

Эрик Берн.

## Игры, в которые играют люди.

(Психология человеческих взаимоотношений)

### Оглавление

От автора.....	2
<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
Процесс общения.....	3
Структурирование времени.....	4
<b>Часть 1. Анализ игр.....</b>	<b>6</b>
Структурный анализ.....	6
Трансакционный анализ.....	8
Процедуры и ритуалы.....	12
Времяпрепровождения.....	14
Игры.....	17
1. Определение.....	17
2. Типичная игра.....	18
3. Генезис игр.....	22
4. Функции игры.....	23
5. Классификация игр.....	24
<b>Часть 2. Тезаурус игр.....</b>	<b>25</b>
Введение.....	25
Обозначения.....	25
Разговорные фразы и выражения.....	26
Игры на всю жизнь.....	26
1. "Алкоголик".....	27
2. "Должник".....	30
3. "Бейте меня".....	31
4. "Ну что, попался, негодяй!" (НУПН).....	32
5. "Посмотри, что я из-за тебя сделал" (ПЧЯТС).....	33
Супружеские игры.....	35
1. "Тупик".....	35
2. "Судебное разбирательство".....	36
3. "Фригидная женщина".....	38
4. "Загнанная домохозяйка".....	39
5. "Если бы не ты" (ЕНТ).....	41
6. "Видишь, как я старался".....	41
7. "Дорогая".....	42
Игры в компаниях.....	43
1. "Подумайте, какой ужас!".....	43
2. "Изъян".....	44
3. "Гость-растяпа".....	45
4. "Почему бы вам не... — Да, но" (ПБВДН).....	46
Сексуальные игры.....	49
1. "А ну-ка, подеритесь" (АНКП).....	49
2. Извращение.....	50
3. "Динамо".....	50

4. "Чулок".....	52
5. "Скандал".....	52
Игры преступного мира.....	53
1. "Полицейские и Воры" (Пив).....	53
2. "Как отсюда выбраться?".....	55
3. "Давай надуем Джо" (ДНД).....	56
Игры на приеме у психотерапевта.....	57
1. "Оранжевая".....	57
2. "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" (ЯППВ).....	58
3. "Неимуший".....	60
4. "Крестьянка".....	62
5. "Психиатрия".....	63
6. "Дурачок".....	65
7. "Калека".....	65
Хорошие игры.....	67
1. "Трудовой отпуск".....	67
2. "Кавалер".....	67
3. "Рад помочь вам".....	68
4. "Местный мудрец".....	69
5. "Они будут счастливы, что знали меня".....	69
<b>Часть 3. За пределами игр.....</b>	<b>70</b>
Значение игр.....	70
Игроки.....	70
Иллюстрация.....	71
Независимость.....	72

(Eric Berne. Games People Play. The Psychology of Human Relationships)

## От автора.

Настоящее издание первоначально было задумано как продолжение моей книги "Трансакционный анализ в психотерапии". Однако я предполагаю, что новое издание можно понять независимо от знакомства с предыдущей публикацией.

На моих лекциях слушатели часто обращались с просьбой дать им более подробные описания игр, которые позволили бы осмыслить общие принципы трансакционного анализа. Это убедило меня в необходимости написать настоящую книгу<sup>1</sup>. Я признателен всем студентам и слушателям, обратившим мое внимание на новые игры. Они высказали мне много интересных мыслей, например об умении человека слушать собеседника и о том, какую ценность представляет это качество для всех людей.

Необходимо сделать несколько замечаний о стиле изложения материала. Из соображений компактности игры описываются в основном от лица мужчины, если, конечно, они не являются чисто женскими. Поэтому главный игрок в книге обычно обозначается словом "он". В этом, безусловно, нет какого-либо намерения умалить достоинство женщин, так как ту же самую ситуацию можно с тем же успехом описать, используя местоимение "она". Если роль женщины в том или ином примере существенно отличается от роли мужчины, то описание игры дается отдельно. Точно так же, ничего не желая подчеркнуть, мы называем психотерапевта "он".

<sup>1</sup> Терминология и точка зрения автора в основном ориентированы на восприятие читателя, знакомого с психологией и психиатрией. Однако я надеюсь, книга будет интересна и полезна представителям различных профессий.

# Введение.

## Процесс общения.

Процесс общения между людьми мы предлагаем очень кратко рассмотреть в следующем направлении.

Известно, что младенцы, лишённые в течение длительного времени физического контакта с людьми, деградируют и в конце концов погибают. Следовательно, отсутствие эмоциональных связей может иметь для человека фатальный исход. Эти наблюдения подтверждают мысль о существовании сенсорного голода и о необходимости в жизни ребенка стимулов, которые обеспечивают ему физический контакт. К этому выводу весьма нетрудно прийти и на основе повседневного опыта.

Подобный феномен можно наблюдать и у взрослых людей в условиях сенсорной депривации. Имеются экспериментальные данные, показывающие, что сенсорная депривация может вызвать у человека временный психоз или стать причиной временных психических нарушений. Замечено, что — социальная и сенсорная депривации столь же пагубно влияют на людей, приговоренных к длительному одиночному заключению, которое вызывает ужас даже у человека с пониженной чувствительностью к физическим наказаниям.

Вполне вероятно, что в биологическом плане эмоциональная и сенсорная депривации чаще всего приводят к органическим изменениям или создают условия для их возникновения. Недостаточная стимуляция активирующей ретикулярной ткани мозга может привести, даже косвенно, к дегенеративным изменениям в нервных клетках. Разумеется, это явление может быть и результатом недостаточного питания. Однако недостаточное питание в свою очередь может быть вызвано апатией, например как это бывает у младенцев в результате крайнего истощения или после длительной болезни.

Можно предположить, что существует биологическая цепочка, ведущая от эмоциональной и сенсорной депривации через апатию к дегенеративным изменениям и смерти. В этом смысле ощущение сенсорного голода следует считать важнейшим состоянием для жизни человеческого организма, по сути так же, как и ощущение пищевого голода.

У сенсорного голода очень много общего с пищевым голодом, причем не только в биологическом, а и в психологическом и социальном плане. Такие термины, как "недоедание", "насыщение", "гурман", "человек с причудами в еде", "аскет", можно легко перенести из области питания в область ощущений. Переедание — это в каком-то смысле то же самое, что и чрезмерная стимуляция. В обеих областях при обычных условиях и большом разнообразии выбора предпочтение в основном зависит от индивидуальных склонностей и вкусов. Вполне возможно, что индивидуальные особенности человека предопределены конституциональными особенностями организма. Но это не имеет отношения к обсуждаемым проблемам. Вернемся к их освещению.

Для психолога и психотерапевта, изучающих проблемы сенсорного голода, представляет интерес то, что происходит, когда в процессе нормального роста ребенок постепенно отдаляется от матери. После того как период близости с матерью завершен, индивид всю остальную жизнь стоит перед выбором, который в дальнейшем будет определять его судьбу. С одной стороны, он постоянно будет сталкиваться с социальными, физиологическими и биологическими факторами, препятствующими продолжительной физической близости того типа, какую он испытывал, будучи младенцем. С другой стороны, человек постоянно стремится к такой близости. Чаще всего ему приходится идти на компромисс. Он учится довольствоваться едва уловимыми, иногда только символическими формами физической близости, поэтому даже простой намек, на узнавание в какой-то мере может удовлетворить его, хотя исходное стремление к физическому контакту сохранит первоначальную остроту.

Компромисс этот можно называть по-разному, но, как бы мы его ни называли, результатом является частичное преобразование младенческого сенсорного голода в нечто, что можно назвать потребностью в признании<sup>2</sup>. По мере того как усложняется путь к достижению этого компромисса, люди все больше отличаются друг от друга в своем стремлении получить признание. Эти отличия делают столь разнообразным социальное взаимодействие и в какой-то степени определяют судьбу каждого человека. Киноактеру, например, бывают необходимы постоянные восторги и

---

<sup>2</sup> По-английски этот термин звучит recognition-hunger (голод по признанию) и вместе с тремя другими терминами — сенсорный голод, пищевой голод и структурный голод — образует систему параллельных терминов. — Здесь и далее прим. ред.

похвалы (назовем их "поглаживаниями") от даже неизвестных ему поклонников. В то же время научный работник может пребывать в прекрасном моральном и физическом состоянии, получая лишь одно "поглаживание" в год от уважаемого им коллеги.

"**Поглаживание**" — это лишь наиболее общий термин, который мы используем для обозначения интимного физического контакта. На практике он может принимать самые разные формы. Иногда ребенка действительно поглаживают, обнимают или похлопывают, а порой шутливо щиплют или слегка щелкают по лбу. Все эти способы общения имеют свои аналоги в разговорной речи. Поэтому по интонации и употребляемым словам можно предсказать, как человек будет общаться с ребенком. Расширив значение этого термина, мы будем называть "поглаживанием" любой акт, предполагающий признание присутствия другого человека. Таким образом, "поглаживание" будет у нас одной из основных единиц социального действия. Обмен "поглаживаниями" составляет трансакцию, которую в свою очередь мы определяем как единицу общения.

Основной принцип теории игр состоит в следующем: любое общение (по сравнению с его отсутствием) полезно и выгодно для людей. Этот факт был подтвержден экспериментами на крысах: было показано, что физический контакт благоприятно влиял не только на физическое и эмоциональное развитие, но также на биохимию мозга и даже на сопротивляемость при лейкемии. Существенным обстоятельством явилось то, что ласковое обращение и болезненный электрошок оказались одинаково эффективным средством поддержания здоровья крыс.

## Структурирование времени.

Наши исследования позволяют сделать вывод о том, что физический контакт при уходе за детьми и его символический эквивалент для взрослых людей — "признание" — имеют большое значение в жизни человека. В связи с этим мы задаем вопрос: "Как ведут себя люди после обмена приветствиями, независимо от того, было ли это молодежное "Привет!" или многочасовой ритуал встречи, принятый на Востоке?" В результате мы пришли к выводу, что наряду с сенсорным голодом и потребностью в признании существует также и потребность в структурировании времени, которую мы назвали структурный голод.

Хорошо известна проблема, часто встречающаяся у подростков после первой встречи: "Ну и о чем мы потом с ней (с ним) будем говорить?" Этот вопрос возникает нередко и у взрослых людей. Для этого достаточно вспомнить трудно переносимую ситуацию, когда вдруг возникает пауза в общении и появляется период времени, не заполненный разговором, причем никто из присутствующих не в состоянии придумать ни одного уместного замечания, чтобы не дать разговору замереть.

Люди постоянно озабочены тем, как структурировать свое время. Мы считаем, что одна из функций жизни в обществе состоит в том, чтобы оказывать друг другу взаимопомощь и в этом вопросе. Операциональный аспект процесса структурирования времени можно назвать **планированием**. Оно имеет три стороны: материальную, социальную и индивидуальную<sup>3</sup>.

Наиболее обычным практическим методом структурирования времени является взаимодействие в первую очередь с материальной стороной внешней реальности: то, что обычно называют работой. Такой процесс взаимодействия мы назовем **деятельностью**.

**Материальное планирование** возникает как реакция на различного рода неожиданности, с которыми мы сталкиваемся при взаимодействии с внешней реальностью. В нашем исследовании оно интересно лишь в той мере, в которой подобная деятельность порождает основу "поглаживаний", признания и других, более сложных форм общения. Материальное планирование не является социальной проблемой, оно базируется только на обработке данных. Результатом **социального планирования** являются ритуальные или полуритуальные способы общения. Его основной критерий — социальная приемлемость, то есть то, что принято называть хорошими манерами. Во всем мире родители учат детей хорошим манерам, учат их произносить при встрече приветствия, обучают ритуалам еды, ухода за собой, траура, а также умению вести разговоры на определенные темы, поддерживая необходимый уровень критичности и доброжелательности. Последнее умение как раз и называют тактом или искусством дипломатии, причем некоторые приемы имеют чисто местное значение, а другие универсальны. Например, стиль поведения за столом во время еды или обычай осведомляться о здоровье жены может поощряться или запрещаться местными традициями. Причем приемлемость этих конкретных трансакций находится

<sup>3</sup> Терминология предложена автором. Смысловая нагрузка терминов рассматривается только с точки зрения различных форм общения между людьми.

чаще всего в обратной взаимосвязи: обычно там, где не следят за манерами во время еды, там и не справляются о здоровье женщин. И наоборот, в местностях, где принято интересоваться здоровьем женщин, рекомендуется выдержанный стиль поведения за столом. Как правило, формальные ритуалы во время встреч предшествуют полуритуальным беседам на определенные темы; по отношению к последним мы будем применять термин "**времяпрепровождение**".

Чем больше люди узнают друг друга, тем больше места в их взаимоотношениях начинает занимать **индивидуальное планирование**, которое может привести к инцидентам. И хотя эти инциденты на первый взгляд кажутся случайными (именно такими чаще всего они представляются участникам), все же внимательный взгляд может обнаружить, что они следуют определенным схемам, поддающимся классификации. Мы считаем, что вся последовательность транзакции происходит по несформулированным правилам и обладает рядом закономерностей. Пока дружеские или враждебные отношения развиваются, эти закономерности чаще всего остаются скрытыми. Однако они дают себя знать, как только один из участников сделает ход не по правилам, вызвав тем самым символический или настоящий выкрик: "Нечестно!" Такие последовательности транзакций, основанные, в отличие от времяпрепровождения, не на социальном, а на индивидуальном планировании, мы называем **играми**. Различные варианты одной и той же игры могут на протяжении нескольких лет лежать в основе семейной и супружеской жизни или отношений внутри различных групп.

Утверждая, что общественная жизнь по большей части состоит из игр, мы совсем не хотим этим сказать, будто они очень забавны и их участники не относятся к ним серьезно. С одной стороны, например, футбол или другие спортивные игры могут быть совсем незабавными, а их участники — весьма серьезными людьми. Кроме того, такие игры бывают порой очень опасными, а иногда даже чреваты фатальным исходом. С другой стороны, некоторые исследователи включали в число игр вполне серьезные ситуации, например каннибальские пиршества. Поэтому употребление термина "игра" по отношению даже к таким трагическим формам поведения, как самоубийства, алкоголизм, наркомания, преступность, шизофрения, не является безответственностью и легкомыслием.

Существенной чертой игр людей мы считаем не проявление неискреннего характера эмоций, а их управляемость. Это становится очевидным особенно в тех случаях, когда необузданное проявление эмоций влечет за собой наказание. Игра может быть опасной для ее участников. Однако только нарушение ее правил чревато социальным осуждением.

Времяпрепровождения и игры — это, на наш взгляд, только суррогат истинной близости. В этой связи их можно рассматривать скорее как предварительные соглашения, чем как союзы. Именно поэтому их можно характеризовать как острые формы взаимоотношений. Настоящая близость начинается тогда, когда индивидуальное (обычно инстинктивное) планирование становится интенсивнее, а социальные схемы, скрытые мотивы и ограничения отходят на задний план. Только человеческая близость может полностью удовлетворить сенсорный и структурный голод и потребность в признании. Прототипом такой близости является акт любовных, интимных отношений.

Структурный голод столь же важен для жизни, как и сенсорный голод. Ощущение сенсорного голода и потребность в признании связаны с необходимостью избегать острого дефицита сенсорных и эмоциональных стимулов, так как такой дефицит ведет к биологическому вырождению. Структурный голод связан с необходимостью избегать скуки. С. Кьеркегор<sup>4</sup> описал различные бедствия, проистекающие от неумения или нежелания структурировать время. Если скука, тоска длятся достаточно долгое время, то они становятся синонимом эмоционального голода и могут иметь те же последствия.

Обособленный от общества человек может структурировать время двумя способами: с помощью деятельности или фантазии.

Известно, что человек может быть "обособлен" от других даже в присутствии большого числа людей. Для участника социальной группы из двух или более членов имеется несколько способов структурирования времени. Мы определяем их последовательно, от более простых к более сложным: 1) ритуалы; 2) времяпрепровождение; 3) игры; 4) близость; 5) деятельность. Причем последний способ может быть основой для всех остальных. Каждый из членов группы стремится получить наибольшее удовлетворение от транзакций с другими членами группы.

Человек получает тем большее удовлетворение, чем более доступен он для контактов. При этом планирование его социальных контактов происходит почти автоматически. Однако некоторые из этих "удовольствий" вряд ли могут быть так названы (например, акт саморазрушения). Поэтому мы заменяем терминологию и используем нейтральные слова: "выигрыш" или "вознаграждение".

---

<sup>4</sup> Кьеркегор Серен (1813-1855) — датский философ.

В основе "вознаграждений", полученных в результате социального контакта, лежит поддержание соматического и психического равновесия. Оно связано со следующими факторами: 1) снятие напряжения; 2) избегание психологически опасных ситуаций; 3) получение "поглаживаний"; 4) сохранение достигнутого равновесия. Все эти факторы неоднократно изучались и подробно обсуждались физиологами, психологами и психоаналитиками. В переводе на язык социальной психиатрии их можно назвать так: 1) первичные внутренние "вознаграждения"; 2) первичные внешние "вознаграждения"; 3) вторичные "вознаграждения"; 4) экзистенциальные<sup>5</sup> "вознаграждения". Первые три аналогичны преимуществам, полученным в результате психического заболевания, которые подробно описаны у Фрейда<sup>6</sup>. Мы убедились на опыте, что гораздо полезнее и поучительнее анализировать социальные трансакции с точки зрения получаемого "вознаграждения", чем рассматривать их как защитные механизмы. Во-первых, наилучший способ защиты — вообще не участвовать в трансакциях. Во-вторых, понятие "защита" только частично покрывает первые два типа "вознаграждений", а все остальное, включая сюда третий и четвертый типы, при таком подходе теряется.

Независимо от того, входят ли игры и близость в матрицу деятельности, они являются наиболее благодарной формой социального контакта. Длительная близость, встречаясь не так уж часто, представляет собой в основном сугубо частное дело. А вот важные социальные контакты чаще всего протекают как игры. Именно они и являются предметом нашего исследования.

## Часть 1. Анализ игр.

### Структурный анализ.

Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью, которые лучше всего проводить в специальных психотерапевтических группах, обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей (позы, голос, точки зрения, разговорный словарь и т.п.) заметно меняются. Поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными. У каждого человека некий набор поведенческих схем соотносится с определенным состоянием его сознания. А с другим психическим состоянием, часто несовместимым с первым, бывает связан уже другой набор схем. Эти различия и изменения приводят нас к мысли о существовании различных состояний **Я**<sup>7</sup>.

На языке психологии состояние **Я** можно описывать как систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем. По-видимому, каждый человек располагает определенным, чаще всего ограниченным репертуаром состояний своего **Я**, которые суть не роли, а психологическая реальность. Репертуар этих состояний мы попытались разбить на следующие категории: 1) состояния **Я**, сходные с образами родителей; 2) состояния **Я**, автономно направленные на объективную оценку реальности; 3) состояния **Я**, все еще действующие с момента их фиксации в раннем детстве и представляющие собой архаические пережитки. Неформально проявления этих состояний **Я** называются Родитель, Взрослый и Ребенок. В дальнейшем мы будем использовать именно эту терминологию.

Мы считаем, что человек в социальной группе в каждый момент времени обнаруживает одно из состояний **Я** — Родителя, Взрослого или Ребенка. Люди с разной степенью готовности могут переходить из одного состояния в другое.

На основе этих наблюдений можно прийти к некоторым диагностическим выводам. Высказывание "Это ваш Родитель" означает: "Вы сейчас рассуждаете так же, как обычно рассуждал один из ваших родителей (или тот, кто его заменял). Вы реагируете так, как прореагировал бы он — теми же позами, жестами, словами, чувствами и т.д.". Слова "Это ваш Взрослый" означают: "Вы только что самостоятельно и объективно оценили ситуацию и теперь в непредвзятой манере излагаете ход ваших размышлений, формулируете свои проблемы и выводы, к которым Вы пришли". Выражение "Это ваш Ребенок" означает: "**Вы** реагируете так же и с той же целью, как это сделал бы маленький ребенок".

<sup>5</sup> Экзистенциальный (позднелат. *exsistentia* — существование) — употребляя этот термин, автор имеет в виду жизненную позицию пациента.

<sup>6</sup> Фрейд, Зигмунд (1856-1939) — австрийский врач-психиатр и психолог — основатель психоанализа.

<sup>7</sup> В оригинале книги автор использует терминологию З. Фрейда, обозначая Я-концепцию — Эго. В советской психологии Я-концепция определяется как относительно устойчивая, в большей или меньшей степени осознанная, переживаемая как неповторимая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свои взаимодействия с другими людьми и относится к себе.

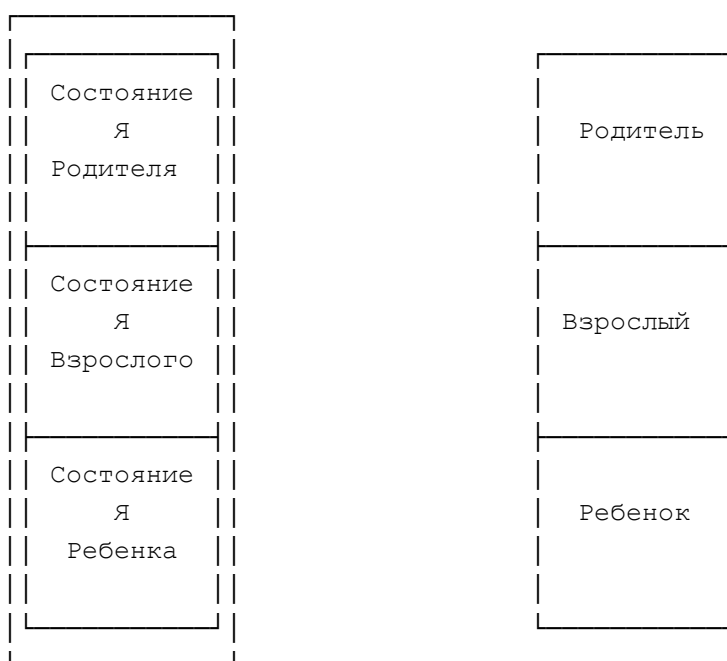
Смысл этих высказываний можно пояснить подробнее.

1. У каждого человека были родители (или те, кто их заменял), и он хранит в себе набор состояний **Я**, повторяющих состояния **Я** его родителей (как он их воспринимал). Эти родительские состояния **Я** при некоторых обстоятельствах начинают активизироваться. Следовательно, упрощая это понятие, можно сказать: "Каждый носит в себе Родителя".

2. Все люди (не исключая детей) способны на объективную переработку информации при условии, что активизированы соответствующие состояния их **Я**. На быденном языке это звучит так: "В каждом человеке есть Взрослый".

3. Любой человек был раньше моложе, чем сейчас, поэтому он несет в себе впечатления прежних лет, которые при определенных условиях могут активизироваться. Можно сказать, что "каждый таит в себе маленького мальчика или девочку".

Здесь нам хотелось бы поместить структурную диаграмму (схема 1а), отражающую все компоненты личности, выявленные на данном этапе анализа. Диаграмма включает состояния Родителя, Взрослого и Ребенка. Они четко отделены друг от друга. Неопытный наблюдатель может и не заметить их отличий, но человеку, взявшему на себя труд изучения структурной диагностики, отличия вскоре покажутся весьма впечатляющими и содержательными.



а) Структурная диаграмма

б) Упрощенный вид  
структурной диаграммы

Схема 1. Структурная диаграмма.

Из соображений удобства мы будем впредь называть конкретных людей родителями, взрослыми или детьми (со строчной буквы). В тех же случаях, когда будем говорить о состояниях **Я**, то те же слова будут написаны с заглавной буквы: Родитель (Р), Взрослый (В), Ребенок (Ре). На схеме 1б дан упрощенный вид структурной диаграммы. Считаем необходимым упомянуть о некоторых особенностях используемой нами терминологии.

1. Мы никогда не употребляем слово "ребяческий", так как это понятие содержит негативный оттенок, поэтому от него следует избавляться.

Описывая Ребенка, мы будем употреблять слово "детский". Оно звучит более объективно и может быть использовано в биологическом смысле. Во многих отношениях Ребенок — одна из наиболее ценных составляющих личности, так как вносит в жизнь человека то, что настоящий ребенок вносит в семейную жизнь: радость, творчество и очарование.

Если Ребенок нездоров и беспокоен, то последствия могут быть самыми неблагоприятными. Однако определенные меры для улучшения ситуации могут и должны быть приняты.

2. Все вышесказанное касается и слов "зрелый" и "незрелый". Мы не считаем, что существуют так называемые "незрелые личности". Есть люди, в которых Ребенок совершенно нестати и неумело берет на себя управление всей личностью, но в то же время у них есть и хорошо

структурированный Взрослый, которого нужно только обнаружить и привести в действие. У так называемых "зрелых людей", наоборот, контроль за поведением почти все время осуществляет Взрослый, но и у них, как и у всех остальных, Ребенок может прорваться к власти, и тогда появляются обескураживающие результаты.

3. Следует отметить, что Родитель может проявляться двояким образом — прямо или косвенно: как активное состояние **Я** или как влияние Родителя. В первом, активном случае человек реагирует так, как реагировали в подобных случаях его отец или мать ("Делай, как я"). Если же речь идет о косвенном влиянии, то обычно реакция человека бывает такой, какой от него ждали ("Не делай, как я; делай то, что я говорю"). В первом случае он подражает одному из родителей, во втором — приспосабливается к их требованиям.

4. Ребенок тоже может проявлять себя двумя способами: как приспособившийся Ребенок и как естественный Ребенок. Приспособившийся Ребенок изменяет свое поведение под влиянием Родителя. Он ведет себя так, как этого хотели бы отец или мать: например, очень зависимо от них или не по годам самостоятельно. Нытье или "уход в себя" — это тоже способы адаптации. Таким образом, влияние Родителя выступает как причина, а приспособившийся Ребенок — как следствие. В то же время естественный Ребенок проявляет себя в спонтанном поведении: например, в непослушании, бунте или в проявлении творческого порыва.

Состояния **Я** — это нормальные физиологические феномены. Человеческий мозг организует психическую жизнь, а продукты его деятельности упорядочиваются и хранятся в виде состояний **Я**. Некоторые работы американских ученых содержат конкретные факты, подтверждающие эту точку зрения. На разных уровнях существуют и другие упорядочивающие системы, такие, например, как память на факты. Однако естественным образом опыт запечатлевается в меняющихся состояниях сознания. Каждый тип состояний по- своему жизненно важен для человеческого организма.

Ребенок — это источник интуиции, творчества, спонтанных побуждений и радости.

Состояние "Взрослый" необходимо для жизни. Человек перерабатывает информацию и вычисляет вероятности, которые нужно знать, чтобы эффективно взаимодействовать с окружающим миром. Ему знакомы собственные неудачи и удовольствия. Например, при переходе улицы с сильным движением необходимо произвести сложные оценки скоростей. Человек начинает действовать только тогда, когда оценит степень безопасности перехода улицы. Удовольствия, которые люди испытывают в результате такого рода успешных оценок, на наш взгляд, объясняют любовь к таким видам спорта, как горные лыжи, авиационный и парусный спорт.

Взрослый контролирует действия Родителя и Ребенка, является посредником между ними.

Родитель осуществляет две основные функции. Во-первых, благодаря этому состоянию человек может эффективно играть роль родителя своих детей, обеспечивая тем самым выживание человеческого рода. Важность этой функции подчеркивается тем фактом, что люди, оставшиеся сиротами в раннем детстве, испытывают гораздо большие трудности при воспитании собственных детей, чем те, которые росли в полных семьях вплоть до подросткового возраста. Во-вторых, благодаря Родителю многие наши реакции давно стали автоматическими, что помогает сберечь массу времени и энергии. Люди многое делают только потому, что "так принято делать". Это освобождает Взрослого от необходимости принимать множество тривиальных решений, благодаря чему человек может посвятить себя решению более важных жизненных проблем, оставляя обыденные вопросы на усмотрение Родителя.

Следовательно, все три аспекта личности чрезвычайно важны для функционирования и выживания. Их изменения необходимы только в том случае, если один из этих аспектов нарушает здоровое равновесие. В обычной ситуации каждый из них — Родитель, Взрослый и Ребенок — заслуживает одинакового уважения, так как каждое состояние по-своему делает жизнь человека полноценной и плодотворной.

## Транзакционный анализ.

Мы называем *транзакцией* единицу общения. Люди, находясь вместе в одной группе, неизбежно заговорят друг с другом или иным путем покажут свою осведомленность о присутствии друг друга. Это мы называем *транзакционным стимулом*. Человек, к которому обращен транзакционный стимул, в ответ что- то скажет или сделает. Мы называем этот ответ *транзакционной реакцией*.

Цель простого транзакционного анализа — выяснить, какое именно состояние **Я** ответственно за транзакционный стимул и какое состояние человека осуществило транзакционную реакцию. В наиболее простых транзакциях и стимул, и реакция исходят от Взрослого. Например, хирург,



оценив на основе имеющихся у него данных необходимость в скальпеле, протягивает руку медсестре. Правильно истолковав этот жест, оценив расстояние и мышечные усилия, она вкладывает скальпель в руку хирурга таким движением, какого от нее ждут. Несколько более сложными являются транзакции Ребенок — Родитель. Например, во время болезни ребенок с высокой температурой просит пить, и ухаживающая за ним мать приносит стакан воды.

**Обе** вышеописанные транзакции мы называем **дополнительными**. Иными словами, при нормальных человеческих отношениях стимул влечет за собой уместную, ожидаемую и естественную реакцию. Первый пример (его классифицируем как дополнительную транзакцию первого типа) представлен на схеме 2а. Второй (дополнительная транзакция второго типа) показан на схеме 2б.

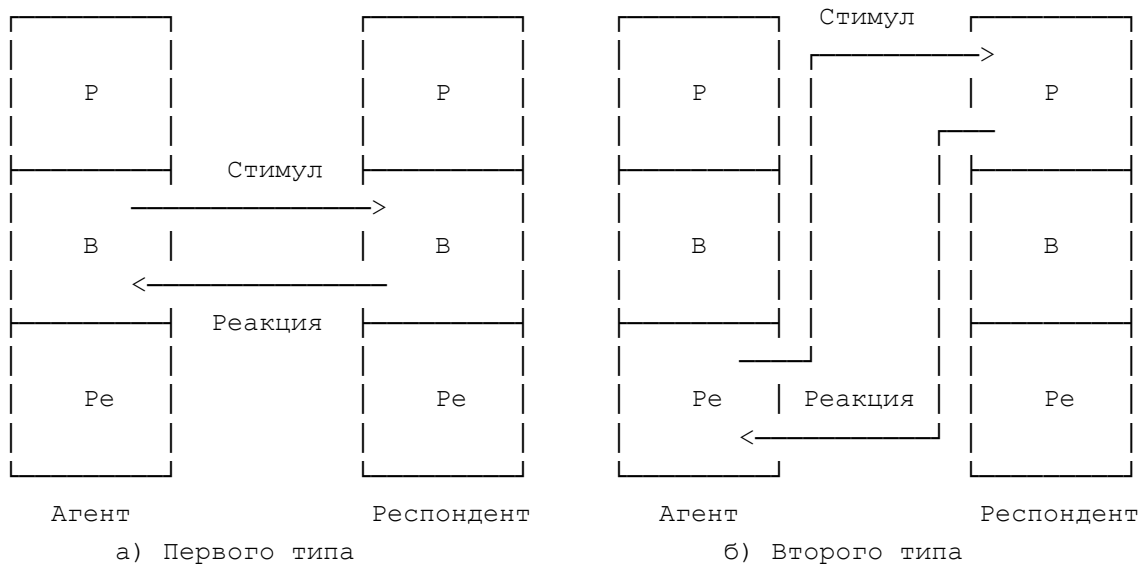


Схема 2. Дополнительные транзакции.

Однако совершенно очевидно, что транзакция — это звенья одной цепочки: каждая реакция (Рк) в свою очередь становится стимулом (Ст).

Первым правилом коммуникации мы считаем следующее: пока транзакции дополнительные, процесс коммуникации будет протекать гладко. Следствие из этого правила пока транзакции дополнительные, процесс коммуникации может продолжаться неопределенно долго. Эти правила не зависят ни от природы транзакций, ни от их содержания. Они целиком основаны на векторах общения. Пока транзакции сохраняют дополнительный характер, правило будет выполняться независимо от того, заняты ли ее участники, например, какими-то сплетнями (Родитель — Родитель), решают ли реальную проблему (Взрослый — Взрослый) или просто играют вместе (Ребенок — Ребенок или Родитель — Ребенок).

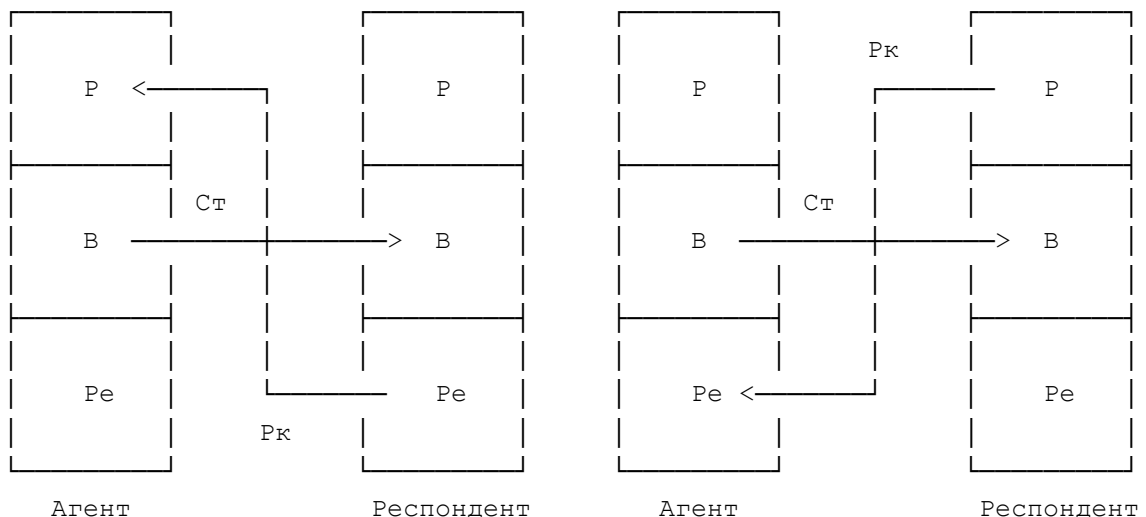


Схема 3. Пересекающиеся трансакции.

Обратное правило состоит в том, что процесс коммуникации прерывается, если происходит то, что мы называем **пересекающейся** трансакцией. На схеме 3а представлена наиболее обычная пересекающаяся трансакция, которая вызывает наибольшие трудности в процессе общения, какой бы стороны человеческих отношений она ни касалась: семейной жизни, любви, дружбы или работы (пересекающаяся трансакция первого типа). Именно этот тип трансакции доставляет наибольшие хлопоты психотерапевтам (в психоанализе он получил название классической реакции переноса). Стимул рассчитан на взаимоотношения Взрослый — Взрослый, например: "Давай попробуем понять, почему в последнее время ты стал много пить" или "Ты не знаешь, где мои запонки?". Соответствующим трансакции Взрослый — Взрослый в первом случае может быть признан ответ: "Давай попробуем понять. Мне и самому этого хочется". А во втором: "Запонки лежат на столе".

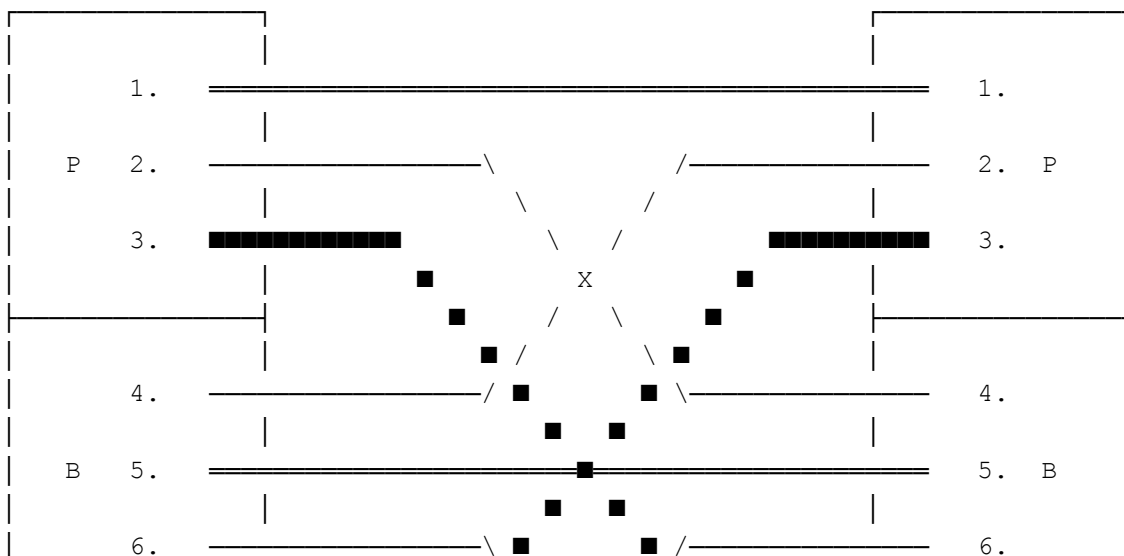
Однако собеседник может вдруг вспылить. Тогда ответы будут другие, например в первом случае "Ты как мой отец все время меня критикуешь", — а во втором "Вечно я у тебя во всем виновата!" Оба последних ответа соответствуют схеме Ребенок — Родитель, и, как видно из схемы 3а, векторы трансакций пересекаются.

При подобных обстоятельствах следует временно отложить решение проблемы алкоголя или запонок до тех пор, пока векторы не будут приведены в порядок. Это может продолжаться несколько месяцев в первом примере и несколько секунд во втором, причем либо игрок должен стать Родителем, дополняя неожиданно проснувшегося в собеседнике Ребенка, либо нужно активизировать в нем Взрослого. Если, например при обсуждении с хозяйкой качества мытья посуды, вдруг служанка вздумает взбунтоваться, то разговор на уровне Взрослый — Взрослый будет закончен. Возможным продолжением может стать коммуникация на уровне Ребенок — Родитель или обсуждение другой Взрослой проблемы — не следует ли хозяйке уволить служанку.

На схеме 3б показан случай, обратный пересекающейся трансакции первого типа. Он представляет собой реакцию контрпереноса, хорошо знакомую психотерапевтам: пациент делает объективное, Взрослое замечание, а врач переkreщивает векторы, отвечая как родитель ребенку. Это пересекающаяся трансакция второго типа. Например, на вопрос: "Не знаешь, где мои запонки?" — может последовать ответ: "Почему ты никогда сам не знаешь, где твои вещи? Ты ведь, кажется, уже не ребенок!"

**Диаграмма взаимоотношений** (схема 4), на которой изображены девять возможных векторов общения между спрашивающим и отвечающим, обладает некоторыми интересными свойствами.

Дополнительные трансакции между "равными психологическими состояниями" представлены линиями (1-1), (5-5), (9-9). Трансакции (2-4) (4-2), (3-7) (7-3) и (6-8) (8-6) тоже дополнительные. Все остальные комбинации образуют пересекающиеся трансакции, и на диаграмме они тоже пересекаются: например, (3-7) (3-7) — двое людей, лишившихся дара речи, свирепо уставились друг на друга. Если никто из них не уступит, коммуникация прекратится и они разойдутся в разные стороны. Обычно один отступает на (7-3), что приводит к игре "Скандал"; лучшим решением было бы (5-5), при котором оба рассмеются или обменяются рукопожатием.



