



ЕРІК БЕРН

ЩО ТИ ПСИХОЛОГІЯ
КАЖЕШЬ ЛЮДСЬКОЇ
ДОЛІ

КАЖЕШЬ

АБСОЛЮТНИЙ
МІЖНАРОДНИЙ
БЕСТСЕЛЕР ПІСЛЯ

ПРИВІТАННЯ?

ЛІТЕРАТУРА
СВІТОВОГО
КЛАСИЧЕ



Ерік Берн

**Що ти кажеш після привітання?
Психологія людської долі**

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»

1992

ББК 159.923

Берн Е.

Що ти кажеш після привітання? Психологія людської долі /
Е. Берн — Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 1992

ISBN 978-6-17-125720-7

Ви колись замислювалися над тим, чому переможці завжди виграють, а невдахи «колекціонують» провали? Відомий американський психолог і психіатр, доктор медицини Ерік Берн дає відповідь на це питання. Він звертається до концепції «сценарію життя». З дитячих років, майже від першого вимовленого нами слова, батьки програмують нас на певне майбутнє. І далі життя йде за чітко визначеним сценарієм. Сумний або успішний, він визначає, як людина ставитиметься до своїх колег, з ким одружиться, скільки матиме дітей і в якому ліжку помре. На прикладі аналізу казки про Червону Шапочку чи міфу про Едіпа науковець демонструє, як пишеться сценарій життя людини, як він працює і, найважливіше, як кожен може імпровізувати, вносити до цього сценарію зміни й виходити за рамки.

ББК 159.923

ISBN 978-6-17-125720-7

© Берн Е., 1992
© Книжный Клуб «Клуб Семейного
Досуга», 1992

Содержание

Про книжку	9
Передмова	10
Семантика	12
Частина I	13
Розділ 1	13
А. Що ви кажете після привітання?	13
Б. Як ви вітаєтеся?	13
В. Ілюстрація	14
Г. Рукостискання	15
Г. Друзі	16
Д. Теорія	17
Розділ 2	18
А. Структурний аналіз	18
Б. Транзакційний аналіз	20
В. Структурування часу	24
Г. Сценарії	27
Частина II	28
Розділ 3	28
А. Життєві плани	28
Б. На сцені й за кулісами	30
В. Міфи та казки	32
Г. Чекаючи на трупне задубіння	37
Г. Сімейна драма	40
Д. Людська доля	40
Е. Історичний аспект	42
Розділ 4	45
А. Вступ	45
Б. Впливи предків	46
В. Здатність до запліднення	48
Г. Становище під час народження	50
Г. Сценарії народження	53
Д. Імена та прізвища	54
Розділ 5	56
А. Ранні впливи	56
Б. Переконавання та рішення	56
В. Позиції – Займенники	57
Г. Переможці та невдахи	59
Г. Позиції за участю трьох гравців	59
Д. Позиції – Твердження	60
Е. Вибір сценарію	62
Розділ 6	64
А. Батьківське програмування	64
Б. Марсіанське мислення	65
В. Маленький адвокат	67
Г. Сценарний апарат	69
Розділ 7	71

А. Розв'язка сценарію	71
Б. Припис	72
В. Приманка	73
Г. Електрод	74
Г. Мішки та речі	74
Д. Настанова	75
Е. Батьківські шаблони	77
Є. Демон	78
Ж. Дозвіл	79
З. Внутрішнє звільнення	80
И. Обладнання для сценарію	82
І. Прагнення та розмови	82
Ї. Переможці	83
Й. Чи кожен має сценарій?	83
К. Антисценарій	84
Л. Висновок	85
Розділ 8	86
А. Сюжети і герої	86
Б. Ракетки	87
В. Торговельні купони	88
Г. Ілюзії	92
Г. Ігри	96
Д. Персона	98
Е. Сімейна культура	98
Розділ 9	102
А. Розваги	102
Б. Нові герої	102
В. Тотем	103
Г. Нові відчуття	103
Г. Фізичні реакції	104
Д. Вітальня й задня кімната	104
Е. Сценарій та антисценарій	105
Є. Образ світу	105
Ж. Футболки	107
Розділ 10	111
А. Зрілість	111
Б. Застава	111
В. Залежності	112
Г. Драматичний трикутник	113
Г. Імовірна тривалість життя	114
Д. Старість	115
Е. Сцена смерті	117
Є. Сміх шибеника	118
Ж. Посмертна сцена	118
З. Надгробок	119
И. Заповіт	119
Частина III	120
Розділ 11	120
А. Переможці, непереможці та невдахи	120

Б. Час сценарію	121
В. Секс і сценарії	122
Г. Годинниковий та цільовий час	124
Розділ 12	126
А. Рожева Шапочка, або Безхатько	126
Б. Сізіф, або Знову	128
В. Маленька міс Маффет, або Я вас не боюся	129
Г. Старі солдати ніколи не вмирають, або Кому я потрібен?	130
Г. Переможець Драконів, або Татко краще знає	132
Д. Зигмунд, або Якщо не можеш зробити це так, спробуй по-іншому	132
Е. Флоренс, або Доведи справу до кінця	133
Є. Трагічні сценарії	134
Розділ 13	136
А. Історія питання щодо Попелюшки	136
Б. Історія Попелюшки	137
В. Взаємопов'язані сценарії	138
Г. Попелюшка в реальному житті	140
Г. Після балу	141
Д. Казки та реальні люди	141
Розділ 14	144
А. Рухливе обличчя	144
Б. Рухливе Я	146
В. Зачарування й імпринтинг	150
Г. Невловимий запах	151
Г. Зворотний зв'язок і допалювання	153
Д. Маленький фашист	157
Е. Хоробрий шизофренік	158
Є. Лялька червонимовця	159
Ж. Більше про демона	161
З. Реальна людина	161
Розділ 15	163
А. Матриця сценарію	163
Б. Сімейний парад	165
В. Культурне успадкування	166
Г. Вплив дідуся та бабусі	168
Г. Надмірний сценарій	169
Д. Змішування сценарних вказівок	170
Е. Висновки	171
Є. Відповідальність батьків	172
Частина IV	174
Розділ 16.	174
А. Вступ	174
Б. Вибір психіатра	175
В. Психіатр як чарівник	177
Г. Підготовка	178
Г. «Професійний пацієнт»	179
Д. Пацієнт як особистість	180
Розділ 17	181

А. Сигнал сценарію	181
Б. Психологічний компонент	182
В. Як слухати	184
Г. Основні голосові сигнали	185
Г. Вибір слів	187
Д. Транзакція шибеника	192
Е. Типи сміху	193
Є. Бабуся	194
Ж. Типи протесту	195
З. Історія вашого життя	196
И. Перемикання між ролями	197
Розділ 18	199
А. Роль психіатра	199
Б. Дозування гри	199
В. Мотиви для терапії	200
Г. Сценарій психіатра	200
Г. Прогнозування результату	201
Д. Антитеза сценарію	202
Е. Ліки	206
Розділ 19	208
А. Кінцеві провідні шляхи	208
Б. Голоси в голові	209
В. Динаміка дозволу	211
Г. Лікування пацієнтів проти успіхів	214
Розділ 20	216
А. Клуні	216
Б. Віктор	220
В. Джен і Білл	221
Частина V	224
Розділ 21	224
А. Заперечення спірітуалістського характеру	224
Б. Філософські заперечення	224
В. Раціональні заперечення	225
Г. Доктринальні заперечення	226
Г. Емпіричні заперечення	227
Д. Заперечення з позицій психології розвитку	228
Е. Клінічні заперечення	229
Розділ 22	231
А. Мапа й місцевість	231
Б. Термінологічна сітка	232
В. Непереверені й точні дані	234
Розділ 23	237
А. Визначення сценарію	237
Б. Як підтвердити сценарій	239
В. Вступ до сценарного запитальника	241
Г. Сценарний запитальник	242
Г. Стислий запитальник	247
Д. Терапевтичний запитальник	249
Додаток	251

Глосарій

253

Ерік Берн

Що ти кажеш після привітання?

Психологія людської долі

Про книжку

Книжка «Що ти кажеш після привітання» пояснює, що змушує переможців вигравати, невдах програвати і що робить тих, хто між ними, настільки нудними... У ній доктор Ерік Берн показує, як життя всіх людей іде за наперед визначеним сценарієм – сценарієм, який вони самі складають для себе в ранньому дитинстві. Цей сценарій може бути сумним, а може бути й успішним; він визначає, як людина ставиться до своїх колег, з ким одружується або за кого виходить заміж, скільки матиме дітей і в якому ліжку помре... Ця книжка демонструє, як пишеться сценарій життя кожної людини, як він працює і, що більш важливо, як кожен може імпровізувати або вносити до цього сценарію зміни, щоб уможливити щасливий кінець...

ПЕРЕЛІК ІЛЮСТРАЦІЙ

- 1а. Структурна діаграма особистості
- 1б. Неформальна структурна діаграма
- 1в. Структурна діаграма другого порядку
- 1г. Дескриптивні аспекти особистості
- 2а. Взаємодоповняльна транзакція
- 2б. Діаграма стосунків
- 3а. Перехресна транзакція I типу
- 3б. Перехресна транзакція II типу
- 4а. Успішна кутова транзакція
- 4б. Подвійна транзакція
- 5. Сценарне генеалогічне дерево
- 6. Молодий алкоголік
- 7. Походження та вставлення сценарних приписів
- 8. Прекрасна дама
- 9. Працелюбний переможець
- 10. Ілюзорна автономія
- 11. Справжня автономія
- 12. Драматичний трикутник
- 13. Подорож душею за маршрутом «Батько—Дорослий—Дитина»
- 14. Порожня матриця сценарію
- 15. Сімейний парад
- 16. Культурне успадкування
- 17. Успадкування від дідуся й бабусі
- 18. Транзакція дозволу
- 19а, б, в. Матриця сценарію Клуні
- 20а. Психобіологічна структура
- 20б. Дескриптивні функції

Передмова

Ця книжка є безпосереднім продовженням моїх попередніх праць із транзакційного підходу й окреслює нові події в мисленні та практиці, які відбулися протягом останніх п'яти років, головним чином, стрімкий прогрес у аналізі сценаріїв. За цей період значно збільшилася кількість досвідчених фахівців із транзакційного аналізу. Вони перевіряють добре відомі теорії в багатьох різних галузях, зокрема в промисловості, пенітенціарній системі, освіті й політиці, а також у різноманітних клінічних ситуаціях. Багато з них зробили власні внески в цю галузь, про що згадано в тексті й примітках.

Ця книжка задумувалась як удосконалений підручник із психотерапії, і фахівці з різною підготовкою без особливих труднощів перекладуть короткі та прості хроніки транзакційного аналізу власним професійним жаргоном. Поза сумнівом, її читатимуть і нефахівці, тож із цією метою я постарався написати її доступною їм мовою. Можливо, вона вимагатиме вдумливого читання, але сподіваюся, що розшифрування буде непотрібне.

Традиційна психотерапія зазвичай послуговується трьома різними професійними жаргонами: психіатр-психіатр, психіатр-пацієнт та пацієнт-пацієнт, які відрізняються один від одного так само, як мандаринський діалект китайської від кантонського або давньогрецька мова від новогрецької. Досвід показує, що якомога більше усунення цих жаргонів на користь *kua-yu*¹ або *lingua franca* базової англійської збільшує «комунікацію», якої так палко домагається безліч психіатрів (і невпинно, як кажуть, залишають її чекати біля вівтаря). Я намагався уникнути популярної в суспільних, біхевіоральних та психіатричних науках моди маскуванню невизначеності надмірністю, а неоднозначності – багатослів'ям; ця практика бере свій початок на медичному факультеті Паризького університету в XIV столітті.

Це призвело до скарг щодо «популяризації» та «надмірного спрощення» – термінів, які нагадують старі звинувачення ЦК КППС у «буржуазному космополітизмі» й «капіталістичних відхиленнях». За наявності вибору між прихованим і відкритим, між надмірним ускладненням та простотою, я намагався бути з «народом», час від часу кидаючи розумні слівця, як гамбургер, щоб відвернути увагу вартових академій, поки прослизну до підвалу і привітаюся з друзями.

Тепер геть неможливо подякувати всім, хто допоміг у розвитку транзакційного аналізу, бо кількість цих людей наразі обчислюється тисячами. Ті, кого я знаю найкраще, – це члени-викладачі Міжнародної асоціації транзакційного аналізу й учасники семінару з транзакційного аналізу в Сан-Франциско, який я відвідую щотижня. До тих, хто найбільше цікавиться сценарним аналізом, належать Карл Боннер, Мелвін Бойс, Майкл Брін, Віола Каллаган, Геджес Кейперс, Леонард Кампос, Вільям Коллінз, Джозеф Конкеннон, Патриція Кроссмен, Джон Дюзей, Мері Едвардс, Франклін Ернст, Кеннет Евертс, Роберт Гулдінг, Мартін Гродер, Гордон Гейберг, Томас Гарріс, Джеймс Горвітц, М'юріел Джеймс, Пет Джарвіс, Стівен Карпмен, Девід Купфер, Памела Левін, Джек Ліндгаймер, Пол Маккорнік, Джей Ніколс, Маргарет Ноткотт, Едвард Олів'є, В. Рей Пойндекстер, Соломон Самуельс, Міра Шаппс, Жакі Шифф, Зеліг Селінгер, Клод М. Штайнер, Джеймс Єйтс і Роберт Цехніх.

Крім того, я хочу подякувати моєму секретареві у Сан-Франциско, Памелі Блум, за вправне проведення семінару та внесення власних ідей; а також її наступницям, Елейн Ворк та Арден Роуз; а надто ж – моєму секретареві в Кармелі, місис Мері Н. Вільямс, без чиєї сумлінності, навичок і старанності цей рукопис, з усіма його начерками й виправленнями, міг би ніколи не з'явитися. Мій п'ятнадцятирічний син Теренс талановито допоміг мені зібрати біб-

¹ Тут, вочевидь, мається на увазі система передачі китайського письма латинкою. (Тут і далі прим. перекл., якщо не зазначено інше.)

ліографію, рисунки й інші деталі рукопису, а моя донька Еллен Калькатерра прочитала його і внесла багато цінних пропозицій. І, нарешті, дякую своїм пацієнтам за те, що так добре відкривалися мені й дозволили піти у відпустку, щоб я міг поміркувати; а також мільйонам читачів, які прочитали мої твори п'ятнадцятьма мовами й заохочували мене своїм інтересом до тієї чи тієї книжки.

Семантика

Як і в інших моїх книжках, займенник «він» може стосуватись обох статей, тимчасом як «вона» вжито в тому випадку, якщо це твердження більшою мірою справедливе для жінок, аніж для чоловіків; іноді «він» може також використовуватися задля граматичного спрощення, щоб відрізнити психіатра (чоловіка) від пацієнта. Сподіваюся, ці синтаксичні прийоми не образять емансипованих жінок. Слово «є» означає, що я маю досить тверде переконання щодо чогось, виходячи зі свого клінічного досвіду й досвіду колег. Слова «здається» або «як видається» означають, що чекаю на подальші докази, перш ніж твердо схилитися до чогось. Історії хвороби взято з мого досвіду та з того, що розповідали на семінарах і наглядних сесіях. Деякі з них є змішаними, і всі замасковані так, щоб їхніх учасників годі було впізнати, але важливі випадки або діалоги є достовірними².

Ерік Берн

² Це зауваження стосується лише тексту оригіналу. У перекладі замість займенника «він» там, де автор говорить про людину чи особистість узагалі, вживаємо займенник «вона», бо в українській мові обидва слова належать до жіночого роду.

Частина I

Загальні положення

Розділ 1

Вступ

А. Що ви кажете після привітання?

Це просте запитання, настільки незграбне й позбавлене глибини, що її сподіваються від наукового дослідження, насправді містить у собі всі основні питання про життєдіяльність людини і всі засадничі проблеми суспільних наук. Це питання, яке діти «ставлять» самі собі, на яке вони вчаться сприймати спотворені відповіді; питання, що підлітки ставлять самі собі та тим, із ким радяться; питання, від якого ухиляються дорослі, приймаючи спотворені відповіді від тих, хто є кращим за них, і питання, що йому мудрі філософи присвячують цілі книжки, так і не знайшовши відповіді. Воно містить у собі й первинне запитання соціальної психології («Чому люди розмовляють одне з одним?»), і першопочаткове запитання соціальної психіатрії («Чому людям подобається викликати симпатію?»). Відповідь на нього – це відповідь на запитання, поставлені Чотирма Вершниками Апокаліпсису: війна чи мир, голод або достаток, чума чи здоров'я, смерть або життя. Не дивно, що обмаль людей знаходить відповідь на це питання протягом усього свого життя, оскільки більшість живе, не знаходячи відповіді на питання, що йому передусє: «Як ви вітаєтеся?»

Б. Як ви вітаєтеся?

Це таємниця буддизму, християнства, юдаїзму, платонізму, атеїзму і, перш за все, гуманізму. Славнозвісний «звук, коли плескає одна рука» у Дзен – це звук однієї людини, яка говорить іншій «привіт», і це також звук Золотого Правилу в будь-якій Біблії. Правильно сказати «вітаю» означає зрозуміти іншу людину, збагнути її як явище, сприйняти її і бути готовим до того, що вона сприйме вас. Можливо, найвищою мірою цю здатність демонструють мешканці островів Фіджі, бо одним з найрідкісніших скарбів у світі є щира фіджійська усмішка. Вона з'являється повільно, освітлюючи все обличчя, і тримається доволі довго, щоб її можна було впізнати, а потім зникає загадково й повільно. Порівняти її можна лише з невинними усмішками матері й немовляти, а в західних країнах і з певним типом відкритої особистості³.

У цій книжці обговорюються чотири питання: Як ви вітаєтеся? Як ви відповідаєте на привітання? Що ви кажете після привітання? І, насамперед, таке сумне запитання, як: Що ви робите замість того, щоб вітатися? Тут наводитимуться короткі відповіді на ці питання. А пояснення відповідей на них займе решту цього підручника з психіатрії, який щонайперше адресовано психіатрам, потім – пацієнтам, які вже виликувалися, а відтак – усім, кому це цікаво.

1. Щоб привітатися, ви спочатку викидаєте з голови все те сміття, що назбиралось у ній відтоді, як ви потрапили додому з пологового відділення, а потім визнаєте, що це конкретне привітання вже ніколи не повториться. Щоб навчитися цього, можуть знадобитися роки.

³ Переваги повернення до життя замість очікування смерті проілюстровано в: (1) 'Terminal Cancer Ward: Patients Build Atmosphere of Dignity.' *Journal of the American Medical Association*. 208:1289, May 26, 1969. (2) Klagsbrun, S. C. 'Cancer Emotions, and Nurses.' *Summary of Scientific Proceedings*. 122nd Annual Meeting, American Psychiatric Association, Washington, D. C., 1969.

2. Щоб відповісти на привітання, вам треба викинути з голови все сміття й побачити того, хто стоїть перед вами або проходить повз, чекаючи на вашу відповідь. Щоб навчитися цього, можуть знадобитися роки.

3. Після того як ви привіталися, ви викидаєте все сміття, що повертається до вашої голови; усі впливи образ, що їх ви зазнали, і страх перед усіма проблемами, з якими плануєте зіткнутися. Тоді ви будете німим і не знатимете, що сказати. Після багатьох років практики ви, можливо, думатимете про щось, варте слів.

4. Ця книжка здебільшого про сміття: про речі, що їх люди роблять одне з одним, замість сказати «привіт». Вона написана з надією, що всі, хто має відповідну підготовку та здібності, зможуть допомогти собі й іншим розпізнати те, що я називаю (у філософському сенсі) «сміттям», оскільки головна проблема у відповіді на три інші запитання полягає в тому, щоб визначити, що належить до сміття, а що – ні. Мова людей, які навчилися говорити «привіт», називається «марсіанською» для того, щоб можна було відрізнити її від повсякденної «земної» мови, що, як свідчить історія від найдавніших зафіксованих у письмових пам'ятках часів Єгипту й Вавилону до наших днів, призводила до війн, голоду, чуми та смерті, а ті, хто вижив під час цих подій, відчували певну сплутаність свідомості. Хочеться сподіватися, що в довготерміновій перспективі марсіанська мова, за умови її належного вивчення та викладання, допоможе позбутися цих лих. Наприклад, марсіанська мова – це мова снів, що показують речі такими, якими вони є насправді.

В. Ілюстрація

Щоб проілюструвати ймовірну цінність цього підходу, розгляньмо випадок з невиліковно хворим пацієнтом, який має обмежений час на життя. Морт, тридцятирічний чоловік, недужий на рак, що протікав у повільній формі, був приречений за нинішнього рівня медицини й міг прожити в найгіршому випадку два роки, а в найкращому – п'ять. Його психіатричною скаргою був тик – він кивав головою або трусив ногами з невідомих йому причин. Під час лікування у групі він невдовзі знайшов пояснення: він стримував свої страхи за стіною безперервної музики, що текла крізь його мозок, а тик був його способом співіснувати в такт із цією «музикою». Під час ретельного обстеження встановлено, що це саме так, а не інакше, що це не музика лунає в такт із тиком, а тик відбувається в такт із ментальною музикою. На цьому етапі всі, зокрема й Морт, побачили, що якщо музику прибрати за допомогою психотерапії, то відкриється величезний резервуар страхів. Наслідки могли бути непередбачуваними, якщо страхи не замінити на приємніші емоції. Що робити?

Незабаром з'ясувалося, що всі члени групи знали: рано чи пізно вони помруть, і стримували свої відчуття щодо цього в різний спосіб. Так само як і у випадку з Мортом, ці зусилля були своєрідною платою смерті, що заважала їм тішитися з життя. Таким чином, вони могли б більше зробити протягом відпущених їм двадцяти або п'ятдесяти років, аніж Морт, якому залишилося два чи п'ять. Отже, визначено, що важливою є не тривалість, а якість життя: це не було якимось приголомшливим або новим відкриттям, але кожен прийшов до нього болючішим шляхом, аніж зазвичай, адже це відбувалось у присутності приреченої людини, тож справило на всіх сильне враження.

Інші члени групи (які розуміли марсіанську мову й раді були навчити її Морта, а той охоче її засвоїв) погодилися, що жити означає такі прості речі, як дивитися на дерева, слухати спів пташок і говорити людям «привіт». І робити це свідомо й спонтанно, без драматизму або лицемірства, але зі стриманістю й пристойністю. Вони також погодилися, що для того, щоб робити ці речі, всі вони, зокрема й Морт, мають суворіше ставитися до сміття у своїй голові. Коли вони побачили, що його ситуація певною мірою не набагато трагічніша за їхні, то смуток і сором'язливість, спричинені його присутністю, розвіялися. Тепер вони могли весело

спілкуватися з ним, так само як і він з ними; він і вони могли розмовляти на рівних. Вони могли суворіше ставитися до його сміття, бо тепер він знав ціну цій суворості й розумів, чому вони були такими; своєю чергою, він здобув привілей суворіше ставитися до *їхнього* сміття. По суті, Морт повернув свою «ракову картку» і відновив власне членство в людській расі, хоча всі, в тому числі й він сам, все ще усвідомлювали, що його становище набагато скрутніше, ніж у будь-кого іншого⁴.

Ця ситуація дуже чітко ілюструє весь пафос і глибину проблеми з привітанням, яка у випадку з Мортом пройшла три стадії. Коли він тільки долучився до групи, інші ще не знали, що він приречений. Спочатку вони зверталися до нього в тій манері, до якої звикли в цій групі. Їхні підходи були переважно обумовлені вихованням кожного члена групи – тим, як його вчили вітатися батьки, коригуваннями, внесеними пізніше в життя, і певною повагою та відвертістю, що є прийнятною у психотерапії. Бувши новачком, Морт реагував так, як і будь-де, вдаючи з себе амбітного, енергійного американського хлопця – такого, яким хотів бачити себе він і його батьки. Утім, коли під час третього заняття він сказав, що приречений, інші члени почуваючись спантеличеними та обдуреними. Вони запитували себе, чи не бовкнули чогось такого, що могло б здатися поганим їм самим, йому й особливо психіатрові. Фактично здавалося, що вони сердиті і на Морта, і на психіатра за те, що ті не сказали їм про це раніше – їх ніби ошукали. Насправді вони привіталися з Мортом у стандартний спосіб, не знаючи, з ким розмовляють. Тепер, знаючи, що він – особлива людина, вони хотіли б мати змогу повернутися, почати все спочатку й у такому випадку вже ставилися б до нього по-іншому.

Тож вони почали все знову. Замість розмовляти з ним навпростець, як це робилося доти, вони зверталися до нього м'якше та обережніше, ніби хотіли сказати: «Бачиш, як я стараюся бути чуйним до твоєї трагедії?» Тепер ніхто з них не хотів важити репутацією, голосно розмовляючи з приреченою людиною. Однак це було несправедливо, бо давало Мортові перевагу. Зокрема, ніхто не насмілювався дуже довго або голосно реготати в його присутності. Це виправили, коли було розв'язано проблему, що має робити Морт; тоді напруга зникла і вони змогли повернутися й розпочати все спочатку втретє, розмовляючи з ним як із представником людської раси, без усіляких обмежень. Отже, ці три стадії були представлені поверховим привітанням, співчутливим привітанням та розслабленим, справжнім привітанням.

Зої не може сказати Мортові «привіт», доки знає, хто він є і що в нього може змінитися від тижня до тижня, або навіть з години на годину. Щоразу, зустрічаючи чоловіка, вона знає про нього трохи більше, ніж минулого разу, і мусить вітатися з ним трохи по-іншому, якщо хоче й далі підтримувати їхню дружбу. Проте оскільки вона ніколи не зможе ні дізнатися про нього все, ані передбачити всі зміни, то й ніколи не спроможеться ідеально казати «привіт» – жінка лише наближатиметься до цього.

Г. Рукоштовування

Чимало пацієнтів, які вперше приходять на прийом до психіатра, відрекомендовуються й тиснуть йому руку, коли він запрошує їх увійти до кабінету. Деякі психіатри, навпаки, простягають руку першими. Я дотримуюся зовсім іншої політики щодо рукоштовувань. Якщо пацієнт привітно простягає мені руку, я потисну її, щоб не бути грубим, але в ухильний спосіб, бо замислюся, чому це він такий привітний. Якщо він ручкається в такий спосіб, який лише дає нагоду припустити, що він вважає це гарними манерами, я відповідаю йому тим самим, і ми розуміємо одне одного: той приймний ритуал не заважатиме роботі. Якщо ж його рукоштовування вказує на те, що він у розпачі, то я потисну йому руку міцно й підбадьорливо, щоб він

⁴ Це доволі дивно, але, як на мене, такі усмішки найчастіше можна побачити в дівчат, старших від 20 років, із довгим темним волоссям.

знав, що я розумію його ситуацію. Та коли я заходжу до почекальні, моя манера, вираз обличчя й позиція рук чітко показують більшості новачків, що цієї чемності можна уникнути, якщо тільки вони не наполягатимуть. Це має на меті встановити і зазвичай встановлює, що ми обидва перебуваємо тут із серйознішою метою, ніж довести, що ми є славні хлопці, або обмінятися люб'язностями. Здебільшого я не ручкаюся з ними тому, що не знаю їх і не очікую, що вони будуть тиснути мені руку, бо вони теж мене не знають; опріч того, деякі люди, які приходять до психіатра, не люблять, щоб їх торкались, і можливість утриматися від цього для них є проявом гречності.

Завершення бесіди – то вже інша справа. На цей момент я вже чимало знаю про пацієнта, та й він щось знає про мене. Тому, коли він іде, я вважаю за свій обов'язок потиснути йому руку і знаю про нього вже досить, щоб зрозуміти, як поручатися належним чином. Це рукостискання має для нього дуже важливе значення: воно означає, що я приймаю його⁵ навіть після того, як він розповів мені про себе геть усе «погане». Якщо пацієнт потребує заспокоєння, то моє рукостискання і є тим, що зарадить; якщо йому треба підтвердити свою чоловічу сутність, моє рукостискання дозволить йому це відчути. То не є якимсь ретельно продуманим засобом привабити пацієнта; це спонтанне і вільне його визнання після того, як я проговорив з ним цілу годину про його найбільш особисті проблеми. Натомість, якщо він брехав мені свідомо, а не через природне збентеження, або намагався використати чи залякати мене, я не ручкатимуся з ним, отож він зрозуміє, що мусить поводитись інакше, якщо хоче, щоб я був на його боці.

З жінками все трохи по-іншому. Якщо їй потрібен дотик як знак, що приймаю її, я потисну їй руку у прийнятний для неї спосіб; якщо (а на цю мить я вже це знаю) вона зіщулюється від контакту з чоловіком, я коректно попрощаюсь, але дозволю їй піти без рукостискання. Цей останній випадок найбільш чітко ілюструє причину, з якої я не ручкаюся на знак привітання: якщо я потисну жінці руку, ще не знаючи, з ким вітаюся, це викличе в неї відразу. Фактично я нав'язав себе і образив її ще до розмови, змусивши, виходячи з гарних манер і всупереч її схильності, торкнутися мене й дозволити мені торкнутися її, хай навіть і з чемності.

У психіатричних групах я дотримуюся схожої політики. Я не кажу «привіт», коли заходжу, бо не бачив їхніх учасників протягом цілого тижня і не знаю, з ким вітаюся. Легке чи сердечне привітання може бути зовсім неприйнятним у світлі того, що трапилося з ними за цей проміжок часу. Однак з підкресленою увагою кажу «до побачення» кожному членові кожної групи, бо тепер я вже розумію, з ким прощаюся і як це сказати в кожному випадку. Припустімо, наприклад, що в одній із жінок, які ходять до групи, за час, що минув від останньої зустрічі, померла мати. Веселе привітання здалося б їй недоречним.

Можливо, вона і пробачила б мені це, але немає потреби викликати в неї таке напруження. На момент, коли зустріч добігла кінця, я вже знаю, як попрощатися з нею, взявши до уваги її втрату.

Г. Друзі

Тут уже з соціального погляду все інакше, бо друзі якраз створені для таких жестів. З ними і «привіт», і «бувай» коливаються від відвертого рукостискання до широких обіймів, залежно від того, хто до чого готовий або чого потребує; іноді ж це жарт або порожні балачки, щоб відволіктися від проблем, якась усмішка «коли ти це кажеш». Проте одна річ у житті є достеменнішою за податки й так само точною, як смерть: що швидше ви заводите нових друзів, то хутчіш вони стають старими.

⁵ Слово «прийняття» тут ужито не в розмитому, сентиментальному сенсі; воно означає, що я готовий провести з ним більше часу. Це передбачає серйозне зобов'язання, яке в деяких випадках може означати один-два роки терпіння, зусиль, злетів і падінь та підйому вранці.

Д. Теорія

Ось і все про привітання й прощання. Те, що стається між ними, належить до специфічної теорії особистості й групової динаміки, яка також є психіатричним методом, відомим як транзакційний аналіз. Щоб оцінити подальше, спочатку слід зрозуміти принципи цього підходу.

Розділ 2

Принципи транзакційного аналізу

Принципи транзакційного аналізу вже описувалися за численних обставин. Найдокладніший опис можна знайти в праці автора «Транзакційний аналіз у психотерапії»⁶; її застосування в груповій динаміці викладено в книжці «Структура й динаміка організацій та груп»⁷; її використання в аналізі ігор описано в розвідці «Ігри, у які грають люди»⁸; її застосування в клінічній практиці є в «Принципах групового лікування»⁹; а короткий виклад цієї теорії можна знайти в «Посібнику з психіатрії та психоаналізу для нефаківців»¹⁰. Отже, тут буде наведено лише короткий опис для тих читачів, які не мають напохвати жодної з цих книжок.

А. Структурний аналіз

Головним об'єктом транзакційного аналізу є вивчення Я-станів, що є когерентними системами мислення й почуттів, які проявляються за допомогою відповідних моделей поведінки. Кожна людська істота демонструє три типи Я-станів: 1) стани, що походять від образу батьків і в розмовній мові називаються «Батько». У цьому стані людина відчуває, мислить, діє, говорить і реагує точнісінько як один з її батьків, коли вона була маленькою. Навіть якщо він або вона не демонструє цей Я-стан, він впливає на поведінку людини як «батьківський вплив», виконуючи функції сумління; 2) Я-стан, у якому людина об'єктивно оцінює своє середовище й прораховує свої можливості та ймовірності на підставі попереднього досвіду, називається дорослим Я-станом, або «Дорослий». Стан «Дорослий» працює як комп'ютер; 3) кожна людина носить у собі маленького хлопчика чи дівчинку, який (яка) відчуває, думає, діє, говорить і реагує так само, як тоді, коли він або вона був дитиною певного віку. Цей Я-стан називається «Дитина». Він не розглядається як «несерйозний» або «незрілий», що є батьківськими словами, а як «подібний до дитини», той, що означає дитину певного віку, і важливим чинником тут є вік, який за звичайних обставин може коливатися від 2 до 5 років. Для людини важливо розуміти свою Дитину не лише тому, що вона буде з нею протягом усього життя, а й тому, що це найповажніша частина її особистості.

Отже, *рисунок 1а* є повною діаграмою особистості будь-якої людської істоти і стосується всього, що вона може відчувати, думати, говорити або робити. (Її більш зручну, скорочену форму показано на *рисунку 1б*.) Докладніший аналіз не приведе до нових Я-станів, а лише до поділу в межах уже наявних. Таким чином, очевидно, що в ретельному дослідженні в більшості випадків буде показано два батьківські компоненти (один від батька, інший – від матері); також у межах Я-стану Дитини проявляться компоненти станів Батька, Дорослого й Дитини, які вже існували, коли стан Дитини зупинився в розвитку, як це можна перевірити, спостерігаючи за справжніми дітьми. Цей аналіз другого порядку представлено на *рисунку 1в*. Відокремлення одного шаблону поведінки та почуттів від іншого під час діагностики Я-станів називається *структурним аналізом*. У тексті Я-стани будуть позначені великими літерами: Батько

⁶ Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Grove Press, New York, 1961.

