эпохи первых небольших земледельческих и скотоводческих поселений, через эру великих тоталитарных империй Ближнего Востока и вплоть до нашей эры. Джозеф Кемпбелл в своей книге «Герой с тысячью лиц», которая является учебником для каждого сценарного аналитика, подводит такой итог:

«Фрейд, Янг и их последователи неопровержимо доказали, что логика, герои и само действие мифов сохранились до наших дней... Позднейшее воплощение Эдипа, герой продолжения романа о красавице и чудовище сегодня стоит на углу Сорок второй улицы и Пятой авеню и ждет, когда загорится зеленый свет». Кемпбелл указывает, что если герой мифа добивается всемирного торжества, то герой сказки одерживает победу только в узком домашнем кругу. А мы добавим, что пациенты потому пациенты, что не могут достичь победы, которая им нужна и ради которой они борются. Поэтому они приходят к терапевту, «знающему все тайные способы и великие слова. Он исполняет роль мудреца в старых мифах и сказках, чьи наставления помогают герою пройти через все испытания и ужасы на его пути».

Так, во всяком случае, видит это Ребенок пациента, что бы ни говорил его Взрослый; и совершенно очевидно, что все дети, начиная с рассвета человеческой истории, имели дело с одними и теми же проблемами и получали в свое распоряжение то же оружие. Если отбросить случайные черты, жизнь все так же вливает старое вино в новые мехи: кокосовые и бамбуковые бутылки уступают место козьим мехам, мехи – глине, глина – стеклу, стекло – пластмассе, но виноград вряд ли изменился, и в начале попойки нас ждет то же самое возбуждение и опьянение, а на дне бутылки – тот же осадок. Оттого-то, говорит Кемпбелл, так мало вариантов в сюжетах и так короток список действующих лиц. Поэтому, зная ключевые

моменты сценария пациента, мы с определенной долей уверенности можем предсказать, куда он направляется, и помочь ему свернуть с избранного пути, прежде чем он встретится с неприятностями или катастрофой. Это называется превентивная психология, или «добиваться улучшения». Больше того, мы в состоянии помочь пациенту изменить сценарий или дать ему новый, а это есть корректирующая психотерапия, или излечение.

Конечно, совсем не обязательно точно подобрать миф или сказку, которым следует пациент; но чем ближе мы к этому подойдем, тем лучше. Без такого исторического основания часты ошибки. Частный эпизод из жизни пациента или его любимая игра могут быть приняты за весь сценарий; появление одного символического животного, например волка, приведет к тому, что психотерапевт устремится по неверному пути. Сопоставление жизненного плана пациента или плана его Ребенка с разработанным до мелочей сюжетом, испытанным сотнями или тысячами поколений благодаря тому, что он соответствует самым архаичным уровням человеческого сознания, по крайней мере дает прочное основание для работы и может дать указания, что делать, чтобы предотвратить или смягчить печальный финал.

Сценарий «В ожидании Rigor mortis»

Сказка, к примеру, может выявить реальные элементы сценария, до которых без нее трудно было бы докопаться, такие как «сценарные иллюзии». Трансакционный аналитик считает, что психиатрические симптомы являются результатом некоторой формы самообмана. Но именно потому, что неприятности пациента основаны на вымысле, его можно вылечить.

В сценарии, известном как «Фригидная женщина», или «В ожидании Rigor mortis» (BORM), мать постоянно говорит дочери, что мужчины – животные, но долг жены – убаживать их животные страсти. Если мать будет очень настаивать, у дочери может возникнуть мысль, что она способна умереть, испытав оргазм. Снобизм таких матерей обычно проявляется в том, что они предлагают выход, или «антисценарий», способный снять проклятие. Дочь может позволить себе секс, если выйдет замуж за очень влиятельного человека, настоящего Принца с Золотыми Яблоками. А если не выйдет, постоянно повторяет мать, «все твои беды кончатся, когда наступит климакс, потому что тогда тебе больше не будет угрожать секс».

Становится очевидным, что здесь мы имеем дело с тремя иллюзиями:

оргатанатос, или смертельный оргазм; Принц с Золотыми Яблоками; благословенное освобождение, очищающий климакс. Но все это не реальные иллюзии сценария. Девушка во время мастурбации испытала оргатанатос и знает, что он не смертелен. Принц с Золотыми Яблоками – тоже не иллюзия, потому что она может встретить такого человека точно так же, как может выиграть в тотализаторе или выбросить четыре туза в покере; оба таких исхода маловероятны, но не иллюзорны: они иногда случаются. А благословенное облегчение – совсем не то, чего на самом деле хочет ее Ребенок. Чтобы обнажить иллюзии этого сценария, нам нужна сказка, соответствующая ВОРМ.

История Спящей Красавицы

Рассерженная фея сказала, что девушка уколется пальцем о веретено и умрет. Другая фея заменила это проклятие столетним сном. В возрасте пятнадцати лет девушка действительно укололась и сразу уснула. И в тот же момент уснули все в замке. В течение ста лет многие принцы пытались пробиться сквозь заросли шиповника, окружившие замок, но никому это не удалось. Однако когда пробил час, появился принц, и колючие кусты расступились перед ним. Найдя принцессу, принц поцеловал ее. Она проснулась и сразу влюбилась в него. И в тот же момент все в замке проснулись и принялись за дела, как будто ничего не произошло и они не проспали сто лет. Самой принцессе по-прежнему было только пятнадцать лет, а не сто пятнадцать. Они с принцем поженились и по одной версии прожили долгую и счастливую жизнь, по другой – это приключение было только началом их бед.

В мифологии часто встречаются волшебные сны. Может, самый известный из них – сон Брунгильды, которая спит на вершине горы, окруженная огненным кольцом, через которое может пройти только герой. Этот подвиг и совершает Зигфрид.

События, описанные в сказке о Спящей красавице, так или иначе могли произойти в действительности. Девушка может уколоть палец и упасть в обморок. Девушки спят в своих башенках, а принцы бродят по окрестным лесам в поисках девушек. Единственное, чего не может быть, – это чтобы все и вся несколько не изменились за столь длительный срок. Это подлинная иллюзия, потому что такое событие не только маловероятно, но и вообще невозможно. Но именно на этой иллюзии основан сценарий ВОРМ: когда придет принц, девушке снова будет

пятнадцать лет, а не тридцать, сорок, пятьдесят, и перед ними будет целая жизнь. Это иллюзия вечной молодости, скромная дочь иллюзии бессмертия. Трудно объяснить Красавице, что в реальной жизни принцы – это молодые люди, что со временем они становятся королями и бывают гораздо интереснее. Вот в чем наиболее трудная и сложная задача психотерапевта: развеять иллюзии, сообщить Ребенку пациента, что Санта-Клауса нет, заставить его поверить в это. И для врача, и для пациента гораздо легче, если у пациента существует любимая сказка и с ней можно поработать.

Одна из практических проблем сценария ВОРМ в том, что, когда Красавица находит Принца с Золотыми Яблоками, она чувствует себя рядом с ним неполноценной и начинает играть в «Изыян»: отыскивает в нем недостатки и пытается свести к своему уровню. А кончается это тем, что принц мечтает о том, чтобы она вернулась в свой колючий кустарник и снова уснула. С другой стороны, если она удовлетворится меньшим – Принцем с Серебряными Яблоками или даже самым обычным Макинтошем из соседнего продовольственного магазина, Красавица чувствует себя обманутой и вымещает разочарование на нем, тем временем продолжая поглядывать по сторонам в поисках золотого принца. Таким образом, и фригидный сценарий, и волшебный антисценарий осуществляются нечасто. К тому же, как в волшебной сказке, рядом часто находится мать, с которой приходится считаться, как с ведьмой.

Описанный сценарий очень важен, потому что очень многие так или иначе проводят жизнь в ожидании *rigor mortis*.

Д. Семейная драма

Еще один хороший способ выявить основной сюжет и главные ответвления его в сценарии человека – спросить: «Если бы ваша семейная жизнь была представлена на сцене, какая бы это была пьеса?» Прототипом большинства семейных драм нередко считают древнегреческие трагедии об Эдипе и Электре: юноша соперничает с отцом за мать, а девушка желает получить своего отца. Но анализирующему сценарий необходимо также знать, к чему стремятся родители, которых для удобства называют Пидэ и Арткелэ. Пидэ – это Эдип задом наперед, он выражает открытое или скрытое сексуальное стремление матери к сыну, а Арткелэ – прочитанная справа налево Электра, символ отцовских чувств к девушке. Внимательное изучение ситуации почти всегда позволяет вскрыть транзакции, которые

доказывают, что это не просто воображаемые чувства, хотя родители обычно пытаются их скрыть за игрой в «Скандал». Обеспокоенный родитель пытается скрыть сексуальное влечение своего Ребенка к собственному потомку и начинает придирается к нему. Но в отдельных случаях, несмотря на все попытки скрыть эти чувства, они просачиваются наружу. В сущности, самые счастливые родители – те, кто открыто восхищается привлекательностью своих детей.

Драмы Пидэ и Арткелэ, подобно драмам Эдипа и Электры, имеют множество вариантов. Когда дети подрастают, может разыгаться действие пьесы, в которой мать спит с товарищем сына или отец – с подружкой дочери. Возможны и более «игровые», более сценичные варианты, в которых мать спит с парнем дочери, а отец – с подружкой сына.^[11] Молодой Эдип может спать с любовницей отца или Электра – с любовником матери. Иногда семейный сценарий требует, чтобы один или несколько членов семьи были гомосексуалистами с соответствующими вариациями детских сексуальных игр, инцестом между братьями и сестрами и последующим соращением каждого родителями. Любые отклонения от стандартных ролей Эдипа (сын, который мечтает о сексе с матерью или видит его во сне) и Электры (то же самое дочь относительно отца), несомненно, оказывают воздействие на всю жизнь человека.

Вдобавок к сексуальным аспектам семейной драмы или помимо них существуют еще более опасные. Ревнивая девушка-лесбиянка нападает на любовницу, приставляет нож к ее горлу и восклицает: «Ты позволяешь мне ранить тебя, но не позволяешь залечить эти раны». Возможно, таков девиз всех семейных драм, источник всех родительских горестей, основа юношеских мятежей и ссор супругов, еще не готовых к разводу. Раненая убегает, и ее крик марсианин перевел бы так: «Мэри, вернись домой. Я все прощу». И именно поэтому дети остаются даже с самыми плохими родителями. Раны причиняют боль, но как приятно, когда раны залечиваются.

Е. Судьба человека

Вначале невозможно поверить, что вся судьба человека, все его взлеты и падения наперед расписаны ребенком не старше шести лет, а то и трехлетнего возраста, но именно это утверждает теория сценариев. Легче поверить в это, когда поговоришь с шестилетним или трехлетним ребенком. И еще легче, если присмотреться к тому, что происходит сегодня

в мире, и сравнить с происходящим вчера и с тем, что, вероятно, произойдет завтра. Истоки человеческих сценариев можно отыскать в древних памятниках, в судах и моргах, в казино и в письмах в редакции, в политических дебатах, в которых государственные деятели пытаются направить на верный путь целые народы, руководствуясь тем, что рассказывали им в детстве родители. К счастью, у некоторых из них были хорошие сценарии, к тому же люди могут освободиться от своих сценариев и поступать по-своему.

Человеческие судьбы свидетельствуют, что разными путями люди приходят к одинаковому финалу и, напротив, одни и те же пути ведут к разным концам. Сценарии и контрсценарии существуют в виде внутренних голосов Родителей, которые сообщают им, что делать и чего не делать; их ожидания – это то, как рисует себе Ребенок свое будущее, и вот все три состояния Я разыгрывают представление. Но собственный сценарий оказывается связанным со сценариями других людей, вначале родителей, потом супругов и прежде всего – со сценариями тех, кто правит жизнью. Существуют также опасности в виде инфекционных заболеваний или столкновений с твердыми предметами, для чего человеческое тело не предназначено.

Сценарий жизни – это то, что наметил человек в раннем детстве, а жизнь – то, что происходит в реальности. Ход жизни определяется наследственностью, влиянием родителей и внешними обстоятельствами. Индивидуум, в генах которого заложены умственная отсталость, физическое уродство или ранняя смерть от рака или диабета, имеет мало возможностей принимать собственные решения и осуществлять их. Ход его жизни определяется наследственностью (или родовой травмой). Если родители сами в детстве испытали сильные физические или эмоциональные страдания, они могут лишить своих детей возможности осуществить или даже написать собственный сценарий. Они могут погубить ребенка своей невнимательностью и жестокостью, обречь его с самого раннего возраста на жизнь в больнице. Болезни, несчастные случаи, войны могут помешать осуществлению даже самого тщательно продуманного жизненного плана. То же самое может произойти при столкновении со сценарием другого, совершенно незнакомого человека: убийцы, головореза, невнимательного водителя. Сочетание подобных факторов закрывает все возможности перед человеком и делает трагический финал почти неизбежным.

Но даже при самых строгих ограничениях всегда есть возможность альтернативы. Бомба, эпидемия или массовое убийство могут совсем

лишить выбора, но на следующем уровне у человека всегда есть выбор: убивать, быть убитым или убить самого себя, и этот выбор зависит от сценария, то есть от решения, принятого в детстве.

Разницу между ходом жизни и жизненным планом можно показать на примере крыс, которых использовали в эксперименте, доказывающем, что крыса-мать может влиять на поведение своих детенышей. Первое животное получило имя Виктор Purdue-Wistar III, или просто Виктор. (Purdue-Wistar – название определенной линии лабораторных крыс, а Виктор и Артур – подлинные имена их крестных отцов, то есть экспериментаторов). Виктор происходил от многих поколений экспериментальных животных, и его гены были приспособлены к такой жизни. Когда его мать, Виктория, была крысенком, с ней обращались ласково и холили ее. Отдаленный родич Виктора Артур Purdue Wistar III, или просто Артур, тоже подходил на роль экспериментального животного. Его мать, Артурия, маленькой оставалась в клетке одна, ее никогда не ласкали. Когда родители выросли, было установлено, что Виктор больше весит, он менее любопытен и чаще, чем Артур, оставляет свои экскременты. Что произошло с ними впоследствии, после конца эксперимента, неизвестно; вероятно, с ними поступили так, как сочли нужным экспериментаторы. Итак, их судьба определялась наследственностью (генами), ранним опытом их матерей и решениями, принятыми более могучими силами, которые они не могли контролировать и к которым не могли даже обратиться. Любой «сценарий» или «план», который они хотели бы осуществить как индивидуумы, был ограничен этими обстоятельствами. Виктор, которого устраивали условия существования, спокойно прозябал в клетке, в то время как Артур, склонный к поискам новых путей, страдал в заключении; и ни один из них, как бы велико ни было его желание, не мог искать бессмертия путем воспроизводства.