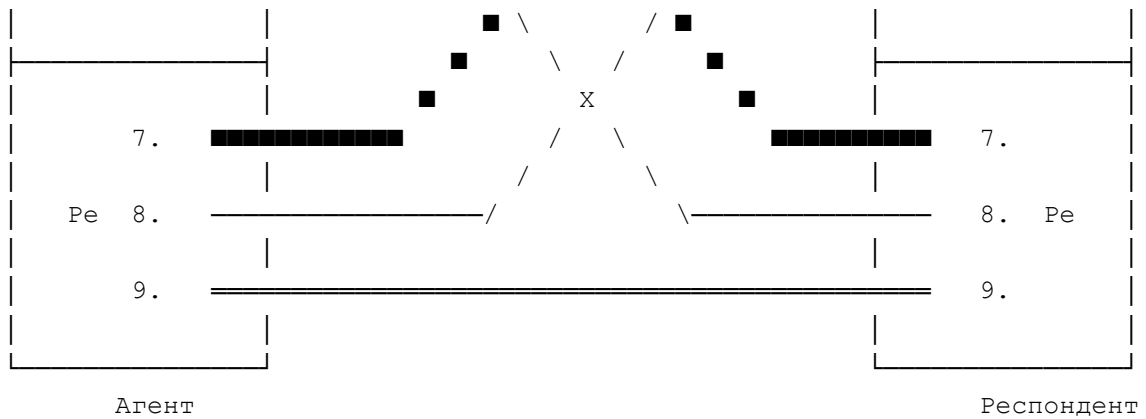


Схема 4. Диаграмма взаимоотношений.

Простые дополнительные транзакции чаще всего встречаются при неглубоких производственных или общественных взаимоотношениях. Их легко нарушить простыми пересекающимися транзакциями. В сущности, поверхностные взаимоотношения можно определить как не выходящие за пределы простых дополнительных транзакций. Такого рода взаимоотношения возникают в совместной деятельности, ритуалах и времяпрепровождениях.

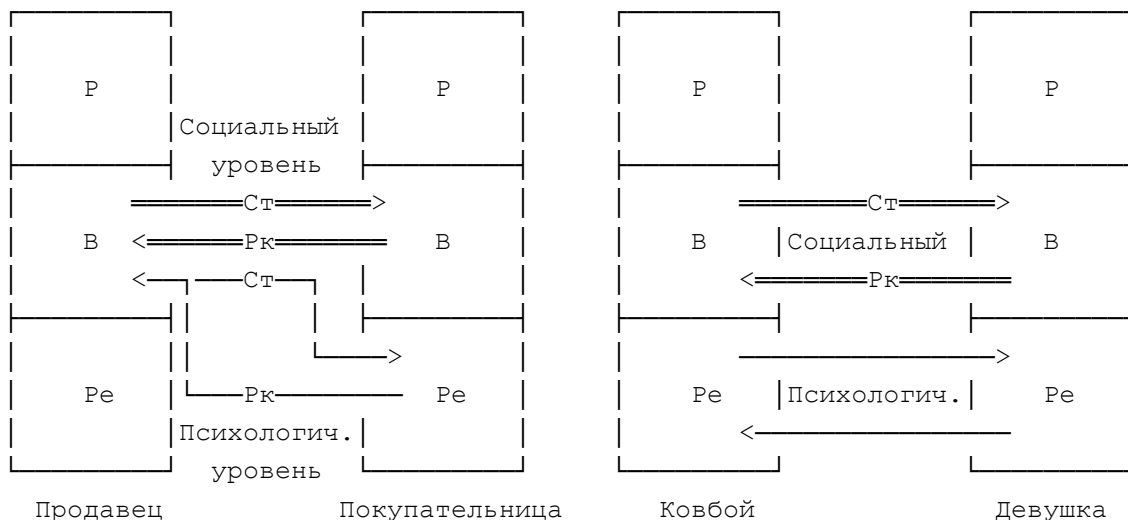
Более сложными являются **скрытые** транзакции, требующие одновременного участия более чем двух состояний **Я**. Именно эта категория служит основой для игр. Продавцы, например, весьма сведущи в так называемых "угловых транзакциях", в которых участвуют три состояния **Я**. Следующий обмен репликами является ярким, хотя и несколько грубоватым примером торговой игры.

Продавец: Эта модель лучше, но она вам не по карману.

Покупательница: Вот ее-то я и возьму.

Эта транзакция проанализирована на схеме 5а. Продавец на уровне Взрослого констатирует два факта: "Эта модель лучше" и "Она вам не по карману". На социальном уровне слова продавца кажутся обращенными к Взрослому покупательницы, поэтому она должна была бы ответить:

"Вы, безусловно, правы и в том, и в другом". Однако скрытый, психологический вектор был умело направлен опытным Взрослым продавца к Ребенку покупательницы. Ответ, который дал Ребенок, показывает, что наш анализ правилен. Покупательница думает: "Несмотря на финансовые последствия, я покажу этому наглецу, что я ничуть не хуже других его покупателей". Эта транзакция дополнительна на обоих уровнях, поскольку продавец как бы принимает ответ покупательницы за чистую монету, то есть как ответ Взрослого, решившего сделать покупку.



а) Угловая транзакция

б) Двойная транзакция

Схема 5. Скрытые транзакции.

В двойной скрытой транзакции участвуют четыре состояния **Я**. Она часто присутствует при флирте. Ковбой: Не хотите ли посмотреть конюшню? Девушка: Ах, я с детства обожаю конюшни! На схеме 5б видно, что на социальном уровне происходит разговор о конюшнях между Взрослыми,

в то время как на психологическом уровне это разговор Ребенка с Ребенком и его содержание — сексуальные взаимоотношения (заигрывание). На поверхности инициатива принадлежит Взрослому, но исход большинства подобных игр на самом деле предопределяет Ребенок, так что участники игры может ждать сюрприз.

Таким образом, мы подразделяем транзакции на дополнительные и пересекающиеся, на простые и скрытые, а последние — на угловые и двойные.

## **Процедуры и ритуалы.**

Как правило, транзакции следуют друг за другом в определенной последовательности. Эта последовательность не является случайной, а планируется одним из трех состояний Я: Родителем, Взрослым, Ребенком или, в более общем смысле, обществом, реальной ситуацией или личностными особенностями. Требования адаптации предусматривают: пока данная социальная ситуация не опробована, Ребенок должен находиться под защитой Взрослого или Родителя. Поэтому планирование, исходящее от Ребенка, чаще всего встречается в уже опробованных ситуациях, предполагающих наличие близости и конфиденциальности.

Простейшими формами общественной деятельности являются процедуры и ритуалы. Некоторые из них универсальны, другие носят локальный характер, однако всем им надо учиться. Процедурой мы называем серию простых дополнительных Взрослых транзакций, направленных на взаимодействие с действительностью, которая имеет два аспекта: статический и динамический.

Мы считаем, что статическая действительность включает все возможные сочетания и расположения вещества во Вселенной. Арифметика, например, состоит из утверждений о статической действительности.

Динамическая действительность содержит потенциальные возможности взаимодействия всех энергетических систем во Вселенной. Химия, например, состоит из утверждений, касающихся динамической действительности. Процедуры основаны на переработке информации и оценках вероятностей, касающихся материальной стороны действительности. Они достигают наиболее совершенной формы в профессиональных умениях. Процедурами являются, например, управление самолетом и операция по удалению аппендицита. Психотерапия тоже относится к разряду процедур, однако до тех пор, пока ситуацию контролирует Взрослый психотерапевта. Как только на первый план выходит Родитель или Ребенок, психотерапия перестает быть процедурой. Планирование процедуры определяется конкретным материалом на основе оценок, произведенных Взрослым.

Процедуры можно оценить по двум параметрам. Мы говорим, что процедура целесообразна, если субъект деятельности, которого мы назвали агентом, наилучшим образом использует имеющиеся у него данные и накопленный опыт, хотя его знания сами по себе могут быть недостаточными.

Если же во время переработки информации Взрослым в дело вмешивается Родитель или Ребенок, процедура становится, как мы ее называем, загрязненной и менее целесообразной. Об эффективности процедуры судят по результатам. Таким образом, целесообразность — это психологический критерий, а эффективность — материальный. Например, один местный лекарь на тропическом острове приобрел высокую квалификацию в удалении катаракты. Он весьма целесообразно использовал знания, которыми располагал, но поскольку знал он меньше, чем проживающий там же профессиональный глазной врач, то эффективность его работы была ниже. Вскоре глазной врач пристрастился к выпивке, поэтому целесообразность его работы резко упала. Вначале эффективность его работы не страдала, но с годами руки у него стали трястись, и его ассистент — местный лекарь — начал превосходить его не только в целесообразности, но и в эффективности. Этот пример показывает, что оба описанных выше параметра лучше всего может оценить эксперт по данным процедурам: целесообразность — путем личного знакомства с субъектом деятельности, а эффективность — на основе результатов его деятельности.

В рамках нашего анализа мы называем ритуалом стереотипную серию простых дополнительных транзакций, заданных внешними социальными факторами. Неформальный ритуал (например, прощание) в разных местностях может отличаться рядом деталей, однако в основе своей он неизменен. Формальные ритуалы (например, католическая литургия) характеризуются гораздо меньшей свободой. Форма ритуала определяется Родительской традицией, однако в незначительных деталях может сходным образом сказываться более позднее Родительское влияние, хотя его результаты и не столь устойчивы. Некоторые формальные ритуалы, особенно интересные с исторической и этнографической точек зрения, имеют две фазы:

1) Транзакции происходят при строгой Родительской цензуре; 2) Родитель отступает в сторону и Ребенок получает более или менее полную свободу транзакций, приводящую порой к оргии.

Многие формальные ритуалы первоначально были сильно "загрязненными" (в указанном выше смысле), хотя и весьма целесообразными процедурами. Однако по мере того, как шло время и менялись обстоятельства, многие из них потеряли какое-либо значение как процедуры и превратились в символ лояльности. Как транзакции они представляют собой попытку избавиться от чувства вины и получить вознаграждение путем соответствия Родительским требованиям. Ритуалы предлагают безопасный, вселяющий уверенность и часто приятный способ структурирования времени.

Приступая к анализу игр, мы считаем полезным вначале рассмотреть некоторые неформальные ритуалы. Думаем, что наиболее поучительным примером могут быть варианты американских ритуалов приветствия.

1) А: Привет! (Доброе утро!).

В: Привет! (Доброе утро!).

2) А: Тепло сегодня, правда? (Как поживаете?).

В: Да. Хотя, по-моему, скоро пойдет дождь. (Прекрасно. А вы?).

3) А: Ну, счастливо. (Все в порядке).

В: До встречи.

4) А: Пока!

В: Пока!

Очевидно, что этот обмен репликами не несет никакой информации. Даже если собеседникам есть что сообщить друг другу, они мудро воздерживаются от этого. Чтобы А мог рассказать о том, как он поживает, ему понадобилось бы минут пятнадцать, но у В, видимо, случайного знакомого, нет времени и желания его слушать. Такую серию транзакций справедливо и вполне адекватно мы назвали ритуалом из восьми "поглаживаний". Если бы А и В спешили, то они вполне могли бы удовлетвориться двумя "поглаживаниями": "Привет!" — "Привет!" Если бы они были, например, старомодными восточными монархами, то, прежде чем перейти к делу, им пришлось бы исполнить ритуал из двухсот "поглаживаний". В нашей ситуации, говоря языком транзакционного анализа, А и В слегка улучшили самочувствие друг другу и каждый из них благодарен за это другому.

Этот ритуал с обеих сторон основан на тщательном интуитивном расчете. На этом уровне знакомства оба собеседника чувствуют, что должны друг другу при каждой встрече примерно четыре "поглаживания", и при этом не чаще раза в день. Если же они вскоре встретятся снова (например, через полчаса) и ничего нового за это время не возникло, то они просто пройдут, не заметив друг друга, или слегка кивнут головой. Самое большее, что они могут сделать, это обменяться небрежным: "Привет!"

Подобные ситуации возникают не только в течение коротких интервалов времени. Они могут охватывать периоды и в несколько месяцев. Рассмотрим следующий случай. С и D встречаются раз в день, обмениваются одним "поглаживанием" ("Привет!" — "Привет!") и идут по своим делам. Потом С уезжает в отпуск на месяц. В день своего возвращения он, как обычно, встречает D. Если D опять ограничится лишь словом "Привет!", то С может обидеться. По расчетам С, они с D должны друг другу около тридцати "поглаживаний". Но их вполне можно вместить в несколько транзакций, если сделать их достаточно выразительными. D должен был бы повести себя следующим образом (каждая единица "интенсивности" или "интереса" в его репликах соответствует одному "поглаживанию"):

1) D: Привет" (1 единица.)

2) D: Что-то вас давно не было видно. (2 единицы.)

3) D: Неужели? Где же вы были? (5 единиц.)

4) D: Вот здорово! Потрясающе! Ну и как? (7 единиц.)

5) D: Выглядите вы чудесно. (4 единицы.) Ездили вместе с семьей? (4 единицы.)

6) D: Рад был вас снова повидать. (4 единицы.)

7) D: Всего хорошего. (1 единица.)

Таким образом, на счету D двадцать восемь "налаживаний". И D, и С знают, что на следующий день D отдаст два недостающих "поглаживания", так что счет практически сравняется. Двумя днями позже они вернутся к обычному обмену двумя "поглаживаниями" ("Привет!" — "Привет!"). Однако теперь они лучше знают друг друга, так как убедились, что оба — вполне надежные партнеры, а это может пригодиться, если они встретятся в обществе.

Полезно рассмотреть и обратный случай. Е и F обычно следуют ритуалу из двух "поглаживаний" ("Привет!" — "Привет!"). Но вот однажды вместо того, чтобы, обменявшись стандартным приветствием, пройти мимо, Е останавливается и спрашивает: "Как дела?" Происходит следующий диалог:

1) Е: Привет!

F: Привет!

2) Е: Как дела?

F: (озадачен). Прекрасно. А у вас?

3) Е: Великолепно. Тепло сегодня, правда?

F: Да. (осторожно.) Хотя, похоже, будет дождь.

4) Е: Приятно было повидать вас.

F: И мне. Извините, я должен успеть в библиотеку до закрытия.

Всего хорошего.

5) Е: Всего хорошего.

Торопливо уходя прочь, F ломает голову: "Что это с ним вдруг случилось? Может быть, он теперь работает страховым агентом?" В терминах транзакционного анализа подразумевается: "Он мне должен всего одно "поглаживание". Почему он вдруг выдал целых пять?"

Приведем еще более простой пример, иллюстрирующий транзакционную, деловую природу этих простейших ритуалов: N говорит: "Привет!" — а H, не отвечая, проходит мимо. "Что с ним произошло?" — думает N, то есть: "Я "погладил" его, а он мне "поглаживания" не вернул". Если H продолжает вести себя подобным же образом и с другими знакомыми, то это наверняка вызовет осуждающие разговоры в его окружении.

В некоторых случаях очень трудно провести границу между процедурой и ритуалом. Дилетанты обычно называют профессиональные процедуры ритуалами. И хотя практически каждая транзакция основана на здравом смысле, а порой и на жизненно важном опыте, у дилетантов недостает знаний, чтобы это оценить. Наоборот, профессионалы, как правило, стремятся разумно обосновать ритуальные элементы, присутствующие в процедурах, и не обращать внимания на скептически настроенных дилетантов на том основании, что те просто не обладают достаточными знаниями для понимания этих разумных основ. Зато это один из способов, с помощью которого ставшие стеной профессионалы могут воспрепятствовать новой, вполне здоровой процедуре: высмеять ее как ритуал. Это объясняет судьбу Земмельвейса<sup>8</sup> и многих других новаторов.

Существенной особенностью и процедур, и ритуалов мы считаем то, что они стереотипны. Как только произошла первая транзакция, все остальные в серии становятся предсказуемыми. А порядок их известен заранее. Результат последовательности транзакций также предопределен, если, конечно, не случается что-то непредвиденное.

Процедура и ритуал различаются в зависимости от того, что предопределяет их ход: процедуры планируются Взрослым, а ритуалы следуют схемам, заданным Родителем.

Люди, не умеющие хорошо исполнять ритуалы или чувствующие себя при этом неуютно, иногда стараются избегать их, заменяя процедурами. К этой категории, например, относятся гости, которые любят помогать хозяйке готовить и разносить угощения во время званых вечеров.

## **Времяпрепровождения.**

Времяпрепровождения (как способ проводить время) можно рассматривать на социальном и временном фоне с учетом различных степеней сложности, соответственно имея в виду различные уровни сложности процесса.

Однако если принимать за единицу общения транзакцию, можно выделить из всех относящихся сюда ситуаций некоторую сущность, которую мы и назвали времяпрепровождением. Определим его как серию простых, полуритуальных дополнительных транзакций, сгруппированных вокруг одной темы, целью которой является структурирование определенного интервала времени. Начало и конец такого интервала мы обычно обозначаем процедурами или ритуалами. При этом транзакции приспособлены к нуждам всех участников таким образом, чтобы каждый мог получить

---

<sup>8</sup> Земмельвейс, Игнац Филипп (1818-1865) — венгерский акушер, впервые добившийся резкого снижения смертности от родильной горячки (родового сепсиса) благодаря тщательному мытью рук и дезинфицированию их. Его метод был встречен врачами очень враждебно.

максимальный выигрыш в течение данного интервала. Чем лучше адаптирован участник, тем больше его выигрыш.

Времяпрепровождения, как правило, составляют основное содержание, например, различных вечеринок или времени ожидания перед самым началом какого-нибудь официального собрания. Причем структура и динамика человеческих взаимоотношений в обоих случаях одинаковы. Времяпрепровождения в эти периоды могут принимать форму "болтовни" или серьезного обсуждения какой-либо проблемы.

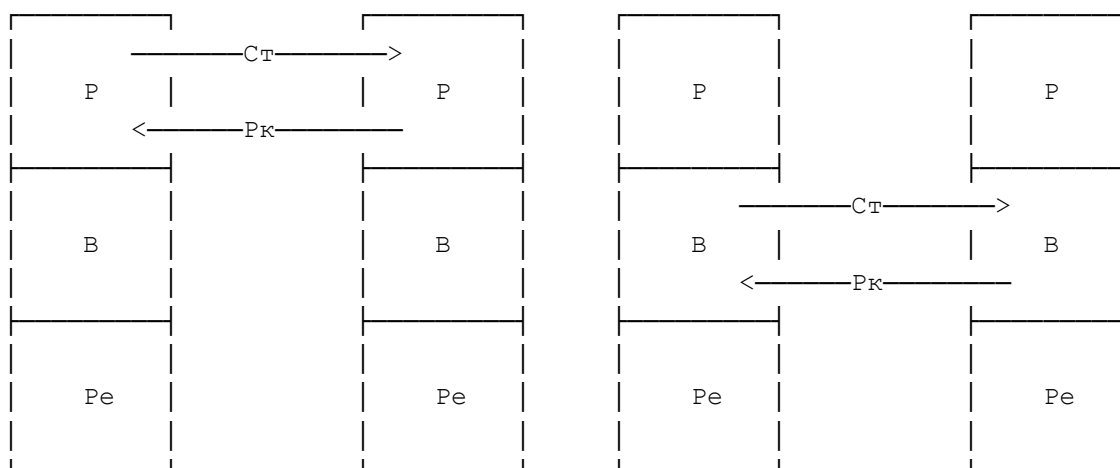
Компания гостей, приглашенных на коктейль, подчас представляет собой своего рода выставку разнообразных способов времяпрепровождения. В одном углу могут играть в "Родительский комитет", обсуждая вопросы воспитания детей, в другом — собрались любители психиатрии, в третьем углу обсуждают того или иного человека, а четвертая группа может быть поглощена вопросом: "Какая машина лучше?" Женщины обычно говорят о проблемах кухни и гардероба.

Наблюдения подтверждают, что такого рода мероприятие практически ничем, кроме имен присутствующих там людей, не отличается от десятков подобных же вечеринок, происходящих в то же самое время и в такой же среде. Для различных социальных слоев типичен разный набор времяпрепровождения.

Времяпрепровождения можно классифицировать многими способами. Характеристика по внешним параметрам основана на социальных признаках (пол, возраст, семейное положение, национальная принадлежность, культурный уровень, благосостояние). Такие темы, как "Какой автомобиль лучше?", "Кто выиграл спортивные соревнования?" и т.п., относятся к "мужским разговорам". А к "женским разговорам" относятся темы: "Покупки", "Кухня", "Гардероб" и т.п. Подростки чаще всего играют в "Ухаживание", а наиболее распространенная игра для людей среднего возраста — "Доходы и расходы". К этой группе, представляющей собой вариации "светской болтовни", относятся. "Как это делается" (прекрасно подходит для короткого авиапутешествия); "Почем?" (любимое времяпрепровождение в барах среди людей среднего достатка и ниже); "А вы бывали когда-нибудь в ..." (ностальгическое, популярное среди "бывалых" людей); "Вы знакомы с (таким-то)?" — времяпрепровождение для одиноких людей; "А что стало" (со стариной Джо)? (часто играют те, кому повезло или, наоборот, не повезло на финансовом поприще); "На следующее утро" (Похмелье) и "Коктейль" (Я знаю рецепт получше) — времяпрепровождения, типичные для честолюбивых молодых людей определенного типа.

Структурно-деятельностную классификацию времяпрепровождения мы основываем на личностных характеристиках. В "Родительский комитет", например, можно играть на трех уровнях. На уровне Ребенок — Ребенок игра принимает вид: "Что делать с упрямыми родителями?" На уровне Взрослый — Взрослый: "Родительский комитет" (в собственном смысле слова) — это времяпрепровождение, популярное среди образованных молодых матерей. У более старшего поколения это времяпрепровождение обычно принимает назидательную форму: "Преступность среди несовершеннолетних" (уровень Родитель — Родитель) Некоторые супружеские пары играют в "Скажи им, дорогой", в которой жена говорит от лица Родителя, а муж подыгрывает ей, как не по годам развитый ребенок.

Еще более убедительна психологическая классификация времяпрепровождения. Например, и в "Родительский комитет", и в "Психиатрию" можно играть в так называемой проецирующей и интроецирующей форме. На схеме ба дан анализ времяпрепровождения уровня "Родительский комитет" проецирующего типа, основанного на конструкции Родитель — Родитель.



а) Родительский комитет  
проецирующего типа "Преступность  
среди несовершеннолетних"

б) Психиатрия интроецирующего типа  
"Психоанализ"

#### Схема 6. Времяпрепровождения.

А: Если бы не разводы, не было бы такой преступности среди подростков.

В: Дело не только в этом. Сейчас детей даже в благополучных семьях не учат хорошим манерам, как это было в наше время.

"Родительский комитет" интроецирующего типа соответствует конструкции Взрослый — Взрослый:

С: Мне кажется, я просто не могу быть хорошей матерью.

Д: Как бы вы ни старались, дети все равно вырастают не такими, как хочется. Вам только и остается, что гадать: правильно ли вы поступаете и какие ошибки успели совершить?

"Психиатрия" проецирующего типа (уровень Взрослый — Взрослый):

Е: По-моему, его поведение — результат подсознательной фрустрации.

Ф: Мне кажется, вам прекрасно удалось сублимировать ваши агрессивные наклонности.

На схеме 6б показана "Психиатрия" интроецирующего типа. Это времяпрепровождение на уровне "Взрослый — Взрослый".

Н: Для меня эта живопись символизирует порочность и грязь.

Н: Что касается меня, занятия живописью — это попытка угодить отцу.

Времяпрепровождения не только создают структуру времени и обеспечивают участникам взаимно приемлемые "поглаживания", но и выполняют функцию социального отбора. В процессе времяпрепровождения Ребенок в каждом участнике внимательно наблюдает за партнерами и оценивает их возможности. К концу вечеринки каждый игрок выберет себе нескольких человек, с которыми ему захочется познакомиться поближе, отбросив других участников, независимо от того, насколько интересными или привлекательными они были в течение вечера. Избранники обычно представляют собой наиболее вероятных кандидатов для более сложных взаимоотношений, то есть для игр. Такую систему отбора, несмотря на наше желание дать ей рациональное объяснение, мы считаем в большой степени интуитивной и бессознательной.

В некоторых случаях в процессе отбора Взрослый берет верх над Ребенком. Например, рассмотрим ситуацию, в которой страховый агент старательно учится разного рода социальным времяпрепровождениям. В процессе игры его Взрослый прислушивается к возможным клиентам и выделяет их из остальных партнеров как людей, с которыми ему хотелось бы познакомиться поближе. Причем его выбор, как правило, совершенно не зависит от их умения играть или от ощущения внутреннего родства с ними, а основывается на второстепенных факторах, в данном случае на их готовности платить.

Между тем времяпрепровождения обладают одной специфической особенностью — они взаимно исключают друг друга. Например, "мужской разговор" и "женский разговор" никогда не смешиваются. Компания, увлеченно играющая в "А вы бывали когда-нибудь... (там-то)?", с раздражением отнесется к назойливому гостю, который хочет играть в "Сколько стоит...?". Игрокам в "Родительский комитет" проецирующего типа не понравится вторжение интроецирующих игроков, хотя их недовольство не будет столь сильным, как в обратной ситуации.

Времяпрепровождения формируют основу для знакомства и могут привести к дружбе. Например, компания женщин, каждое утро собирающаяся по очереди в чьем-нибудь доме, чтобы выпить кофе и поиграть в "Непутевого мужа", скорее всего окажет весьма прохладный прием новой соседке, которая хочет играть во "Все замечательно". Каково им, без конца твердящим, что у них отвратительные мужья, слышать, как новая соседка расхваливает своего мужа, утверждая, что он — само совершенство. Вряд ли они будут долго терпеть ее в своей компании. Если на вечеринке кто-то из компании хочет перейти от беседующих в одном углу в другую группу, то он либо должен присоединиться к новому времяпрепровождению, либо суметь переключить эту группу на новую тему. Хорошая хозяйка, безусловно, всегда владеет ситуацией. В случае необходимости она объявит программу: "Мы тут играем в "Родительский комитет" проецирующего типа. Хотите принять участие?" Или: "Ну, девочки, вы, должно быть, уже наигрались в "Гардероб?" Или: "Познакомьтесь, мистер N — писатель (политик, хирург). Я уверена, что он с удовольствием сыграет в "Смотри, мама, какой я молодец! Не правда ли, мистер N?"



Времяпрепровождения способствуют подтверждению ролей, избранных человеком, и укреплению его жизненной позиции. Понятие "роль" сходно с тем, что Юнг<sup>9</sup> называл persona, с той только разницей, что это понятие более глубоко коренится в фантазиях. В "Родительском комитете" проецирующего типа один из игроков может взять на себя роль сурового Родителя, другой — добродетельного Родителя, третий — роль снисходительного Родителя, а четвертый — роль Родителя-помощника. Все четверо ощущают Родительское состояние Я и действуют в соответствии с ним. Однако все четверо его ощущают по-разному. Если роль каждого из них признается другими, то есть не вызывают антагонизма, или в ответ на любой антагонизм только укрепляется, или встречает одобрение людей некоторого типа (что выражается в "поглаживаниях"), то это означает, что данная роль встречает поддержку.

А подтверждение роли способствует укреплению жизненной позиции индивида. Жизненная позиция формулируется в виде простого утверждения, влияющего на все транзакции того или иного индивида. В конечном итоге жизненная позиция определяет не только его судьбу, но чаще всего и судьбу его потомков. Позиция может быть более или менее абсолютной. Типичными жизненными позициями, исходя из которых можно играть, например, в "Родительский комитет" проецирующего типа, являются следующие: "Все дети — плохие!", "Все чужие дети — плохие!", "Все дети печальны!", "Детям всегда достается!". Каждая из этих позиций соответственно вызывает к жизни роль суровую, или добродетельного, или снисходительного Родителя или Родителя-помощника. Жизненная позиция проявляется прежде всего в установке, которую она порождает. Именно в соответствии с установкой индивид проводит транзакции, составляющие его роль.

Выбор и фиксация позиции происходят у человека на удивление рано, в основном начиная со второго года жизни (иногда даже с первой), и заканчиваются примерно к семи годам. Во всяком случае, это происходит гораздо раньше, чем человек приобретает достаточный жизненный опыт и ясность мысли, чтобы понять, какими серьезными обязательствами он себя связал.

На основе жизненной позиции, занимаемой человеком, нетрудно сделать вывод о том, какое у него было детство. И если не вмешиваются какие-то важные обстоятельства, то человек чаще всего всю жизнь занят укреплением своей позиции и борьбой с ситуациями, угрожающими ей. Он будет избегать этих ситуаций, обороняться от некоторых элементов или будет умело манипулировать ими, добиваясь того, чтобы из угрозы его жизненной позиции они превращались в ее оправдание.

Почему времяпрепровождения столь стереотипны? Одна из причин состоит в том, что они служат в основном стереотипным целям. Однако преимущества, которые они сулят человеку, так велики, что становится понятным, почему люди предаются им с таким энтузиазмом и почему так приятно играть с партнером, который занимает творческую и благожелательную позицию.

Времяпрепровождение не всегда легко отличить от деятельности; они действительно часто встречаются вместе. Многие обыденные времяпрепровождения, например "Какая машина лучше?", следуют схеме, которую психологи назвали бы обменом репликами по типу: "Выбери один из предложенных вариантов и закончи предложение".

А. "Форд" мне нравится больше, чем "Шевроле", "Плимут", потому что...

В. Ну, я бы скорее купил "Форд", чем "Шевроле", "Плимут", потому что...

Очевидно, что подобные стереотипные высказывания вполне могут содержать полезную информацию.

Можно упомянуть еще несколько широко распространенных времяпрепровождений "У меня тоже" часто является вариантом "Подумайте, какой ужас!", "Почему бы им не" (сделать что-нибудь в этой связи) — любимое времяпрепровождение домохозяек, не стремящихся к эмансипации. "А мы тогда" (сделаем то-то) — времяпрепровождение на уровне Ребенок — Ребенок. "Что бы такое отмочить" — времяпрепровождение для несовершеннолетних преступников или слишком весело настроенных взрослых.

## Игры.

### 1. Определение.

*Игрой* мы называем серию следующих друг за другом скрытых дополнительных транзакций с четко определенным и предсказуемым исходом. Она представляет собой повторяющийся набор

---

<sup>9</sup> Юнг, Карл Густав (1875-1961) — швейцарский психолог и психиатр, последователь психоанализа, один из ближайших сотрудников Фрейда. В дальнейшем их научные пути разошлись.

порой однообразных трансакций, внешне выглядящих вполне правдоподобно, но обладающих скрытой мотивацией; короче говоря, это серия ходов, содержащих ловушку, какой-то подвох. Игры отличаются от процедур, ритуалов и времяпрепровождения, на наш взгляд, двумя основными характеристиками: 1) скрытыми мотивами; 2) наличием выигрыша. Процедуры бывают успешными, ритуалы — эффективными, а времяпрепровождение — выгодным. Но все они по своей сути чистосердечны (не содержат "задней мысли"). Они могут содержать элемент соревнования, но не конфликта, а их исход может быть неожиданным, но никогда — драматичным. Игры, напротив, могут быть нечестными и нередко характеризуются драматичным, а не просто захватывающим исходом.

Нам необходимо разграничить игры с ранее не обсуждавшимся типом социального действия, а именно с операцией. Операцией мы называем простую трансакцию или набор трансакций, предпринятых с некоторой заранее сформулированной целью. Например, если человек честно просит, чтобы его утешили, и получает утешение, то это операция. Если кто-либо просит, чтобы его утешили, и, получив утешение, каким-то образом обращает его против утешителя, то это игра. Следовательно, внешне игра выглядит как набор операций. Если же в результате игры один из участников получает "вознаграждение", то становится ясно, что в ряде случаев операции следует считать маневрами, а просьбы — неискренними, так как они были лишь ходами в игре.

Например, в игре "Страхование", о чем бы страховой агент ни вел разговор, если он настоящий игрок, он ищет клиента или "обрабатывает" его. Единственная его цель — заполучить "добычу". То же самое относится к играм "Недвижимое имущество" и другим подобного типа. Поэтому когда коммерсант на званом вечере вместе с другими гостями участвует в тех или иных времяпрепровождениях, например в "Доходах и расходах", то за его дружеским поведением фактически может скрываться целый ряд умелых маневров, цель которых — добыть интересующую его информацию. В США существуют десятки профессиональных журналов, обучающих искусству коммерческих маневров. Они рассказывают о выдающихся играх и игроках (коммерсантах, заключивших исключительно удачные сделки). С точки зрения трансакционного анализа такие издания ничем не отличаются от известных спортивных журналов.

Однако предметом нашего исследования являются бессознательные игры, в которые играют неискушенные люди. Не отдавая себе в этом отчета, они порождают в процессе игры двойные трансакции. Именно такие игры во всем мире образуют важнейший аспект общественных взаимоотношений. Благодаря их динамической природе игры нетрудно отличить от статических установок, являющихся чаще всего результатом жизненной позиции.

Не следует заблуждаться относительно значения слова "игра". Как мы уже говорили, игра совсем необязательно предполагает удовольствие или веселье. Например, коммивояжеры совсем не считают свою работу забавной, как это прекрасно показал Артур Миллер в пьесе "Смерть коммивояжера"<sup>10</sup>. Многие игры весьма серьезны. Так же как сегодня спортсмены всерьез играют в футбол, так и большинство игроков нельзя обвинить в отсутствии серьезного отношения к играм.

То же самое относится и к словам "играть" и "игрок". Это могут подтвердить игроки в покер, а также те, кто долго играл на бирже. Этнографы, представители других наук знают о том, какой серьезный характер могут приобретать игры. Одна из самых сложных когда-либо существовавших игр — "Придворный", превосходно описана Стендалем в "Пармской обители". Эта игра отличалась убийственной серьезностью.

Наиболее зловещей игрой является, конечно, война.

## 2. Типичная игра.

Проиллюстрируем основные черты игр на примере одной игры, наиболее распространенной среди супругов, которую можно назвать "Если бы не ты".

...Миссис Уайт жаловалась на то, что ее муж всегда очень строго ограничивал ее светскую жизнь, поэтому она так и не научилась танцевать. После того как она прошла курс лечения у психотерапевта, что повлияло на ее установку, ее муж стал чувствовать себя менее уверенно и стал больше ей разрешать. Миссис Уайт могла теперь расширить поле своей деятельности и записалась на уроки танцев. И вдруг она обнаружила, к своему ужасу, что смертельно боится танцевать на глазах у людей, и ей пришлось отказаться от своей затеи.

Это неприятное происшествие, так же как и целый ряд ему подобных, пролило свет на некоторые особенности брака миссис Уайт. Из всех своих поклонников она выбрала в мужья самого деспотичного претендента. Это в дальнейшем дало ей возможность сетовать на то, что она

---

<sup>10</sup> Миллер, Артур (р. 1915) — американский драматург. Трагедия "Смерть коммивояжера" (1949) о крахе успеха как мечты, веры и моральной нормы "маленького человека".

могла бы заниматься различными делами, "если бы не он". У многих ее подруг мужа тоже были деспотичными, так что, собираясь за чашечкой кофе, они подолгу играли в "Если бы не он".

Однако вопреки ее жалобам выяснилось, что на самом деле муж оказывал ей большую услугу, запрещая делать то, чего она сама очень боялась. Более того, он фактически даже не давал ей возможности догадаться о своем страхе. Это, наверное, и была одна из причин, по которой ее Ребенок весьма прозорливо выбрал такого мужа.

Но этим дело еще не исчерпывалось. Запреты мужа и жалобы жены были причиной частых ссор, что отрицательно сказывалось на их интимной жизни. Муж испытывал при этом чувство вины, поэтому постоянно дарил жене подарки. Он этого не делал бы, если бы все было в порядке. Когда же муж предоставил жене больше свободы, то его подарки стали и дешевле, и реже. Помимо дома и детей, супруги, по существу, имели мало общих интересов, поэтому на этом фоне ссоры были для них серьезным событием, во время которых разговоры супругов выходили за рамки обычного обмена репликами. В целом семейная жизнь миссис Уайт служила подтверждением мысли, которую она всегда высказывала: все мужчины — подлецы и тираны. Впоследствии оказалось, что подобная ее установка была связана с навязчивыми фантазиями многолетней давности, в которых она представляла себя изнасилованной.

Приведенную игру можно проанализировать с разных сторон. Очевидно, что она принадлежит к явлениям из области социальной динамики. Принципиальный факт состоит в том, что, поженившись, мистер и миссис Уайт получили возможность общаться, то есть установили социальный контакт. Благодаря этому их семья стала социальной группой — в отличие, например, от вагона метро, где люди пространственно находятся в контакте, но редко пользуются возможностью социального контакта и поэтому образуют асоциальную группу. Взаимное влияние супругов Уайт на их поведение и реакции составляет социальное действие.

В рамках различных дисциплин социальное действие можно рассматривать со многих точек зрения. Поскольку наши интересы лежат в области психодинамики личности, то наш подход относится к социальной психиатрии. Мы как бы в неявной форме выносим суждение о том, насколько данные игры отвечают понятию "душевное здоровье".

Такой подход несколько отличается от более нейтральных и менее пристрастных подходов социологии и социальной психологии. В отличие от других дисциплин психиатрия оставляет за собой право вмешаться и воскликнуть: "Погодите!" Трансакционный анализ является частью социальной психиатрии, а анализ игр — это специальный раздел трансакционного анализа.

Объект практического анализа игр составляют конкретные случаи, происходящие в конкретных ситуациях. В то же время теоретический анализ игр стремится выделить и обобщить характерные черты различных игр, с тем чтобы их всегда можно было узнать независимо от их сиюминутного вербального наполнения и специфической культурной основы. Например, в теоретическом анализе игры "Если бы не ты" (супружеский вариант) должны быть перечислены ее характерные черты таким образом, чтобы эту игру можно было легко распознать как в новогвинейской деревне, так и в манхэттенском особняке. Причем сделать это можно независимо от того, связана ли игра с брачной церемонией или с тем, откуда взять деньги на удочки для внуков, а также вне зависимости от того, насколько грубо или тонко сделаны ходы в игре в соответствии с допустимым уровнем откровенности между мужем и женой.

Распространенность той или иной игры в данном обществе входит в компетенцию социологии и этнографии. А анализ игр в плане социальной психиатрии осуществляется путем описания игры как таковой независимо от того, насколько часто она встречается. Возможно, такое разграничение не является исчерпывающим. Оно аналогично различию между медицинской статистикой и терапией: первая интересуется тем, насколько широко распространена, например, малярия, а вторая имеет дело с реальными случаями малярии, где бы то ни было — в джунглях или в Манхэттене.

Ниже мы приводим схему, которая, на наш взгляд, оказалась наиболее полезной для теоретического анализа игр. Безусловно, по мере накопления новых знаний эта схема будет улучшаться. Прежде всего необходимо установить, что данная последовательность маневров отвечает критериям игры. Затем собирается как можно больше образчиков этой игры. В коллекции образцов выделяются существенные черты. Некоторые аспекты игры выделяются как особенно важные. Они классифицируются под соответствующими названиями; желательно, чтобы названия были максимально выразительными с точки зрения имеющихся знаний. Сам анализ проводится с позиции Водящего в игре. В нашем случае это миссис Уайт.

**Тезис.** Содержит общее описание игры, в том числе и фактическую последовательность событий (социальный уровень), а также информацию о психологическом фоне, эволюции взаимоотношений, об их существенных чертах (психологический уровень). Мы уже дали такое описание для игры "Если бы не ты". В дальнейшем мы будем сокращенно называть ее ЕНТ.

**Антитезис.** Мы можем лишь предполагать, что некоторая последовательность транзакций является игрой, пока не убедимся в ее существенной значимости для игрока. Для доказательства значимости можно использовать отказ от игры или уменьшение "вознаграждения". В этом случае Водящий предпримет более энергичные попытки, чтобы продолжить игру. Но, столкнувшись с категорическим отказом играть или с ощутимым уменьшением "вознаграждения", он впадает в отчаяние — состояние, отчасти напоминающее депрессию, но отличающееся от нее некоторыми существенными чертами. Это состояние более острое и содержит элементы фрустрации и растерянности, что может выражаться, например, в приступе безутешных рыданий. При успешной терапии такая реакция вскоре может уступить место юмористическому подтруниванию над собой, предполагающему Взрослое понимание: "Ну вот, опять я за старое!"

Следовательно, состояние отчаяния находится в ведении Взрослого, в то время как при депрессии все полномочия принадлежат Ребенку. Состояние, противоположное депрессии, — надежда, воодушевление и живой интерес к окружающему. Состояние, противоположное отчаянию, — смех. Вот почему так приятен терапевтический эффект анализа игр.

Антитезисом ЕНТ является отсутствие запретов. Игра возможна лишь при условии, что муж продолжает что-то запрещать жене. Если вместо привычного "Не смей!" он вдруг ответит "Ради бога!", ее замаскированные страхи выйдут наружу, и жена не сможет больше обвинять во всем мужа, как мы уже наблюдали в случае с миссис Уайт. Чтобы лучше понимать природу игры, необходимо знать ее антитезис и продемонстрировать его эффективность на практике.