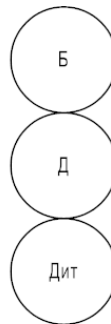
⁷ Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. J. B. Lippincott Company, Philadelphia, 1963. Grove Press (Paperback), New York, 1966.

⁸ Berne, E. *Games People Play*. Grove Press, New York, 1964; (Paperback) 1967.

⁹ Berne, E. *Principles of Group Treatment*. Oxford University Press, New York, 1966. Grove Press, New York (Paperback), 1968.

¹⁰ Berne, E. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. Simon & Schuster, New York, 1968. André Deutsch, London, 1969. Grove Press (Paperback), New York, 1962, pp. 277—306.

(Б), Дорослий (Д) та Дитина (Дит), тимчасом як слова «батько», «дорослий» і «дитина», написані з маленької літери, означатимуть реальних людей.



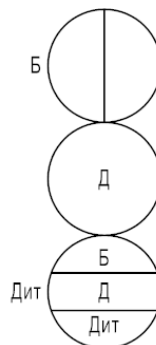
Неформальна структурна діаграма

Рисунок 1а



Структурна діаграма особистості

Рисунок 1б



Структурна діаграма другого порядку

Рисунок 1в

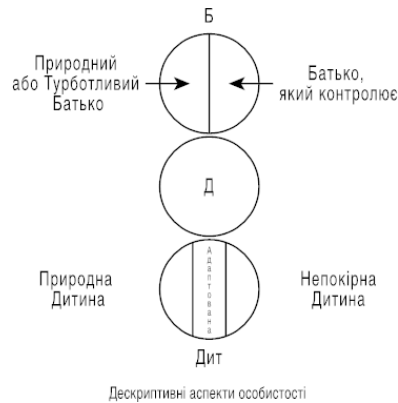


Рисунок 1г

Також ми натрапимо на дескриптивні терміни, які або будуть самоочевидними, або пояснюватимуться в тексті: Природний чи Турботливий Батько і Батько, який контролює, і Природна, Адаптована або Непокірна Дитина. Якщо «структурна» Дитина представлена горизонтальними рисками, то «дескриптивна» показана вертикальними, як на *рисунку 1г*.

Б. Транзакційний аналіз

Виходячи з викладеного вище, є очевидним, що коли двоє людей протистоять одне одному, у взаємодію вступають шість Я-станів, по три в кожній особі, як на *рисунку 2а*. Оскільки Я-стани відрізняються один від одного так само, як і справжні люди, важливо знати, який зі станів задіяно в кожного з людей, коли між ними щось відбувається. У такому разі те, що коїться, можна представити у вигляді стрілок, накреслених між двома «людьми» на діаграмі. У найпростіших транзакціях такі стрілки є паралельними, вони називаються «взаємодоповняльні транзакції». Можна побачити, що існує дев'ять можливих типів взаємодоповняльних транзакцій (ББ, БД, БДит, ДБ, ДД, ДДит, ДитБ, ДитД, ДитДит), як це показано на *рисунку 2б*. *Рисунок 2а*, як приклад, репрезентує транзакцію Батько-Дитина між двома членами подружжя, де показано стимул від чоловічого Я-стану Батька до Я-стану Дитини дружини і реакцію її Дитини на його Батька. У найкращій ситуації це може представляти чоловіка, який по-батьківському дбає про вдячну дружину. Оскільки ці транзакції є взаємодоповняльними, з паралельними стрілками, спілкування може розвиватися нескінченно.

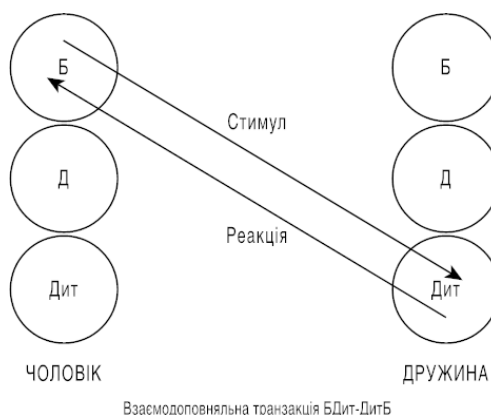


Рисунок 2а

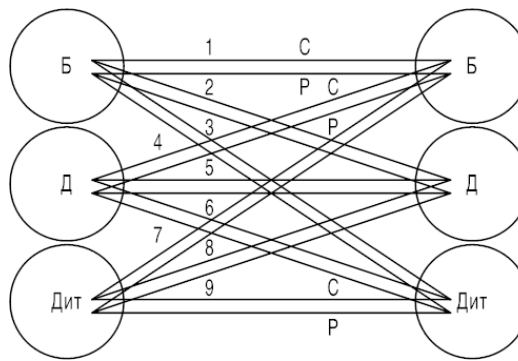
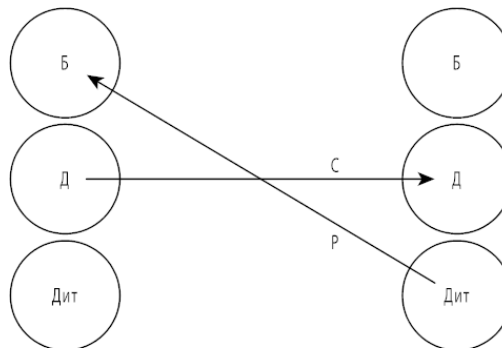


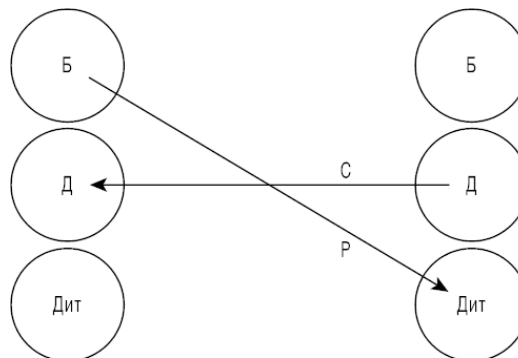
Рисунок 2б

На *рисунках 3а та 3б* щось пішло не так. На *рисунку 3а* стимул Дорослий-Дорослий (ДД) як прохання про інформацію дістає реакцію Дитина-Батько (ДитБ), тому стрілки стимулу й реакції перетинаються, замість бути паралельними. Транзакція такого типу називається *перехресною*, і в цих ситуаціях спілкування розривається. Якщо, наприклад, чоловік питає дружину: «Де мої запонки?», а вона відповідає: «Чому завжди мене в усьому звинувачуєш?», відбувається перехресна транзакція й вони вже більше не можуть розмовляти про запонки. Це перехресна транзакція I типу, що демонструє поширену форму реакції перенесення, як це відбувається в психотерапії, і це той тип транзакції, який спричиняє більшість проблем у світі. *Рисунок 3б* демонструє перехресну транзакцію II типу, під час якої на стимул Дорослий-Дорослий (ДД) як запитання йде зверхня або зарозуміла реакція Батько-Дитина (БДит). Це найбільш поширений тип реакції контрперенесення і друга найбільш поширена причина проблем у особистих та політичних стосунках.



Перехресна транзакція I типу ДД-ДитБ

Рисунок 3а



Перехресна транзакція II типу ДД-БДит

Рисунок 3б

Пильний розгляд діаграми стосунків на *рисунку 2б* покаже, що математично можливі 72 типи перехресних транзакцій ($9 \times 9 = 81$ комбінація, мінус 9 взаємодоповняльних транзакцій)¹¹, але, на щастя, лише чотири з них відбуваються досить часто, щоб становити серйозну проблему в клінічній практиці та повсякденному житті. Це вже описані транзакції I типу (ДД-ДитБ), реакція перенесення; і II типу (ДД-БДит), реакція контрперенесення; плюс III тип (ДитБ-ДД), «гнівна реакція», коли хтось прагне співчуття, а натомість отримує факти, і IV тип (БДит-ДД), «зухвалість», коли хтось сподівається на поступливість, а дістає те, що він вважає за «нахабство» у формі викладення фактів.

Взаємодоповняльні й перехресні транзакції є простими, однорівневими. Існують два типи прихованих або дворівневих транзакцій – кутова і подвійна. *Рисунок 4а* демонструє кутову транзакцію, у якій стимул, що нібито належить до типу «Дорослий-Дорослий», як-от привабливі якості товару, що здаються раціональними, насправді створений з метою спіймати на гачок інший Я-стан – або Батька, або Дитини – у того, хто має реагувати. Суцільна лінія на *рисунку* представляє соціальний, або відкритий, рівень транзакції, тимчасом як пунктирна демонструє психологічний, або прихований. Якщо кутова транзакція буде успішною в цьому випадку, то реакція належатиме радше до типу «Дитина-Дорослий», аніж «Дорослий-Дорослий»; якщо ж вона неуспішна, то Дорослий у тому, хто реагує, зберігає контроль і реакція буде від Дорослого, а не від Дитини. Розглядаючи різноманітні способи залучення Я-станів, з діаграм (*рисунки 4а та 2б*) можна побачити, що існує 18 типів успішних кутових транзакцій, у яких реакцію показано пунктирною лінією, і для кожного з них існує неуспішна кутова транзакція, що показана паралельною суцільною лінією.

Рисунок 4б ілюструє подвійну транзакцію. У цьому випадку є два несхожі рівні – нижній, психологічний або прихований, рівень відрізняється від верхнього – соціального або відкритого. Вивчення діаграм покаже, що можливі 81^2 або 6561 різних тип подвійних транзакцій¹². Якщо ми віднімемо від цього числа ті випадки, коли соціальний та психологічний рівні дублюють один одного (що насправді можливе у 81 типі простих транзакцій), то виявиться, що фактично існує 6480 типів подвійних транзакцій. Знову ж таки на щастя, лише 6 серед них є аж такими поширеними, що мають значення у клінічній практиці та повсякденному житті¹³.

¹¹ Це можна перевірити, намалювавши кожну з них окремо чи виписавши на папері: ББ-БД, ББ-БДит, БД-ББ, БД-БДит і аж до ДитДит-ДитД, після чого до кожної з них можна допасувати приклади з клінічної практики або повсякденного життя.

¹² Це можна розв'язати ось як. Візьміть 9 взаємодоповняльних транзакцій з *рисунка 2б* і додайте 72 перехресні транзакції. Для кожної з них є 81 можливість на соціальному, або відкритому, рівні й так само 81 можливість на психологічному, або прихованому, рівні. Знову ж таки, ті, хто навчився розпізнавати Я-стан у дії, можуть виявити багато цих комбінацій у клінічних та особистих ситуаціях.

¹³ (ДД-ДД) + (ДитДит-ДитДит) (як на *рисунку 4б*), (ДД-ДД) + (ББ-ББ), (ДДДД) + (БДит-ДитБ), (ББ-ББ) + (ДитДит-ДитДит), (ДД-ДД) + (ДитД-ДитД), (ДД-ДД) + (БД-БД). Інші відбуваються в особливих ситуаціях, як-от виховання дітей, навчання чи дитяча психіатрія, де відкритий рівень може, наприклад, бути взаємодоповняльним (БДит-ДитБ, ДитДит-ДитДит) або перехресним (ДД-ДитБ, I тип), тимчасом як прихований рівень може належати до будь-якої з 81 можливостей. Щоб візуалізувати їх, краще намалювати транзакційні діаграми, а відтак перевести їх у реальні ситуації.

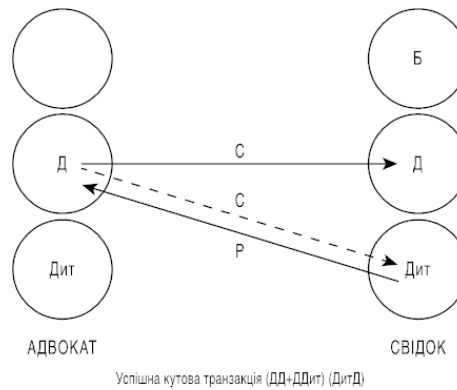


Рисунок 4а

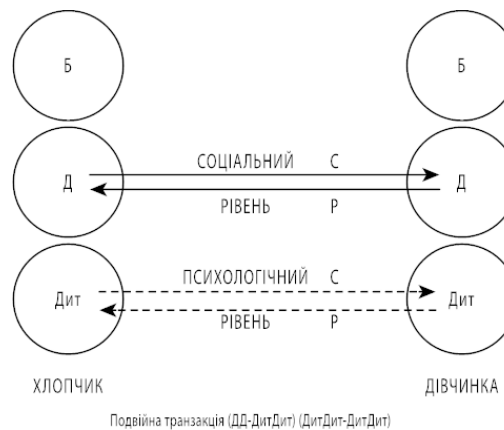


Рисунок 4б

Читач може запитати, чому в цьому розділі так багато чисел. Є три причини: 1) з погляду Дитини – причина в тому, що безліч людей полюбують працювати з числами; 2) з позиції Дорослого – це намагання продемонструвати, що транзакційний аналіз є точнішим за більшість соціальних і психологічних теорій; 3) з точки зору Батька – треба показати, що хоча він і є настільки достеменним, але не обмежує людей. Наприклад, якщо ми досліджуємо лише три транзакції і щоразу маємо вибір між 6597 різновидами, то можемо проводити ці транзакції у 6597³ способів. Це дає близько 300 мільярдів різних способів структурувати наші три види взаємодії. І це точно дає нам увесь той простір, який потрібен, щоб проявити свою індивідуальність. Це означає, що все населення світу могло б розділитися на пари, і кожна з них мала б по три взаємодії 200 разів поспіль, і жодна пара не дублювала б іншу й не повторювала того, що вже робила раніше. Оскільки більшість людей щодня залучені в сотнях або тисячах транзакцій, кожна особа має у своєму розпорядженні трильйони комбінацій. Навіть якщо відчуває відразу до 5000 з 6597 можливих типів транзакцій і ніколи в них не вступає, у неї все одно залишається широкий простір для маневру і їй не треба робити свою поведінку стереотипною, якщо сама цього не захоче. Якщо ж вона чинить так, як більшість людей, то не з вини транзакційного аналізу, а через інші впливи, які є головною темою нашого видання.

Оскільки ця система навзагал у всіх галузях називається транзакційним аналізом, то викладене дослідження простих типів транзакцій можна назвати *власне транзакційним аналізом*, який є другим ступенем після структурного. Власне транзакційний аналіз строго визначає систему взагалі, що є принципово важливим для тих, хто знається на науковій методології. Транзакція, що складається з єдиного стимулу та єдиної відповіді, вербальної або невербальної, становить одиницю соціальної дії. Вона називається транзакцією тому, що кожна сторона

щось від неї отримує і саме тому бере в ній участь¹⁴. Усе, що відбувається між парою чи більшою кількістю людей, можна розділити на серію окремих транзакцій, і це дає всі переваги, що їх здобуває будь-яка наука, коли має чітко визначену систему одиниць.

Транзакційний аналіз – це теорія особистості й соціальної дії, а також клінічний метод психотерапії, що ґрунтується на аналізі всіх можливих транзакцій між двома або більшою кількістю людей на основі конкретно визначених Я-станів у обмеженій кількості встановлених типів (9 взаємодоповняльних, 72 перехресних, 6480 подвійних і 36 кутових). Лише близько 15 із цих типів трапляються у звичайній практиці; решта становить здебільшого науковий інтерес. Будь-яка система або підхід, що не ґрунтується на суворому аналізі окремих транзакцій у конкретних Я-станах, не є транзакційним аналізом. По суті, це визначення має на меті створити модель для всіх можливих форм соціальної поведінки людей. Ця модель є раціональною, бо дотримується принципу наукової структури (що його іноді називають «лезо Оккама») і робить лише два припущення: 1) людські істоти можуть змінюватися від одного Я-стану до іншого і 2) якщо А щось каже й Б щось коротко відповідає на це, то можна перевірити, чи були слова Б реакцією на те, що сказав А. Також вона є дуже ефективною, бо досі серед тисяч або мільйонів взаємодій між людськими істотами не знайдено жодного прикладу, який не можна було б залучити до цієї моделі; разом з тим вона є суворою, бо обмежена простими арифметичними міркуваннями.

Найкращий спосіб зрозуміти «транзакційну позицію» – це запитати: «Який вчинок трирічної дитини відповідав би поведінці цього дорослого?»

В. Структурування часу

Також можна класифікувати довгі серії транзакцій, що тривають протягом усього життя, аж до передбачення важливої соціальної поведінки людини і в короткотерміновій, і в довгостроковій перспективі. Такі ланцюжки операцій відбуваються навіть тоді, коли вони дають обмаль інстинктивного задоволення, адже більшість людей почуваються тривожно, стикаючись із періодами, що не структуровані в часі; через це, наприклад, вони вважають вечірки з коктейлями цікавішими, ніж перебування на самоті. Потреба у структуруванні часу ґрунтується на трьох потягах або прагненнях. Перший – це *стимулювання або прагнення відчуттів*. Аж ніяк не намагаючись уникнути ситуацій, що збуджують, як твердять деякі люди, більшість організмів, включно з людьми, шукають їх. Жага відчуттів є причиною того, чому на американських гірках заробляють гроші, а в'язні робитимуть що завгодно, аби уникнути одиночної камери. Другим потягом є *прагнення визнання*, пошук відчуттів особливого типу, які можуть бути забезпечені лиш іншою людиною або, в деяких випадках, іншими тваринами¹⁵. Ось чому мавпячим та людським немовлятам недосить молока; їм також потрібен звук, запах, тепло й дотик матері, інакше вони миршавіють, так само, як і дорослі, яким ніхто не каже «привіт». Третім є *прагнення структури*, саме тому групи зазвичай переростають в організації, а люди, що вміють структурувати час, є найбільш популярними й високооплачуваними членами будь-якого суспільства.

Цікавий приклад, що поєднує в собі і прагнення відчуттів, і прагнення структури, спостерігаємо в шурів, які виростають у стані сенсорної депривації, тобто цілковитій темряві або в постійно освітленій білій клітці без змін. Пізніше в житті цих тварин, коли їх поміщали

¹⁴ «Транзакція або обмін, здається, є головною темою, до якої прикута увага різноманітних соціологів. Мені важко погодитися з позицією Блау, що обмін постає і найочевиднішою точкою відліку для всієї соціології, і найбільш імовірним будівельним блоком, за допомогою якого (додаючи цемент у вигляді спілкування) ми можемо провести аналіз складніших суспільних відносин і структур». З рецензії Альфреда Куна на книжку Blau, Peter M. *Exchange and Power in Social Life*. Wiley, New York, 1964; in *Science* 147:137, January 8, 1965.

¹⁵ Szasz, K. *Petishism: Pets and their People in the Western World*. Holt, Rinehart & Winston, New York, 1968.

до кліток з «нормальними щурами», було виявлено, що вони ставали розгубленими, йдучи по їжу, якщо та розміщувалася на шаховій дошці, а якщо вона лежала на простій поверхні, то не брали її. Щури, вирощені в звичайних умовах, брали їжу незалежно від того, на якій поверхні вона лежала. Це свідчило про те, що в знедолених щурів прагнення структури було важливішим за голод. Експериментатори дійшли висновку, що потреба в структурних подразниках (вони назвали це «перцептивним досвідом») може включати в себе біологічні процеси, так само основні, як і голод, і що наслідки ранньої сенсорної депривації можуть зберігатися протягом усього життя у формі сильного тяжіння до складних подразників¹⁶.

Існує чотири базові класифікації для короткотермінового структурування часу в людській соціальній поведінці, з двома граничними випадками. Отже, якщо в кімнаті перебувають двоє чи більше людей, вони мають до вибору шість можливих видів соціальної поведінки. З одного боку, граничним випадком є *самозаглиблення*, коли люди не спілкуються одне з одним відкрито. Це може відбуватися в таких різноманітних ситуаціях, як потяг у метрополітені або психіатрична група з аутичних шизофреніків. Поряд із самозаглибленням, під час якого кожна людина залишається зануреною у власні думки, найбезпечнішою формою соціальних дій є *ритуали*. Це сильно стилізований обмін думками, який може бути неформальним або ж формалізованим у цілком передбачуваній церемонії. Транзакції, з яких складаються ритуали, передають мало інформації, вони є радше знаками взаємного визнання. Частини ритуалу називаються *погляджуваннями*, за аналогією з тим, як немовлята отримують визнання від своїх матерів. Ритуали програмуються ззовні традицією та соціальним звичаєм.

Наступна найбільш безпечна форма соціальної дії – *діяльність*, яку зазвичай називають *роботою* та в якій транзакції запрограмовані матеріалом, що з ним працює людина, незалежно від того, дерево це, бетон чи задачі з арифметики. Робочі транзакції зазвичай належать до типу «Дорослий-Дорослий» і орієнтовані на зовнішню реальність, тобто на предмет діяльності. Наступними за порядком є *розваги*, які не аж так стилізовані й передбачувані як ритуали, але мають певні повторювані риси і за своєю природою становлять багатоваріантні взаємодії, що мають завершений характер, як на вечірках з коктейлями, де люди не надто добре знають одне одного. Розваги великою мірою соціально запрограмовані тим, що люди розмовляють на прийнятні теми у прийнятний спосіб, але можуть допускатися й окремі індивідуальні нотки, що веде до наступної форми соціальної дії, яка називається *іграми*.

Ігри – це набори прихованих транзакцій, що є повторюваними за своєю природою і мають чітко визначену психологічну винагороду. Оскільки прихована транзакція означає, що хтось удає, ніби робить одне, тимчасом як насправді чинить інше, усі ігри передбачають обман. Утім, обман спрацьовує лише тоді, коли є дошкульне місце, за яке він може зачепитися, якась нагода або «трюк», що ним можна діткнути відповідача – наприклад, страх, жадоба, сентиментальність або дратівливість. Після того як «мішень» спіймано, гравець натискає якийсь перемикач, щоб отримати свою винагороду. Після перемикання настає момент спантеличення або збентеження, коли мішень намагається зрозуміти, що з нею сталося. Згодом, коли гра завершується, обидва гравці забирають свою винагороду. Винагорода, яка є взаємною, складається з відчуттів (необов'язково схожих), що їх гра викликає і в рушія, і у відповідача. Якщо набір транзакцій не має цих чотирьох рис – це не гра; тобто транзакція мусить бути прихованою, щоб існував обман, а за обманом має йти перемикання, збентеження й винагорода. Це можна представити ось такою формулою.

¹⁶ Sackett, G. P., Keith-Lee, P., and Treat, R. 'Food versus Perceptual Complexity as Rewards for Rat Previously Subjected to Sensory Deprivation.' *Science* 141: 518—520, August 9, 1963.

$O+T=B1 \rightarrow П \rightarrow C \rightarrow B2$ (Формула Т)

$O+T$ означає, що обман спрацьовує за допомогою трюку, завдяки чому відповідач реагує (B1). Потім рушій натискає на перемикач (П), після чого настає момент спантеличення або збентеження (C), а тоді обидва гравці забирають свою винагороду (B2). Усе, що відповідає цій формулі, є грою, а все, що не відповідає, нею не є.

Наприклад, простий факт повторюваності або наполегливості не створює гри. Таким чином, якщо в психіатричній групі переляканий пацієнт щотижня просить психіатра підбадьорити його («Скажіть, що мені вже краще, лікарю»), а діставши бажане, каже «дякую», це не обов'язково є прихованою транзакцією. Пацієнт вільно заявляє про свою потребу й задоволення її, не діставши жодних переваг від цієї ситуації, а лише даючи гречну відповідь. Тому ці транзакції створюють не гру, але процес, а процеси, незалежно від того, як часто вони повторюються, треба відрізняти від ігор, так само як раціональні процедури треба відрізняти від ритуалів.

Утім, якщо інший пацієнт закликав психіатра підбадьорити його, а діставши бажане, використовує відповідь з метою пошити психіатра в дурні, це вже створює гру. Наприклад, пацієнтка запитала: «Гадаєте, я видужаю, лікарю?» І сентиментальний психіатр відповів: «Звичайно, видужаєте». Цієї миті пацієнтка продемонструвала прихований мотив і замість, як у прямій транзакції, сказати «дякую» натиснула перемикач і відповіла: «А що змушує вас думати, нібито ви все знаєте?» Ця відповідь спантеличила психіатра і на якусь мить вивела його з рівноваги, чого й домогалася пацієнтка. Потім гра закінчилася, пацієнтка відчула радість від того, що обдурила психіатра, а лікар – розчарування; такими й були їхні виграші.

Ця гра достоту відповідала формулі Т. Обманом було перше питання, а трюком – сентиментальність психіатра. Коли обман було реалізовано у вигляді трюку, лікар відреагував так, як очікувала пацієнтка. Потім вона натиснула перемикач, спричинивши спантеличення, і забрала свій виграш. Отже,

$O+T=B1 \rightarrow П \rightarrow C \rightarrow B2$

Це простий приклад гри, що з боку пацієнта називається «Вдар його» або «Дзвінкий удар», а з боку психіатра – «Я лише намагаюся тобі допомогти». Виграш у розмовній мові можна назвати *торговельним купоном*. Про «гарні» почуття кажуть як про «золоті» купони, а прикрі називають «коричневими» або «синіми». У цьому випадку пацієнтка отримала фальшивий золотий купон за фальшивий тріумф або успіх, а психіатр – коричневий, що не є чимось незвичайним.

Кожна гра має гасло або девіз, за яким її можна розпізнати, наприклад, «Я лише намагаюся тобі допомогти». Це гасло у просторіччі називається «футболкою». Зазвичай назву гри беруть із її гасла.

За межами ігор лежить інший граничний випадок взаємодії між людьми, який називається *близькістю*. Обоюбічна близькість визначається як щирі, вільні від гри стосунки з вільним взаємним обміном без експлуатації одне одного. Близькість може бути односторонньою, оскільки одна сторона може вільно давати, а інша – бути хитрою і корисливою.

Сексуальне життя пропонує приклади, що охоплюють увесь цей спектр соціальної поведінки. Очевидно, що ці приклади можуть відбуватись у формі відмови, бути частиною ритуальної церемонії, проявлятися лише в роботі, у вигляді розваг дощової днини, у грі взаємного використання або як акти справжньої близькості.

Г. Сценарії

Згадані форми соціальної дії є формами структурування часу з метою уникнути нудьги й одночасно мати якнайбільше задоволення від кожної ситуації. До того ж кожна людина має передсвідомий життєвий план або сценарій, за допомогою якого вона структурує довші періоди часу – місяці, роки чи все своє життя, – заповнюючи їх ритуальною діяльністю, розвагами й іграми, які сприяють розвитку сценарію, одночасно забезпечуючи людині миттєву втіху, що її зазвичай переривають періоди замикання в собі та іноді епізоди близькості. Сценарії, як правило, базуються на дитячих ілюзіях, що можуть зберігатися впродовж усього життя; але в більш чутливих, сприйнятливих та розумних людей ці ілюзії розчиняються одна по одній, а це призводить до різноманітних життєвих криз, описаних Еріксоном¹⁷. Серед цих криз – переоцінка батьків у підлітковому віці; протести, часто ексцентричні, у середньому віці; і поява філософії згодом. Іноді, однак, надто відчайдушні спроби зберегти ілюзії в поважному віці спричиняють депресію або спіритуалізм, тимчасом як відмова від усіх ілюзій може призвести до відчаю.

Структурування часу – це об'єктивний термін для екзистенційної проблеми того, що робити після привітання. Далі ми спробуємо відповісти на це запитання, спостерігаючи за тим, що люди насправді роблять після того, як кажуть «привіт», і натякаючи на те, як могли б розвиватися події. Це можна успішно зробити, вивчаючи природу життєвих сценаріїв і перебіг їхнього розвитку¹⁸.

¹⁷ Erikson, E. H. *Identity and the Life Cycle*. International Universities Press, New York, 1959.

¹⁸ Більш систематичну критику теорії транзакційного аналізу дивіться у: Shapiro, S. S. 'Critique of Eric Berne's Contributions to Subself Theory'. *Psychological Reports* 25: 283—296, 1969.

Частина II

Батьківське програмування

Розділ 3

Людська доля

А. Життєві плани

Долю будь-якої людської істоти визначено тим, що відбувається всередині її черепа, коли вона стикається з тим, що відбувається поза ним. Кожна людина проектує власне життя. Свобода дає їй владу втілювати свої проекти, а влада дозволяє втручатись у проекти інших людей. Навіть якщо результат визначають особи, яких вона ніколи не зустрічала, або бактерії, що їх вона ніколи не побачить, її останні слова і фрази на його чи її надгробку кричатимуть про його (її) зусилля. Якщо ж людині сильно не пощастило й вона вмирає у пилюці й тиші, то лише ті, хто знав її найкраще, сприймуть її гасло правильно, а всі, хто перебуває за межами приватних просторів дружби, шлюбу та медицини, зрозуміють її хибно. У більшості випадків людина проводить своє життя, обдурюючи світ і, зазвичай, себе саму. Пізніше ми дізнаємося більше про ці ілюзії.

Кожна людина ще в ранньому дитинстві вирішує, як житиме та вмиратиме, і цей план, який він чи вона має у своїй голові ціле життя, називається сценарієм. Її тривіальна поведінка може визначатися свідомо, але важливі рішення вже ухвалено: з ким вона укладе шлюб, скільки матиме дітей, у якому ліжку помре, і хто буде поруч із ним чи з нею тієї миті. Це може бути не те, чого їй хочеться, але це саме те, що відповідає її бажанням.

МАГДА

Магда була дуже відданою дружиною й матір'ю, але коли її наймолодший хлопчик тяжко захворів, вона з жахом усвідомила, що в її думках крутиться ідея, картина або, можливо, навіть бажання, щоб її найулюбленіший син помер. Це нагадало їй про час, коли її чоловік був за кордоном у війську і з нею коїлося те саме. Її переслідувало жажливе бажання, щоб його вбили. В обох випадках вона уявляла себе охопленою жажливим горем і скорботою. Це був би її хрест, і кожен захоплювався б тим, як вона його несла.

П. А що сталося б після цього?

В. Я ніколи не заходила аж так далеко. Я була б вільна, а потім змогла б робити, що захочу. Розпочати все спочатку.

Коли Магда вчилася в початковій школі, то пережила багато сексуальних пригод зі своїми однокласниками, і відтоді її переслідувало почуття провини. Смерть її сина або чоловіка стала б карою чи спокутою за це і звільнила б її від материнського прокляття. Вона вже не почувалася б вигнанкою. Люди вигукували б: «Ну хіба ж вона не смілива!» і визнавали б її за повноправного члена людської раси.

Упродовж вагомшої частини свого життя вона прокручувала в голові цей розпланований трагічний фільм. Це був третій акт її життєвої драми або сценарію, написаного замолоду. Акт I: Сексуальна провинка та збентеження. Акт II: Материнське прокляття. Акт III: Спокута. Акт IV: Звільнення й нове життя. Проте в реальності вона жила дуже традиційно, згідно з повчаннями

своїх батьків, і намагалася робити все, що їй по силі, щоб її близькі були здорові та щасливі. Це було протилежністю її сценарію – контрсценарієм – і, звичайно ж, не було настільки драматичним і захопливим.

Сценарій – це безперервний життєвий план, сформований у ранньому дитинстві під тиском батьків. Це психологічна сила, що підштовхує людину до своєї долі, незалежно від того, опирається вона цьому чи каже, що так відбувається з її власної волі.

Намір цієї книжки – не в тому, щоб зводити всю людську поведінку або ціле людське життя до якоїсь формули. Зовсім навпаки. Реальна людина як особистість спонтанно діє в раціональний та надійний спосіб, при цьому порядно поводячись щодо інших. А людина, яка чинить за формулою, – це вже нереальна особистість. Проте оскільки саме такі особи, схоже, становлять основну масу людства, необхідно спробувати щось про них дізнатися.

ДЕЛЛА

Делла була сусідкою Магди, їй було майже тридцять, і вона вела таке саме домашнє життя. Однак її чоловік, комівояжер, багато подорожував. Іноді, коли його не було вдома, Делла починала пити й опинялася далеко від домівки. Вона «вимикала» ці епізоди, і як це буває в таких випадках, розуміла, що сталося, лише тому, що, отямившись, опинялася в незнайомих місцях з номерами незнайомих чоловіків у гаманці. Це не лише шокувало, а й жахало її, позаяк означало, що одного дня вона може зруйнувати своє життя, підчепивши якогось нестриманого або злого чоловіка.

Сценарії плануються в дитинстві, тож якщо це сценарій, то його джерела слід шукати саме там. Мати Делли померла, коли вона була маленькою, і її батько весь час пропадав на роботі. З іншими дітьми в школі у Делли склалися не дуже добрі взаємини. Вона почувалася неповноцінною і вела самотнє життя. Та пізніше в дитинстві вона відкрила для себе спосіб стати популярною. Як і Магда, вона пропонувала себе для участі в сексуальних іграх зграї маленьких хлопчаків. Вона ніколи не думала про зв'язок між цими шкільними днями на сіннику і своєю нинішньою поведінкою. Проте весь цей час вона мала в голові схему цієї життєвої драми. Акт I: Початок. Розваги та провина на сіннику. Акт II: Кульмінаційний момент у сценарії. Розваги та провина у стані сп'яніння й неосудності. Акт III: Розплата. Викриття та руйнація. Вона втрачає все – чоловіка, дітей і суспільний статус. Акт IV: Остаточне звільнення. Самогубство. Потім усі жаліють і прощають її.