У Тома, Дика и Гарри, дальних родственников Виктора и Артура, другой жизненный опыт. Том был запрограммирован нажимать на рычаг, чтобы избежать электрического удара; в качестве награды он получал немного еды. Дик был запрограммирован так же, но его наградой служила небольшая порция алкоголя. Гарри тоже был запрограммирован избегать неприятных шоков, но наградой ему служили приятные электростимулы. Потом их поменяли местами так, что в конечном счете все они овладели всеми тремя программами. Затем их поместили в клетку с тремя рычагами: один для пищи, другой для алкоголя и третий для приятных стимулов. И каждому предстояло принять собственное «решение», как провести жизнь: обжираясь, валяясь в стельку пьяным или получая электрические импульсы

удовольствия. Либо получать любые возможные комбинации этих трех наград. Больше того, в клетке была установлена движущаяся дорожка, и крысы должны были решить, хотят ли они упражняться наряду с получением наград.

Это полная аналогия со сценарным решением, потому что каждая крыса сама решала, проживет ли она жизнь как гурман, алкоголик, искатель острых ощущений или атлет либо предпочтет какую-то умеренную комбинацию. Но хотя каждая крыса могла следовать собственному «сценарному решению», пока она оставалась в клетке, истинный исход ее жизни зависел от внешних сил, от *force majeure*,^[12] потому что экспериментатор мог прервать «сценарий», когда хочет. Таким образом, ход жизни и стиль жизни крыс определялся их «жизненными планами» вплоть до финала, который выбирался кем-то другим. Но и эти «жизненные планы» могли быть избраны только из числа предложенных «родителями» – экспериментаторами, программировавшими их. И даже этот выбор зависел от событий, происходивших с ними раньше.

Хотя человек не лабораторное животное, он часто ведет себя как такое животное. Иногда людей сажают в клетки и обращаются с ними как с крысами, ими манипулируют, их приносят в жертву по воле хозяев. Но часто дверца клетки открыта, и человеку нужно только выйти, если он хочет. Если же он не выходит, обычно его удерживает именно сценарий. Здесь, в клетке, все так знакомо и привычно; выглянув в большой мир свободы, с его радостями и опасностями, человек возвращается в клетку, с ее рычагами и кнопками, зная, что если он будет нажимать вовремя, то получит еду, питье и иногда удовольствие. Но такой человек в клетке всегда боится, что какая-то сила, большая, чем он сам, Великий Экспериментатор или Великий Компьютер, изменит финал.

Силы человеческой судьбы страшны и грандиозны: деструктивное родительское программирование, подстрекаемое внутренним голосом, который древние называли Демоном; конструктивное родительское программирование, которому помогает жажда жизни и которое давным-давно названо «фьюзис»; внешние силы, которые мы называем судьбой; и независимые стремления, для которых у древних не было названия, поскольку это была привилегия богов и героев. В результате влияния этих четырех сил, которые, конечно, могут сочетаться, возможны четыре пути к финалу: сценарный, контрсценарный, насильственный и независимый.

Ж. Исторический взгляд

Как врач, психиатр или психолог интересуется всем, что может оказать влияние на поведение пациента. В последующих главах мы не пытаемся проследить все факторы, которые могут воздействовать на ход жизни индивидуума, но только те, которые, по современным данным, влияют на жизненный план.

Но прежде чем говорить о том, как выбирается сценарий, как он подкрепляется и приводится в действие, прежде чем разлагать его на составные части, необходимо отметить, что сама идея жизненного сценария не нова. В классической и современной литературе есть немало аллюзий на темы: мир – это сцена, а люди – всего лишь актеры. Однако такие аллюзии – совсем не то что последовательное и формализованное исследование. Такие исследования проводили многие психиатры и их ученики, но не продвинулись далеко, потому что в их распоряжении не было мощного оружия структурного анализа (диаграммы и классификация транзакций), анализа игр (обнаружения надувательства, рычага, переключателя и выигрыша) и сценарного анализа (с его снами, купонами и прочим).

Мысль о том, что человеческая жизнь следует образцам, известным по мифам, легендам и сказкам, наиболее элегантно высказана Джозефом Кемпбеллом в книге, на которую мы ссылались. Он основывает свои психологические размышления главным образом на трудах Юнга и Фрейда. Самая известная мысль Юнга – связь между архетипами (соответствующими волшебным фигурам в сценарии) и личностью (которая есть стиль разыгрываемого сценария). Остальные идеи Юнга не так просто понять человеку без специальной подготовки, и даже в таком случае они подвергаются различным истолкованиям. Но в целом Юнг побудил думать о мифах и сказках, и это именно его влияние.

Фрейд непосредственно соотносит множество аспектов жизни человека с одной-единственной трагедией – с мифом об Эдипе. На психоаналитическом языке пациент – это Эдип, личность, которая проявляет себя в реакциях. Эдип – это то, что происходит в голове пациента. В сценарном анализе Эдип – это развертывающаяся сейчас, в реальном времени и пространстве, драма, разделенная на сцены и акты, с завязкой, кульминацией и финалом. Важно, чтобы остальные актеры исполняли свои роли, и пациент старается, чтобы так оно и было. Он знает, что сказать только тем людям, чьи сценарии согласуются или увязываются с его собственным. Если его сценарий требует, чтобы он убил царя и женился на царице, ему нужно найти такого царя, сценарий которого требует, чтобы он был убит, и такую царицу, которая окажется настолько

глупа, что выйдет за него замуж. Некоторые последователи Фрейда, например Гловер, начинали понимать, что Эдип – это подлинная драма, а не просто «набор реакций», в то время как Ранк, главный предшественник Кемпбелла, показал, что важнейшие мифы и сказки восходят к единому сюжету, который постоянно разворачивается в мечтах и жизни множества людей по всему миру.

Фрейд говорит о повторяющемся принуждении и о принуждении судьбы, но его последователи не применили эти идеи к исследованию хода жизни пациентов. Из всех психоаналитиков только Эриксон последовательно рассматривал жизненные циклы людей от рождения до смерти, и, естественно, многие его находки включены в сценарный анализ. В целом можно сказать, что сценарный анализ фрейдистский, но не психоаналитический.

Из всех практикующих транзакционный анализ ближе всех подошел к анализу сценариев Альфред Адлер.

«Если я знаю цель личности, я знаю в общих чертах и что с этой личностью случится. Я в состоянии привести в определенный порядок все последовательные действия человека. Мы должны помнить, что личность, за которой мы наблюдаем, не знает, что делать с собой, если не ориентирована на определенную цель... которая определяет ее жизненную линию. Психическая жизнь человека должна завершиться в пятом акте, как образ, созданный хорошим драматургом. Любой психический феномен, если мы хотим получить через него понимание личности, должен быть рассмотрен и осознан в свете подготовки к некоей цели. Попытки запланировать компенсацию в финале и (тайного) плана жизни. Жизненный план остается в подсознании, так что пациент может считать, что действует неумолимый рок, а не давно подготовленный и обдуманный план, за который ответствен только он сам. Такой человек завершает свои счета и примиряется с жизнью, сочиняя одно или множество «если бы». «Если бы условия были другими...»

Сценарный аналитик добавит к этим рассуждениям только следующие: 1) жизненный план не обязательно должен быть подсознательным; 2) не только сама личность отвечает за свой план; 3) цель и способ ее достижения (и сами действительные транзакции, слово за словом) могут быть предсказаны гораздо точнее, чем считал Адлер.

Сравнительно недавно английский психиатр Р. Д. Лейнг в выступлении по радио описал взгляд на жизнь, поразительно схожий с описанным в настоящей книге. Например, он использует слово «приказ» для строгого родительского программирования. Поскольку пока он еще не

опубликовал свои мысли, обсуждать их затруднительно.

Однако гораздо древнее всего описанного сценарные аналитики Древней Индии, которые основывали свои предсказания преимущественно на астрологии. В «Панчатантре» (примерно двухсотый год до Рождества Христова) очень правильно сказано:

Пять обстоятельств решены для каждого человека,
Прежде чем он покинет чрево матери:
Продолжительность его жизни,
Его судьба, его богатство,
Его ученость и его могила.

Мы бы сформулировали то же самое несколько по-иному:

Пять обстоятельств решают родители
И сам человек за шесть лет после рождения:
Продолжительность его жизни,
Его судьба, его богатство,
Его ученость и его могила.

Глава 4

Задолго до рождения

А. Введение

Первые сценарии зародились давным-давно, когда жизнь впервые выделилась из грязи и начала передавать результаты своих экспериментов химически, с помощью генов, от предков к потомкам. Генетический процесс достиг кульминации, создав паука, который плетет свои необыкновенные геометрические сети без всякого обучения, спирали хромосом снабжают его всей информацией, необходимой для того, чтобы во всех уголках, где есть мухи, появилась и паутина. В этом случае сценарий записан в молекулах органических кислот (ДНК), унаследованных пауком от родителей, и он, в сущности, ведет жизнь образованной шариковой ручки, не имея возможности нарушить инструкции или что-либо улучшить, если только его не подвергнут воздействию специальных химических препаратов, что пауку не под силу контролировать.

У человека гены тоже химически определяют некоторые образцы, которым он должен следовать и от которых не может отклониться. Они также кладут верхний предел его индивидуальным стремлениям: чего он может добиться в спорте, как мыслитель или музыкант, например, хотя из-за психологических барьеров, мелких и более значительных, мало кто из людей достигает верхнего предела даже в этих сферах. Сплошь и рядом человек с генами великого танцовщика проводит жизнь, танцуя с тарелками вокруг посетителей в ресторанах, а тот, у кого гены математика, перебирает бумаги в банке или книжном магазине. Но даже с учетом генетических ограничений каждый человек обладает огромными возможностями определения собственной судьбы. Однако обычно это решают его родители задолго до того, как он сам увидит свет.

По мере того как жизнь постепенно освобождалась от жесткого химически-генетического детерминизма, вырабатывались другие способы регулирования поведения. Наиболее примитивный из таких способов, вероятно, импринтинг,^[13] который стоит на ступеньку ниже рефлекса. С помощью импринтинга новорожденный автоматически следует за определенным объектом и рассматривает его как мать, независимо от того,

настоящая ли это мать или просто желтая бумажка, которую тянут за нитку. Автоматическая реакция способствует выживанию в моменты стресса, но часто создает и проблемы.

На следующей ступени совершенствования животное остается с матерью и учится у нее с помощью игры; образцы, слишком сложные или многовариантные, чтобы передаваться с помощью генов, легко воспринимаются с помощью игрового укуса или шлепка по уху. Затем используется имитация и ответ на голосовые сигналы, так что детеныши могут делать не только то, что подсказывают их гены или что они узнали у груди матери, но и то, что видят и слышат в реальной жизни, в морях, на равнинах и в лесах.

Известно, что почти любой живой организм поддается обучению. Бактерию химически можно «научить» использовать определенный тип сахара как замену другого. Почти всех животных, начиная с червей, можно обучать психологически, вырабатывая условные рефлексy, новым и необычным типам поведения. Вероятно, это тоже химический способ, но основанный на более гибких разновидностях ДНК, чем те, что мы находим в генах. Но дрессировка требует дрессировщиков, а они должны отличаться, должны превосходить тех, кого дрессируют. Это означает, что они должны быть приручены. Приручение так же отлично от дрессировки, как кошка отличается от тигра. Приручение у животных означает, что животное повинуется хозяину, даже если его здесь нет. Оно отличается от дрессировки тем, что не требует внешних стимулов, чтобы начать вести себя должным образом, стимул уже заключен в мозгу животного. Дрессированное животное повинуется хозяину, когда слышит его голос; прирученное не нуждается в звуках голоса, потому что звук этого голоса у него в мозгу. Таким образом, дикие животные могут быть выдрессированы, чтобы выполнять команды дрессировщика, но их не так уж легко приручить. А прирученные животные могут зайти и дальше: их можно научить вести себя так, как хочет хозяин, даже когда его нет поблизости. Существуют различные степени прирученности, и самые прирученные животные – это человеческие дети.

Самые разумные животные – обезьяны и люди (возможно, также дельфины) – обладают другой особой способностью, которая называется изобретательностью. Это означает, что они способны на поступки, которые никто из их вида раньше не совершал: поставить один ящик на другой, например, или соединить две коротких палки, чтобы получить одну длинную, или, наконец, запустить ракету на Луну.

Чтобы объяснить эту прогрессию, мы должны предположить, что ДНК

эволюционирует, приобретая более податливые и гибкие формы. Начав с жестких и хрупких молекул генов, которые невозможно изменить, а можно только разбить, она постепенно размягчается настолько, что приобретает способность изменяться под воздействием внешних условий, хотя будет время от времени возвращаться к прежнему, если эти изменения не подкреплять. Затем она размягчается еще больше и получает способность записывать исчезнувшие голоса и события и сохранять их всю жизнь, когда они уже совершенно забыты. В еще более гибкой форме она становится орудием памяти и сознания. А в самой чувствительной из всех известных форм она становится достаточно утонченной, чтобы подарить нам абстрактное мышление и изобретательность. Что станет с нею, когда она еще более размягчится и сможет давать еще более тонкие реакции, никто из живущих не знает, но когда-нибудь наши потомки превратятся в удивительные существа, которые сегодня смутно видятся только поэтам.

Человек обладает всеми упомянутыми выше способностями. Его поведение определяется заложенными в генах рефлексам, примитивным импринтингом, детскими играми и подражанием, родительской дрессировкой, социальным приучением и спонтанной изобретательностью. Человек действует по своему сценарию, потому что сценарий закреплён в его сознании родителями в очень раннем возрасте; он остается верным этому сценарию всю жизнь, даже когда физические голоса родителей навсегда замолкли. Это напоминает компьютерную запись или пластинку, которая издает звуки в определенной последовательности много лет спустя после того, как тот, кто сделал эту запись, покинул сцену. А наш человек тем временем сидит за пианино и барабанит по клавишам, и у него возникает иллюзия, что именно он исполняет народную песню или величественный концерт.

Б. Влияние предков

Некоторые сценарии можно проследить вплоть до самых отдаленных предков, и если в семье существует письменная история – как это бывает в королевских семействах и в семьях придворных, – то уйти в прошлое можно на тысячи лет. Несомненно, сценарии начали создаваться, когда на Земле появились первые человекоподобные существа, и нет оснований считать, что сцены, диалоги и финалы их сценариев сильно отличались от современных. Несомненно, типичными сценариями являются биографии египетских фараонов – старейшие из известных нам достоверных

биографий. Хорошим примером служит история Аменхотепа IV, жившего три с половиной тысячи лет назад и сменившего свое имя на Эхнатон. Этой переменной он навлек на своих последователей одновременно величие и ненависть остальных. Сценарному аналитику полезно получить информацию об отдаленных предках, но в обычных случаях мы ограничиваемся дедушкой и бабушкой.