**Цель.** Здесь констатируются общие цели игры. Иногда они представляют собой несколько альтернатив. Например, цель ЕНТ можно сформулировать либо как придание себе уверенности ("Не в том дело, что я боюсь, — просто он мне не позволяет"), либо как самооправдание ("Дело не в том, что я не стараюсь, — просто он меня не пускает"). Первая функция (придание уверенности) более очевидна и в большей степени отвечает потребности в безопасности, которую испытывает жена. Поэтому наиболее распространена точка зрения, что цель ЕНТ состоит именно в придании себе уверенности.

**Роли.** Как мы уже говорили выше, состояние Я — это не роль, а феномен (психический). Поэтому мы должны формально разграничивать их. Игры подразделяются на требующие участия двух, трех и более игроков — в зависимости от того, на сколько ролей они рассчитаны. Состояние Я каждого игрока иногда соответствует его роли, а иногда нет.

ЕНТ рассчитана на двух участников, причем предполагает роли мужа-тирана и подавляемой им жены. Жена может играть свою роль либо с позиции благоразумного Взрослого ("Самое разумное, если я буду поступать, как он велит"), либо с позиции капризного Ребенка. Муж-тиран может действовать с позиции Взрослого ("Самое разумное для тебя делать, как я говорю") или соскользнуть на позицию Родителя ("Не вздумай меня не послушаться").

**Иллюстрации.** Очень поучительно попутно изучить детские корни игры, ее прототипы, характерные для раннего возраста. Поэтому, предпринимая формальное описание игры, желательно найти ее детские параллели. Оказывается, дети играют в ЕНТ так же часто, как взрослые, и детский вариант очень похож на взрослый, с той только разницей, что место мужа-тирана занимает реальный родитель.

**Транзакционная парадигма<sup>11</sup>.** Приводится транзакционный анализ типичной ситуации, описывающий социальный и психологический уровни той скрытой транзакции, которая обнажает суть игры. Наиболее драматический вид ЕНТ приобретает на социальном уровне с позиции Родитель — Ребенок.

М-р Уайт: Сиди дома и занимайся хозяйством.

М-с Уайт: Если бы не ты, я могла бы не сидеть дома, а развлекаться.

На психологическом уровне (скрытый семейный договор) игра ведется с позиции Ребенок — Ребенок и выглядит совсем по-другому.

М-р Уайт: Ты всегда должна быть дома, когда я прихожу. Я смертельно боюсь, что меня бросят.

М-с Уайт: Я так и буду вести себя, если ты сможешь мне избегать пугающих меня ситуаций.

Оба эти уровня проиллюстрированы на схеме 7.

**Ходы в игре.** Ход в игре, в общем, соответствует "поглаживанию" в ритуале. Как и в любой игре, по мере накопления опыта игреки становятся искуснее. Ходы, не ведущие к цели, отбрасываются, и каждый ход становится более концентрированным в смысле достижения цели. Многие случаи

<sup>11</sup> Парадигма (гр. *paradeigma* — пример, образец) — система основных научных достижений (теорий, методов), по образцу которых организуется исследовательская практика ученых в данной области знаний в определенный исторический период. Здесь анализ коммуникации дан с точки зрения транзакционного анализа.

"идеальной дружбы" часто основаны на том, что игроки дополняют друг друга очень экономно и к большому взаимному удовлетворению, так что их игры отличаются максимальным выигрышем при минимальной затрате сил. Некоторые промежуточные, предварительные и предупредительные ходы при этом можно опустить, что придает взаимоотношениям красоту и изящество. Усилия, сэкономленные на защитных маневрах, можно потратить на "украшения", к восторгу обоих участников, а часто и наблюдателей.

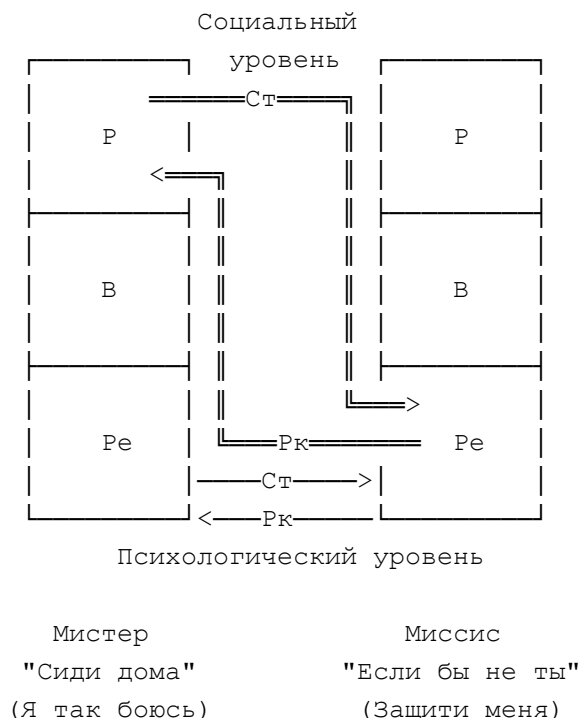


Схема 7. Игра.

Для того чтобы игра состоялась, необходимо какое-то минимальное число ходов, и они могут быть зарегистрированы в протоколе. Конкретные игроки могут "расцветить" ходы или сильно увеличить их число в зависимости от своих нужд, способностей или желаний. Вот основная структура ЕНТ:

- 1) приказ — согласие ("Сиди дома" — "Хорошо");
- 2) приказ — протест ("Сегодня тоже сиди дома" — "Если бы не ты").

"Вознаграждения", полученные в результате игры, в целом состоят в ее стабилизирующем (гомеостатическом) эффекте. Биологически гомеостаз обеспечивается "поглаживаниями", а укрепление жизненной позиции увеличивает психологическую стабильность. Мы уже говорили, что "поглаживание" на самом деле может принимать различные формы, поэтому биологическое "вознаграждение" можно описывать в терминах тактильного (осязательного) контакта. Например, роль мужа в ЕНТ напоминает шлепок тыльной стороной ладони (весьма отличный от шлепка ладонной стороной кисти, что унижительно), а реакция жены — нечто вроде капризного пинка по голени. Таким образом, биологический выигрыш при ЕНТ есть результат обмена воинственно-капризными трансакциями: это довольно мучительный способ поддержания здоровья, но тем не менее довольно эффективный.

Жизненная позиция жены ("Все мужчины — тираны") является реакцией на типичную для состояний фобий потребность сдаться и обнажает четкую структуру игры. Если попытаться дать ее развернутое описание, то получится что-нибудь вроде: "Если я окажусь одна в толпе, соблазн сдаться будет слишком велик; дома же я не сдаюсь, это он меня заставляет, что доказывает: все мужчины — тираны". Поэтому обычно в такую игру играют женщины, для которых типично чувство отрыва от реальности. Это означает, что их Взрослый не в состоянии удерживать контроль над ситуацией при сильном соблазне. Более детальное исследование этого механизма относится уже к области психоанализа, а не анализа игр, для которого основной интерес состоит в конечном результате.

Внутреннее психологическое "вознаграждение" напрямую связано с экономией психической энергии (либидо<sup>12</sup>). В игре ЕНТ социально допустимое подчинение власти мужа защищает жену от приступов невротического страха. В то же время оно удовлетворяет ее мазохистские потребности, если таковые имеются (мы употребляем термин "мазохизм" не в смысле "самоотречения", а в классическом смысле, как состояние сексуального возбуждения, возникающее вследствие депривации, боли или унижения). Иными словами, ситуации депривации и подчинения приводят жену в состояние возбуждения.

Внешнее психологическое "вознаграждение" состоит в уклонении от опасных ситуаций посредством игры. Это особенно очевидно в ЕНТ, где имеется ярко выраженная мотивация: подчиняясь ограничениям со стороны мужа, жена избегает ситуаций, которые вызывают у нее страх.

Смысл внутреннего социального "вознаграждения" содержится в названии игры, под которым она известна в узком кругу. Подчиняясь мужу, жена получает право заявлять: "Если бы не ты". Это помогает ей структурировать время, которое она проводит с мужем. В случае с миссис Уайт потребность в структурировании времени была особенно велика, так как общих интересов у них с мужем не было, особенно в период до рождения детей и после того, как дети выросли. Пока дети росли, супруги играли в ЕНТ реже и менее интенсивно, поскольку дети выполняли свою обычную функцию структурирования родительского времени и, кроме того, обеспечивали семью еще более распространенным вариантом ЕНТ "Загнанная домохозяйка".

Тот факт, что молодые американские матери действительно очень заняты, не влияет на анализ этого варианта игры. Анализ игр стремится лишь беспристрастно ответить на следующий вопрос: при условии, что женщина очень занята, каким образом она сумеет воспользоваться своей занятостью, чтобы получить хоть какую-то компенсацию?

Внешнее социальное "вознаграждение" определяется тем, как данная ситуация используется для внешних социальных контактов. Игра "Если бы не ты" (слова жены мужу) легко трансформируется во времяпрепровождение "Если бы не он", популярное при встречах с подругами за чашкой кофе. Игры влияют и на выбор социальных компаньонов. Когда новую соседку приглашают на чашку кофе, на самом деле ее приглашают поиграть в "Если бы не он". Если она будет хорошим партнером, то вскоре может стать для всех лучшей подругой. Если же она откажется играть и будет настойчиво говорить о своем муже в доброжелательном тоне, долго в компании она не продержится. С ней произойдет то же, что обычно происходит с человеком, который отказывается пить на вечеринках. Постепенно ее вообще перестанут приглашать в эту компанию.

Таким образом, мы подошли к концу анализа формальных характеристик ЕНТ. Чтобы лучше уяснить процедуру анализа, мы предлагаем читателю обратиться к приведенному в настоящей книге анализу игры "Почему бы вам не ...? — Да, но" (наиболее распространенная игра; она в равной степени популярна на вечеринках, официальных заседаниях и в психотерапевтических группах).

### 3. Генезис игр.

Опираясь на изложенные выше точки зрения, весь процесс воспитания ребенка мы рассматриваем как обучение тому, в какие игры следует играть и как в них играть. Ребенка обучают также процедурам, ритуалам и времяпрепровождениям, отвечающим его положению в конкретной социальной ситуации. Но последнее мы считаем менее важным, чем обучение играм. Знание процедур, ритуалов, времяпрепровождения, умение участвовать в них определяют в основном те возможности, которые будут доступны ребенку, в то время как игры, в которые он научился играть, определяют как он воспользуется предоставленными возможностями; от них зависит и исход ситуаций, в которые он в принципе может быть вовлечен. Любимые игры, будучи элементами его жизненного сценария, в конечном итоге определяют его судьбу, например "вознаграждения", полученные в результате брака или деловой карьеры и даже обстоятельства его смерти.

Добросовестные родители уделяют большое внимание обучению детей процедурам, ритуалам и времяпрепровождениям, принятым в их кругу. В последующие годы они столь же тщательно выбирают школу, колледж, обучение в которых будет следовать уже заданному курсу. Однако при этом родители практически не обращают внимания на проблему игр, которые образуют основную структуру эмоциональной динамики внутрисемейных взаимоотношений и которым дети обучаются с самых первых месяцев жизни на основе собственных значимых переживаний. Такого рода

---

<sup>12</sup> Либидо (лат. libido — стремление) — одно из центральных понятий фрейдизма, обозначающее глубинную, бессознательную психическую энергию индивида, коренящуюся в сексуальном инстинкте.

вопросы обсуждаются уже много веков, однако это обсуждение носит довольно общий и несистематический характер.

В современной психиатрической литературе были сделаны попытки подойти к этим вопросам более методично, но без концепции игр мы вряд ли сможем придать исследованиям достаточно последовательный характер. Теориям, исходящим из внутренней индивидуальной психодинамики, до сих пор не удавалось удовлетворительно решить проблемы человеческих взаимоотношений. Описание транзакционных ситуаций требует привлечения теории социальной динамики, которую нельзя целиком вывести из анализа индивидуальной мотивации.

Поскольку мы не располагаем большим числом хорошо обученных детских психологов и психотерапевтов, одновременно владеющих и анализом игр, наши данные о происхождении игр пока весьма скудны. Хочется рассказать об одном эпизоде, который произошел в присутствии квалифицированного психотерапевта.

...У семилетнего Тэнджи за обедом разболелся живот, и он попросил разрешения выйти из-за стола. Родители предложили ему прилечь. Тогда его трехлетний брат Майк заявил: "У меня тоже болит живот" — с очевидным намерением вызвать ту же реакцию. Отец несколько секунд смотрел на него, а потом спросил. "Ты же не собираешься играть в эту игру?" Майк расхохотался и ответил "Нет".

Если бы дело происходило в доме, обитатели которого озабочены проблемами еды и пищеварения, встревоженные родители отправили бы в постель и Майка. Если подобная ситуация повторилась бы несколько раз, то можно было бы ожидать, что эта игра станет частью характера Майка. Это нередко и происходит, если родители подыгрывают ребенку. Каждый раз, испытывая ревность к своему брату-сопернику из-за предоставленной тому привилегии, младший брат объявлял бы себя больным, чтобы тоже получать какие-то привилегии. Скрытая транзакция в этом случае быта бы следующей (социальный уровень) "Я неважно себя чувствую" — (психологический уровень) "Я тоже хочу получить какую-нибудь привилегию". Однако Майк был спасен от карьеры ипохондрика. Конечно, может случиться, что он станет кем-нибудь и похуже, но мы в данном случае обсуждаем другой вопрос, а именно игра была прервана в зародыше вопросом отца, и ребенок честно признал, что намеревался начать именно эту игру.

Приведенный пример показывает, что маленькие дети могут играть в игры вполне намеренно. Уже после того, как игры превратятся в фиксированную последовательность стимулов и реакций, их происхождение становится неразличимым за дымкой времени, а скрытые мотивации заволакиваются социальным туманом. И только при помощи соответствующих процедур их можно снова вывести на уровень осознания происхождения — с помощью методов аналитической терапии, а скрытые мотивы — с помощью антитезиса.

Многочисленные клинические наблюдения показывают, что игры по своей природе имитативны и первоначально возникают как результат деятельности Взрослого в ребенке (неопсихический аспект личности). Если во взрослом игроке удастся активизировать Ребенка, то этот компонент личности (Взрослый внутри Ребенка) обнаруживает такой удивительный психологический талант и такое завидное умение манипулировать людьми, что психиатры заслуженно прозвали его Профессором. Во многих психотерапевтических группах, использующих в основном методику анализа игр, одна из процедур состоит в поиске маленького Профессора внутри каждого участника. Причем все присутствующие обычно как зачарованные слушают рассказ о его младенческих (в возрасте от двух до восьми лет) авантюрах, состоящих в изобретении игр. И если эти игры не кончались трагически, то умело рассказанные истории вызывают у слушателей восторг, а часто и бурное веселье.

Иногда и сам пациент не может скрыть вполне оправданного восхищения своей ловкостью. И если он достиг этого этапа, то, значит, есть надежда, что человек вскоре будет в состоянии отказаться от злополучных поведенческих схем, без которых жизнь его станет гораздо лучше. Именно по этой причине, давая формальное описание той или иной игры, мы всегда стремимся рассмотреть ее младенческий или детский прототип.

#### **4. Функции игры.**

Повседневная жизнь предоставляет очень мало возможностей для человеческой близости. Кроме того, многие формы близости (особенно интенсивной) для большинства людей психологически неприемлемы. Поэтому в социальной жизни весьма значительную часть составляют игры. Вопрос только в том, играет ли человек именно в те игры, которые для него максимально благоприятны?

Существенная особенность игры — это ее кульминация, выигрыш. Предварительные ходы делаются именно для того, чтобы подготовить ситуацию, обеспечивающую выигрыш, однако при

этом ходы планируются с таким расчетом, чтобы каждый следующий шаг в качестве побочного продукта тоже приносил максимально возможное удовлетворение.

Например, в игре "Гость-растяпа" (неуклюжая выходка, а потом извинение) выигрыш, равно как и цель игры, состоит в том, чтобы извинениями вынудить партнера простить Растяпу. Пролитый кофе или мебель, прожженная сигаретой, будут лишь ступеньками, ведущими к этой цели, но и каждый из этих проступков сам по себе приносит удовлетворение игроку. Тем не менее переживание, полученное от пролитого кофе, не делает это происшествие игрой. Решающим стимулом, ведущим к развязке, будет извинение. В противном случае это всего лишь деструктивная процедура, проступок, хотя и он вполне может приносить некоторое удовлетворение.

То же самое можно наблюдать в игре "Алкоголик": каковы бы ни были психологические корни пьянства (если таковые вообще имеются), в терминах анализа игры выпивка — это просто ход в игре с окружающими. Выпивка может доставлять удовольствие и сама по себе, но суть игры не в этом, что прекрасно показывает вариант игры — "Непьющий алкоголик"; она происходит по тем же правилам и приводит к тому же выигрышу, что и основной вариант игры, но без всяких бутылок.

Одна из функций игр — удовлетворительное структурирование времени; кроме того, многие игры совершенно необходимы некоторым людям для поддержания душевного здоровья. У этих людей психическое равновесие столь неустойчиво, а жизненные позиции столь шатки, что стоит лишить их возможности играть, как они впадут в безысходное отчаяние. Иногда это состояние может даже послужить причиной психоза. Такие люди яростно сопротивляются любым попыткам проведения антитезиса. Подобные ситуации можно часто наблюдать в супружеских взаимоотношениях, когда улучшение психического состояния одного из супругов (например, отказ от деструктивных игр) влечет за собой быстрое ухудшение состояния другого супруга, для которого игры были важнейшим средством поддержания равновесия. Поэтому при анализе игр необходимо соблюдать известную осторожность.

К счастью, свободная от игр человеческая близость, которая по сути есть и должна быть самой совершенной формой человеческих взаимоотношений, приносит такое ни с чем не сравнимое удовольствие, что даже люди с неустойчивым равновесием могут вполне безопасно и даже с радостью отказаться от игр, если им посчастливилось найти партнера для таких взаимоотношений.

В более широком плане игры являются неотъемлемой и динамичной частью неосознаваемого плана жизни или сценария каждого человека; они заполняют время ожидания развязки сценария и в то же время приближают ее. Сценарий должен закончиться чудом или катастрофой; это зависит от того, конструктивен он или деструктивен. Соответственно игры тоже подразделяются на конструктивные и деструктивные. Говоря обыденным языком, те, чьи сценарии ориентированы на "счастливый приход Санта Клауса" скорее всего будут хорошими партнерами в играх типа "Ах, вы необыкновенный человек, мистер Мергитройд"<sup>13</sup>. Те же, кто в соответствии со своими трагическими сценариями обязательно ждет, когда "распространится rigor mortis"<sup>14</sup>, будут играть в неприятные игры типа "Ну что, попался, негодяй!".

Хотелось бы отметить, что разговорные выражения вроде тех, которые мы употребили в предыдущем абзаце, являются неотъемлемой принадлежностью анализа игр. Их часто употребляют во время сеансов транзакционной терапии в группах и на семинарах. В дальнейшем мы подробнее остановимся на разговорных выражениях, поскольку их роль весьма существенна для анализа игр.

## 5. Классификация игр.

Мы уже упоминали выше, что большинство переменных, исходя из которых мы анализируем игры и времяпрепровождения, могут служить основой для их систематической классификации. Некоторые более очевидные типы классификации базируются на следующих факторах<sup>15</sup>:

1. Число игроков: игры для двоих участников ("Фригидная женщина"), для троих участников ("А ну-ка, подеритесь"), для пятерых участников ("Алкоголик"), для многих игроков ("Почему бы вам не... — Да, но").

2. Используемый материал: слова ("Психиатрия"), деньги ("Должник"), части тела ("Мне необходима операция").

<sup>13</sup> Персонаж многих комиксов.

<sup>14</sup> Rigor mortis (лат.) — смертное оцепенение.

<sup>15</sup> В скобках даны названия игр. Анализ многих из них приводится во второй части настоящей книги.



3. Клинические типы: истерический ("Динамо"), с синдромом навязчивости ("Гость-растяпа"), паранойяльный ("Ну почему такое случается именно со мной?"), депрессивный ("Опять я за старое!").

4. Психодинамические характеристики: контрфобические ("Если бы не ты"), проецирующие ("Родительский комитет"), интроецирующие ("Психиатрия").

5. Классификация по инстинктивным влечениям: мазохистские ("Если бы не ты"), садистские ("Гость-растяпа"), фетишистские ("Фригидный мужчина").

Кроме классификации по числу участников, можно рассмотреть еще три количественные характеристики.

1. Гибкость. В некоторые игры (например, "Должник" или "Мне необходима операция") можно играть, используя только один материал; другие игры в этом смысле более гибки.

2. Цепкость. Одни люди легко отказываются от своих игр, другие более упорны.

3. Интенсивность. Одни люди играют с прохладцей, другие — более напряженно и агрессивно. Соответственно игры называются легкими и серьезными.

В зависимости от трех последних характеристик игры подразделяются на тихие и буйные. У психически неуравновешенных людей игры могут иметь несколько стадий. Параноидный шизофреник на первой стадии может начать с гибкой, легкой разновидности "Подумайте, какой ужас!" (причем будет готов бросить ее в любую минуту) и постепенно дойти на третьей стадии до жесткой и цепкой игры в полную силу. Различаются следующие степени игры: а) игра первой степени — социально приемлемая в данном кругу; б) игра второй степени — такая игра не грозит непоправимым ущербом, однако игроки предпочитают скрывать ее от посторонних; в) игра третьей степени ведется до последней "точки" и может закончиться в операционной, в зале суда или в морге.

Кроме того, игры можно классифицировать на основе ряда других факторов (мы перечисляли их при анализе ЕНТ): цели игры, роли, наиболее очевидные "вознаграждения". Мы пользуемся классификацией на основе только социологических факторов. Именно на нее мы и будем опираться в последующих разделах.

## Часть 2. Тезаурус<sup>16</sup> игр.

### Введение.

Мы предлагаем читателю коллекцию игр, которая продолжает пополняться. Иногда, тщательно изучив какой-то конкретный пример, который показался вариантом уже известной игры, мы приходим к выводу, что это совсем новая игра. Иногда, напротив, игра, показавшаяся нам новой, оказывается лишь вариантом старой. По мере накопления информации мы вносим изменения и в методы анализа.

Некоторые игры обсуждаются и подробно анализируются. Другие, менее распространенные или требующие дальнейшего изучения, мы лишь упоминаем. Водящий обычно называется Уайт, а его партнер — Блэк<sup>17</sup>.

Игры разбиты на группы в соответствии с ситуациями, в которых они чаще всего встречаются, например "Игры на всю жизнь", "Супружеские игры", "Игры в компаниях, на вечеринках", "Сексуальные игры" и "Игры преступного мира". Затем следует раздел специально для профессионалов: "Игры на приеме у психотерапевта" — и, наконец, несколько "Хороших игр".

### Обозначения.

При анализе игр будут использованы следующие обозначения.

**Название.** Если игра имеет длинное название, мы будем употреблять его аббревиатуру. При устном обсуждении лучше использовать полное название игры.

**Тезис.** Мы пытаемся сформулировать его как можно более убедительно.

<sup>16</sup> Тезаурус (гр. Thesaurus — запас) — полный систематизированный набор терминов в какой-либо области знаний.

<sup>17</sup> От англ. White (белый) и Black (черный).

**Цель.** Автор пытается, исходя из своего опыта, сделать наиболее значимый и осмысленный выбор из возможных целей.

**Роли.** Вначале дается роль Водящего, с чьей точки зрения обсуждается вся игра.

**Иллюстрации:** 1) мы приводим пример игры в том виде, в каком в нее играют в детстве, причем стараемся найти такой ее прототип, который был бы максимально легко узнаваем; 2) дается пример из взрослой жизни.

**Парадигма.** По возможности кратчайшим способом описываются критические трансакции на социальном и психологическом уровнях.

**Ходы.** Описывают минимальное встречающееся на практике число трансакционных стимулов и реакций. В различных ситуациях эти ходы могут дополняться, перемежаться с необязательными или "украшаться" до бесконечности.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — делается попытка установить, каким образом игра увеличивает внутреннюю психическую стабильность; 2) внешнее психологическое — мы пытаемся установить, каких тревожных ситуаций или какой близости избегает Водящий; 3) внутреннее социальное — здесь мы приводим типичную фразу, употребляемую при игре с близкими людьми; 4) внешнее социальное — приводится ключевая фраза, произносимая в менее интимном кругу в игре или времяпрепровождении, производном от данной игры; 5) биологическое — мы пытаемся определить, какой вид "поглаживаний" данная игра предлагает ее участникам; 6) экзистенциальное — описывается жизненная позиция, исходя из которой игроки участвуют в данной игре.

**Родственные игры.** Приводится список родственных игр, а также игр, дополнительных к данной или содержащих антитезис к ней.

Адекватно понять игру можно только в психотерапевтической ситуации. Причем к психотерапевту гораздо чаще приходят люди, играющие в деструктивные, а не в конструктивные игры. Поэтому лучше исследованы именно деструктивные игры, но читатель не должен забывать, что существуют и конструктивные игры — в них играют более благополучные люди. Чтобы уберечь понятие игры от вульгаризации (этой судьбы не избежали многие психиатрические термины), мы хотим еще раз подчеркнуть, что оно имеет весьма четкие границы; исходя из приведенных выше критериев, следует отчетливо разграничить, с одной стороны, Игры, а с другой — процедуры, ритуалы, времяпрепровождения, операции, маневры и установки, возникающие на основе различных жизненных позиций. Игра проводится с определенной жизненной позиции, но ни позиция, ни соответствующая ей установка игрой не являются.

### **Разговорные фразы и выражения.**

Многие разговорные выражения, которые используются в книге, мы услышали от пациентов. Участники игр прекрасно понимают и воспринимают их и даже получают от них удовольствие — при условии, конечно, что они используются вовремя и к месту. Если некоторые из этих выражений и кажутся непочтительными, то ведь понятно, что их иронический заряд направлен против самой игры, а не против ее участников. Первое требование к такого рода выражениям — уместность, и если иногда они и звучат забавно, то именно потому, что попадают "в точку".

В академических целях можно излагать психологические истины научным языком, но эффективное распознавание эмоционального заряда конкретной ситуации может потребовать совсем иного подхода. Поэтому мы предпочитаем назвать игру "Подумайте, какой ужас!" вместо "Вербализация спроецированной анальной агрессии". Первое название не только более динамично и эффективно, но к тому же и более точно.

### **Игры на всю жизнь.**

Все игры при обычных обстоятельствах оказывают на судьбу их участников очень важное, а иногда и решающее влияние. Однако некоторые из игр более успешно, чем другие, превращаются в дело всей жизни человека и чаще затрагивают более или менее причастных и даже непричастных к ним наблюдателей. Мы назовем эту группу "Играми на всю жизнь". В нее мы включили: "Алкоголик", "Должник", "Бейте меня", "Ну что, попался, негодяй", "Посмотри, что я из-за тебя сделал", а также основные варианты этих игр. Они смыкаются с супружескими играми и с играми преступного мира.

## 1. "Алкоголик".

**Тезис.** В анализе игр не существует ни алкоголизма, ни алкоголиков, а есть роль Алкоголика в некоторой игре. Если основной причиной чрезмерного потребления спиртного являются, например, физиологические нарушения, то это относится к ведению врача-терапевта. Объект анализа в предлагаемой нами игре совсем другой те социальные трансакции, которые влечет за собой злоупотребление спиртным. Эту игру мы назвали "Алкоголик".

В полностью развернутом виде эта игра предполагает пять участников, но некоторые роли могут быть совмещены, так что игра может начаться и закончиться при участии всего двух игроков. Центральная роль, роль Водящего, — это сам Алкоголик, которого мы будем называть иногда Уайт. Наиболее важный партнер — Преследователь. Эту роль, как правите, играет представитель противоположного пола, чаще всего супруга (супруг). Третья роль — Спаситель, ее обычно играет лицо того же пола, часто врач, который принимает участие в пациенте и вообще интересуется проблемами алкоголизма. В классической ситуации доктор "успешно излечивает" алкоголика от дурной привычки. После шести месяцев полного воздержания от спиртного доктор и пациент поздравляют друг друга, а на следующий день Уайта находят под забором.

Четвертая роль — Простак. В литературе эта роль обычно принадлежит хозяину закуской или любому другому человеку, который дает Уайту спиртное в кредит или предлагает ему деньги в долг и при этом не преследует его и не пытается спасти. В жизни эту роль может, как это ни странно, играть мать Уайта, которая дает ему деньги и нередко сочувствует ему, потому что его жена, то есть ее невестка, не понимает своего мужа. При таком варианте игры Уайт должен иметь какое-то правдоподобное объяснение на вопрос, зачем ему нужны деньги. И хотя оба партнера прекрасно знают на что он в действительности их потратит, они делают вид, будто верят его объяснению.

Иногда Простак перерастает в другую роль — не самую существенную, но вполне соответствующую ситуации — Подстрекателя, Славного малого, который часто предлагает спиртное Уайту, даже тогда, когда он не просит "Пойдем, выпьем по стаканчику" (скрытая трансакция "И ты еще быстрее покатишься под гору").

Во всех играх, связанных со спиртным, есть еще одна вспомогательная роль, которая принадлежит профессионалу — бармену, буфетчику, то есть человеку, поставляющему Уайту спиртное. В игре "Алкоголик" он — пятый участник, Посредник, основной источник спиртного, который, кроме того, вполне понимает алкоголика и в каком-то смысле является главным человеком в жизни любого наркомана. Разница между Посредником и другими игроками в основном та же, что между профессионалами и любителями во всякой игре. Профессионал знает, когда нужно остановиться. Так, в некоторый момент хороший бармен может отказаться обслуживать Алкоголика, который таким образом теряет источник спиртного, до тех пор пока не найдет более снисходительного Посредника.

На начальных стадиях игры три вспомогательные роли может играть жена. В полночь супруга — Простак. Она раздевает мужа, варит ему кофе и позволяет срывать на себе зло. Утром она становится Преследователем и поносит его за беспутную жизнь. Вечером она превращается в Спасителя и умоляет мужа отказаться от дурных привычек. На более поздних стадиях, иногда в связи с ухудшением физической состоянием, Алкоголик может обходиться без Преследователя и Спасителя, но он терпит их, если они одновременно соглашаются создавать ему жизненно необходимые условия. Уайт может, например, неожиданно пойти в какую-нибудь душевспасительную организацию и даже согласиться "быть спасенным", если там ему дадут бесплатно поесть. Он может выдержать как любительский, так и профессиональный разнос, если надеется после получить подачку.

В соответствии с анализом игр мы считаем, что само по себе потребление спиртного если и доставляет Уайту удовольствие, то лишь попутно. Его главная задача — достижение кульминации, которой является похмелье.

Алкоголик воспринимает похмелье не столько как плохое физическое состояние, сколько как психологическую пытку. Два любимых времяпрепровождения пьющих — "Коктейль" (сколько пили и что с чем смешивали) и "На следующее утро" ("Послушайте, как мне было плохо") В "Коктейль" играют по большей части люди, которые пьют лишь на вечеринках или от случая к случаю. Многие алкоголики предпочитают как следует сыграть в психологически нагруженную игру "На следующее утро".

...Некий пациент (Уайт), приходя на консультацию к психотерапевту после очередной загула, обрушивал на свою голову потоки ругательств; психотерапевт в ответ молчал. Позже, будучи участником психотерапевтической группы, Уайт вспоминал эти визиты и с самодовольной уверенностью приписывал все свои бранные слова психотерапевту. Когда алкоголики в терапевтических целях обсуждают свою ситуацию, их, как правило, интересует не проблема

выпивки как таковой (очевидно, в основном они упоминают о ней из уважения к Преследователю), а последующие мучения. Мы считаем, что транзакционная цель при злоупотреблении спиртным, кроме удовольствия от самой выпивки, состоит еще и в том, чтобы создать ситуацию, в которой Ребенка будет на все лады распекать не только собственный внутренний Родитель, но и любая родительская фигура из непосредственного окружения, принимающая достаточно большое участие в Алкоголике, чтобы пойти ему навстречу и подыграть в его игре. Поэтому и терапию в этой игре надо направлять не на привычку выпивать, а на устранение стремления алкоголика потакать своим слабостям и заниматься самобичеванием, которые наиболее полно проявляются в игре "На следующее утро". К этой категории не относятся, однако, запойные пьяницы, которые морально не страдают после похмелья.

Существует также игра "Непьющий алкоголик", в которой Уайт проходит все стадии финансового падения и социальной деградации, хотя он совсем не пьет. Однако он делает в игре те же ходы и требует того же состава "актеров", которые должны ему подыгрывать. В этой игре основное действие тоже происходит "следующим утром". Сходство между этими играми доказывает, что это действительно игры. Игра "Наркоман" очень похожа на "Алкоголика", но еще более драматична и зловеща. Она развивается быстрее и более впечатляюще. По крайней мере в нашем обществе большая нагрузка в ней приходится на Преследователя (который всегда наготове). Спасители и Простаки в этой игре встречаются крайне редко, зато роль Посредника становится еще важнее.

В США существует множество организаций, принимающих участие в игре "Алкоголик". Многие из них словно проповедают правила игры, объясняют, как надо играть роль Алкоголика: опрокидывайте рюмочку до завтрака, тратьте на выпивку деньги, предназначенные на другие нужды, и т.д. Кроме того, они объясняют функции Спасителя. Например, "Анонимные алкоголики"<sup>18</sup> ведут эту игру, стараясь привлечь алкоголика на роль Спасителя.

Бывшим Алкоголикам отдается предпочтение, потому что они знают правила игры и поэтому лучше умеют подыгрывать другим, чем люди, никогда раньше в эту игру не игравшие. Сообщалось даже о случаях, когда вдруг кончался "запас" Алкоголиков, с которыми нужно было проводить работу, после чего некоторые члены организации снова начинали пить, поскольку у них без контингента погибающих, нуждающихся в помощи, не было другого способа продолжать игру.

Существуют организации, цель которых — улучшить положение других игроков. Некоторые из них оказывают давление на супругу, чтобы заставить ее сменить роль Преследователя на роль Спасителя. Нам кажется, что ближе всего к идеальной терапии подошла организация, которая работает с детьми подросткового возраста, имеющими родителей-алкоголиков. Она стремится помочь ребенку полностью выйти из игры родителей. Смена ролей здесь не подходит.

Психологическое исцеление алкоголика может быть достигнуто, на наш взгляд, только бесповоротным его выходом из игры, а не простой сменой ролей. В некоторых случаях этого удавалось достичь, хотя вряд ли можно найти что-нибудь более интересное для Алкоголика, чем возможность продолжать игру. Замена ролей вынужденным образом может оказаться другой игрой, а не свободными от игр взаимоотношениями.

Так называемые исцеленные алкоголики часто представляют собой не слишком вдохновляющую компанию; они сами скорее всего понимают, что жизнь у них скучная, они постоянно подвергаются соблазну вернуться к старым привычкам. Критерием исцеления от игры, на наш взгляд, является такая ситуация, при которой бывший алкоголик может выпить в обществе без всякого риска для себя.

Из описания игры видно, что у Спасителя чаще всего имеется сильный соблазн играть в свою игру: "Я всего лишь пытаюсь помочь вам", а у Преследователя и Простака — в свою: в первом случае — "Посмотри, что ты со мной сделал", во втором — "Славный малый". После возникновения большого числа организаций, занятых спасением алкоголиков и пропагандирующих мысль, что алкоголизм — это болезнь, многие алкоголики научились играть в "Калеку". Акцент сместился с Преследователя на Спасителя, с установки "Я грешник" на "Что вы хотите от большого человека". Польза от такого сдвига весьма проблематична, так как с практической точки зрения это едва ли помогло уменьшить продажу спиртного запойным пьяницам. Однако для многих людей США "Анонимные алкоголики" все еще представляют один из лучших подступов к тому, чтобы излечиться от потворства своим слабостям.

**Антитезис.** Хорошо известно, что в игру "Алкоголик" играют всерьез и бросить ее трудно. В одной из психотерапевтических групп была женщина-алкоголик, которая сначала почти не принимала участия в деятельности группы, пока, на ее взгляд, она не познакомилась с членами

---

<sup>18</sup> "Анонимные алкоголики" — организация, получившая распространение в США и многих других странах мира.

группы достаточно близко, чтобы выступить со своей игрой. Она попросила сказать ей, что о ней думают члены группы. Поскольку до сих пор поведение ее было вполне приятным, то большинство высказалось о ней в благожелательном тоне. Но женщина стала протестовать: "Я совсем не этого хочу. Я хочу знать, что вы на самом деле обо мне думаете". Из ее слов было ясно, что она напрашивается на порочащие ее замечания. После того как другие члены группы отказались выступать в роли Преследователя, она пошла домой и сказала мужу: если она выпьет еще хотя бы один раз, то он может разводиться с ней или пусть отправляет ее в больницу. Муж обещал сделать так, как она просит. В тот же вечер эта женщина напилась, и муж отправил ее в больницу.

В приведенном примере пациенты отказались выступать в роли Преследователей, а именно этого ждала от них женщина. Она не смогла вынести подобное антитезисное поведение членов группы, несмотря на то, что все окружающие старались подкрепить то минимальное понимание ситуации, которого ей удалось достичь. А дома она смогла найти человека, охотно играющего необходимую ей роль.

Тем не менее в других случаях бывает вполне возможно так подготовить пациента, что он все же сумеет бросить игру. Психотерапевт может попытаться применить лечение, в процессе которого он откажется брать на себя роль Преследователя или Спасителя. Мы считаем, что с терапевтической точки зрения будет столь же неправильно, если он возьмет на себя роль Простака и разрешит пациенту пренебречь финансовыми обязательствами или простой пунктуальностью. Трансакционно правильная терапевтическая процедура состоит в следующем: после тщательной подготовительной работы психотерапевту советуем занять позицию Взрослого, заключившего договор с пациентом, и отказаться играть какие-либо другие роли в надежде на то, что пациент сможет соблюсти воздержание не только от спиртного, но и от игры. Если же пациенту это не удастся, то рекомендуем направить его к Спасителю.

Применять антитезис особенно трудно, так как почти во всех западных странах запойный пьяница часто является для благотворительных организаций долгожданным объектом порицания, тревоги или щедрости. Поэтому человек, вдруг отказавшийся играть какую-либо из ролей игры "Алкоголик", скорее всего вызовет общественное негодование. Разумный подход может представлять даже большую угрозу для Спасителей, чем для Алкоголиков, что иногда плохо влияет на процесс лечения.

Однажды в одной нашей клинике группа психотерапевтов, серьезно занимавшаяся игрой "Алкоголик", пыталась вылечить пациентов, разрушив их игру. Как только стратегия психотерапевтов стала очевидной, благотворительный комитет, субсидировавший клинику, постарался изгнать всю группу и в дальнейшем при лечении этих пациентов не обратился ни к одному из ее членов за помощью.

**Родственные игры.** В игре "Алкоголик" есть интересный эпизод: "Выпьем по рюмочке". Нам указал на него один наблюдательный студент, специализирующийся в промышленной психиатрии. Уайт и его жена (непьющий Преследователь) отправляются на пикник вместе с Блэком (партнером) и его женой (оба — Простаки). Уайт угощает Блэков: "Выпьем по рюмочке!" Если они соглашались, то это дает Уайту свободу выпить еще четыре-пять рюмок. Отказ Блэков выпить делает игру Уайта очевидной. В этом случае, по законам совместной выпивки, Уайт должен почувствовать себя оскорбленным, и на следующий пикник от подыщет себе уже более сговорчивых компаньонов. То, что на социальном уровне кажется щедростью Взрослого, на психологическом уровне является просто дерзостью, поскольку Уайт путем открытого подкупа добивается от Блэка Родительской подачи под самым носом миссис Уайт, которая бессильна воспротивиться этому. На самом-то деле миссис Уайт соглашается на такое мероприятие, делая вид, будто "бессильна" воспротивиться мужу. Ведь ей так же хочется, чтобы игра продолжалась, и она играла бы роль Преследователя, как этого хочется и мистеру Уайту (с той только разницей, что он хочет продолжать играть роль Алкоголика). Легко представить себе ее упреки мужу на следующее утро после пикника. Этот вариант игры чреват осложнениями, особенно, если Уайт — начальник Блэка по службе. Вообще-то говоря. Простаки не так уж и просты. Часто это одинокие люди, которые могут многое выиграть от хорошего отношения к алкоголикам. Например, хозяин закусочной, играющий роль Славного малого, расширяет таким образом круг своих знакомств; к тому же в своей компании он может приобрести репутацию не только щедрого человека, но и прекрасного рассказчика.