І Магда, і Делла жили у своїх мирних контрсценаріях, відчуючи, як насувається фатум. Цей сценарій – трагічна драма, що дала б їм звільнення і примирення. Відмінність полягала в тому, що Магда терпляче чекала на якесь Боже втручання, яке мало б виконати її долю і принести їй порятунок; тимчасом як Делла, яку підштовхували імпульси внутрішнього демона, нетерпляче бігла назустріч долі – осуду, смерті та прощенню. Таким чином, від самого початку (з «сексуальної провинності») ці дві жінки різними засобами рухалися до різної мети.

Психіатр сидить у своєму кабінеті як мудра людина й отримує певну плату за те, щоб якось цьому всьому зарадити. І Магда, і Делла будуть вільні, якщо хтось помре, але його завдання – знайти кращий спосіб звільнити їх. Він покидає свій кабінет, іде вулицею повз офіс фондового брокера, стоянку таксі й бар. Майже всі, кого він бачить, очікують Великого Вбивства. У продуктивній крамниці якась жінка кричить на доньку: «Та скільки ж я тобі казала не чіпати це своїми руками?» У цей час хтось захоплюється її маленьким хлопчиком: «Ну хіба ж він не милий!» Коли психіатр заходить до лікарні, якийсь параноїк каже: «Як мені вибратися звідси?» Депресивний тип запитує: «Заради чого я живу?», а шизофренік відповідає: «Жодних дієт, треба спробувати все. Я не такий тупий». Усе це вони казали вчора. Вони застрягли на місці, тимчасом як там, назовні, інші ще сподіваються. «Ми збільшимо йому дозу?» – запитує студент-медик. Доктор К'ю повертається до шизофреніка і дивиться йому в очі. «Збільшити

тобі дозу?» – питає доктор К'ю. Хлопець на мить замислюється й відповідає: «Ні». Доктор К'ю простягає йому руку й каже: «Привіт». Шизофренік тисне йому руку й відповідає: «Привіт». Потім вони обидва повертаються до студента-медика і доктор К'ю каже: «Привіт». Студент-медик збентежений, але за п'ять років по тому, на з'їзді психіатрів, він підходить до доктора К'ю і каже: «Привіт, докторе К'ю. Привіт».

МЕРІ

– Колись я планую відкрити дитячий садок, чотири рази вийти заміж, заробити купу грошей на фондовій біржі і стати відомим хірургом, – сказала п'яна Мері.

Це *не* сценарій. По-перше, вона не успадкувала жодної з цих ідей від батьків. Вони ненавиділи дітей, не вірили в розлучення, вважали, що фондова біржа – занадто ризикована справа, а бути хірургом – дуже велика відповідальність. По-друге, її особистість не годилася на жодну з цих речей. Вона скуто поводитися з дітьми, була холодною з чоловіками, боялася біржі, а її руки тремтіли від випивки. По-третє, вона давно вирішила бути ріелтором протягом дня, п'яних вечорів та вихідних. По-четверте, жоден із цих проектів не вабив її. Це було радше висловлення того, що Мері не може зробити, ніж того, що могла б. І, по-п'яте, кожен, хто її чув, розумів, що вона ніколи не візьметься до жодної з цих справ.

Будь-який сценарій потребує: 1) батьківських настанов; 2) відповідного особистісного розвитку; 3) рішення, ухваленого в дитинстві; 4) справжньої прихильності до конкретного методу успіху або провалу і 5) переконливої позиції (або такої, що заслуговує на довіру, як кажуть тепер).

У цій книжці ми розглянемо те, що на сьогодні відомо про сценарний апарат і що можна зробити для того, щоб його змінити.

Б. На сцені й за кулісами

Театральні сценарії інтуїтивно походять від життєвих, і насамперед буде добре розглянути зв'язки та схожі риси між ними¹⁹:

1. Обидва ґрунтуються на обмеженій кількості тем, найбільш відомою з яких є трагедія про царя Едіпа. Інші сюжети також можна знайти у грецькій драмі та міфології. Інші народи теж мали примітивні дифірамби й розпусні оргії у стародавніх жрецьких драмах, але греки та юдеї були першими, хто відсіяв і записав більш домашні й упізнавані моделі людського життя. Це правда, що людське життя переповнене епічного агону, пафосу, треносу і теофанії, як у первісних ритуалах, але їх набагато легше розуміти й споглядати, якщо вони розігруються звичайною мовою – «Бам!» і «Овва!» між чоловіком та дівкою під лавровим деревом при місячному сяйві, коли на сцені з'являється якийсь базіка. Зведене до цього рівня давньогрецькими поетами життя кожної людської істоти вже накреслене у творах Булфінча або Грейвза²⁰. Якщо їй усміхаються боги, людина буде й далі провадити свою діяльність. А якщо вони супляться, то вона стає кимось іншим, а якщо хоче зняти прокляття або жити з ним комфортніше, стає пацієнтом.

Для психіатра, який аналізує транзакційний сценарій або гру, це означає, що вам відомі сюжет і персонаж і ви знаєте, яким буде його кінець, якщо не внести певні зміни. Наприклад, психіатрові, як і театральному критикові, очевидно, що Медея має схильність до вбивства

¹⁹ Щодо дискусії на тему використання транзакційного аналізу в театрі дивіться: Schechner, R. 'Approaches to Theory / Criticism.' *Tulane Drama Review* 10: Summer 1966, pp. 20—53. Also Wagner, A. 'Transactional Analysis and Acting.' *Ibid.* 11: Summer 1967, pp. 81—88, and Berne, E. 'Notes on Games and Theater,' in the same issue, pp. 89—91.

²⁰ Особисто я віддаю перевагу Lemprière's Classical Dictionary (Tenth edition, 1818).

своїх дітей і зробити це, якщо хтось її від цього не відмовить; і їм обом має бути зрозуміло, що якби вона проходила того тижня лікування у групі, цього ніколи б не сталося.

2. Певні життєві течії мають передбачуваний результат, якщо дозволити їм розвиватися так, як є; але щоб встановити правильну мотивацію для результату, потрібен певний діалог із певних слів, сказаних у певному порядку. І в театрі, й у реальному житті ці репліки треба запам'ятовувати та вимовляти лише так, а не інакше, тоді інші люди реагуватимуть у спосіб, що виправдовуватиме і розвиватиме дію. Якщо герой змінює свої слова та Я-стан, інші люди реагують по-іншому. Це ламає увесь сценарій, а саме це і є метою психіатричного сценарного аналізу. Якщо Гамлет почне читати рядки з «Ірландської троянди Ебі», то й Офелії доведеться змінювати слова, щоб п'єса мала сенс, отож уся вистава розвиватиметься в зовсім іншому напрямку. Ці двоє могли б утекти разом, замість вештатися навколо замку – кепський сюжет для п'єси, зате оптимальний для життя²¹.

3. Сценарій треба репетирувати й допрацьовувати, перш ніж він буде готовий до найбільш драматичної вистави. Саме тому в театрі існують читки, правки і проби перед виставою. Життєвий сценарій починається в дитинстві, у примітивній формі, що називається *протоколом*. Тут уже інші виконавці, які обмежені ролями батьків, братів та сестер; а в навчальному закладі чи інтернаті – сусідами по столу й тими, хто керує. Усі вони грають свої ролі доволі жорстко, бо кожна родина є інституцією і дитина засвоює від них мало гнучкості. Досягши підліткового віку, вона знайомиться з більшою кількістю людей. Вона шукатиме тих, хто грає ролі, яких потребує її сценарій (вони робитимуть це, бо вона теж відіграє якусь роль у їхніх сценаріях). Під цю пору вона доробляє свій сценарій, беручи до уваги нове оточення. Основа сюжету залишається та сама, але дія трохи змінюється. У більшості випадків (за винятком підліткового самогубства чи вбивства) це репетиція – щось на кшталт провінційних проб. Зробивши кілька таких правок, особа створює остаточний варіант для найбільшої постановки з усіх – прощальної вистави, остаточного виграшу в сценарії. Якщо кінець «гарний», то це відбувається на прощальному обіді. Якщо «кепський», то людина прощається з лікарняного ліжка, з-за дверей в'язничної камери або палати у психіатричній лікарні, з шибениці чи моргу.

4. Майже в кожному сценарії є ролі «поганих» і «славних» хлопців, «переможців» та «невдах». У кожному сценарії закладено специфічні уявлення про те, що є «добрим» чи «лихим»²² і хто є переможцем або невдахою; але очевидно, що в кожному сценарії наявні ці чотири типи, іноді поєднані у двох ролях. У сценарії ковбоя, наприклад, гарний хлопець є переможцем, а поганий – невдахою. Гарний означає сміливий, зі швидкою реакцією, чесний і безкорисливий; поганий може означати боягузливий, повільний, безчесний, що проявляє цікавість до дівчат. Переможець – це той, хто виживає; невдахи вішають або застрелюють. У мильній опері переможцем є дівчина, яка здобуває бажаного чоловіка, а невдахою – та, що його втрачає. У діловій чи бюрократичній опері переможцем виступає той, хто отримує найкращий контракт або більшість на голосуванні; а невдахою – хто не знає, як підтасовувати документи.

У сценарному аналізі переможців називають «принцями» або «принцесами», а невдах – «жабами». Завдання сценарного аналізу полягає в тому, щоб перетворити жаб на принців і принцес. Щоб це зробити, психіатр мусить визначити, хто у сценарії пацієнта грає ролі гарних та поганих хлопців, а також хто може бути переможцем. Пацієнт опирається перетворенню на

²¹ А. Вагнер у одній зі своїх статей (Wagner, A. 'Permission and Protection,' *The Drama Review* 13: Spring 1969, pp. 108—110) об'єднує деякі з нещодавніх досягнень. Щодо прямого застосування транзакційної теорії сценаріїв до драматичних сценаріїв дивіться в тому самому випуску: pp. 110—114: Steiner, C. M. 'A Script Checklist,' та Cheney, W. D. 'Hamlet: His Script Checklist.' Обидві статті передруковані з *Transactional Analysis Bulletin* (Vol. 6, April, 1967, and Vol. 7, July, 1968).

²² Про історичний розгляд одного з аспектів «гарних» і «поганих» хлопців дивіться мою статтю: *The Mythology of Dark and Fair: Psychiatric Use of Folklore*, *Journal of American Folklore* 1—12, 1959. У ній є бібліографічний список, що містить близько 100 джерел, зокрема кілька ранніх психоаналітичних статей про казки. Найбільш продуктивним автором досліджень на тему народних казок первісних людей є Геза Рогейм. Дивіться його книжку: Roheim, G., *Psychoanalysis and Anthropology*, International Universities Press, New York, 1950.

переможця, тому що прийшов на лікування не з цією метою, а лише щоб стати хоробрішим невдахою. Це цілком природно, бо якщо він стане хоробрішим невдахою, йому буде зручніше дотримуватися свого сценарію, тимчасом у разі перемоги йому доведеться відкинути весь свій сценарій і розпочати все заново, від чого більшість людей ухиляються.

5. Усі сценарії – і в театрі, і в житті – по суті є відповідями на головне запитання, що виникає під час людських контактів: «Що ви кажете після привітання?» І драма, і життя Едіпа повністю залежать від цього питання. Щоразу, як Едіп зустрічає старшого чоловіка, він спочатку каже: «Привіт». Потім, дотримуючись свого сценарію, він має спитати: «Хочеш битися?» Якщо старший чоловік відповість: «Ні», то Едіпові нічого сказати далі, і він бовдурувато стоїть, думаючи, поговорити з ним про погоду, перебіг війни чи про те, хто переможе на Олімпійських іграх. Найпростіший вихід – пробурмотіти: «Радий знайомству», «*Si vales bene est, ego valeo*»²³, «Усе в міру» і йти собі далі. Якщо старший чоловік відповість: «Так», Едіп відповідає: «Круто!», бо тепер він знайшов свою людину і знає, що говорити далі.

6. Сцени в життєвому сценарії мусять плануватися наперед і мати правдоподібне пояснення, так само як і сцени в театрі. Звичайний приклад – це порожній бензобак. Передумови до цієї ситуації майже завжди створюються за два-три дні до того: водій дивиться на датчик, «плануючи», що «невдовзі заправиться», а потім так цього й не робить. Насправді неможливо, щоб бензин закінчився «просто зараз», хіба що це чужа машина зі зламанним датчиком. Майже завжди це подія, що насувається, запланована сцена у сценарії невдахи. Сила-силенна переможців проживають усе життя, ніколи не залишаючись без пального.

Життєві сценарії ґрунтуються на батьківському програмуванні, якого діти прагнуть із трьох причин. 1) Воно дає мету в житті, яку інакше довелося б шукати самотужки. Дитина робить більшість речей заради людей, як правило, заради батьків. 2) Це дає їй прийнятний спосіб структурування часу (тобто прийнятний для її батьків). 3) Людям треба розповідати, як і що робити. Самоосвіта може надихати, але вона не надто практична. Людина не стане вправним пілотом, розбивши кілька літаків і навчившись на власних помилках. Їй треба вчитися на помилках інших людей, а не на власних. Хірург повинен мати вчителя, а не вирізати апендикси один по одному, щоб розібратися в усьому, що може піти не так. Тому батьки програмують своїх дітей, передаючи їм те, чого навчилися самі, або те, що вони вважають за свої уроки. Якщо вони є невдахами, то передадуть програму невдахи, а якщо переможцями, то передадуть програму цього типу. Довготерміновий шаблон завжди має сюжетну лінію. Хоча батьківське програмування визначає, кращим чи гіршим буде результат, часто дитина може вільно обрати власний сюжет.

В. Міфи та казки

Перша і найбільш архаїчна версія сценарію, або первинний протокол, осмислюється розумом дитини у віці, коли лише нечисленні люди за межами безпосередньої родини є для неї реальними. Ми припускаємо, що батьки здаються їй гігантськими постатями, наділеними магічними силами, як титани, велетні-людожери та почвари з міфології, лише тому, що вони втричі вищі і вдесятеро більші за дитя.

Коли дитина підрастає і стає досвідченішою, вона переходить від цього класичного універсуму до більш романтичного світу. Вона придумує свій перший палімпсест або переробку власного сценарію, щоб той відповідав її новому погляду на оточення. За правильних умов йому або їй допомагають казки та історії про тварин, що їх спочатку читає мама, а потім сама дитина на дозвіллі, коли може вільно мандрувати власною уявою. У цьому теж є своя магія, але вже не така приголомшлива. Вони дають дитині абсолютно новий набір персонажів

²³ «Якщо ти здоровий, добре. Я здоровий». (лат.)

для її фантазій: усі представники з царства тварин, що знайомі їй як теплокровні партнери в іграх та друзі, або як швидкоплинні страшні чи захопливі постаті, що їх вона чула чи бачила здалеку, або наполовину уявні істоти з невідомими можливостями, про яких дитина лише чула чи читала. Ці образи можуть приходити і з телеекрана, бо у цьому віці навіть реклама має свій ореол. Навіть у найгіршому випадку, без книжки чи екрана, ба навіть матері, вона приблизно може зрозуміти, якою є корова, та уявити власних покручів.

На цьому першому етапі дівчинка чи хлопчик має справу з чарівниками, які можуть іноді перетворюватися на тварин. На другому дитина просто приписує тваринам певні людські якості, ця схильність може зберігатись і в дорослих людей, пов'язаних зі стайнями, собачими розплідниками та дельфінаріями.

На третьому етапі, у підлітковому віці, людина ще раз переглядає свій сценарій, воліючи адаптувати його до дійсності, такої, якою вона сподівається її бачити, – усе ще романтизованою, золотою або іноді позолоченою за допомогою наркотиків. Поступово, з роками, особа наближається до реальності, яка є справжньою ймовірністю того, що люди та обставини навколо неї реагуватимуть у бажаний спосіб. Таким чином протягом десятиліть людина готує себе до прощальної вистави. І саме ця прощальна вистава є тим, що насамперед має змінити психіатр.

Нижче наведено кілька прикладів, щоб показати схожість між міфами, казками й реальними людьми. Найліпше їх можна зрозуміти з марсіанської, транзакційної, позиції, про яку вже сказано раніше, – вона ґрунтується на власному міфі, створеному фахівцями з аналізу ігор та сценаріїв для того, щоб бачити людське життя об'єктивніше. Тут є Маріо, марсіанин, який висадився на Землю, але мусить повернутися назад і «розповісти все, як є» – так, як є насправді, а не так, як земляни розповідають чи хочуть, щоб він собі це уявив. Він не слухає хвастошів і не дивиться на статистичні таблиці, а спостерігає за тим, що дійсно люди роблять одне з одним і навіщо. Ось, наприклад, історія викрадення Європи.

ІСТОРІЯ ЄВРОПИ

Європа була онукою Нептуна. Одного дня вона збирала квіти на луці біля моря, коли з'явився гарний бик і укляк перед нею. Його очі закликали її всістися йому на спину. Дівчина була настільки захоплена його мелодійним голосом та дружніми манерами, що подумала: гарно було б проїхатися долиною. Проте коли вона всілася йому на спину, бик зірвався на рівні й перелетів через море, бо насправді він був Юпітером, а цей бог не зупинявся ні перед чим, коли йому подобалася якась дівчина. Але Європі жилося з ним незле, бо після того як вони приземлилися на Криті, вона народила йому трьох королів, а один з континентів був названий її ім'ям. Усе це нібито сталося 1522 року до н. е., і цю історію можна знайти у «Другій ідилії» Москоса.

Юпітер, викрадач, походив з доволі незвичайної родини. Його батько Сатурн, якщо вірити «Теогонії» Гесіода, мав шестеро дітей. П'ятьох з них він з'їв одразу ж після народження, тож коли народився шостий, Юпітер, мати сховала його, а замість немовляти поклала сповитий камінь, який його батько жадібно проковтнув. Вирісши, Юпітер разом зі своєю бабусею змусив батька відригнути і камінь, і п'ятьох дітей – Плутону, Нептуна, Весту, Цереру та Юнону. Коли Юпітер кинув Європу, вона зв'язалася з Данаєм, царем Єгипту, і народила від нього доньку на ім'я Амімона. Батько відправив Амімону шукати воду для міста Аргоса, і поки вона це робила, її побачив Нептун і закохався. Він урятував її від розпусного сатира і викрав її сам; Нептун був її прапрадідом, так само як Юпітер, який викрав її матір, був двоюрідним дідом її матері.

Тепер перелічімо суттєві транзакції в цій родинній сазі за допомогою стимулів та реакцій. Кожна реакція, звичайно, може стати стимулом до наступної транзакції.

1. Стимул: прекрасна дівчина граційно збирає квіти. Реакція: залюбливий бог, її двоюрідний дід, перетворюється на золотого бика.

2. Стимул: дівчина гладить його боки й голову. Реакція: бик цілує її руки та заковчує очі.
3. Дівчина залазить йому на спину. Бик викрадає її.
4. Вона демонструє страх і подив, запитує його, хто він такий. Він заспокоює її, і все йде добре.
5. Стимул: батько пожирає своїх дітей. Реакція: мати годує його каменем.
6. Реакція: врятований син змушує батька повернути з'їдених дітей і камінь.
7. Стимул: батько відрядив прекрасну дівчину по воду. Реакція: вона вскочила в халепу з сатиром, якого сьогодні назвали б «вовком».
8. Стимул: краса дівчини зачаровує її прапрадіда. Реакція: він рятує її від сатира й викрадає.

Для фахівця з аналізу сценаріїв найцікавішою рисою цих міфічних транзакцій (за версією Москоса) є те, що, попри несамовитий плач і протести Європи, вона не велить у категоричній формі: «Зупинись!» або «Поверни мене негайно!», а натомість умить перемикає свою увагу, намагаючись угадати особистість свого викрадача. Іншими словами, незважаючи на гучні протести, вона поводить себе обережно, не перериває драму, а натомість віддається їй і проявляє цікавість до її результату. Таким чином, її плач мав неоднозначну якість, що марсіанською мовою називається «ігровою» або «сценарною». Насправді вона грала в гру під назвою «Вкради мене», що вкладалася в передбачений для неї сценарій перетворення на матір царів, і поводитися так, ніби це відбувалося «проти її волі». Проявити особисте зацікавлення у викрадачеві – не найкращий спосіб йому перешкодити. Однак її протести звільняли від відповідальності за те, що вона першою з ним фліртувала.

Існує знайоміша історія, яка включає в себе більшість цих транзакцій, хоча в дещо іншому порядку. Наступну версію взято з Ендрю Ланга та Грімма. Ця історія відома з ранніх років практично всім письмним дітям у англійських (і не лише) країнах і є поширеним стимулом до їхніх уявлень.

МАЛЕНЬКА ЧЕРВОНА ШАПОЧКА

Жила собі маленька мила дівчинка, яку звали Червоною Шапочкою (ЧШ). Одного дня мати послала її через ліс віднести їжу бабусі. Дорогою дівчинка надібалась звабливого вовка, який подумав, що з неї вийшла б смачненька закуска. Він умовив її розслабитися, побути в гармонії з природою, кинути цю справу і збирати квіти. Поки вона розважалася, вовк пішов до її бабусі та з'їв стару пані. Коли ЧШ прийшла, вовк удав із себе бабусю й запропонував дівчинці прилягти поруч із ним. Вона зробила це і помітила багато дивних рис у його зовнішності, що змусило її замислитися, чи дійсно перед нею її бабуся. Спочатку вовк спробував переконати ЧШ, а потім теж з'їв (очевидно, не пережовуючи). Прийшов мисливець і врятував її, розтявши вовкові живіт і випустивши їх разом з бабусею. Потім ЧШ радісно допомогла мисливцеві заповнити живіт вовка камінням. У деяких версіях ЧШ кличе на допомогу, і мисливець вбиває вовка сокирою в останню мить перед тим, як зловмисник збирається її з'їсти.

Тут ми теж бачимо сцену зваблення, де беруть участь невинна дівчинка, що їй подобається збирати квіти, і хитрий звір, який спокушає її. Цій тварині подобається їсти дітей, але натомість вона закінчує своє життя з камінням у животі. Подібно до Амімони, ЧШ відряджають із корисним дорученням, але по дорозі вона вскочила в халепу з вовком, а потім зближується зі своїм рятівником.

Як на марсіанина, ця історія порушує цікаві питання. Він сприймає її на віру, зокрема й розповідь про вовка, який уміє говорити, хоча ніколи такого не бачив. Але з огляду на те, що трапилося, він запитує себе, що це все означає і з якими людьми таке могло трапитися. Ось його думки стосовно цього питання.

РЕАКЦІЯ МАРСІАНИНА

Одного дня мати ЧШ послала її через ліс, щоб дочка віднесла їжу бабусі, й по дорозі дівчинка зустріла вовка. Яка мати відправляє маленьку донечку до лісу, де водяться вовки? Чому мати не зробила це сама або разом з донькою? Якщо бабуся була настільки безпорадною, то чому мати залишила її саму в якійсь далекій хижі? А якщо ЧШ мусила піти туди, то чому мати не попередила її, щоб вона не зупинялась і не розмовляла з вовками? Ця історія свідчить, що ЧШ ніколи не говорили, що це небезпечно. Жодна мати не може бути настільки дурною, тож виходить, що або матері було начхати на ЧШ або, можливо, вона навіть хотіла позбутися доньки. Та й дівчинка теж дурепа. Як вона могла роздивлятися очі, вуха, руки й зуби вовка і все ще думати, що то її бабуся? Чому вона не втекла звідти якнайшвидше? Крім того, вона була злісним дівчиськом, бо зібрала каміння і напхала його вовкові в живіт. Хай там як, а кожна розсудлива дівчинка точно не стала б збирати квіти після розмови з вовком, а натомість сказала б: «Цей сучий син з'їсть мою бабуся, якщо я не встигну когось покликати на допомогу».

Під підозрою навіть бабуся й мисливець. Якщо розглядати всіх дійових осіб цієї історії як реальних людей, кожен з яких має власний сценарій, то побачимо, як добре зчіпляються одне з одним їхні особистості з позиції марсіанина.

1. Мати явно намагається «випадково» загубити доньку чи принаймні хоче, щоб до цього дійшло, і потім сказати: «Ну хіба ж це не жахливо, навіть парком зараз не можна прогулятися, щоб не зіткнутися з якимось вовком...»

2. Вовк, замість їсти кролів та іншу подібну здобич, переоцінює свої можливості й мусить знати, що це закінчиться для нього погано, або він просто хоче створити собі проблему. Вочевидь, замолоду він начитався Ніцше абощо (Якщо він може розмовляти й чіплятися до дівчат, то чому б йому не вміти читати?) і його девізом є щось на кшталт: «Живи небезпечно й помри славетною смертю».

3. Бабуся мешкає сама і тримає двері незачиненими, тож, можливо, вона сподівається, що станеться щось цікаве – таке, чого не сталося б, якби вона жила разом з родичами. Імовірно, саме тому вона не хоче до них переїздити чи бодай поселитися по сусідству. А може, вона ще досить молода, тож шукає собі пригоди, і саме тому ЧШ й досі маленька дівчинка.

4. Мисливець, вочевидь, з тих рятівників, які люблять карати переможеного суперника за допомогою маленьких дівчат. Це явно підлітковий сценарій.

5. ЧШ щиро каже вовкові, де він може її зустріти і навіть залізає до нього в ліжку. Вона явно грає у гру «Вкради мене», і ця історія закінчується доволі щасливо.

Правда цієї історії полягає в тому, що кожен з її героїв прагне діяти за будь-яку ціну. Якщо виграш у кінці сприйняти, як є, то виходить, що увесь задум – інтрига, спрямована на те, щоб убити бідолашного вовка, змусивши його думати, що він усіх перехитрив, і ЧШ для цього використовують як приманку. У такому разі мораль історії полягає не в тому, що невинні дівчата мають триматися подалі від лісів, де водяться вовки, а в тому, що вовки повинні перебувати подалі від невинних дівчат і їхніх бабусь; якщо стисло, то вовкам не слід гуляти в лісі самим. Також виникає питання, що робила мати ЧШ, спекавшись доньки на цілісінький день.

Якщо це все здається цинічним або дотепним, розгляньмо поведінку ЧШ у реальному житті. Ключове запитання полягає в тому, якою стала ЧШ, коли виросла, з такою матір'ю і таким досвідом?

СЦЕНАРІЙ ЧЕРВОНОЇ ШАПОЧКИ

У літературі з психоаналізу пильну увагу приділяють символічному значенню каміння, яким напхали живіт вовка. Але для фахівця з транзакційного аналізу важливішими є питання про транзакції між учасниками.

Керрі прийшла на лікування у віці тридцяти років зі скаргами на головний біль, депресію, на те, що вона не знає, чим хоче зайнятися, і не може знайти гарного хлопця. Як і всі Червоні Шапочки, яких бачив у своїй практиці доктор К'ю, вона вдягала червоне пальто. Вона завжди намагалася бути корисною в непрямий спосіб. Одного дня вона зайшла і сказала:

- На вулиці неподалік вашого офіса хворий собака. Ви не хочете викликати ТЗЖТ²⁴?
- А чому ви не викличете ТЗЖТ? – запитав доктор К'ю.

На що вона відповіла:

- Хто, я?

Сама вона ніколи й нікого не рятувала, але завжди знала, де можна знайти рятівників. Це типово для ЧШ. Потім доктор К'ю спитав її, чи працювала вона колись у офісі, де треба виходити по закуски до кави. Виявилося, що так.

- І хто ж ходив по закуски?

- Я, звичайно, – відповіла Керрі.

Сценарна частина її історії постала такою. Коли Керрі було від 6 до 10 років, мати відправляла її до своїх батьків (дідуся й бабусі) з дорученнями і пограти. Часто, коли вона туди навідувалася, бабусі не було і вона грала з дідусем, який здебільшого залазив їй під сукню. Дівчинка ніколи не розповідала про це матері, бо розуміла, що та на неї розсердиться й назве брехухою.

Сьогодні Керрі часто знайомиться з чоловіками та «хлопцями», і багато хто намагався залицятися до неї, але вона завжди рвала взаємини після двох-трьох побачень. Щоразу, як вона розповідала докторові К'ю про свій останній розрив і він питав, чому так сталося, дівчина відповідала: «Ха! Ха! Ха! Тому що він цуцик». Таким чином, вона проводила своє життя, бігаючи лісами фінансового округу, приносячи бутерброди людям і постійно відшиваючи «цуценят»: нудне, гнітюче існування. По суті, найзахопливішою подією в її житті були ігри з дідусем. І тепер виявилося, що Керрі збирається провести решту життя, чекаючи на повторення чогось такого.

Це говорить нам про те, як ЧШ провела своє життя після того, як її історія завершилась. Інтрижка з вовком, поза сумнівом, була найцікавішим, що трапилося з нею. Коли вона виросла, то проводила час, бігаючи лісами, приносячи людям смаколики й довіку сподіваючись на зустріч із іншим вовком. Але всі, кого вона зустрічала, були «вовченятами», від яких ЧШ зневажливо відмахувалася. Історія Керрі також розповідає нам, ким насправді був вовк і чому ЧШ так сміливо полізла до нього в ліжко: він був її дідусем.

Отож, характерні риси реальної ЧШ є такими:

1. Її мати відправляла її з дорученнями.
2. Її спокусив дідусь, але вона нічого не сказала про це матері. А якби сказала, її назвали б брехухою. Іноді дівчинка вдавала, що занадто дурна, щоб розуміти, що відбувається.
3. Вона нечасто рятує людей сама, але полюбить організовувати порятунок і завжди шукає таких можливостей.

²⁴ Товариство із запобігання жорстокості щодо тварин (ТЗЖТ, *Society for the Prevention of Cruelty to Animals, SPCA*) – міжнародна громадська організація, що допомагає тваринам (боротьба проти жорстокого поводження з тваринами, ветеринарна допомога, підтримка притулків тощо).

4. Коли вона підростає, то є тією, кого відправляють з дорученнями. Вона часто рухається або говорить, як маленька дівчинка, замість поводитися гідно.

5. Вона чекає, доки станеться щось захопливе, а тим часом нудьгує, оскільки всі, кого вона зустрічає, – це лише «цуцики», на яких вона дивиться зверхньо.

6. Вона обожає наповнювати вовчі животи камінням або робити щось тотожне в повсякденному житті.

7. А втім, не до кінця зрозуміло, ким є для неї чоловік-психіатр: рятівником чи просто милим, несексуальним дідусем, з яким вона почувається затишно і трохи ностальгійно та яким задовольняється, бо не може знайти когось справжнього.

8. Вона сміється й погоджується, коли він каже, що вона нагадує йому Червону Шапочку.

9. І що доволі дивно, вона майже завжди має і вдягає червоне пальто.

Слід зазначити, що сценарії матері Червоної Шапочки, бабусі й дідуся з боку матері мають бути взаємодоповняльними, щоб такі сексуальні інциденти могли траплятися більше, ніж раз. Щасливий кінець казки також є підозрілим, і в реальному житті такого ніколи не трапляється. Казки розповідають батьки, керуючись добрими намірами, і щасливий кінець є втручанням доброзичливого, але хибного батьківського Я-стану; оповідки ж, складені самими дітьми, – реалістичніші й необов'язково мають щасливий кінець. Насправді добре відомо, що вони є жакливими²⁵.

Г. Чекаючи на трупне задубіння

Одним із завдань сценарного аналізу є узгодити життєвий план пацієнта з великою історичною психологією людської раси, що мало змінилася від печерних часів, поселень ранніх землеробів та скотарів і великих тоталітарних урядів Близького Сходу до нинішнього часу. Джозеф Кемпбелл у книжці «Тисячолікий Герой», яка є найкращим посібником зі сценарного аналізу, підсумовує це таким чином:

«Фройд, Юнг та їхні послідовники неспростовно продемонстрували, що логіка, герої та діяння міфів і далі існують у нинішні часи... Останнє втілення Едіпа, безперервний роман Красуні й Потвори, стоїть сьогодні опівдні на розі 42-ї стрит та 5-ї авеню, чекаючи, поки зміниться сигнал світлофора». Він указує, що тим часом як герой міфу сягає всесвітньо-історичного тріумфу, герой казки здобуває лише маленьку домашню перемогу. А пацієнти є пацієн-

²⁵ Я не претендую на роль фахівця, який дасть вичерпний перелік або офіційно прийняту версію оповідань про Європу, Амімону, Червону Шапочку та Сплячу Красуню. Навіть колір бика Європи у різних оповіданнях коливається між білим і золотим. Поданих версій задосить для нашої мети. Джерелами історій про Європу й Амімону були: Bulfinch's *Mythology, Graves' The Greek Myths*, Hamilton's *Mythology*, Lemprière's *Classical Dictionary* (London, 1818), Hesiod and Moschus (Family Classical Library No. XXX, London, 1832), Ovid's *Metamorphoses* і примірник книжки Едвардса *Handbook of Mythology*, що належав моїй матері з відсутньою титульною сторінкою (видавництво Eldredge & Brothers, рік невідомий). Історію ЧШ узято з Andrew Lang's *Blue Fairy Book*, *The Grimms' Fairy Tales* (Grosset & Dunlap edition) та Funk & Wagnalls' *Standard Dictionary of Folklore, Mythology, and Legend* (New York, 1950). У Франції вона відома як *Petit Chaperon Rouge* або «Маленький Червоний Чепчик» (П'єрро, 1697), а в Німеччині як *Rotkäppchen* або «Маленька Червона Шапочка». Схильність психоаналітиків зосереджуватися на наповненні живота вовка камінням не має значення для актуальної мети, і в будь-якому випадку цей епізод звучить для мене як інтерполяція. Психоаналітична література про ЧШ починається з двох статей 1912 року, одна за авторством О. Ранка, інша – М. Вульфа, після чого вийшла стаття Фрейда *The Occurrence in Dreams of Material from Fairy Tales* (1913), яку найпростіше знайти у виданні його збірки *Delusion and Dream* (Beacon Press, Boston, 1956) у м'якій обкладинці. Одну з найвідоміших дискусій на цю тему провадив Еріх Фромм у книжці *The Forgotten Language* (Grove Press, New York, 1951). Фромм пише так: «Більшість символів у цій казці можна зрозуміти без труднощів. «Маленька шапочка з червоного оксамиту» є символом менструації». Він не каже, кому саме важко зрозуміти текст без труднощів і для кого це є символом менструації. Нещодавня стаття Л. Вези-Вагнер (L. Veszy-Wagner, 'Little Red Riding Hood on the Couch' (*Psychoanalytic Forum* 1:399—415, 1966) дає принаймні якийсь матеріал із практики, хоча й непереконливий. Мабуть, найкращі припущення запропоновані Елізабет Кроуфорд (Elizabeth Crawford) у її статті 'The Wolf As Condensation' (*American Imago*, 12:307—314, 1955). У реальному житті вовки не такі лихі, як у казках. Дивіться статтю 'Wolves Social as Dogs ... can be taught to be friendly to people,' by P. McBroom, *Science News* 90:174, September 10, 1966. Вона підсумовує дослідження Г. Б. Рааба та Дж. Г. Вулпі про суспільне життя вовків, з якого випливає, що ці хижаки теж грають у транзакційні ігри. Зокрема, вовки-вигнанці грають у гру «Дерев'яна Нога», накульгуючи так, ніби їм потрібна особлива увага.