Хорошо известно и даже вошло в пословицу влияние дедов и бабушек, живых или даже мертвых, на внуков. Для «хорошего» сценария поговорка звучит так: «Чтобы стать джентльменом, надо кончить три колледжа. Первый должен кончить ваш дед, второй – отец, третий вы сами». А для «плохого»: «Яблоко от яблони недалеко падает». Многие дети в раннем возрасте не только подражают предкам, они на самом деле хотели бы *стать* своими дедом и бабушкой. Это желание не только оказывает сильное воздействие на их сценарий, но во многих случаях приводит к сложным отношениям с родителями. Говорят, американские матери особенно почитают отцов и воспитывают сыновей по примеру деда, а не отца.

Самый продуктивный вопрос, который можно задать относительно влияния предков, таков: «Какой образ жизни вели ваши дед и бабушка?» Ответы на этот вопрос бывают четырех типов.

1. **Гордость.** Победитель, или Принц, самым небрежным тоном ответит: «Мои предки были ирландскими королями» или «Мой прапрапрадед был главным раввином Люблина». Очевидно, что говорящий это запрограммирован на то, чтобы идти по стопам предков и стать выдающейся личностью. Но если такое утверждение произносится напыщенно или слишком серьезно, говорящий, вероятно, Неудачник или Лягушка, так как использует своих предков в качестве оправдания своего существования, а сам не достоин чести следовать им.

Если ответ таков: «Мама всегда говорила мне, что мои предки были королями Ирландии, ха-ха» или «Мама всегда говорила мне, что мой прапрапрадед был главным раввином, ха-ха», за ним обычно скрывается какое-то неблагополучие: говорящему дано подражать величественным предкам, но только в их слабостях. Такой ответ может означать: «Я пьян, как ирландский король, поэтому я – ирландский король, ха-ха!» или: «Я беден, как должен быть беден главный раввин Люблина, значит, я – главный раввин Люблина, ха-ха!» В таких случаях раннее программирование таково: «Ты производишь от королей Ирландии, и все они были пьяницами» или «Ты производишь от главного раввина, который был очень беден». Это равносильно директиве: «Будь таким же, как твой

знаменитый предок...» с явным добавлением со стороны матери: «... и пей много, как пьет твой отец...» или «... так что не зарабатывай много денег, как не зарабатывает твой отец...».

Во всех таких случаях предок – это семейный божок, идол, тотем, которому можно подражать тем или иным способом, но которого невозможно превзойти.

2. Идеализация. Она может быть романтической или парадоксальной. Так, Победитель может сказать: «Моя бабушка была удивительной хозяйкой» или «Мой дедушка дожил до девяносто восьми лет, и у него сохранились все зубы и не было седых волос». Это ясно демонстрирует, что говорящий хочет следовать романтическому идеалу предка и строит в соответствии с этим свой сценарий. Неудачник (Неудачница) предпочтет парадоксальную идеализацию: «Моя бабушка была строгой и практичной женщиной, но в старости впала в маразм». Ясное указание на то, что хотя бабушка и маразматичка, но в то же время самая бодрая старушка в доме для престарелых; больше того, таков же сценарий и внуки: быть самой бодрой старушкой в доме для престарелых. К сожалению, модель эта чрезвычайно распространена, и потому за право считаться самой бодрой старушкой ведется борьба, энергичная, бурная и безнадежная.

3. Соперничество. «Мой дедушка всегда подавлял бабушку» или «Мой дед был слабак, с ним никто не считался». Это обычно «невротические» ответы, которые психоаналитики истолковывают как проявление детского желания стать сильнее родителей. «Дедушка – единственный человек, который может возражать моей маме. Я бы хотел быть похожим на него» или «Если бы я был отцом своего отца, я не был бы трусом, я бы ему показал». Клинические истории, приведенные Карлом Абрахамсом, раскрывают сценарную природу такого отношения, когда мальчик в мечтах становится принцем воображаемого королевства, где на троне сидит его отец. Но тут появляется отец отца, который еще сильнее, чем король. Однажды, когда мама наказала мальчика, он сказал: «Я женюсь на бабушке». Таким образом, его тайное (но не подсознательное) планирование сценария основано на волшебной сказке, в которой он становится сильнее родителей, превратившись в собственного деда.

4. Личный опыт. Его составляют реальные трансакции между детьми и их бабушками и дедушками, которые оказывают сильное влияние на формирование сценария. Бабушка может сделать из мальчика героя, в то время как дедушка может соблазнить школьницу и превратить ее в Красную Шапочку.

В целом, как показывает мифология и клиническая практика, к

прародителям относятся со страхом и уважением, в то время как к родителям могут относиться только с восторгом или страхом. Наиболее примитивные чувства благоговения и ужаса воздействуют на восприятие ребенком картины мира на начальных этапах формирования его сценария.

В. Сцена зачатия

Ситуация, в которой произошло зачатие человека, может оказать сильное влияние на создание его жизненного плана и предопределить его финал. Начинается все с брака родителей – если они были в браке. Иногда молодая пара вступает в брак с сильным желанием родить сына и наследника. Это особенно часто бывает, если брак организован семьями, особенно в тех случаях, когда есть большое наследство – королевство или корпорация. Сын воспитывается в соответствии со своим положением и учится всему, что положено знать будущему королю или президенту корпорации. Таким образом, сценарий передается ему уже в готовом виде, и, чтобы отказаться от него, требуется немалый героизм и решительность. Если в таких случаях первой рождается девочка, а не мальчик, она может столкнуться с большими трудностями; мы часто это наблюдаем у старших дочерей банкиров, которые бывают предоставлены сами себе и становятся лесбиянками, стриптизерками или женами мотов и бездельников. В некоторых случаях отец может даже развестись с матерью, если она не рождает ему сына, и тогда у дочерей возникает сильное чувство вины за то, что они родились женщинами.

С другой стороны, у отца может не быть намерения жениться на матери ребенка, он исчезает со сцены, узнав о беременности, и больше никогда не появляется. Это заставляет молодого героя прокладывать себе путь самостоятельно едва ли не с рождения. Иногда убегает мать. Но даже недовольные родители могут принять нежеланного ребенка, потому что его рождение освобождает их от налога и позволяет рассчитывать на пособие. Подросток может хорошо это сознавать, и когда его спросят, кто он или каков его сценарий, он ответит: «Я средство для снижения налога (или для получения пособия)».

Если ребенка долго ждут, а он все не рождается, родители еще до рождения могут посвятить его богу, церкви, колдуну, шаману, племени, как мы читаем во многих легендах и сказках, вроде сказки о Рапунцель:^[14] еще один случай, когда реальная жизнь (как выразился Оскар Уайлд) повторяет литературу. Это порождает новые интересные вопросы, связанные со

сценариями и включающие всю гамму трагизма и романтизма. Что было бы, если бы у Ромео родился ребенок, если бы родила Офелия, если бы забеременела Корделия? Что стало бы с этими детьми? Дети Медеи и маленькие принцы в лондонском Тауэре^[15] – наиболее известные примеры детей, ставших жертвами сценариев своих родителей, так же как девочки и мальчики, которых в некоторых арабских странах продают в рабство, – примеры наиболее скрытые.

Реальная ситуация зачатия может быть названа **установкой** зачатия. Произошло ли зачатие случайно или в результате страсти, любви, насилия, обмана, злобы или покорности? В любом из этих случаев каков был фон и каковы подготовительные действия? Если зачатие было запланировано, планировалось ли оно холодно или тепло, просто или сложно, с предварительным обсуждением или по молчаливому согласию? В сценарии ребенка могут возникнуть те же особенности. Рассматривался ли секс как грязный, привычный, священный или забавный? Это тоже отразится на потомстве. Были ли попытки прервать беременность? Сколько было предыдущих попыток забеременеть? Сколько попыток и абортов было во время предыдущих беременностей? Здесь возникает почти бесконечное количество разнообразных вопросов, и все эти факторы могут оказать влияние на сценарий еще не родившегося ребенка. Одна из наиболее обычных ситуаций описана в известном лимерике:

Жил некогда молодой человек по имени Хон,
Который хотел, чтобы никогда не родился он,
Он бы и не родился,
Если бы отец не торопился
И заметил бы, что презерватив поврежден.

Даже домашняя генеалогия не такой простой вопрос, как кажется, потому что существует несколько возможностей. Например, одно дело, если никто из родителей не подозревал, что презерватив порван; совсем другое – если знала мать, но не сказала отцу; и еще один вариант – знал отец, но не сказал матери.

Конечно, существуют случаи, когда оба родителя хотят ребенка, причем пол для них не важен. Если женщина, которая в детстве приняла решение выйти замуж и родить много детей, встречает мужчину, принявшего в детстве такое же решение, у их детей хороший старт. Если при этом возникают биологические трудности, ребенок становится еще

ценнее: если у женщины предварительно было много выкидышей или у мужчины недостаточен выход спермы и зачатие откладывается на годы, тогда, как мы уже заметили, рождение ребенка может рассматриваться как настоящее чудо. С другой стороны, седьмая дочь подряд или даже седьмой сын может быть встречен со смешанными чувствами и, возможно, начнет жизнь как повод для семейных шуток.

Г. Место на генеалогическом древе

Здесь решающий фактор – сценарий родителей. Пришелся ли ребенок, что называется, ко двору, родился ли ребенок нужного пола, вовремя ли он родился? Что, если по отцовскому сценарию он должен стать ученым, а становится футболистом? Или наоборот? Совпадает ли сценарий матери с отцовским в этом отношении или противоречит ему? Существуют также традиции, о которых он узнает из сказок и из реальной жизни. Младший из трех сыновей должен быть дурачком, чтобы в решающий момент победить братьев. Если он седьмой сын седьмого сына, ребенок почти неизбежно станет пророком. Чаще всего родительский сценарий предусматривает, что один ребенок прославит их, а другой опозорит, и поэтому ребенку на роду написано стать колоссальным успехом или столь же грандиозной неудачей. Часто такая честь отводится сыну-первенцу. Если по сценарию матери ей предстоит в старости быть беспомощной вдовой, тогда один из детей должен с рождения воспитываться таким образом, чтобы оставаться с ней и заботиться о ней, тогда как остальные могут уйти и исполнять роли неблагодарных детей. Если сорокалетний сын-холостяк или старая дева дочь решают нарушить материнский сценарий и уйти из дома или, что еще хуже, вступить в брак, мать ответит приступами болезни. Сценарная природа таких ситуаций обнаруживается, когда мать «неожиданно» завещает все состояние «неблагодарным» детям, оставив преданного ни с чем.

Общее правило таково: при прочих равных условиях дети следуют сценариям родителей, и это проще всего показать, проанализировав количество и порядок рождения детей в семье. (При этом нельзя учитывать пол детей, потому что пока еще он не поддается родительскому контролю – к счастью, потому что благодаря этому возникает хоть какая-то возможность нарушить сценарий от поколения к поколению и у отдельных детей появляются новые возможности.) Тщательный анализ некоторого количества семей выявит удивительные «совпадения».

На рис. 5 показано такое семейное древо. В семье Эйбл трое мальчиков: Кэл, Хэл и Вэл. Когда родился Вэл, Хэлу было четыре года, а Кэлу шесть, так что их порядок 0–4–6. Их отец Дон был старшим из детей, размещенных в порядке 0–5–7. Их мать, Фэн, старшая из трех дочерей, размещенных в порядке 0–4–5. У двух сестер матери, Нэн и Пэн, тоже по трое детей. Мать Фэн была старшей из двух дочерей, порядок которых – 0–6, с выкидышем между ними. Легко заметить, что все эти тройки детей рождались на протяжении пяти-семи наиболее плодотвительных лет.

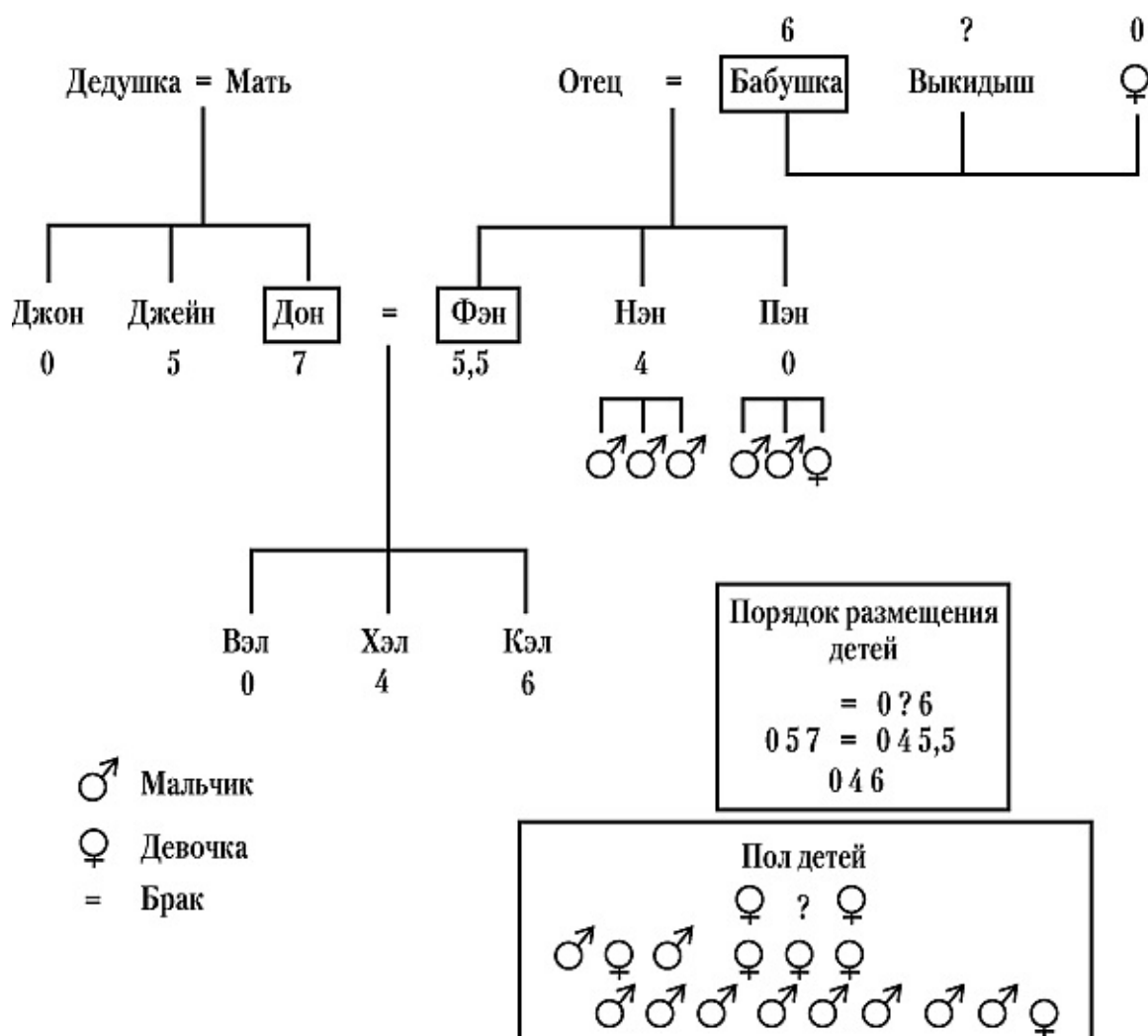


Рис. 5. Сценарное семейное древо Эйблов

Это семейное древо показывает, как часто люди подражают родителям в планировании собственной семьи. Рассмотрим некоторые возможные «сценарные директивы», которые могли перейти от дедушки и бабушки к Дону и Фэн в этом конкретном случае.