Один из вариантов Славного малого появляется, например, тогда, когда человек просит у всех совета, ищет возможности, как лучше всего кому-то помочь. Это пример хорошей, конструктивной игры, которую следует всячески поощрять. Противоположность этой игры — роль Крутого парня, в которой человек ищет способы как можно сильнее причинить людям боль и ущерб. И хотя, возможно, он никого и никогда не увечит, но окружающие начинают ассоциировать его с такими "крепкими парнями", которые "играют до конца". А он греется в лучах этой славы. Французы называют такой экземпляр *fanfarone de vice* (фанфароном зла).

## **Анализ**

**Тезис:** "Ну и гадов же я был! Посмотрим, сможете ли вы меня остановить".

**Цель:** самобичевание.

**Роли:** Алкоголик, Преследователь, Спаситель, Простак, Посредник.

**Иллюстрации:** "Посмотрим, поймаешь ли ты меня". Прототипы этой игры обнаружить довольно трудно из-за ее сложности. Однако дети, особенно дети алкоголиков, часто проделывают маневры, типичные для Алкоголиков. Играя в "Посмотрим, поймаешь ли ты меня", дети лгут, прячут вещи, напрашиваются на порочащие их замечания или ищут людей, готовых им помочь. Они находят, например, благожелательного соседа, который раздает подачки, и т. д. Самобичевание при этом как бы откладывается на более поздний возраст.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый: "Скажите мне, что вы обо мне думаете на самом деле, или помогите мне бросить пить"; Взрослый: "Буду с вами откровенен".

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок; Ребенок: "Посмотрим, сможешь ли ты меня остановить"; Родитель: "Ты должен бросить пить, потому что..."

**Ходы:** 1) провокация — обвинение или прощение; 2) потворство своим желаниям — гнев или разочарование.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — а) выпивка как процедура — бунт, утешение, удовлетворение желания; б) "Алкоголик" как игра — самобичевание;

2) внешнее психологическое — избегание сексуальной и других форм близости;

3) внутреннее социальное — "Посмотрим, сможешь ли ты меня остановить";

4) внешнее социальное — времяпрепровождения "На следующее утро", "Коктейль" и т. д.;

5) биологическое — попеременный обмен выражениями любви и гнева;

6) экзистенциальное — "Все меня хотят обидеть".

## **2. "Должник".**

**Тезис.** "Должник" — это не просто игра, это нечто большее. В Америке игра "Должник" для многих людей становится сценарием, планом на всю жизнь. Впрочем, то же самое происходит, например, в джунглях Африки, где родственники юноши покупают ему за огромную цену невесту и он на многие годы становится их должником.

В США, в наиболее цивилизованных районах, господствует, по существу, такой же обычай, только вместо невесты чаще всего новобрачным покупается дом. Если необходимую сумму не дают родственники, то на этот случай существует банк.

Таким образом, и африканский юноша с болтающимся в ухе амулетом на счастье, и американский с каким-нибудь подобным амулетом — оба молодых человека вдруг могут почувствовать, что в их жизни появилась "цель". Большой праздник — свадьба или новоселье — происходит ведь не тогда, когда долг выплачен, а в момент займа. Например, по телевизору чаще всего рекламируют не мужчину средних лет, который наконец-то выкупил закладную, а человека молодого, въезжающего в новый дом со своей семьей и гордо размахивающего только что подписанными бумагами, которые свяжут его по рукам и ногам на все годы наибольшего расцвета его жизни. А после того, как все его долги — закладная, страховка, обучение детей в колледже — будут выплачены, он начинает представлять собой "проблему": "почтенный гражданин", которому общество должно обеспечить не только материальный комфорт, но и новую "цель". Если этот человек практичен и расчетлив, то он может превратиться из великого должника в великого кредитора, но такое в США случается сравнительно редко.

Пока я пишу эти строки, на подоконник вползает мокрица. Если перевернуть ее на спинку, она приложит отчаянные усилия, чтобы снова очутиться на ногах. И все это время у нее будет "цель". Но вот ей удалось перевернуться, и мы словно видим победное выражение ее "лица"! Она уползает, а я пытаюсь представить себе, как могла бы она на ближайшем сборище мокриц рассказать свою историю и молодые мокрицы смотрели бы на нее с восхищением, как на насекомое, которое добилось своего в жизни. И в то же время к ее самодовольству примешивается оттенок разочарования. Теперь, когда ей удалось всего достичь, жизнь кажется бесцельной. Может быть, она еще вернется назад в надежде повторить сей подвиг. Надо бы пометить ее спинку чернилами, чтобы можно было ее узнать если она вдруг рискнет вернуться. Невольно подумалось: "Отважное насекомое эта мокрица. Неудивительно, что этому виду — несколько миллионов лет".

Тем не менее большинство молодых американцев относятся к своим закладным всерьез только в период стресса. Если у них возникает состояние депрессии или они находятся в неблагоприятной финансовой ситуации, то долговые обязательства могут поддерживать человека,

даже спасти его от некоторых опасных действий, вплоть до таких трагических, как самоубийство. Обычно же молодые американцы лишь слегка поигрывают в "Если бы не долги". И только небольшая их часть играет в полную силу, превращая игру "Должник" в дело всей своей жизни.

В игру "Попробуй получи с меня" (ППСМ) обычно играют молодожены. Эта игра строится таким образом, что игрок "выигрывает" независимо от ее исхода. Так, Уайты (супруги) покупают в кредит всевозможные товары и услуги — дешевые или дорогие, в зависимости от того, из какого они социального круга и как их учили играть родители и дедушки с бабушками. Если после нескольких слабых попыток получить очередной взнос кредитор сдастся, то Уайты могут и дальше пользоваться купленным вполне безнаказанно. В этом смысле они выигрывают. Если же кредитор начинает действовать более энергично, то они получают удовольствие одновременно и от того, что заставляют его погоняться за ними, и от самих покупок. Однако игра начинается всерьез, когда кредитор вознамерится во что бы то ни стало добиться уплаты взноса. Чтобы получить свои деньги, ему придется прибегнуть к крайним мерам, которые включают и элементы принуждения, например кредитор подъезжает к дому Уайтов на ревущем грузовике, кузов которого ярко размазеван большими буквами: "Агентство по сбору взносов".

В этот момент в игре наступает перелом. Уайт понимает, что ему скорее всего придется выкладывать деньги. Однако из-за оттенка принуждения, появившегося в его взаимоотношениях с кредитором (чаще всего он знаменуется "третьим предупреждением" от сборщика взносов: "Если Вы не придете в наше учреждение в течение сорока восьми часов..."), Уайт чувствует себя вправе возмутиться, и переключается на один из вариантов игры: "Ну что, попался, негодяй!" В этом случае он выигрывает, демонстрируя всем, какой алчный и безжалостный человек сборщик взносов, ни одному слову которого нельзя верить.

Два наиболее очевидных "вознаграждения" при этом следующие: 1) выигрыш укрепляет жизненную позицию Уайта, которая является замаскированной формой установки "Все кредиторы — люди алчные"; 2) Уайт сильно выигрывает во внешнем социальном плане, поскольку теперь он может открыто поносить кредитора перед своими друзьями, не боясь потерять собственного статуса Славного малого. Кроме того, он может попытаться в дальнейшем обеспечить себе внутреннее социальное "вознаграждение", войдя в открытый конфликт с кредитором. Помимо всего прочего, это оправдывает его злоупотребление системой кредитных платежей: если все кредиторы таковы, как он убедился, то с какой стати вообще платить взносы кому бы то ни было?

Мелкие землевладельцы иногда участвуют в игре "Кредитор", точнее, в ее разновидности: "Попробуй не заплати мне" (ПНЗМ). Любители играть в ППСМ и ПНЗМ легко узнают друг друга, и поскольку игра сулит им трансакционные "вознаграждения" и азарт погони, то контакт с противником в глубине души доставляет им большое удовольствие. Независимо от того, кому достанутся деньги, оба в конечном счете помогают друг другу подготовить и укрепить свою позицию для игры "Ну почему такое случается именно со мной?".

Различные игры, связанные с деньгами, обычно имеют очень серьезные последствия. И если наше описание таких игр выглядит поверхностным, как утверждают некоторые читатели, то это происходит совсем не потому, что оно касается мелочей, а потому, что оно в основном вскрывает мелочные мотивы, которыми руководствуются люди в весьма серьезных делах.

**Антитезис.** Очевидный антитезис в игре ППСМ — потребовать немедленной уплаты наличными. Однако у хорошего игрока в ППСМ есть способы обойти такое требование, причем эти способы не срабатывают только на совсем уж бесчувственных кредиторах. Антитезис в игре ПНЗМ — честность и своевременная уплата взноса. Поскольку игроки в ППСМ и ПНЗМ — во всех смыслах профессионалы, у любителя, вступившего с ними в игру, шансов выиграть столько же, сколько при игре с профессиональными картежниками. Но хотя любитель выигрывает редко, он по крайней мере может получить удовольствие просто от участия в игре. По традиции в обе эти игры люди играют без тени юмора. И ничто не приводит профессионала в большее замешательство, чем смех, которым его жертва-любитель встречает исход игры. В финансовых кругах такое поведение считается совершенно недопустимым.

### 3. "Бейте меня".

**Тезис.** В этой игре обычно участвуют люди, которые ведут себя так, будто на них написано: "Пожалуйста, не бейте меня". Искушение почти всегда непреодолимо, поэтому после вполне естественного исхода Уайт жалобно восклицает: "Но ведь весь мой вид ясно говорил: "Не бейте меня!" После этого он чаще всего недоуменно добавляет: "Ну почему такое случается именно со мной?" (ПТСМ). С клинической точки зрения игра ПТСМ может интроецироваться и надеть маску стандартного клише из игры "Психиатрия": "Когда я нахожусь в состоянии стресса, я совершенно не в себе". Один из элементов в игре ПТСМ является результатом, который я называю гордостью наизнанку: "Мои несчастья лучше ваших". Эта черта часто наблюдается у паранойяльных личностей.

Если люди из непосредственного окружения Уайта его не "бьют" из-за своей доброты, возможно, из-за установки "Я только пытаюсь помочь вам" или условностей и правил, принятых в данном кругу, то поведение Уайта постепенно становится все более и более провокационным, причем до тех пор, пока он не перейдет все границы и не заставит свое окружение пойти ему навстречу. К этой категории могут относиться некоторые покинутые женщины, а также люди, которых постоянно увольняют с работы.

Соответствующая игра, распространенная среди женщин, называется "Поношенное платье". Эти женщины, часто весьма благовоспитанные, из хороших семей, прилагают максимум усилий, чтобы выглядеть убого и жалко. Они тщательно следят за тем, чтобы по разным "уважительным" причинам их доходы не превышали уровня, едва достаточного для пропитания. Если им вдруг "свалится на голову" наследство, то рядом почти всегда находится предприимчивый молодой человек, который поможет им от него избавиться, подсунув взамен акции какого-нибудь сомнительного предприятия (или что-нибудь в этом же роде). В повседневной жизни очень часто это бывает Мамина подруга, которая всегда готова дать благоразумный Родительский совет, так как она вообще живет жизнью других людей. Такие женщины играют в ПТСМ молча, и только их стоическое поведение словно говорит "Ну почему такое случается именно со мной?"

Интересный вариант этой же игры можно наблюдать у хорошо приспособленных к жизни людей, которым постоянно сопутствует успех, часто превышающий их собственные ожидания. В таких случаях ПТСМ может подвести человека к серьезным, конструктивным размышлениям и даже к развитию его личности в самом лучшем смысле этого слова. Тогда игра может обрести вид "Что хорошего я сделал, чтобы заслужить все это?"

#### **4. "Ну что, попался, негодяй!" (НУПН).**

**Тезис.** Эту ситуацию (НУПН) в ее классическом виде можно наблюдать во время игры в покер. Уайт получает самые лучшие карты, например четыре туза. В этом случае если он любит играть в НУПН, то его куда больше волнует то, что Блэк теперь всецело в его власти, чем предстоящая ему хорошая игра или крупный выигрыш.

...Уайту нужно было установить в своем доме водопроводное оборудование. Прежде чем дать водопроводчику "добро", он тщательно обсудил с ним стоимость всех работ и материалов. Они сговорились о цене, а также о том, что дополнения в счет вноситься больше не будут. Когда водопроводчик оформлял счет, то он включил в него несколько больше денег, так как ему пришлось заменить один лишний клапан: примерно четыре доллара при общей стоимости работ в четыреста долларов. Получив счет, Уайт пришел в ярость. Он позвонил водопроводчику и потребовал объяснений. Водопроводчик не собирался сдаваться. Тогда Уайт написал ему длинное письмо, в котором подвергал критике его честность, этические принципы и отказывался платить по счету, пока не будет снята надбавка. В конце концов водопроводчику пришлось уступить.

Довольно скоро стало ясно, что и Уайт, и водопроводчик играли в какие-то игры. Во время переговоров они оценили, на что каждый из них способен. Водопроводчик, предьявляя счет, сделал провокационный ход. Поскольку он уже раньше связал себя словом, то правда была не на его стороне. А Уайт почувствовал себя вправе дать полную волю своей ярости. Вместо того, чтобы достойно, в соответствии со Взрослыми стандартами, которые он сам себе установил, обсудить всю ситуацию, высказав, может быть, искреннее недоумение, Уайт воспользовался этой возможностью для огульной критики всей жизненной позиции водопроводчика. Внешне их спор, казалось, происходил на уровне Взрослый — Взрослый: вполне законное деловое обсуждение заранее оговоренной суммы. Но на психологическом уровне это были взаимоотношения между Родителем и Ребенком: Уайт воспользовался тривиальным, хотя и социально приемлемым поводом, чтобы дать волю ярости, накопившейся за многие годы, и излить ее на своего оппонента, которого он считал мошенником, то есть Уайт поступил точно так же, как повела бы себя его мать в подобной ситуации. Он быстро распознал установку, лежащую в основе его собственных действий в предложенной игре (НУПН), и понял, что в глубине-то души он был в восторге от провокационного хода водопроводчика. Затем Уайт вспомнил, что с раннего детства он не оставлял без внимания подобные случаи несправедливости, всегда с восторгом, хватался за них и искал от этого максимальную выгоду. В случаях, которые остались у него в памяти, он мог забыть провокационный ход, но зато помнил во всех деталях все последующее "сражение". По всей видимости, водопроводчик в их ситуации играл в разновидность игры "Ну почему такое случается именно со мной?" (ПТСМ).

Игра НУПН рассчитана на двух игроков, и ее следует отличать от игры "Подумайте, какой ужас!" (ПКУ), в которой Водящий стремится обнаружить несправедливость, чтобы пожаловаться третьему лицу; поэтому игра включает трех игроков: Агрессора, Жертву и Доверенное лицо. Девиз этой игры — "Беда никогда не приходит одна". Доверенное лицо обычно играет в ту же игру.



Хотя ПТСМ и рассчитана также на трех игроков, но Водящий в ней пытается установить собственное превосходство по количеству обрушивающихся на него несчастий и с негодованием отвергает попытки других неудачников соперничать с ним.

Игра НУПН имеет также профессиональный коммерческий вариант для трех игроков, а именно шантаж. В более-менее скрытой форме она существует и как супружеская игра только для двух участников.

**Антитезис.** Наилучшим антитезисом будет корректное поведение. Если человек имеет дело с игроком в НУПН, то при первой же возможности ему следует подробнейшим образом оговорить все детали взаимоотношений и в дальнейшем строго их придерживаться. Например, во взаимоотношениях между врачом и пациентом с самого начала необходимо четко оговорить вопрос об оплате, например в случае пропуска или отмены консультации. И особенно надо быть аккуратным в финансовых вопросах. Если возникает непредвиденное осложнение, то антитезисное поведение в таких случаях помогает сдаться элегантно, без всякого спора, пока врач не будет готов заняться самой игрой. В обыденной жизни деловые взаимоотношения с игроками в НУПН всегда представляют собой известный риск. С женами таких людей следует обращаться вежливо и корректно, избегая малейшего флирта, ухаживания или знаков пренебрежения. Особенно это надо учитывать тогда, когда сам муж поощряет подобные действия.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Ну что, попался, негодяй!"

**Цель:** оправдание.

**Роли:** Жертва, Агрессор.

**Иллюстрации:** 1) "На этот раз я тебя поймал"; 2) ревнивый муж.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый: "Посмотрите, вы поступили неправильно"; Взрослый: "Сейчас, когда вы мне на это указали, я и сам это вижу".

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок; Родитель: "Я следил за тобой в надежде, что ты оплошаешь"; Ребенок: "На этот раз ты меня поймал"; Родитель: "Да, и ты почувствуешь всю силу моей ярости".

**Ходы:** 1) провокация — обвинение; 2) защита — обвинение; 3) защита — наказание.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — оправдание ярости; 2) внешнее психологическое — помогает избежать осознания собственных недостатков; 3) внутреннее социальное — НУПН; 4) внешнее социальное — они всегда готовы воспользоваться твоей глупостью; 5) биологическое — обмен воинственными транзакциями, обычно между лицами одного пола; 6) экзистенциальное — никому нельзя доверять.

## **5. "Посмотри, что я из-за тебя сделал" (ПЧЯТС).**

**Тезис.** В своей классической форме это супружеская игра, ей смело можно присудить первый приз по количеству разбитых браков. Однако в нее могут -также играть и родители с детьми и сотрудники на работе.

1. **ПЧЯТС первой степени.** Уайт не желает ни с кем общаться, занимаясь какой-то работой, которая поглощает его целиком и изолирует от других людей. Возможно, что в этот момент он просто хочет, чтобы его оставили в покое. Однако его уединение вдруг нарушает жена или кто-нибудь из детей. Они хотят получить от него "поглаживание" или спросить что-нибудь вроде: "Где плоскогубцы?" В результате этого вторжения Уайт роняет кисть, стамеску паяльник или ударяет не по той клавише пишущей машинки, после чего в бешенстве кричит нарушителю его спокойствия "Посмотри, что я из-за тебя сделал!" Поскольку такие ситуации повторяются из года в год, семья все больше привыкает к такой его реакции и знает: когда он поглощен каким-то делом, то его лучше не трогать. Разумеется, оплошность Уайта вызвана совсем не вторжением другого человека, а его собственным раздражением. Он только рад происшествию, потому что оно позволяет ему выгнать из своей комнаты незваного посетителя. К сожалению, маленькие дети очень легко перенимают эту игру, поэтому она с легкостью передается от поколения к поколению. Удовлетворение и "вознаграждение", которые эта игра приносит людям, бывают тем очевиднее, чем более провокационными методами ведется сама игра.

2. **ПЧЯТС второй степени.** Когда игра ПЧЯТС является не просто защитным механизмом, используемым от случая к случаю, а образом жизни человека, тогда Уайт женится на женщине, которая играет в "Я всего лишь пытаюсь помочь тебе" или в какой-нибудь близкий вариант этой игры. Он с легкостью передоверяет жене решение всех проблем. Часто это происходит под маской тактичности или галантности. Муж может любезно дать право жене выбрать, куда пойти пообедать или какой фильм посмотреть. Если выбор окажется удачным, то он тоже получит удовольствие. В противном случае он может прямо или косвенно упрекнуть жену: "Ты меня в это втянула" (простой

вариант ПЧЯТС). Или, например, супруг может полностью доверить жене вопросы воспитания детей, оставив себе роль простого исполнителя. Если же с детьми возникнут осложнения, то он прибегнет к игре ПЧЯТС в чистом виде. На основе этого фундамента, заложенную еще много лет назад, он сможет обвинить жену во всех неудачах их детей. В этом случае ПЧЯТС — не самоцель, а лишь ход, попутно приносящий мимолетное удовольствие, в таких играх, как "Ну, что я тебе говорил!" или "Посмотри, что ты наделала!".

Профессиональный игрок, который пытается облегчить бремя психологических нагрузок с помощью ПЧЯТС, будет играть в нее и на работе. В этой ситуации слова обычно заменяются страдальческим, обиженным взглядом. А игрок, прикидываясь демократичным или просто разумным администратором, просит своих подчиненных вносить предложения. Для него это способ занять неприступную позицию, с которой он может терроризировать своих подчиненных. Любая его ошибка может быть приписана им и тем самым обращена против них. Если же эта стратегия применяется по отношению к вышестоящим работникам (то есть ошибки приписываются им), то она становится саморазрушительной и может привести к неприятностям, вплоть до увольнения. В этом случае для обидчивых людей это только часть игры "Ну почему такое случается именно со мной?", а для людей, склонных к депрессии, — это часть игры "Опять я за старое" (обе входят в категорию "Бейте меня").

3. *ПЧЯТС третьей степени.* В эту игру всерьез играют в основном параноики, вовлекая в нее достаточно неосторожных людей, которые станут давать им советы ("Я только стараюсь помочь вам"). В этих случаях игра может принимать опасный оборот и даже оказаться фатальной. Игры "Посмотри, что я из-за тебя сделал!" (ПЧЯТС) и "Это ты меня втянула" (ЭТМВ) прекрасно дополняют друг друга, так что их сочетание образует классическую основу для скрытого игрового контракта во многих семьях. Проиллюстрируем этот контракт следующим примером.

...Миссис Уайт по обоюдному согласию с мужем вела семейный бюджет и платила по счетам из их совместного счета в банке, так как мистер Уайт был "не в ладах с цифрами". Раз в несколько месяцев банк уведомлял их о перерасходе, и мистеру Уайту приходилось улаживать этот вопрос. Пытаясь выяснить причину перерасхода, он часто обнаруживал, что миссис Уайт совершила дорогую покупку, не поставив его в известность. Узнав об этом, мистер Уайт в бешенстве разыгрывал ЭТМВ, а его жена в слезах признавала справедливость его упреков и обещала, что больше подобное не повторится. Некоторое время все шло гладко, а затем вдруг появлялся представитель кредитора, чтобы потребовать уплаты по давно просроченному счету.

Мистер Уайт, ничего не зная об этом счете, спрашивал у жены, что все это значит. Тогда она начинала свой раунд ПЧЯТС, утверждая: это он во всем виноват. Поскольку муж запретил ей делать перерасходы, то она могла свести концы с концами, только не заплатив по этому большому счету и скрыв от мужа напоминания кредитора.

Игры между супругами продолжались около десяти лет, причем каждый подобный инцидент завершался заверениями, что он будет последним и отныне все пойдет по-другому. И в самом деле, все шло по другому... несколько месяцев. Во время психотерапевтического сеанса мистер Уайт без всякой помощи со стороны консультанта очень разумно проанализировал свою игру и сам разработал эффективное лечение. Он и жена по взаимной договоренности перевели счет в банке на его имя. Миссис Уайт продолжала вести их семейную бухгалтерию и выписывать чеки, но мистер Уайт первым просматривал счета и контролировал предстоящие платежи. Таким образом ни перерасходы, ни напоминания от кредиторов не могли пройти мимо него и оба супруга принимали участие в решении семейных финансовых проблем. Лишившись удовлетворения и "вознаграждений" от игр ПЧЯТС — ЭТМВ, Уайты сначала были в растерянности, но затем им пришлось найти более конструктивные и честные способы доставлять друг другу удовольствие при общении.

**Антитезис.** Антитезис в ПЧЯТС первой степени — оставить игрока в покое, а в ПЧЯТС второй степени — заставить Уайта самого принимать решение. Игрок первой степени может в результате почувствовать себя всеми покинутым, но вряд ли рассердится; игрок второй степени, если его заставят взять инициативу на себя, может помрачнеть и надуться, так что систематическое применение антитезиса может иметь неприятные последствия. Антитезис в игре ПЧЯТС третьей степени следует доверять только квалифицированному профессионалу.

**Частичный анализ.** Цель этой игры — оправдание своего поведения. Игра легко перенимается детьми. Бросается в глаза внешнее психологическое "вознаграждение" (уход от ответственности); угроза неизбежной близости часто ускоряет ход игры, поскольку "справедливый" гнев представляет собой хороший повод избежать интимных взаимоотношений. Жизненная позиция: "Я ни в чем не виноват".

## Супружеские игры.

В супружеских отношениях, в семейной жизни наблюдается большое разнообразие всевозможных игр. Но некоторые игры, например "Если бы не ты", в жизни многих супругов расцветают особенно пышно. А такие игры, как "Фригидная женщина", могут долго существовать только в условиях юридически зафиксированного брака. Конечно, супружеские игры можно отделить от сексуальных (которые мы рассматриваем отдельно) чисто условно. В число наиболее распространенных игр, достигающих максимального расцвета в супружеской жизни, входят "Тупик", "Судебное разбирательство", "Фригидная женщина", "Загнанная домохозяйка", "Если бы не ты", "Видишь, как я старался", "Дорогая".

### 1. "Тупик".

**Тезис.** Эта игра в большей степени, чем другие игры, подчеркивает манипулятивный характер игр вообще и их функцию барьера на пути к близости. Как это ни парадоксально, она состоит в изворотливом отказе играть в игру, предложенную другим супругом.

1. Миссис Уайт предлагает мужу сходить в кино. Мистер Уайт соглашается.

2. *Первый вариант.* Миссис Уайт, собираясь в кино, "ненамеренно" допускает промах. В разговоре она совершенно естественно упоминает, что дом давно пора заново покрасить. Это недешево, а мистер Уайт совсем недавно говорил ей, что с деньгами у них сейчас туго. Он просил ее не приставать к нему с непредвиденными расходами по крайней мере до начала следующего месяца. Момент для обсуждения вопроса о покраске дома был выбран явно неудачно, и Уайт грубо отвечает жене.

*Второй вариант.* Уайт, собираясь в кино, заводит разговор в таком тоне, что миссис Уайт становится трудно удержаться от соблазна, чтобы не сказать о необходимости покрасить дом. Как и в предыдущем случае, Уайт грубо отвечает жене.

3. Миссис Уайт обижена; она говорит мужу о том, что у него очередной приступ дурного настроения, поэтому она с ним в кино не пойдет: пусть лучше идет один. Он заявляет, что так и сделает.

4. Уайт идет в кино (или гулять с детьми), оставив миссис Уайт дома лелеять свои оскорбленные чувства.

Скрытые механизмы этой игры могут быть следующими:

А. Миссис Уайт прекрасно знает из прошлого, что досаду мужа не следует принимать всерьез. По-настоящему он хочет, чтобы жена показала, как она ценит его тяжелый труд на благо семьи. И тогда они, вполне счастливые, смогут вместе пойти в кино. Но жена отказывается подыгрывать ему, и он чувствует, что его предали. Он уходит, полный обиды и разочарования, а она остается дома с оскорбленным видом, но втайне чувствуя себя победительницей.

Б. Уайт прекрасно знает из прошлого опыта, что обиду жены не следует принимать всерьез. По-настоящему она хочет, чтобы муж приласкал ее и попросил не обижаться. И тогда они, вполне счастливые, смогут вместе пойти в кино. Но он отказывается подыгрывать ей, хотя и чувствует, что поступает нечестно. Он знает: она хочет, чтобы ее ласково уговаривали, но притворяется, что не понимает этого. Он уходит из дому охотно, с чувством облегчения, но при этом выглядит оскорбленным. Жена остается дома, полная обиды и разочарования.

С точки зрения неисклюшенного наблюдателя, позиция победителя в каждом случае безупречна; он (или она) просто поняли партнера буквально. В случае Б, когда Уайт принимает отказ жены идти с ним в кино за чистую монету, это особенно очевидно. Они оба знают, что это неправда, но, как только жена произнесла эти слова, она сразу оказалась в тупике.

Наиболее очевидное "вознаграждение" — внешнее психологическое. Для обоих супругов кино может быть источником сексуальной стимуляции. Они оба ждут после возвращения из кино интимных отношений. Поэтому тот из супругов, кто стремится избежать сексуальной близости, начинает ходом из первого или второго варианта игры. Это один из наиболее невыносимых вариантов игры "Скандал".

Конечно, "оскорбленная" сторона, находясь в состоянии справедливого гнева, вполне оправданно не хочет заниматься любовью, и загнанный в тупик супруг (супруга) окажется в сложном положении.

**Антитезис.** Для миссис Уайт он весьма прост. Все, что от нее требуется, — это передумать, взять мужа под руку и, улыбаясь, отправиться вместе с ним (переход из состояния Я Ребенка в состояние Я Взрослого). У мистера Уайта теперь положение более затруднительное, так как инициатива перешла к жене. Но, оценив всю ситуацию целиком, он, возможно, будет в состоянии

уговорить жену пойти вместе с ним в кино, либо он сумеет успокоить ее, как надувшегося Ребенка, либо, что еще лучше, как Взрослого.

В несколько ином виде "Тупик" является семейной игрой, в которой участвуют и дети. В этой игре в тупик загоняют ребенка: что бы он ни сделал, все оказывается плохо. Г. Бейтсон<sup>19</sup> и его школа полагают, что это состояние может стать важным этиологическим фактором возникновения шизофрении. В терминах нашей теории шизофрения может быть тем антитезисом, который ребенок противопоставляет игре "Тупик". Опыт лечения взрослых шизофреников с помощью анализа игр подтверждает это предположение. Когда соответственно подготовленному пациенту помогают анализировать семейную форму игры "Тупик" и показывают, что к шизофреническому поведению он прибегает с целью противостоять игре, то у больного наступает частичная или полная ремиссия.

Наиболее обычной формы игры "Тупик", в которую играют всей семьей и которая наверняка оказывает влияние на формирование характера детей, чаще всего встречается тогда, когда отец или мать принадлежит к типу Родителей, всюду сующих свой нос. Возможна ситуация "двойного нажима": мальчика или девочку просят как можно больше помогать по дому, но, когда ребенок действительно начинает принимать активное участие в домашних делах, родители постоянно находят недостатки в его работе.

Иногда "Тупик" становится этиологическим фактором астмы.

Маленькая девочка: "Мамочка, ты меня любишь?"

Мать: "А что значит "любишь"?"

Такой ответ не оставляет для ребенка выхода. Девочка хочет поговорить со своей матерью, а мать переводит разговор в сферу философии: маленькой девочке с этой темой не справиться. Она начинает тяжело дышать, мать раздражается, следует приступ астмы, мать извиняется, а "Игра в астму" идет своим чередом. Такой "астматический" вариант "Тупика" нуждается в дальнейшем изучении.

В психотерапевтических группах можно иногда встретить весьма элегантный вариант "Тупика".

*Блэк*: "Ну, как бы то ни было, пока мы молчим, никто в игры не играет".

*Уайт*: "Молчание само по себе может быть игрой".

*Ред*: "Сегодня никто ни в какие игры не играл".

*Уайт*: "Но отказ от игр тоже может быть игрой".

Терапевтический антитезис в этом случае не менее элегантен: логические парадоксы запрещаются. Лишенный возможности прибегнуть к своему обычному маневру, Уайт быстро обнаруживает тревожность, лежащую в основе его поведения.

Тесно связана с игрой "Тупик" еще одна игра — "Пакет с завтраком". Муж, имеющий прекрасную возможность позволить себе в обеденный перерыв сходить в хороший ресторан, тем не менее каждое утро готовит несколько бутербродов и берет их с собой на работу в бумажном пакете. При этом он использует остатки вчерашнего обеда, черствый хлеб, который приберегает для него жена. Таким образом он может полностью контролировать семейный бюджет, потому что какая же жена осмелится купить себе норковый палантин, видя такое самопожертвование. Муж, кроме того, получает и многие другие "вознаграждения", например, привилегию обедать в одиночестве и возможность подогнать работу во время обеденного перерыва. Эта игра во многих отношениях конструктивна, и ее одобрил бы сам Бенджамин Франклин<sup>20</sup>, так как она поощряет такие добродетели, как бережливость, добросовестная работа и пунктуальность.

## 2. "Судебное разбирательство".

**Тезис.** По описанию эта игра относится к классу игр, получающих свое лучшее воплощение в юриспруденции. Сюда относятся "Калека" (обвиняемый оправдывает себя душевной болезнью) и "Должник" (гражданский иск). В клинической практике эта игра чаще всего встречается при консультировании супружеских пар и в психотерапевтических группах, занимающихся супружескими проблемами. При этом игра "Судебное разбирательство" бывает единственной игрой, в которую играют участники группы. Если игра "Судебное разбирательство" никак не помогает разрешить ситуацию, поскольку продолжается бесконечно, то в таких случаях становится совершенно ясно, что консультант сам оказался вовлеченным в игру, причем совсем не подозревая об этом.

<sup>19</sup> Г. Бейтсон — известный современный американский психолог и психиатр.

<sup>20</sup> Франклин, Бенджамин (1706-1790) — американский просветитель, государственный деятель, ученый, один из авторов Декларации независимости США (1776) и Конституции США (1787).

Игра может включать любое число участников, но в основном она предусматривает участие трех игроков: Истца, Ответчика и Судьи. Роли распределяются соответственно между мужем, женой и врачом. Если игра происходит в психотерапевтической группе, по радио или в телевизионной передаче, то остальная аудитория играет роль Присяжных. Муж начинает излагать жалобу: "Хотите послушать, что (имя жены) вчера сделала? Она взяла..." и т.д. Жена защищается: "На самом деле случилось вот что... и потом как раз перед этим он... и, во всяком случае, мы оба тогда..." и т.д. Муж благородно добавляет: "Я рад, что вы смогли выслушать обе стороны, я ведь хочу, чтобы все было честно". В этот момент консультант глубокомысленно замечает: "Мне кажется, если мы примем во внимание..." и т.д. Если при этом присутствуют зрители, консультант может им "перебросить мяч" со словами: "Давайте послушаем, что об этом скажут другие". Если же участники группы уже достаточно обучены, они могут взять на себя роль Присяжных и без подсказки со стороны психотерапевта.

**Антитезис.** Психотерапевт говорит мужу: "Вы совершенно правы". Если муж облегченно или торжествующе расслабляется, врач спрашивает: "Как вы относитесь к моим словам?" Муж отвечает: "Прекрасно". Тогда психотерапевт замечает: "Сказать честно, я думаю, что вы не правы". Если муж искренен сам с собой, он ответит: "Я это все время знал". Если же он нечестен, из его реакции станет понятно, что игра продолжается. В этом случае можно анализировать ситуацию дальше. Основным элементом игры состоит в следующем: истец громко и ясно требует признать его правым, хотя в глубине души он понимает, что не прав.

После того как собран материал, достаточный для того, чтобы прояснить характер игры, она может быть прекращена одним из самых элегантных маневров в искусстве антитезиса. Психотерапевт оглашает правило, запрещающее использование в разговоре третьего лица (в грамматическом смысле). Таким образом, члены группы могут либо обращаться друг к другу прямо на "ты" или на "вы" или говорить о себе "я", но не могут сказать: "Хотите послушать что он (она)..." После этого супружеская пара либо совсем перестает играть в игры в группе, либо переключается на игру "Дорогая" (это уже несколько лучше, чем "Судебное разбирательство") или "Более того" (что ничуть не лучше). Игра "Дорогая" описана в настоящей книге отдельно. В игре "Более того", истец выдвигает одно обвинение за другим, на каждое из которых ответчик замечает "Я могу все объяснить". Истец не обращает на объяснения никакого внимания, но, воспользовавшись паузой ответчика, бросает ему очередное обвинение, сопровождающееся словами "более того"; за ним следует еще одно объяснение и т.д. — типичный обмен репликами по типу Родитель — Ребенок.

Наиболее интенсивно в игру "Более того" играют ответчики паранойяльного типа. Они склонны все понимать буквально, поэтому им особенно легко вывести из равновесия обвинителей, выражающих свои мысли юмористически или метафорически. Вообще говоря, метафоры — это самые распространенные ловушки в этой игре, и их следует избегать.

Обыденный вариант игры "Судебное разбирательство", предполагающий участие трех игроков, часто происходит между детьми — братьями, сестрами — и их родителями "Мама, она взяла мою конфету". — "А он взял мою куклу, а еще перед тем меня стукнул, и вообще мы договорились поделить конфету".

#### **Анализ**

**Тезис:** "Они должны признать, что я прав".

**Цель:** самоутверждение.

**Роли:** Истец, Ответчик, Судья (или Присяжные).

**Иллюстрации:** 1) дети ссорятся, родители вмешиваются; 2) супруги просят "помощи".

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый: "Вот что она мне устроила", Взрослый: "Истинные факты таковы".

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Родитель; Ребенок: "Скажи, что я прав"; Родитель "Вот кто прав" или: "Вы оба правы".

**Ходы:** 1) оглашается жалоба — оглашается оправдание; 2) истец выдвигает опровержение, идет на уступки или делает шаг, демонстрирующий его доброжелательное отношение; 3) решение Судьи или инструкции Присяжным; 4) оглашается окончательное решение.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — проекция чувства вины; 2) внешнее психологическое — освобождение от чувства вины; 3) внутреннее социальное — "Дорогая", "Более того", "Скандал" и другие игры; 4) внешнее социальное — "Судебное разбирательство"; 5) биологическое — "поглаживание" от судьи и присяжных; 6) экзистенциальное — депрессивная позиция: "Я всегда не прав".

### 3. "Фригидная женщина".

**Тезис.** Эта игра происходит между супругами и почти никогда не встречается между возлюбленными, так как трудно представить себе, чтобы мужчина долго терпел подобное поведение от любовницы.

...Муж приближается к жене с вполне определенными намерениями, но она его отталкивает. После нескольких его попыток жена выговаривает ему: "Все мужчины — скоты". А потом начинает упрекать его в том, что он ее нисколько не любит, что его интересует только секс. На некоторое время муж отступает, после чего делает новую попытку, но с тем же результатом. Наконец он совершенно покоряется судьбе и больше не проявляет к жене сексуальных намерений. Проходят недели, даже месяцы, и жена становится все более и более рассеянной и менее церемонной. То она, полуодетая, проходит через спальню, то, принимая ванну, забывает чистое полотенце, которое муж вынужден принести ей в ванную комнату. Если она играет всерьез, то может даже начать флиртовать с другими мужчинами. Наконец муж поддается на ее провокации и делает новую попытку. Но его снова отвергают, и вслед за этим начинается игра "Скандал", во время которой идут в ход различные упреки, вспоминаются недавние происшествия, приводятся примеры из жизни других супружеских пар, переплетаются финансовые проблемы и неудачи, все кончается хлопаньем дверью. На этот раз муж твердо решает: с него хватит, он обойдется без секса. Проходят месяцы. Муж не обращает внимания ни на парад неглиже, ни на маневр с полотенцем. Провокации со стороны жены учащаются — она становится все более рассеянной и все менее строгой, но муж держится. Затем однажды вечером она просто подходит и целует его. Сначала муж не реагирует, помня о своем твердом решении, но скоро природа берет свое, особенно после длительного воздержания, и ему уже кажется, что на этот раз он добился своего. Его первые робкие ласки не отвергаются. Он становится смелее. И вдруг в самый критический момент жена, отступая на шаг, кричит ему: "Ну, что я тебе говорила?! Все мужчины — скоты! Мне была нужна твоя нежность, а ты думаешь только о сексе!" Во вспыхнувшем скандале супруги могут на этот раз, минуя предыдущие упреки и обвинения, сразу перейти к финансовым проблемам.

Следует отметить, что, несмотря на все уверения в обратном, некоторые мужчины также боятся сексуальной близости, поэтому стараются выбирать себе таких партнерш, возможности которых соответствовали бы их потенции. А в приведенном примере муж теперь может во всем обвинять жену.

В одной из форм этой игры участвуют некоторые незамужние женщины разного возраста, в результате чего они получают известное жаргонное прозвище. В этих случаях игра часто сливается с другой, под названием "Динамо", в которой Водящие также разыгрывают негодование.