тами, можемо додати ми, бо вони не можуть здобути перемог, яких прагнуть, але все одно існують. І тому вони приходять до лікаря, «знавця всіх таємних способів та слів, які дають силу. Його роль є абсолютно такою самою, як і в Старого Мудреця з міфів і казок, чії слова допомагають героєві пройти випробування та страхи дивної пригоди».

Це те, як бачить світ Дитина у пацієнті, незалежно від того, яку історію розповідає його Дорослий, і цілком очевидно, що всім дітям, починаючи зі світанку людства, випадало мати справу з тими самими проблемами й у своєму розпорядженні вони мали ту саму зброю. Коротко кажучи, виходить, що життя ніби старе вино у нових міхах: кокосові й бамбукові пляшки поступилися козячим шкурам, козячі шкури – гончарному начинню, гончарне начиння – склу, скло – пластику, але вино навряд чи сильно змінилося, воно так само п'янить, а на дні залишається старий осад. Тому, як каже Кемпбелл, у видах пригод та дійових особах буде мало відмінностей. Отже, якщо ми знаємо якісь елементи зі сценарію пацієнта, то можемо впевнено передбачити, куди він прямує, і скерувати його в іншому напрямку, перш ніж він устигне здибатися з невдачею або нещастям. Це називається превентивною психіатрією чи «досягненням поступу». Ба навіть ліпше – можемо змусити його змінити свій сценарій або повністю від нього відмовитися, що є вже терапевтичною психіатрією чи «досягненням видужання».

Отже, точне визначення міфу або казки, якої дотримується пацієнт, не є питанням доктрини чи нагальної потреби; але що ближче ми підійдемо до істини, то краще. Без такого історичного підґрунтя помилки здатні траплятися частіше. Простий епізод у житті пацієнта чи його улюблена гра може бути хибно сприйнята за цілий сценарій; або поява однієї символічної тварини, як-от вовк, може повести психіатра неправильним шляхом. Співвіднесення життя пацієнта або життєвого плану його Дитини з послідовною історією, яка пережила сотні й тисячі років завдяки тому, що вона є універсальним зверненням до примітивних шарів людського розуму, принаймні створює відчуття роботи з міцною основою і в найкращому випадку може дати дуже точні підказки стосовно того, що треба зробити, щоб запобігти кепському фіналу або змінити його.

СЦЕНАРІЙ «В ОЧІКУВАННІ ТРУПНОГО ЗАДУБІННЯ»

Наприклад, казка може розкривати такі елементи сценарію, до яких в іншому випадку важко докопатися, як-от «сценарна ілюзія». Фахівець із транзакційного аналізу вважає, що деякі психіатричні симптоми є наслідком певної форми самообману. Однак пацієнтів можна вилікувати просто тому, що їхнє життя та безпорадність ґрунтуються на виплоді їхньої уяви.

У сценарії під назвою «Фригідна жінка» або «В очікуванні трупного задубіння» (ОТЗ) мати постійно говорить доньці, що всі чоловіки – це тварини, але її обов'язок як дружини полягає в тому, щоб коритися їхньому тваринному еству. Якщо тиск матері досить потужний, то дівчина може навіть гадати, що помре від оргазму. Зазвичай такі матері – великі сноби, і вони пропонують звільнення або «антисценарій», який зніме прокляття. Донька зможе займатися любов'ю, якщо вийде заміж за дуже шановану особу, якогось Принца з Золотими Яблуками. Але якщо ні, облудно каже їй мати, то «всі твої проблеми закінчатся, коли ти досягнеш менопаузи, бо тоді тобі вже не загрожуватиме небезпека почуватися сексуальною».

І тепер виявляється, що ми маємо три ілюзії: «оргатанатос», або смертельний оргазм; Принц із Золотими Яблуками; Благословенне Звільнення, або очищувальна менопауза. Проте жоден із них не є справжньою сценарною ілюзією. Дівчина випробовує «оргатанатос» за допомогою мастурбації і розуміє, що це не смертельно. Принц із Золотими Яблуками теж не є ілюзією, бо, цілком можливо, вона може зустріти таку людину, достоту як і виграти в Ірландську лотерею або отримати чотири тузи під час гри в покер; обидва варіанти є малоймовірними, але не міфічними – такі речі дійсно трапляються.

А Благословенне Звільнення не є тим, чого насправді хоче дівчина. Щоб виявити сценарну ілюзію, нам потрібна казка, що відповідає ОТЗ.

ІСТОРІЯ СПЛЯЧОЇ КРАСУНІ

Зла фея каже, що Спляча Красуня вколе собі палець об веретено і впаде за мертво. Інша фея перетворює це заляття на столітній сон. Коли красуні виповнюється п'ятнадцять, вона коле собі палець об веретено і відразу засинає. Тієї самої миті засинають усі, хто перебуває в замку. Протягом ста років багато принців намагалися прорватися через колючі чагарники, що вирости навколо замку, але нікому це не вдалося. Нарешті, коли настає час, з'являється принц, якому вдається пройти крізь хащі, бо вони пропускають його. Він знаходить принцесу й цілує її, тож вона прокидається – і вони закохуються одне в одного. Тієї самої миті всі в замку прокидаються там, де й лежали, ніби нічого й не сталося, відколи вони заснули. Самій принцесі й досі 15 років, а не 115. Вони з принцом одружуються і, за однією версією, живуть довго та щасливо, а за іншою – з цього їхні проблеми лише починаються²⁶.

У міфології маємо багато історій про магичний сон. Найбільш відомою є легенда про Брунгільду, яка залишилася спати на горі, оточена вогняним колом, крізь яке міг потрапити лише герой, і це вдалося зробити Зигфріду²⁷.

Так чи інак, із незначними змінами майже все в історії Сплячої Красуні могло відбутися насправді. Дівчата дійсно колють пальці, і непритомніють, і засинають у своїх вежах, і принци можуть вештатися лісом у пошуках прекрасних панянок. Єдине, чого не може статися, – це те, що ніхто не змінився та не постарів за такий проміжок часу. Це справжня ілюзія, бо вона є не лише неймовірною, а й неможливою. І саме на цій ілюзії ґрунтуються сценарії ВТЗ – що коли Принц таки прийде, Красуні буде знову п'ятнадцять замість тридцяти, сорока або п'ятдесяти і попереду вони матимуть ціле життя. Це ілюзія безперервної молодості, скромна донька ілюзії безсмертя. У реальному житті Красуні важко сказати, що принци – молоді люди, а коли вони досягнуть її віку, то стануть королями і вже будуть не настільки цікавими.

Це найбільш прикра частина роботи фахівця з аналізу сценаріїв: зруйнувати ілюзію, повідомити Дитині пацієнта, що Санта-Клауса не існує, і закріпити цю думку. Обом їм буде значно легше, якщо пацієнт має улюблену казку, з якою можна працювати.

Одна з практичних проблем ВТЗ полягає в тому, що якщо Красуня таки знаходить Принца з Золотими Яблуками, вона часто відчуває свою меншовартість і змушена шукати вади та вдавати «заплямовану», щоб опустити його до свого рівня, тож усе завершується тим, що він бажає їй повернутися назад до чагарнику і знову заснути. З іншого боку, якщо вона вдовольниться меншим – Принцом зі Срібними Яблуками або звичайним Макінтошем з бакалійної крамниці, – вона почуватиметься обдуреною й виміщатиме зло на ньому, одночасно чекаючи на Золотого. Таким чином, ані фригідний сценарій, ані магичний антисценарій не пропонують багато можливостей для здійснення цього бажання. Крім того, як і в казці, існує його мати, з якою Красуня буде суперничати, так само, як із відьмою.

²⁶ Історія про Сплячу Красуню взята з *Blue Fairy Book* Ендрю Ланга (Andrew Lang) і казок братів Грімм. Існує розширена версія з похмурими ілюстраціями від Артура Рекгема, яка також є дуже популярною.

²⁷ Щоб більше дізнатися про нещодавнє використання казок у психіатрії, читайте книжку: Heuscher, J. *A Psychiatric Study of Fairy Tales*. C. C. Thomas, Springfield, 1963. Вона забезпечує екзистенційну символічну інтерпретацію. В аналізі історії про Русалоньку, здійсненому Д. Діннерштайном (*Contemporary Psychoanalysis* 104—112, 1967), використовується підхід «дозрівання», який включає в себе деякі елементи, пов'язані з еволюцією сценарію. Та найбільш прямий зв'язок зі сценарним аналізом має праця Г. Дікманна, який систематично пов'язує казки з моделями життя батьків. Дивіться: Dieckmann, H. 'Das Lieblingsmärchen der Kindheit und seine Beziehung zu Neurose und Persönlichkeit.' *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* 6:202—208, August—September, 1967. А також: *Märchen und Träume als Helfer des Menschen*. Bonz Verlag, Stuttgart, 1966.

Цей сценарій є важливим, адже чимало людей у світі в той чи той спосіб проводять усе своє життя в очікуванні трупного задубіння.

Г. Сімейна драма

Ще один добрий спосіб розкрити сюжет та деякі лінії у сценарії особи – це запитати: «Якщо ваше родинне життя показати на сцені, що це буде за п'єса?» Такі сімейні драми зазвичай називають на честь грецьких п'єс про життя Едіпа й Електри, у яких хлопчик суперничає з батьком за матір, а дівчинка – за батька²⁸. Проте фахівець із аналізу сценаріїв мусить знати, що батьки, яких для зручності назовемо Супідео й Артселе, робили досі. Супідео – це інший бік драми Едіпа, і він висловлює відкриті або приховані сексуальні почуття матері до сина, тимчасом як Артселе є іншою стороною драми Електри й демонструє батькові почуття до дівчинки. Уважне дослідження майже завжди виявить транзакції, які свідчать, що ці почуття не є уявними, хай навіть один з батьків намагається приховати їх, зазвичай влаштовуючи скандали з дитиною. Це означає, що стурбований батько або мати намагається приховати сексуальні почуття своєї Дитини до свого нащадка, перемикаючись на позицію Батька і командуючи дитиною у спосіб, що викликає сварки. Однак в деяких випадках почуття таки впливають назовні, незважаючи на всі спроби, приховати їх за «скандалом» та іншими засобами. Насправді найщасливішими батьками є ті, які відверто захоплюються привабливістю своїх дітей.

Драми Супідео й Артселе, як і драми Едіпа та Електри, мають багато варіацій. Коли діти підрастають, сценарії можуть розгортатися так, що мати спатиме з приятелем сина чи батько – з подружкою доньки. Є й більш «ігрові» варіанти – коли мати спить із хлопцем доньки або батько – з дівчиною сина²⁹. Ці любові можуть повернутись і в інший бік – коли юний Едіп спить із коханкою батька, а Електра – з коханцем матері. Іноді родинний сценарій передбачає, що один або кілька учасників є гомосексуальними з відповідними варіантами дитячої сексуальної гри, інцест між братом і сестрою й пізніші зваблення партнерів одне одного. Будь-які відхилення від стандартного сценарію Едіпа (син замислюється чи мріє про секс із матір'ю) або Електри (донька замислюється чи мріє про батька) неодмінно впливатимуть на весь життєвий шлях людини.

Окрім сексуальних аспектів сімейної драми, є й інші, ще пікантніші. Одна дівчина-лесбійка, яку кинули, напала на свою коханку, приставивши їй до горла ніж, і закричала: «Ти дозволиш мені завдати тобі ці рани, але не дозволиш їх вилікувати». Імовірно, це є девізом усіх сімейних драм, джерелом усіх батьківських страждань, основою юнацького бунту і криком усіх пар, іще не готових до розлучення. Ця поранена втікачка і цей крик є марсіанським перекладом реклами: «Мері, йди додому. Я все пробачив». Саме тому діти тримаються навіть за найжалюгідніших батьків. Боляче, коли тобі завдають ран, але як добре, коли їх лікують.

Д. Людська доля

Думка про те, що вся доля людини, її шляхетність і падіння залежить від дитини віком не більше від шести років, а зазвичай не більше як три, здається неймовірною, але саме це стверджує теорія сценаріїв. У це набагато легше повірити, коли поговорити з шестирічною або трирічною дитиною. І в це дуже легко повірити, озирнувшись на те, що відбувається у світі сьогодні або відбувалося вчора, і розуміючи, що може статися завтра. Історію людських сценаріїв можна знайти на стародавніх пам'ятниках, у судових залах та моргах, у казино й листах до редакцій, а також у політичних дебатах, коли цілі держави збиваються з праведного шляху

²⁸ Порівняйте з: Flugel, J. C. : *The Psychoanalytic Study of the Family*. Hogarth Press, London, 1921.

²⁹ Це може статися, коли мати не має власного сина, щоб зіграти роль Юкасти, а батько не має доньки.

тими, хто намагається довести: те, що сказали йому батьки в дитячій кімнаті, впливатиме на весь світ. Менше з тим, на щастя, деякі люди мають добрі сценарії, а декому навіть щастить звільнитись і робити щось по-своєму.

Людська доля показує, що люди досягають однакової мети різними засобами і що однакові засоби можуть привести до різної мети. Вони мають свої сценарії та контрсценарії в голові у формі Батьківських голосів, які вказують, що можна робити, а чого – ні, і свої прагнення у формі Дитячих рисунків, де зображено те, яким вони хотіли б бачити життя, тож діють на підставі цих трьох чинників. Вони виявляють, що заплуталися в павутинні сценаріїв інших людей: спочатку своїх батьків, потім чоловіка або дружини, і над усіма ними тяжіють сценарії тих, хто керує місцями, де вони живуть. Також існують хімічні загрози, на кшталт інфекційних хвороб, і фізичні, як-от тверді предмети, на зіткнення з якими людське тіло не розраховане.

Сценарій – це те, що людина запланувала робити у ранньому дитинстві, а життєвий шлях – те, що трапляється насправді. Життєвий шлях визначають гени, моральне обличчя батьків і зовнішні обставини. Особа, чий гени спричиняють розумову відсталість, фізичні вади або ранню смерть від раку чи діабету, дістане обмаль можливостей ухвалювати самостійні життєві рішення або доводити їх виконання до кінця. Напрямок життя такої людини буде визначений спадковістю (або, можливо, пологовою травмою). Якщо батьки ще немовлятами потерпали від суворої фізичної або емоційної депривації, це може знищити шанси їхніх дітей на виконання сценарію, ба навіть на його формування. Вони можуть убити своє потомство зневагою й жорстоким поведінням або приректи на життя у психіатричній лікарні з раннього віку. Хвороби, нещасні випадки, утиски та війна можуть покласти край навіть найретельніше продуманому життєвому плану з найкращою підтримкою. Комбінація цих чинників – наприклад, генів та утисків – може закрити стільки шляхів для людей певного типу поведінки, що вони матимуть небагатий вибір у плануванні своїх сценаріїв, і це може зробити трагічний життєвий шлях майже неминучим.

Проте навіть за наявності суворих обмежень майже завжди відкриваються якісь альтернативи. Авіабомба, епідемія чи різня спроможні не залишити жодного вибору взагалі, але на наступному рівні людина може бути здатною вибирати – убивати, бути вбитою кимось чи вкоротити собі віку – і тут її вибір залежатиме від сценарію, який є рішенням, ухваленим у ранньому дитинстві.

Відмінність між життєвим шляхом та життєвим планом можна продемонструвати на прикладі двох щурів, яких використали в експерименті, щоб показати, як ранні переживання матері можуть впливати на життя її нащадків³⁰. Першу тварину назвали Віктор Пурдю-Вістар III або просто Віктор. (Пурдю-Вістар – справжнє прізвисько щурів, що брали участь в експерименті, а Віктор та Артур – імена їхніх покровителів, експериментаторів.) Віктор походив з давньої родини піддослідних щурів, і їхні гени годилися для цього статусу. Його матір, Вікторію, дресировали й пестили, коли вона була маленькою. Його далекий родич, Артур Пурдю-Вістар III (Артур) так само добре годився на участь в експерименті. Його матір, Артурію, залишили в клітці, ніколи не дресировали й не пестили, коли вона була маленькою. Коли два родичі підросли, з'ясувалося, що Віктор більше важив, був менш допитливим і випорожнювався частіше, ніж Артур. Що сталося з ними в довготерміновій перспективі, після завершення експерименту, невідомо, але це, ймовірно, залежало від зовнішніх сил – таких, як мета, з якою їх мали використовувати експериментатори. Таким чином, життєві шляхи тваринок були визначені генами, дитячими переживаннями матерів і рішеннями, що їх ухвалили потужніші сили, на які вони не мали впливу і до яких не могли звертатися. Це все обмежувало будь-які «сценарії» або «плани», що їх вони прагнули здійснити як індивідууми. Отож Віктор, якому подобалося жити

³⁰ Denenberg, V. H. and Whimby, A. E.: 'Behavior of Adult Rats is Modified by the Experiences Their Mothers Had as Infants,' *Science* 142:1192— 1193, November 29, 1963.

рослинним життям, міг і далі потурати собі, тимчасом як допитливий Артур відчував розчарування, перебуваючи у своїй клітці; і жоден з них, хоч би який сильний мав потяг, не міг прагнути безсмертя через розмноження.

Том, Дік і Гаррі, далекі родичі Віктора й Артура, мали інший досвід. Том був запрограмований натискати на важіль, щоб уникнути удару струмом, і в нагороду за це отримував їстівну пігулку. Дік був запрограмований так само, тільки його винагородою був алкоголь. Гаррі також був запрограмований уникати неприємного удару струмом, але винагородою був приємний імпульс. Відтак їх переміщували – щоб у перспективі вони опанували всі три програми. Після цього їх помістили до клітки з трьома важелями: один для їжі, інший – для алкоголю і ще інший – для приємного електричного імпульсу. Потім кожен зі щурів мав ухвалити власне «рішення», як він хоче провести своє життя: обжираючись, лежачи в алкогольному заціпенінні, отримуючи електричні імпульси або комбінуючи чи чергуючи ці варіанти. Ба більше, в цій клітці була бігова доріжка, і кожен міг вирішити, чи хоче він взятися до фізичних вправ на додачу до інших винагород.

Це було точнісінько як сценарне рішення, бо кожен щур міг вирішити, хоче він провести життя як ласун, алкоголік, любитель гострих відчуттів чи атлет, або віддати перевагу поміркованій комбінації. І хоча кожен з них міг дотримуватися свого «сценарного рішення» й відповідати за наслідки, залишаючись у клітці, справжні результати їхнього життя залежали від зовнішніх форс-мажорних обставин, оскільки дослідник міг перервати експеримент і зламати «сценарій», коли цього захоче. Таким чином, їхні життєві шляхи та життєві стилі багато в чому визначалися їхніми «життєвими планами» аж до остаточного результату, який залежав від когось іншого. Однак ці «життєві плани» могли обиратися лише з-поміж альтернатив, запропонованих їхніми «батьками» – експериментаторами, які їх програмували. І навіть на цей вибір вплинули події, що сталися з ними раніше.

Хоча люди не є лабораторними тваринами, вони часто поведуться схожим чином. Іноді вони потрапляють до кліток і до них ставляться як до щурів, маніпулюють ними або приносять у жертву за бажанням господарів. Але часто дверцята клітки відчинені – і людині треба лише вийти звідти, якщо вона цього прагне. Якщо ж вона не хоче цього робити, то зазвичай всередині її утримує сценарій. Тут усе знайоме і заспокійливе, тож визирнувши у великий світ свободи з усіма його радощами й небезпеками, людина повертається назад до клітки з її кнопками та важелями, знаючи, що якщо й далі натискатиме на них, і натискатиме правильний важіль у слушний час, то матиме їжу, алкоголь або якісь приємні емоції. Проте така ув'язнена людина завжди сподівається чи боїться, що якась більша за неї сила, на кшталт Великого Експериментатора чи Великого Комп'ютера, змінить або припинить усе це.

Сили людської долі грізні і складаються з чотирьох чинників: демонічне батьківське програмування, заохочуване внутрішнім голосом, що його старожитні люди називали *Демоном*; конструктивне батьківське програмування, що здійснюється за допомогою життєвого імпульсу, який дуже давно називали *Фюзис*; зовнішні сили, що й досі називаються Долею; а також незалежні прагнення, для яких древні не придумали ніяких людських назв, оскільки вважали їх за привілеї здебільшого богів і царів. Унаслідок цих сил існують чотири типи життєвих шляхів, які можуть змішуватись і приводити до того чи того типу людської долі: сценарний, контрсценарний, примусовий і незалежний.

Е. Історичний аспект

Будучи клінічним лікарем, психіатр або клінічний психолог цікавиться *всім*, що може впливати на поведінку пацієнта. У наступних розділах ми не намагатимемось обговорити всі чинники, що можуть впливати на життєвий *шлях* індивіда, а лише ті, про сильний вплив яких на життєвий *план* наразі відомо.

Та перш ніж почнемо розглядати, як сценарії обираються, посилюються і вводяться в дію, та вирізнімо їхні складники, нам слід зазначити, що ця ідея не є цілком новою. У класичній і модерній літературі є безліч алюзій на тему, що весь світ – театр і всі люди в ньому просто актори, але ці алюзії відрізняються від тривалого й кваліфікованого дослідження з цього питання. Такі дослідження проводили чимало психіатрів та їхні учні, але вони не змогли просунутися дуже далеко через те, що не мали у своєму розпорядженні потужних інструментів структурного аналізу (діаграмних зображень і класифікації транзакцій), ігрового аналізу (розкриття обману, трюку, перемикування й виграшу) і сценарного аналізу (сценарна матриця з мріями, «футболками», торговими купонами й іншими похідними елементами).

Загальна ідея про те, що людське життя розвивається за певними шаблонами, які можна виявити у міфах, легендах і казках, найбільш витончено розроблена у книжці Джозефа Кемпбелла, на яку ми вже посилалися³¹. Його психологічне мислення спирається головним чином на ідеї Юнга та Фрейда. Найвідомішими ідеями Юнга у цьому плані є Архетипи (що стосуються магічних персонажів у сценарії) і Маска (стиль, у якому розігрується сценарій)³². Решту ідей Юнга нелегко зрозуміти або співвіднести з реальними людьми без специфічної підготовки, ба навіть у такому разі вони є предметом різних інтерпретацій. Загалом Юнг підтримує ідею щодо міфів та казок, і це є важливою частиною його впливу.

Фрейд безпосередньо пов'язує безліч аспектів людського життя з єдиною драмою – міфом про Едіпа. Мовою психоаналізу це означає, що пацієнт виступає Едіпом – «персонажем», який демонструє «реакції». Едіп – це щось, що відбувається в голові пацієнта. У сценарному аналізі «Едіп» – безперервна драма, що відбувається просто зараз, розділена на сцени й акти, з експозицією, кульмінацією та фіналом. Важливо, щоб інші грали свої ролі і пацієнт бачив, що вони роблять. Він знає лише те, що говорити людям, сценарії яких підходять його власному або збігаються з ним. Якщо його сценарій закликає його ж убити короля й побратися з королевою, то йому доведеться знайти короля, чий сценарій закликає його до того, щоб бути вбитим, і королеву, чий сценарій закликає її бути досить тупою, щоб вийти за нього заміж. Деякі з послідовників Фрейда, наприклад Гловер, починають визнавати, що Едіп – це радше драма, ніж просто набір «реакцій», тимчасом як Ранк, головний попередник Кемпбелла, показав, що найважливіші міфи й казки походять з одного основного сюжету й що цей сюжет з'являється у сновидіннях і житті великої кількості людей по всьому світу.

Фрейд каже про примус повторення та примус долі, але його послідовники не вивчали ці ідеї аж так глибоко, щоб застосовувати їх до всього життєвого шляху свого пацієнта. Найактивнішим психоаналітиком, який систематично досліджував життєвий цикл людини від народження до смерті, є Еріксон, і, природно, сила-силенна його висновків підтверджуються сценарним аналізом. Загалом можна сказати, що сценарний аналіз є фрейдистським, але не належить до психоаналізу.

З-поміж усіх, хто передував сценарному аналізу, Альфред Адлер найближче підійшов до того, щоб висловлюватись як сценарний аналітик:

«Якщо я знаю мету людини, то в загальних рисах розумію, що станеться. Я здатен розташувати в належному порядку кожен з подальших її рухів... Мусимо пам'ятати, що людина під наглядом не знатиме, як поведеться... якщо її не зорієнтують до певної мети... що визначає те, який рятівний круг їй треба кинути... психічне життя людини створене так, щоб вписува-

³¹ Бібліографія щодо історичного аспекту розвитку уявлень про сценарій містить такі джерела: Adler, A. 'Individual Psychology' in *The World of Psychology*, ed. G. B. Levitas, George Braziller, New York, 1963. Campbell, J. *The Hero With A Thousand Faces*. Pantheon Books, New York, 1949. Erikson, E. *Childhood and Society*. W. W. Norton & Company, New York, 1950. Freud, S. *Beyond the Pleasure Principle*. International Psychoanalytical Press, London, 1922. Glover, E. *The Technique of Psycho-Analysis*. International Universities Press, New York, 1955. Jung, C. G. *Psychological Types*. Harcourt, Brace & Company, New York, 1946. Rank, O. *The Myth of the Birth of the Hero*. Nervous and Mental Disease Monographs, New York, 1910.

³² См. прим. 31

тися в п'ятий акт як персонаж, вигаданий блискучим драматургом... кожне психічне явище, здатне дати нам розуміння особи, можна зрозуміти і збагнути лише якщо розглядати його як підготовку до певної мети... спробу отримати заплановану фінальну винагороду й (таємний) життєвий план... цей життєвий план залишається в підсвідомості, тому пацієнт може вірити в невблаганну долю, а не у план, що готувався та продумувався впродовж тривалого часу, за який відповідає лише він сам... Така людина робить висновки і примиряється з життям, створюючи одне або кілька «якби»: «Якби умови були іншими...»

Єдині винятки до цих тверджень, що їх може навести сценарний аналітик, це: 1) життєвий план зазвичай не є несвідомим; 2) особа аж ніяк не єдина, хто за нього відповідає; 3) мету та спосіб її досягнення (справжні транзакції) можна передбачити точніше, ніж це заявляв Адлер³³.

Нещодавно британський психіатр Р. Д. Лейнг описав у одній з радіопередач бачення життя, що є дивовижно подібним, навіть за своєю термінологією, до теорії, що обговорюється в цій книжці. Наприклад, він вживає слово «наказ» для суворого батьківського програмування³⁴. Через те, що він поки що не опублікував ці ідеї, їх годі належним чином оцінити в нашому виданні.

Утім, набагато давнішими за ці всі теорії є сценарні аналітики зі Стародавньої Індії, які ґрунтували свої прогнози здебільшого на астрології. Як дуже вдало сказано у «Панчатантрі» (близько

200 р. до н. е.):

*П'ять якостей усіх людей
Із лона матері ідуть:
Багатство й доля, вік, знання,
Й те, як вони помруть*³⁵.

Нам треба внести лише невеличкі зміни, щоб узгодити це з новими даними:

*Ці п'ять від предків взяті всі,
А шоста з лона йде:
Багатство й доля, вік, знання,
І те, хто як помре.*

³³ См. прим. 31

³⁴ Уперше використано в цьому значенні К. М. Штайнером (*Transactional Analysis Bulletin* 5:133, April 1966).

³⁵ *Panchatantra*, trans. A. W. Ryder. University of Chicago Press, 1925, p. 237. Хоча такі казки датують 200 р. до н. е., цю версію взято з рукопису 1199 року, ймовірно, з єврейської Біблії. П'ятитомний оригінал утрачено, але більшість казок повторюються в чотиритомному середньовічному виданні «Гітопадеша». Деякі фахівці датують санскритський оригінал 300 роком н. е.

Розділ 4

Пренатальні впливи

А. Вступ

Дія сценарію почалася багато століть тому, коли життя вперше виокремилася з багнюки і почало передавати результати свого досвіду хімічно, за допомогою генів, своїм нащадкам. Ця хімічна гілка досягла своєї кульмінації на прикладі павука, який пряде свою дивну кругову геометрію без жодних вказівок, закручені спіралі у хромосомах забезпечують його готовими робочими кресленнями, що з'єднують павутинням будь-який кут, де літають мухи³⁶. У його випадку сценарій написано у вигляді фіксованих молекул органічних кислот (ДНК), що передалися йому в спадок від батьків, і він проводить своє життя як освічений кінчик пера, виконуючи їхні інструкції без жодної змоги відхилитись або поліпшити, за винятком впливу наркотиків чи якихось інших неочікуваних випадків, що перебувають поза його контролем.

У людини гени теж визначають деякі моделі, що їх вона мусить дотримуватися без можливості відхилення. Також вони встановлюють верхню межу для її особистих прагнень: наскільки багато вона може досягти як, наприклад, спортсмен, мислитель або музикант, хоча через великі чи малі психологічні бар'єри обмаль людей можуть повною мірою використати свій потенціал навіть у цих сферах. Купа людей із задатками великого бального танцюриста проводять свій час «танцюючи» зі стравами для інших у буфеті, а хтось із генами математика перебирає папери у службовій кімнаті банку чи букмекерської контори. Проте в межах цих хімічних обмежень, хай якими вони є, кожна людина має величезні можливості для визначення власної долі. Однак зазвичай це вирішують за неї її батьки ще задовго до того, як він чи вона може зрозуміти їхні дії.

Мірою того, як життя звільнялося від жорстких хімічних моделей, поступово розвивалися інші способи регулювати поведінку, здатні компенсувати їхній брак. Найбільш примітивним серед них, імовірно, є імпринтинг, що ледве на крок випереджає рефлекс³⁷. Імпринтинг гарантує, що організм немовляти автоматично йтиме слідом за певним об'єктом і сприйматиме його як матір – незалежно від того, чи дійсно то його мати, чи просто жовта картка, яку протягнули повз нього на мотузочці. Ця автоматична реакція допомагає забезпечити його виживання у стресові моменти, але якщо вона зазнає невдачі, то може спричинити й проблеми.

Наступний крок зроблено, коли дитинчата вже залишалися зі своїми матерями й навчалися через гру; моделі поведінки, що є надміру складними чи занадто мінливими для передачі через гени, можуть передаватися через навчання, що супроводжують грайливі укуси, кидки або ляпаси³⁸. Потім відбувається імітація й відповідь на голосові сигнали, тож молодняк може робити не лише те, що підказують йому гени та чого навчили матері, а й те, що він чув і бачив у реальному житті морів, рівнин і лісів.

Тепер відомо, що майже кожен живий організм здатен до навчання. Бактерію можна «навчати» у хімічний спосіб використовувати один вид цукру як заміник до іншого. Майже всі тварини, починаючи від хробаків, можуть навчитися психологічно, через умовні рефлекси, переживати нові та особливі моделі поведінки. Можливо, у підсумку, цей спосіб є і хімічним, і залежить від гнучкіших типів ДНК, аніж ті, що в генах. Але навчання потребує наставни-

³⁶ Witt, P. N. and Reed, C. F. 'Spider-Web Building,' *Science* 149:1190—1197, September 10, 1965.

³⁷ Lorenz, K. Z. *King Solomon's Ring*. Thomas Y. Crowell Company, New York, 1933.

³⁸ Bateson, G. "The Message "This is Play"". In *Group Processes: Transactions of the Second Conference*. (Bertram Schaffner, ed.) Josiah Macy, Jr. Foundation, New York, 1956.