А. «Когда вырастешь, родишь трех детей, а потом можешь поступать, как хочешь». Это наиболее гибкая директива, не требующая ни торопливости, ни принуждения. «Сценарная ошибка» и потеря любви матери произойдет только в том случае, если Фэн достигнет климакса, еще не родив трех требуемых детей. Отметим, однако, что Фэн не свободна, пока не родила третьего ребенка. Назовем это сценарием «Пока».

Б. «Когда вырастешь, у тебя должно быть не меньше трех детей». Здесь тоже нет принуждения, но есть необходимость торопиться, особенно если дедушка или бабушка шутили по поводу плодовитости Дона и Фэн. Это сценарий «с открытым концом», поскольку Фэн может иметь сколько угодно детей после рождения третьего.

В. «Когда вырастешь, у тебя должно быть не больше трех детей». Здесь нет спешки, но есть принуждение, и после рождения трех детей Дон и Фэн могут тревожиться о дальнейших беременностях. Это сценарий «После», так как он утверждает, что, если *после* третьего ребенка родятся еще дети, будут неприятности.

Теперь посмотрим, как рассуждала бы Фэн в свете каждой из этих директив, если бы родила четвертого ребенка, Пэдвара. А) «Первые три ребенка принадлежат бабушке и должны быть воспитаны по ее указаниям». Пэдвар становится единственным собственным мальчиком Фэн и может быть воспитан так же, как Кэл, Хэл и Вэл, а может и по-другому. Фэн чувствует себя с ним свободнее, и он может вырасти более свободным и независимым, чем братья. Фэн может обращаться с ним, как обращалась со своей куклой Растрепкой Энн. Когда Фэн была маленькой, Растрепка Энн была ее любимой куклой; остальными куклами она играла ради матери. Иными словами, Растрепка Энн подготовила для Пэдвара специальный «сценарный промежуток», который Фэн заполнит, когда выполнит свой долг перед матерью. Б) аналогично А, только здесь бабушка имеет на Пэдвара большее влияние, чем в А, потому что он может рассматриваться как дополнительная возможность, предоставленная бабушкой, а не как результат свободного выбора. В случае В) у Пэдвара неприятности, потому что Фэн слушалась матери, родив его; поэтому к нему будут относиться как к «нежеланному ребенку» – неласково, напряженно или виновато. В таком случае, если наша рабочая гипотеза справедлива, окружающие будут постоянно демонстрировать, насколько он отличается от трех старших братьев.

Далее рассмотрим игры, которые разыгрывают родители по поводу размера семьи. Например, Джинни была старшей из одиннадцати детей, и ее мать Нэнни жаловалась, что, по крайней мере, пятеро из детей

нежеланные. Естественно предположить, что Джинни будет запрограммирована на шесть детей, но это не так. Она запрограммирована иметь одиннадцать детей и жаловаться, что пятеро из них нежеланные. Она запрограммирована в более позднем возрасте играть в игры «Ну вот, опять я...», «Поторопилась» и «Фригидную женщину», как и ее мать. В сущности, этот пример можно использовать как тест на психологическую грамотность. На вопрос «У женщины одиннадцать детей, и она жалуется, что пятеро из них нежеланные. Сколько детей, вероятно, будет у ее старшей дочери?» сценарный аналитик ответит: «Одиннадцать». Те, кто отвечает «шесть», с трудом могут понимать и предсказывать человеческое поведение, потому что считают, что важнейшие поведенческие решения, как и самое обычное поведение, «рационально» мотивированы. Тогда как на самом деле это не так. Эти решения обычно принимаются в соответствии с родительским программированием, заложенным в сценарий.

Исследуя эту проблему, следует прежде всего задать родителям вопрос, сколько братьев и сестер было у каждого из них; затем – сколько детей хотели бы они иметь; и наконец (поскольку каждый акушер знает, что «между чашкой и губами» всегда существует зазор) – сколько детей, как они считают, у них будет на самом деле. Если родители понимают, как правильно различать собственные состояния Я, можно получить гораздо больше информации, задавая второй и третий вопросы в структурной форме: «Сколько детей хотите (ожидаете) вы (ваш Родитель, Взрослый и Ребенок)?» Это может вывести наружу скрытые конфликты между разными состояниями Я и между родителями пациента, которые сыграли большую роль при формировании его сценария. В еще более сложной форме с соответствующим увеличением объема полученной информации (если, конечно, родители достаточно подготовлены, чтобы понять вопрос): «Сколько детей хочет (ожидает) ваш природный (контролирующий) Родитель, Взрослый и природный (приспособившийся, мятежный) Ребенок?»

Самый плодотворный вопрос, адресованный самому пациенту (поскольку он, вероятно, знает на него ответ), таков: «Каково ваше положение в семье?» Этот вопрос должен последовать за таким: «Когда вы родились?» Надо также выяснить точную дату рождения предшествующего и последующего ребенка в семье (брата или сестры пациента), чтобы можно было подсчитать разницу в возрасте в месяцах, если возрастная разница между детьми невелика. Если пациент пришел в мир, в котором у него уже есть брат или сестра, то его сценарий сильно зависит от разницы в

возрасте: моложе ли он на одиннадцать месяцев, на тридцать шесть месяцев, на одиннадцать или двадцать лет. Различие зависит не только от отношений пациента с братьями и сестрами, но и от того, как относятся родители к такой возрастной разнице. Те же самые рассуждения относятся и к ребенку, следующему по порядку рождения: важно знать, сколько точно месяцев отделяют пациента от рождения следующего ребенка его родителей: одиннадцать месяцев, девятнадцать месяцев, пять лет или шестнадцать лет. В целом все дети, родившиеся до того, как пациенту исполнится семь лет, окажут решающее влияние на его сценарий, и один из важнейших факторов – разница в возрасте в месяцах между ними, поскольку это скажется не только на отношении самого пациента, но и на отношении его родителей.

В некоторых случаях, когда родители интересуются астрологией, метеорологией или агиологией, ^[16] для сценария имеет большое значение точная дата рождения. Особенно это важно, когда оба родителя интересуются календарем.

Д. Родовой сценарий

Отто Ранк считает, что сами обстоятельства рождения, «родовая травма», отпечатываются в душе ребенка и часто в символической форме проявляются в последующей жизни, особенно в виде желания вернуться в благословенный мир чрева, как описано учеником Ранка Федором. Если это действительно так, то страхи и надежды, которые возникают при прохождении сквозь этот туннель, через который ни одному человеку не дано пройти вторично, по этой природной улице с односторонним движением, должны послужить важными элементами сценария. Возможно, так оно и есть, но надежного способа проверки не существует, даже при сопоставлении кесарева сечения с нормальными родами. Так что влияние «родовой травмы» на сценарий жизни остается под вопросом. Кстати, в реальной жизни, как и на театральной сцене, сценарии, основанные на кесаревом сечении, неубедительны. Как в «Макбете», где это событие рассматривается скорее как игра слов или головоломка, как *foetus ex machina*, ^[17] а не как серьезное основание для сценария жизни. Однако вполне вероятно, что ребенок, которому позже сказали, что он родился благодаря кесареву сечению, поймет, что это значит, и каким-то образом внесет этот факт в свой сценарий. Он может и дальше развить его, если узнает, какие у него были выдающиеся предшественники. Окончательный

вывод в данном случае ожидает подтверждения с помощью клинических историй.

На практике приходится иметь дело с двумя самыми распространенными «родовыми сценариями»: «Подкидыш» и «Искалеченная мать». Сценарий «Подкидыш» возникает из фантазий приемных и даже родных детей относительно своих родителей и является одной из версий мифа о рождении героя, описанного Отто Ранком в книге с таким названием. Сценарий «Искалеченная мать» тоже очень распространен и в моей практике с равной частотой встречается у обоих полов. Основание этого сценария – рассказ матери о том, что после рождения ребенка она постоянно болеет. Или в более жестокой форме: при родах ребенок изуродовал ее, и она больше никогда не будет прежней. Реакции и сценарий ребенка основываются на его наблюдениях. Если мать действительно искалечена или больна, он настроен принять на себя ответственность за это, и никакие рассуждения Взрослого не убедят его Ребенка, что это не его вина. Если же никакой болезни не заметно и особенно если отец постоянно намекает на то, что болезнь матери – выдумка, сценарий будет отягощен двусмысленностью, лицемерием и притворством. Иногда мать не сама обвиняет, но предоставляет сделать это отцу, бабушке или тете. В таком случае возникает трехсторонний сценарий, в который с третьей стороны приходят важные сообщения и объявления, обычно «плохие новости». Легко заметить, что сценарий «Подкидыш» – это миф о рождении героя, а сценарий «Искалеченная мать» – миф о рождении злодея, с детства отягощенного страшным преступлением – матереубийством. «Мама умерла при родах (моих!)» – без поддержки со стороны нелегко носить такое бремя. Если мать действительно пострадала при родах, надо просто ее лечить, и чем меньше об этом будет сказано, тем лучше.

Е. Имена и фамилии

В своей книге «Как не надо называть ребенка» Роджер Прайс перечисляет обычные американские имена и одной фразой описывает личность, которая им соответствует. Необыкновенная точность или, по крайней мере, правдоподобность его описаний представляет огромный интерес для сценарного аналитика. Нет никаких сомнений в том, что имена, полные, сокращенные и ласкательные, все то, чем наградили и отяготили невинного младенца, ясно указывают, каким родители хотят его

видеть в будущем; и если он хочет уйти от таких очевидных указаний, ему придется бороться с этим влиянием. Имена как указатели типа сценария особенно ясно выявляются в средней школе, когда мальчик или девочка читает об именах и прозвищах в мифологии и истории и когда товарищи более или менее жестоко раскрывают перед ними скрытое значение его имени. Родители способны проконтролировать это и должны предвидеть, когда дадут имя.

Существуют четыре способа, с помощью которых имя приобретает сценарное значение: целенаправленно, случайно, по небрежности и легкомыслию и неизбежно.

1. Целенаправленно. Имя может быть очень специализированным, таким как Септимус (который становится профессором классической филологии), Гален (он станет врачом),^[18] Наполеон (в будущем капрал) или Иисус – имя, распространенное в Центральной Америке.^[19] То же самое с вариантами распространенных имен. Чарльзы и Фредерики были королями и императорами. Мальчик, которого мама всегда называет Чарльз или Фредерик и который требует, чтобы товарищи тоже так его называли, имеет иные жизненные установки, чем те, кого зовут просто Чак и Фред, а Чарли и Фредди – еще один, отличный от предыдущих вариант. Когда ребенка называют именем отца или матери, это целенаправленный акт со стороны родителей, который налагает на отпрыска определенные обязательства. Конечно, он может не выполнять эти обязательства или даже восставать против них, и его план жизни с самого начала будет иметь оттенок горечи или активного сопротивления.

2. Случайно. Девочка по имени Дерлин или Аспазия и мальчик по имени Мармадюк в одном штате или округе могут спокойно ходить в школу, но если их родителям придется куда-нибудь переехать, этих мальчика и девочку могут заставить осознать свои имена и занять относительно них определенную позицию. Аналогично для мальчика, названного Линн, и девочки по имени Тони.^[20]

3. По небрежности и легкомыслию. Уменьшительные и ласкательные имена типа Баб, Сие, Малыш даются не для того, чтобы пристать навсегда, но очень часто так и получается, и человек на всю жизнь остается Бабом, Сие или Малышом, хочет он того или нет.

4. Неизбежно. Совсем другое дело – фамилии, так как у родителей нет выбора: они могут только передать детям фамилию, полученную от собственных родителей. Существует немало достойных европейских фамилий, которые по-английски звучат неприлично; как мрачно заметил

один человек: «Мне повезло. В моей фамилии только одно грязное слово». Наиболее ясно он ощутил это в средней школе, где испытал не только обычные унижения, какие приходится испытывать детям иммигрантов, но и превратился в готовую цель для грубых насмешек. Он почувствовал, что с его именем ему нет доступа в мир бизнеса. Некоторые в таком положении испытывают ощущение, что предки еще до рождения проклинали их и обрекли на неудачи. С другой стороны, довольно часто встречается имя и фамилия Христос, что тоже представляет собой сценарную проблему, особенно для искренне верующих мальчиков, посещающих церковь. Неудивительно, что Хэд и Брейн стали известными неврологами.^[21]

Помимо вопросов «Кто дал вам имя?» и «Каково происхождение вашей фамилии?», пациенту обязательно нужно задать еще один: «Читали ли вы когда-нибудь свое свидетельство о рождении?» Если нет, нужно попросить его сделать это или – еще лучше – принести терапевту. Примерно пятьдесят процентов людей находят сюрпризы в своих свидетельствах о рождении, когда впервые читают их внимательно: пропуски, недоразумения или информацию, которая им не была известна. Часто в свидетельстве указывается имя, отличное от того, каким человека звали всю жизнь, – к его крайнему удивлению или раздражению. Почти всегда такие сюрпризы проливают дополнительный свет на сценарий его родителей и контекст, в котором произошло рождение пациента.

Развитие в детские годы

А. Влияния в раннем возрасте

Начальное сценарное программирование происходит в период грудного вскармливания младенца и осуществляется в виде коротких «протоколов», которые впоследствии могут быть развернуты в запутанные драмы. Обычно это сцены, разыгрываемые между матерью и ребенком при небольшом числе зрителей или вообще без них, которые можно озаглавить «Публичное представление», «Еще рано», «Когда будешь готов», «Когда я буду готова», «Побыстрее», «Тот, кто кусается, может быть отшлепан», «Пока мама курит», «Прости, телефон звонит», «Ты никогда не наедаешься», «Почему он нервничает?», «Сначала одно, потом другое», «Он кажется бледным», «Пусть ест, сколько хочет», «Разве он не замечательный?», «Золотые моменты любви и удовлетворения» и «Колыбельная».

В некоторых семьях чуть более сложны сцены на горшке: «Иди посмотри, какой он милый», «Пора», «Ты готов?», «Можешь сидеть, пока не закончишь», «Поторопись», «Какой нехороший», «Пока мама курит», «Пока мама говорит по телефону», «Клизма», «Если не станешь, напою касторкой», «Вот твоё слабительное», «Если не станешь, заболеешь», «Пусть делает по-своему», «Вот хороший мальчик», «Вот хо-о-ро-о-о-ошй мальчик!» и «Я спою, пока ты это делаешь». На этой стадии более часты трехсторонние «протоколы», включающие, например: «Я ему говорила, что он не готов», «Не позволяй ему отделаться этим», «Я его заставлю это делать», «Попробуй ты», «Ты его беспокоишь», «Почему бы тебе... Да, но...» и «На этот раз у него точно получится». Может появляться Призрак в туалете, который однажды превратится в Призрака в постели: «Доктор Спок говорит», «Тисси уже в это время начала учиться» и «Была только сестра Мэри». В более позднем возрасте это превратится в «Фрейд говорит», «У Нэнси всегда так было» и «У Элен так бывает каждую ночь».