**Антитезис.** Эта игра весьма опасна, и возможный антитезис опасен в той же мере. Заводить любовницу всегда рискованно. Поставленная в условия стимулирующего соперничества, жена может прекратить свою игру и попытаться начать нормальную супружескую жизнь. Однако это может быть слишком поздно. С другой стороны, с помощью адвоката жена может использовать связь мужа как оружие в игре "Ну что, попался, негодяй!". Исход порой невозможно предсказать и в том случае, когда муж прибегает к помощи консультации у психотерапевта, а жена — нет. Если уверенность мужа в себе возрастает, то игра жены может расстроиться, что приводит к более здоровым супружеским отношениям. Но если жена играет всерьез, то усиление позиции мужа может привести к их разводу. Лучшим решением для обоих партнеров, если, конечно, ситуация это позволяет, было бы их участие в транзакционных группах для супружеских пар, занятия в которых выявили бы "вознаграждения", получаемые в игре, и сексопатологию, лежащую в ее основе. Подготовленные таким образом супруги могли бы заинтересоваться индивидуальной психотерапией, в результате которой они как бы заключили новый брак, на иной психологической основе. Но даже и без этих действий участники могли бы разумно приспособиться к существующей ситуации.

**Родственные игры.** Обратная игра, "Фригидный мужчина", распространена меньше, но она проходит практически по той же схеме, с некоторым различием в деталях. Окончательный исход зависит от сценариев игроков.

Критическим моментом в игре "Фригидная женщина" является заключительная фаза "Скандала". После нее ни о какой сексуальной близости речи быть не может, поскольку оба партнера получают некое извращенное удовлетворение от игры "Скандал" и больше не стремятся получить друг от друга сексуальную стимуляцию. Отсюда следует, что наиболее важным моментом в антитезисе "Фригидной женщины" будет избегание "Скандала". В таком случае жена остается сексуально неудовлетворенной, причем это состояние может быть столь острым, что она станет более покладистой. Именно функция "Скандала" отличает игру "Фригидная женщина" от игры "Побей меня, папочка", в которой "Скандал" выполняет функцию подготовительной возбуждающей игры, а во "Фригидной женщине" "Скандал" заменяет половой акт. Таким образом, в игре "Побей меня, папочка" "Скандал" создает условие для интимных отношений и является чем-

то вроде фетиша, усиливающего возбуждение. А во "Фригидной женщине" после окончания "Скандала", по существу, исчерпывается и весь эпизод.

В детском возрасте в игру, аналогичную "Фригидной женщине", играют некоторые благонаправленные девочки вроде той, которую Диккенс описал в "Больших ожиданиях". Она выходит в накрахмаленном платице и просит мальчика сделать ей песочный пирожок, после чего насмешливо указывает на его запачканные руки, одежду и говорит ему о том, какая она вся чистенькая.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Ну что, попался, негодяй!"

**Цель:** оправдание.

**Роли:** Хорошая жена, Нечуткий муж.

**Иллюстрации:** 1) "Спасибо за песочный пирожок, грязнула противный"; 2) фригидная женщина, провоцирующая мужа.

**Социальная парадигма:** Родитель — Ребенок; Родитель: "Я тебе разрешаю сделать пирожок из песка" ("Поцелуй меня"); Ребенок: "Мне очень этого хочется"; Родитель: "А теперь посмотри, как ты запачкался".

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Родитель; Ребенок: "Посмотрим, сможешь ли ты меня соблазнить"; Родитель: "Готов попробовать, если ты меня вовремя остановишь"; Ребенок: "Это ты первый начал".

**Ходы:** 1) обольщение — реакция на него; 2) отталкивание — смирение; 3) провокация — реакция на нее; 4) отталкивание — скандал.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — освобождение от чувства вины за садистские фантазии; 2) внешнее психологическое — избегает пугающего обнажения и проникновения; 3) внутреннее социальное — "Скандал"; 4) внешнее социальное — "Как поступать с нечистоплотными мальчиками (мужьями)?"; 5) биологическое — подавленные сексуальные взаимоотношения и обмен агрессивными трансакциями; 6) экзистенциальное — "Я чиста".

#### **4. "Загнанная домохозяйка".**

**Тезис.** В эту игру обычно играют перегруженные делами домашние хозяйки. Они должны быть опытными специалистами в десяти — двенадцати направлениях, иными словами, должны умело играть десять — двенадцать самых различных ролей. Время от времени в воскресных приложениях появляются шуточные списки этих ролей: Любовница, Мать, Нянька, Горничная и т. д. Поскольку эти роли очень утомительны и часто конфликтуют друг с другом, исполнение их в течение многих лет приводит в конце концов к состоянию, которое мы символически назовем "Колени домохозяйки" (потому что на коленях укачивают ребенка, скребут пол, колени помогают поднимать тяжести, вести машину и т. д.). Его симптомы можно выразить короткой фразой: "Я устала".

Если домашней хозяйке удастся установить свой собственный темп работы, если она умеет находить удовлетворение в любви к своим детям и мужу, то ее многолетняя домашняя служба будет ей не только не в тягость, а даже в удовольствие. И когда она наконец отправит в колледж своего самого младшего ребенка, то может почувствовать себя одинокой.

Встречаются женщины, которых, с одной стороны, преследует ее собственный внутренний Родитель и критически настроенный муж, постоянно требующий с нее отчета, а с другой — ей не удастся найти достаточного удовлетворения в любви к своей семье. В такой ситуации она может чувствовать себя все более и более несчастной. Вначале женщина может попытаться утешить себя с помощью "вознаграждений", получаемых в играх "Если бы не ты" и "Изъян" (в тяжелой ситуации к ним может прибегнуть любая домохозяйка). Однако очень скоро и эти игры не смогут поддерживать ее самоощущение на должном уровне. Тогда ей приходится искать другой выход, и она находит его в игре "Загнанная домохозяйка".

Тезис этой игры очень простой. Женщина берет на себя все дела, которые попадают под руку, и даже сама как бы напрашивается на новые занятия. Она соглашается со всеми замечаниями мужа и выполняет все требования детей. Если ей нужно устроить званый обед, то она чувствует необходимость сыграть роль не только Безупречной собеседницы, но и столь же Образцовой экономки и Распорядительницы, а также роли Художника по интерьеру, Шеф-повара, Обольстительной элегантной женщины и обязательно Дипломата. Более того, утром она решит испечь пирог и сводить детей к зубному врачу. В результате она не знает, за что хвататься, но все равно старается сделать свой день еще более сумасшедшим, поэтому к середине дня у нее есть достаточно оснований, чтобы выйти из строя и бросить все дела на произвол судьбы.

Женщина в результате ставит в неловкое положение гостей, подводит мужа и детей, добавляя ко всем своим несчастьям еще и угрызения совести. После двух-трех таких происшествий ее брак подвергается серьезной угрозе, дети неухожены, она худеет, перестает причесываться, лицо у нее становится изможденным, а туфли всегда не чищены. Тогда-то она и появляемся в кабине психотерапевта, вполне готовая к тому, чтобы лечь в больницу.

**Антитезис.** Логический антитезис прост: миссис Уайт может в течение недели играть все свои роли одну за другой, но она должна отказываться играть две и больше ролей одновременно. Например, если она устраивает званый вечер, то должна играть роль либо Шеф-повара, либо Прислуги, но не обе сразу. Если все ее проблемы сводятся к комплексу "Колени домохозяйки", такой подход поможет ей ограничить себя. Если же она играет в Игру "Загнанная домохозяйка", то ей будет очень трудно придерживаться этого принципа. В таком случае женщина тщательно выбирает себе соответствующего мужа. Во всех вопросах он как будто бы вполне разумный человек, но постоянно критикует жену, если ему кажется, что она не такая расторопная хозяйка, какой, по его представлению, была его мать. На самом деле она выходит замуж за человека, у которого навсегда запечатлен образ его матери в его же Родителе, и этот образ очень похож на ее собственную мать или бабушку. Найдя подходящего партнера, Ребенок этой женщины может теперь выбрать роль Измотанного существа, котируя необходима ей для поддержания своего психического равновесия и от которой в дальнейшем она так просто не откажется. Чем больше ее муж будет занят на работе, тем чаще и проще они будут находить Взрослые причины для нездоровых аспектов в своих взаимоотношениях.

Когда ситуация становится невыносимой (чаще всего в связи с официальным вмешательством школы, озабоченной состоянием заброшенных детей), на помощь призывают психотерапевта, который вступает в игру на правах третьего партнера. Он нужен либо мужу, который хочет, чтобы его жену привели в полный порядок, либо жене в качестве союзника против мужа. Дальнейший ход событий во многом зависит от профессионального умения и бдительности психотерапевта. Первый этап — частичное снятие депрессии жены, — как правило, проходит гладко. Решающим является следующий этап, на котором жена должна отказаться от игры "Загнанная домохозяйка" и заменить ее игрой "Психиатрия". Обычно это вызывает противодействие со стороны обоих супругов. Чаще всего оно тщательно запрято, но может внезапно, хотя и не неожиданно, привести к взрыву. Если эту стадию удастся пережить, то можно продолжить работу по анализу игры.

Необходимо отдавать отчет в том, что истинный виновник напряженности — Родитель жены, ее мать или бабушка, а муж в какой-то степени лишь любитель, выбранный на роль в этой игре. Психотерапевту приходится бороться не только с этим Родителем и с мужем, которому очень выгодно играть свою роль, но также и с социальным окружением, поощряющим уступчивость жены.

В воскресных газетах обычно печатают статьи о том, как много ролей приходится играть домохозяйке. Через неделю в следующем выпуске может появиться тест "Как я справляюсь". Чаще всего он состоит из десяти пунктов, определяющих: "Хорошая ли вы Хозяйка (жена, мать, экономка, финансист)". Для женщины, играющей в игру "Загнанная домохозяйка", этот тест — все равно, что инструкция-вкладыш к детской игре с перечислением ее правил. Этот тест способен ускорить развитие игры, которая, если ее не остановить, может закончиться игрой "Сумасшедший дом" ("Меньше всего мне хотелось бы попасть в сумасшедший дом").

Практическая трудность работы с такими супружескими парами состоит в том, что муж стремится избегать личного участия в лечении, ограничиваясь игрой "Видишь, как я стараюсь", потому что обычно его душевное равновесие нарушено в большей степени, чем он сам готов в этом признаться. Вместо помощи он посылает психотерапевту каким-нибудь косвенным образом информацию в виде, например, вспышек плохого настроения при общении с женой, при этом зная, что все будет пересказано ею психотерапевту.

Таким образом игра "Загнанная домохозяйка" легко достигает третьей степени и выходит на уровень борьбы "не на жизнь, а на смерть", часто приводящей к разводу. Причем на стороне жены сражается один психотерапевт с небольшой помощью загнанного Взрослого пациентки, которая вовлечена в беспощадную битву (вполне возможно, со смертельным исходом) со всеми тремя состояниями ее мужа. Кроме того, на стороне мужа сражаются и ее собственные Родитель и Ребенок. Эта драматическая борьба двух против пятерых требует от психотерапевта максимального профессионального умения и максимальной свободы от игр. Если он дрогнет, то у него всегда есть легкий выход: принести пациентку на алтарь бракоразводного процесса, что эквивалентно признанию: "Я сдаюсь. А ну-ка, подеритесь".



## 5. "Если бы не ты" (ЕНТ).

**Тезис.** Мы уже подробно проанализировали эту игру. В нашей практике она была второй по счету, которую мы обнаружили после игры "А почему бы вам не ... — Да, но", которая до той поры рассматривалась лишь как примечательный феномен. Когда же мы обнаружили существование игры ЕНТ, нам стало ясно, что должна существовать целая группа социальных действий, основанных на скрытых транзакциях. Это привело к более активному поиску подобных коммуникаций, и в качестве одного из результатов мы теперь располагаем представленной здесь коллекцией.

Игра вкратце сводится к следующему: женщина выходит замуж за авторитарного человека, который будет ограничивать ее активность и тем самым оберегать ее от ситуаций, которых она боится. Если бы это была простая операция, жена могла бы поблагодарить его за услугу. Но в игре ЕНТ реакция женщины чаще всего противоположная: она пользуется ситуацией, чтобы пожаловаться на ограничения со стороны мужа, в связи с чем последний чувствует себя неловко и вынужден различными способами "вознаградить" ее. Выигрыш в этой игре в основном относится к группе внутренних социальных "вознаграждений". Внешнее социальное "вознаграждение" состоит во времяпрепровождении, родственном игре "Если бы не он" которому жена предается с близкими подругами, разделяющими ее точку зрения.

## 6. "Видишь, как я старался".

**Тезис.** Обычная форма этой игры предполагает трех участников: двух супругов и психотерапевта. Как правило муж стремится к разводу, хотя вслух заявляет обратное, а жена искренне не хочет разрушать брак. Он идет к консультанту против своей воли и общается с ним только для того, чтобы показать жене, что он готов идти навстречу. Обычно он играет в несерьезный вариант "Психиатрии" или "Судебного разбирательства". Мало того, он начинает либо враждебно спорить с психотерапевтом, либо идти на некоторые уступки, не скрывая при этом своего возмущения. Дома он вначале обнаруживает большее понимание и выдержку, но в конце концов начинает вести себя все хуже и хуже. После одного, пяти или десяти визитов (что зависит от искусства психотерапевта) он отказывается от следующих сеансов и вместо них отправляется на охоту или на рыбалку. Это вынуждает жену подать на развод. Теперь мужа не в чем упрекнуть: ведь инициатива исходила от жены, а он продемонстрировал лояльность, согласившись на психотерапевтическое лечение. Он может смело сказать любому адвокату, судье, другу или родственнику: "Видите, как я старался".

**Антитезис.** Психотерапевту советуем принять обоих супругов вместе. Если кто-то из них, например муж, явно играет в эту игру, то с другим супругом надо начать индивидуальные сеансы, а первого отослать назад под вполне достоверным предлогом: он меньше подготовлен к лечению. Это, разумеется, не помешает мужу подать на развод, но только он уже не сможет утверждать, что старался его не допустить. Если есть необходимость, бракоразводный процесс может начать жена, но ее позиция будет усилена тем, что она действительно старалась не допустить развода. Благоприятный исход, на который чаще всего мы надеемся, состоит в том, что муж, после того как его игру разрушили, почувствует отчаяние и начнет искать способ сохранить брак, но в этом случае его мотивация будет искренней.

Наиболее часто встречающаяся форма игры "Видишь как я старался" предполагает участие двух игроков ребенка и одного из родителей. При этом Водящий занимает одну из двух позиций "Я беспомощный" или "Я ни в чем не виноват". Например, ребенок занимается за какое-то дело, но делает его очень неумело, оно ему никак не удается. Если ребенок играет в игру "Беспомощный", то родителю приходится сделать это дело за него. Если же он "Ни в чем не виноват", то у родителя как будто бы нет никаких разумных причин, чтобы его наказывать. Однако это один из вариантов игры. Родители должны выяснить, во-первых, кто из них научил ребенка этой игре и, во-вторых, что они делают, чтобы упрочить ее, вместо того, чтобы ее избегать.

Игра "Видишь, как я старался" иногда принимает зловещий вид. Проиллюстрируем это на примере заваленного работой человека, страдающего язвой желудка. Многие люди, страдающие прогрессирующими заболеваниями, делают все от них зависящее, чтобы справиться с ситуацией, но при этом они вполне законным способом берут в союзники своих членов семьи. Однако тяжелая болезнь может использоваться и с другими, скрытыми целями.

**Первая степень.** Человек объявляет жене и друзьям, что у него язва. Он также сообщает им, что не намерен бросать работу. Это вызывает восхищение. Человек, постоянно испытывающий сильные боли, имеет право немного похвастаться своим мужеством, чтобы получить хоть какую-то компенсацию за свои страдания. Он, конечно, достоин уважения за то, что не играет в "Калеку", и за то, что не собирается отказываться от своих обязательств. В этом случае вежливой реакцией на игру "Видишь, как я стараюсь" будет "О да, мы восхищены вашей стойкостью и чувством долга".

*Вторая степень.* Человеку сообщают, что у него язва. Он держит это в секрете от жены и друзей. Он продолжает работать и постоянно нервничать, до тех пор пока однажды на работе ему не становится совсем плохо. Когда об этом уведомляют его жену, она в тот же миг понимает, что подобным поведением он будто говорит ей: "Видишь, как я старался". Она наконец-то должна оценить его по достоинству и пожалеть обо всех неприятностях, которые ему доставляла. Теперь уже муж надеется, что жена действительно будет любить его; все предшествующие способы добиться ее расположения оказались безуспешными. К несчастью для мужа, на этом этапе знаки нежности и заботливости со стороны жены могут быть вызваны скорее чувством вины, чем любовью. Весьма вероятно, что в глубине души она обижена, поскольку он нечестно использовал болезнь как средство давления на нее и получил дополнительные преимущества тоже нечестным путем, скрыв от нее свою болезнь. Одним словом, для многих женщин дорогой браслет, подаренный мужем, выглядит более честным способом ухаживания, чем больной желудок. Женщина всегда может с негодованием вернуть браслет поклоннику, но вряд ли есть пристойный способ демонстративно игнорировать его язву желудка. Скорее всего серьезная болезнь мужа в данном случае не завоюет женщину, а заставит ее почувствовать себя в западне.

Намерение пациента играть в эту игру чаще всего можно обнаружить сразу же после того, как он впервые узнал, что болен и его болезнь может прогрессировать. Если он собирается играть в "Видишь, как я старался", то нетрудно понять весь план его игры с помощью тщательного психотерапевтического анализа, который выявит тайное злорадство его Ребенка, осознавшего, какое мощное "оружие" он получил. Но этот план будет замаскирован озабоченностью Взрослого практическими проблемами, возникающими в связи с болезнью.

*Третья степень.* Еще более пагубный и зловещий вариант — неожиданное и ничем не предвещаемое самоубийство, вызванное тяжелой болезнью. Язва переходит в рак, а жена и не подозревает об этом, даже не предполагает, что были какие-то серьезные проблемы со здоровьем мужа: и вот однажды она заходит в комнату и вдруг видит своего мужа мертвым. В его записке довольно прозрачно сказано: "Видишь, как я старался". Когда нечто подобное происходит дважды с одной и той же женщиной, ей пора выяснить, в какую игру играет она.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Никто не может мной помыкать".

**Цель:** оправдание.

**Роли:** Надежный человек, Преследователь, Авторитетное лицо.

**Иллюстрации:** 1) одевающийся ребенок; 2) супруг, стремящийся к разводу.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый. Взрослый: "Пора (одеваться), (идти к психиатру)". Взрослый: "Хорошо, попробую".

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок. Родитель: "Я тебя заставлю (одеться, сходить к психиатру)"; Ребенок: "Видишь, ничего не выходит".

**Ходы:** 1) предложение — сопротивление; 2) давление — уступка; 3) одобрение — неудача.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — освобождение от чувства вины за агрессию; 2) внешнее психологическое — избегает ответственности за семью; 3) внутреннее социальное — "Видишь, как я старался"; 4) внешнее социальное — обмен враждебными транзакциями; 5) экзистенциальное — "Я беспомощен (ни в чем не виноват)".

## **7. "Дорогая".**

**Тезис.** Наибольшего расцвета игра "Дорогая" достигает на ранних стадиях терапии супружеских групп, когда участники занимают в основном оборонительную позицию. Эту игру можно наблюдать также в компаниях, на вечеринках. Уайт рассказывает какую-нибудь историю, попутно выставляя свою жену в не очень-то выгодном свете. Рассказ завершается фразой: "Не правда ли, дорогая?" Миссис Уайт обычно соглашается по одной из двух причин, якобы исходящих от ее Взрослого: а) сама по себе история в общих чертах вполне соответствует действительности; если же она не согласится с какой-то мелкой деталью (на самом деле именно эта деталь и есть основной момент транзакции), то может выглядеть занудливым человеком; б) просто невежливо не согласиться с мужчиной, который только что во всеуслышание назвал тебя "дорогая". Однако истинной психологической причиной согласия является ее депрессивная позиция. Когда она выходила замуж, то хорошо понимала, что муж способен выставлять перед людьми ее недостатки и тем самым избавлять ее от неудобных ситуаций, в которые она неизбежно попадает. В детстве эту услугу ей оказывали ее родители.

Игра "Дорогая" наряду с игрой "Судебное разбирательство" наиболее часто встречается в супружеских психотерапевтических группах. Чем более напряженной становится ситуация, тем ближе момент разоблачения игры, тем с большей горечью произносится слово "дорогая", пока

раздражение говорящего не становится для всех очевидным. Тщательный анализ позволяет увидеть сходство данной игры с "Растяпой", так как в ней есть тот же важный момент: миссис Уайт обязательно прощает мистеру Уайту его раздражение, которое она из всех сил старается не заметить. Соответственно **Антитезис** "Дорогой" строится по тем же законам, что антитезис "Растяпы": "Ты можешь рассказывать порочащие меня истории, но, пожалуйста, не называй меня 'дорогая'". Этот антитезис чреват той же опасностью, что и антитезис "Растяпы". Более изощренный и менее опасный антитезис состоит в том, чтобы отвечать: "Да, милый".

В другом варианте игры в ответ на рассказ мужа жена, вместо того чтобы согласиться с ним, может сама рассказать что-нибудь подобного типа о муже, тем самым как бы говоря: "Ты тоже небезупречен, дорогой".

Иногда ласкательные обращения в этой игре не произносятся, но внимательный слушатель может их заметить. Это уже будет молчаливый вариант игры "Дорогая".

## Игры в компаниях.

Компании людей созданы для времяпрепровождения, а времяпрепровождения — для компаний. По мере углубления знакомства в ход все более начинают идти игры. Начинается обычный, хотя и незаметный процесс взаимного выбора. Узнают друг друга: "Гость-растяпа" и его жертва, "Большой и сильный папа" и "Я бедняжка" и другие.

В этом разделе приводятся четыре игры, наиболее типичные для повседневной ситуации группового общения:

"Подумайте, какой ужас!", "Изъян", "Гость-растяпа" и "Почему бы вам не... — Да, но".

### 1. "Подумайте, какой ужас!".

**Тезис.** Мы выделяем здесь четыре основные формы: три времяпрепровождения — для родителей, для взрослых, для детей — и игру. Во времяпрепровождениях нет развязки и выигрыша, зато возникают недостойные чувства.

1. Времяпрепровождение. "Нынешние" представляет собой компанию Родителей, отличающихся самодовольством, сознанием собственной правоты и даже злонамеренным стремлением покарать всех, кто живет не по их правилам. С социологической точки зрения такое использование своего времени типично для определенной категории пожилых женщин, обладающих небольшим, по независимым источником дохода. Одна из таких женщин, например, прекратила ходить в психотерапевтическую группу после того, как ее первый ход был встречен молчанием окружающих, а не возбужденными одобрительными возгласами, к которым она привыкла в своем социальном кругу. Члены этой группы, умудренные анализом игр, продемонстрировали отсутствие "чувства локтя" по отношению к этой женщине. Особенно это было заметно, когда все промолчали на замечание миссис Уайт "Кстати, о доверии к людям... Сейчас никому нельзя доверять. И это неудивительно. Я являюсь домовладелицей. Недавно заглянула в ящик стола одного из моих жильцов, и вы не поверите, что я там обнаружила..." Она знала ответы на все острые социальные вопросы: юношеской преступности (нынешние родители слишком снисходительны), разводов (нынешним женам делать нечего), роста преступности (в наши дни чересчур часто в районах для белых стали проживать иностранцы), роста цен (нынешние бизнесмены слишком много хотят урвать). Она дала понять, что сама отнюдь не снисходительна к своему неупутевому сыну и к преступникам-жильцам.

Времяпрепровождение "Нынешние" отличается от обычных сплетен девизом: "Неудивительно". Первый ход может в обоих случаях быть одинаковым: "Говорят..." Когда это времяпрепровождение осуществляется не ради сплетни, то в нем может быть направление, завершение, нередко предлагается и "объяснение". А обычные сплетни чаще всего пересказывают в компании, перескакивая с одного сюжета на другой, и в конце концов теряют нить.

2. "Рана" принадлежит к числу более доброжелательных Взрослых времяпрепровождений. Девиз: "Какая жалость!", хотя его скрытые мотивы столь же непривлекательны. Здесь непременно речь идет о болезнях, о крови, о страшных случаях. Компания представляет собой как бы импровизированный медицинский коллоквиум. Любой его участник вправе сделать сообщение о каком-либо медицинском происшествии, и чем оно ужаснее, тем лучше. Все детали жадно обсуждаются. Типичные темы: разбитое в кровь лицо, полостная операция, трудные роды и т.п. Это времяпрепровождение отличается от обычных сплетен тем, что каждый стремится превзойти других рассказчиков и обнаружить большую медицинскую компетентность. Собеседники систематически обсуждают патологическую анатомию, диагнозы, прогнозы и сравнивают различные истории болезней. В обычных сплетнях благоприятный прогноз может

приветствоваться, но в этом времяпрепровождении постоянная демонстрация оптимистического взгляда (если только его неискренность не бросается в глаза) может в конце концов привести к изгнанию участника, который играет не по правилам.

3. К времяпрепровождениям для Ребенка относятся "Перекур" и "Чаепитие" (на работе). Их девиз "Что хотят, то и делают". Это вариант для учреждения. Вечером он может превращаться во времяпрепровождение "За стойкой бара", состоящее в поверхностном обсуждении экономических или политических вопросов. Здесь обычно фигурирует некий персонаж со смутными очертаниями, держащий в своих руках все козыри, который зовется "они".

4. Игра "Подумайте, какой ужас!" достигает наиболее драматического выражения у людей, во что бы то ни стало стремящихся прооперироваться. Их транзакции позволяют выделить основные признаки игры. Эти люди "покупают" докторов и активно стремятся к операции, даже несмотря на сильное противодействие врачей. Положение хирургического больного (госпитализация и операция) само сулит ему "вознаграждение". Оперированное тело служит для него источником внутреннего психологического "вознаграждения". Внешнее психологическое "вознаграждение" возникает у таких людей в результате отказа от близости, от всякой ответственности — они полностью подчиняются хирургу.

Забота медсестер олицетворяет биологическое "вознаграждение". Медперсонал (врачи, сестры), окружающие больного обеспечивают внутреннее социальное "вознаграждение". После выписки из больницы пациент получает внешнее социальное "вознаграждение", вызывая у окружающих сочувствие и благоговение перед его страданиями. В эту игру в ее крайнем проявлении весьма профессионально играют люди, ложно или искренне утверждающие, что они являются жертвой врачебной ошибки. Они могут зарабатывать себе на жизнь тем, что намеренно приводят себя в недееспособное состояние или не сопротивляются такой возможности. После этого, в отличие от любителей, они требуют не только сочувствия, но и возмещения ущерба. Следовательно, "Подумайте, какой ужас!" становится игрой в том случае, когда на словах игрок испытывает отчаяние, а в глубине души ликует, предвидя, сколько удовольствия он сможет извлечь из своего несчастья.

Мы считаем, что людей, которым постоянно не везет, можно разделить на три группы, а) те, кто не желают навлечь на себя неприятности, а если и навлекают их, то не умышленно; они могут воспользоваться или не воспользоваться участием, с большой готовностью предлагаемым им окружающими; некоторая эксплуатация своего положения в подобных случаях вполне естественна, и к этому следует относиться с обычной любовью; б) некоторые люди навлекают на себя несчастья неумышленно, но принимают их с благодарностью за предоставленные им возможности; в этом случае игра не планируется заранее, а является, по терминологии Фрейда, "добавочным урожаем", в) те, кто сами напрашиваются на несчастья, например люди, которые во что бы то ни стало хотят лечь на операцию, ходят от хирурга к хирургу, пока не найдут такого, который бы согласился их прооперировать; в этом случае поведение такого человека с самого начала является игрой.

## 2. "Изъян".

**Тезис.** Эта игра является источником мелочных склок в обыденной жизни. Игрок исходит из депрессивной позиции Ребенка "Я никуда не похужу", которую его защитный механизм превращает в Родительскую позицию "Они никуда не годятся". Транзакционная задача игрока состоит в доказательстве последнего тезиса. Поэтому игроки в "Изъян" не чувствуют себя спокойно с новым человеком, пока не обнаружат у него какой-нибудь изъян.

В своей тягчайшей форме "Изъян" может стать политической игрой, проводимой авторитарной личностью с тоталитарных позиций. В этом случае игра может иметь серьезные исторические последствия. Здесь становится очевидным родство этой игры с времяпрепровождением "Нынешние". Позитивное укрепление позиции достигается игрой "Как я справляюсь", а "Изъян" обеспечивает негативный способ укрепления своей позиции. Ниже мы частично проанализируем эту игру, чтобы прояснить некоторые ее элементы.

Исходные предпосылки "Изъяна" могут варьировать от мелких и поверхностных ("На ней прошлогодняя шляпка") до самых циничных ("У него нет 7000 долларов в банке"), зловещих ("Не стопроцентный ариец"), эзотерических ("Не читал Рильке"<sup>21</sup>), интимных ("Он импотент") или рефлексивных ("Что он этим пытается доказать?"). С психодинамической точки зрения чаще всего основой игры является сексуальная неуверенность, а ее целью — самоутверждение. В транзакционном плане мы в основном имеем дело с нездоровым любопытством и стремлением совать нос в чужие дела. Причем удовольствие, которое при этом испытывает Ребенок, иногда

<sup>21</sup> Рильке, Райнер Мария (1875-1926) — австрийский поэт.

маскируется филантропической озабоченностью Родителя или Взрослого. Внутреннее психологическое "вознаграждение" игры состоит в защите от депрессии, а внешнее психологически "вознаграждение" — в избегании близости, которая может обнаружить изъяны самого Уайта. Он чувствует себя вправе, например, отказаться от общения с немодно одетой женщиной, небогатым или неуверенным в себе человеком. В то же время вмешательство в чужие дела влечет за собой некоторые внутренние социальные действия, сопровождаемые биологическим выигрышем. Внешнее социальное "вознаграждение" принадлежит к группе игр "Подумайте, какой ужас!".

Интересно отметить, что выбор Уайтом исходной посылки не зависит ни от его интеллекта, ни от кругозора. Так, некий человек, занимавший ответственный пост в министерстве иностранных дел, однажды официально заявил на лекции, что другая страна не столь высокоразвита, как его государство, в частности потому, что ее мужское население носит пиджаки со слишком длинными рукавами. Во Взрослом состоянии этот человек, наверное, был вполне компетентен. Но он мог упомянуть о такой не относящейся к делу детали, только играя в Родительскую игру типа "Изъян".

### 3. "Гость-растяпа".

**Тезис.** Типичный вариант игры разворачивается в следующей последовательности:

1. Уайт опрокидывает коктейль на вечерний туалет хозяйки. Блэк (хозяин) сначала приходит в ярость, но чувствует (часто лишь смутно): если он обнаружит ее, то Уайт выиграет. Поэтому Блэк берет себя в руки, и ему кажется, что выиграл именно он.

2. Уайт говорит: "Извините, пожалуйста". Блэк нехотя или поспешно произносит слова прощения, тем самым усиливая иллюзию своего выигрыша.

3. Уайт продолжает наносить дальнейший ущерб Блэку. Он как бы ненароком разбивает и ломает вещи, проливает вино и вообще устраивает беспорядок. После того как ему удалось прожечь сигаретой скатерть, порвать ножкой стула кружевную занавеску и пролить соус на ковер, Ребенок Уайта приходит в превосходное расположение духа, поскольку он прекрасно провел время за этими занятиями и сумел за все получить прощение. В то же время Блэк испытывает удовлетворение от того, что все видели, как он мужественно держал себя. Таким образом, оба извлекли выгоду из неблагоприятной ситуации, поэтому Блэк может не стремиться прекратить подобную дружбу.

Как и в большинстве игр, Уайт, делающий первый ход, выигрывает. Если Блэк покажет, что разозлился, Уайт почувствует себя вправе ответить тем же. Если Блэку удастся сдержаться, Уайт может и дальше куражиться, воспользовавшись удобным случаем. Однако настоящий выигрыш в этой игре состоит не в удовольствии разрушения — для Уайта это как бы попутно доставшийся выигрыш, — а в получении прощения. Отсюда становится ясно, каким должен быть антитезис.

**Антитезис** Анти-Растяпы состоит в том, чтобы отказать Уайту в прощении, которое он стремится получить. После слов Уайта "Извините, пожалуйста" Блэк, вместо того чтобы пробормотать: "Ладно, все в порядке", — говорит: "Сегодня вечером вы можете досаждать моей жене, ломать мебель и портить ковер, но только не надо извиняться". Тем самым Блэк из всепрощающего Родителя превращается в объективного Взрослого, который полностью берет на себя ответственность за то, что вообще пригласил Уайта.

Насколько интенсивно Уайт ведет свою игру, станет понятным из его реакции, а она может быть весьма несдержанной. Хозяин, отвечающий гостю-растяпе антитезисом, всегда рискует тут же навлечь на себя ответный удар или, во всяком случае, нажать врага.

Дети играют в неполный вариант "Растяпы", при котором они если не всегда рассчитывают получить прощение, то по крайней мере могут насладиться своими проказами. По мере того как они овладевают умением жить в обществе, они могут воспользоваться этим вариантом игры, чтобы получить прощение, что является основной целью игры в том ее виде, в каком она применяется в кругу хорошо воспитанных взрослых людей.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Я могу безобразничать, и все же получать прощение".

**Цель:** получение прощения.

**Роли:** Агрессор, Жертва.

**Иллюстрации:** 1) дети с разрушительными наклонностями, любители устраивать беспорядок; 2) неуклюжий гость.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый: "Я веду себя вежливо, поэтому и вам придется быть вежливым"; Взрослый: "Все в порядке. Я вас прощаю".

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Родитель; Ребенок: "Тебе придется простить меня, ведь ты же видишь, что я это сделал случайно"; Родитель: "Ты прав. Придется показать тебе, что значит хорошо себя вести".

**Ходы:** 1) провокация — возмущение; 2) извинение — прощение.

**Вознаграждения:** 1) внутреннее психологическое — удовольствие от манеры устраивать беспорядок; 2) внешнее психологическое — избегает наказания; 3) внутреннее социальное — "Гость-растяпа"; 4) внешнее социальное — "Гость-растяпа"; 5) биологическое — провокационные и ласковые "поглаживания"; 6) экзистенциональное — "Я ни в чем не виноват".

#### 4. "Почему бы вам не... — Да, но" (ПБВДН).

**Тезис.** Игра "Почему бы вам не ... — Да, но", занимает особое место в анализе игр, так как именно она послужила толчком к формулировке самого понятия "игра". Эту игру мы первой вычленили из ее социального контекста. Она принадлежит к числу наиболее изученных. Кроме того, она также относится и к наиболее популярным играм, в которые играют на званых вечерах и в самых разных компаниях, включая и психотерапевтические группы. Основные характеристики игры видны из следующего примера.

**Уайт (жена):** Муж всегда хочет делать ремонт сам, но у него никогда ничего не получается так, как надо.

**Блэк:** Почему бы ему не взять несколько уроков у плотника?

**Уайт:** Да, но у него нет времени.

**Блю (или кто-либо из компании):** Почему бы вам не купить ему хорошие инструменты?

**Уайт:** Да, но он не умеет ими пользоваться.

**Ред:** А почему бы вам не пригласить плотника для ремонта дома?

**Уайт:** Да, но это слишком дорого.

**Браун:** Почему бы вам тогда не примириться с тем, как он все делает, и не довольствоваться этим?

**Уайт:** Да, но ведь все может просто рухнуть.

Вслед за таким обменом репликами обычно воцаряется молчание. Наконец его прерывает одна из участниц разговора (Грин) и произносит что-нибудь в следующем роде: "Ох уж эти мужчины, вечно они хотят показать, какие они мастера".

В игре ПБВДН может принимать участие любое число собеседников. В компании Водящий ставит проблему. Остальные присутствующие предлагают одно решение за другим, причем каждое начинается словами: "Почему бы вам не..." Каждому решению Уайт противопоставляет очередное "Да, но". Хороший игрок может успешно отражать натиск других игроков до тех пор, пока все они не сдадутся, а Уайт выиграет. Нередко приходится отвергнуть не менее дюжины предложений, пока не наступит тягостная тишина, знаменующая собой победу и очищающая сцену для следующей игры. В приведенном выше примере Грин переключилась на игру "Родительский комитет" типа "Непутевый муж".

Поскольку, за редчайшим исключением, все предложения других игроков отвергаются, совершенно очевидно, что игра преследовала какие-то скрытые цели. Мы считаем, что в ПБВДН играют не для того, чтобы получить ответ на свой вопрос (то есть игра не состоит в поиске Взрослым информации или решения проблемы), а для того, чтобы внушить уверенность своему состоянию Ребенка и доставить ему удовольствие. Дословная запись диалога может создать впечатление, что разговор ведется между Взрослыми, но внимательные наблюдения помогают увидеть, что Уайт (супруга) предстает в этой игре Ребенком, неспособным справиться с ситуацией, в то время как остальные участники превращаются в мудрых Родителей, готовых поделиться своим опытом ради ее блага.

Этот процесс проиллюстрирован на схеме 8. Игра может продолжаться, поскольку на социальном уровне и стимул, и реакция идут от Взрослого к Взрослому. Они дополнительные и на психологическом уровне, где стимул, идущий от Родителя к Ребенку ("Почему бы вам не ...") вызывает реакцию, идущую от Ребенка к Родителю ("Да, но"). Как правило, для обеих сторон трансакции на психологическом уровне являются бессознательными, но внимательный наблюдатель может заметить, например, по изменившейся позе, голосу, тону, произносимым словам о происшедшем сдвиге в состоянии Я (со Взрослого на "несправляющегося" Ребенка — в случае миссис Уайт — и со Взрослого на "мудрого" Родителя — у других участников). Чтобы лучше понять скрытый смысл этой игры полезно проанализировать следующий пример.

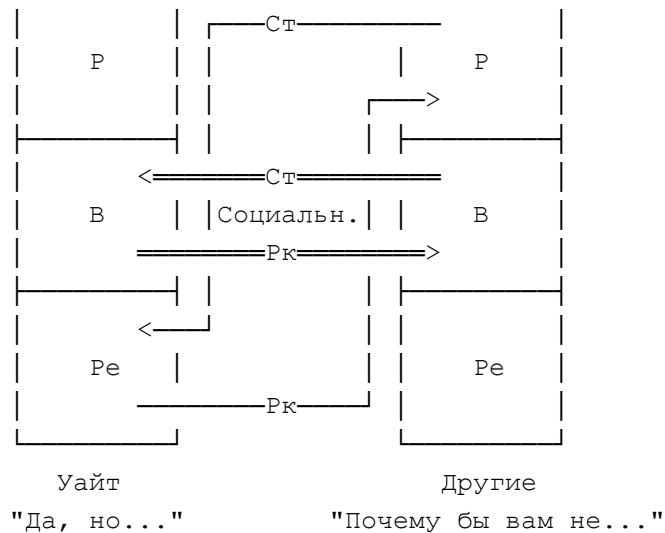


Схема 8. "Почему бы вам не... — Да, но".

*Психотерапевт:* А кто-нибудь предложил решение проблемы, которое вам до этого не приходило в голову?

*Уайт (супруга):* Нет, никто. Честно говоря, я уже перепробовала почти все, что они предложили. Я купила мужу инструменты, и он взял несколько уроков у плотника.

Последнее замечание миссис Уайт делает очевидными две причины, по которым ее разговор с собеседниками не следует принимать за чистую монету. Во-первых, в большинстве случаев Уайт не глупее остальных членов компании, и очень маловероятно, что кто-нибудь из них может предложить решение, которое раньше не приходило ей в голову. Если же кому-то удастся придумать действительно оригинальное решение, миссис Уайт, если она ведет честную игру, примет его с благодарностью.

Иными словами, ее "несправляющийся" Ребенок уступит, если у кого-то из присутствующих возникнет достаточно остроумная идея, которая будет стимулировать ее Взрослого. Однако заядлые игроки в ПБВДН, такие, как миссис Уайт, редко играют честно. С другой стороны, слишком большая готовность принять чужое предложение наводит на мысль, не скрывается ли за ПБВДН другая игра — "Дурочка".

Приведенный пример особенно нагляден, поскольку он отчетливо иллюстрирует второе утверждение даже если миссис Уайт уже испробовала некоторые решения, она все равно будет возражать против них. Следовательно, цель игры состоит не в том, чтобы выслушать предложения, а в том, чтобы отвергнуть их.