ків, а вони вже відрізняються. Вони мають бути на голову або на вимір вищими від організмів, яких вони вчать. Це означає, що вони мусять бути приручені. Приручення відрізняється від навчання так само, як кішка від тигра. Приручення у випадку з тваринами означає, що вони повинні слухатися свого господаря навіть тоді, коли його немає поруч. Це відрізняється від навчання, бо для навчання потрібен зовнішній стимул, щоб почати дотримуватися певної моделі поведінки, тимчасом як приручення гарантує поведінку, бо стимул є в мозку тварини. Дресирована тварина буде підкорятися, почувши голос господаря; приручений не треба чути цей звук, бо він вже є у її мозку. Таким чином, диких тварин можна навчити виконувати трюки за командою дресирувальника, але привчити їх до лотка нелегко. Приручені тварини йдуть далі; їх можна навчити поводитися так, як того хоче господар, навіть коли його немає поруч. Існують різні ступені прирученості, і найбільш слухняними з-поміж усіх тварин є людські діти.

Найрозумніші тварини – мавпи та люди (і, можливо, дельфіни теж) – мають іншу особливу здібність, яка називається винахідливістю. Це означає, що вони можуть робити те, чого раніше не робив ніхто з їхнього виду: будь-що – від складання дерев'яних ящиків один на один до зв'язування двох прутків разом, щоб зробити довший прут³⁹, і до встановлення якоїсь важкої мети.

Цю прогресію можна пояснити, припустивши, що ДНК еволюціонує, утворюючи більш поступливі та гнучкі форми. Почавши з крихких молекул генів, яким неможливо було надати потрібної форми, а лише розбити, вона розтанула достатньо, щоб можна було вносити до неї легкі зміни за допомогою обережних повторюваних ударів умовних рефлексів, хоча ДНК і могла повернутися до попереднього стану, якщо час від часу їх не зміцнювати. Потім вона пом'якшилася ще більше й могла вже записувати відлуння зниклих голосів та подій і зберігати їх протягом усього життя, задовго після того як вони були забуті. У ще гнучкішій формі вона стає двигуном для пам'яті та свідомості. І в найбільш чутливій формі на сьогодні вона зміщується й вібрує від леготів досвіду, даючи нам мислення та винахідливість. Нікому з нас, які живуть нині, невідомо, що буде далі, коли ДНК стане ще витонченішою у своїх реакціях, але, можливо, колись наші нащадки стануть тими дивовижними істотами, про яких зараз можуть думати лише поети.

Людські істоти мають усі перелічені здібності. Їхні моделі поведінки визначаються жорсткими рефlekсами генів, примітивним імпринтингом, дитячою грою й імітацією, батьківським навчанням, суспільним прирученням та спонтанною винахідливістю. Сценарії охоплюють усі ці чинники. Типова людська істота, яку назвемо «Єдер»⁴⁰, представляє майже кожного члена людської раси, з будь-якої землі та кліматичної зони. Він реалізує свій сценарій, тому що той насаджений його батьками в ранньому віці й залишатиметься в голові решту життя, хай навіть їхній голос «у плоті» зник назавжди. Цей сценарій діє як перфострічка для комп'ютера або механічного піаніно, викликаючи реакції в запланованому порядку тривалий час після того, як людина, що зробила у ній отвори, залишила сцену. А Єдер між тим сидить за піаніно і, торкаючись пальцями клавіш, вважає, що це саме він веде народну баладу або урочистий концерт до вже запланованого фіналу.

Б. Впливи предків

Деякі сценарії можна простежити під час клінічної бесіди аж до прабабків, і якщо родина має задокументовану історію, як це часто трапляється з королями та їхніми придворними, такий сценарій може брати свій початок тисячу років тому. Поза сумнівом, сценарії

³⁹ Zuckerman, S. *Functional Affinities of Man, Monkeys, and Apes*. Harcourt Brace & Company, New York, 1933.

⁴⁰ Кожен (нім.).

почали існувати відтоді, як на землі з'явилися перші людиноподібні істоти⁴¹, і немає підстав підозрювати, що їхні сцени, акти та наслідки були іншими, ніж зараз. Життєві шляхи єгипетських фараонів, які є першими надійними біографіями, поза сумнівом, є типовими сценаріями. Історія Аменхотепа IV, який змінив своє ім'я на Ехнатон, є хорошим прикладом⁴². Завдяки своїй реформі він викликав і велич, і лють на своїх послідовників. Якщо можна знайти інформацію про далеких предків або прабабків, це значно покращить аналіз сценарію, але у звичайній практиці він здебільшого починається з дідусів і бабусь.

Те, наскільки сильно можуть впливати дідусі й бабусі, живі чи покійні, на життя своїх онуків, є загальновідомим і навіть увійшло до прислів'їв. Для доброго сценарію – «Щоб зробити леді, почніть із бабусі», для поганого – «Від голоти до голоти – відстань у три покоління». Багато дітей у ранньому віці не тільки хочуть наслідувати своїх предків, а й хотіли б *бути* ними⁴³. Це бажання може не лише мати потужний вплив на їхні життєві сценарії, а й спричинити серйозні непорозуміння у стосунках з батьками⁴⁴. Зокрема, кажуть, що американські матері підтримують своїх батьків більшою мірою, ніж чоловіків, і заохочують синів бути схожими на дідуса, а не на тата⁴⁵.

Найбільш продуктивне запитання, яке можна поставити щодо впливів предків: «Ким були ваші дідусь і бабуся?» Зазвичай на це питання дають чотири типи відповідей.

1. *Гордість за предків*. Переможець або «принц» відповідатиме буденно: «Мої предки були королями Ірландії» чи «Мій прапрадід був головним рабином Любліна». Очевидно, хто говорить, той має «дозвіл» іти стопами цих предків і стати видатною особистістю. Проте якщо ці слова сказано з урочистою або зарозумілою інтонацією, то ця людина, ймовірно, є невдахою чи «жабою» і використовує свій родовід задля того, щоб виправдати власне існування, бо сама вона не має «дозволу» на те, щоб у чомусь перевершити власних предків.

Якщо відповідь звучить так: «(Моя мама завжди мені казала) Мої предки були ірландськими королями, ги-ги!» або «(Моя мама завжди мені казала) Мій прапрадід був головним рабином, ги-ги!» – її зазвичай дають із позиції «не дуже добре»; то тому, хто говорить, дозволено наслідувати славетних предків, але лише їхні невдалі сторони. Ці відповіді можуть означати: «Я напився як ірландський король, і це робить мене схожим на нього, ги-ги!» або «Я бідний як головний рабин, і це робить мене схожим на нього, ги-ги!» У таких випадках програмування в дитинстві було таким-от: «Ти походиш від ірландських королів, а вони були великими п'яницями» чи «Ти походиш від головного рабина, а вони були дуже бідні». Це рівнозначно вказівці: «Будь, як твій славетний предок...» із чітким підтекстом від матері: «...тому пий багато, як твій батько» або «тож і не треба заробляти гроші, твій батько ж не заробляє».

⁴¹ Simons, E. L. 'Some Fallacies in the Study of Hominid Phylogeny.' *Science* 141: 879—889, September 6, 1963.

⁴² Порівняйте з: Freud, S. *Moses and Monotheism*, Alfred A. Knopf, New York, 1939. У цьому випадку йдеться про вплив сценарію Ехнатона на сценарій Мойсея. Якщо говорити сценарною мовою, відстань у часі робить Ехнатона євгемером або «прабабком» усіх ізраїльтян і їхній сценарій повторює його: його храми були зруйновані, а його послідовників переслідували чи вбивали. Сучасні ізраїльтяни мають правильну антитезу до цього сценарію, тобто використовують потрібне озброєння задля уникнення трагічного кінця. Іншим ім'ям Аменхотепа-Уа (крім Ехнатона) було Нефер-Хеперу-Ра Уен-Ра, ці ієрогліфи перекладаються приблизно як «Візьми свою лють та скарабея і насолоджуйся сонцем», тоді як згідно з картушем Ехнатона він обміняв ці речі на корж і перо (рядковий символ № 12 та «дерева й рослини» № 33 у класифікації ієрогліфів Гольцаузен). Хай там як, це схоже на сучасну зміну сценарію у стилі хіпі: люди з гітарами сумують за коржилом, натомість люди з коржем перетворюють його на гітару.

⁴³ Jones, E. 'The Phantasy of the Reversal of Generations.' *Papers on Psycho-Analysis*, Fifth edition. Beacon Press, Boston, 1961. Тут Джонс описує «комплекс діда» – бажання дітей стати батьками власних батьків, що ґрунтується на переконанні, ніби якщо вони ростимуть більшими, то їхні батьки зменшуватимуться.

⁴⁴ Abraham, K. 'Some remarks on the role of grandparents in the psychology of neuroses.' *Clinical Papers and Essays on Psycho-Analysis*. Basic Books, New York, 1955. Абрагам описує тут саме те, що називається «сценарною фантазією», коли хлопчик планує своє життя на казковому рівні.

⁴⁵ Erikson, E. *Childhood and Society*. *Loc. cit.*

У всіх цих випадках предок є сімейним евгемером⁴⁶, героїчним взірцем з минулого, якого можна наслідувати, але не можна перевершити. І всі ці випадки є різними способами, в які люди дають собі раду з евгемерами.

2. *Ідеалізація*. Вона може бути романтичною чи парадоксальною.

Отже, переможець може сказати: «Моя бабуся була чудовою домогосподаркою» чи «Мій дід прожив до 98 років, не втратив жодного зуба й не мав ані одної сивої волосини». Це чітка вказівка на те, що той, хто говорить, хотів би йти романтичними слідами свого предка й буде на цьому власний сценарій. Невдаха проявлятиме парадоксальну ідеалізацію: «Моя бабуся була суворою, прагматичною жінкою, але в старості її охопив маразм». Це чіткий натяк, що вона, можливо, і запала в маразм, але була найрозумнішою жінкою у психіатричній лікарні; більше того, що це є і сценарієм пацієнтки – бути найрозумнішою жінкою у психіатричній лікарні. На жаль, цей план зустрічається так часто, що конкуренція у психікарнях за право бути найрозумнішою жінкою в палаті може стати доволі напруженою, бурхливою і тривожною.

3. *Суперництво*. «Мій дід впливав на мою бабуся» або «Мій дід був слабаком, який дозволяв крутити ним кожному». Часто це «невротичні» реакції, що їх психоаналітики тлумачать як бажання дитини бути сильнішою за батьків. «Дідусь – єдиний, хто може суперечити моїй матері, тож я хочу бути, як він» або «Якби я був на місці батька мого батька, то не був би боягузом, я б йому показав». Клінічний випадок, описаний Карлом Абрагамом свідчить про сценарний характер таких соціальних настанов, коли хлопчик захоплено мріє про те, щоб стати принцом уявного королівства, яким править король, схожий на його батька. Паралельно в цих мріях існує і батько короля, який набагато могутніший за нього самого. Одного разу, коли мати покарала цього хлопчика, він сказав: «А тепер я одружусь з бабусяю». Таким чином, його таємний (але не несвідомий) план ґрунтувався на казці, у якій він стає дужчим за батьків, ставши власним дідусем.

4. *Особисті переживання*. Це стосується справжніх транзакцій між дітьми та їхніми дідусями і бабусями, які мають потужний вплив на формування сценарію дитини. Бабуся може кудись відправити онука, щоб той став героєм⁴⁷, або, з іншого боку, дідусь може спокусити онучку-школярку і перетворити її на Червону Шапочку.

Загалом, як свідчить міфологія та клінічний досвід, до дідуся й бабусі ставляться з благоговінням або жахом, так само, як до батьків ставляться з захопленням чи страхом. Ці примітивніші почуття благоговіння й жаху впливають на формування дитячої картини світу під час ранніх етапів створення сценарію⁴⁸.

В. Здатність до запліднення

Середовище, в якому був зачатий Єдер, може неабияк впливати на визначення його життєвого плану та остаточної долі. Це середовище починається зі шлюбу його батьків, якщо такий був. Іноді молода пара одружується, маючи палке бажання народити сина і спадкоємця. Зокрема, це може статись, якщо шлюб улаштовують або заохочують їхні родини, особливо якщо є що успадковувати, наприклад, королівство чи корпорацію. Потім син виховується згідно зі своїм статусом у житті й набуває усіх навичок, що личать королеві або президенту. Таким чином, йому вручають уже написаний сценарій і зречення його може вимагати героїзму.

⁴⁶ Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. Loc. cit., pp. 98—101.

⁴⁷ Гелен Дойч описує три типи «доброї бабусі» й жахливу «погану бабуся» або відьму, в розділі, що присвячується клімактеричному періоду, у книжці *The Psychology of Women*, Volume Two. Grune & Stratton, New York, 1945.

⁴⁸ Антропологи краще, ніж інші групи, усвідомлюють важливість впливу дідусів і бабусь на кар'єру дитини – впливу, який не тільки чітко розпізнається, а й дуже ритуалізується в малих примітивних суспільствах, особливо тих, що мають тотемів. Дивіться, наприклад: Ashley-Montagu, M. F. *Coming Into Being Among the Australian Aborigines*. George Routledge & Sons, London, 1937, and Roheim, G. *Psychoanalysis and Anthropology*. Loc. cit.

Якщо первістком у таких випадках стає дівчинка, а не хлопчик, вона може зіткнутися з труднощами; часто це можна побачити на прикладі доньок-первістків банкірів, яких кидають напризволяще, і вони стають лесбійками, стриптизерками або дружинами марнотратних та безвідповідальних представників богеми чи ледарів з довірчих фондів. У деяких ситуаціях батько може навіть розлучитися з матір'ю, якщо вона не народить хлопчика, залишаючи доньок з почуттям первісної провини за те, що вони народилися жінками.

З іншого боку, батько, можливо, не має наміру брати шлюб з матір'ю і тікає зі сцени, щоб не бути ніколи почутим, щойно вона оголосить про свою вагітність. Це змушує молодого героя йти власним шляхом майже від дня народження. Іноді дитину покидає мати. Однак навіть батьки-скнари можуть прийняти небажану дитину, бо вона дозволяє сплачувати менше податку за прибуток або претендувати на соціальну допомогу. Підліток може добре це усвідомлювати, тож коли його запитати, хто він або яким є його сценарій, він відповість: «Я податкова пільга (або заявка на отримання соціальної допомоги)».

Якщо дитину вже давно бажали зачати, то палке бажання батьків може призвести до того, що вони присвячуватимуть їй життя ще до її народження, як це буває у багатьох легендах про знаменитих людей і казках, таких як казка про Рапунцель: іще один випадок, коли реальне життя нагадує літературу або, як сказав Оскар Вайльд, природа наслідує мистецтво. Це порушує й інші цікаві сюжетні питання, що запускають цілу гаму трагедій та романтики. Що, якби Ромео зачав дитину, Офелія народила або Корделія завагітніла? Що сталося б з їхніми нащадками? Нащадки Медеї та маленькі принци у лондонському Тауері є найвідомішими прикладами дітей, які стали жертвами сценаріїв своїх батьків, так само, як і маленькі дівчатка й хлопчики, яких продають у сексуальне рабство в арабських країнах і про яких відомо щонайменше⁴⁹.

Вміння порозумітися щодо самого зачаття можна назвати підходом до запліднення. Як це сталося: випадково, через пристрасть, любов, насильство, обман чи було пов'язане з ворожістю або відмовою? Якщо один із цих варіантів правильний, то якими були передумови й підготовка до такої події? Якщо зачаття було запланованим, то як воно планувалося: врівноважено чи радісно, просто чи по-книжковому, з купою розмов або через сильний мовчазний зв'язок? Як трактується секс – як щось брудне, звичайне, священне чи веселе? Таким самим може бути і ставлення до дитини. Чи були спроби перервати вагітність? Чи було таких спроб кілька? Скільки абортів або спроб переривання зробили під час попередніх вагітностей? Є незліченна кількість питань із різною мірою проникливості, і всі ці чинники можуть вплинути на сценарій ще не народженої дитини. Одна з найбільш поширених ситуацій чудово описана в популярному віршику:

*Один собі хлопчик на світі жив,
Який народитися тут не хотів.
Можливо, його б тут ніхто й не побачив,
Якби хтось із батьків не напартачив,
Купивши надірваний презерватив.*

Навіть ця скромна генеалогія не є такою по-сумному простою, як здається, оскільки існує кілька ймовірностей. Наприклад, одна справа, якщо жоден з батьків не знав, що презерватив був дефектним; інша – якщо мати знала й не сказала про це батькові; і геть зовсім інша, якщо про це знав батько, та не сказав матері.

⁴⁹ O'Callaghan, S. *The Slave Trade Today*. (Including a debate in the House of Lords, Thursday, July 14, 1960.) Crown Publishers, Inc., New York, 1961.

Якщо ж глянути на позитивні моменти, то є випадки, коли обоє батьків хочуть дітей і приймуть їх, хоч хто народиться – хлопчик чи дівчинка. Якщо жінка, яка вирішила ще дівчинкою, що її мрією є вийти заміж і виховувати дітей, зустрічає чоловіка, який ухвалив те саме рішення у дитинстві, то їхні діти матимуть гарний старт у житті. Біологічні труднощі, що виникають у процесі зачаття, можуть зробити дитину ще дорожчою: якщо у жінки не раз трапляються викидні або чоловік має низький рівень сперматозоїдів, через що зачаття затримується протягом багатьох років, тоді, як уже зазначено, до дитини можуть ставитися як до дива. З іншого боку, до сьомої доньки поспіль або сьомого сина ставитимуться зі змішаними почуттями, і, можливо, він чи вона почне життя як об'єкт жартів у сім'ї.

Г. Становище під час народження

Найважливішим чинником тут є сценарії батьків. Чи вписується туди Єдер? А може, в нього не та стать чи він народився невчасно? Можливо, за сценарієм батька, він має стати науковцем, а стає натомість футболістом? Або навпаки. Чи узгоджуються в цьому плані сценарії матері й батька, чи вони мають протилежні сподівання? Також є традиції, про які він довідається з казок та реального життя. Наймолодший син має діяти як дурень, доки не трапиться протистояння, у якому він перемає своїх братів. Якщо він стане сьомим сином сьомого сина, то майже змушений бути пророком. Ба більше, сценарії батьків можуть передбачати, що один з їхніх дітей прославить або покарає їх, а отже, стане чи то колосальним успіхом, чи то колосальною невдачею. Часто ця честь надається первістку⁵⁰. Якщо сценарій матері передбачає, що у поважному віці вона буде самотнім інвалідом, то одного з дітей мусять готувати з народження до того, що він чи вона залишиться й доглядатиме її, тимчасом як інших навчають розійтися по світу і зіграти ролі невдячних дітей. Якщо сорокарічний парубок-син або незаміжня донька вирішать зламати сценарій, виїхавши з дому чи, що гірше, взявши шлюб, мати цілком зрозуміло відреагує сильними нападами хвороби, вартими співчуття. Про сценарну природу таких ситуацій свідчить поширена зміна настрою, коли мати «неочікувано» заповідає невдячним дітям більшу частину грошей, залишаючи жалюгідні копійки відданий дитині.

Загальне правило полягає в тому, що за інших однакових умов діти дотримуватимуться батьківського сценарію щодо групування сім'ї, і це найкраще можна продемонструвати на прикладі найпростіших чинників: кількості та вікової різниці. (Стать дітей не береться до уваги, оскільки є поза контролем батьків – на щастя, бо це один зі способів зламати сценарії, що передаються від покоління до покоління, щоб бодай діти мали новий шанс.) Ретельне опитування серед низки родин відкриє дивовижне число «збігів» у цьому плані.

Таке генеалогічне дерево показане на *рисунку 5*. У родині Ейблів було троє хлопчиків: Кел, Гел і Вел. Коли народився Вел, Гелові було чотири, а Келові – шість, отже, їхня вікова різниця становить 0—4—6. Їхній батько Дон був найстаршим серед трьох дітей з різницею 0—5—7. Їхня мати Фен була найстаршою з-поміж трьох сестер з різницею 0—4—5. Її двоє сестер, Нен і Пен, також мали по троє дітей кожна. Мати Фен була старшою з двох сестер з різницею 0—6 і викиднем у цьому проміжку. Можна побачити, що ці всі трійки розташовані у проміжку від 5 до 7 фертильних років⁵¹.

⁵⁰ Є значна кількість літератури про становище людини під час народження. Першим систематичним дослідженням, імовірно, було *English Men of Science* (1874) Ф. Гальтона (F. Galton). Він виявив, що в його популяції переважають лише сини та сини-первістки. З іншого боку, Адлер у статті про «Сімейні сузір'я» твердить, що «наймолодша дитина зазвичай є своєрідним типом» (*Understanding Human Nature*). Одна з найцікавіших дискусій на цю тему започаткована В. Д. Альтусом (W. D. Altus) у *Science* 151:44—48, January 7, 1966. Після його статті була опублікована серія «Листів до редактора»: *Science* 152: 1177—1184, May 27, 1966.

⁵¹ Важко дістати задовільні дані переписів, щоб оцінити важливість збігів у родині Ейблів зі статистичного погляду. Один набір даних, отриманих Президентським дослідницьким комітетом із соціальних тенденцій (1933), процитовано в книжці Pressey, S. L., Janney, J. E., & Kuhlen, R. G. *Life: A Psychological Survey* (Harper & Brothers, New York, 1939). У тогочасному

Цей тип генеалогічного дерева показує, що деякі люди схильні наслідувати своїх батьків у плануванні сім'ї, у тому, що стосується кількості дітей та вікової різниці між ними. Розгляньмо деякі можливі «сценарні вказівки», що могли надійти від Дідуся й Бабусі у цьому конкретному випадку:

а) «Коли ти виростеш, народи трьох дітей, а потім роби, що хочеш». Це найгнучкіший варіант, що не передбачає поспіху або примусу. Страх перед «провалом сценарію» і втратою любові матері може виникнути лише в тому випадку, якщо Фен досягне менопаузи, не встигнувши народити трьох дітей, яких від неї вимагають. Але зауважте, що Фен не є вільною, *якщо не* народить третю дитину. Це сценарій «Якщо не».

б) «Коли виростеш, народи принаймні трьох дітей». У цьому випадку немає примусу, але може бути поспіх, особливо якщо Дідусь або Бабуся жартують про фертильність Фен. Це сценарій «З відкритим кінцем», оскільки Фен вільна мати скільки завгодно дітей після того, як народить третю дитину.

в) «Коли виростеш, народи не менше трьох дітей». Тут немає поспіху, але є примус, оскільки Дон та Фен можуть хвилюватися через подальші вагітності після того, як народяться троє дітей. Це сценарій «Після», оскільки він передбачає, що, якщо народяться інші діти після третьої, можуть виникнути проблеми.

А тепер розгляньмо погляд Фен на те, чи слід їй народжувати четверту дитину, Педвара, згідно з будь-якою з цих вказівок. Вказівка «а» означає: «Ці перші троє дітей належать Бабусі, і мають виховуватися в її стилі». Тоді Педвар є власним сином Фен і вона може виховувати його так само, як Кела, Гела й Вела або по-іншому. З ним Фен може використати власну автономію, і він може вирости самостійнішим за інших. Фен може ставитися до нього так само, як ставилася до своєї ляльки Реггеді Енн. Реггеді Енн була її власною особливою лялькою, яку вона любила, коли була маленькою, тимчасом про інших ляльок треба було дбати так, як казала Бабуся. Іншими словами, Реггеді Енн могла підготувати «сценарний слот» для Педвара, який Фен може заповнити після того, як виконає свій обов'язок щодо Бабусі. Вказівка «б» схожа на «а», за винятком того, що Бабуся має більше влади над Педваром, ніж за планом «а», оскільки він може розглядатися радше як додатковий бонус, подарований нею, ніж як вільний вибір. За планом «в» Педвар опиняється у складному становищі, оскільки народити його означає не послухатися Бабуся; тому він має виховуватись як «небажана» дитина – зухвало, ніяково або з почуттям провини. У такому випадку, якщо наш принцип дії є правильним, люди навколо нього знову і знову помічатимуть, наскільки він відрізняється від трьох старших братів.

Чикаго лише 42 родини з 1000 склалися з чоловіка, дружини та трьох дітей, тому ймовірність виникнення шести таких комбінацій, що зростають паралельно і прямо, які (за винятком викидня) показані на *рисунку 5*, не є аж такою випадковістю. Якщо вилучити з чиказьких даних усі родини без дітей, то поширеність зазначеної комбінації зростає до 90 на 1000 або приблизно 1 з 10. На цій підставі можна сказати, що приблизна ймовірність того, що генеалогічне дерево на *рисунку 5* пояснюється лише випадковістю, становить 1 зі 106, тимчасом як фактичне поширення таких неправдоподібних випадків серед моїх пацієнтів становить 1 з 5. Це вказує на те, що тут маємо справу з впливом «інформації» або програмування, і це саме той тип програмування поведінки, який ми називаємо «сценарієм». Якщо розглядати, крім того, регулярну нерівномірність надзвичайно коротких фертильних періодів на *рисунку 5*, ця є дуже посиленою.

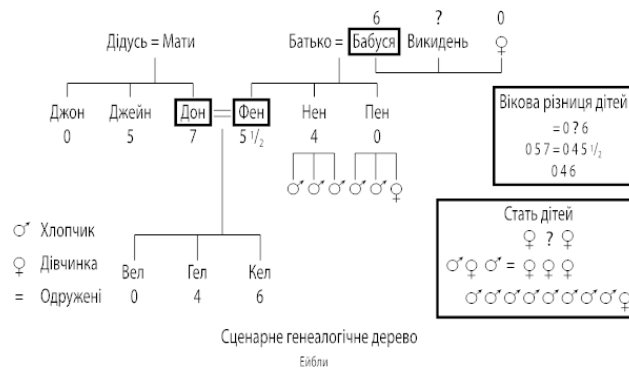


Рисунок 5

Наступний пункт, який ми розглянемо, – це ігри, що в них грають батьки, визначаючи розмір своїх сімей. Наприклад, Джинні була найстаршою з одинадцяти дітей, і її мати Ненні скаржилася, що останні п'ятеро дітей були небажаними. Наївно було б припускати, що Джинні запрограмують мати шестеро дітей. Її запрограмували мати одинадцятьох дітей і скаржитися, що останні п'ятеро були небажаними. У цьому випадку вона змогла б грати в ігри «Як завжди», «Змучена» та «Фригідна жінка» у поважному віці, так само, як її мати. Насправді цим прикладом можна скористатись як тестом на психологічний досвід. На запитання «Одна жінка мала одинадцятьох дітей і скаржилася, що останні п'ятеро були небажаними. Скільки дітей, найімовірніше, матиме її найстарша донька?» сценарний аналітик відповість: «Одинадцять». Люди, які відповідають «Шість», матимуть труднощі з розумінням та прогнозуванням людських реакцій, оскільки ця відповідь припускає, що важлива поведінка на кшталт повсякденної є «раціонально» вмотивованою, а це не так. Зазвичай вона визначається Батьківськими вказівками у сценарії.

Під час дослідження цього аспекту батьків пацієнта запитували, по-перше, скільки вони мають братів і сестер; по-друге, скільки дітей вони хотіли б мати; і по-третє (адже, як знає будь-який акушер, є багато втрачених можливостей), скількох вони реально очікують. Якщо батьки розуміють, як відрізнити свої Я-стани, значно більше інформації можна дістати, поставивши запитання у структурній формі: «Скільки дітей (хоче, очікує) мати ваш (Батько, Дорослий, Дитина)?» Це може виявити приховані конфлікти між трьома Я-станами і між двома батьками, які поважним чином впливають на сценарні вказівки, що їх вони дають пацієнтові. Ще складніший варіант цього запитання з відповідним збільшенням здобутої інформації (якщо батьки мають належну освіту, щоб зрозуміти це запитання) – це дванадцятигранна форма замість шестигранної: «Скільки дітей (хоче, очікує) мати ваш(а) (турботливий(а), схильний(а) до контролю Батько (Мати) і ваша (природна, адаптована, бунтівна) Дитина)?»⁵²

Що ж до самого пацієнта, то тут найбільш корисним запитанням, на яке він, найімовірніше, має відповідь, буде: «Яким було ваше становище в сім'ї?» – що йде відразу після запитання «Коли ви народилися?» Точні дні народження найближчої старшої і наступної молодшої за нього дитини треба з'ясувати для того, щоб вікову різницю можна було вирахувати з точ-

⁵² Можливо, це складно зрозуміти, але ті, хто вивчає розмір сім'ї, абсолютно нездатні представити надійні уявлення, виходячи з існування єдиної або «інтегрованої» особистості. У своїх інтерв'ю вони вживають такі терміни, як «ідеальні», «бажані» та «передбачувані» родини. Ці поняття приблизно відповідають уявленням Батька, Дитини й Дорослого. Утім, «багато дружин, які сказали, що «не дуже хотіли» іншу дитину перед останнім зачаттям, також сказали... що якби вони могли мати ту кількість дітей, яку хочуть, а потім зупинитися, вони все одно мали б стільки, скільки мають зараз і навіть більше». Дискусія полягає в тому, чи можна «надмірну фертильність» порівняти до «небажаної вагітності». Проте фахівець із транзакційного аналізу знає, що в кожній опитаній особі є щонайменше три різні людини, які можуть «хотіти», «дуже хотіти» або «не хотіти» більше дітей, і всі вони можуть мати щодо цього різну думку, тож анкети на цю тему, які не беруть до уваги Я-стан, пропускають те, що має вирішальне значення. Дискусію навколо таких анкет дивіться у статті: Barish, N. H. 'Family Planning and Public Policy: Who is Misleading Whom?' *Science* 165:1203—1204, September 19, 1969.

ністю до місяців, якщо діти народилися невдовзі одне після одного. Якщо хтось потрапляє у світ, що вже зайнятий братом чи сестрою, то для його сценарних рішень має серйозне значення, старший цей родич на 11 місяців, 36 місяців, 11 років або 20 років. Ця відмінність залежатиме не тільки від його (її) взаємин із цим братом чи сестрою, але також і від ставлення батьків до вікової різниці між дітьми. Ці самі два міркування стосуються й наступної молодшої дитини: важливо знати достеменний вік пацієнта – наприклад, 11 місяців, 19 місяців, 5 років або 16 років у момент, коли з'явилася чергова дитина. Загалом, усі брати й сестри, що народилися до того, як пацієнт відсвяткував свій сьомий день народження, матимуть вирішальний вплив на його сценарій, і одним з важливих чинників постає вікова різниця між ними з точністю до місяців, оскільки, як зазначалося вище, це впливатиме не лише на його власне ставлення, а й на ставлення його батьків. Варті уваги варіації виникають, якщо пацієнт є одним із близнюків чи двійнят або народився до чи після них.

У певних випадках, якщо пацієнт цікавиться астрологією, метеорологією й агіологією, достотна дата його народження матиме велике значення для сценарію. Це особливо важить, якщо його батьки мають такі самі зацікавлення.

Г. Сценарії народження

Отто Ранк вважав, що обставини самого народження, «травма народження», накладають відбиток на психіку дитини й повторюються пізніше у символічній формі, зокрема як прагнення повернутися до блаженного миру в утробі матері, як це описав його послідовник Фодор⁵³. Якщо це було так, то страхи й бажання, що виникають під час проходження під склепінням, де ніхто не може пройти знову, без сумніву стануть важливим елементом сценарію. Можливо, так і відбувається, але перевірити це жодним чином неможливо, навіть порівнюючи пологи з кесаревим розтином та звичайні. Отже, вплив «травми народження» на життєвий сценарій залишається в царині гіпотез. Власне, сценарії, що нібито спираються на справжній факт пологів з кесаревим розтином, є непереконаливими, як і їхні театральні аналоги. Як і в «Макбеті», цю подію використовують просто як гру слів або ребус, *foetus ex machina*⁵⁴, а не як створення серйозного підґрунтя до сценарію. Однак цілком можливо, що дитина, якій *сказали пізніше*, що її народили через кесарів розтин, і яка розуміє, що це означає, може якимось чином включити цей факт до свого сценарію і розвинути його, дізнавшись, ким були її видатні попередники. Щоб ухвалити рішення з цього питання, треба зібрати слушні клінічні випадки.

На практиці двома найпоширенішими сценаріями народження є «сценарій Знайди» та «сценарій Розірваної Матері». Сценарій Знайди виникає з фантазій названих або навіть рідних дітей про своїх «справжніх» батьків і проявляється у вигляді певної версії Міфу про народження героя, описаного Отто Ранком у однойменній книжці⁵⁵. Сценарій Розірваної Матері також є поширеним і, як свідчить мій досвід, з однаковою частотою трапляється у представників обох статей. Основа до цього сценарію закладається тоді, коли мати розповідає дитині, що вона хворіє, відтоді як він чи вона народилася; або, у жорстокішій формі, що народження дитини завдало їй серйозної травми і вона вже ніколи не буде такою, як раніше. Реакція дитини та її сценарій ґрунтуються на власних спостереженнях у цьому питанні. Якщо мати дійсно залишається інвалідом або калікою протягом усього життя дитини, то особа почуватиметься змушеною взяти на себе цілковиту відповідальність за це, і жодні міркування Дорослого не переконують її Дитину, що це не її рук справа. Але якщо погіршення непомітні й, зокрема, якщо хтось із родини, надто ж батько, натякає чи стверджує, що хвороба фальшива, то сценарій

⁵³ Fodor, N. *The Search for the Beloved*. Hermitage Press, New York, 1949.

⁵⁴ Плід з машини (*лат.*) – перекладу вислову *deus ex machina* («Бог з машини»), що означає прийом в античній драматургії, який є несподіваним поворотом у фабулі завдяки втручання могутніших сил чи обставин.