Достаточно легко предсказать, кто станет Победителем, а кто Неудачником. «Разве он не удивительный?», подкрепленное два года спустя «Вот хороший мальчик», обычно лучше, чем «Чего он возится?», подкрепленное год спустя «Клизмой»; аналогично «Колыбельная», вначале

при кормлении, потом на горшке, гораздо предпочтительнее, чем «А мама пока поговорит по телефону». Именно в это время имплантируется ощущение благополучия и неблагополучия и умение различать их; именно это ощущение отличает настоящих и условных Принцев от настоящих и условных Лягушек. «Разве он не замечательный?» – это направленный на достижение успеха сценарий будущего Принца, который часто, но не всегда бывает первым ребенком. Условный Принц, в отличие от Принца прирожденного, остается Принцем, пока кажется умным и быстро справляется с делами. Условная Лягушка – «Тот, кто кусается», «Какой нехороший» и «Он бледен, нужно дать ему слабительное» – перестанет быть Лягушкой, если не будет кусаться и не будет выглядеть бледным; с другой стороны, у прирожденной Лягушки вряд ли это когда-нибудь получится. Трогательны Лягушки, которые продолжают стараться, «Пока мама курит» или «Пока мама выпивает». Только катастрофа может превратить прирожденного Принца в Лягушку; только чудо поможет прирожденной Лягушке стать Принцем.

Б. Убеждения и решения

К тому времени как ребенок добирается до «Давай я тебе помогу, милый», или «Поднимай задницу с кровати», или даже «Я выбью тебе мозги, которых у тебя нет!», у него уже складываются определенные убеждения относительно себя самого и окружающих, особенно родителей. Эти убеждения, вполне вероятно, останутся с ним на всю жизнь, и их можно свести к следующим четырем вариантам: 1) у меня все в порядке; 2) у меня не все в порядке; 3) с тобой все в порядке; 4) с тобой не все в порядке. На основе этих убеждений ребенок принимает жизненно важные решения. «Этот мир хороший, но когда-нибудь я сделаю его еще лучше» – с помощью науки, общественной деятельности, поэзии или музыки. «Этот мир плохой, и когда-нибудь я с собой покончу» – или убью кого-нибудь другого, или сойду с ума, или уйду в себя. Возможно, это посредственный мир, и в нем нужно делать что удастся, а в промежутках стараться позабавиться. Или это скучный мир, и в нем нужно надеть белый воротничок и перебирать бумаги других людей. Или это жестокий мир, в котором нужно гнуться, изворачиваться, торговаться и бороться за жизнь. Или это тоскливый мир, в котором остается только сидеть в баре и надеяться. Или это безнадежный, бессмысленный мир, в котором вы перестаете сопротивляться.

В. Позиции – местоимения

Решение, каким бы оно ни было, основывается на позиции, построенной на глубоко укоренившихся убеждениях; эта позиция включает взгляд на весь мир и на людей в нем, которые являются либо друзьями, либо врагами: «Я убью себя, потому что это гнусный мир, я в нем никуда не годен, но и все остальные такие же, и друзья не лучше врагов». На позиционном языке это передается так: «Со мной не все в порядке. С тобой не все в порядке. С ними не все в порядке. Кто в таких условиях не покончил бы с собой?» Это самоубийство от безнадежности. Вариант: «Я убью себя, потому что со мной не все в порядке, а с остальными все в порядке» – самоубийство меланхолика. (Самоубийство в данном случае имеет широкий смысл: от прыжка с моста или автомобильной катастрофы до обжорства и пьянства.) Или: «Я убью их или прогоню, потому что со мной все в порядке, а с ними нет». Или: «У нас с тобой все в порядке, поэтому давай закончим работу и отправимся повеселиться».

«Но, – говорят некоторые, – я знаю, что со мной все в порядке, а вот у остальных не так уж хорошо». «Прекрасно, со мной все в порядке, с тобой тоже, а у них нет, поэтому давай закончим дело, а ими займемся позже». На детском языке это переводится так: «Мы будем играть в дом, а ты с нами играть не будешь», что в крайней форме и с применением более совершенного оборудования может позже привести к лагерю уничтожения.

Простейшие позиции двусторонние: ты и я. Они восходят к убеждениям, которые ребенок впитал вместе с материнским молоком. Если для краткости обозначить «все в порядке» плюсом, а «не все в порядке» минусом, убеждения выглядят так: я+ или я —; ты+ или ты —. В результате перебора вариантов мы получаем четыре основные позиции, которые разыгрываются в играх и сценариях и которые программируют человека, указывают ему, что он должен говорить, после того как сказал «Здравствуйте».

1. Я+ ты+. Это здоровая позиция, наиболее пригодная для достойной жизни, позиция подлинных Героев и Принцев, Героинь и Принцесс. Люди, стоящие на других позициях, всегда чувствуют себя в той или иной степени Лягушками; родители предписали им быть Неудачниками, и если они не преодолеют это предписание, они снова и снова будут падать вниз; в крайних случаях они потратят жизнь впустую, если их не спасет чудо психиатрического лечения или если они не сумеют излечиться сами. Я+ ты+ – именно это старается сказать хиппи полицейскому, когда дарит ему

цветок. Но всегда остается сомнение, подлинное ли это я+ или человек только религиозно в это верит и согласится ли полицейский с позицией «+» или предпочтет быть в позиции «—». Я+ ты+ – человек либо постигает это в самом раннем возрасте, либо добывается тяжелым трудом впоследствии; эту позицию нельзя приобрести простым желанием.

2. Я+ ты —. Я Принц, а ты Лягушка. Это позиция типа «нужно от него избавиться». Есть люди, которые играют в «ты виноват» – в свободное время, для забавы, или совершенно серьезно. Это те, кто издевается над супругами, отправляет детей в школы для трудновоспитуемых, а в терапевтических группах любят находить недостатки в друзьях и близких. Такие люди начинают крестовые походы, постоянно ищут реальных или воображаемых врагов. Это позиция «высокомерия», в худшем случае – позиция убийцы, в лучшем – человека, который постоянно вмешивается в дела других и «помогает», когда в его помощи не нуждаются. Но по большей части это позиция посредственностей, в клиническом смысле – параноидальная позиция.

3. Я – ты+. Психологически это депрессивная позиция, политически и социально – позиция самоунижения, передаваемая детям. В профессиональной жизни такая позиция заставляет унижаться и с мстительным чувством наслаждаться своим унижением. Окружающим приходится дорого платить за ощущение «со мной все в порядке» для такого человека. Люди с такой позицией меланхолики, Неудачники, называющие себя игроками, предпочитающие избавиться от себя, а не от другого, изолирующие себя в меблированных комнатах или пустынях, тюрьмах или психиатрических лечебницах. Это позиция «если бы только» и «я должен был бы».

4. Я – ты —. Это позиция безнадежности или «почему бы и нет?». Почему бы не убить себя? Почему бы не сойти с ума? Клинически это шизоидная или шизофреническая позиция.

Эти позиции универсальны для всего человечества, потому что все люди впитывают их с материнским молоком; позже эти позиции укрепляются, когда ребенок усваивает правила поведения, будь то в джунглях, в трущобах, в отдельной квартире в большом городе или в замке предков. Даже в небольших бесписьменных обществах, которые антропологи изучают ради их «культуры» и в которых всех воспитывают в соответствии с одинаковыми жесткими правилами, существует достаточное количество индивидуальных различий между матерями (и отцами), чтобы дать достаточный материал для статистики. Победители становятся вождями и шаманами, полководцами и капиталистами, владельцами тысяч

голов скота или сотен тысяч гектаров земли. Неудачников можно встретить в психиатрических больницах на Папезте, в Порт-Морсби или Дакаре, а может, в тюрьме ее величества на Суве.^[22] Каждая позиция имеет свой сценарий и свой финал. Даже в нашей стране, располагающей десятком тысяч «культур», финалы, в сущности, мало чем отличаются от финалов в других странах.

Поскольку каждый человек есть производное от миллионов различных мгновений, тысяч состояний сознания, сотен приключений и обычно имеет двух родителей, тщательное изучение его позиции может выявить много сложностей и очевидных противоречий. Тем не менее обычно удается обнаружить основную позицию, искреннюю или неискреннюю, негибкую или небезопасную, на которой основана жизнь человека и исходя из которой он разыгрывает свои игры и сценарии. Эта позиция необходима человеку, чтобы он чувствовал, что обеими ногами стоит на твердой почве. Отказаться от этой позиции для него так же немыслимо, как выбить фундамент из-под своего дома. Простой пример. Женщина, которая считает себя бедной, в то время как окружающие богаты (я – они+), не откажется от этой позиции просто потому, что получит много денег. В ее собственных глазах деньги не сделают ее богатой; она будет бедняком, случайно получившим деньги. Ее подруга по школе, которая считает важным быть богатой в отличие от бедняков (я+ они —), не откажется от своей позиции, если утратит состояние; она станет не бедной, а богатой, испытывающей временные финансовые трудности.

Как мы увидим ниже, такая устойчивость объясняет жизнь, которую вела Золушка, выйдя замуж за Принца. Она объясняет также, почему люди с первой позицией (я+ ты+) обычно становятся лидерами: даже в самых крайних и трудных обстоятельствах они сохраняют абсолютное уважение к себе и к своим подчиненным. Эти четыре основные позиции: 1) я+ ты+ – успех; 2) я+ ты – высокомерие; 3) я – ты+ – угнетенность; 4) я – ты – безнадежность – редко могут измениться под воздействием только внешних обстоятельств. Устойчивые перемены должны приходить изнутри, либо спонтанно, либо под каким-то «терапевтическим» влиянием. Таковы лечение у профессионала или любовь, которая служит природной психотерапией.

Но встречаются люди, убеждениям которых не хватает стойкости; в силу этого они могут делать выбор из нескольких позиций: например, перейти от позиции я+ ты+ к позиции я – ты – или от позиции я+ ты – к позиции я – ты+. Такие личности, если рассматривать их с точки зрения позиции, являются тревожными или нестабильными. А стабильными,

устойчивыми являются те, чьи позиции, хорошие или плохие, трудно поколебать. Для того чтобы знание позиций могло практически применяться в психотерапии, нельзя допускать, чтобы его ставили под сомнение колебания неустойчивых личностей. Этого достигают путем транзакционного анализа, который устанавливает, что на самом деле было сказано или сделано в данный момент. Если в полдень А ведет себя так, словно он в первой позиции (я+ ты+), мы говорим: «А в первой позиции». Если в шесть вечера он ведет себя так, словно он в третьей позиции (я – ты +), мы говорим: «В ситуации, которая сложилась в полдень, А был в первой позиции, а в ситуации, которая складывается в шесть вечера, А в третьей позиции». Отсюда мы можем заключить: а) что А неустойчив в первой позиции и б) что симптомы неопределенности проявляются у него в определенных ситуациях. Если он во всех ситуациях ведет себя как в первой позиции, мы говорим, что «А стабилен в первой позиции», откуда заключаем: а) что А Победитель, б) что если он подвергался лечению, то сейчас излечился и в) что он независим, что он не испытывает принуждения участвовать в играх, что его выбор определяется только социальным контролем; в каждый момент он сам решает, принимать участие в игре или нет. Если Б во всех обстоятельствах ведет себя как в четвертой позиции, мы говорим: «Б стабилен в четвертой позиции», откуда можем предсказать: а) что Б Неудачник, б) что излечить его будет трудно и в) что он не может отказаться от игр, в которых доказывается, что в жизни нет надежды. Все это можно сделать, тщательно проанализировав реальные транзакции, в которых участвовали А и Б.

Сделанные прогнозы легко проверить дальнейшими наблюдениями. Если последующее поведение не подтверждает их, то либо допущена ошибка в анализе, либо ошибочна сама теория позиций и ее следует изменить. Если дальнейшее поведение подтверждает прогнозы, значит, теория получила подкрепление. До сих пор все данные говорят именно об этом.

Г. Победители и Неудачники

Чтобы подтвердить прогноз, нужно определить, что мы понимаем под успехом, кого считаем Победителем и кого Неудачником. Победитель – это человек, добившийся успеха в том, что собирался сделать. Неудачник – тот, кто не смог сделать то, что собирался. Человек, который говорит: «Я отправляюсь в Рино^[23] и буду там играть», просто должен туда поехать,

независимо от того, выиграет он или проиграет. Но если он говорит: «Я отправляюсь в Рино и на этот раз выиграю», он становится Победителем, если выигрывает, и Неудачником, если проигрывает. Все зависит от того, сколько денег у него в кармане, когда он выходит из казино. Разведенная женщина еще не Неудачница; Неудачницей она становится, если прежде говорила: «Я никогда не подам на развод». Если она заявляет: «Однажды я брошу работу и никогда больше не буду работать», то алименты, которые она получает от мужа, свидетельствуют, что она Победительница, потому что добилась своего. Поскольку она не говорила, каким способом этого добьется, никто не сможет назвать ее Неудачницей.

Д. Трехсторонние позиции

До сих пор мы имели дело преимущественно с двусторонними позициями – «я» и «ты». Но идея позиции напоминает аккордеон: ее можно растягивать, и она способна включить огромное количество вариантов, помимо четырех основных, – почти столько же, сколько людей на земном шаре. Если мы перейдем к анализу трехсторонних позиций, то получим следующие комбинации:

1а. Я+ ты+ они+. Позиция демократического сообщества или обычной средней семьи. Своего рода идеал, к которому стремятся многие. Его можно выразить словами: «Мы любим всех».

1б. Я+ ты+ они —. Позиция сноба или демагога, выражаемая в словах: «Кому они нужны?»

2а. Я+ ты – они+. Позиция агитатора и недовольного, а также миссионеров различных типов. «Вы, ребята, гораздо хуже тех».

2б. Я+ ты – они —. Позиция одинокого праведного критика, позиция высокомерия в чистом виде. «Все должны склоняться передо мной и подражать мне, насколько могут эти ничтожества».

3а. Я – ты+ они+. Позиция кающегося святого или мазохиста, позиция меланхолика в чистом виде. «Я самый недостойный человек в мире».

3б. Я – ты+ они —. Сервильная позиция человека, который выслуживается не по необходимости, а из снобизма. «Я унижаюсь, а ты наградишь меня, а не тех ничтожных людишек».

4а. Я – ты – они+. Позиция сервильной зависти и иногда политического действия. «Они нас ненавидят, потому что мы не так хороши, как они».

4б. Я – ты – они —. Пессимистическая позиция циника или человека,

который верит в предназначение или первородный грех. «Никто из нас ни на что не годится».