При соответствующих обстоятельствах эту игру может играть едва ли не каждый, так как она хорошо структурирует время. Но тщательные наблюдения за людьми, которые особенно предрасположены к этой игре, обнаруживали некоторые интересные закономерности. Во-первых, они с одинаковой легкостью могут играть как на той, так и на другой стороне. Способность переключаться на другие роли вообще характерна для Игр. Игроки могут по привычке предпочитать одну роль другой, но они могут поменяться местами и совсем не возражают взять на себя любую роль в той же самой игре, если это по какой-то причине желательно (например, превращение Пьяницы в Спасителя в игре "Алкоголика").

Во-вторых, наблюдения показали, что человек, охотно играющий в ПБВДН, чаще всего принадлежит к типу людей, которые в конечном счете просят психотерапевта применить к ним какое-либо лечение. Во время игры их цель — показать, что никто не может предложить им приемлемого решения проблемы, то есть что они никогда не капитулируют. Но, вступая в контакт с психотерапевтом, они требуют применить к ним приемы, которые могут способствовать полной их капитуляции, например гипноз. Таким образом, становится ясно, что игра ПБВДН представляет собой в какой-то степени социальное решение внутреннего конфликта человека в связи с его капитуляцией по какому-то поводу. Любители этой игры имеют еще одну, очень специфическую особенность: многие из них боятся покраснеть. Приведем пример.

*Психотерапевт:* Почему вы играете в эту игру, если вы знаете, что это простой обман?

*Миссис Уайт:* В любом разговоре я все время должна придумывать, о чем говорить дальше. Если я ничего не могу придумать, то начинаю краснеть. Только в темноте я не боюсь покраснеть. Я просто не могу выносить паузу в разговоре. Я это знаю, и мой муж тоже знает. Он мне всегда об этом говорил.

*Психотерапевт:* Вы хотите сказать, что если ваш Взрослый ничем не занят, то ваш Ребенок пользуется случаем, чтобы "выскочить" и заставить вас смутиться?

*Миссис Уайт:* Вот-вот. Поэтому до тех пор, пока я предлагаю другим какие-то решения или выслушиваю их идеи относительно моих проблем, со мной все в порядке, я чувствую себя защищенной. Пока мой Взрослый под контролем, я не боюсь почувствовать замешательство.

Слова миссис Уайт ясно показывают: она боится неструктурированного времени. Ее Ребенку не удается привлечь к себе внимание, пока занят ее Взрослый, поэтому именно игра предлагает ей подходящую структуру для функционирования Взрослого. Однако для поддержания ее интереса игра должна иметь соответствующую мотивацию. Выбор ПБВДН определяется принципом экономии: ее Ребенок, оказавшийся в состоянии конфликта по причине физической пассивности, получает в этой игре максимальные внутренние и внешние "вознаграждения". С одинаковым жаром она играет роль хитрого Ребенка, которого невозможно подавить, и мудрого Родителя, который пытается подавить в ком-то Ребенка, но безуспешно. Поскольку основной принцип ПБВДН — не принимать ни одного предложения, Родитель никогда не добивается успеха. Девиз игры: "Не паникуй, Родитель никогда не добьется успеха".

Подведем итоги. Каждый ход как бы забавляет миссис Уайт и приносит ей удовлетворение хотя бы тем, что еще одно предложение отвергается. Но истинной кульминацией игры является пауза (или замаскированная пауза) которая наступает после того, как все остальные участники уже исчерпали свои возможности и им надоело придумывать приемлемые решения. Для миссис Уайт это означает победу, ибо она продемонстрировала всем остальным, что это они не могут справиться с ситуацией. Если пауза не замаскирована, она может длиться несколько минут.

В нашем примере Грин не дала Уайт насладиться триумфом, так как хотела поскорее начать собственную игру. Позже в этом сеансе у миссис Уайт проскользнула неприязнь к миссис Грин за то, что та лишила ее нескольких минут торжества.

Другой любопытной чертой ПБВДН является то, что ее варианты для внешнего и внутреннего употребления совершенно одинаковы, но участники при этом меняются ролями. Во внешнем варианте, который мы наблюдали, Ребенок- Уайт в игре со многими участниками берет на себя роль Беспомощного существа, нуждающегося в поддержке окружающих. Во внутреннем варианте это более интимная игра для двоих участников, и Уайт играет в нее дома с мужем. Здесь она уже выступает в роли Родителя, источника мудрых и разумных советов. Однако такая смена ролей происходит не сразу. Пока будущий муж за ней ухаживает, она играет роль беспомощного Ребенка, и только после медового месяца начинает проявлять себя ее любящий покомандовать Родитель. Возможно, незадолго до свадьбы она порой и выдавала себя, но жених этого не заметил, стремясь поскорее заключить союз с тщательно выбранной невестой. Если же он заметит ее промахи, их помолвка вполне может расстроиться "по уважительным причинам", а Уайт, опечаленная, но отнюдь не поумневшая, возобновит поиски нового партнера.

**Антитезис.** Очевидно, люди, подхватывающие игру миссис Уайт, когда она, делая первый ход, излагает свою "проблему", играют в один из вариантов игры "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" (ЯППВ). Фактически ПБВДН — это игра, обратная ЯППВ. В последней участвуют один психотерапевт и много пациентов, в первой — один пациент и много "психотерапевтов". Следовательно, антитезис ПБВДН состоит в том, чтобы не играть в ЯППВ. Если первый ход выглядит следующим образом: "Что бы вы стали делать в случае ...?" — мы предлагаем отвечать: "Это действительно трудная проблема. А вы что собираетесь делать в этой связи?" Если игра начинается словами: "Мне не удалось то-то и то-то", — ответ должен быть: "Как жаль". Оба предложенных ответа достаточно вежливы, чтобы привести Водящего в растерянность или по крайней мере вызвать пересекающиеся трансакции, так что его фрустрация становится очевидной и, значит, может стать предметом анализа.

В психотерапевтической группе для людей, склонных к ЯППВ, хорошей практикой будет отказ от приглашения принять в ней участие. В этом случае антитезис ПБВДН, который в некоторой степени является также и антитезисом ЯППВ, будет полезен не только для Водящего, но и для остальных членов группы.

В нормальной ситуации человеческого общения нет никаких причин отказываться от участия в этой игре, если она ведется в дружеской и безобидной форме. Если же она представляет собой попытку использовать профессиональные знания, то может потребоваться антитезисный ход. Но в подобных ситуациях это может стать источником обиды, поскольку Ребенок миссис Уайт вдруг оказывается у всех на виду. При этих обстоятельствах лучше выйти из игры после первого хода и поискать более вдохновляющую игру, например "Динамо" первой степени.

**Родственные игры.** Игру "Почему бы вам не ... — Да, но" следует отличать от ее противоположности "А почему же вы не ... — Нет, но...", в которой выигрывает Родитель, а обороняющийся Ребенок в конце концов в замешательстве отступает, хотя и здесь точное



воспроизведение диалога может показаться разумным разговором двух Взрослых, обсуждающих реальную ситуацию.

Вывернутая как бы наизнанку ПБВДН на первый взгляд напоминает игру "Крестьянка". В этом варианте миссис Уайт склоняет психотерапевта дать ей рекомендации, которые она не отклоняет, а, напротив, тут же принимает. Только после того, как психотерапевт уже совсем завяз в игре, он начинает замечать, что она его переиграла. То, что вначале казалось игрой "Крестьянка", оборачивается интеллектуальным вариантом "Динамо".

Игра ПБВДН может принимать форму "Сделай же со мной что-нибудь". Например, женщина не желает выполнять какую бы то ни было домашнюю работу, поэтому каждый вечер, когда муж возвращается с работы, у них начинается игра ПБВДН. Независимо от того, что говорит муж, жена ведет себя угрюмо и не стремится изменить свое поведение. В некоторых случаях ее мрачность может оказаться следствием болезни, что требует тщательного психотерапевтического анализа. Но и в этом случае игровой аспект не следует сбрасывать со счетов, поскольку он заостряет внимание на вопросах, почему муж выбрал именно такую супругу и каков его "вклад" в эту ситуацию.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Посмотрим, способен ли ты предложить решение, к которому я не могу придаться".

**Цель:** обретение уверенности.

**Роли:** беспомощный человек, советчики.

**Иллюстрации:** 1) "Да, но я не могу сейчас делать домашнюю работу потому что..."; 2) беспомощная жена.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый: "Что бы вы стали делать в случае ...?"; Взрослый: "Почему бы вам не ..."; Взрослый: "Да, но..."

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок; Родитель: "Я могу заставить тебя почувствовать благодарность за мою помощь"; Ребенок: "Ну, давай, попробуй".

**Ходы:** 1) проблема — решение; 2) возражение — решение; 3) возражение — замешательство.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — обретение уверенности; 2) внешнее психологическое — избегает капитуляции; 3) внутреннее социальное — ПБВДН, роль Родителя; 4) внешнее социальное — ПБВДН, роль Ребенка; 5) биологическое — разумное обсуждение; 6) экзистенциальное — "Все хотят мной командовать".

## **Сексуальные игры.**

Люди играют в сексуальные игры, чтобы дать выход своим сексуальным влечениям или побороть их. Все эти игры по своей сути представляют собой извращение сексуальных инстинктов, так как источником удовлетворения становится не половой акт, а критические трансакции, представляющие собой кульминацию игры. К сожалению, это не всегда можно продемонстрировать с должной убедительностью, поскольку в такого рода игры люди играют в интимной обстановке, так что клинические данные о них мы получаем из вторых рук, и не всегда удается удовлетворительно оценить, в какой мере они искажены из-за пристрастности информанта. Например, психиатрическая концепция гомосексуальности весьма перекошена, так как более агрессивные и успешные игроки нечасто обращаются к психиатрам и последние в основном располагают сведениями об их пассивных партнерах.

В этот раздел включены следующие игры: "А ну-ка, подеритесь", "Извращение", "Динамо", "Чуллок" и "Скандал". В большинстве случаев "водит" женщина. Это объясняется тем, что тяжелые формы сексуальных игр, в которых главное действующее лицо — мужчина, находятся на грани преступления (нередко переходят эту грань); поэтому их лучше отнести к следующему разделу: "Игры преступного мира". С другой стороны, часть игр может быть с одинаковым основанием отнесена и к сексуальным, и к супружеским играм. Здесь мы описываем только те из них, которые в одинаковой мере доступны и для супружеских, и для неженатых пар.

### **1. "А ну-ка, подеритесь" (АНКП).**

**Тезис.** АНКП может быть маневром, ритуалом или игрой. Во всех случаях в основе лежит женская психология. В силу своей драматичности и выразительности АНКП легла в основу множества произведений мировой литературы, как хороших, так и плохих.

1. Это маневр, но он очень романтичен. Женщина ловко сталкивает двух симпатизирующих ей мужчин, давая понять или даже пообещав, что будет принадлежать победителю. По окончании

"сражения" она выполняет свое обещание. Это честная транзакция. Предполагается, что отныне дама и ее партнер "будут жить долго и счастливо".

2. Ритуал, исход которого скорее трагичен. Двое мужчин могут сражаться за женщину даже тогда, когда она этого не хочет или уже сделала свой выбор. Если побеждает не ее избранник, то она все равно может достаться победителю. В этом случае АНКП начинает не женщина, а окружающие ее люди. Если женщина не против этой борьбы, то транзакция будет честной. Если же она не желает состязания или разочарована его исходом, то ситуация открывает перед ней большой простор для игр, например "Давай надует Джо".

3. Игра АНКП относится больше к разделу комических. Женщина, устраивая состязание между двумя соперниками, чаще всего пока они "сражаются", исчезает с третьим возлюбленным. Для нее и ее избранника внутреннее и внешнее психологическое "вознаграждение" следует из их позиции: честное состязание — для глупцов И это комическое происшествие составляет основу для получения ими внутреннего и внешнего социального "вознаграждения".

## 2. Извращение.

**Тезис.** Гетеросексуальные извращения, такие, например, как садизм, типичны для Ребенка, находящегося в состоянии тревожности, поэтому подходить к исправлению этого явления надо соответствующим образом. Транзакционная сторона, как видно из реальных ситуаций сексуальных контактов, вполне поддается воздействию путем анализа игр. Это открывает возможность социального контроля, поэтому даже тогда, когда извращенные сексуальные влечения остаются неизменными, они все же нейтрализуются на стадии действия.

Люди, страдающие слабой формой садизма или мазохизма, обычно занимают некоторую примитивную позицию, в основе которой лежит принцип необходимости в душевном равновесии. Они ощущают в себе сильный сексуальный потенциал и чувствуют, что длительное воздержание может привести к серьезным последствиям. Оба эти вывода совсем необязательно соответствуют действительности, но они образуют основу для игры "Калек" с девизом "Что же вы хотите от такого сексуального человека, как я?"

**Антитезис.** Он состоит в том, чтобы распространить принципы обычной вежливости на взаимоотношения со своим интимным партнером, то есть воздерживаться от словесного и физического бичевания и ограничиться более традиционными формами половой близости. Если Уайт действительно склонен к извращениям, то это выявит второй элемент игры (он часто находит свое выражение в сновидениях) сам по себе половой акт представляет для него лишь минимальный интерес, истинное удовлетворение он получает только от предшествующего половому акту унижения. Возможно, он не хотел признаться в этом даже самому себе. Но теперь ему становится ясно, что его основная жалоба состоит в том, что после всех предварительных трудов, ему приходится еще и заниматься любовью. Этот этап более благоприятен для начала конкретного психотерапевтического лечения. Сказанное выше чаще всего относится к так называемым "сексуальным психопатам" и не имеет отношения к преступным извращениям или к людям, ограничивающим свои сексуальные проявления фантазиями.

В некоторых странах игра, связанная с гомосексуализмом, детально разработана до такой степени, что представляет собой определенный ритуал. Многие случаи половой недееспособности людей, связанных с гомосексуализмом, возникают именно потому, что они превратили свою жизнь в игру. Гомосексуалист напрасно тратит огромное количество времени и энергии, которые можно было бы использовать в других целях. Анализ игр может помочь ему и его партнеру наладить свою жизнь так, чтобы наслаждаться всеми ее благами, а не посвящать себя собственной версии игры "Подумайте, какой ужас!"

## 3. "Динамо".

**Тезис.** В эту игру обычно играют мужчина и женщина. Более точным названием для нее, особенно для менее серьезных вариантов, наверное, было бы "Катись отсюда" или "Благородный гнев". Игра может вестись с разной степенью интенсивности.

1. "Динамо" или "Катись отсюда" *первой степени* популярна на вечеринках и состоит, в основном, из легкого флирта. Женщина (Уайт) демонстрирует свою доступность, затем с удовольствием принимает ухаживания мужчины. Как только он показал свое небезразличное отношение к ней, можно считать, что игра закончена. Если женщина вежлива, она, возможно, вполне искренне скажет ему: "Мне очень приятны ваши комплименты. Большое спасибо" и отправится на поиски следующей жертвы. Если она не столь благородна, то может просто бросить его и исчезнуть. Женщина, достаточно искусная в этой игре, может играть в нее на протяжении всего вечера, так что мужчине приходится прибегать к довольно сложным маневрам, чтобы следовать за ней, не привлекая к себе слишком большого внимания.

2. В игре "Динамо" или "Благородный гнев" *второй степени* Уайт (женщина) получает удовольствие от домогательств Блэка лишь попутно. Главное ее удовольствие состоит в том, чтобы отвергнуть его (поэтому игра иногда называется "Отвяжись, нахал"). Уайт заставляет Блэка скомпрометировать себя гораздо более явно, чем при легком флирте (в игре первой степени), а затем, оттолкнув его, наслаждается его замешательством. Несомненно, сам Блэк совсем не так беспомощен, как кажется; ему пришлось затратить довольно много усилий, чтобы оказаться в подобной ситуации. Как правило, он играет в разновидность игры "Бейте меня".

3. "Динамо" *третьей степени* — это жестокая игра, которая может иметь тяжелые последствия, вплоть до суда, убийства или самоубийства. Уайт (женщина) склоняет Блэка к компрометирующему интимному контакту, а затем заявляет, что он изнасиловал ее или причинил ей какой-то невосполнимый ущерб. В наиболее циничном варианте Уайт начинает свою атаку сразу после близости с мужчиной фальшивым воплем: "Насилуют!" Если женщина хочет выдать случившееся за изнасилование, она может найти союзников, либо за деньги, либо из числа любителей покопаться в мрачных историях (представителей прессы, полиции, адвокатов и родственников). Однако иногда эти сторонние наблюдатели могут предать женщину, так что она теряет инициативу и станет орудием в их играх.

В некоторых случаях посторонние наблюдатели могут выполнять другую функцию. Они навязывают Уайт игру, к которой она совсем не скромна, потому что у них на уме другая игра. "А ну-ка, подеритесь". Они ставят ее в ситуацию, при которой, чтобы сохранить репутацию или избежать позора, ей приходится кричать "Насилуют!". Это особенно часто происходит с молодыми девушками. Они не имеют ничего против продолжения любовной связи, но из-за того, что интимные отношения стали предметом широкого обсуждения, они вынуждены превратить свой роман в игру "Динамо" третьей степени.

В одной библейской истории осмотнительный Иосиф Прекрасный отказался участвовать в этой игре, после чего жена Потифара проделала совершенно классическое переключение на игру "А ну-ка, подеритесь". Это превосходная иллюстрация обычной реакции заядлого игрока на антитезис, а также тех опасностей, которые подстерегают людей, отказывающихся играть в игры.

Сочетание этих двух игр образует игру "Шантаж". В ней женщина, соблазнив Блэка, кричит: "Насилуют!", после чего в игру вступает ее муж, который шантажом вымогает у Блэка деньги.

У игры "Динамо" тот же детский прототип, что и у игры "Фригидная женщина": девочка побуждает мальчика унизиться или запачкаться, а потом смеется над ним. Это прекрасно описал Мозэм<sup>22</sup> в книге "Бремя страстей человеческих" и Диккенс в "Больших ожиданиях". Здесь это игра второй степени. Более серьезная форма игры, приближающаяся к третьей степени, встречается в труппах.

**Антитезис.** Способность мужчины избежать вовлечения в игру или хотя бы удержать ее под контролем зависит от его умения отличить выражение истинных чувств от хода в игре. Если он умеет держать ситуацию под контролем, он может получить большое удовольствие от легкого флирта в игре "Катись отсюда".

С другой стороны, трудно придумать какой-нибудь безопасный антитезис к маневру жены Потифара — разве что спешно отбыть в неизвестном направлении.

В 1938 году автор этих строк познакомился с неким пожилым "Иосифом", который тридцать два года тому назад, бросив все, поспешно уехал из Константинополя после того, как во время делового визита в гарем одна из жен султана загнала его в угол. Ему пришлось оставить свою лавку и, прихватив с собой запас золотых франков, навсегда уехать из Константинополя.

**Родственные игры.** Варианты игры "Динамо", где главным действующим лицом является мужчина, приобрели печальную известность в коммерческих ситуациях: "В постели режиссера" (а потом она так и не получает роли) и "Сядь ко мне на колени" (а потом ее все-таки увольняют).

**Анализ:** приводимый ниже, относится к игре "Динамо" третьей степени, поскольку в ней все элементы игры выражены особенно наглядно.

**Цель:** злонамеренная месть.

**Роли:** Соблазнительница, Волокита.

**Иллюстрации.** 1) "Я на тебя пожалуюсь, грязнуля противный"; 2) обесчещенная женщина.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый (мужчина): "Извините, если я зашел дальше, чем вам бы хотелось". Взрослый (женщина): "Вы оскорбили меня и должны поплатиться за это в полной мере".

**Психологическая парадигма:** Ребенок — Ребенок; Ребенок (мужчина): "Видишь, как я неотразим"; Ребенок (женщина): "Ну что, попался негодяй!"

<sup>22</sup> Мозэм, Уильям Сомерсет (1874-1965) — английский писатель.

**Ходы:** 1) женщина — обольщение; мужчина — контрбольщение; 2) женщина — капитуляция; мужчина — победа; 3) женщина — нападение; мужчина — крах.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — выражение ненависти и проекция вины; 2) внешнее психологическое — избегание эмоциональной сексуальной близости; 3) внутреннее социальное — "Ну что, попался негодяй"; 4) внешнее социальное — "Подумайте, какой ужас!"; "Судебное разбирательство", "А ну-ка, подеритесь"; 5) биологическое — обмен сексуальными и агрессивными транзакциями; 6) экзистенциальное — "Меня не в чем упрекнуть".

#### 4. "Чуллок".

**Тезис.** Эта игра относится к той же группе, что и "Динамо". Ее наиболее очевидное свойство — эксгибиционизм, который по своей природе близок к истеричности. Например, женщина приходит в незнакомую компанию, и, еще не успев освоиться, вызывая приподнимает ногу, привлекая к себе всеобщее внимание, и восклицает: "Ах, боже мой, у меня чулок пополз!" Это делается с расчетом возбудить сексуальный интерес у мужчин и разозлить остальных женщин. Конечно, на любые замечания относительно ее поведения Уайт отвечает протестами, призванными свидетельствовать о ее невинности, или же встречными обвинениями. Это делает игру похожей на классический вариант "Динамо". Отличительной чертой является отсутствие у Уайт умения адаптироваться в ситуации. Она почти никогда не стремится понять, что за люди ее окружают, или дождаться подходящего момента для своего маневра. Поэтому ее ход сразу же бросается в глаза как неуместный и ставит под угрозу ее взаимоотношения с другими членами группы. Несмотря на некоторую поверхностную "утонченность", она так всю жизнь и не может понять, что с ней происходит, так как судит о людях слишком цинично. Ее цель — показать, что окружающие ее люди похотливы, причем ее Ребенок и Родитель надувают ее Взрослого и не дают ему заметить ее собственное вызывающее поведение и здравомыслие большинства окружающих ее людей. Следовательно, эта игра саморазрушительная.

Женщины с более ярко выраженной патологией, имеющие большой бюст, часто сидят, заложив руки за голову, чтобы привлечь к нему внимание. Иногда они дополнительно привлекают внимание, упомянув о размере бюста или о какой-нибудь своей болезни, например, опухоли.

Смысл Игры состоит в том, что женщина демонстрирует своим поведением сексуальную доступность. Поэтому игра может приобретать и более символический вид, когда в нее играют недавно овдовевшие женщины, неискренне демонстрирующие свое положение вдовы.

**Антитезис.** Характерной чертой женщин этого типа является не только плохая адаптация, но и неприятие антитезисного поведения. Если подготовленная психотерапевтическая группа игнорирует игру таких женщин или противодействует ей, то они могут перестать посещать консультацию. В этой игре особенно следует разграничивать антитезис и "репрессии", ибо последние означают победу Уайт. В игре "Чуллок" женщины более изобретательны по части контрходов, чем мужчины, которые, впрочем, мало заинтересованы в том, чтобы игра прекратилась. Таким образом, лучше всего оставить антитезис на усмотрение женщин.

#### 5. "Скандал".

**Тезис.** Классический вариант этой игры обычно разыгрывается между авторитарным отцом и дочерью подростком. Причем мать в такой семье чаще всего сексуально заторможена. Отец приходит с работы и начинает придирается к дочери, а она в ответ грубит. Первый ход может сделать также и дочь. Нагло разговаривая с отцом, она вызывает придирки с его стороны. Постепенно и голоса становятся громче, и ссора набирает силу. Исход зависит от того, на чьей стороне инициатива. Существуют три возможных исхода 1) отец уходит в свою комнату, хлопнув дверью; 2) дочь уходит в свою комнату, хлопнув дверью; 3) оба расходятся по своим комнатам, хлопнув дверью. В любом случае конец игры "Скандал" отмечен хлопаньем дверью. "Скандал" является мучительным, но эффективным способом решения сексуальных проблем, которые возникают в некоторых семьях между отцом и дочерью-подростком. Они могут жить под одной крышей, только если постоянно злятся друг на друга и периодически хлопают дверью, что для каждого из них подчеркивает, что они спят в разных комнатах.

В испорченных семьях игра может принять мрачную и отталкивающую форму: отец поджидает дочь, ушедшую на свидание, чтобы после ее возвращения тщательно осмотреть дочь, ее одежду и убедиться в том, что она осталась невинной. Малейшее подозрительное обстоятельство нередко вызывает ужасный скандал, в результате которого дочь могут выгнать из дому среди ночи. В конце концов события развиваются в худшем для семьи направлении и подозрения отца оправдываются. Тогда он устраивает скандал и выкладывает все матери, которая беспомощно наблюдала за развитием событий.

В "Скандал" могут играть два любых человека, стремящихся избежать сексуальной близости. Например, игра "Фригидная женщина", как правило, кончается именно этим. Игра "Скандал" относительно редко встречается между мальчиками-подростками и их родственниками, поскольку мальчикам легче вечером уйти из дому, чем любым другим членам семьи. В более раннем возрасте братья и сестры могут получить некоторое удовлетворение с помощью драки. Эта схема поведения в разном возрасте имеет различные мотивации. В США она приобрела, на наш взгляд, полуритуальную форму, санкционированную как телевидением, так и официальными педагогами и педиатрами. Среди английских "высших классов" драка считается (или считалась раньше) дурным тоном, поэтому не нашедшая выхода энергия расходуется в регулируемых строгими правилами "Драках" на игровом Поле.

**Антитезис.** Для отца эта игра не столь неприятна, как ему хотелось бы думать. Обычно антитезисный ход делает дочь, находя спасение в раннем, часто скороспелом или навязанном браке.

Когда это психологически возможно, антитезисный ход может сделать мать, отказавшись от своей относительной или абсолютной фригидности. Игра может утихнуть, если отец заведет интимную связь на стороне. Но это чревато другими осложнениями. Если в "Скандал" играют супруги, антитезис должен быть тот же, что и в игре "Фригидная женщина" или "Фригидный мужчина".

При соответствующих обстоятельствах "Скандал" вполне закономерно приводит к игре "Судебное разбирательство".

## Игры преступного мира.

В работе судов и исправительных учреждений все чаще стала участвовать так называемая "служба помощи", а криминалисты и чиновники, наблюдающие за соблюдением законов, стали более образованными. В связи с этим мы предлагаем всем заинтересованным лицам наш анализ некоторых игр, встречающихся в преступном мире (как в тюрьме, так и за ее пределами). К их числу мы отнесли:

"Полицейские и воры", "Как отсюда выбраться" и "Давай надуем Джо".

### 1. "Полицейские и Воры" (Пив).

**Тезис.** Поскольку большинство преступников ненавидят полицейских, то от умения перехитрить их они получают порой не меньше удовольствия, чем от награбленной добычи. На уровне Взрослого их преступления представляют собой игры ради материального выигрыша, ради добычи, но на уровне Ребенка их увлекает волнение, связанное с самим приключением: то, как им удалось ускользнуть или обмануть погоню.

Как ни странно, но детским прототипом "Полицейских и воров" будет игра в прятки, где существенным элементом является огорчение по поводу того, что тебя отыскали. Эта особенность становится очевидной в игре с маленькими детьми. Если отец нашел ребенка слишком быстро, то малыш огорчается, так как не успел вволю повеселиться. Но если отец — хороший игрок, он знает, как надо себя вести: он никак не может найти сына, и тогда тот подает ему сигнал каким-нибудь звуком. Таким образом, мальчик вынуждает отца найти его, но при этом все равно показывает, что огорчен. Однако на этот раз ребенку удалось повеселиться побольше и он дольше пробыл в напряжении. Если отец сдается, сын чувствует не торжество, а разочарование. Поскольку ребенку удалось извлечь весь возможный интерес из самих прятков, то, значит, дело не в них. Сын разочарован, потому что его не поймали. Когда приходит очередь отца прятаться, то он не должен оказаться намного хитрее сына. Родителю следует быть хитрым настолько, насколько нужно для того, чтобы мальчик получил удовольствие. И конечно, у отца должно хватить ума прикинуться огорченным, когда его найдут. Вскоре становится ясно, что настоящая кульминация игры — когда тебя нашли.

Поэтому прятки — это не просто времяпрепровождение, а настоящая игра. На социальном уровне она представляет собой соревнование в хитроумии и приносит наибольшее удовлетворение, когда Взрослый каждого игрока проявляет себя наилучшим образом. Но на психологическом уровне она выглядит как навязанная азартная игра, в которой Взрослый Уайта должен проиграть, чтобы дать возможность выиграть Ребенку. Фактически не дать себя поймать означает применить **Антитезис**. Среди детей постарше ребенок, придумавший такое место, где его не могут найти, считается плохим игроком, потому что он портит всю игру. Он уничтожил компонент Ребенка и превратил всю игру во Взрослую процедуру. Он играет не для того, чтобы повеселиться.

Преступники, по-видимому, делятся на два типа: те, кто видит в преступлении только материальную выгоду, и те, кого в основном привлекает игра. Большое число преступников составляет промежуточную группу: они могут действовать, исходя то из одних, то из других побуждений.

Интересующий нас тип игрока в ПИВ чем-то напоминает "Алкоголика". Человек может попеременно играть то роль Полицейского, то роль Вора. Иногда днем он играет роль Родителя-Полицейского, а с наступлением темноты превращается в Ребенка-Вора. У многих Воров в душе сидит Полицейский, а у многих Полицейских — Вор. Если преступник исправился, он может взять на себя роль Спасителя и стать работником службы помощи или других социальных организаций. Но в этой игре Спаситель гораздо менее важен, чем в игре "Алкоголик". Однако нередко игрок принимает роль Вора на всю жизнь, причем каждый из преступников чаще всего обладает своим собственным *modus operandi* (способ действия), приводящим к его поимке: он может облегчить работу полиции или затруднить ее.

Очень похожа на описанную выше ситуация с азартными игроками. На социальном или социологическом уровне "профессиональным игроком" считается тот, у кого азартная игра составляет главный интерес в жизни. Но на психологическом уровне профессиональные игроки подразделяются на две группы. К первой группе мы относим людей, которые почти все время тратят на игру, то есть играющие со своей Судьбой. Ко второй группе относятся владельцы игорных домов, люди, организующие азартные игры, которые этим зарабатывают себе на жизнь. Сами они стараются избегать азартных игр, хотя время от времени, при определенных обстоятельствах, они дают себе волю и с удовольствием принимают участие в игре, точно так же как профессиональный преступник иногда позволяет себе поиграть в ПИВ.

Может быть, этим объясняется положение, при котором психологическое и социологическое изучение преступности у нас в основном расплывчато и непродуктивно. До сих пор рассматривались две различные категории людей, которые невозможно адекватно разграничить в рамках обычного теоретического и эмпирического подхода. То же самое относится и к изучению азартных игроков. Трансакционный анализ и анализ игр помогают решить эту задачу. Они устраняют неопределенность, проводят трансакционное разграничение между азартными игроками и хладнокровными профессионалами не только на социальном, но и на более глубоком психологическом уровне.

Теперь перейдем от общих утверждений к конкретным примерам.

...Некоторые взломщики делают свою работу без единого лишнего движения. Но взломщик, играющий в "Полицейских и воров", обязательно оставит свою "визитную карточку", совершив какую-нибудь бессмысленность, например испачкает грязью дорогую одежду. Судя по полицейским отчетам, профессиональные налетчики при ограблении банка принимают все возможные меры предосторожности, чтобы избежать насилия. А налетчик, играющий в ПИВ, ждет предлога, чтобы сорвать на ком-нибудь свою злость. Профессиональный преступник стремится сделать свою работу настолько аккуратно, насколько позволяют обстоятельства. А преступник, играющий в ПИВ, во время "работы" должен как бы "спускать пары". Считается, что преступник-профессионал не приступает к работе до тех пор, пока не предпримет необходимых мер, чтобы обезопасить себя на случай, если придется иметь дело с законом. А игрок не прочь сразиться с законом "голыми руками". Профессиональные преступники прекрасно осведомлены о существовании игры ПИВ, но сами они в нее не играют. Может быть, поэтому профессиональные преступники реже попадают к полиции и поэтому социологические, психологические и психиатрические аспекты их поведения меньше изучены. То же самое можно сказать и в отношении азартных игроков.

Примером того, насколько широко распространена самая простая форма игры ПИВ, является клептомания (в противоположность профессиональным магазинным ворами).

Вполне возможно, что очень большой процент представителей западной цивилизации любят играть в ПИВ в своем воображении. Именно по этой причине так бойко расходятся в нашем полушарии газеты с описанием разных преступлений. Многие разрабатывают мысленные планы "идеального убийства", представляющего собой самый опасный из всех вариантов этой игры — он предполагает полное торжество преступника над полицией.

*Варианты "ПИВ":* "Ревизоры и воры". В нее играют растратчики по тем же правилам и с тем же исходом; "Таможенники и воры" — в нее играют контрабандисты. Особый интерес представляет собой преступный вариант игры "Судебное разбирательство". Несмотря на все предосторожности, профессионального преступника время от времени все же арестовывают, и он предстает перед судом. Для него "Судебное разбирательство" является процедурой, которую он выполняет, следуя инструкциям своих адвокатов. А для многих адвокатов "Судебное разбирательство", по существу, представляет собой Игру с присяжными, и цель ее — выиграть, а не проиграть.

**Антитезис.** Он входит в компетенцию не психиатров, а криминалистов. Полиция и весь судебный аппарат не относятся к антитезисным организациям. Напротив, они исполняют свои роли в игре, следуя правилам, которые предписывает им общество.

Однако надо подчеркнуть одну особенность. Исследователи-криминалисты иногда шутят, что некоторые преступники ведут себя так, будто им нравится преследование, и они стремятся быть пойманными. Тем не менее, эти исследователи почти не склонны учитывать этот чересчур "академический" фактор и считать его решающим в их "серьезной" работе. Во-первых, стандартные психологические методы исследования не позволяют им обнаружить этот элемент поведения преступника, поэтому исследователь может пройти мимо такого важного момента, так как он непостижим с помощью обычных методов анализа. В этой связи исследователям, возможно, пойдет на пользу, если они отбросят старые методы и посмотрят на проблему свежим взглядом. До тех пор, пока не будет признано, что ПИВ представляет собой не просто интересную аномалию, но в большинстве случаев объясняет самую суть дела, значительная часть криминалистических исследований будет по-прежнему сосредоточена на тривиальностях, окаменевших теориях и вопросах, не стоящих внимания и не имеющих отношения к делу. В связи с изложенным, в качестве примера расскажем об одном случае, описанном в американском журнале по психиатрии.

В статье приводился яркий пример трагического варианта игры "Полицейские и воры". Молодой человек двадцати трех лет застрелил свою невесту, а потом пошел и сдался полиции. Причем это было нелегко сделать, потому что полицейские не верили его истории. Ему пришлось повторить свой рассказ четыре раза. Позже он сказал: "Мне всегда казалось, что я обречен кончить свою жизнь на электрическом стуле. А если мне так казалось, значит, так и должно было случиться". Автор замечает, что было бы нелегко ожидать от обычных присяжных, чтобы они оказались в состоянии понять представленное на суде сложное психиатрическое заключение, к тому же изложенное на профессиональном языке. В терминах анализа игр центральный пункт можно было бы сформулировать простыми словами, не употребляя громоздких научных выражений: по причинам, ясно изложенным на суде, еще будучи девятилетним мальчиком, он решил, что ему суждено окончить свои дни на электрическом стуле. Всю дальнейшую жизнь он идет к этой цели, и, используя свою возлюбленную в качестве мишени, в конце концов создает необходимую ситуацию.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня".

**Цель:** самоутверждение.

**Роли:** Вор, Полицейский (Судья).

**Специальная парадигма:** Родитель — Ребенок; Ребенок: "Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня"; Родитель: "Это моя обязанность".

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок; Ребенок: "Ты должен поймать меня"; Родитель: "Вот ты где!"

**Ходы:** 1) А — вызов; Б — негодование; 2) А — скрывается; Б — безрезультатно его ищет; 3) А — провокация; Б — победа.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — материальная компенсация за старые обиды; 2) внешнее психологическое — уход от фобии; 3) внутреннее социальное — "Посмотрим, сможешь ли ты поймать меня". 4) внешнее социальное — "Мне почти удалось остаться безнаказанным" (временное препровождение: "Им почти удалось остаться безнаказанными"); 5) биологическое — скандальная известность; 6) экзистенциальное — "Мне всю жизнь не везло".

## **2. "Как отсюда выбраться?".**

**Тезис.** Известно, что лучше всего выживают заключенные, которые структурируют время заключения деятельностью, времяпрепровождением или с помощью игры. Излюбленный вид деятельности в одиночном заключении — чтение или написание книг, а излюбленное времяпрепровождение — побег.

Излюбленная игра заключенных — "Как отсюда выбраться" ("Хочу выйти"). В нее играют также и в психиатрических больницах. Следует отличать эту игру от операции под тем же названием, известной также как "Хорошее поведение". Заключенный, действительно желающий выйти на свободу, находит способ поладить с начальством, так что его могут освободить при первой же представившейся возможности. В наши дни этого нередко можно достигнуть с помощью умелой игры в "Психиатрию" типа "Психотерапевтическая группа". Что касается игры "Хочу выйти", в нее обычно играют заключенные, Ребенок которых не хочет выйти на свободу. Они симулируют хорошее поведение, но в решающий момент срываются специально для того, чтобы избежать

освобождения. Следовательно, при операции "Хорошее поведение" Родитель, Взрослый и Ребенок, сотрудничая друг с другом, добиваются освобождения. В игре "Хочу выйти" Родитель и Взрослый следуют предписанному поведению до критического момента, пока Ребенок из-за страха перед ненадежным внешним миром перехватывает у них инициативу, и все идет насмарку. Игру "Хочу выйти" наблюдали в тридцатые годы среди подверженных психопатическим расстройствам иммигрантов из Германии. Когда их состояние улучшалось, они просили выписать их из больницы, но по мере приближения дня освобождения психопатические симптомы возвращались.

**Антитезис.** Бдительные администраторы умеют узнавать и "Хорошее поведение", и "Хочу выйти" и справляться с ними своими силами. А вот новички в психотерапевтических группах зачастую на эту удочку попадают. Опытный психотерапевт, проводящий групповые занятия, знает, что эти игры чаще всего встречаются в тюрьмах у заключенных с психиатрическими отклонениями, и будет стараться учитывать их, особенно на самых ранних этапах занятий. Поскольку "Хорошее поведение" представляет собой достаточно честную операцию, то к ней можно относиться соответствующим образом и, не боясь вреда, открыто все обсуждать. Игра "Хочу выйти", напротив, требует активного лечения, чтобы привести напуганного заключенного в нормальное психическое состояние.

**Родственные игры.** Близкой по своей сути к игре "Хочу выйти" является операция "Вы должны меня выслушать". Она состоит в том, что обитатель исправительного или лечебного учреждения требует выслушать его жалобы. Сами жалобы часто не имеют отношения к делу. Главная цель просителя — убедиться, что администрация согласна его выслушать. Если администраторы по ошибке решат, что проситель ждет каких-то действий по устранению причин жалобы, и в этой связи откажутся его выслушать, это может привести к неприятностям. Если они согласятся пойти ему навстречу и попытаются устранить причины жалоб, то поток их лишь увеличится. Если же представители администрации просто выслушают его, терпеливо и с интересом, то игрок в "Вы должны меня выслушать" будет вполне удовлетворен, даже будет готов сотрудничать с администрацией и больше ничего не станет требовать. Администраторы должны уметь отличать игру "Вы должны меня выслушать" от серьезных требований, в связи с которыми следует предпринимать незамедлительные меры.

К этому семейству принадлежит еще одна игра — "Пришили дело". Профессиональный преступник может вопить: "Пришили дело!", искренне желая выйти на свободу. По заключенный, для которого это игра, не будет всерьез пытаться освободиться под таким предлогом. Иначе — если ему это удастся — у него больше не будет причины вопить и буянить.

### 3. "Давай надуем Джо" (ДНД).

**Тезис.** Примером долговременной игры в ДНД может быть мошенничество. Сюда же относятся разные мелкие проступки, а также шантаж. Проиграть в ДНД может только человек, у которого мания воровства, как говорят, в крови, потому что в качестве первого хода Блэк говорит Уайту, что простофиля Джо только и ждет, чтобы его обманули. Если бы Уайт был абсолютно честен, то он либо отказался бы принимать участие в игре, либо предупредил бы Джо. Но он не делает ни того, ни другого. И обычно в тот момент, когда Джо вот-вот должен попасть в просак, что-то вдруг происходит не так, как было задумано, и Уайт обнаруживает, что это он оказался в проигрыше.

