

НОВИЙ ВСТУП

Неначе «бац» і двері.

Джеймс Р. Аллен, д-р мед. наук

Одного зимового ранку, сорок років тому, мій керівник дав мені примірник книги «Ігри, в які грають люди», зауваживши, що, незважаючи на дивну назву, її автор дав поштовх психіатрії. У той час я був інтерном психіатричного відділення Університету Макгілла у Квебеку і мій керівник Хайнц Леман, доктор медичних наук, був, можливо, найвпливовішим психіатром Північної Америки. За декілька років до цього він запропонував використання торазину (аміназину) у лікуванні шизофренії у Північній Америці. Така пропозиція стала революційною у лікуванні психічнохворих людей.

Ні доктор Леман, ні я тоді не знали, що Ерік Берн виріс у Монреалі та закінчив Університет Макгілла. За п'ять років під час проходження тренінгу Берна в Сан-Франциско я дізнався, що наша з ним підготовка мала схожість і в інших аспектах: спочатку ми вивчали класичну

психіатрію та мали спільний інтерес щодо того, як минуле впливає на людей — дехто дозволяє йому вирішувати, ким вони є, а дехто робить його частиною майбутнього. Та що найбільше вразило мене в Берні — це його чотири риси характеру: розумові здібності, чітка сконцентрованість, стриманий і неортодоксальний гумор та вміння зрозуміти лад і схеми, що лежать в основі звичайного хаосу людських стосунків.

У пропонованій книзі читач знайде всі ці характеристики. Одна з сильних сторін Бернового аналізу ігор — це те, що внутрішній досвід людей пов'язують із їхньою міжособистісною поведінкою, психологічною та соціальною, як у конкретний момент, так і через певний проміжок часу. Вражаючі та місцями іронічні назви, які він дав описаним іграм, змушують нас замислитись, побачити речі дещо під іншим кутом та, кепкуючи, впізнати себе.

Дехто з перших читачів цієї книги міг передати її своїм рідним чи друзям з урочистими словами, ба навіть із погрозою: «Друже, у нього точно є твій номер!», але не це було наміром Берна. Він запросив нас посміятыся з нашої абсурдності та особливостей, але його гумор не є злісним. Швидше за все, це відчинені двері, що раптово з'явилися перед нами нізвідки; а в лікуванні пацієнтів Берн справді відчинив нові двері. Він чесно питав їх: «Що ви бажаєте змінити? І як ми дізнаємось, що ви це зробили?» Ці питання допомагали сформувати чітке визначення цілей і, таким чином, особливих критеріїв, за якими варто оцінювати успіх лікування — процес, який робить лі-

кування цілеспрямованим. «Я не проводжу сеансів групової терапії, — казав він, — я лікую людей».

Щоб опублікувати «Ігри, в які грають люди» 1964 року, Берн та його друзі були змушені шукати гроші й заплатити видавцеві. На подив усіх, хто не сприймав цю книгу, вона стала бестселером і такі поняття, як «погладжування», «гра», «ракетка», «взаємодія», «Дитина», «Батько-Мати» та «Дорослий», швидко стали частиною популярної культури 60-х та 70-х років, хоча, щоправда досить рідко, вживались у конотаціях та значеннях, які він навіть не вкладав у них.

На жаль, успіх зробив із транзакційного аналізу просто популярну психологію. Під час широких обговорень завжди нехтували такими фактами: транзакційний аналіз — це серйозний когнітивно-поведінковий підхід до лікування, і такий аналіз має дієві засоби вираження внутрішніх моделей власного «я» та психодинамічних проблем.

До того часу, як ситуація набула рівноваги, та хвиля популярності транзакційного аналізу дещо вщухла, було додано нові концепції та нововведення, а більшість ідей була досить змінена. Берн помер, і розкол серед лікарів пацієнтів, що мали регресію, виснажив транзакційний аналіз і його послідовників. Проте коріння залишилось міцним.

ТРАНЗАКЦІЙНИЙ АНАЛІЗ СЬОГОДНІ

Понад 10 000 людей в усьому світі вважають себе послідовниками транзакційного аналізу. У багатьох країнах

існують формальні регіональні групи та п'ять інтернаціональних: Міжнародна асоціація транзакційного аналізу, Американська асоціація транзакційного аналізу (ААТА), Західна Тихоокеанська асоціація транзакційного аналізу (ЗТАТА), Латиноамериканська асоціація транзакційного аналізу (ЛАТА) та Європейська асоціація транзакційного аналізу (ЕАТА). Остання налічує 6000 осіб. Ці організації складаються як з любителів, так і з професіоналів. Екзамени на отримання сертифіката на основі рівня підготовки в галузі психотерапії, психологічних консультацій, освіти та розвитку організацій гарантуєть контроль якості і є постійним джерелом поповнення лав послідовників. У таких країнах, як Велика Британія та Австралія, існує можливість використовувати вивчення транзакційного аналізу як головну частину вимог до отримання ступеня магістра.

Усі ці ідеї: нариси інформативних досліджень та інтуїтивні згадки у вигляді практичних узагальнень та зручних діалектичних діаграм — Берн презентував у наукових колах свого часу. Проте зараз ми можемо розуміти їх у межах сучасної науки. Далі наведено декілька прикладів.

ПОГЛАДЖУВАННЯ

Берн визначив погладжування як визнання, яке одна людина дає іншій, як невід'ємну частину фізичного та психічного здоров'я. Сьогодні втрата матері, прив'язаність немовлят та роль фізичного дотику в звичайному