Существуют неопределенные трехсторонние позиции, некоторые из них гибки и дают человеку возможность измениться. Например:

1? Я+ ты+ они?. Это позиция евангелиста. «Мы с тобой в порядке, а насчет остальных не знаем, пока они не предъявят свои доказательства или не перейдут на нашу сторону».

2? Я+ ты? они —. Позиция аристократа. «Большинство людей никуда не годятся, а что касается тебя, подожду, пока ты не представишь доказательства».

Таким образом, мы имеем четыре двусторонних позиции, восемь трехсторонних — всего двенадцать; математически возможно существование такого же количества позиций с одним вопросительным знаком, еще шесть с двумя вопросительными знаками (я+ ты? они?; я — ты? они? и т. д.) и одна с тремя вопросительными знаками. Человеку в последней позиции трудно было бы взаимодействовать с другими людьми. В целом получается тридцать одна позиция — вполне достаточно, чтобы сделать жизнь интересной. Это многообразие бесконечно возрастает, если мы задумаемся в значение плюсов и минусов, которые, как мы помним, означают «все в порядке» и «не все в порядке». Здесь мы сталкиваемся с огромным количеством пар хороших и плохих определений, качеств и комбинаций, которые наполняют формулы жизнью и делают реальную жизнь по-настоящему интересной.

Е. Позиции – предикаты

Простейшие позиции, с которыми наиболее трудно иметь дело и которые наиболее опасны для общества, основаны на паре определений «в порядке» – «не в порядке»: черный – белый, богатый – бедный, христианин – язычник, умный – глупый, еврей – ариец, честный – мошенник. Каждая из этих пар может быть разложена на четыре варианта. Эти варианты определяются в каждой семье путем раннего программирования.

1. Я богат +, ты беден – (снобистская, высокомерная позиция).
2. Я богат —, ты беден + (мятежная, романтическая позиция).
3. Я беден +, ты богат – (негодующая, революционная позиция).
4. Я беден —, ты богат + (снобистская, сервильная позиция).

(В семьях, где не придают большое значение деньгам, противопоставление «богатый – бедный» не становится полярным, и

вышеуказанная схема к таким семьям неприменима.)

Чем больше определений-прилагательных включает каждый плюс и минус, тем сложнее становится позиция и тем больше терпения и сообразительности нужно, чтобы с ней разобраться. Прилагательные могут усиливать друг друга («не только, но и»), вычитаться друг из друга для смягчения утверждения («но по крайней мере он не...»), сопоставляться («но что важнее?») и т. д. Так для черных богатый белый мошенник может быть очень плохим («в нем все плохо» – —) сравнительно с богатым черным мошенником («он по крайней мере черный» – +), или с богатым честным белым («он по крайней мере честен» – + —), или с бедным белым мошенником («по крайней мере он так же беден, как мы» + –). Но в некоторых случаях белый мошенник очень плох, если он беден, и терпим, если богат. Так происходит из-за вмешательства другой пары противоположностей: сходит с рук + – не сходит с рук —. В таком случае бедный белый мошенник получает – —, в то время как богатый белый мошенник получает + – . В других случаях все зависит от условия: например, в финансовой компании богатый белый сначала считается вполне хорошим, а потом перемещается в нехорошие, если он мошенник (+ + → + + —).

Похоже, что выбор местоимений я, ты, они, плюс, минус или вопросительный знак определяет судьбу индивидуума, включая конец его сценария, в зависимости от того, какие прилагательные и предикаты он обозначал плюсами и минусами. Так, человек с позицией я+ ты – они – (позиция 2б) почти всегда заканчивает жизнь в одиночестве: в келье отшельника, в тюрьме, в больнице или в морге, независимо от того, чем он гордился: религией, богатством, расой, полом и т. д., в то время как человек с позицией я – ты+ они+ (3а) кончит, чувствуя себя несчастным, может, даже склонным к самоубийству, независимо от того, какие обстоятельства его расстраивают. Таким образом, местоимения определяют финал сценария, делят людей на победителей и побежденных. А предикаты решают, чему будет посвящен сценарий, каков будет стиль жизни: религия, деньги, раса, секс и т. д., но не имеют никакого отношения к финалу.

Следует признать, что во всех этих рассуждениях нет ничего такого, чего бы не понял шестилетний ребенок, по крайней мере, в применении к самому себе. «Мама сказала, что я не должен с тобой играть, потому что ты (грязный, низкого происхождения, плохой, католик, еврей, итальянец, ирландец и т. д.)» означает просто я+ ты—. «С тобой я буду играть, а с ним не хочу, потому что он жульничает» есть я+ ты+ он—, на что исключенный из игры отвечает: «Я бы и не стал с вами играть, потому что вы неженки»

= я+ ты – он—. Но требуется, однако, достаточно сообразительности (больше, чем обладает большинство), чтобы понять ключевой принцип позиций: единственное, что имеет значение, это местоимения и знаки плюс и минус: предикаты и прилагательные – просто удобное средство для упорядочивания времени. Предикаты дают людям тему для разговора после того, как они поздоровались, но не имеют отношения к тому, что произойдет: плохо или хорошо проживут они жизнь и каков будет окончательный выигрыш.

Например, многие не могут понять, как ревностные нацистские полицейские в Восточной Германии становились не менее ревностными коммунистическими полицейскими: ведь эти две партии как будто противоположны друг другу. Но противоположны здесь только определения. Позиция нациста такова: я+ (нацист), он – (предатель), поэтому его нужно убить. Позиция коммуниста: я+ (коммунист), он – (предатель), поэтому его нужно убить. В обоих случаях, хотя предикаты противоположны, позиции одинаковы: я+ он —, поэтому его нужно убить. Правило таково: изменение предикатов, каким бы оно ни было радикальным, не изменяет позицию или сценарий: в обоих случаях человек становится убийцей, и именно это для него важно, а не то, каких именно людей он убивает. Поэтому для фанатика нет ничего легче, чем при умелом поводе перевернуться на другую сторону.

Этот пример иллюстрирует также тот факт, что позиции очень важны в повседневном социальном общении. Первое, что люди чувствуют друг в друге, это позиции, и здесь обычно подобное тянется к подобному. Люди, которые считают себя и мир хорошими (+ +), обычно предпочитают проводить время с такими же людьми, а не с теми, кто жалуется. Те, кто считает себя лучше других (+ —), тоже собираются в собственные клубы и организации. И Неудачники, которые считают себя пострадавшими (– +), собираются вместе, обычно в барах для Неудачников. Те, кто считает свою жизнь бесполезной, тоже встречаются в дешевых пивных и на улицах. В западных странах одежда более ясно указывает на позицию человека, чем на его социальное положение. (+ +) одеваются аккуратно, но не кричаще; (+ —) любят мундиры, украшения, драгоценности и специальный покрой, чтобы подчеркнуть свое превосходство; (– +) ходят в потрепанной и дешевой одежде, но не обязательно неаккуратной, они могут даже носить чужую «форму»; а (–) демонстрируют своей «формой» пренебрежение к одежде и ко всему, что она символизирует. К этой группе относится и «форма» шизофреника, которая соединяет поношенное и элегантное, неуклюжее с изящным, пурпурное с серым, сбитые туфли с бриллиантовым

перстнем.

Мы уже говорили об упорстве, с которым люди цепляются за свою позицию при смене обстоятельств: богатая женщина не становится бедной, если теряет деньги, – она остается богатой, испытывающей временные финансовые затруднения; бедная девушка, получившая много денег, не становится от этого богатой. Негибкость позиции, проявляясь в повседневной жизни, может вызывать раздражение и смущение: «Я хороший человек (хотя и совершаю плохие поступки)». Тот, кто занимает такую позицию, ждет, что с ним всегда будут обращаться как с хорошим человеком, и чувствует себя оскорбленным, если сталкивается с другим отношением.

В этом частый источник супружеских раздоров. Так, Марти Коллинз утверждает, что он хороший муж, хотя каждую субботу напивается и избивает жену. Что еще поразительнее, его жена Скотти поддерживает его утверждение, говоря: «Как можно сердиться на человека, который в прошлое Рождество подарил мне цветы?» С другой стороны, Скотти абсолютно убеждена в своей честности, хотя откровенно лжет и крадет деньги из бумажника мужа. И он всю неделю поддерживает ее позицию. Только в субботние вечера она называет его бездельником, а он ее – лгуньей. Поскольку брак основан на взаимной договоренности не замечать несоответствий, каждый из них возмущается, если им указывают на эти факты; а если угроза позиции «все в порядке» становится слишком велика, неизбежен развод. Развод происходит потому, что: 1) один из супругов не может выдержать, что его видят таким, каков он есть, или 2) другой супруг не может лгать с честным лицом, чтобы избежать такого разоблачения.

Ж. Выбор сценария

Следующий шаг в развитии сценария – поиск сюжета с соответствующим финалом, ответ на вопрос: «Что происходит с таким, как я?» Ребенок знает, поскольку его этому научили, будет ли он Победителем или Неудачником, как он должен относиться к другим людям, как будут обращаться с ним другие и что значит «быть похожим на меня». Рано или поздно он услышит историю о ком-то, «похожем на него», и эта история растолкует ему, к чему он стремится. Это может быть сказка, прочитанная матерью, рассказ бабушки о предках с Золотого Берега или легенда об уличных гангстерах, которую он услышал на углу. Но, услышав это, он узнает и говорит: «Это обо мне!» И эта история становится его сценарием,

и всю остальную жизнь он проведет, стараясь ей соответствовать.

Так, на основе раннего опыта, у груди или у бутылочки с молоком, в ванной или в туалете, в спальне, на кухне или в гостиной ребенок приобретает убеждения, принимает решение и занимает позицию. Потом, по тому, что услышал или прочел, формирует «предсказание» или жизненный план: будет ли он Победителем или Неудачником, на какой почве и в какой форме получит он «выигрыш». Это и есть первая версия жизненного сценария. Теперь мы готовы рассмотреть различные силы и элементы, из которых сооружается сценарий. Чтобы достичь результата, у человека должен быть действующий сценарный аппарат.

Глава 6

Пластичные годы

А. Родительское программирование

К шестилетнему возрасту наш типичный герой вышел из детского сада (по крайней мере в Америке) и перешел в более сложный и трудный мир начальной школы. Здесь ему самостоятельно приходится иметь дело с учителями и другими мальчиками и девочками. К счастью, к этому времени он уже больше не младенец, выброшенный в мир, не созданный им самим. Из тихого пригорода своего дома он переселяется в гигантский мегаполис многолюдной школы и встречает множество самых разных людей с самыми разными реакциями. В его сознании уже намечены жизненные пути и способы выживания, его жизненный план уже составлен. Это было хорошо известно учителям и священникам Средних веков, которые говорили: «Оставьте мне дитя до шести лет, потом можете забирать его обратно». Хороший воспитатель детского сада может предсказать, какую жизнь будет вести ребенок и каков будет исход: будет ли он счастлив или несчастен, Победитель или Неудачник.

Обернется ли жизнь человека комедией или трагедией, порой зависит от того, как она спланирована дошкольником, не знающим мира и его обычаев, с головой, забитой тем, что рассказали ему родители. Но именно этот вундеркинд в конечном счете определяет, что случится с королями и крестьянами, проститутками и королевами. У него нет возможности отличать истину от заблуждений, и самые обычные события повседневной жизни представляются ему в искаженном виде. Ему говорят, что, если у него будет секс до брака, его накажут, а если после брака – не накажут. Он верит, что солнце садится, и ему потребуется от десяти до сорока лет, чтобы обнаружить, что это он убегает от солнца; он путает свой живот с желудком. Он еще слишком мал, чтобы принимать какие-нибудь решения, кроме того, что ему хочется на обед, но именно он Император Жизни, определяющий, как умрет каждый подданный.

План на бесконечное будущее составляется в основном по семейным инструкциям. Некоторые ключевые моменты этого плана можно обнаружить легко даже в самом первом разговоре, когда психотерапевт спрашивает: «Что рассказывали вам родители в детстве?», или «Что

говорили вам родители о жизни, когда вы были маленьким?», или «Что говорили вам родители, когда сердились на вас?» Часто ответ не похож на приказ, но, если подумать по-марсиански, он приобретает форму инструкции.

Например, многие тренировочные формулы, перечисленные в начале пятой главы, на самом деле есть приказы родителей. «Поздоровайся» – по существу, приказ проявить себя. Ребенок быстро узнает это, наблюдая за тем, как довольна его мать, когда он делает правильно, и как она недовольна, если ему не удастся продемонстрировать себя. Аналогично «Посмотрите, какой он милый!» означает приказ «Покажи, какой ты милый!». Команды «Поторопись!» и «Ты не можешь сидеть бесконечно!» – это отрицательные приказы или предписания: «Не заставляй меня ждать!» и «Не возражай!». А вот «Пусть поиграет» – это разрешение. Вначале ребенок понимает эти различия, наблюдая реакцию родителей, а позже, когда овладевает словарем, прислушиваясь к их словам.

Ребенок рождается свободным, но скоро начинает понимать, что свобода его ограничена. Первые два года программирование осуществляет в основном мать. Эта программа составляет каркас или зачаток его сценария, «первичный протокол»: глотай или будешь проглочен, а позже, когда появляются зубы, – рви зубами или разорвут тебя. Как выразился Гете, будь либо молотом, либо наковальней – наиболее примитивная версия Победителя или Неудачника, что видно в греческих мифах или первобытных ритуалах, когда детей пожирают, а кости поэта лежат разбросанными по земле. Уже в младенческом возрасте становится ясным, кто контролирует ситуацию: мать или ребенок. Такое положение может раньше или позже измениться, но следы первоначальных отношений можно почувствовать в моменты стресса или напряжения. Но мало кто помнит события этого периода, который во многих отношениях является важнейшим, так что восстанавливать его приходится с помощью родителей, родственников, нянек и педиатров; можно делать выводы и из снов, а также из семейного альбома.

С двух до шести почва становится более прочной, потому что почти все помнят немногие транзакции, случаи или впечатления этой фазы развития сценария, когда развивается эдипов комплекс. В сущности, после отнятия от груди и приучения к горшку по всему миру наиболее универсальное обучение связано с сексуальностью и агрессивностью. Организм и весь вид выживают благодаря контурам, встроенным в процессе естественного отбора. Так как кормление, взаимодействие полов и борьба требуют присутствия другого человека, это все виды

«социальной» деятельности. Именно они создают индивидуальный характер, определяют наличие таких качеств, как стяжательство, мужественность, женственность, агрессивность. Формируются также контуры, сдерживающие проявление этих свойств. Они дают начало противоположным тенденциям: скрытность, сдержанность, способность к отречению. Эти свойства помогают людям уживаться по крайней мере временами в относительном спокойствии, в глухом шуме соперничества, а не в откровенном стяжательстве, в постоянном аду борьбы и секса. И каким-то, не вполне ясным образом с этим связано выделение экскрементов; связанный с этим контур вызывает стремление к порядку и чистоте.