А в игре "Шантаж" Джо, как правило, входит в комнату именно тогда, когда ему должны были "наставить рога" И тогда Уайт, поступавший в соответствии с собственными правилами, вдруг обнаруживает, что теперь ему придется принять правила Джо, которые ему совсем не по душе.

Как ни странно, предполагается, что жертва (Уайт) знает правила ДНД и будет их придерживаться. Шайка жуликов предвидит возможность того, что Уайт донесет на них в полицию. Это не будет поставлено ему в вину, наоборот, ему даже предоставляется некоторая свобода лгать полиции, чтобы спасти свое "доброе" имя. Но если он заходит слишком далеко и бестактно обвиняет своих партнеров в грабеже, это уже — обман, вызывающий у преступников возмущение. С другой стороны, попавшийся на мелкой краже мошенник, который, например, опустошил карманы пьяного, вызывает мало сочувствия у своих партнеров, поскольку он должен был знать, что так не делается. То же самое относится и к мошеннику, который был достаточно глуп, чтобы избрать своей жертвой человека с чувством юмора, так как он вряд ли будет соблюдать правила ДНД все время вплоть до последней стадии игры "Полицейские и воры". Опытные мошенники опасаются людей, которые смеются, обнаружив, что их обманули.

Следует отметить, что розыгрыш не является вариантом ДНД, поскольку при розыгрыше достается именно Джо. В игре ДНД, напротив, Джо становится победителем, а пострадавшей стороной оказывается Уайт. Розыгрыш относится к времяпрепровождениям, а ДНД — это игра, в которой розыгрыш чаще всего оборачивается против ее исполнителя.



Игра ДНД в основном рассчитана на трех или четырех участников (четвертым партнером обычно бывает полиция). Она имеет много общего с игрой "А ну-ка, подеритесь".

## Игры на приеме у психотерапевта.

Чрезвычайно важно, чтобы профессиональный психотерапевт, занимающийся анализом игр, знал, какие игры постоянно повторяются в психотерапевтических ситуациях. Их можно без труда наблюдать на приеме во время консультации. В зависимости от роли Водящего, они могут подразделяться на три типа.

1. Игры, в которые играют психотерапевты и другие представители службы помощи: "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" и "Психиатрия".

2. Игры, в которые играют люди с медицинским образованием, входящие в качестве пациентов в состав психотерапевтических групп, например "Оранжевая".

3. Игры, в которые играют пациенты и клиенты: "Неумущий", "Крестьянка", "Дурачок" и "Калека".

### 1. "Оранжевая".

**Тезис.** Эта игра — вариант "Психиатрии". Наиболее активно в нее играют молодые ученые — представители гуманитарных наук, например психологи. Эти молодые люди в компании своих коллег часто играют в "Психоанализ", как правило, в шуточной форме, употребляя такие, например, фразы: "Здесь проявляется ваша агрессивность" или "До какой степени автоматизма может дойти защитный механизм?". Чаще всего это совершенно безобидное и приятное времяпрепровождение. Оно знаменует естественный этап их обучения. Если же в группе есть несколько оригиналов, то оно может стать очень забавным. (Моя любимая фраза: "О, я вижу, у нас опять в разгаре месячник фрейдистских ошибок"<sup>23</sup>) В роли пациентов психотерапевтической группы такие люди имеют тенденцию с удовольствием и уже не шутя предаваться взаимной критике но, поскольку в такой ситуации это не слишком продуктивное поведение, психотерапевту, возможно, придется пресечь его. В этом случае их поведение может перерасти в игру "Оранжевая".

Недавние выпускники медицинских факультетов, как правило, обладают преувеличенным почтением к тому, что они называют "подлинными чувствами". Выражению этих чувств может предшествовать торжественное предупреждение о грядущем порыве откровенности. Затем данное чувство описывается или, скорее, преподносится группе как редкий цветок, на который следует смотреть с благоговением. Реакции других участников группы воспринимаются с подобающей случаю серьезностью, а сами участники напускают на себя вид знатоков, прогуливающих в ботаническом саду. Создается представление, что проблема (на профессиональном языке анализа игр) состоит лишь в том, до какой степени данное чувство редко и достойно быть представленным в "Национальной галерее чувств".

Психотерапевт, прервавший это обсуждение неуместным вопросом, может вызвать настоящее негодование, словно он бесчувственный невежда, изуродовавший своими неуклюжими руками хрупкие лепестки экзотического растения. Психотерапевт, напротив, вполне естественно полагает, что для того, чтобы исследовать анатомию и физиологию цветка, его, возможно, придется препарировать.

**Антитезис.** Совершенно необходим для успешной психотерапии. Состоит в ироническом подходе к ситуации, которую мы продемонстрировали в приведенном выше описании. Если не прервать эту игру, она будет продолжаться годами, никак не изменяясь. В результате у пациента появится ощущение, будто бы он приобрел "опыт психотерапевтического лечения", в процессе которого он "проявлял враждебность" и научился "не бояться осознавать свои чувства", поэтому теперь он имеет преимущество перед менее удачливыми коллегами. А между тем скорее всего ничего по-настоящему важного с ним не произошло, и время, потраченное на его лечение, не было использовано с максимальным терапевтическим эффектом.

Ирония, содержащаяся в описании игры, направлена не против пациентов, а против их учителей и той культурной среды, которая поощряет подобную сверхтонкость. Вовремя сделанное скептическое замечание может успешно помочь им избавиться от пустого тщеславия Родителя и установить менее сконцентрированные на себе, а следовательно, более здоровые взаимоотношения с другими людьми. Вместо того чтобы культивировать свои чувства в душевной

<sup>23</sup> В оригинале используется термин "парапраксис" в качестве обозначения очевидных ошибок в поведении, типа оговорок или забывания знакомого имени, известных в психоанализе под названием "фрейдистские ошибки".

атмосфере оранжереи, они должны дать им возможность произрастать естественным образом и срывать плоды, когда они созреют.

Наиболее очевидным в этой игре является внешнее психологическое "вознаграждение", поскольку оно дает возможность избежать близости, особым образом обставляя ситуацию, в которой можно выразить свои чувства, и накладывая ограничение на реакцию присутствующих.

## 2. "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" (ЯППВ).

**Тезис.** В эту игру могут играть не только психотерапевты и работники служб помощи, но и представители других профессий. Но чаще всего и в наиболее выраженной форме она встречается именно среди консультантов служб помощи с определенным типом подготовки. Характер этой игры прояснился для нас при любопытных обстоятельствах. Компания играла в покер, и все игроки, кроме двух, уже вышли из игры. Один из оставшихся был бизнесменом, другой — психологом-исследователем. Бизнесмен, у которого на руках были хорошие карты, объявил ставку; психолог, у которого был беспроигрышный расклад, повысил ее. Бизнесмен был явно озадачен, и тогда психолог шутливо заметил: "Не расстраивайтесь, я всего лишь пытаюсь помочь вам". Бизнесмен слегка поколебался, но в конце концов выставил свои фишки. Тогда психолог показал свой выигрышный расклад, а его партнер с досадой бросил карты. Теперь все присутствующие могли посмеяться над шуткой психолога, а проигравший уныло заметил: "Помогли, ничего не скажешь!" Психолог бросил многозначительный взгляд автору этих строк, как бы давая понять, что его шутка — это камешек в огород психотерапии. Именно в этот момент нам и стала ясна структура игры.

Работник службы помощи или терапевт (неважно, какой специализации) дает пациенту какой-то совет. При следующем посещении пациент сообщает, что предложение не произвело желаемого эффекта. Консультант, пожав плечами, покорно принимает известие о неудаче и делает следующую попытку. Если он прислушается к себе, то в этот момент может почувствовать нечто вроде приступа отчаяния, но он все равно сделает следующую попытку. Обычно он не испытывает потребности разобраться в собственных мотивах, поскольку знает, что многие его подобным же образом обученные коллеги делают то же самое и что он следует "правильной" процедуре и потому получит полную поддержку от начальства.

Если психотерапевт столкнется с игроком, не собирающимся отступить (например, с обсессивным<sup>24</sup> характером), то ему будет все труднее поддерживать свое ощущение адекватности. Это означает, что ситуация будет медленно ухудшаться. В самом худшем случае его клиентом может оказаться разозленный параноик, который в один прекрасный день ворвется к нему в ярости, восклицая: "Посмотрите, до чего вы меня довели!" Вот тогда его отчаяние выплеснется наружу, и он скажет (или только подумает): "Но ведь я всего лишь пытался помочь вам!" Людская неблагодарность приведет его в смятение и причинит сильную боль, указывая тем самым на сложные мотивы, лежащие в основе его собственного поведения. Именно это смятение и есть кульминация игры.

Не следует путать людей, оказывающих истинную помощь другим, с игроками в "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" (ЯППВ). "Я думаю, эта проблема разрешима", "Я знаю, что надо делать", "Меня назначили оказать вам помощь" и "Мой гонорар за помощь вам будет..." отличаются от игры "Я всего лишь пытаюсь помочь вам". В первых четырех случаях работник делает честное Взрослое предложение: предоставляет в распоряжение попавшего в беду пациента свои профессиональные умения.

Что же касается ЯППВ, игра имеет скрытый мотив, который оказывает большее влияние на ее исход, чем профессиональные умения. Этот мотив исходит из жизненной позиции, состоящей в том, что люди неблагодарны и общение с ними не приносит ничего, кроме разочарования. Перспектива успеха тревожит Родителя и побуждает к саботажу, поскольку, успех угрожает его жизненной позиции. Игрок в ЯППВ должен все время быть уверенным: как бы усердно он ни предлагал помощь, она не будет принята. Клиент реагирует на это играми "Видишь, как я стараюсь" и "Вы ничем не можете мне помочь". Более гибкие игроки в ЯППВ способны идти на компромисс: они не видят ничего плохого в том, чтобы пациент в конце концов принял помощь, если только он сделает это не сразу, а через большой промежуток времени. Поэтому психотерапевт может чувствовать себя виноватым, если достигнет успеха слишком быстро, так как знает, что на конференции сотрудников некоторые коллеги будут критиковать его за это. На противоположном полюсе от заядлых игроков в ЯППВ, какие встречаются среди работников служб помощи, находятся хорошие адвокаты — они помогают своим клиентам, избегая личной

<sup>24</sup> Обсессии (лат. *obsessio* — осада, схватывание) — разновидность навязчивых состояний, выявляющихся в переживаниях и действиях, не требующих для своего возникновения определенных ситуаций.

заинтересованности или сентиментальности. Здесь на место показного усердия приходит профессиональное мастерство.

Некоторые училища, готовящие работников служб помощи, представляют собой главным образом академию по подготовке профессиональных игроков в ЯППВ, и их выпускникам нелегко бывает воздержаться от этой игры. Ниже, при описании дополнительной игры "Неимущий", мы приведем пример, который поможет читателям понять некоторые из упомянутых выше моментов.

ЯППВ и ее варианты легко обнаружить в обыденной жизни. В нее играют друзья и родственники (например, "Могу вам это достать по дешевой цене"), а также люди, которые работают на общественных началах с детьми. Это любимая игра родителей. В качестве дополнительной к ней их отпрыск обычно играет в "Посмотрите, до чего вы меня довели". В обществе она может представлять собой вариант "Растяпы", причем ущерб наносится скорее не импульсивно, а в процессе оказания помощи. Здесь клиент заменяется жертвой, которая, возможно, играет в игру "Ну почему такое случается именно со мной?" или в один из ее вариантов.

**Антитезис.** В распоряжении профессионала имеются несколько способов справиться с приглашением поиграть в эту игру. Выбор способа будет зависеть от его взаимоотношений с пациентом, особенно от того, какой установки придерживается Ребенок пациента.

1. Наиболее радикальным и самым труднопереносимым для пациента является классический психоаналитический антитезис. Приглашение пациента поиграть в эту игру совершенно игнорируется. Он предпринимает все новые попытки. В конце концов он впадает в отчаяние, что проявляется в злости или депрессии, а это уже верный признак тою, что игра сорвалась. Подобная ситуация может привести к полезному столкновению.

2. При первом же приглашении к игре *можно* предпринять более мягкую (но по возможности не чопорную) попытку дать отпор пациенту. Психотерапевт заявляет, что для своего пациента он всего лишь врач.

3. Еще более мягкая процедура состоит в том, чтобы ввести пациента в психотерапевтическую группу и дать возможность другим пациентам урегулировать ситуацию.

4. Если пациент находится в очень возбужденном состоянии, то на начальной стадии, возможно, придется ему подыграть. Его лечением должен заниматься психиатр, который, будучи специалистом с медицинским образованием, может прописать не только лекарства, но и гигиенические процедуры, все еще весьма полезные при лечении таких случаев даже в наш век транквилизаторов. Если врач прописывает пациенту определенный гигиенический режим, который может включать ванны, упражнения, периоды отдыха и регулярное питание, то пациент может, во-первых, выполнять режим и чувствовать себя лучше; во-вторых, скрупулезно придерживаться всех указаний и жаловаться, что они ему не помогают; в-третьих, небрежно замечать, что забыл об указаниях врача и прекратил следовать режиму, потому что от всего этого нет никакого прока. В двух последних случаях психотерапевту предстоит решить: можно ли применять к пациенту анализ игр или же следует назначить какое-то другое лечение, которое подготовит его к последующему психотерапевтическому курсу. Прежде чем избрать дальнейшую стратегию, следует оценить взаимосвязь между адекватностью рекомендованного режима и склонностью пациента к играм.

Пациент, с другой стороны, может использовать следующий антитезис: "Не давайте советов, как мне помочь самому себе; я вам сам скажу, что надо делать, чтобы помочь мне". Если известно, что психотерапевт — Растяпа, то пациенту следует прибегнуть к следующему антитезису: "Не помогайте мне, помогите кому-нибудь другому". Однако заядлые игроки в "Я всего лишь пытаюсь помочь вам", как правило, не обладают чувством юмора. Антитезисные ходы пациента обычно вызывают неприязненную реакцию и могут привести к тому, что пациент наживет себе в лице психотерапевта врага. В повседневной жизни также не следует предпринимать подобные шаги, если только человек не намерен довести ситуацию до конца и готов нести ответственность за последствия. Например, презрительный отказ воспользоваться предложением родственника "достать что-то по дешевой цене" может повлечь за собой серьезные осложнения в семейной жизни.

#### **Анализ**

**Тезис:** "Никто никогда не слушает моих советов".

**Цель:** избавление от чувства вины.

**Роли:** Помощник, Клиент.

**Иллюстрации:** 1) дети учатся, родитель вмешивается в этот процесс; 2) работник службы помощи и клиент.

**Социальная парадигма:** Родитель — Ребенок; Ребенок: "Что мне теперь делать?"; Родитель: "Делай вот что...".

**Психологическая парадигма:** Родитель — Ребенок; Родитель: "Видишь, насколько я компетентен"; Ребенок: "Я сделаю так, что ты почувствуешь себя некомпетентным".

**Ходы:** 1) запрашиваются указания — указания даются; 2) указания не соблюдаются или перепутаны — порицание; 3) демонстрация ошибочности указаний — неявное извинение.

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — мученичество; 2) внешнее психологическое — помогает не замечать собственной некомпетентности; 3) внутреннее социальное — "Родительский комитет" проецирующего типа; неблагодарность; 4) внешнее социальное — "Психиатрия" проецирующего типа; 5) биологическое — упреки от клиента, "поглаживание" от начальства; 6) экзистенциальное — "Все люди неблагодарные".

### 3. "Неимуций".

**Тезис.** Лучше всего тезис этой игры, на наш взгляд, описал Генри Миллер<sup>25</sup> в своей книге "Колосс Марусси":

"Это событие, должно быть, произошло в тот самый год, когда я искал работу, не имея ни малейшего намерения найти ее. Оно напомнило мне о том, что, каким бы отчаянным ни казалось мне мое положение, я не давал себе труда даже просматривать объявления в газетах".

"Неимуций" — это одна из дополнительных игр к "Я всего лишь пытаюсь помочь вам" (ЯППВ) в той форме, в какой у нас играют консультанты служб помощи, зарабатывающие этим себе на жизнь. Столь же профессионально в игру "Неимуций" играют их клиенты, для которых она тоже способ заработать на жизнь. Автор знаком с этой игрой довольно мало, но ниже приводится ее описание данное одной из ее наиболее квалифицированных учениц и иллюстрирующее природу игры и ее место в нашем обществе.

Мисс Блэк работала в агентстве по улучшению благосостояния граждан. Цель агентства, за что оно и получало субсидию от правительства — состояла в экономической реабилитации неимуций. Фактически это означало психологическую помощь в подыскании и сохранении выгодной работы. Судя по официальным отчетам, клиенты агентства постоянно делали успехи в этом направлении, но лишь совсем немногим действительно удалось реабилитироваться. И это было вполне объяснимо (так по крайней мере полагали работники агентства), потому что большинство этих "обездоленных" состояли клиентами подобных агентств в течение нескольких лет, переходя из одного агентства в другое, а иногда они состояли на учете в пяти-шести организациях одновременно, в связи с чем становилось очевидным, что каждый из них представляет собой "трудный случай".

Мисс Блэк, получившая подготовку в проведении анализа игр, вскоре поняла, что все сотрудники агентства постоянно играли в ЯППВ, и заинтересовалась тем, как на это реагируют клиенты. Чтобы выяснить это обстоятельство, она каждую неделю начала осведомляться у своих клиентов, во сколько мест они реально обратились с целью найти работу. Она с интересом обнаружила (это теоретически предполагалось), что на словах они каждый день заняты прилежными поисками работы, но фактически они тратили на это очень мало усилий, а иногда их усилия носили до такой степени символический характер, что вызывали скорее иронию. Один из клиентов, например, сообщил миссис Блэк, что каждый день он обращался по крайней мере в одно место, найденное по объявлению.

"Какую работу вы ищете?" — спросила мисс Блэк. Он ответил, что хотел бы стать коммивояжером. "Вы обращались только по таким объявлениям?" — спросила она. Он ответил утвердительно, но заметил, что, к сожалению, его сильное заикание мешает заняться работой, которая ему по душе.

В это время слух о ее расспросах дошел до начальника, и тот сделал ей выговор за "недопустимое давление" на клиентов.

Тем не менее мисс Блэк решила, что не откажется от своей стратегии и попытается реабилитировать некоторых из своих клиентов. Она выбрала тех, кто производил впечатление абсолютно здоровых людей и, казалось, не имел особых причин и дальше получать пособие. С этой группой отобранных клиентов она обсудила игры ЯППВ и "Неимуций". И когда они уже были готовы сдать ее, она заявила, что, если они не найдут работу, она попросит не выплачивать им пособие и направит их в агентство другого типа. Несколько человек тут же нашли работу, причем некоторые из них впервые за несколько лет. Однако они были возмущены ее отношением, и кое-кто из них письменно пожаловался на нее начальству. Начальник вызвал ее к себе и еще более строго указал ей на недопустимость ее поведения, так как, несмотря на то что ее бывшие клиенты и нашли работу, они все же не были "по-настоящему реабилитированы". Он заметил, что не

<sup>25</sup> Миллер Генри (р. 1891) — американский писатель, автор трилогии о любви, в основу которой положены мемуарные исповеди, для которых характерна самообнаженность.

уверен в уместности дальнейшего пребывания мисс Блэк в штате агентства. Мисс Блэк с настойчивостью, которую она могла себе позволить, чтобы не ухудшить свое положение в еще большей степени, тактично попыталась выяснить: что значит, с точки зрения данного агентства, "по-настоящему реабилитировать". Ясности она не добилась. Ей сказали только, что она оказывала недопустимое давление на людей. А тот факт, что впервые за много лет бывшие безработные сами смогли содержать свои семьи, никоим образом не был поставлен ей в заслугу.

Поскольку мисс Блэк не хотела потерять работу (возникла реальная опасность этого), ее друзья попытались помочь ей. Уважаемый директор одной психиатрической клиники написал ее начальнику, что слышал о необычайно эффективной работе мисс Блэк с клиентами агентства, и попросил разрешить ей доложить свои результаты на конференции сотрудников его клиники. Начальник дать разрешение отказался.

В описанном случае правила игры "Неимуший" были разработаны агентством таким образом, чтобы служить дополнением к их правилам игры в ЯППВ. Между клиентом и сотрудником агентства существовало примерно следующее молчаливое соглашение:

С. (сотрудник): Я попытаюсь помочь вам (при условии, что ваше положение не улучшится).

К. (клиент): Я буду искать работу (при условии, что мне не нужно будет непременно найти ее).

Если клиент нарушал договор, улучшив свое материальное положение, агентство теряло клиента, а клиент — пособие. Таким образом, оба чувствовали себя наказанными. Если сотрудник вроде мисс Блок нарушал договор, заставив клиента действительно найти работу, наказанием для агентства служили жалобы клиента, которые могли дойти до вышестоящего начальства, а клиент опять-таки был наказан тем, что терял пособие.

До тех пор пока оба действовали в соответствии с молчаливым соглашением, каждый получал то, что хотел. Клиенту выплачивали пособие, и скоро он начинал понимать, чего от него хотят взамен: возможности "протянуть беднякам руку помощи" (как часть игры ЯППВ) плюс "клинический материал" (чтобы иметь возможность выступать на конференциях, посвященных психотерапии, "центрированной на клиенте"<sup>26</sup>). Клиент с радостью подчинялся этим требованиям и получал от этого не меньше удовольствия, чем работники агентства. Таким образом, они прекрасно ладили, и ни один из них не испытывал желания прекратить столь приятные взаимоотношения. Что же касается мисс Блэк, то, вместо того чтобы "протягивать руку помощи", она на самом деле оказала помощь и предложила терапию, центрированную не на клиенте, а на его взаимоотношениях с окружающим обществом: этим она вызвала недовольство всех заинтересованных лиц, даже несмотря на то, что она действовала в соответствии с официально объявленной целью агентства.

Следует отметить здесь два момента. Во-первых, в игру "Неимуший" (если это действительно игра, а не истинное положение дел, вызванное физической, психической или финансовой недееспособностью) играет лишь ограниченное число клиентов таких агентств. Во-вторых, игра получает поддержку только тех сотрудников, которых научили играть в ЯППВ. Другие сотрудники не станут терпеть ее столь же охотно.

К родственным играм относятся "Ветеран" и "Больница". Игра "Ветеран" обнаруживает те же взаимоотношения, что и ЯППВ. Только игра ведется между организациями, занимающимися делами ветеранов, достигших пенсионного возраста, а также тех ветеранов, которые обладают законными привилегиями, например инвалидов войны. В "Больницу" играют некоторые пациенты амбулаторного отделения крупных больниц. В отличие от "Неимуших" и "Ветеранов" пациенты, играющие в "Больницу", не получают денежной компенсации, но у них есть другие "вознаграждения". Поскольку они охотно исполняют роль как бы пособий, экспонатов при обучении медицинского персонала и дают возможность наблюдать течение болезни, то они выполняют полезную социальную функцию. Поэтому их Взрослый вполне законно чувствует удовлетворение, недоступное "Неимушим" и "Ветеранам".

**Антитезис.** Если он не противопоказан, то должен состоять в отказе от предоставления игрокам материальных благ. Риск здесь исходит не от самих игроков, как в других играх, а связан с тем фактом, что игра "Неимуший" попадает в резонанс с традицией и поощряется игроками в дополнительную к ней игру — ЯППВ. Реальная опасность грозит со стороны коллег, возмущенной публики, правительственных агентств и разного рода организаций, защищающих права бедняков. Жалобы, вызванные антитезисом к "Неимущему", могут привести к громким выкрикам: "Да, да, что вы можете сказать по этому поводу?" Эти возгласы можно рассматривать и как здоровую операцию или времяпрепровождение, даже если они при этом иногда отбивают охоту к искренности. Фактически вся американская система демократических свобод основана на

<sup>26</sup> Направление в психотерапии, основанное известным американским психиатром К. Роджерсом, посетившим в 1986 г. Москву и прочитавшим ряд лекций для советских психологов и психиатров.

возможности задавать этот вопрос. Без такой возможности на пути социального прогресса возникли бы серьезные препятствия.

#### 4. "Крестьянка".

**Тезис.** Прототипом для анализа этой игры послужил случай с крестьянкой, страдающей артритом. Ее осматривает профессор и находит случай столь интересным, что показывает больную студентам-медикам. Он не только дает характеристику ее болезни, симптомов и диагноза, но и рассказывает, как ее нужно лечить. Вся эта процедура наполняет женщину благоговейным трепетом. Затем профессор вручает ей рецепт, еще раз подробно объясняет, как нужно лечиться, и женщина отправляется домой. Она в совершеннейшем восхищении от его учености и говорит ему: "Ах, профессор, вы просто великолепны!" Однако же она так никогда и не воспользуется рецептом. Во-первых, в ее деревне нет аптеки; во-вторых, даже если бы она и была, крестьянка никогда не выпустила бы из рук рецепт — такую "святыню". Что касается остального лечения, то у нее нет никаких возможностей проводить его: ни придерживаться определенной диеты, ни принимать водные процедуры и т.д. Она просто живет, как и жила, так же искалеченная артритом, но счастливая оттого, что может всем рассказывать, какое замечательное лечение назначил ей великий профессор. Она каждый вечер с благодарностью упоминает его в своих молитвах.

Много лет спустя профессору случилось проезжать через эту деревню по пути к богатому и капризному пациенту. Он узнал крестьянку, которая кинулась целовать ему руку, напоминая о замечательном лечении, назначенном ей много лет назад. Он благосклонно принял ее поклонение и был особенно рад услышать, как помогло ей его лечение. Он был так польщен, что даже не заметил несколько не уменьшившуюся хромоту женщины.

В социальной ситуации игра "Крестьянка" может приобрести как искреннюю, так и лицемерную форму. Обе они имеют своим девизом: "Ах, вы просто великолепны, мистер Мергитройд!" (АВВММ). В искреннем варианте мистер Мергитройд, возможно, действительно великолепен. Он может быть знаменитым поэтом, художником или ученым. И наивные молодые женщины могут предпринимать длительные путешествия в надежде познакомиться с ним, чтобы потом иметь возможность сидеть у его ног, взирать на него с обожанием и идеализировать его недостатки. Более искусственная женщина, которая вполне сознательно собирается завести роман с подобным человеком или женить его на себе (при этом она восхищается им совершенно искренне), может прекрасно отдавать себе отчет в его слабостях. Она может даже использовать их, чтобы добиться своей цели. В зависимости от того, какой из этих двух типов женщин принимает участие в игре, она будет состоять либо в идеализации недостатков, либо в их использовании; при этом мы называем данную форму игры искренней, потому что женщины обоих типов действительно восхищаются деяниями своего избранника, которые они вполне способны правильно оценить.

В лицемерном варианте игры Мергитройд может быть великолепен, а может и не быть таковым, но ему приходится иметь дело с женщиной, в любом случае неспособной по-настоящему оценить его, например с женщиной легкого поведения. Она играет в игру "Я бедняжечка" и использует АВВММ как откровенную лесть, чтобы добиться своего. В глубине души она либо озадачена его поведением, либо потешается над ним. Но сам он ей безразличен, по-настоящему ее интересуют только блага и престиж, связанные с его именем.

В клинической ситуации "Крестьянка" тоже имеет два варианта, похожих на только что описанные, но с девизом "Ах, профессор, вы просто великолепны!" (АПВВ). В искреннем варианте пациентка чувствует себя хорошо до тех пор, пока верит в АПВВ; это обязывает психотерапевта вести себя безупречно во всех отношениях.

В лицемерном варианте пациентка надеется, что психотерапевт подыграет ей в АПВВ. И подумает о ней: "Вы необычайно проницательны" (ВНП). Как только ей удастся навязать ему эту позицию, она может выставить его в смешном виде и уйти к другому психотерапевту. Если же его не так легко провести, то, возможно, он окажется в состоянии помочь ей. Самый лучший способ для пациентки выиграть АПВВ — это не выздоравливать. Если она по натуре человек недоброжелательный, она может предпринять более решительные шаги, чтобы поставить психотерапевта в глупое положение.

...Одна женщина играла в АПВВ со своим психотерапевтом, причем все симптомы ее болезни не исчезали. С извинениями она распрощалась с ним и обратилась за "помощью" к весьма почитаемому ею священнику. Она затеяла ту же игру с ним. Через несколько недель она завлекла его в игру "Динамо" второй степени. Потом по секрету она сообщила своей соседке о своем разочаровании в таком замечательном человеке, каким был всегда для нее преподобный отец Блэк. Оказывается, в моменты слабости он давал ей авансы, ей — такой целомудренной и непривлекательной женщине. Конечно, зная жену священника, его можно простить, но тем не менее и т.д., и т.п. Разумеется, она проговорила совершенно неумышленно и только потом "с

ужасом" вспомнила, что ее соседка — староста церковной общины. Игру с психотерапевтом ей удалось выиграть, не выздоровев.

Игру со священником она выиграла, соблазнив его, хотя и не хотела признаваться себе в этом. А второй психотерапевт все же сумел ввести ее в психотерапевтическую группу, где она не могла проводить прежнюю тактику. Поскольку время, отведенное на ее выздоровление, теперь не было заполнено играми АПВВ и ВВП, то женщина стала более пристально анализировать свое поведение и с помощью членов группы сумела отказаться от обеих своих игр — АПВВ и "Динамо".

**Антитезис.** Прежде всего психотерапевт должен определить, с каким вариантом игры он имеет дело. В случае искреннего варианта лучше позволить пациентке продолжать игру до тех пор, пока ее Взрослый не окрепнет настолько, чтобы можно было пойти на риск и применить контрмеры. Если же психотерапевт имеет дело с лицемерным вариантом, то контрмеры можно применять при первом же удобном случае, но после того, как пациентка будет достаточно подготовлена, чтобы понять, что происходит. В этом случае психотерапевт упорно отказывается давать пациентке советы, а когда она начинает протестовать, дает понять, что она имеет дело с тщательно продуманной стратегией. Через некоторое время его отказ давать советы либо приведет пациентку в бешенство, либо ускорит появление симптомов, типичных для острого состояния тревожности. Следующий шаг зависит от состояния пациентки. Если она лишилась душевного покоя, следует применить соответствующие психоаналитические приемы, чтобы исправить ситуацию. В лицемерном варианте игры прежде всего нужно отделить Взрослого от лицемерного Ребенка, что дает возможность проанализировать игру.

Вообще говоря, рекомендуется не ввязываться в близкие отношения с поклонницами, искренне играющими в АВВММ. Любой разумный импресарио не преминет объяснить это своему клиенту.

С другой стороны женщина, играющая в лицемерный вариант АВВММ, порой оказывается интересным и умным человеком. Если ей помочь отказаться от этой игры, то она может стать замечательным другом.

## 5. "Психиатрия".

**Тезис.** Следует отличать "Психиатрию"-процедуру от "Психиатрии"-игры. Как явствует из научных публикаций, при лечении психических заболеваний используются различные эффективные методы, такие, например, как гипноз, лекарства, психоанализ, групповая психотерапия и др. Любой из методов может быть использован и в игре "Психиатрия", основанной на жизненной позиции "Я — целитель" и подкрепленной медицинским дипломом: "Здесь написано, что я — целитель". Нужно помнить, что в любом случае такая позиция конструктивна и благожелательна. Люди, играющие в "Психиатрию", могут принести большую пользу при условии, что они получили профессиональную подготовку.

У нас все же есть основание считать, что от уменьшения врачебательного рвення результаты лечения только улучшаются. Антитезис был лучше всего сформулирован несколько столетий назад Амбруазом Паре<sup>27</sup>, сказавшим следующее: "Я лечу их, но исцеляет их Бог". Каждый студент-медик учит это изречение наравне с *prim urn non posere*<sup>28</sup> и *vis medicatrix naturae*<sup>29</sup>. Психотерапевты, не имеющие медицинского образования, чаще всего не знакомы с этими старинными предостережениями. Однако жизненная позиция "Я — целитель, потому что в дипломе это написано", может порой принести вред. Думается, что эту позицию лучше бы заменить чем-нибудь вроде: "Я буду применять известные мне терапевтические процедуры в надежде, что они принесут некоторую пользу". Благодаря этому мы сможем избежать игр, основанных на следующих установках: "Поскольку я — целитель, то, если вы не выздоровеете, это ваша вина" (например, игра "Я всего лишь пытаюсь помочь вам") или "Поскольку вы — целитель, я выздоровлю благодаря вам" (например, игра "Крестьянка"). Конечно, каждый добросовестный врач обо всем этом в принципе знает, так как подобная точка зрения доводится до сознания любого врача, когда-либо практиковавшего в клинике с хорошей репутацией. Соответственно клинику можно назвать хорошей, если она заставляет своих врачей осознавать такие понятия.

С другой стороны, в "Психиатрию" чаще всего начинают играть пациенты, которых до этого лечили не слишком компетентные люди. Некоторые пациенты, например, старательно выбирают слабых психоаналитиков и переходят от одного к другому, демонстрируя невозможность своего выздоровления. А сами тем временем учатся играть во все более изощренную форму "Психиатрии". В конце концов даже первоклассный клиницист не сможет в таком случае отделить

<sup>27</sup> Паре, Амбруаз (1510-1590) — французский хирург, сыграл большую роль в превращении хирургии из ремесла в научную медицинскую дисциплину.

<sup>28</sup> Прежде всего не навреди (лат.)

<sup>29</sup> Целительная сила природы (лат.)

зерна от плевел. Пациент обращает к врачу следующую двойную транзакцию: Взрослый (этого пациента): "Я пришел к вам, чтобы вылечиться"; Ребенок (этого же пациента): "Вам никогда не удастся вылечить меня, но вы научите меня быть более умелым невротиком (то есть более умело играть в "Психиатрию)". Точно так же некоторые люди играют в игру "Душевное здоровье". Утверждение Взрослого в этой игре звучит: "Дело пойдет лучше, если я буду жить в соответствии с принципами душевного здоровья, о которых я читал или слышал".

...Некая пациентка у одного врача научилась игре "Психиатрия", у другого — игре "Душевное здоровье", а затем в результате обращения еще к одному врачу начала довольно прилично играть в "Транзакционный анализ". Когда с ней вполне откровенно обсудили ситуацию, она согласилась отказаться от игры "Душевное здоровье", но попросила оставить ей игру "Психиатрия", потому что с ней она чувствовала себя спокойнее. Психотерапевт согласился на это. В течение нескольких последующих месяцев она продолжала еженедельно рассказывать ему свои сны и интерпретировать их. Наконец — может быть, отчасти из чувства благодарности к нему — она решила, что небезынтересно попробовать понять, что же с ней происходит на самом деле. Она всерьез заинтересовалась транзакционным анализом, и это принесло хорошие результаты.

Вариантом "Психиатрии" является игра "Раскопки". В этой игре пациентка постоянно "пережевывает" детские воспоминания. Иногда она пытается заманить психотерапевта в игру "Критика", в которой она описывает свои ощущения в разных ситуациях, и он говорит и о том, что в них неправильно. Игра "Самовыражение", распространенная в некоторых психотерапевтических группах, основана на догме "Все чувства хороши". В таких группах, например, могут рукоплескать или хотя бы выражать молчаливое одобрение человеку, употребляющему грубую брань. Однако искушенная группа быстро поймет, что на самом деле это игра.

Некоторые участники психотерапевтических групп вскоре становятся крупными специалистами по выявлению игр типа "Психиатрия" и быстро дают понять новому пациенту группы, что, по их мнению, он играет в "Психиатрию" или в "Транзакционный анализ", вместо того чтобы с помощью всей группы достичь верного понимания ситуации.

...Одна женщина, ранее посещавшая группу "Самовыражения", переехав в другой город, стала посещать новую достаточно подготовленную группу. Она поведала там историю о случае инцеста<sup>30</sup>, который у нее был в юности. Этот часто повторяемый ею рассказ всегда вызывал у слушателей благоговейный ужас, но в новой группе вместо ожидаемой реакции она натолкнулась на равнодушие, которое привело ее в ярость. Она с изумлением обнаружила, что членов этой группы гораздо больше заинтересовал ее Транзакционный гнев, а не исторический инцест. Она в бешенстве выпалила слова, которые, по-видимому, считала худшим оскорблением: обвинила их в том, что они не фрейдисты. А Фрейд, между прочим, относился к психоанализу очень серьезно и избегал превращать его в игру, заявляя что он — не фрейдист.

Недавно был открыт новый вариант "Психиатрии", названный "Скажите-ка мне вот что". Он несколько напоминает популярное развлечение "Двадцать вопросов". Уайт рассказывает свой сон или какое-то происшествие, случившееся с ним, а другие члены группы, часто и психотерапевт, пытаются интерпретировать его, задавая соответствующие вопросы. Пока Уайт в состоянии ответить на вопросы, присутствующие придумывают все новые и новые, пока наконец кому-нибудь не удастся задать такой вопрос, на который Уайт не сможет ответить. После чего Блэк откидывается на спинку кресла с много значительным видом, как бы говоря: "Ага! Если бы вы смогли ответить на этот вопрос, то это, безусловно, пошло бы вам на пользу. Я свое дело сделал". (Этот вариант находится в дальнем родстве с игрой "Почему бы вам не... — Да, но"). Некоторые психотерапевтические группы в течение многих лет играют только в эту игру с минимальными изменениями и практически не продвигаются вперед. Эта игра представляет большую свободу Уайту (пациенту), так как он может подыгрывать остальным, чувствуя, что его ответы неудовлетворительны, или же он может играть против всех, отвечая без колебаний на каждый предложенный вопрос. В последнем случае скоро станут очевидными возмущение и смятение других игроков, потому что он словно говорит им. "Ну вот, я ответил на все ваши вопросы, однако вы мне ничем не помогли, кто же вы после этого?"

В игру "Скажите-ка мне вот что" играют обычно в школе, когда ученики знают, что должны ответить на вопрос учителя не на основе разумных рассуждений и знания фактов, а должны постараться угадать, какой именно из возможных ответов хочет услышать учитель. Педантичный вариант этой игры встречается, например, при изучении древнегреческого языка: учитель всегда может одержать верх над учеником и вполне обоснованно выставить его в глупом виде, указав на какое-то темное место в тексте.

<sup>30</sup> Инцест (лат. incestum) — кровосмешение, интимная связь между близкими родственниками.



## 6. "Дурачок".

**Тезис.** В мягком варианте этой игры ее тезис можно сформулировать так: "Я смеюсь вместе с вами над моей глупостью и неуклюжестью". Однако люди с серьезными проблемами могут играть в угрюмый вариант этой игры с тезисом: "Да, я глуп, но такой уж я есть, так что сделайте со мной что-нибудь". И в том, и в другом случаях игра ведется с депрессивной позиции. Следует различать игры "Дурачок" и "Растяпа". В последней игрок занимает более агрессивную позицию, а в его неловкости есть цель — получить прощение. Кроме того, нужно уметь отличать игру "Дурачок" от времяпрепровождения "Клоун". Последнее укрепляет жизненную позицию: "Я просто прелесть и никому не делаю зла". Критическая трансакция в игре "Дурачок" состоит в том, чтобы Уайт вынудил Блэка назвать его дураком или прореагировать таким образом, будто он считает его таковым. Поэтому Уайт ведет себя как Растяпа, но не стремится получить прощение. Более того, если он получит прощение, то почувствует себя "не в своей тарелке", так как оно угрожает его жизненной позиции.

Уайт может вести себя как клоун, но при этом не пытается показать, что он только дурачится. Он хочет, чтобы его поведение воспринимали всерьез как доказательство его глупости. Таким образом он получает значительное внешнее "вознаграждение", поскольку чем меньше он знает, тем эффективнее может вести игру. Поэтому в школе ему не нужно заниматься, а на работе он не должен стараться приобрести какие-то знания, которые бы способствовали его продвижению по службе. Он с детства привык к тому, что люди будут вполне удовлетворены им, пока он ведет себя как дурачок, даже если на словах они утверждают обратное. Окружающие будут удивлены, если в критической ситуации, при условии, что он решил справиться с ней, вдруг выяснится, что он совсем неглупый человек, не более чем "глупый" младший брат в сказке.