⁵⁵ Rank, O. *The Myth of the Birth of the Hero*. *Loc. cit.*

пацієнта буде заповнений двозначністю, лицемірством та зловживанням. Іноді мати не висуває жодних звинувачень, але дозволяє їх робити батькові, бабусі чи тітці. Тоді цей сценарій розвивається за участю трьох гравців, з важливими повідомленнями й оголошеннями, зазвичай «поганими новинами», які приносить третя сторона. Легко побачити, що там, де сценарій Знайди проявляється як Міф про народження героя, а сценарій Розірваної Матері є Міфом про Народження Негідника, людина з народження обтяжена жадливим злочином матеревбивства. «Мати померла, народжуючи мене» – такий тягар дуже важко витримати будь-кому без сторонньої допомоги. Якщо ж мати була травмована чи має грижу сечового міхура, її ніколи не пізно прооперувати і краще менше розповідати про це згодом.

Д. Імена та прізвища

У своїй книжці «Як не називати дитину» Роджер Прайс перелічує поширені американські імена й одним реченням описує тип особистості, пов'язаний з кожним. Точність або принаймні правдоподібність його описів становлять чималий інтерес для сценарного аналізу. Немає сумніву, що в багатьох випадках імена, скорочені форми імен, чи прізвища, чи будь-яке ім'я, яке дали невинному немовляті, є чіткою вказівкою на те, яким хочуть бачити його життя батьки; йому (їй) доведеться боротися з цим впливом, який триватиме і в інших формах, якщо він чи вона відхилиться від очевидного натяку⁵⁶. Як індикатори сценаріїв, імена найчастіше чіпляються за дитину в середній школі, де хлопчик або дівчинка дізнається про своїх славетних тезок у міфах чи історії або де його (її) однокласники більшою чи меншою жорстокістю переконують їх у прихованому сенсі їхніх імен. Це те, що батькам слід проконтролювати та передбачити.

Є чотири шляхи, коли ім'я може стати частиною сценарію: цілеспрямований, випадковий, ненавмисний і неминучий.

1. *Цілеспрямований*. Це ім'я може бути дуже спеціалізованим, наприклад, Септимус С. (став професором класичної філософії), Гален Е. (став лікарем⁵⁷), Наполеон (став капралом) або Ісус, поширене ім'я у Центральній Америці. Або це може бути якийсь варіант поширеного імені. Чарлз і Фредерик були королями й імператорами. Хлопчик, якого мати незмінно називає Чарлзом або Фредериком і який наполягає, щоб так само його називало й оточення, живе зовсім по-іншому, ніж той, кого називають Чаком або Фредом, тимчасом як Чарлі й Фредді, ймовірно, будуть зовсім іншої масті. Коли хлопчика називають на честь батька або дівчинку на честь матері, то це зазвичай цілеспрямований вчинок батьків, який накладає на дітей зобов'язання, до виконання яких вони можуть бути байдужими, ба навіть активно бунтуватимуть проти цього, тому весь їхній життєвий план буде просякнутий легкою гіркотою чи сильною образою.

2. *Випадковий*. Дівчинку називають Дурлін або Аспазією, а хлопчика Мармадьоком; у них може все бути гаразд в одному штаті або школі, але якщо їхні батьки ризикнуть кудись переїхати, то дітей можуть змусити різко втратити сенс своїх імен і зайняти щодо них певну позицію. Те саме може статися з хлопчиком на ім'я Лінн і дівчинкою на ім'я Тоні.

3. *Ненавмисний*. Імена, схожі на прізвища тварин на кшталт Баб, Сіс або Джуніор можуть і не приліпитися до людини, але часто буває саме так, і людина залишається Бабом, Сісом або Джуніором на все життя, байдуже з власної волі чи вимушено.

4. *Неминучий*. Прізвища – це інше питання, оскільки батьки не мають великого вибору, окрім того, що дісталось їм від предків. Існує багато шляхетних європейських прізвищ, що

⁵⁶ Price, R. *What Not To Name the Baby*. New York, 1904. Г. Л. Менкен дає багато прикладів, що викривають «сценарні» імена у книжці: *The American Language*, Alfred A. Knopf, New York (1919), 4th edition, 1949, Chapter 10, especially pp. 518 ff.

⁵⁷ Нині редактором «Анатомії» Грея (*Gray's Anatomy*) є Чарлз Майо Госс (Charles Mayo Goss).

мають нецензурне звучання в англійській мові; як похмуро зауважив один чоловік: «Мені пощастило. У моєму прізвищі лиш одне брудне слово». Особливо звертали на це увагу в середній школі, де він потерпав не лише від принижень, що випадають на долю іммігрантів, а й був готовим об'єктом для непристойних жартів. Але і в діловому світі він відчув, що його прізвище не є плюсом. Деякі люди у такій прикрій ситуації вважають, що вони прокляті своїми предками і від народження приречені бути невдахами. З іншого боку, Христос теж не рідкісне прізвище, і це створює сценарну проблему, хоча й іншого гатунку, для хлопчиків, які ходять до церкви. Недивно, що Г. Гед і В. Р. Брейн⁵⁸ обидва стали відомими неврологами.

Крім запитань «Хто вибрав ваше ім'я?» і «Звідки походить ваше прізвище?» пацієнта слід також у кожному випадку запитувати: «Чи ви колись читали, що написано у вашому свідоцтві про народження?» Якщо ні, то пацієнта слід проінструктувати, щоб він зробив це, або ще краще, приніс документ психіатру. Приблизно в 50 відсотків людей свідоцтва про народження викликають подив, коли вони вперше уважно їх читають, виявляючи, що щось прогавили, хибно зрозуміли, або знаходячи інформацію, про яку не знали. Часто ім'я у документі відрізняється від того, яким їх називали все життя, і тим більшим є їхнє приголомшення або смуток. Майже всі ці несподіванки кидатимуть додаткове світло на сценарії батьків та середовище, у якому народився пацієнт.

⁵⁸ В оригіналі обігруються англійські слова *head* (голова) та *brain* (мозок)

Розділ 5

Раннє дитинство

А. Ранні впливи

Перше програмування сценарію відбувається під час періоду годування груддю у формі коротких протоколів, що пізніше можуть бути перетворені на складні драми. Зазвичай це сцени за участю двох учасників – дитини й матері, втручання чужих спостерігачів є мінімальним або відсутнім; ці сцени мають такі характерні для грудного годування назви, як «Публічний виступ», «Щоразу, як ти готовий(а)», «Щоразу, як я готова», «Поспішай», «Хто кусається, той залишається ні з чим», «Поки мама палить», «Перепрошую, телефон дзвонить», «Чому він (вона) хвилюється?», «Мало ніколи не буває», «То одне, то інше», «Він (вона) зблід(ла)», «Хай не квапиться», «Ну хіба він (вона) не милий(а)?», «Золоті миті любові та згоди», «Колискова».

Трохи складнішими є відповідні сцени у ванній у тих самих сім'ях: «Іди глянь, який(а) він (вона) милий(а)», «Вже час», «Ти готовий(а)?», «Будеш тут сидіти, доки не зробиш», «Поспішай», «Поганий-поганий», «Поки мама палить», «Поки мама на телефоні», «Клізма», «Якщо ти цього не зробиш, дам тобі касторки», «Ось твоє проносне», «Якщо не зробиш цього, то захворієш», «Хай зробить це, як хоче», «Оце славний хлопчик», «Оце славне-е-сенький хлопчик», «Поки ти це робитимеш, я співатиму». На цьому етапі частіше зустрічаються протоколи за участю трьох гравців, зокрема такі: «Я казала тобі, що він не готовий», «Не дозволяй, щоб це зійшло йому з рук», «Я змушу його це зробити», «Спробуй», «Ти його турбуєш», «Чому б тобі... Так, але», «Так, у нього точно цей період». Може почати з'являтися Привид у ванній, який одного дня стане Привидом у спальні: «Доктор Спок каже», «Тессі привчила своїх на той момент» і «Сестра Мері була сама». Пізніше вони перетворюються на: «Фройд каже», «У Ненсі це завжди є», «У Гелен це щоночі трапляється».

Уже можна приблизно передбачити, хто буде переможцем, а хто – невдахою. «Ну хіба він (вона) не милий(а)?» за два роки зміцнюється сценою «Оце славний хлопчик» і зазвичай впливатиме на дитину краще, ніж «Чому він (вона) хвилюється?»; так само і «Колискова», спочатку під час годування, а потім у ванній, імовірно, подолає «Поки мама палить». Вже прищеплюється відчуття того, що «все гаразд» чи «не все гаразд», що відокремлює нинішніх та майбутніх принципів від нинішніх і майбутніх жаб, і утворюються кілька типів жаб та принципів (леді, принцес-пастушок і принцес). «Ну хіба він (вона) не милий(а)?», Вічний Принц із успішним сценарієм часто, але не завжди є первістком. Умовний Принц – «Іди глянь, який(а) він (вона) милий(а)» або «Поспішай» – наприклад, може залишатися принцом, доки він (чи вона) залишається милим або поспішає. Умовні Жаби – «Хто кусається», «Поганий-поганий» бо «Він (вона) зблід(ла), треба проносне» – можуть перестати бути жабами, якщо не кусатимуться чи не будуть блідими; Приречені Жаби, з іншого боку, навряд чи можуть комусь сподобатися. Зворушливими є жаби, які намагаються не турбуватися «Поки мама палить» або «Тримає келих». Лише нещастя може перетворити Вічних Принців на жаб, а Приречені Жаби можуть перетворитися на принципів лише завдяки диву.

Б. Переконавання та рішення

Під ту пору, коли батьки починають казати: «Думаю, краще я тебе підвезу, дороженький» або «Підними свою дупу з ліжка» чи навіть «Я тобі мізки виб'ю, якщо ти цього не зробиш», дитина вже має певні переконання щодо себе та свого оточення, особливо щодо батьків. Ці переконання щонайчастіше залишаються з нею все життя, і їх можна представити в такому

вигляді: 1) «Зі мною все гаразд» або 2) «Зі мною не все гаразд»; 3) «З тобою все гаразд» або 4) «З тобою не все гаразд». На підставі цього людина може ухвалювати певні життєві рішення. «Світ чудовий, одного дня я зроблю його ліпшим» – за допомогою науки, служіння, поезії й музики. «Світ поганий, одного дня я накладу на себе руки» – або вб'ю когось іншого, з'їду з глузду чи замкнуся в собі. Можливо, це посередній світ, де ви робите те, що мусите робити, і в перерві між цим маєте задоволення; або жорстокий світ, де ви робите добро, вдягнувши білий комірець і перебираючи чужі документи; або скрушний світ, де ви волочите ноги, згинаєтесь або домовляєтесь, чи протискаєтесь вперед і боретесь за життя; або безрадісний світ, де ви сидите у барі, на щось сподіваючись; або світ, де всі старання марні й ви здалися.

В. Позиції – Займенники

Незалежно від того, яким є рішення, його можна виправдати, зайнявши позицію на основі глибоко вкорінених переконань – позицію, що передбачає погляд на світ і всіх людей у ньому, які є або друзями, або ворогами: «Я вб'ю себе, бо це нікчемний світ, де ні я, ні інші не є добрими, і мої друзі не кращі за ворогів». Позиційною мовою це означає: «Зі мною не все гаразд, з тобою не все гаразд, з ними не все гаразд. Хто б не вбив себе за таких умов?» Це самогубство через даремність зусиль. З іншого боку, позиція «Я вб'ю себе, бо зі мною не все гаразд, а з іншими все гаразд» – то є меланхолійне самогубство. (Слово «самогубство» в цьому випадку може означати що завгодно – від стрибка з мосту й автокатастрофи і до переїдання та алкоголізму.) Або «Я вб'ю їх чи вижену, бо зі мною все гаразд, а з ними – ні». Або «Якщо з нами все гаразд і з вами теж, то закінчімо справу й ходімо розважимося».

«Але, – каже хтось інший, – Я знаю, що в нас усе гаразд, але в тих інших – інакше». «Добре, тоді в мене усе гаразд, у тебе теж, а в них – ні, тож зараз закінчімо справу і пізніше навідаймося до них». Дитячою мовою це перекладається: «Ми йдемо бавитися в доньки-матері, але тобі з нами грати не можна», що у найбільш радикальній формі та з більш складним обладнанням у старшому віці можуть уміло використовувати в концентраційному таборі.

Найпростішими є позиції за участю двох гравців – Ти і Я: вони походять від переконань, які дитина всмоктала з молоком матері. Умовно позначмо відчуття «зі мною все гаразд» як +, а «зі мною не все гаразд» як –. Тоді переконання матимуть вигляд: Я+ або Я–; Ти+ або Ти–. Усі можливі з ними комбінації утворюють чотири чільні позиції, з яких починаються ігри та сценарії і які програмує людину так, щоб вона мала що сказати після привітання.

1. «Я+, Ти+». Це «здорова» позиція (або, під час лікування, позиція «видужання»), найкраща для гідного життя, позиція справжніх героїв і князів, героїнь і принцес. Люди на інших позиціях більшою чи меншою мірою схилиються до жаб, мають чорну смугу, закладену батьками, яка знову й знову тягтиме їх назад, якщо вони її не подолають; у надзвичайних випадках вони марнуватимуть свої сили, якщо їх не врятує диво, тобто психіатричне або самолікування. Позиція «Я+, Ти+» – це те, що хіпі намагалися сказати поліціантові, даруючи йому квіти. Проте завжди існує сумнів, чи є Я+ щирим, чи це просто благочестива надія, а також чи прийме поліціант знак +, чи волітиме бути – в цьому конкретному епізоді. «Я+, Ти+» – це те, до чого людина або дозріває в дитинстві, або мусить дізнатися через тяжку працю пізніше; цієї позиції годі досягти просто завдяки силі волі.

2. «Я+, Ти–». Я принц, ти жаба. Це позиція «позбавлення». Це люди, для яких вишукування вад є розвагою, грою чи смертельною процедурою. Це ті, хто глузує зі своїх чоловіків або дружин, відправляє дітей до колонії для неповнолітніх, кидає друзів і звільняє підлеглих. Вони починають хрестові походи та іноді війни, а у групах працюють, шукаючи провини у вигляді реальних чи уявних ворогів або людей нижчого ґатунку. Це «зарозуміла» позиція; у найгіршому випадку її посідає вбивця, у найкращому – набридлива людина, яка пхає носа в чужі справи і

вважає за свій обов'язок допомагати іншим там, де її підтримка є небажаною. Але здебільшого це позиція пересічності і, з клінічного погляду, вона є параноїдальною.

3. «Я–, Ти+». З психологічного погляду, це «депресивна» позиція, а з політичного та соціального, – самоприниження, що передається дітям. Із професійного погляду, вона призводить до того, що люди живуть заради великої та малої протекції, використовуючи її з метою помститися й відчувати бридке задоволення від того, що змушують інших платити якомога більше за свій «щасливий квиток». До цієї категорії належать меланхолічні самогубства; невдахи, які називають себе гравцями, люди, що позбуваються себе, а не інших, усамітнюючись у темних мебльованих кімнатах і каньйонах або потрапляючи до в'язниці чи божевільні. Це позиція «якби—ж—тількикерів» або «мені—слід—було—берів».

4. «Я–, Ти–». Це позиція «безнадійності»: «Чому б не накласти на себе руки або чому б не схибнутися». З клінічної позиції, це шизоїдна чи шизофренічна особистість⁵⁹.

Ці позиції є універсальними для всього людства, бо всі люди годуються від грудей матері або з пляшечок і саме звідти отримують це послання, яке пізніше посилюється, коли людина навчається правил поведінки, – неважливо, джунглі це, нетрі, кооперативний будинок чи садиба, що дісталась у спадок від предків. Навіть у маленьких неписьменних спільнотах, які антропологи вивчають заради їхніх «культур», де всі виховуються за тими самими давніми правилами, є досить індивідуальних відмінностей між матерями (й батьками), які дають стандартні плоди. Переможцями можна назвати вождів і знахарів, впливових багатіїв та капіталістів, які володіють тисячею голів худоби або чий статки вимірюються в сто тисяч коренеплодів ямсу. Невдах можна знайти у психіатричних лікарнях Папеете, Порт-Морсбі й Дакара або, можливо, у в'язниці Її Величності в Суві. У кожній із цих позицій вже закладено власний тип сценарію та його закінчення. Навіть у цій країні, де існує десять тисяч «культур», є лише кілька варіантів закінчення, і жоден з них не відрізняється від тих, що існують в інших країнах.

Через те, що кожна людина є продуктом мільйонів моментів, тисячі станів душі, сотні пригод і зазвичай двох різних батьків, ретельне вивчення її позиції виявить безліч труднощів та очевидних суперечностей. А втім, звичайно можна виявити одну основну позицію, щирі або нещирі, жорстку чи нестабільну, на якій тримається її життя і на ґрунті якої розвиваються її ігри та сценарії. Це необхідно для того, щоб людина могла відчувати, що міцно стоїть на ногах; вона не схоче відмовлятися від цієї позиції, бо це все одно що відмовитися від фундаменту власного будинку. Наприклад, жінка, яка вважає дуже значущим те, що вона є бідною, тимчасом як інші багаті («Я–, Вони+»), не відмовиться від цієї думки лише через те, що одержала велику суму грошей. Це не зробить жінку заможною у власних очах; це просто робить її бідною людиною, якій пощастило отримати певні активи. Її однокласниця, яка гадає, що важливо бути багаті, на протигагу знедоленим біднякам («Я+, Вони–»), не кине своєї позиції, якщо втратить гроші; це не робить її вбогою, а лише багатією людиною, в якій виникли тимчасові фінансові труднощі.

Ця цілеспрямованість, як ми побачимо пізніше, пояснює те життя, яке вела Попелюшка після того, як вийшла заміж за принца, а також той факт, що люди з першою позицією («Я+, Ти+») стають добрими лідерами, бо навіть у найбільших негараздах вони зберігають універсальну повагу до себе й тих, за кого відповідальні. Таким чином, чотири основні позиції – 1) «Я+, Ти+» (успіх); 2) «Я+, Ти–» (зарозумілість); 3) «Я–, Ти+» (депресивна); 4) «Я–, Ти–» (безнадійність) – зрідка можна змінити лише за рахунок зовнішніх обставин. Стабільні зміни мусять відбуватися зсередини, або спонтанно, або під певним «терапевтичним» впливом – під впливом професійного лікування чи любові, яка є природною психотерапією.

⁵⁹ Дивіться: Berne, E. 'Classification of Positions.' *Transactional Analysis Bulletin* 1:23, July 1962, and *Principles of Group Treatment*. Loc. cit., pp. 269–277. Порівняйте з: Harris, T. *I'm OK – You're OK, A Practical Guide to Transactional Analysis*. Harper & Row, New York, 1969. Утім, Гарріс нумерує позиції по-іншому. Наша 1-ша позиція є в нього 4-ю, 2-га – 3-ю, 3-я – 1-ю, а 4-а – 2-ю: 4—3—1—2.

Однак є ті, чийм переконанням бракує переконливості, тому вони мають вибір і перемикаються між двома позиціями: наприклад, між «Я+, Ти+» або «Я–, Ти–»; або між «Я+, Ти–» та «Я–, Ти+». Такі люди, якщо говорити про їхню позицію, належать до невпевнених або нестабільних особистостей. Безпечними й стабільними є ті, чию позицію, міцна вона чи жалюгідна, не можна похитнути. Для того щоб позиція мала якусь практичну цінність, вона не має бути переможена змінами настрою та ваганнями невпевненої людини. Транзакційний підхід – виявлення того, що насправді зроблено або сказано у певний момент, – бере це до уваги. Якщо А опівдні поводитьься так, ніби він займає першу позицію («Я+, Ти+»), то ми кажемо, «що А на першій позиції». Якщо о 6-й вечора він поводитьься так, ніби посів третю позицію («Я–, Ти+»), то кажемо: «Опівдні А був на першій позиції, а за обставин о 6-й вечора він – на третій». Із цього ми можемо зробити висновки: 1) А є нестабільним у першій позиції і 2) він має симптоми, що проявляються за певних обставин. Якщо ж він за будь-яких обставин поводитьься так, як людина на першій позиції, то кажемо, що «А є стабільним на першій позиції», з чого ми можемо спрогнозувати, що: 1) А є переможцем; 2) якщо він перебуває на лікуванні, то зараз він видужує; і 3) він є вільним від ігор або принаймні не відчуває непереборного потягу до ігор і має соціальний контроль – можливість вирішувати, хоче він грати чи ні в будь-який момент. Якщо Б за всіх обставин поводитьься так, як людина на четвертій позиції, ми кажемо, що «Б є стабільним на четвертій позиції», і прогнозуємо, що: 1) Б є невдахою; 2) його важко буде вилікувати і 3) він не зможе стриматися та не грати в ігри, які доводитимуть, що життя є марним.

Усе це робиться за допомогою ретельного аналізу транзакцій, у яких беруть участь А і Б.

Створивши прогнози, їх можна легко перевірити за допомогою більшої кількості спостережень. Якщо подальша перевірка їх не підтверджує, то можна зробити висновок про те, що аналіз був неякісним або теорія позицій є хибною і до неї треба внести зміни. Якщо прогнози підтверджуються, це зміцнює теорію. На цей момент її підтримують докази.

Г. Переможці та невдахи

Щоб перевірити прогнози, обов'язково слід визначити успіх, тобто переможців і невдах. Переможцем є той, хто досягає успіху в тому, що, за його словами, збирається зробити. Невдаха – це той, хто не може виконати того, що збирається зробити. Чоловік, який каже: «Я поїду до Ріно⁶⁰ й зіграю», прагне лише поїхати туди і зробити ставку, незалежно від того, виграє він чи програє. Якщо ж він каже: «Я їду до Ріно і цього разу збираюся виграти», тоді він покаже себе переможцем, якщо виграє, і невдахою, якщо програє, – залежно від того, скільки грошей у нього залишиться в кишені, коли він вийде з казино на вулицю. Жінка, яка розлучається, не є невдахою, якщо вона тільки не казала: «Я ніколи не розлучатимуся». Якщо вона заявляла: «Одного дня я кину роботу і більше ніколи не працюватиму», то її аліменти означатимуть, що вона є переможницею, адже досягла того, що збиралася зробити. Оскільки вона не уточнювала, як саме збирається цього досягти, ніхто не може називати її невдахою.

Г. Позиції за участю трьох гравців

Досі ми мали справу лише з позиціями, де беруть участь два гравці: Я і Ти. Але поняття позиції нагадує акордеон і може розширюватися настільки, що охоплює широкий спектр позицій (окрім головних чотирьох), які так само відрізняються одна від одної, як і люди у світі. Отже, якщо перейти до розгляду позицій за участю трьох гравців, то дістанемо такі ось комбінації:

⁶⁰ Місто у штаті Невада, США, відоме своїми гральними закладами.

1а. «Я+, Ти+, Вони+». Це позиція демократичної спільноти дружної родини, такий собі ідеал, до якого прагнуть сила-силенна людей, її сформульовано фразою: «Ми всіх любимо».

1б. «Я+, Ти+, Вони–». Це упереджена, снобістська чи бандитська позиція демагога, що формулюється як: «Та кому вони потрібні?»

2а. «Я+, Ти–, Вони+». Це позиція агітатора або опозиціонера, а іноді й місіонерів різного ґатунку. «Ви недобрі люди порівняно з он тими, іншими».

2б. «Я+, Ти–, Вони–». Це позиція самотнього, самовдоволеного критика, зарозумілий у чистому вигляді. «Усі мають схилитися переді мною і наслідувати мене такою мірою, якою це можливо для нижчих за мене людей».

3а. «Я–, Ти+, Вони+». Це святий або мазохіст, який сам себе карає; меланхолічна позиція у чистому вигляді. «Я – найнікчемніша людина в цілому світі».

3б. «Я–, Ти+, Вони–». Це рабська позиція людей, які вирішують працювати за винагороду через снобізм, а не через необхідність. «Я принизив себе, і ти добре мене винагородив, не те, що ці уламні люди».

4а. «Я–, Ти–, Вони+». Це позиція рабської заздрості, а часом і політичної дії. «Вони ненавидять нас, бо ми не такі божевільні, як вони».

4б. «Я–, Ти–, Вони–». Це позиція циніків або тих, хто вірить у долю чи первородний гріх. «У нас немає нічого доброго».

Також існують нестабільні позиції за участю трьох гравців; деякі з них є гнучкими і дають шанс іншому. Наприклад:

1? «Я+, Ти+, Вони?». Це євангелістська позиція. «Зі мною і з тобою все гаразд, але ми не знаємо про них, доки вони не продемонструють свої особисті якості чи не приєднаються до нас».

2? «Я+, Ти?, Вони–». Це позиція аристократичного класу. «Більшість людей недобрі, але щодо тебе я почекаю, доки ти себе покажеш».

Таким чином, маємо чотири позиції з двома гравцями і вісім із трьома, загалом двадцять, із математичною ймовірністю аналогічної кількості гнучких позицій з одним знаком «?», ще шість із двома знаками «?» («Я+, Ти?, Вони?») й одну з трьома знаками «?» – остання стосується людини, яка відчуває, що їй важко визначити свої взаємини з іншими. Загалом це дає 31 можливий тип – достатньо, щоб зробити життя цікавим. Це розмаїття стає ще більшим, коли ми починаємо розглядати значення знаків «+» та «–», що, як ми вже пам'ятаємо, означають «усе гаразд» і «не все гаразд». Тут ми відразу ж стикаємося з парами прикметників «добрий—поганий», якостями або комбінаціями, які підкреслювалися в сім'ї та які наповнюють формули, надаючи їм реального змісту.

Д. Позиції – Твердження

Найпростішими позиціями і водночас найскладнішими для взаємодії та найнебезпечнішими для суспільства є ті, що ґрунтуються на парі прикметників «добрий—поганий»: «чорний—білий», «багатий—бідний», «християнський—язичницький», «кмітливий—дурний», «єврейський—арійський», «чесний—нечесний». Кожну з цих пар можна класифікувати за чотирма способами, і будь-який з них може підкреслюватися в родині та встановлюватися на все життя завдяки навчанню у дитинстві. Отже, опозиція «багатий—бідний» ділиться на чотири варіанти, залежно від позицій батьків.

1. Я багатий = Добре, Ти бідний = Погано (Снобістський, зарозумілий)

2. Я багатий = Погано, Ти бідний = Добре (Бунтівний, романтичний) 3. Я бідний = Добре, Ти багатий = Погано (Обурений, революціонер)

4. Я бідний = Погано, Ти багатий = Добре (Снобістський, рабський) (У сім'ях, де гроші не є вирішальним стандартом, пара «багатий—бідний» не є протилежністю, і щойно викладений опис не застосовується.)

Що більше прикметників належить до кожного + та –, то складнішою та гнучкішою стає позиція, і для того щоб безпечно з нею взаємодіяти, треба більше інтелекту й проникливості. Набори прикметників можуть додаватися разом для акцентування чогось («не лише, а й також»), відніматись один від одного для пом'якшення («але, принаймні, він також»), оцінювати справедливість («але який є важливішим?») тощо. Таким чином, для декого з чорних Багатий Нечесний Білий може бути дуже лихим («– –») порівняно з Багатим Нечесним Чорним («принаймні він чорний – – +»), або Багатим Чесним Білим («принаймні він чесний – + –») або з Бідним Нечесним Білим («принаймні, він бідний, як ми + – –»). Проте в деяких випадках Нечесний Білий може сприйматися гірше за всіх, якщо він бідний, а якщо він багатий, то до нього ставитимуться терпимо. Це трапляється через втручання іншої пари: «уникне покарання +» і «неминуче покарання –». У цьому випадку Бідний Нечесний Білий дістає – –, тимчасом як Багатий Нечесний Білий + – –. В інших випадках може існувати умова, коли Багатий Білий (Фінансова Компанія) може бути добрим, якщо не починає хитрувати, а потім зсувається до поганого (+ + + → + + –).

Схоже, цей конкретний добір займенників – Я, Ти та Вони, + або –, визначає остаточну долю людини, зокрема кінець її сценарію, незалежно від того, які прикметники та твердження вона вживає для + або –. Таким чином, «Я+, Ти–, Вони–» (2б) майже завжди закінчуватиме своє життя на самоті – можливо, у скиті, в'язниці, психіатричній лікарні або морзі, незалежно від того, до чого він чи вона ставиться зарозуміло: до релігії, грошей, раси, статі тощо, а тимчасом людина з позицією «Я–, Ти+, Вони+» (3а) майже завжди закінчуватиме відчуттям нікчемності й, можливо, потягом до суїциду незалежно від того, які конкретні якості вона вважає за негідні. Отже, займенники визначають, яким буде закінчення сценарію, хто буде переможцем, а хто – невдахою. Твердження визначають тему сценарію, його життєвий стиль: релігія, гроші, раса, стать, але не мають жодного стосунку до його результату.

Слід визнати, що 6-річна дитина ще не здатна нічого з цього зрозуміти, принаймні, з того погляду, якою мірою це стосується її самої. «Мама каже, що мені не можна з тобою гратися, бо ти (брудний, грубий, поганий, католик, єврей, італієць, ірландець тощо)» – ця фраза є лише проявом позиції «Я+, Ти–». «Я гратимуся з тобою, але з ним ні, бо він обманює» – це позиція «Я+, Ти+, Він–», на яку вигнанець відповідає: «Я з вами, хлопці, не гратимуся, бо ви мамії», що дорівнює «Я+, Ти–, Він–». Це складно зрозуміти, попри те що більшість людей мають у своїй позиції знак «–», але саме це визначає ключовий принцип позицій: єдині речі, які беруться до уваги, – це займенники та знаки (+ чи –); твердження або прикметники вживають лише для того, щоб зручніше структурувати час. Твердження просто дають людям те, що вони кажуть після привітання, але не мають стосунку до того, що станеться, до того, як добре чи погано розгортатиметься їхнє життя або якою буде їхня остаточна винагорода.

Наприклад, багато людей не можуть уторопати, яким чином безліч ревних нацистів-поліцаїв у Східній Німеччині стали так само заповзятими комуністами, бо ці дві ідеології здаються прямо протилежними. Але все, що було протилежним, – то прикметники. Позиція нациста була «Я+ (нацист), Він – (зрадник)», отже, його треба вбити. Позиція комуніста була «Я+ (комуніст), Він – (зрадник)», отже, його треба вбити. В обох випадках позиція та сама, хоча твердження є протилежними: «Я+, Він–», отже, його треба вбити. Правило полягає в тому, що зміна тверджень, хоч би якою вона була радикальною, не переінакшує позицію або сценарій: в обох випадках ця особа закінчить як убивця, і саме це є для неї важливим, а не те, яких людей вона вбиває. З цієї причини для фанатика немає нічого легшого, ніж за належного керівництва перейти на інший бік.

Цей приклад також є наочною ілюстрацією того, що позиції важать у повсякденній соціальній взаємодії. Перша річ, яку люди відчують в іншій особі, – це її позиція, і тут подібне здебільшого притягує подібне. Люди, які мають добру думку про себе і світ (+ +), зазвичай воліють бути з подібними до себе, ніж із людьми, що нарікатимуть. Люди, які почуваються вищими (+–), також полюбують об'єднуватись у клуби та організації. І якщо страждання любить компанію, то люди, які почуваються меншовартісними (– +), також збиратимуться гуртом, зазвичай у поганеньких барах. Ті, хто почувається безнадійно (– –), збиратимуться в кав'ярнях чи на вулиці, щоб поглизувати з ситної їжі. У західних країнах одяг указує на позицію ще чіткіше, ніж становище в суспільстві. + + вдягається охайно, але не яскраво; + – любить уніформи, прикраси, коштовності й індивідуальний дизайн, що дає йому (їй) змогу хизуватися своєю вишністю; – + кепсько або недбало вдягнений, але не обов'язково по-нехлюйському, або може носити «неповноцінну» уніформу; водночас – – схильний вбиратись у стилі «та йдіть ви всі», що демонструє його чи її зневагу до одягу і всього, що він означає. Шизофренічний стиль одягу, що сполучає обшарпаність з елегантністю, незграбний одяг з таким, що обтискає фігуру, багрянний із сірим, стоптані черевики з діамантовою каблучкою, потрапляє до цієї категорії.

Ми вже згадували про впертість, із якою люди чіпляються за свої позиції, коли змінюються обставини, – багата жінка, яка не стає бідною, втративши гроші, а залишається заможною людиною, що має фінансові труднощі; або ще пікантніший випадок – бідна дівчина, яка отримує купу грошей, але від того не стає багатшою. Ця стабільність позиції може проявлятися у повсякденному житті в такий спосіб, що викликає роздратування або спантеличує: «Я добра людина (попри те, що кою лихо)». Хто має цю позицію, той очікує, що до нього весь час ставитимуться як до доброї людини, і відчуває образу, спостерігши протилежне ставлення.

Це поширене джерело подружніх сварок. Тому Марті Коллінз наполягає на тому, що є гарним чоловіком, не зважаючи на те, що лупцює свою дружину щосуботи, коли напивається. І що вражає ще більше, його дружина Скотті підтримує його, висловлюючи славнозвісний протест: «Як можна ображатися на чоловіка, що надсилав тобі квіти на Різдво?» З іншого боку, Скотті твердо переконана: вона є абсолютно чесною людиною, попри те, що сама відверто бреше і краде гроші з чоловікового гаманця. І він підтримує її позицію впродовж тижня. Лише в суботу ввечері вона називає його ледарем, а він її – брехухою. Оскільки шлюб ґрунтується на двосторонній домовленості не помічати розбіжностей, кожна зі сторін обурюється, коли виникають порушення, і якщо загроза позиції «все гаразд» буде занадто великою, все закінчиться розлученням. Розлучення відбувається, коли: 1) хтось із подружжя вже не може терпіти те, що з нього чи з неї зривають маску, або 2) коли інший вже не може терпіти нахабної брехні, яка необхідна для того, щоб уникнути викриття.