Родительское программирование определяет, когда действуют стремления и когда они сдерживаются. Оно использует уже встроенные контуры и настраивает их таким образом, чтобы получить определенные результаты или выигрыши. Из способности ограничиваться развивается терпение, из мужского и женского влечений – мужественность и сдержанность, из борьбы и сдержанности – проницательность, из мешанины упорядоченности – аккуратность. Всем этим свойствам: терпению, мужественности, женственности, проницательности, аккуратности – учат ребенка родители в пластическом возрасте от двух до шести.

Физиологически программирование дает облегчение, открывает тропу наименьшего сопротивления. Операционально оно означает, что определенный стимул с большой долей вероятности вызовет уже установленную реакцию. Феноменологически родительское программирование означает, что реакция определяется родительскими директивами; это звуковые дорожки, которые уже неоднократно проигрывались, и голоса родителей можно услышать, если внимательно вслушаться в то, что происходит в голове человека.

Б. Мыслящий марсианин

Когда родители пытаются вмешаться или воздействовать на свободное самовыражение ребенка, их директивы по-разному интерпретируются родителем, посторонним наблюдателем и самим ребенком. Фактически возникает пять различных точек зрения. 1. Что родитель думает о своих намерениях. 2. Что думает о его намерениях наивный наблюдатель. 3. Буквальное значение его слов. 4. Что «на самом деле» имел в виду

родитель. 5. Что извлекает из его слов ребенок. Первые три точки зрения – обычные, или земные, а остальные две – подлинные, или марсианские.

Батч

Возьмем в качестве примера ученика средней школы, пристрастившегося к выпивке. Мать застала его в шестилетнем возрасте, когда он принюхивался к бутылке с виски, и сказала: «Ты еще слишком молод, чтобы пить виски».

1) Мать считает, что говорит: «Я не хочу, чтобы мой сын пил виски». 2) Наивный наблюдатель, дядя ребенка, соглашается: «Конечно, она не хочет, чтобы он пил виски. Ни одна разумная мать этого не хочет». 3) На самом деле мать говорит: «Ты слишком молод, чтобы пить виски». 4) На самом деле она имеет в виду следующее: «Пить виски – это занятие мужчины, а ты еще мальчик». 5) А Батч^[24] извлекает из этого вот что: «Когда придет время доказать, что я мужчина, я буду пить виски».

Таким образом, для землянина укор матери кажется проявлением здравого смысла. Но ребенок мыслит по-марсиански, пока его не отучили родители. Именно поэтому непосредственные и неискаженные мысли ребенка кажутся такими свежими и новыми. Задача ребенка – установить, что на самом деле имеет в виду его родитель. Это помогает ему сохранить любовь родителей и их покровительство, а в крайних случаях – просто выжить. Но, помимо этого, он любит родителей, и главная его цель в жизни – понравиться им (если они ему позволяют), а чтобы сделать это, он должен знать, что они имели в виду на самом деле.

Поэтому из каждой директивы, даже высказанной косвенно, он пытается извлечь ее суть, ее императив, или марсианское ядро. И таким образом составляет план своей жизни. То же самое могут делать кошки и голуби, хотя им для этого требуется больше времени. Называется это программированием, потому что воздействие директив скорее всего будет постоянным. Для ребенка желание родителей становится приказом, который он будет выполнять всю жизнь, если не помешает что-то неожиданное и драматичное. Только тяжелое испытание (война, тюрьма) или экстаз (обращение к богу, любовь) могут освободить его быстро, в то время как ход обычной жизни или психотерапия делают то же самое медленно. Смерть родителей совсем не всегда снимает заклинание; в некоторых случаях оно делает его еще сильнее. Пока Ребенок остается приспособленным, а не свободным, запрограммированная личность будет

выполнять все требования Родителя, каких бы унижений и жертв это ни требовало. Поразительна параллель с сутенером и проституткой. Она предпочитает терпеть унижения и эксплуатацию, извлекая при этом возможное удовлетворение, чем отправиться в неведомый мир без его защиты.

Марсианин выясняет истинное значение слов в соответствии с их результатами и судит о людях не только по их намерениям, но и по «финальному раскрытию». Он видит, что часто то, что кажется родительской защитой, на самом деле оказывается скрытным указанием. Подросток разбил машину, счет за ремонт расстроил отца. «Хороший» отец время от времени заговаривает с сыном на эту тему и говорит: «Да, мне это нелегко, но не очень расстраивайся». Естественно, сын воспринимает это великодушие как указание: «Ты должен расстраиваться». Но если бы мальчик сказал, что он расстроен, или сделал бы что-нибудь необычное, чтобы поправить положение, отец укорил бы его, заявив: «Я ведь велел тебе не очень расстраиваться». Марсианин переводит это «Не очень расстраивайся» в «Продолжай расстраиваться, пока я тебе не разрешу перестать».

Еще более драматичный пример представляет искусная официантка, которая умело лавирует между столиками в переполненном гудящем ресторане, балансируя подносами, заставленными тарелками с горячими блюдами. Ее ловкость приводит в восхищение и управляющего, и посетителей. Но однажды в ресторан приходят пообедать ее родители и тоже восхищаются ею. Когда она пробегает с обычным грузом мимо столика родителей, встревоженная мать восклицает: «Будь осторожна!» И вот впервые в своей карьере девушка... Ну, тут не надо быть марсианином, чтобы закончить рассказ без перевода. Коротко говоря, «Будь осторожна!» почти всегда означает: «Сделай ошибку, чтобы я могла сказать тебе, что предупреждала!» В этом конечная цель. «Будь осторожнее, ха, ха!» – это уже откровенная провокация. Прямое указание Взрослого «Будь осторожнее!» может иметь и прямой смысл, но сверхзабоченность Родителя и «ха, ха» Ребенка говорят прямо противоположное.

В случае с Батчем слова «Ты слишком молод, чтобы пить!», сказанные только что похмелившейся матерью, означают: «Начинай побыстрее пить, чтобы я могла упрекать тебя». Батч знает, что рано или поздно он должен будет это сделать, чтобы мать скрепя сердце обратила на него внимание – дала ему эту жалкую замену любви. Ее желание интерпретируется им как родительский завет. К тому же у него есть пример для подражания: работяга-отец, напивающийся каждую субботу. К шестнадцати годам Батч

уже пьет регулярно. В семнадцать лет дядя усаживает его за стол, ставит бутылку и говорит: «Батч, я научу тебя пить».

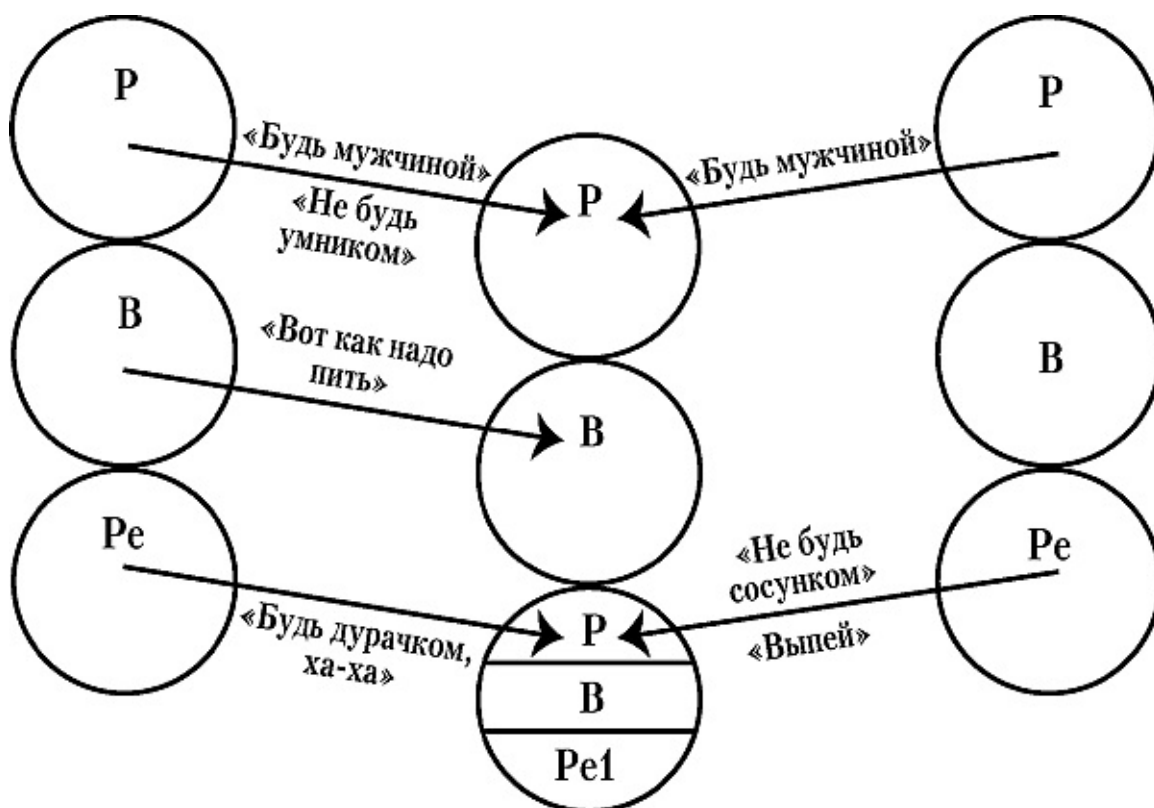


Рис. 6. Молодой алкоголик

Отец часто с презрительной улыбкой говорил ему: «Ну и дурачок же ты!» Пожалуй, это было единственное, о чем они говорили, и поэтому Батч очень рано решил вести себя глупо. Еще один пример марсианского мышления: отец ясно дает понять, что «умники» в доме ему не нужны. На самом деле он говорит: «Когда я рядом, тебе лучше выглядеть дурачком», и Батч знает это.

Зачастую дети вырастают в семьях, где отцы много работают и много пьют. Тяжелая работа для них – способ заполнить время между выпивками. Но сильно пьющему трудно не пить в рабочее время, и поэтому пьянство – проклятие рабочего класса. С другой стороны, работа отнимает время у пьянства, поэтому работа – проклятие пьющего класса. Если пьянство мешает работе, надо бросать работу... Если пьянство – часть жизненного плана или сценария, то работа – антисценарий.

Сценарные предписания Батча показаны на рис. 6. Вверху раздраженный Родитель отца говорит: «Будь мужчиной, не будь умником», в то время как снизу выглядывает Ребенок отца и говорит: «Будь дурачком,

ха-ха». Вверху слепо любящий Родитель матери говорит: «Будь женщиной, но ты еще слишком молод для этого», в то время как внизу ее Ребенок поддразнивает: «Не будь сосунком, выпей». А посередине Взрослый отца с помощью дядюшки показывает ему, как нужно пить.

В. Маленький стряпчий

Марсианское мышление помогает ребенку понять, чего *на самом деле* хотят родители, иными словами, на что они будут реагировать положительно. Эффективное использование этого мышления помогает ребенку выжить и выразить свою любовь к родителям. Таким образом он создает состояние Я, известное как Приспособленный Ребенок. Приспособленный Ребенок хочет быть послушным, он нуждается в этом, стремится избежать проявлений непослушания даже в мыслях, чтобы вызвать положительную реакцию окружающих. В то же время ему приходится держать в узде Естественного Ребенка. Равновесие между этими двумя формами поведения поддерживает в ребенке его Взрослый (см. ВРе на рис. 7), который должен вести себя, как быстродействующий компьютер, чтобы мгновенно делать выбор между тем, что приемлемо и что доступно в каждой ситуации. Этот Взрослый очень искусно определяет, чего хотят взрослые, что они согласны терпеть, а из-за чего они особенно рассердятся, что заставит их чувствовать себя виноватыми, беспомощными, испуганными или ранимыми. Взрослый в ребенке, таким образом, становится очень проницательным и наблюдательным исследователем человеческой природы и потому называется Профессором. В сущности, он лучше владеет практической психологией и психиатрией, чем любой взрослый профессор, хотя после многих лет обучения и опыта взрослый профессор может постигнуть до тридцати процентов того, что он знал в возрасте четырех лет.

Когда Ребенок овладел марсианским мышлением настолько, чтобы легко создавать впечатление Приспособленного Ребенка, его Профессор пробуждает в нем правовое самосознание, чтобы Естественный Ребенок получил больше возможностей для самовыражения. Правовое самосознание возникает в этом пластичном возрасте, но полного расцвета достигает у подростков. Если родители будут его поощрять, оно может сохраниться и в зрелые годы, и тогда человек становится профессиональным юристом. На бытовом уровне правовое самосознание проявляется в демагогии, умении ловчить, находить отговорки,

выкручиваться, качать права и т. д. Для профессионального преступника это означает, например, признаться в незначительном преступлении, чтобы не отвечать за серьезное; свалить свою вину на другого; заранее подстроить алиби или ускользнуть с помощью мошенничества. «Умение ловчить» особенно ярко проявляется в отношении к сексу. Так, девушка, которой родители внушали, как важно не лишиться девственности, может участвовать в двусторонних мастурбациях, фелляции и других нетрадиционных формах сексуальных отношений; таким образом она выполняет букву родительского наставления, хотя при этом вполне может понимать, что они на самом деле вообще запрещали ей заниматься сексом. Если родители прямо запрещали ей «секс», она может вступать в половые отношения, но не испытывать оргазм. Классический пример сексуального «умения ловчить» дает поведение парижских проституток в начале столетия. Отправляясь на исповедь, они получали отпущение грехов на том основании, что это их бизнес и они не испытывают при этом удовольствия. Если же они признавались в том, что получают удовольствие, их называли грешницами.

Родители, формулируя запрет, обычно считают, что они все предусмотрели. Однако они не принимают во внимание умение своего отпрыска учитывать все тонкости, хотя сами учат его этому. Подросток, которому приказали «не иметь дела с женщинами», может принять это за разрешение «иметь дело с мальчиками», а в некоторых случаях – с овцами или коровами, и в «юридическом смысле» он прав, поскольку не делает ничего такого, что ему запретили родители. Девушка, которой сказали: «Не позволяй мальчикам себя трогать», решит, что имеет право сама «трогать» себя. При таком «умении ловчить» ее Приспособленный Ребенок продолжает выполнять желание матери девушки, в то время как Естественный Ребенок получает удовольствие от мастурбации. Мальчик, которому приказали «не баловаться с девушками», может принять это за разрешение «баловаться» с самим собой. Никто из них в буквальном смысле не нарушает родительские запреты. Поскольку ребенок подходит к таким ограничениям как юрист и ищет уловки, возможности «словчить», в сценарном анализе такие случаи обозначают юридическим термином **«предписание»**.

Некоторым детям нравится быть послушными, и они не пользуются «умением ловчить». У других находятся более интересные занятия. Но как многие взрослые пытаются добиться своего и в то же время не нарушить закон, так же и детям хочется вести себя по-своему и при этом не ослушаться родителей. В обоих случаях такая изворотливость и хитрость

поощряются родителями и составляют часть родительского программирования. В некоторых случаях это приводит к созданию антисценария: ребенок умудряется изменить все направление сценария, в то же время не нарушив никаких первоначальных сценарных запретов.