**Антитезис.** Для мягкой формы игры весьма прост. Если Блэк откажется играть в "Дурачка" и не будет смеяться над неловкостью Уайта или бранить его за глупость, то он приобретет в его лице друга. Одна из особенностей этой игры состоит в том, что в нее часто играют люди с маниакально-депрессивным типом личности. В состоянии эйфории они ведут себя так, словно и в самом деле приглашают окружающих принять участие в их насмешке над собой. Часто от этого трудно удержаться, особенно потому, что создается впечатление, будто в противном случае они обидятся. В каком-то смысле это так и есть, поскольку человек, отказавшийся посмеяться над ними, угрожает их жизненной позиции и портит им игру. Но в состоянии депрессии у них возникает обида на тех, кто смеялся над ними, поэтому воздержавшийся от насмешек человек поймет, что, наверное, поступал правильно. Возможно, лишь с ним одним такие люди будут позже разговаривать, а все прежние "друзья", которые охотно участвовали в игре, теперь превратятся в его врагов.

Говорить Уайту, что в действительности он вовсе не глуп, совершенно бесполезно. Он и в самом деле может соображать довольно туго и даже осознавать это. Может быть, поэтому он и пристрастился к этой игре. Но тем не менее могут существовать такие сферы деятельности, в которых он превосходит других людей. Тогда будет вполне уместно продемонстрировать ему уважение, которого заслуживают его способности. Это сильно отличается от неуклюжих попыток "внушить ему уверенность в себе". Последние попытки могут доставить ему горькое удовлетворение от сознания, что другие люди еще глупее, чем он, но это для него небольшое утешение. Такое "вселение уверенности", на наш взгляд, представляет собой не самый умный метод лечения. Как правило, это обычный ход в игре "Я всего лишь пытаюсь помочь вам". Антитезисом "Дурачка" должна быть не другая игра, а полный отказ играть в данную игру.

Антитезис к угрюмой форме игры представляет собой более сложную проблему, потому что угрюмый игрок стремится вызвать не смех или издевку, а вывести партнера из себя или вызвать у него чувство полной беспомощности — так, чтобы у того, как говорится, просто "руки опустились". А с этим его состоянием игрок легко умеет справляться благодаря своему девизу: "Сделайте со мной что-нибудь". Таким образом, он выигрывает в любом случае. Блэк (партнер) ничего не может делать, так как у него "опустились руки".

Если же он что-то предпримет, то только потому, что выведен из себя. Такие люди также имеют склонность к игре "Почему бы вам не... — Да, но", от чего получают такое же удовлетворение, но в более слабой степени. К этой форме игры антитезис придумать нелегко. Мы полагаем, что он может быть найден только при условии ясного представления психодинамики игры.

## 7. "Калека".

**Тезис.** Наиболее драматичной формой игры "Калека" является "Оправдание по причине душевной болезни". В трансакционных терминах тезис игры можно изложить следующим образом: "Что вы хотите от такого эмоционально неуравновешенного человека, как я? Чтобы я никого не убивал?" На что Присяжные должны, с точки зрения пациента, понять его и ответить: "Что вы! Нам и в голову не придет требовать этого от вас". "Оправдание по причине душевной болезни" в

качестве юридической игры весьма распространено в американском обществе. Подобные случаи не следует смешивать с ситуацией, когда человек действительно страдает глубоким психозом и не способен нести ответственность за свои поступки.

Тезис игры — "Что вы хотите от калеки?" Действительно, что можно ждать от инвалида, который только и умеет управлять своим инвалидным креслом? Однако известны факты, когда во время второй мировой войны некоторые инвалиды с деревянной ногой могли исполнять в ампутированных центрах армейских госпиталей джиттербаг<sup>31</sup>, причем делали это очень умело. Встречаются слепые люди, успешно работающие в политической области (например, в моем родном городе такой человек был избран на должность мэра). Я знаю глухих людей, плодотворно работающих психиатрами и психотерапевтами, и людей, лишившихся рук, но умеющих пользоваться пишущей машинкой.

Наблюдения свидетельствуют: пока человек, обладающий настоящим, возможно, преувеличенным или даже воображаемым увечьем, не жалуется на свою судьбу, в его жизнь вообще не следует вмешиваться. Но когда он обращается за помощью к психотерапевту, возникает вопрос: наилучшим ли способом он распорядился своей жизнью и сможет ли он подняться над своим недугом? В США психотерапевту приходится сталкиваться с оппозицией широких слоев образованной публики. Даже ближайшие родственники пациента, которые громче всех обычно жалуются на неудобства, связанные с его увечьем, могут в конце концов рассориться с психотерапевтом, если дела у пациента будут улучшаться. И хотя психотерапевт, занимающийся анализом игр, прекрасно понимает их мотивы, его задача от этого не становится легче. Всем, кто играет в "Я всего лишь пытаюсь помочь вам", угрожает постоянная опасность, что их игра будет сорвана, если пациент вдруг решит в дальнейшем полагаться на собственные силы. Иногда такие игроки (например, родственники) предпринимая просто невероятные усилия, чтобы прервать лечение.

Оба этих аспекта можно проиллюстрировать случаем с заикающимся клиентом мисс Блэк. Этот человек играл в классический вариант игры "Калека". Он не мог найти работу и вполне справедливо приписывал эту неудачу тому, что он — заика. Между тем, по его словам, его интересовала только работа коммивояжера. Будучи свободным гражданином, он, конечно, имел право искать работу в любой интересующей его области, но, поскольку он был заикой, его выбор заставлял усомниться в искренности его мотивов. И когда мисс Блэк вознамерилась испортить его игру, реакция агентства социального обеспечения была для нее весьма неблагоприятной.

Игра "Калека" особенно пагубна в клинической практике, потому что пациент может найти врача, который играет в ту же игру и с тем же девизом. Тогда никакого результата ждать невозможно. Иногда оправдание базируется на идеологических доводах, например: "Что вы хотите от человека, если он живет в таком обществе, как наше?" Один пациент соединил этот вариант со ссылкой на "психосоматические причины": "Что вы хотите от человека с психосоматическими симптомами?" Он переходил от одного психотерапевта к другому, и каждый из них принимал только одно оправдание, но отвергал другое. В результате ни один из них не дал ему почувствовать себя уверенно в своей жизненной позиции. Однако также не удалось и сдвинуть его с этой позиции, отвергнув оба довода. А пациент как будто бы доказал, что психотерапия никому не может помочь.

Чтобы оправдать симптоматическое поведение, пациенты очень часто прибегают к самым разным доводам. Это может быть простуда, травма головы, ситуационный стресс, обширный стресс, вызванный современным образом жизни, американской культурой или экономической системой. Образованный игрок без труда подтверждает свои слова ссылкой на авторитеты: "Я пью, потому что я — ирландец"; "Этого бы не произошло, если бы я жил на Таити". На самом-то деле пациенты психиатрических больниц всего мира очень похожи на пациентов психиатрических больниц США. В клинической практике, равно как и при социологических опросах, следует очень тщательно рассматривать такие специфические виды оправданий, как "Если бы не они" или "Меня подвели".

Несколько более изощренными являются следующие оправдания: Что вы хотите от а) человека, который вырос без отца; б) невротика; в) лечашегося у психоаналитика; г) больного-алкоголика. Всех их можно увенчать еще и таким соображением: "Если я перестану заниматься этим, то никогда не смогу выявить подоплеку своего поведения, а значит — никогда не поправлюсь".

Игра, дополнительная к "Калеке", называется "Рикша". Вот ее тезис: "Если бы в этом городе были рикши (были бы девушки, владеющие древнеегипетским языком), то я никогда не влип бы в такую историю".

---

<sup>31</sup> Быстрый танец с резкими движениями под джазовую музыку.

**Антитезис.** Анти-"Калека" не представляет больших трудностей при условии, что психотерапевт четко разделяет своих собственных Родителя и Взрослого и что обе стороны отчетливо представляют себе психотерапевтическую цель их взаимоотношений.

Если психотерапевт выступает с позиции Родителя, он может быть либо "добрым", либо "суровым" Родителем. В качестве "добротого" Родителя он принимает оправдание пациента, особенно если оно соответствует его собственным взглядам. При этом он может объяснять для себя ситуацию таким образом: до окончания лечения люди не отвечают за свои поступки. В качестве "сурового" Родителя он отвергает оправдание пациента, и между ними начинается борьба за моральную победу. Игрок в "Калеку" обычно хорошо знаком с обеими альтернативами и умеет извлекать из каждой максимальное удовлетворение.

С позиции Взрослого психотерапевт должен отвергнуть оба, варианта. На вопрос пациента: "Чего вы хотите от невротика?" — или на другой аналогичный вопрос он отвечает: "Я ничего не хочу. Проблема в том, чего вы сами от себя хотите?" Его единственное требование: пациент должен ответить на этот вопрос серьезно, а единственная уступка, на которую он может пойти, состоит в том, чтобы дать пациенту достаточно много времени для ответа — примерно от шести недель до шести месяцев, в зависимости от их взаимоотношений и степени предварительной подготовленности пациента.

## Хорошие игры.

Психотерапевт должен постоянно изучать всевозможные игры, в которые играют люди. Для этого он располагает наилучшими возможностями. Однако ему приходится общаться в основном с людьми, которых игры довели до неприятностей. Это означает, что большинство игр, исследуемых в консультации, в каком-то смысле можно назвать "плохими". А поскольку игры основаны на скрытых транзакциях, то в них обязательно присутствует какой-то элемент для использования ситуации в своих интересах. По этим двум причинам (с одной стороны, практической, с другой — теоретической) поиск "хорошей" игры становится трудным предприятием. Хорошей мы будем называть игру, позитивный вклад которой в социальную жизнь перевешивает неоднозначность ее мотивов, особенно если игрок примирился с ними без легкомыслия и цинизма. Иными словами, хорошая игра одновременно приносит пользу другим игрокам и позволяет самореализоваться Водящему. Поскольку даже при наилучшей организации общественной жизни большая часть времени обязательно тратится на игры, следует неустанно продолжать поиск хороших игр. Мы предлагаем вниманию читателей несколько примеров хороших игр, прекрасно отдавая себе отчет в том, как их мало и как далек их анализ от совершенства. Сюда входят: "Трудовой отпуск", "Кавалер", "Рад помочь вам", "Местный мудрец" и "Они будут счастливы, что знали меня".

### 1. "Трудовой отпуск".

**Тезис.** Строго говоря, это скорее времяпрепровождение, а не игра, и, очевидно, вполне конструктивное для всех участников. Американский почтальон, отправляющийся в отпуск в Токио, чтобы помочь своему японскому собрату разнести почту, или американский отоларинголог, который проводит свой отпуск в больнице на Гаити, наверняка почувствуют себя столь же отдохнувшими и смогут рассказать так же много интересного, как если бы они вернулись из Африки или совершили автомобильное путешествие через весь континент. Однако это времяпрепровождение становится игрой, если сама работа является вторичной по отношению к какому-то скрытому мотиву, и игрок берется за нее только для вида, чтобы достичь другой цели. Но и при этих обстоятельствах игра сохраняет свой положительный характер и заслуживает одобрения как пример конструктивной деятельности.

### 2. "Кавалер".

**Тезис.** В эту игру обычно играют мужчины, не имеющие сексуальных намерений. Иногда это не старые люди, вполне удовлетворенные своим браком, но чаще всего это пожилые мужчины, благородно и безропотно принявшие моногамию или безбрачие.

Встретив подходящую особу женского пола, Уайт пользуется каждой возможностью подчеркнуть ее превосходные качества, никогда при этом не нарушая границ приличия, соответствующих ее положению в обществе, конкретным обстоятельствам и требованиям хорошего вкуса. Но внутри этих границ он дает себе полную свободу, изолируясь в изобретательности и оригинальности в выражении своего восторга. Его цель — не соблазнить женщину, а продемонстрировать собственную виртуозность в искусстве комплимента. Внутреннее социальное "вознаграждение" состоит в том удовольствии, которое доставляет женщине его

невинный артистизм, а также в ее восприимчивости и умении с благодарностью оценить мастерство Уайта. В тех случаях, когда оба участника игры вполне осознают ее механизм, она может, ко всевозрастающему восторгу обеих сторон, дойти до крайней степени преувеличения. Разумеется, светский человек знает, где нужно остановиться, и не будет продолжать игру, если почувствует, что перестал быть забавным (то есть исходя из интересов партнерши) или что качество его комплиментов ухудшилось (так велит ему его гордость "мастера").

В игру "Кавалер" играют многие поэты. Они делают это ради внешнего социального "вознаграждения", поскольку заинтересованы в признании профессиональных критиков и читателей, наверное, в той же, если не в большей степени, чем в положительной реакции на поэтическое творчество вдохновившей их дамы.

Европейцы, особенно англичане, со своей романтической поэзией, по-видимому, всегда были более искусными игроками в эту игру, чем американцы. В США она в большой степени сделалась достоянием "поэзии Фруктовой Лавки": твои глаза точно две груши, твои губы подобны огурцам и т. д. В таком виде она вряд ли может соперничать в изяществе с произведениями Херрика, Лавлейса, или даже с циничными, но полными фантазии стихами Рочестера, Роскоммона или Дорсета<sup>32</sup>.

**Антитезис.** Для умелого исполнения своей роли от женщины может потребоваться немалый ум и утонченность. Только совсем угрюмая или неумная женщина может отказаться играть в эту игру. Партнерша должна отвечать Уайту одним из вариантов игры: "Ах, вы просто великолепны, мистер Мергитройд!" (АВВММ) или "Мистер М., я восхищена вашим искусством". Если женщина лишена воображения или наблюдательности, она может просто прореагировать так же, как в АВВММ, но при такой реакции опускается самое главное: Уайт хочет вызвать восхищение не собственной персоной, а своей поэзией. Угрюмая женщина может в ответ на эту игру прибегнуть к неприлично грубому антитезису в виде игры "Динамо" второй степени ("Отвяжись, нахал"). Если при подобных обстоятельствах женщине придет в голову прореагировать так же, как в игре "Динамо" третьей степени, то в принципе такую реакцию иначе как отвратительной не назовешь.

Если женщина просто неумна, она будет играть в "Динамо" первой степени, принимая комплименты, которые тешат ее тщеславие, и пренебрегая возможностью оценить творческие усилия и способности Уайта. Вообще говоря, игра будет испорчена, если женщина решит, что ее пытаются соблазнить, вместо того, чтобы воспринимать эту игру как демонстрацию литературных достижений.

**Родственные игры.** Игру "Кавалер" надо отличать от операций и процедур, составляющих часть обычного ухаживания. В последнем случае это простые транзакции без скрытого мотива. Женский вариант игры "Кавалер" уместно назвать "Поклонница": в нее часто играют любезные дамы на закате своей жизни.

#### **Частичный анализ**

**Цель:** взаимное восхищение.

**Роли:** Поэт, Восхищенный объект поклонения.

**Социальная парадигма:** Взрослый — Взрослый; Взрослый (мужчина): "Смотрите, как я умею делать вас счастливой"; Взрослый (женщина): "Ах, вы действительно умеете делать меня счастливой".

**Психологическая парадигма:** Ребенок (мужчина): "Смотрите, какие фразы я умею придумывать"; Ребенок (женщина): "Ах, ты действительно очень изобретателен".

**"Вознаграждения":** 1) внутреннее психологическое — творчество и подтверждение привлекательности; 2) внешнее психологическое — избегает отказа в ответ на сексуальные авансы; 3) внутреннее социальное — "Кавалер"; 4) внешнее социальное — от этого "вознаграждения" можно отказаться; 5) биологическое — взаимные "поглаживания"; 6) экзистенциальное — "Я умею жить красиво".

### **3. "Рад помочь вам".**

**Тезис.** Уайт постоянно оказывает помощь другим людям, имея какой-то скрытый мотив. Может быть, он искупает прошлые грехи, прикрывает теперешние дурные поступки или завязывает дружбу, чтобы позже использовать ее в своих целях, а возможно, из соображений престижа. Если даже кто-то не вполне уверен в искренности побуждений Уайта, все же следует воздать ему должное за его поступки, ведь, к сожалению, встречаются люди, которые прикрывают дурные поступки в прошлом новыми худшими делами и используют других людей в своих целях, действуя

<sup>32</sup> Имеются в виду английские поэты Роберт Херрик (1591- 1674), Ричард Лавлейс (1618-1658), Джон Уилмот граф Рочестер (1647-1680), граф Роскоммон (1637-1685), граф Дорсет (1536-1608).

не щедростью, а запугиванием. Они добиваются престижа не с благородными, а с низкими намерениями.

А некоторых филантропов больше волнует соперничество, чем человеколюбие: "Я дал больше денег (книг, произведений искусства), чем вы". И опять, если искренность их мотивов поставлена под сомнение, все же следует отдать должное этим людям за то, что они участвуют в соревновании конструктивно. Ведь существует еще множество людей, которые делают это деструктивно. У большинства людей (и государств), играющих в "Рад помочь вам", есть и друзья, и враги, причем чувства и тех, и других чаще всего можно объяснить. Враги подвергают критике их мотивы и преуменьшают значение благородных поступков этих людей, а друзья испытывают к ним благодарность за реальную помощь и преуменьшают значение их мотивов. Поэтому так называемое "объективное" обсуждение этой игры практически невозможно. Люди, заявляющие о своем нейтралитете, довольно скоро обнаруживают, что держат его на чьей-то стороне.

Эта игра как способ использования людей составляет основу многих "общественных взаимоотношений" в Америке. Потребители принимают в ней участие с радостью, так как это одна из наиболее приятных коммерческих игр. Эта игра может принимать весьма предосудительную форму в иной сфере взаимоотношений, например в семейной игре для трех участников, в которой отец и мать соревнуются в попытках завоевать привязанность своего ребенка. Но следует отметить, что даже в этом варианте игры "Рад помочь вам" в некоторой степени сглаживаются отрицательные стороны их действий, поскольку существует множество гораздо более неприятных способов соревнования, например "У меня здоровье хуже, чем у папы" или "Почему ты его любишь больше, чем меня?".

#### **4. "Местный мудрец".**

**Тезис.** Это скорее не игра, а сценарий, но с элементами игры. Образованный и умудренный жизнью человек, помимо собственной профессии, приобретает знания в самых разных областях. Достигнув пенсионного возраста, он переезжает из большого города, в котором занимал ответственный пост, в маленький городок. Там вскоре становится известно, что люди могут обратиться к нему за помощью при решении любых проблем — от стука в моторе до вопроса о том, как поступить с престарелым родственником. Если этот человек в состоянии помочь, то он обязательно это сделает или поможет найти квалифицированных профессионалов. Таким образом, очень скоро он начинает занимать определенное место в новом окружении и становится известен как Местный мудрец, ни на что не претендующий, но всегда готовый вас выслушать. Лучше всего эта игра удастся людям, которые, прежде чем приступить к исполнению своей роли, обратились к психотерапевту, чтобы для себя выяснить свои мотивы и узнать, каких ошибок им следует избегать.

#### **5. "Они будут счастливы, что знали меня".**

**Тезис.** Эта игра — более достойная разновидность игры "Я им покажу". Последняя имеет два варианта. В деструктивном варианте Уайт намеревается "показать им" путем нанесения ущерба. Например, он может рядом маневров достичь на службе более высокого положения, но не ради престижа или материального вознаграждения, а потому, что это дает ему возможность досадить своим врагам. В другом варианте Уайт изо всех сил старается заработать престиж, но не ради совершенствования в мастерстве или достижения успехов в своей области (хотя и эти мотивы могут играть второстепенную роль) и не затем, чтобы нанести врагам прямой ущерб, а для того, чтобы они завидовали ему и безумно сожалели о том, что раньше не относились к нему лучше.

В игре "Они будут счастливы, что знали меня" Уайт работает не против своих бывших товарищей, а в их интересах. Он хочет показать: дружелюбие и уважение, с которыми они к нему теперь относятся, вполне оправданны. Он стремится продемонстрировать (с единственной целью сделать им приятное), что они оценивали его правильно. Для того чтобы обеспечить себе верный выигрыш, Уайт должен следить за тем, чтобы не только цели, но и средства в этой игре были достойными. Именно в этом и состоит превосходство этой игры над "Я им покажу". Однако обе эти игры могут быть не играми, а следствием жизненного успеха. Они превращаются в игры тогда, когда Уайта больше интересует не сам успех, а впечатление, произведенное им на его врагов или друзей.

## Часть 3. За пределами игр.

### Значение игр.

1. Игры, в которые играют люди, передаются от поколения к поколению. Любимая игра конкретного человека может быть прослежена как в прошлом — у его родителей и у родителей его родителей, так и в будущем — у его детей. В свою очередь его дети, если только не произойдет какое-нибудь вмешательство извне, будут учить этим играм его внуков. Таким образом, анализ игр происходит на обширном историческом фоне. Игра может охватывать около сотни лет в прошлом и может быть надежно прогнозирована по меньшей мере лет на пятьдесят в будущее. Если не разорвать эту цепь, охватывающую пять и даже более поколений, эффект может увеличиваться в геометрической прогрессии. Переходя из поколения в поколение, игры могут изменяться, но при этом наблюдается сильная тенденция к вступлению в брак между индивидами, играющими в игры, которые принадлежат одному семейству (если не одному роду). В этом состоит *историческое* значение игр.

2. Воспитание детей в большинстве случаев сводится к процессу обучения их тому, в какие игры они должны играть. Различные культуры и социальные классы имеют свои излюбленные игры, а различные племена и семьи предпочитают разные варианты игр. В этом состоит *культурное* значение игр.

3. Промежуток между времяпрепровождениями и истинной близостью как бы прослоен играми. Повторяющиеся времяпрепровождения, такие, например, как вечеринки в честь продвижения по службе, в конце концов приедаются. Близость, в свою очередь, требует тщательной осмотрительности, причем и Родитель, и Взрослый, и Ребенок обычно настроены против нее. Американское общество в основном не поощряет искренности (кроме как в интимной обстановке), так как здравый смысл предполагает, что искренность всегда можно использовать с дурным умыслом. А Ребенок опасается ее, потому что знает: она может повлечь за собой разоблачение. Поэтому, чтобы отвязаться от скуки времяпрепровождения, не подвергая себя опасностям, сопутствующим близости, большинство людей в качестве компромиссного решения приходят к играм, если только они доступны. Они-то и составляют большую и весьма значимую часть человеческого общения. В этом, состоит *социальное* значение игр.

4. Люди выбирают себе друзей, партнеров, близких людей чаще всего из числа тех, кто играет в те же игры. Поэтому в данном социальном окружении каждый его представитель приобретает такую манеру поведения, которая покажется совершенно чуждой членам другого социального круга. И наоборот, любой член какого-либо социального окружения, который начинает играть в новые игры, будет скорее всего изгнан из привычного общества, но его с удовольствием включают в другое социальное окружение. В этом состоит *личностное* значение игр.

Читатель, по-видимому, теперь сумеет лучше оценить принципиальное различие между математическим и транзакционным анализом игр. Математический анализ игр исходит из постулата полной рациональности игроков. Транзакционный анализ, напротив, имеет дело с играми как нерациональными, так и иррациональными, и именно поэтому более жизненными.

### Игроки.

Наши наблюдения свидетельствуют о том, что интенсивнее всего играют люди, утратившие душевное равновесие. Весьма любопытно, однако, что некоторые шизофреники отказываются участвовать в играх и с самого начала требуют прямолинейности. В обыденной жизни с наибольшей отдачей играют два типа людей, которых мы назовем Брюзгой и Ничтожеством или Обывателем.

Брюзга — это человек, чаще всего обиженный на свою мать. При внимательном исследовании выясняется, что он обижен на нее с раннего детства. Наверное, у него есть вполне основательные "детские" причины для обиды, например, возможно, в его раннем детском возрасте мать заболела и долго лежала в больнице, как бы предав его в критический период. А может быть, он не был счастлив из-за того, что она родила слишком много братьев и сестер? Иногда "предательство" выглядит более злонамеренным, например мать отправляет ребенка на ферму к своим родителям, чтобы вторично выйти замуж. А ребенок с тех пор остается обиженным на весь мир. Будучи взрослым, этот человек не любит женщин, хотя может быть донжуаном. Поскольку с детских лет он дуется вполне намеренно, то свое решение может отменить в любой момент (именно так и поступают дети, когда подходит время обеда). И взрослый (Брюзга), и маленький

мальчик отменяют решение дуться на одних и тех же условиях: он должен иметь возможность не уронить своего достоинства и ему "обязаны" предложить что-то стоящее взамен его привилегии быть обиженным. Иногда, отказавшись от роли обиженного, пациент может прервать, например, игру "Психиатрия", которая в противном случае может тянуться годами. Для этого необходимо тщательно подготовить пациента, найти умелый подход к нему и выбрать подходящий момент. Бестактность и запугивание со стороны психотерапевта будут иметь такой же эффект, как в случае с надутым ребенком. В конце концов пациент "отомстит" психотерапевту за его неправильное обращение с ним точно так же, как ребенок может затаить обиду на своих бестактных родителей.

С Брюзгой женского пола ситуация обычно такая же, если она злится на своего отца. Но при этом надо учитывать, что ее игра "Калека" ("Что вы хотите от женщины, у которой был такой отец?") требует от мужчины-психотерапевта большого такта и дипломатичности. Иначе он рискует оказаться в положении отца этой женщины, то есть быть отнесённым к тому же классу людей, куда попадают все мужчины, похожие на отца.

Думаю, в каждом из нас есть частица от игрока Ничтожества. Поэтому цель анализа — свести эту игру до минимума. Ничтожество — это человек, сверхчувствительный к Родительскому влиянию. Поэтому его Родитель скорее всего будет в критические моменты вмешиваться и в его Взрослое состояние, и в спонтанное поведение Ребенка, что вызывает у этого человека неуместное или бестактное поведение. В экстремальных ситуациях Ничтожество сливается с Подхалимом, Позером и Прилипалой. Не следует смешивать Ничтожество с выбитым из колеи шизофреником, у которого не функционирует Родитель и едва функционирует Взрослый, поэтому ему приходится справляться с миром с позиции приведенного в замешательство Ребенка. Интересно, что в нашем повседневном языке слово "ничтожество" применяют, как правило, для характеристики мужчин, а иногда и мужеподобных женщин. В Ханже Обывателя еще больше, чем в Ничтожестве. Слово "ханжа" обычно употребляется по отношению к женщине, но иногда его употребляют применительно к мужчинам с несколько женскими особенностями поведения.

## Иллюстрация.

Рассмотрим следующий диалог между пациенткой (П) и врачом-психотерапевтом (В):

П. Я начала новую жизнь — теперь буду всегда приходить вовремя.

В. Попробую не подвести вас.

П. А мне все равно, что вы будете делать. Я собираюсь начать ради себя самой. Угадайте, что я получила по истории.

В. Четыре с плюсом.

П. Откуда вы знаете?

В. Потому что вы боитесь получить пятерку.

П. Да, я написала на пятерку, но потом перечитала работу, вычеркнула три правильных ответа и вместо них вписала неправильные.

В. Мне нравится наш разговор. В нем совсем нет Ничтожества.

П. Вчера вечером я как раз думала, какой у меня прогресс. По-моему, во мне сейчас Ничтожества не больше 17 процентов.

В. Ну, сейчас Ничтожество в вас на нуле, так что в следующий раз вы можете позволить себе 34 процента.

П. Это все началось полгода назад: я посмотрела на свой кофейник и вдруг впервые действительно увидела его. А теперь я слышу пение птиц, а когда смотрю на людей, то их вижу! И самое замечательное, что я сама стала настоящей. И не только вообще, я и сейчас, в эту минуту, тоже настоящая. На днях я ходила по музею, смотрела картины. Ко мне подошел молодой человек и сказал: "Какой замечательный Гоген, правда?" Я ответила: "Вы мне тоже нравитесь". После музея мы вместе зашли перекусить, и он оказался очень славным парнем.

Этот диалог представляет собой свободный от игр и от присутствия Ничтожества разговор между двумя независимыми Взрослыми, и нам хотелось бы сопроводить его некоторыми пояснениями.

"Я начала новую жизнь. Теперь буду всегда приходить вовремя". Это заявление было сделано после того, как пациентка действительно пришла вовремя. Раньше она постоянно опаздывала. Если бы она решила таким образом воспитывать силу воли и ее решение стать пунктуальной было бы навязано Ребенку Родителем только затем, чтобы быть нарушенным, пациентка объявила бы о нем заранее:

"Сегодня я опоздала последний раз в жизни". Это было бы не более чем попытка начать игру. Однако ее заявление такой попыткой не было. Это было решение, принятое Взрослым — не намерение, а проект. Пациентка и в дальнейшем оставалась пунктуальной.

"Попробую не подвести вас". Эта фраза не была ни подбадривающим высказыванием, ни первым ходом в игре "Я всего лишь пытаюсь помочь вам". Пациентка обычно приходила после перерыва на обед у психотерапевта. Поскольку она, как правило, опаздывала, он тоже привык не торопиться и возвращался в кабинет позже обычного. Когда она объявила о своем решении, он понял, что она говорит всерьез, и объявил о своем. Эта трансакция представляла собой договор между Взрослыми, которого оба они в дальнейшем придерживались, а не слова Ребенка, дразнящего Родителя, который из-за своей жизненной позиции вынужден быть "добрым папочкой" и обещать Ребенку помощь.

"А мне все равно, что вы будете делать". Эта фраза подчеркивает, что пунктуальность — это решение, а не намерение, которое она собирается эксплуатировать как часть игры псевдопослушания.

"Угадайте, что я получила". И психотерапевт и пациентка вполне осознавали, что это — времяпрепровождение, и позволили себе немного поразвлечься. Психотерапевту не нужно было демонстрировать свою бдительность, указывая пациентке, что это — времяпрепровождение: она это и без того знала; пациентке же не надо было воздерживаться от участия во времяпрепровождении.

"Четыре с плюсом". Психотерапевт понимал, что она могла получить только такую отметку, и не было причин не сказать ей об этом. Он не стал притворяться, что не знает: из ложной скромности или из боязни ошибиться.

"Откуда вы знаете?" Это был вопрос Взрослого, а не игра "Ах, вы необыкновенный!", и он заслуживал ответа по существу.

"Да, у меня была бы пятерка". Вот это была настоящая проверка. Пациентка не надулась и не стала придумывать объяснения или оправдания, но честно взглянула в глаза своему Ребенку.

"Мне нравится наш разговор". Это и последующие полушутливые замечания выражают взаимное Взрослое уважение, с некоторым времяпрепровождением на уровне Родитель-Ребенок, которое опять-таки было необязательным для обоих и участие в котором было вполне сознательным.

"Я вдруг впервые действительно увидела его". Пациентка обрела свой собственный взгляд на мир, и ей больше не нужно воспринимать кофейники или людей так, как учили ее родители. "Я и сейчас, в эту минуту, тоже настоящая" Она больше не живет в прошлом или в будущем, хотя и может при необходимости коснуться их в разговоре.

"А я ответила: "Вы мне тоже нравитесь". Не нужно больше тратить время, играя с новым знакомым в игру "Картинная галерея", хотя при желании она могла бы это сделать.

В свою очередь, и психотерапевту нет необходимости играть в "Психиатрию". У него было несколько случаев обсудить с пациенткой проблемы защиты, переноса и символической интерпретации, но он опустил их, не испытывая при этом никакого беспокойства. Однако для дальнейшего обсуждения, наверное, было бы полезно уточнить, какие именно ответы она вычеркнула в своей экзаменационной работе. К сожалению, в дальнейшем, в течение часа, отведенного на прием, 17 процентов Ничтожества в пациентке и 18 процентов его же в психотерапевте давали себя знать время от времени.

Подводя итог, можно сказать, что приведенный выше разговор представляет собой деятельность, расцвеченную небольшим количеством времяпрепровождения.

## **Независимость.**

Ощущение независимости достигается, как мы считаем, высвобождением или пробуждением трех способностей: "включенности в настоящее", "спонтанности" и "близости".

"Включенность в настоящее" означает умение видеть что-то определенное или слышать, например, как поют птицы, причем делать это так, как умеешь именно ты, а не так, как тебя учили. У нас есть все основания полагать, что маленькие дети видят и слышат совсем не так, как взрослые, что в первые годы жизни их отношение к миру более эстетично и менее интеллектуально.

...Маленький мальчик с восторгом смотрит на птиц, слушая их пение. Вдруг приходит "хороший" отец. Он чувствует необходимость принять участие в развлечениях сына и начинает его "развивать". Отец говорит: "Это поет сойка, а сейчас чирикает воробей". Однако, как только



мальчик пытается различать птиц, он перестает их видеть и слышать их пение. Теперь он должен видеть и слышать только то, чего хочет его отец. Позиция отца, впрочем, вполне оправданна, так как он понимает, что сын не будет всю жизнь только слушать пение птиц. Чем раньше мальчик начнет свое "образование", тем лучше. Может быть, он станет орнитологом, когда вырастет. Однако лишь немногие люди могут сохранить свою детскую способность видеть и слышать. Наверное, поэтому большинство представителей человеческого рода навсегда утрачивают возможность стать живописцами, поэтами или музыкантами, так как они очень рано теряют способность непосредственно видеть или слышать. Это происходит из-за того, что они получают всё из вторых рук.

Обретение способности вновь видеть и слышать непосредственно мы называем "включенностью в настоящее". По своей психологической природе "включенность" представляет собой восприятие, родственное эйдетическим образам<sup>33</sup>. Возможно, у некоторых индивидов такое восприятие существует в области вкусовых и обонятельных ощущений, что открывает большие возможности в соответствующих сферах деятельности, например, кондитерам, косметологам, поварам, чья вечная проблема состоит в том, чтобы найти аудиторию, способную оценить их произведения.

"Включенность" предполагает жизнь в настоящий момент, а не где-то в прошлом или будущем. Рассмотрим в качестве иллюстрации человека за рулем машины, который спешит на работу. Этот пример позволит нам проанализировать некоторые возможности, характерные для американского образа жизни. Три следующие распространенные ситуации представляют собой ответы на главный вопрос: "Где находится сознание человека за рулем, в то время, когда его тело в машине?"

1. Главная забота человека за рулем: приехать на работу вовремя. Он — дальше всех от жизни "здесь и сейчас". Пока его тело находится в машине, а сознание уже у дверей учреждения, этот человек совершенно не замечает своего непосредственного окружения, если только оно не служит препятствием на его пути к цели. Это — "Ничтожество". Главная его забота — как он будет выглядеть в глазах начальства. Если же он все-таки опоздает, то может постараться предстать перед начальством запыхавшимся и выбившимся из сил. В это время командует угодливый Ребенок, играющий в "Видишь, как я старался". Пока человек правит машиной, он практически полностью лишен независимости, так как ни жив, ни мертв от страха. Весьма возможно, что это наиболее благоприятные условия для развития коронарной недостаточности и гипертонии.

2. Человек-Брюзга озабочен не столько тем, чтобы прибыть вовремя, сколько поиском уважительных причин для опоздания. Неприятные случайности: часто и не вовремя загорающийся красный свет светофора, неумелая езда или глупость окружающих прекрасно вписываются в его схему, и в глубине души он рад им, так как они способствуют игре "Видите, до чего они меня довели", в которую играют его взбунтовавшийся Ребенок или праведник-Родитель. Он тоже не замечает ничего вокруг себя, за исключением того, что вписывается в его игру, так что он как бы "жив наполовину". Тело этого человека — в машине, а его сознание рыщет в поисках недостатков и несправедливости.

3. Гораздо реже встречается так называемый "водитель по призванию", для которого вождение машины — любимое занятие и настоящее искусство. Быстро и умело пробираясь вперед в толпе машин, он сливается в одно целое со своим автомобилем. Он замечает окружающее лишь в той мере, в которой оно предоставляет ему возможность показать свое искусство: это является ему "вознаграждением". Кроме того, он глубоко чувствует себя и свою машину, которой он так блестяще управляет, и в этой мере он живет. Такое вождение машины формально представляет собой времяпрепровождение для Взрослого, но Ребенок и Родитель тоже могут при этом получать удовольствие.

4. К четвертой категории относятся люди, "включенные" в окружающее, которые никуда не торопятся, потому что живут в настоящем, как бы в гармонии со всем окружающим их миром, небом, деревьями и ощущением движения. Торопиться — значит пренебрегать этим миром и думать только о том, чего еще не видно за поворотом дороги, или о самых обыкновенных препятствиях, или исключительно о себе. Как-то один китаец спешил на электричку. А сопровождающий его европеец заметил, что они могут сэкономить двадцать минут, если сядут на экспресс. Они так и сделали. Когда они сошли у Центрального парка, человек, спешивший на электричку, к большому удивлению своего друга, уселся на скамью. "Если мы сэкономили двадцать минут, — объяснил он, — то можем позволить себе посидеть эти двадцать минут здесь, наслаждаясь пейзажем". Человек, "включенный" в окружающее, знает, что он чувствует, где

<sup>33</sup> Эйдетизм (гр. *eidōs* — образ) — в психологии — разновидность образной памяти, способной к сохранению и воспроизведению чрезвычайно живого и детального образа воспринятых ранее предметов и сцен.

находится и какое сейчас время. Он знает, что после его смерти деревья будут расти, как и прежде, но он их уже не увидит, поэтому он хочет увидеть их сейчас со всей остротой, на которую способен.

"Спонтанность" означает возможность выбора, возможность свободно самому решать, какие чувства (Родителя, Взрослого или Ребенка) испытывать и каким образом их выражать. "Спонтанность" означает освобождение от принуждения играть в игры и владеть только теми чувствами, которые были воспитаны.

"Близость" представляет собой спонтанное, свободное от игр чистосердечное поведение человека, осознающего окружающее, освобождение, эйдетически-воспринимающего мир глазами неиспорченного Ребенка, который со всей искренностью живет в настоящем. Можно экспериментально показать<sup>34</sup>, что эйдетическое восприятие пробуждает привязанность, а чистосердечие мобилизует позитивные чувства. Известен даже такой феномен, как "односторонняя близость". С ним хорошо знакомы люди, умеющие пленять своих партнеров, оставаясь при этом невовлеченными. Человек добивается этого, поощряя собеседника смотреть ему в лицо, высказываться свободно и чистосердечно, в то время как соблазнитель (или соблазнительница) лишь делает вид, что их чувства взаимны.

"Близость", по существу, является функцией естественного ребенка, хотя и имеет сложную психологическую и социологическую основу. Она, как правило, не приводит к неприятностям, если не вмешивается какая-нибудь игра. Обычно близости угрожает стремление приспособиться к Родительскому влиянию. Маленькие дети (пока они не испорчены) в большинстве своем предстают существами любящими, а это и есть истинная природа близости.

Сознательно или неосознанно все родители с колыбели учат своих детей думать, чувствовать, воспринимать окружающий мир. Освободиться от этого влияния ребенку нелегко, поскольку оно обычно бывает глубоко укоренившимся. К тому же в первые два-три десятилетия жизни человека оно необходимо для биологического и социального выживания. Освобождение от родительского влияния становится возможным только тогда, когда человек достигает независимости, то есть приобретает умение жить "включенным" в настоящее, действовать спонтанно и достигать близости с другими людьми. Кроме того, в это время он уже свободен в выборе, то есть понимает, что именно из родительского наследия он хочет оставить себе. На ранних этапах жизни человек решает, как он намерен приспособиться к родительскому влиянию. Его адаптация представляет собой последовательность решений, и именно поэтому при благоприятных обстоятельствах решения бывают обратимыми. Причем ниспровержение никуда не бывает окончательным: непрерывная борьба против возврата к старым привычкам чаще всего продолжается всю жизнь.

Некоторые счастливые люди обладают свойством, которое выходит за пределы всех классификаций поведения. Это свойство — "включенность" в настоящее. Другое их свойство, гораздо более важное, чем любое предварительное планирование, — спонтанность. У них есть нечто куда более ценное, чем игры, — близость. Но все эти три свойства для неподготовленных людей опасны. Может быть, им лучше оставаться такими, какие они есть, и искать решение своих проблем в популярных социальных методах, например в чувстве общности с другими людьми. Это может означать, что для многих представителей рода человеческого впереди прекрасные надежды и большие перспективы.

---

<sup>34</sup> Эффективное экспериментальное использование транзакционного анализа требует специального образования и опыта. Отличить игру от времяпрепровождения порой ничуть не легче, чем отличить звезду от планеты. — Прим. автора.