Е. Вибір сценарію

Наступний крок у створенні сценарію – знайти сюжет з оптимальним фіналом і відповіді на запитання: «Що станеться з таким, як я?» Завдяки навчанню з боку інших, дитина знає, ким вона планує бути – переможцем чи невдахою, – як вона має ставитися до інших людей і як люди будуть ставитися до неї та що маєтись на увазі під фразою «такий, як я». Рано чи пізно вона почує розповідь про «такого, як я», і це підкаже їй, куди дитина прямує. Це може бути оповідка, прочитана мамою, історія про африканку Ненсі, розказана бабусею, або легенда про вуличну банду, яку вона почує десь на розі. Але щоразу, як чує цю історію, вона розуміє її і каже: «Це я!» Потім ця історія стане сценарієм тієї особи й вона проведе решту свого життя, намагаючись змусити історію стати реальністю.

Таким чином, на підставі раннього досвіду годуванням груддю чи з пляшечки, у ванній чи вбиральні на подвір'ї, у спальні, кухні та вітальні, дитина здобуває свої переконання, ухвалює рішення і посідає свою позицію. Відтак з почутого та прочитаного вона обирає про-

гноз і план: як вона рухатиметься до того, щоб стати переможцем чи невдахою, на яких підставах і якою буде винагорода; і це є першою чіткою версією її життєвого сценарію. Тепер ми готові розглянути різноманітні сили й елементи, з яких складається сценарій. Щоб досягти своєї мети, людина повинна мати сценарний апарат.

Розділ 6

Пластичні роки

А. Батьківське програмування

На той момент, коли типовій людській істоті виповнилося шість років, вона вже залишила дитячий садок і її витрутили у більш суперницький світ першого класу. Тут їй доведеться самотійно налагоджувати стосунки з учителями й іншими хлопчиками та дівчатками. На щастя, під ту пору це вже не безпомічне дитя, виштовхнуте у світ, якого воно не створювало. З маленького передмістя свого будинку, він чи вона входить до великого міста галасливої школи з цілим набором соціальних реакцій, які дитина готова запропонувати людям навколо себе. Розум дитини вже виробив власні способи побудувати стосунки або принаймні вижити, і її життєвий план вже складено. Про це було добре відомо священикам та вчителям середньовіччя, які казали: «Віддайте мені дитину на виховання, поки їй не виповнилося шість років, а потім можете її забирати». Досвідчений вихователю дитсадка може навіть передбачити, яким буде результат і як складеться життя дитини: буде вона щасливою чи нещасливою, переможцем або невдахою.

Таким чином, комедія чи трагедія кожного людського життя полягає в тому, що його планує шибеник дошкільного віку, який має дуже обмежені знання про світ і його особливості, та серце його наповнене здебільшого тим, що поклали туди батьки. А проте саме ця диводитина визначає, що у довготерміновій перспективі станеться з королями та селянами, повіями й королевами. Вона ще не вміє відрізняти факти від ілюзій, і більшість щоденних подій сприймаються нею спотворено. Їй кажуть, що якщо займатися сексом до шлюбу, то її покарають, а якщо після, то ні. Вона вважає, буцімто сонце заходить, і лише через десять або сорок років виявляє, що втікає від сонця; та плутає свій живіт зі шлунком. Вона занадто молода, щоб ухвалювати рішення, які виходять за межі того, що вона хоче на вечерю, але саме вона є Імператором Життя, що вирішує, яким буде кінець кожної людини.

План, що його вона складає на вічне майбуття, прив'язаний до сімейних деталей. Деякі з найбільш важливих подробиць можна виявити дуже швидко – можливо, навіть під час першої бесіди, запитавши: «Що розповідали вам ваші батьки, коли ви були зовсім маленьким(ою)?», або «Що розповідали вам ваші батьки про життя, коли ви були маленьким(ою)?», або «Що казали ваші батьки, коли сердилися на вас?» Часто відповідь не звучатиме, як вказівка, але якщо трохи помислити по-марсіанському, її можна сформулювати в такому вигляді.

Приміром, багато навчальних гасел, про які згадувалося в розділі 5, насправді є батьківськими наказами. Наприклад, «Публічний виступ» є, по суті, наказом справити враження. Дитина швидко дізнається про це, помічаючи задоволення своєї матері, коли вона це робить, і розчарування, коли їй це не вдається. Так само «Іди глянь, який(а) він (вона) милий(а)» означає «Покажи нам гарну виставу!» «Поспішай» і «Будеш тут сидіти, доки не зробиш» є негативними наказами чи заборонами: «Не змушуй мене чекати!» «Хай не квапиться», навпаки, являє собою ліцензію на дозвіл. Дитина розуміє ці відмінності спочатку з реакцій батьків, а пізніше, коли вже має словниковий запас, – із їхніх справжніх слів.

Дитина народжується вільною, але швидко навчається іншого. Протягом перших двох років життя її програмує здебільшого мати. Ця установка формує первинний кістяк або зачаток її сценарію, «первинний протокол», що спочатку стосується того, ковтати чи бути проковтнутим, а потім, коли дитина вже має зуби, – рвати чи бути розірваним. Як казав Гете, це означає бути молотом чи ковадлом, це найбільш примітивні версії переможців та невдах, як це видно з грецьких міфів і первісних ритуалів, де дітей поїдають, а кістки поета лежать роз-

кидані по землі. Навіть у дитячих яслах уже видно, хто кого контролює – мати дитину чи навпаки. Раніше чи пізніше ця ситуація може змінитися, але в миті стресу й роздратування може бути чутно відлуння того, що було раніше. Та обмаль людей здатні пам'ятати щось із цього періоду, який у багатьох випадках є найважливішим, тому його доводиться реконструювати за допомогою батьків, родичів, няньок та педіатрів, припущень, зроблених на підставі снів і, можливо, сімейного альбому.

У період від двох до шести років ця підвалина твердішає, бо майже кожен пам'ятає кілька транзакцій, інцидентів або вражень із цієї фази розвитку сценарію, яка відбувається паралельно з розвитком Едіпового комплексу і є щільно з ним пов'язаною. Фактично після відлучення дитини від грудей і привчання її до горщика найбільш універсальними вказівками у світі та найтривалішими за впливом є ті, що пов'язані з сексуальністю й агресією. Організм і вид виживають за допомогою схем, що були побудовані шляхом природного відбору. Оскільки годування, секс і боротьба вимагають присутності іншої особи, вони є «соціальними» діями. Ці мотиви дають людині характер або якість: жадібність, маскулінність і фемінність, а також агресивність. Також є вбудованими схеми, що пом'якшують такі мотиви. Вони породжують протилежні тенденції: відмову, стриманість та обмеження. Ці якості дають людям змогу принаймні частину часу перебувати разом у достатньому спокої і влаштовувати відносно тиху конкуренцію замість абсолютного й безперервного бєдламу грабіжництва, злягання та боротьби. І якимось незрозумілим чином до цієї системи соціалізації додається відокремлення, а схеми, що його контролюють, надають йому впорядкованості.

Батьківське програмування визначає, як і коли проявляються мотиви і яким чином накладаються обмеження. Для цього використовуються вже вбудовані схеми, які діють у певний спосіб, щоб дістати конкретні результати або виграші. Внаслідок цього програмування з'являються нові якості, що є компромісом між мотивами та контролем. Із жадібності й відмови постає терпіння; з чоловічності або жіночності та стриманості утворюються маскулінність і фемінність; боротьба та обмеження утворюють практичність, а безладність і впорядкованість породжують акуратність. Усіх цих якостей – терпіння, маскулінності й фемінності, практичності й акуратності – діти навчаються від батьків, і вони закладаються у пластичний період між 2 та 6 роками.

З фізіологічного погляду програмування – полегша, створення шляху меншого опору. Це означає, що певний стимул з великою мірою ймовірності викличе вже закладену реакцію. Феноменологічно батьківське програмування означає, що реакцію визначають батьківські вказівки, раніше записані звуковими доріжками, чий голоси можна почути, уважно прислухавшись до того, що коїться в голові.

Б. Марсіанське мислення

Коли батьки втручаються або намагаються вплинути на вільне вираження своїх дітей, їхні дії по-різному тлумачаться батьками, спостерігачами й самою дитиною. Фактично є п'ять різних поглядів. 1) Те, що має на увазі один з батьків. 2) Те, що він має на увазі, на думку наївного спостерігача. 3) Буквальне значення того, що він сказав. 4) Що «насправді» мав на увазі один з батьків. 5) Висновок, який зробила з цього дитина. Перші два є «традиційними», або «земними», а останні три – «справжніми», чи «марсіанськими».

БУЧ

Розгляньмо приклад старшокласника, який сильно пив. У віці шести років мати спіймала його на тому, що він нюхав пляшку з віскі, і сказала: «Ти ще замалий, щоб пити віскі».

1) Що хотіла сказати мати: «Я не хочу, щоб мій син пив віскі». 2) Наївний спостерігач, його дядько, погодився: «Звичайно ж, вона не хоче, щоб малий пив віскі. Жодна притомна мати цього не хотіла б». 3) Що вона сказала насправді: «Ти ще *замалий*, щоб пити віскі». 4) Ось що вона фактично мала на увазі: «Пити віскі – це чоловіча справа, а ти ще хлопчик». 5) Який висновок зробив із цього Буч: «Коли настане час довести, що ти чоловік, тобі доведеться пити віскі».

Отже, для землянина докір матері звучав як «здоровий глузд». Але діти мислять по-марсіанському, аж доки батьки не відіб'ють у них це бажання. Ось чому їхні незіпсовані думки здаються свіжими та новими. Завдання дитини полягає в тому, щоб виявити, що насправді мають на увазі її батьки. Це допомагає підтримувати їхню любов, або хоча б їхній захист, або, у тяжких випадках, просто вижити. Та поза цим вона любить своїх батьків і головною метою в її житті є давати їм задоволення (якщо вони це дозволятимуть), і для того, щоб це зробити, вона мусить знати, чого вони насправді хочуть.

Тому з кожної їхньої вказівки вона непрямим чином намагається витягнути імперативну сутність, або марсіанське ядро. У такий спосіб вона розробляє свій життєвий план. Коти та голуби теж можуть так чинити, хоча це забирає в них більше часу. Це називається програмуванням, оскільки наслідки вказівок, імовірно, будуть постійними. Для дитини бажання батьків є наказом, і залишатиметься таким решту її життя, доки не відбудеться якогось різкого повороту. Лише важке випробування (війна, в'язниця) або екстаз (навернення, любов) можуть швидко звільнити її, тимчасом як життєвий досвід або психотерапія можуть зробити це повільніше. Смерть батьків не завжди знімає це закляття; у більшості випадків вона лише робить його більш обов'язковим. Якщо власна Дитина є радше прирученою, ніж вільною, то хай якими нікчемними є вимоги Батька, особа, що «рухає сценарій», виконуватиме їх, і незалежно від того, які жертви вимагатимуться, той, що «керує сценарієм», принесе їх. Паралель із сутенером і повією є приголомшливою. Вона радше терпітиме експлуатацію та страждання від нього, але матиме максимум задоволення, ніж ризикне вирушити у невідомий світ без його захисту.

Марсіанин сприймає слова буквально, згідно з їхніми наслідками, і судить про людей не за їхніми очевидними намірами, а за «остаточним проявом». Таким чином, багато випадків пристойного батьківського покровительства насправді виявляються непристойними завданнями. Хлопцеві-підлітку не щастило з машиною і він час від часу приносив рахунки за ремонт, що засмучувало його батька. «Добрий» батько вряди-годи спілкувався з ним на цю тему і якимось поблажливо пробурчав: «Ну, це важкувато для мене, але не надто переймайся». Цю елегантну щедрість син сприйняв буквально: «Тобі таки варто потурбуватися». Та коли хлопець казав, що він хвилювався або зробив щось незвичайне, щоб спробувати якимось покращити ситуацію, батько міг дорікнути йому, сказавши: «Я ж говорив тобі, не треба *аж так перейматися*». Марсіанський переклад цього «милого» ставлення «Не надто переймайся!» звучить таким чином: «І далі переймайся, доки я можу тобі сказати, що ти занадто сильно хвилюєшся».

Ще драматичніший приклад – офіціантка, яка майстерно маневрувала між столиками та метушливим натовпом у гамірному переповненому ресторані, тримаючи в руках тарілки з гарячими стравами. Її впевненість викликала захват і в адміністрації, і у клієнтів. Потім одного дня туди прийшли батьки – попоїсти й теж помилуватися нею. Коли вона проходила повз їхній стіл зі своїм звичним вантажем, її надмірно стурбована мати вигукнула: «Обережніше!» І вперше за свою кар'єру дівчина... Ну, навіть найбільш земний читач може закінчити цю історію без перекладу. Коротко кажучи, «Обережніше!» дуже часто означає: «Припустися помилки, щоб я сказала тобі, аби ти була обережною», а це і є кінцевим проявом. «Обережніше, ха-ха!» – це навіть більше нагадує провокацію. Як пряма Доросла вказівка, фраза «Обережніше!» можливо, й має якусь цінність, але надмірна Батьківська стурбованість або Дитячий сміх надають їй зовсім іншого змісту.

У випадку з Бучем фраза «Ти замалий, щоб випивати!», що прозвучала від матері, яка й сама пила, означала «Поквапся й починай пити, щоб я могла заперечувати», і була кінцевим проявом цього маневру. Буч розумів, що йому випаде робити це рано чи пізно, якщо він хоче домогтися вимушеної уваги матері – цього вбогого замітника любові. Її бажання, як він його витлумачив, стало його місією. Перед ним був гарний приклад у вигляді батька, який гарував на роботі, а у вихідні був п'яний, як чіп. У шістнадцять років Буч вже регулярно випивав. Коли йому було сімнадцять, його дядько всадив його за стіл, поставив пляшку віскі та промовив: «Бучу, я навчу тебе, як треба пити».

Батько казав йому зі зневажливою посмішкою: «Ти такий тупий». Це було єдине, що казав йому батько, тож Буч рано зрозумів, що треба поводитись як дурень, це ще один приклад значення марсіанського мислення, бо його батько дав зрозуміти, що «розумників» у домі не терпітиме. Фактично він говорив таке: «Краще тобі поводитися, немов дурень, поки я поруч», і Буч це розумів. Ось вам і марсіанин.

Багато дітей виховуються в сім'ях, де батько тяжко працює і сильно п'є. Важка праця є такою собі рекомендацією, як заповнювати час між випивками. Утім, пияцтво може заважати роботі і є прокляттям робітничого класу. З іншого боку, праця теж заважає пияцтву і є прокляттям для пияків. Пияцтво та робота не узгоджуються одне з одним. Якщо пияцтво є частиною життєвого плану або сценарію, то робота виступає контрсценарієм.

Сценарні вказівки Буча показано у «сценарній матриці»⁶¹ на *рисунку 6*. Угорі роздратований Батько всередині його батька каже: «Будь чоловіком, але не будь розумником», тимчасом як унизу його глузлива Дитина каже: «Поводься як дурень, ха-ха». Нагорі Дорослий усередині матері, який сліпо любить, каже: «Будь чоловіком, але поки що ти ще замалий», а натомість унизу її Дитина підбурює його: «Не будь мамієм, випий». Посередині Дорослий його батька за допомогою дядька показує йому, як правильно пити.

В. Маленький адвокат

Марсіанське мислення дозволяє дитині з'ясувати, чого «насправді» хочуть батьки, тобто на що вони будуть позитивніше реагувати. Застосовуючи його на практиці, вона забезпечує собі виживання і висловлює свою любов до них. У такий спосіб вона створює Я-стан, відомий як Адаптована Дитина. Адаптована Дитина прагне й відчуває потребу діяти у прийнятний спосіб, уникаючи неадаптивної поведінки чи навіть неадаптивних почуттів, які дадуть їй менше, ніж найкращі реакції тих, хто її оточує. Тим часом її відверту або Природну Дитину слід тримати в покорі. Рівновага між цими двома формами поведінки підтримується Дорослим у дитині (ДДит на *рисунку 7*), що мусить поводитись як надзвичайно швидкий комп'ютер, аби вирішити, що є необхідним і дозволеним щохвилини у кожній ситуації. Цей Дорослий стає дуже вправним, з'ясовуючи, що люди хочуть або будуть терпіти чи, в гіршому випадку, що викличе в них найбільше хвилювання і гнів, або, можливо, почуття провини, безпорадності, страху чи образи. Таким чином, цей Дорослий у дитині є проникливим і сприйнятливим дослідником людської природи, і тому його називають Професором. Насправді він знається на практичній психології та психіатрії краще за будь-якого дорослого професора, незважаючи на те, що після багатьох років навчання й досвіду дорослий професор може знати 33 відсотки того, що знав у віці 4 років.

⁶¹ Сценарна матриця вперше була описана Клодом М. Штайнером (Claude M. Steiner). Дивіться його статтю «Сценарій і контрсценарій» ('Script and Counterscript.' *Transactional Analysis Bulletin* 5:133—135, April 1966.) («Контрсценарій» – це його термін для нашого «антисценарію»). Також дивіться: С. М. *Games Alcoholics Play*. Grove Press, New York, 1972.

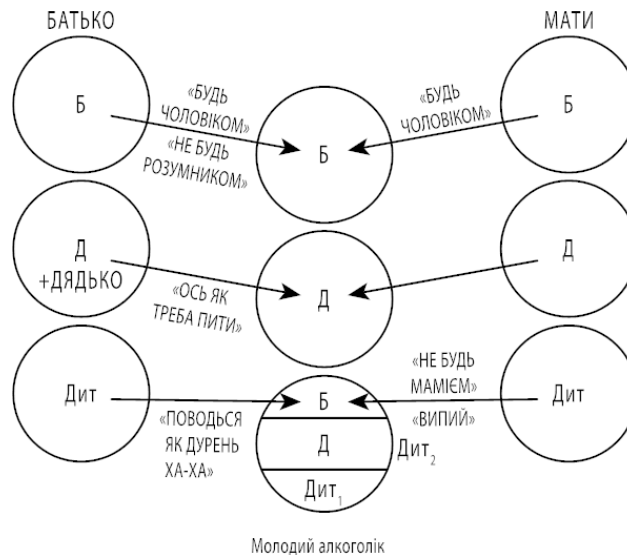


Рисунок 6

Навчившись марсіанського мислення і маючи нормальну Адаптовану Дитину, Професор звертає свою увагу на законне мислення, щоб знайти для Природної Дитини більше способів проявити себе. Законне мислення починає розвиватись у пластичні роки, але найповнішого розвитку досягає в пізньому дитинстві, і за умови заохочення батьками може зберігатись у зрілості, породжуючи адвокатів. На професійному жаргоні законне мислення називається вивертами. Особливо поширене воно в особистій сексуальній етиці. Так, дівчина, якій батьки наказали не втрачати цноту, може вдаватися до взаємної мастурбації, до феліяції або безлічі інших сексуальних дій, що дають їй нагоду дотримуватись букви батьківського закону, хоча вона, можливо, і розуміє, що «насправді» мали на увазі її батьки, звелівши не кохатися. Якщо ж батьки застерігали її від «сексу», то вона може мати статевий акт без оргазму. Цей класичний сексуальний виверт практикували повії Парижа на початку цього століття⁶². (Можливо, практикується й досі, наскільки мені відомо.) Коли вони приходили на сповідь, їхнє заняття виправдовували на тій підставі, що це була робота, за умови, що повії не відчували збудження. Лише якщо вони відчували від цього задоволення, це трактували як гріх⁶³.

Батьки накладають заборону, яка, на їхню думку, має застрахувати їх від таких ситуацій, і при цьому не віддають належне спритності, якої вони самі зазвичай навчають своє потомство. Таким чином, хлопець, якому сказали: «Не тягайся з жінками», може сприйняти це як дозвіл волочитися з іншими хлопцями або, в певних випадках, з вівцями чи коровами, і, з погляду законного способу мислення, він у безпеці, бо не робить нічого, що йому забороняли старші. Дівчина, якій батьки сказали: «Не дозволяй хлопцям доторкатися до тебе», вирішила: це означає, що торкатися себе цілком нормально. Такий виверт дозволяв її Адаптованій Дитині відповідати побажанням матері, тимчасом як її Природна Дитина мала задоволення від мастурбації. Хлопець, якому таким чином сказали: «Не розважайся з дівчатами», сприйняв це як дозвіл розважатися з самим собою. Жодна з цих осіб насправді не ламала батьківської заборони. Через те що дитина сприймає такі обмеження як адвокат, шукаючи можливості їх обійти, у сценарному аналізі їх називають юридичним терміном «припис».

Деякі діти полюбляють догоджати батькам і не шукають можливостей для вивертів. Інші знаходять собі цікавіші справи. Але достоту як чимало людей присвячують свої сили питанню, в який спосіб переступити межі, не порушивши при цьому закону, так і багато дітей цікав-

⁶² Йдеться про XX століття.

⁶³ Philippe, C. L. *Bubu of Montparnasse* (with preface by T. S. Eliot). Berkeley Publishing Company, New York, 1957.

ляться тим, як бути неслухняними, але при цьому насправді не нехтувати батьківські вказівки. В обох випадках цієї спритності їх навчають та заохочують самі батьки, і вона є частиною батьківського програмування. У деяких ситуаціях вона може виникнути внаслідок формування антисценарію, завдяки чому дитині вдається змінити увесь намір сценарію, фактично не порушуючи жодного з початкових його напрямків.

Г. Сценарний апарат

Транзакційні аналітики не починали з ідеї, що життєві плани людей побудовано як міфи та казки. Вони просто помітили, що остаточно доля людини, схоже, радше визначається рішеннями, прийнятими в дитинстві, ніж плануванням у дорослому віці. Незалежно від того, що люди думали або казали про те, як чинитимуть зі своїм життям, ними, здається, рухав якийсь внутрішній потяг, що змушував їх прагнути остаточного виграшу, який часто відрізнявся від того, що вони писали в автобіографіях чи резюме. Багато з тих, хто заявляв, що хоче заробити грошей, втрачали їх, тимчасом як інші навколо них ставали заможними. Ті, хто заявляв, що шукає любові, знаходили ненависть навіть у тих, хто їх любив. Батьки, які заявляли, що зробили все, щоб їхні діти були щасливими, закінчували своє життя як наркомани, в'язні чи самогубці. Люди, які добросовісно вивчали Біблію, скоювали вбивства та гвалтували дітей. Це були суперечності, що існували з самого початку виникнення людської раси; ті, про які співали опери й завдяки яким розпродавалися газети.

Поступово стало зрозуміло, що хоча жодна з цих суперечностей не є логічною для Дорослого, вона є логічною для Дитячої частини особистості. Це була та частина, яка полюбляла міфи й казки і вірила в те, що колись світ був або міг бути таким. Тому недивно було виявити, що діти, плануючи власне життя, часто дотримувалися сюжету улюбленої історії. Справжньою несподіванкою було те, що ці плани й далі існували двадцять, сорок або вісімдесят років і в підсумку зазвичай переважували «здоровий глузд». Якщо фахівці простежували їхнє життя до самогубства, автомобільної аварії, ув'язнення чи білої гарячки, аби виявити, що насправді сталось, і при цьому не зважати на «діагноз», то невдовзі з'ясовувалося: майже всі ці наслідки були заплановані ще до шести років⁶⁴. Ці плани або сценарії мали певні спільні елементи, що формували сценарний апарат. Схоже, той самий апарат працював і в добрих сценаріях: письменників, лідерів, героїв, шанованих предків та людей, що посідали високе становище у своїй професії. Цей апарат має стосунок до того, як структурується життєвий цикл, і виявляється таким самим, як апарат, що з цією самою метою використовували в казках.

У таких історіях програмують велетні й велетки, велетні-людожери та відьми, феї-хресні і вдячні почвари, а також похмурі чарівники обох статей. У реальному житті всі ці ролі грають батьки.

Психотерапевти знають про «погані» сценарії більше, ніж про «добрі», бо вони є драматичнішими, і люди витрачають більше часу, розповідаючи про них. Фройд, наприклад, цитує незліченні історії хвороби невдах, а єдиними тріумфаторами в його працях є Мойсей, Леонардо да Вінчі та він сам. Лише нечисленні переможці намагаються розібратись, як вони стали на цей шлях, тимчасом як невдахи дуже часто прагнуть дізнатися, чи можуть вони щось змінити. Тому в наступних розділах ми будемо мати справу насамперед зі сценаріями невдах, де наші знання є доволі точними. Там сценарний апарат складається з ось яких елементів, що перетворюються дитиною на марсіанські накази.

⁶⁴ Кілька дюжин сценаріїв докладно розглядалися на семінарі з транзакційного аналізу в Сан-Франциско. Вони й ті сценарії, з якими я зіткнувся у своїй практиці, є тим, із чим я найближче знайомий. Багато інших сценарних аналітиків приймають наведені тут принципи на підставі власного досвіду, який, можливо, охоплює кілька тисяч випадків у лікарнях, клініках, школах та в'язницях, а також у приватній практиці.

1. Батьки розповідають дитині, як завершити своє життя. Фрази «Забирайся!» та «Щоб ти здох!» є смертельними вироками. Так само як «Помри багатим». «Ти закінчиш, як твій батько (алкоголік)» – це довічне ув'язнення. Такий наказ називається розв'язкою сценарію або прокляттям.

2. Потім вони віддають дитині нечесний негативний наказ, який втримає її від зняття прокляття: «Не набридай мені!» чи «Не мудруй!» (= «Забирайся!») або «Перестань скаржитися!» (= «Щоб ти здох!») Це сценарний припис або стопор. Приписи віддаються такими Я-станами, як Батько-контролер чи божевільна Дитина.

3. Батьки заохочують поведінку, що призведе до розв'язки: «Випий!» або «Ти ж не збираєшся дозволити, щоб він залишився безкарним!» Це називається сценарною провокацією чи приманкою. Вона походить від зловмисного Я-стану Дитини, або демона, в одному з батьків і зазвичай супроводжується вигуком «ха-ха».

4. Також вони дають дитині настанову вбити час, поки вона чекає на дії. Це робиться у формі моральної заповіді. «Працюй старанно!» може означати: «Увесь тиждень працюй старанно, тоді можеш напитися в суботу ввечері». «Бережи кожную копійку!» може означати: «Бережи кожную копійку, щоб ти міг утратити всі гроші відразу». Це гасло антисценарію, що походить від Я-стану турботливого Батька.

5. Крім того, вони вчать дитину того, що вона має знати в реальному житті, щоб виконати сценарій: як змішувати напої, як вести облік, як обманювати. Це шаблон або програма, одна з форм інструкції Дорослого.

6. Дитина ж, зі свого боку, має спонуки й імпульси, що борються з усім сценарним апаратом, накладеним на неї батьками. «Постукай у двері» (на протипагу «Забирайся»), «Поводься розумно», «Відпочинь» (на протипагу «Працюй старанно!»), «Витрати усе зараз!» (на протипагу «Бережи кожную копійку»), «Зроби все навпаки». Вони називаються сценарними імпульсами чи демоном.

7. Одним зі способів зняти прокляття є кудись заховатися. «Ти зможеш досягти успіху після того, як тобі виповниться сорок». Ця фраза, що знімає прокляття, називається антисценарієм або внутрішнім звільненням. Утім, часто єдиним антисценарієм є смерть. «Ти матимеш свою винагороду на небесах».

Той самий апарат для структурування часу виявлено в міфах і казках. Розв'язка чи прокляття – «Забирайся!» (Гензель та Гретель) або «Щоб ти здох!» (Білосніжка і Спляча Красуня). Припис або стопор: «Не будь занадто допитливим!» (Адам та Єва, Пандора). Провокація чи приманка: «Проколи собі палець веретеном, ха-ха» (Спляча Красуня). Гасло контрсценарію: «Працюй старанно, доки не зустрінеш принца!» (Карі Дерев'яна Сукня) або «Будь милим, доки вона не скаже, що кохає тебе!» (Красуня та Чудовисько). Шаблон або програма: «Будь добрим із тваринами, і вони допоможуть тобі, коли виникне потреба» (Золотоволоска). Імпульс або демон: «Я лише раз гляну!» (Синя Борода). Антисценарій або зняття прокляття: «Ти перестанеш бути жабою, коли вона кине тебе об стіну» (Принц-Жаба) чи «Будеш вільний після того, як відпрацюєш дванадцять років» (Геркулес).

Такою є анатомія сценарного апарату. Прокляття, стопор і приманка утворюють важелі управління сценарієм, а інші чотири пункти використовують задля боротьби з ними. Проте дитина живе у казковому світі: прекрасному, посередньому чи страшному. Тому вона шукає магічного виходу, через забобони та фантазії. Коли це не спрацьовує, вона звертається по допомогу до демона.

Але демон має одну характерну рису. Коли він у дитині каже: «Я не буду тобі підкорятися, ха-ха!», демон у батькові каже: «Саме цього я від тебе й хочу, ха-ха». Таким чином, сценарна провокація та сценарні імпульси, приманка й демон працюють разом, призводячи до загибелі невдахи. Батько перемагає, коли дитина програє, а дитина програє, намагаючись перемогти. Усі ці елементи будуть розглянуті докладніше в розділі 7.

Розділ 7

Сценарний апарат

Для того щоб зрозуміти, як працює сценарій і як впливати на нього під час лікування, обов'язково треба детально вивчити сценарний апарат у тому розумінні, як ми знаємо його сьогодні. Існує ще кілька прогалин у нашому розумінні його основної структури і кілька невизначених моментів щодо його передачі, але протягом короткого періоду завдовжки в десять років, що минули від часу першого його опису, наша модель перетворилася на доволі складну конструкцію⁶⁵. Тоді вона нагадувала одноциліндровий «Дюріей» 1893 року, а тепер вже схожа на більш просунутий «Форд-Т».

Якщо узагальнити щойно наведені короткі приклади, то сценарний апарат складається з сімох елементів. Розв'язка чи прокляття, припис або стопор, а також провокація або приманка, разом контролюють розгортання сценарію в напрямку визначеної долі й тому називаються важелями управління сценарієм. У більшості випадків усі вони програмуються ще у віці до шести років. Те саме стосується антисценарію або розчакловувача, якщо такий існує. Пізніше гасла контрсценарію чи настанова, шаблони батьківської поведінки та вказівки починають зміцнюватися. Демон представляє найбільш архаїчний шар особистості (Дитина в дитині) і є в ній від самого початку⁶⁶.

А. Розв'язка сценарію

Розв'язки, що трапляються у клінічній практиці, загалом можна звести до чотирьох альтернатив: бути самотнім, бути волоцюгою, збожеволіти чи померти. Найприємнішим способом досягти будь-якої з них є наркотична або алкогольна залежність. Дитина може витлумачити цей наказ, послуговуючись марсіанським або законним мисленням, що часто є її перевагою. В одному випадку, коли мати сказала дітям, що всі вони закінчать життя у психіатричній лікарні, вони й закінчили. Дівчатка – як пацієнтки, а хлопчики – як психіатри.

Насильство є розв'язкою особливого типу і трапляється в «павутинних сценаріях». Останні відрізняються від усіх інших, бо їхньою валютою є людська плоть, кров і кістки. Ймовірно, дитина, яка бачила, викликала травму чи кровопролиття або сама постраждала внаслідок такої ситуації, вже ніколи не стане такою, як була. Якщо батьки виганяють дитину в ранньому віці і їй доводиться дбати про себе самотійно, то цілком природно, що вона більше непокоїтиметься за гроші, й це часто стає головною валютою її сценарію та його розв'язкою. Якщо ж дитину лають і кажуть, щоб вона здохла, то сценарною валютою стають слова. Сценарну валюту слід відрізнити від теми сценарію. Головні теми життєвих сценаріїв є тими самими, що й у казках: любов, ненависть, вдячність і помста. Щоб зобразити будь-яку з цих тем, можна використати різну валюту.

Головним питанням для сценарного аналітика є: «У скільки способів батько чи мати може наказати дитині жити завжди або померти?» Це може бути сказано цілком буквально: «Многая літа!» у тості чи молитві або «Щоб ти здох!» у сварці. Важко зрозуміти чи визнати ту майже неймовірну владу, яку матеріні слова мають над дитиною (або слова дружини над чоловіком і навпаки). Зі свого досвіду можу сказати, що значна частина законних випадків шпиталізації відбувається невдовзі після того, як пацієнтові побажали померти і зробила це людина, яку він любить (або навіть ненавидить).

⁶⁵ Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Loc. cit.

⁶⁶ Ще раз нагадую читачеві, що слова Батько, Дорослий і Дитина, написані з великої літери, стосуються Я-станів, натомість ті самі слова, написані з маленької літери, стосуються справжніх людей.

У багатьох випадках такими розв'язками керує дідусь чи бабуся – напряду або через батьків. Бабуся може врятувати пацієнта від смертельного наказу батька, запропонувавши натовість «довічне членство». Також вона може дати матері сценарій Медеї (чи «надсценарій»), що змусить її в той або цей спосіб довести дітей до смерті.

Це все закладається в Батька всередині маленького хлопчика чи дівчинки і, ймовірно, залишається там на все життя: сумирна мрія про вічне життя або різкий голос, що штовхає його чи її до смерті. Іноді в цьому смертельному наказі немає жодної ворожості, а лише безнадія або відчай. Та оскільки дитина всмоктує бажання матері від самого народження, зазвичай саме мати ухвалює за неї рішення. Пізніше батько може приєднуватися до неї або суперечити: додавати свою вагу до прокляття чи пом'якшувати його.

Пацієнти зазвичай пам'ятають свої реакції на батьківські вказівки щодо розв'язки у дитинстві; це було те, чого вони не промовляли вголос.