Г. Сценарный аппарат

Трансакционные аналитики не утверждают, что жизненный план человека создается наподобие мифов или волшебных сказок. Они просто говорят, что судьбу индивидуума определяет не взрослое планирование, а решения, принятые в детстве. Что бы ни говорили люди, что бы они ни думали, какое-то внутреннее побуждение заставляет их добиваться финального выигрыша, который часто очень отличается от того, что они пишут в своих автобиографиях и заявлениях о приеме на работу. Многие утверждают, что хотят заработать много денег, но теряют их, тогда как окружающие богатеют. Другие утверждают, что ищут любви, а находят ненависть даже в тех, кто их любил. Родители, утверждая, что делали для своих детей все, получают в награду наркоманов, преступников и самоубийц. Праведные поклонники Библии совершают убийства и насилуют детей. Таковы противоречия, существующие испокон веков, о них поется в операх, и они помогают расходиться тиражам газет.

Постепенно стало очевидным, что если для Я-Взрослого это не имеет смысла, то имеет смысл для Я-Ребенка. Именно это состояние Я любит мифы и сказки и верит, что мир когда-то был таким и когда-нибудь снова будет. Поэтому неудивительно, что дети часто копируют жизненный план с сюжета любимой сказки. Удивительно то, что этот план сохраняется и в двадцать, и в сорок, и в восемьдесят лет и в конечном счете побеждает даже «здравый смысл». Психотерапевт возвращается назад от самоубийства, автокатастрофы, белой горячки, судебного приговора или развода, чтобы узнать, что произошло на самом деле, и устанавливает, что почти все это было запланировано до шести лет. Планы, или сценарии, имеют общие элементы, которые образуют «сценарный аппарат». Одинаковый аппарат работает в «хороших» сценариях: сценариях творцов, лидеров, героев, почтенных старцев и людей, добившихся выдающихся достижений в своей профессии. Этот аппарат определяет, каким образом они организуют время жизни, и, по сути, мало отличается от того, какой используется для этого в сказках.

В сказках программирование совершается великанами, людоедами,

ведьмами, крестными матерями, феями, благодарными животными и мрачными волшебниками обоего пола. В реальной жизни в роли всех этих сказочных существ выступают родители.

Психотерапевты больше знают о «плохих» сценариях, чем о «хороших», потому что «плохие» сценарии драматичнее и люди больше о них рассказывают. Фрейд, например, перечисляет бесчисленные истории Неудачников, тогда как единственные Победители в его работах – это Моисей, Леонардо да Винчи и он сам. Только немногие Победители интересуются тем, как им это удалось, в то время как Неудачники всегда хотят знать, что им делать. В последующих разделах поэтому мы будем прежде всего иметь дело со сценариями Неудачников, где наши знания более точны. В таких случаях сценарный аппарат состоит из следующих элементов, которые ребенок переводит в приказы на марсианском языке.

1. Родители указывают ребенку, как должна кончиться его жизнь. «Пропади ты пропадом!» и «Чтоб тебе сдохнуть!» – это смертные приговоры и одновременно указания на способ смерти. Сюда же относится «Ты умрешь богатым» или «Кончишь алкоголиком, как твой отец». Это приговоры на всю жизнь. Мы называем их сценарными финалами, или проклятиями.

2. Родители дают несправедливый и негативный приказ, который помешает ребенку избавиться от проклятия: «Не приставай ко мне!» или «Не умничай!» (= Пропади ты пропадом!) или «Перестань нюнить!» (= Чтоб тебе сдохнуть!). Это сценарные предписания, или стопор. Сценарное предписание отдает Строгий Родитель или Сумасшедший Ребенок его Я.

3. Родители поощряют поведение, ведущее к итогу: «Выпей!» или «Так легко тебе не отделаться!». Это называется сценарной провокацией или толчком. Провокация исходит от Озорного Ребенка Я или демона в Родителе и обычно сопровождается «ха-ха».

4. Родители дают ребенку предписание, чем заполнить время в ожидании финала. Обычно это моральные догмы. «Работай на совесть!» может означать: «Работай на совесть, чтобы иметь возможность напиваться каждую субботу». «Береги каждую копейку» может значить: «Береги каждую копейку, чтобы потерять все разом». Это лозунг антисценария и исходит от Родителя-«воспитателя».

5. Вдобавок родители делятся опытом, как в реальной жизни осуществлять их сценарные предписания: как готовить коктейли, как вести счета, как обманывать. Это образец, или программа, форма вмешательства Взрослого.

6. Со своей стороны, у ребенка есть собственные порывы и импульсы,

которые сопротивляются сценарному аппарату, изложенному родителями. «Стучи в дверь» (против «Исчезни»), «Словчи!» (против «Работай на совесть»), «Потрать все немедленно!» (против «Береги каждую копейку»), «Сделай неправильно». Это называется сценарными импульсами, или демоном.

7. Где-то предусмотрена и возможность снять заклятие. «После сорока ты сможешь добиться успеха». Такое волшебное разрешение – снятие заклятия – называется антисценарием, или внутренним освобождением. Но часто единственным антисценарием служит смерть. «Награда ждет тебя на небе».

Точно тот же аппарат мы находим в мифах и волшебных сказках. Финал или проклятие: «Исчезни!» (Ганс и Гретель) или «Чтоб тебе сдохнуть!» (Белоснежка и Спящая Красавица). Сценарное предписание, или стопор: «Не будь слишком любопытен!» (Адам и Ева, Пандора). Сценарная провокация, или толчок: «Уколи палец веретеном, ха-ха» (Спящая Красавица). Лозунг антисценария: «Работай на совесть, пока не встретишь принца» (Кари – Деревянная Рубашка) или «Будь хорошим, пока она не скажет, что любит тебя» (Красавица и Чудовище). Образец, или программа: «Будь добр с животными, и они отплатят тебе добром» (Златовласка, Иван Царевич). Сценарный импульс, или демон: «Только разок взгляну» (Синяя Борода). Антисценарий, или снятие заклятия: «Ты перестанешь быть лягушкой, когда тебя поцелует принц» (Царевна-Лягушка) или «После двенадцати лет тяжкого труда ты освободишься» (Геркулес).

Такова анатомия сценарного аппарата. Проклятие, стопор и толчок – это формы сценарного контроля, а остальные четыре элемента предназначены для сопротивления этому контролю. Но ребенок живет в сказочном мире, прекрасном, заурядном или страшном и верит преимущественно в волшебство. И поэтому ищет волшебный выход – при помощи суеверий и фантазий. А когда ничего не получается, обращается к демону.

Но у демона есть одно странное свойство. Когда демон Ребенка говорит: «Я сделаю так, что ты проиграешь, ха-ха», демон Родителя говорит: «Именно это я и хочу, чтобы ты сделал, ха-ха». Так сценарная провокация и сценарный импульс, толчок и демон действуют вместе, реализуя судьбу Неудачника. Когда Ребенок проигрывает, выигрывает Родитель, а ребенок проигрывает, пытаясь победить. Все эти элементы более подробно рассматриваются в главе седьмой.

Глава 7

Сценарный аппарат

Чтобы понять, как действует сценарий и как обращаться с ним при лечении, необходимо хорошо знать сценарный аппарат, как мы понимаем его сегодня. Нам еще кое-чего не хватает в понимании его основ, мы не всегда уверены в передаточных механизмах, но за короткие десять лет, прошедшие с тех пор, как сценарный аппарат был описан впервые, удалось построить достаточно развитую его модель.

Из приведенных выше примеров можно сделать вывод, что сценарный аппарат состоит из семи элементов. Выигрыш, финал, или проклятие; предписание, или стопор; провокация, или толчок, – эти элементы контролируют развертывание сценария и потому называются контролирующими механизмами. В большинстве случаев они полностью формируются до шести лет. Точно так же происходит с антисценарием, или снятием заклęcia, если таковое имеется. Позже более значительную роль начинают играть лозунги антисценария, указания и образцы поведения, предписанные родителями. Демон представляет наиболее архаичный пласт личности (Ребенок в ребенке) и существует с самого начала.^[25]

А. Сценарный выигрыш

Выигрыш, который в клинической практике вовсе не означает приобретения каких-либо благ, может быть сведен к четырем основным вариантам: одиночество, бродяжничество, сумасшествие и смерть. Самый приятный способ добиться одного из таких финалов – алкоголь или наркотики. Ребенок часто переводит указания родителей на марсианский язык или пользуется правовым самосознанием к собственной выгоде. В одном случае, когда мать сказала детям, что все они в конце концов окажутся в больнице, так и произошло. Девочки стали пациентками, а мальчики – психиатрами.

Особым видом выигрыша является насилие, которое встречается в так называемых «плотских сценариях». Плотские сценарии отличаются от всех остальных, поскольку имеют дело с человеческим телом, с кровью и плотью. Ребенок, который видел, стал причиной или сам причинил кровопролитие или увечье, отличается от других детей и никогда не сможет

стать прежним. Если родители еще в детстве предоставили ребенка самому себе, он, естественно, больше думает о деньгах, и они часто становятся ходячей монетой и выигрышем его сценария. Если ребенка постоянно бранят и без конца повторяют, чтобы он отстал от родителей, его сценарной ходячей монетой станет слово. Следует отличать ходячую монету от главной темы сценария. Темы жизненных сценариев те же, что в волшебных сказках: любовь, ненависть, благодарность и месть. А расплатиться за них можно в любой валюте.

В данном случае главный вопрос сценарного аналитика таков: «Каким образом родитель приказывает ребенку жить вечно или умереть?» Он может выразиться буквально: «Живи долго!» – в тосте или в молитве или «Сдохни!» – в ссоре. Очень трудно или даже невозможно представить себе, какую невероятную власть имеют слова матери над ребенком (жены над мужем или наоборот). В моей практике люди неоднократно оказывались в больнице вскоре после того, как пациенту любимый (а иногда и ненавидимый) человек пожелал смерти.

Во многих случаях, каким будет выигрыш, определяют бабушка и бабушка – либо непосредственно, либо через родителя. Бабушка может спасти пациента от смертного приговора отца, пожелав вместо этого долгой жизни. Или она может дать матери сценарий Медеи («сверхсценарий»), который вынудит ее так или иначе направлять детей к смерти.

Все это впитывает Родитель маленького мальчика или девочки, и, скорее всего, это останется с ним на всю жизнь: и сладкая надежда, что он будет жить вечно, и жестокий голос, подталкивающий к смерти. Иногда в этом смертном приговоре нет злобы, а есть только сознание тщетности бытия и отчаяние. Так как ребенок с самого рождения впитывает желания матери, чаще всего именно она определяет его решение. Отец позже может поддержать мать или противоречить ей: усилить своим авторитетом ее проклятие или смягчить его.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.

notes

Примечания

Смешанный язык, жаргон, включающий элементы романских, греческих и восточных языков в Восточном Средиземноморье. – *Прим. пер.*

«Принимаю» в данном случае не в обычном сентиментальном значении; просто я сообщаю, что готов провести с ним еще много времени. Это серьезное обязательство, которое включает в некоторых случаях годы терпения, усилий, взлетов и падений и ранних подъемов по утрам. – *Прим. авт.*

Это можно подтвердить следующим рассуждением. Возьмем девять дополняющих трансакций из рисунка 2Б и добавим 72 пересекающихся трансакции. Для каждой из них возможны 81 разновидность открытого, или социального, уровня и 81 разновидность скрытого, или психологического, уровня. И опять многие такие комбинации могут встретиться в клинической практике или в личных взаимоотношениях, что может подтвердить человек, научившийся различать состояния Я. – *Прим. авт.*

(BB-BB)+(PePe-PePe), как на рис. 4Б, (BB-BB)+(PP-PP) (BB-BB)+(PPe-PeP), (PP-PP)+(PePe-PePe), (BB-BB)+(PeB-PeB), (BB-BB)+(PB-PB). Другие возникают в особых случаях, как, например, при воспитании и обучении детей или в детской психиатрии, где открытый уровень может быть дополняющим (PPe-PeP, PePe-PePe) или пересекающимся (BB-PeP, тип первый), в то время как скрытый уровень может представлять любую из 81 возможности. Чтобы представить себе это, лучше начертить диаграммы транзакций, а затем подкрепить их типичными жизненными ситуациями. – *Прим. авт.*

Оккам, Уильям – английский средневековый философ, автор принципа, который гласит: «Сущности не следует умножать без необходимости», так называемая «бритва Оккама». – *Прим. пер.*

В Соединенных Штатах в торговой практике широко используются купоны, когда за каждый купленный товар покупатель получает определенное количество различных купонов. Впоследствии, предъявляя эти купоны, он получает скидку. – *Прим. пер.*

Томас Булфинч – американский писатель XIX века, известный своими пересказами мифологии; *Моррис Коул Грейвз* – американский художник XX века, чьи картины навеяны восточной мифологией и преданиями американских индейцев. – *Прим. пер.*

Обычное начало письма по-латыни с пожеланием здоровья. – *Прим. пер.*

Шотландский поэт, писатель и ученый XIX века. – *Прим. пер.*

Американское общество защиты животных. – *Прим. пер.*

Это случается, когда у матери нет собственного сына, чтобы играть роль Иокасты, и аналогично – когда у отца нет собственной дочери. –
Прим. авт.

Непредвиденные обстоятельства. Обычно о непредвиденной и неустранимой помехе. – *Прим. пер.*

Особая форма научения животных, фиксация в их памяти некоторых врожденных поведенческих актов, например «реакция следования» у птенцов. – *Прим. пер.*

Героиня сказки братьев Гримм, еще до рождения обещанная в качестве дани злой колдунье. – *Прим. пер.*

Персонажи трагедии Шекспира «Ричард III». – *Прим. пер.*

Описание житий святых. – *Прим. пер.*

Ребенок из машины; по аналогии с известным выражением «бог из машины». – *Прим. пер.*

Нынешним издателем «Анатомии» Грея является Чарлз Мейо Госс. –
Прим. авт.

Имеется в виду следующее. Септимий Север – римский император, Гален – знаменитый древнегреческий врач; Чарлз Мейо – известный американский хирург. – *Прим. пер.*

Линн – женское имя, Тони – мужское. – *Прим. пер.*

H. Head u W. R. Brain. Первое слово означает по-английски «голова», второе – «мозг». – *Прим. пер.*

Папеэте – город на острове Таити; *Порт-Морсби* – город в Новой Гвинее; *Дакар* – столица Сенегала; *Сува* – город на островах Фиджи. – *Прим. пер.*

Город в штате Невада, крупный центр игорного бизнеса. – *Прим. пер.*

В Америке Батч – распространенное прозвище мальчика, особенно непослушного. – *Прим. пер.*

Читателю следует еще раз напомнить, что слова Родитель, Взрослый и Ребенок, написанные с прописных букв, обозначают состояния Я, в то время как родитель, взрослый и ребенок со строчных букв относятся к реальным людям. – *Прим. авт.*