Мати: Ти точнісінько, як твій батько! (Який розлучився й живе сам).

Син: Добре. Батько розумник.

Батько: Ти закінчиш, як твоя тітка. (Сестра матері, що лежить у психлікарні чи наклала на себе руки.)

Донька: Як скажеш.

Мати: Щоб ти здохла.

Донька: Не хочу, але якщо ти так кажеш, то, мабуть, доведеться.

Батько: З твоїм характером ти колись когось уб'єш.

Син: Ну, якщо не тебе, то когось іншого.

Дитина дуже схильна прощати й ухвалює рішення дотримуватися вказівки лише після десятків або навіть сотень таких транзакцій. Одна дівчина з дуже проблемної родини, яка не мала жодної підтримки від батьків, дуже чітко описувала той день, коли вона прийняла своє остаточне рішення. Коли їй було тринадцять, брати затягли її у сарай і піддали різноманітним сексуальним фокусам, через які вона пройшла, щоб задовольнити їх. Закінчивши, вони почали насміхатися і глузувати з неї. Вони вирішили, що тепер їй або доведеться стати хвойдою, або збожеволіти. Вона дуже добре обмірковувала це решту ночі, а на ранок вирішила збожеволіти, що зробила дуже вправно, і залишалася в цьому стані не один рік. Її пояснення було вельми простим: «Я не хотіла бути хвойдою».

Хоча сценарна розв'язка послана або присуджена батьками, вона не матиме впливу, доки її не прийме сама дитина. Її слова з цього приводу не зустрічатимуть звуками фанфар, як інаугураційну промову президента на Медісон-авеню, але вона вимовлятиме ті слова настільки чітко, наскільки наважиться, принаймні раз. «Коли я виросту, то буду, як мама» (= Вийду заміж і народжу дітей) або «Коли я стану великий, то робитиму те, що робив татко» (= Загину на війні). Пацієнта слід запитати: «Що ви вирішили зробити зі своїм життям, коли були маленьким(ою)?» Якщо він дасть традиційну відповідь («Я хотів бути пожежником»), то запитання слід уточнити: «Я маю на увазі, як ви вирішили завершити своє життя?» Оскільки рішення про розв'язку часто ухвалюється раніше, ніж дитина може це запам'ятати, вона, можливо, не зможе дати бажану відповідь, але про неї можна здогадатися з пригод людини в пізнішому віці.

Б. Припис

У реальному житті приписи не мають магічної дії, а залежать від психологічних властивостей людського розуму. Недосить лише раз сказати: «Не їж цих яблук!» або «Не відчиняй цієї скрині!» Будь-який марсіанин розуміє, що припис, винесений у такий спосіб, є справжнім викликом. Щоб припис міцно засів у мозку дитини, його треба часто повторювати і карати за будь-яке порушення, хоча є й винятки – наприклад, з дітьми, яких б'ють, – тоді одне потрясіння може закарбувати припис у пам'яті на все життя.

Припис виступає найважливішою частиною сценарного апарату і відрізняється за своєю силою. Через це приписи можна класифікувати на перший, другий і третій ступені. Для кожного типу існує тенденція створювати власний тип особистості: переможець, непереможець і невдаха. (Ці терміни будуть детальніше пояснені далі. «Непереможець» – це той, хто не перемагає й не програє, йому просто вдається бути правильним.) Приписи першого ступеня (соціально прийнятні та помірні) є прямими вказівками, що посилюються через схвалення або відмову. («Ти був милим і тихим», «Не будь надто амбітним».) З ними ще можливо виростити переможця. Приписи другого ступеня (непрямі й суворі) – це хитрі вказівки, що запроваджуються в життя нечесним шляхом, за допомогою шантажу через привабливі усмішки та загрозові похмурі погляди, що постає найкращим способом виростити непереможця («Не кажи батькові», «Тримай язика за зубами».) Приписи третього ступеня (дуже брутальні й різкі) є ірраціональними стопорами, що їх упроваджують за допомогою страху. Слова стають криками, вирази обличчя – жахливими гримасами, а тілесні покарання – злобою («Я натовчу твою клятву пику».) Це один з найбільш надійних способів створити невдачу.

Припис, як і розв'язка, ускладнюється тим, що більшість дітей мають двох батьків. Тому один може казати: «Не будь розумником», а інший: «Не поведься, як дурень». Такі суперечливі приписи ставлять дитину в скрутне становище. Але більшість одружених людей мають спільні приписи, такі як «Не будь розумником» і «Сиди тихо, інакше я тобі мозок виб'ю!», що утворюють сумну комбінацію.

Стопори насаджуються в такому ніжному віці, що батьки здаються маленькому хлопчикові або дівчинці магічними постатями. Ту частину матері, яка виносить приписи (Мати-контролер або Дитина), на професійному жаргоні називають «феєю – хресною матір'ю», якщо вона доброзичлива, і «мамою-відьмою», якщо навпаки. У деяких випадках найбільш відповідною назвою здається «материна божевільна Дитина». Аналогічно Батька-контролера називають «веселим зеленим велетнем», «потворним тролем» або «батьковою божевільною Дитиною» залежно від того, яка з цих назв дужче пасує⁶⁷.

В. Приманка

Провокація чи спокуса – це те, що створює розпусників, наркоманів, злочинців, азартних гравців та інших осіб зі сценаріями невдах. Для хлопчика це справжня сцена з «Одіссеї» – мати грає Сирену, що заманює його, тягнучи до загибелі, або Цирцею, яка перетворює його на свиню. Для дівчинки це батько як Брудний Старий. У перші роки життя приманка звучить як загальний заклик бути невдахою: «Ну який він незграбний, ха-ха» або «Ну як вона хріново ходить, ги-ги». Потім вона переходить до більш конкретних кпинів і спроб роздразнити. «Він завжди стукається головою, ха-ха» або «Вона завжди губить труси, ха-ха». У підлітковому віці цьому сприяють особисті транзакції: «Придивися, дитинко!» (і, можливо, випадковий або цілеспрямований дотик), «Випий», «Зараз твій шанс», «Та кинь ти це все, хіба не однаково», і кожна з них супроводжується «ха-ха» чи «ги-ги».

Приманка є Батьківським голосом, що нашіптує дитині у важливі моменти: не переставай думати про секс і гроші, не дозволяй, щоб це зійшло їм з рук. «Давай, малий. Що ти втра-

⁶⁷ Фея – хресна мати й мати-відьма є «електродоподібними» інтроектами, отриманими під час транзакційних та інтроспективних спостережень; їх можна легко розпізнати як споріднені з гарними й поганими інтроектованими об'єктами Мелані Кляйн, постульованими на психоаналітичних підставах та з подальшими розробками її концепцій Ферберном. Фактично Ферберн є одним з найкращих евристичних містків між транзакційним аналізом і психоаналізом. Klein, M. *The Psychoanalysis of Children*. Hogarth Press, London, 1932. Fairbairn, W. R. D. *The Object-Relations Theory of Personality*. BasicBooks, New York, 1954. Це все розчаровує з літературного погляду. Це створює прикру суперечку з Вордсвортом, а рядок Френсіса Томпсона про те, що «кожна дитина має в душі фею – хресну матір» треба змінити в цьому світлі, щоб додати менш доброзичливих наставниць. Порівняйте з: Sharpe, E. F. 'Francis Thompson: A Psycho-Analytical Study,' у її книжці *Collected Papers on Psycho-Analysis*. Hogarth Press, London, 1950.

чаєш?» Це демон у Батькові, й на нього реагує демон у Дитині. Потім Батько робить швидке перемикання – і Єдер зганьбився. «Ти як завжди», – каже веселий Батько, а Єдер відповідає: «Ха-ха!» і, як кажуть по-простому, «усміхається, наче debil».

Приманка є тим, що сприяє виникненню комплексів у дітей, і тому вона, вочевидь, починає застосовуватися рано. Один з батьків використовує прагнення близькості в дитини і перетворює його на стремління до чогось іншого. Тільки-но ця збочена любов закріплюється, вона перетворюється на комплекс.

Г. Електрод

Приманка походить від Дитини в батькові або матері й насаджується в Батька дитини (БДит у Єдера на *рисунку 7*). Там вона діє як «позитивний» електрод, викликаючи автоматичну реакцію. Коли Батько у його голові (БДит) натискає на кнопку, Єдер стрибає до неї, незалежно від того, чи хоче цього решта його особистості. Він меле якісь дурниці, поводить незграбно, випиває ще одну чарку або ставить усе на наступний заїзд, ха-ха. Походження приписів не завжди є настільки чітким, але вони теж насаджуються в БДит, де діють як «негативний» електрод. Це утримує Єдера від певних речей, як-от говорити або думати недвозначно, і вимикає його, коли він занадто сильно захоплюється, як у випадку з сексом або усмішками. Багатьом знайома ця раптова втрата цікавості в розпал сексуального збудження або вони спостерігали, як на обличчі іншого з'являється й миттю зникає усмішка, ніби в його голові хтось клацнув вимикачем. Через ці ефекти, БДит, Батько в дитині, називається «електродом».

Електрод дістав назву від пацієнта Норвіла, який сидів дуже нерухомо й напружено під час занять у групі, аж доки до нього не зверталися. Тоді він одразу відповідав з низкою обережних кліше («Норвіл нарешті щось сказав, ха-ха»), після чого знову закликав. Невдовзі стало зрозуміло, що в його голові був суворий Батько, який контролював його за допомогою вимикача «Сиди спокійно» і кнопки «Говори», що його вмикала. Норвіл працював у якійсь дослідній лабораторії і був уражений подібністю між власними реакціями та поведінкою тварин з електродом у мозку.

Електрод є безсумнівним викликом для психіатра. Разом з Дорослим пацієнта він мусить нейтралізувати його, щоб Дитина могла мати дозвіл вільно жити і спонтанно реагувати, всупереч програмуванню батьків на протилежне та їхнім погрозам на випадок непокори. Це доволі важко зробити зі слабшими важелями управління, а якщо припис зроблений відьмою чи велетнем, чий риси спотворено люттю, чий голос проривається крізь усі загорожі, створені в мозку дитини, і чия рука готова будь-коли завдати їй страху та приниження, то це потребує величезних терапевтичних зусиль.

Г. Мішки та речі

Якщо дитина затиснута суперечливими важелями, тоді може існувати тільки один вихід, який дозволяє їй певну міру самовираження. Тоді вона буде змушена вдаватися до вчинків такого гатунку у відповідь, незалежно від того, наскільки вони можуть бути неадекватними. У таких випадках людям, які її оточують, часто є очевидним, що вона більше реагує на те, що коїться в її голові, ніж на зовнішню ситуацію, і тоді вона, як кажуть, перебуває в мішку. Якщо її мішок підкріплений певними талантами чи здібностями або наказом про переможну розв'язку, це може бути мішок переможця, але в більшості випадків люди в мішку є невдахами, тому що їхня поведінка неадаптивна. Людина, яка вирветься з мішка (або, як ще подекуди кажуть, «контейнера») відразу ж далі робитиме свою справу, тобто те, чого їй найдужче кортіло робити. Якщо поведінка виявляється адаптивною і контролюється якоюсь раціональністю Дорослого, людина може стати переможцем, але якщо вона занадто часто потурає іншим,

то закінчить невдахою. Насправді, коли людина починає робити свою справу, вирвавшись із мішка, її наказ про розв'язку визначить, робитиме вона це розумно, щоб перемогти, чи переборщить як невдаха. Однак у деяких випадках їй може вдатися залишити свій наказ про розв'язку в мішку разом з рештою елементів запрограмованого батьками сценарного апарату, і тоді вона по-справжньому належить собі й може сама визначати власну долю. Та без оцінки неупередженого спостерігача Єдеру важко зрозуміти, ким він є – «білою вороною», звільненою людиною чи просто розлюченим бунтівником, ба навіть шизофреніком, який вистрибнув з мішка у пляшку, запхнувши або не запхнувши за собою корок.

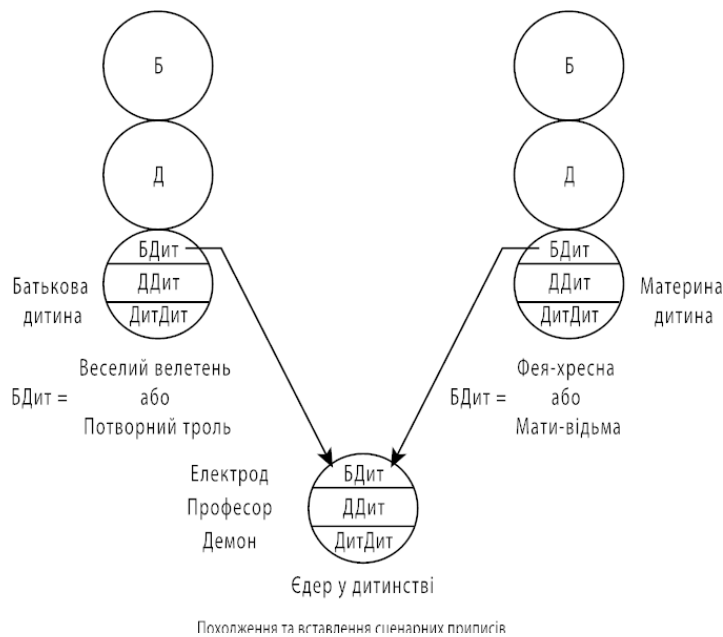


Рисунок 7

Д. Настанова

«Природний» Батько у батькові та матері (який відрізняється від Батька-контролера) до певної міри є біологічно запрограмованим і за своєю природою турботливим та дбає про захист дитини. Обоє батьків, хай якими є їхні внутрішні проблеми, по суті, бажають Єдеру найкращого. Вони можуть бути зле поінформовані, але як «природні» батьки мають добрі або принаймні нешкідливі наміри. Вони заохочують Єдера в ті способи, що, відповідно до їхньої картини світу та теорії життя, мають на меті принести йому добробут та успіх. Вони передають йому, зазвичай від своїх батьків, настанови, що часто є втіленням земної прямої: «Працюй старанно!», «Будь доброю дівчинкою!», «Бережи свої гроші!» і «Завжди приходь вчасно!» – це поширені приклади середнього класу. Але в кожній сім'ї є своя особливість: фрази «Не їж крохмалю!», «Ніколи не сиди на сидінні в громадському туалеті!», «Щодня приймай проносне!» або «Мастурбація висушить тобі спинний мозок!»⁶⁸ належать до таких прикладів. «Ніколи не тягни дірявий стрейт!» – ця фраза одна з найкращих, бо нагадує «дзен»; її вживають як символічно, так і буквально, тож вона стає гарною марсіанською фразою і може згодитись у найбільш неочікуваний момент.

Оскільки настанова походить від турботливого Батька, а важелі управління сценарієм – від Батька-контролера чи божевільної Дитини, існує широкий простір для суперечностей.

⁶⁸ Порівняйте з: Berne, E. 'The Problem of Masturbation.' *Diseases of the Nervous System* 10:3—7, 1944.

Вони бувають двох типів: внутрішні та зовнішні. Внутрішня суперечність походить від двох Я-станів у одному з батьків. Батько батька вгорі велить: «Бережи свої гроші!», а дитина внизу: «Витрати усе до останньої копійки!» Якщо ж один з батьків велить «Бережи свої гроші!», а інший дає вказівку програти їх, – це зовнішня суперечність.

Важелі управління сценарієм встановлюються й починають впливати змалку, тимчасом як гасла контрсценарію набувають сенсу пізніше. Єдер розуміє заборону «Не чіпай це!» вже у віці двох років, а натомість заповідь «Бережи свої гроші!» він не розумітиме, аж доки не стане підлітком і не потребуватиме грошей на покупки. Таким чином, важелі управління його сценарієм надано матір'ю, яка здається магічною постаттю у його дитячих очах, і мають усю силу та тривалість відьомського прокляття; настанова ж створена доброзичливою, працелюбною домогосподаркою і є лише порадою.

Це нерівне змагання, в якому важелі мусять виграти в безпосередньому конфлікті, якщо не буде введено якийсь інший елемент, на кшталт психіатра. Додаткові труднощі полягають у тому, що сценарій розповідає все, як є: люди справді діють незграбно, і дитина це добре розуміє; а тимчасом контрсценарій зазвичай відстає від її досвіду: можливо, вона бачила чи, може, й не бачила, як хтось стає щасливим, наполегливо працюючи, поводячись як славна дівчинка, заощаджуючи гроші, не споживаючи крохмалю, уникаючи громадських туалетів, приймаючи проносне та не вдаючись до мастурбації.

Чергування сценарію та контрсценарію пояснює те, що часто спантеличує пацієнтів, коли психіатр пояснює, що їхня плутанина почалася в ранньому дитинстві. «То як тоді сталося, що під час навчання в середній школі все в мене було нормально?» – запитають вони. Відповідь полягає в тому, що навчаючись у школі, вони дотримувалися контрсценарію, а потім сталося щось, що спричинило «вибух сценарію». Це хоч якась відповідь, вона не розв'язує проблему, але принаймні визначає, у якому напрямку рухатися.

Спроба вдовольнитися поганим сценарієм і доброзичливим контрсценарієм одночасно може призвести до дещо дивної поведінки, як у дівчинки, якій сердитий Батько тата часто говорив: «Щоб ти здохла!», тимчасом як стурбований Батько її матері велів їй узувати калоші, щоб вона не замочила ноги. Тому, коли дівчинка впала з мосту, вона була в калошах. (Вона вижила.)

Контрсценарій визначає стиль життя особи, а важелі управління сценарієм – її остаточну долю. Якщо вони гармонічні, то можуть непомітно проходити всередині, але якщо між ними є конфлікт, вони приносять сюрпризи та викликають сенсації. Наприклад, Працелюбний Церковний Диякон може закінчити свою кар'єру Президентом Ради, вийти на пенсію після тридцяти років служби чи потрапити до в'язниці за розкрадання, а Віддана Домогосподарка стає «Матір'ю року», відзначає золоте весілля або стрибає з даху будинку. Насправді здається, що у світі є два типи людей: справжні та пластичні, як казали, «діти квітів»⁶⁹. Справжні люди ухвалюють рішення самі, натомість пластичними людьми керують шматочки печива з передбаченнями.

Теорія «печива з передбаченнями», що стосується людського життя, говорить, що кожна дитина дістає два печива з сімейної чаші: одне – квадратне, інше – зубчасте. Квадратне є гаслом на кшталт «Працюй старанно!» або «Не здавайся!», тимчасом як зубчасте – сценарний джокер на взір «Забудь про домашнє завдання», «Дій незграбно» чи «Щоб ти здох». Між цими двома смаколикami, якщо дитина не викине їх, і пишеться її сценарій та остаточна доля.

⁶⁹ Маються на увазі хіпі.

Е. Батьківські шаблони

Щоб зробити леді, почніть із її бабусі, щоб зробити шизофреніка, так само почніть із бабусі. Зої (так ми називатимемо сестру Єдера) зможе бути леді лише в разі, якщо мати навчить її того, що вона має знати. Вона мусить дуже рано навчитись, як треба усміхатися, ходити й сидіти, копіюючи певний зразок, як це роблять більшість дівчат, а пізніше, завдяки усним інструкціям, дізнається, як одягатись, як справити на людей приємне враження і як чемно казати «ні». Можливо, батькові і є що сказати про ці речі, але маніпулювання батьком так само належить до сфери, якої навчають жінки. Батько може розмістити важелі управління, але саме мати створює шаблон і Дорослі інструкції щодо того, як ними керувати. Сценарну матрицю для прекрасної леді на ім'я Зої показано на *рисунку 8*. Чи зробить Зої кар'єру, не будучи леді, або зрештою повстане проти системи та її обмежень, залежить як від вимог сценарію, так і від її власного рішення. У неї може бути дозвіл на помірний секс або вживання алкоголю, але якщо вона раптом стає активнішою, то що вона робить – тікає від сценарію чи просто піддається на провокацію до бунту? В першому випадку її батько сказав би (як це кажуть марсіани): «Ні, ні, не так грубо!», а в другому (потайки, собі самому): «О, тепер вона таки показує норів, ха-ха. Моя дівчинка – не лицемірка!»

З іншого боку, якщо мати Зої не вміє правильно сидіти, вишукано вдягатись і незграбно проявляє свою жіночність, то, ймовірно, і Зої теж піде цим шляхом. Це часто трапляється з доньками шизоїдних матерів. Також це трапляється з дівчатами, матері яких померли, коли ті були дуже маленькими, й вони не мали перед собою взірця для наслідування. «Коли я прокидаюся вранці, то не можу навіть вирішити, що вдягнути», – казала одна параноїдальна шизофренічка, мати якої померла, коли дівчинці було чотири роки.

У випадку з хлопчиком сценарій та шаблон, найімовірніше, вплинуть на його вибір кар'єри. Дитиною Єдер може говорити: «Коли я виросту, то хочу бути адвокатом (поліціантом, злодієм), як батько». Але ці бажання справджуються не завжди. Стануть вони реальністю чи ні, залежить від материнського програмування, яке тлумачить це так: «(Не) влізай у справи з купою ризиків та швидкими діями, як твій батько». Ці важелі, як і всі важелі управління сценарієм, стосуються не стільки вибору конкретної професії, скільки особливих типів транзакцій (у цьому випадку прямих або нечесних, ризикованих або безпечних тощо)⁷⁰. Утім, так чи так, батько є тим, хто пропонує шаблон.

⁷⁰ Порівняйте з: Berne, E. 'Concerning the Nature of Diagnosis.' *International Record of Medicine* 165:283—292, 1952. Відмінності між типами транзакцій, що здійснюються механіками і фермерами, можна побачити на їхніх обличчях. Оскільки можна припустити, що вони народилися з тим самим набором лицьових м'язів та нервів, то ці відмінності мають бути пов'язані з якимись «електродами» у центральній нервовій системі. В одному випадку електрод каже «Будь насторожі», а в іншому – «Чекай і дивись», і ці гасла описують типи транзакцій, у яких вони задіяні.

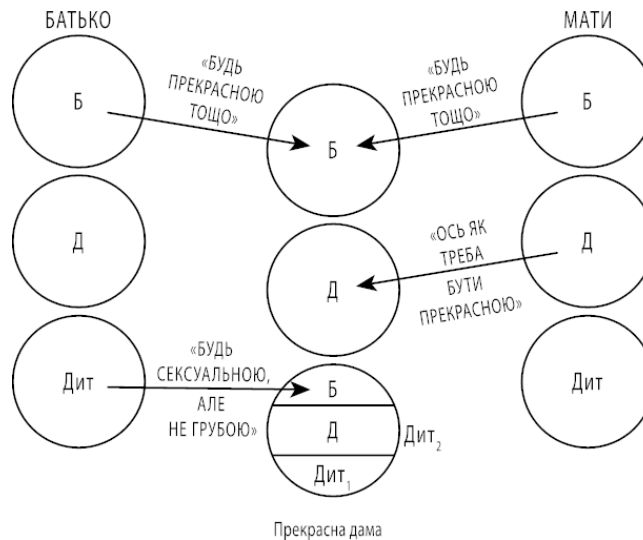


Рисунок 8

Едер може відверто піти проти волі матері, якщо вибере професію батька. Це може бути справжній виклик чи антисценарій. З іншого боку, в одній матері існує три стани: Батько, Дорослий і Дитина. Він може йти супроти висловлених бажань її Батька чи Дорослого, однак його поведінка відповідатиме невисловленій, але очевидній радості її Дитини. Важелі впливають тоді, коли маленький хлопчик помічає її зосереджену увагу й захоплену усмішку, з якою вона слухає, як батько розповідає про свою останню пригоду. Те саме стосується і впливу батькових важелів на Зої. Його Батько або Дорослий може постійно попереджати її берегтися від вагітності, але може демонструвати дитячу цікавість і задоволення, коли один з її однокласників зробить свою справу. Це провокація, на яку вона може піддатись, особливо якщо мати подала їй такий приклад і саму Зої зачали поза шлюбом.

Іноді матриця буває оберненою, але в більшості випадків важелі управління походять від батька протилежної статі, а шаблон – від батька однієї статі. У будь-якому разі цей шаблон є остаточним проявом, остаточним загальним напрямком для всіх сценарних вказівок.

Є. ДЕМОН

Демон є жартівником у людському житті та джокером у психотерапії. Не важить, як ретельно Єдер продумає свої плани, – демон може прийти у найважливіший момент і все зіпсувати, зазвичай з посмішкою та реготом. І незалежно від того, як добре психіатр планує свій курс лікування, пацієнт завжди є господарем ситуації. Тієї миті, коли психіатрові здається, що він має чотири тузи, Єдер витягує джокера – і його демон виграє велику суму. Потім він весело тікає, а лікарю залишається тільки передивлятися колоду й намагатися розібратися, що ж сталося.

Хай навіть він готовий до цього, проте мало що може вдіяти. Лікар може знати заздалегідь, що тільки-но Єдер закотить свій камінь на вершину гори, демон відверне його увагу – і каменюка знову покотиться додолу. Про це можуть знати й інші, але демон уже працює і бачить, що Єдер відвертається від тих, хто може втрутитися. Тож пацієнт береться пропускати прийоми або відхиляється від курсу, а якщо на нього хтось тисне, то він просто відмовляється. Він може повернутися після своєї невдалої сізіфової праці, ставши сумнішим, але не дуже від того порозумнішає й навіть не усвідомлюватиме своїх радощів.

Уперше демон з'являється на дитячому стільці, коли Єдер весело розкидає їжу по підлозі, чекаючи, що ж робитимуть батьки. Якщо вони подружаться, то пізніше це призведе до дитячих пустощів, а відтак, можливо, до веселощів і жартів. Якщо ж дитя каратимуть, то демон похмуро

ховатиметься на задньому плані, готовий вистрибнути в незахищений момент і розкидати його життя, як колись розкидав його їжу.

Ж. Дозвіл

Про мінуси, як правило, кажуть голосно й чітко, з енергійним тиском, тимчасом як плюси падають у життєвий потік наче краплі дощу, роблячи мало шуму і здіймаючи лише невеличкі брижі на воді. Фразу «Працюй старанно!» виявляють у зошитах, а «Годі вже дурня клеїти!» можна частіше почути вдома. «Завжди приходь вчасно!» – це гасло-інструкція, але «Не запізнюйся!» в реальному житті можна почути набагато частіше, а фраза «Не будь дурнем!» є значно популярнішою за «Будь кмітливим!»

Тому виходить так, що програмування є здебільшого негативним. Кожен батько й мати наповнюють голови своїх дітей такими обмеженнями. Однак вони також дають і дозволи. Заборони перешкоджають адаптації до обставин (є неадаптивними), тимчасом як дозволи дають вільний вибір. Справжні дозволи є просто ліцензіями, на кшталт ліцензії на риболовлю. Хлопця з ліцензією на риболовлю ніхто не примушує рибалити. Він може скористатися нею, або й не скористатися, і йде рибалити тоді, коли має відповідний настрій і коли дозволяють обставини.

Слід сказати, що бути вродливою (як і успішною) – це питання не анатомії, а батьківського дозволу. Анатомія робить дівчину гарною чи фотогенічною, але лиш усмішка батька може змусити красу засяяти в її очах. Діти роблять вчинки *заради* когось. Хлопець є кмітливим, успішним або сильним *заради* матері, а дівчина – кмітливою, вродливою чи фертильною *заради* батька. Або, з іншого боку, хлопець є тупим, слабким і незграбним *заради* своїх батьків, а дівчина – тупою, потворною та фригідною *заради* своїх, якщо вони цього прагнуть. Слід додати, що вони мусять у когось цього навчитися, якщо хочуть робити це добре. Зробити це задля когось і навчитися цього від когось – ось справжнє значення сценарного апарату. Як зазначено вище, діти зазвичай роблять це для батька *протилежної* статі, а навчаються в батька *тієї самої* статі, що й вони.

Дозволи є головним терапевтичним інструментом сценарного аналітика, бо вони дають єдиний шанс для сторонньої людини звільнити пацієнта від проклять, що їх наклали на нього його батьки. Психіатр дає дозвіл Дитині пацієнта, промовляючи або: «Те, що ви робите, нормально», або «Ви не зобов'язані це робити». Обидві фрази кажуть Батькові: «Дай йому спокій». Отже, існують позитивні й негативні дозволи. У позитивному дозволі чи ліцензії «Дай йому спокій» означає «Дозволь йому це зробити». Це припиняє дію припису. В негативному дозволі або зовнішньому звільненні це означає: «Перестань його до цього підштовхувати». Це припиняє провокацію. Деякі дозволи можна розглядати і так, і так. Зокрема, це стосується антисценаріїв. Таким чином, коли Принц поцілував Сплячу Красуню в лісі, він запропонував їй і дозвіл прокинутись, і визволення від прокляття відьми.

Одним з найважливіших є дозвіл перестати діяти нерозумно й почати думати. Багато пацієнтів старшого віку не мали жодної самостійної думки від раннього дитинства й повністю забули, як воно – думати, або навіть що означає мислення. Та за умови, що дозвіл надано в належний час, вони можуть досягти успіху і відчують велике захоплення, коли у віці 65 або 70 років висловлюють своє, можливо, перше розумне спостереження за все доросле життя. Часто треба усунути наслідки роботи попередніх лікарів, щоб дати пацієнту дозвіл думати. Деякі з них провели роки в психіатричних лікарнях або клініках, де найменша їхня спроба незалежно думати натикалася на потужний опір персоналу. Там їх навчили, що мислення – це гріх під назвою «розумування», який вони мусять негайно визнати і пообіцяти більше ніколи не потурати собі в цьому.

Безліч залежностей і причепливих думок ґрунтуються на батьківських приманках. «Не переставай приймати наркотики (або можеш не приходити додому по гроші)», – каже мати героїнового наркомана. «Не переставай думати про секс», – каже батько розпусниці або німфоманки. А вся концепція дозволів як терапевтичного інструменту була започаткована одним гравцем, який сказав: «Мені не треба, щоб хтось наказав перестати грати, мені треба, щоб хтось дав *дозвіл* зупинитися, бо дехто в моїй голові твердить, що я не можу».

Отже, дозвіл дає Єдеру змогу бути гнучким, а не реагувати на фіксовані шаблони, закріплені гаслами й важелями управління. Це не має нічого спільного з «вільним вихованням», оскільки в ньому теж повно наказів. Найважливіші дозволи – любити, змінюватись і добре робити свою справу. Людину з дозволом так само легко визначити, як і ту, в якій обмежена вся свобода дій. «Він точно має дозвіл думати», «Вона точно має дозвіл бути вродливою» і «Вони точно мають дозвіл веселитися» – ось марсіанські вислови захоплення.

(Однією з перспектив сценарного аналізу є подальше вивчення дозволів, насамперед шляхом спостереження за рухами очей у дуже маленьких дітей. У деяких випадках дитина кидає на батьків косі погляди, щоб зрозуміти, чи можна їй щось робити; в інших випадках вона здається «вільною» і може йти за власними схильностями, не радячись із батьками. Такі спостереження, за умови ретельного оцінювання, можуть призвести до створення суттєвої відмінності між «дозволами» та «свободами».)

3. Внутрішнє звільнення

Фраза для зняття прокляття, або внутрішнього звільнення, – це елемент, який знімає припис і звільняє людину від сценарію, даючи їй змогу досягати власних автономних прагнень. Це попередньо встановлене «самознищення», що в одних сценаріях є очевидним, а в інших його треба шукати або розшифровувати; це дуже нагадує пророцтва дельфійського оракула, що виконували таку саму функцію у Стародавній Греції. У клінічній практиці про нього відомо обмаль, бо люди приходять лікуватися саме тому, що не можуть виявити його самотужки; але лікар не чекає на це або не експериментує. Наприклад, у сценаріях «В очікуванні трупного задубіння» чи «Спляча Красуня» пацієнтка вважає, що буде звільнена від фригідності, коли зустріне Принца з Золотими Яблуками, і цілком імовірно, може вважати, що психіатр і є тим самим принцом. Але він відмовляється від цієї честі, головним чином з етичних міркувань, а також тому, що коли до такої роботи взявся її попередній (недозволений) психіатр, його Золоті Яблука перетворилися на порох.

Іноді фраза для зняття прокляття є просто іронічною. Це поширений випадок у сценаріях невдах: «Усе буде гаразд, після того як ти помреш».

Внутрішнє звільнення може залежати від події або часу. «Коли ти зустрінеш Принца», «Після того, як ти помреш у боротьбі», «Після того, як народиш трьох дітей» – це залежні від подій антисценарії. «Коли ти досягнеш віку, в якому помер твій батько» або «Після того, як пропрацюєш у цій компанії тридцять років» – залежні від часу.

Ось один із прикладів, як внутрішнє звільнення проявляється у клінічній практиці.

ЧАК

Чак був лікарем загальної практики в ізольованому районі Склеястих гір. У радіусі багатьох миль навколо не було інших лікарів. Він працював день і ніч, але хай як тяжко гарував, йому все одно бракувало грошей, щоб забезпечити велику родину, і він завжди мав борг перед банком. Тривалий час він давав оголошення в медичних журналах, що шукає партнера для того, щоб полегшити свою працю, але заповзято твердив, що не знайшов нікого, хто йому підходив би. Він працював на полях, в будинках і в лікарнях, а іноді й у нижній частині гірсь-

кого масиву. Він був неймовірно винахідливим і майже повністю виснажився, але не до кінця. Він прийшов на лікування з дружиною через те, що в них були проблеми у шлюбі та в нього піднімався кров'яний тиск.

Урешті-решт він знайшов неподалік університетську лікарню, що надавала стипендії лікарям загальної практики, які хотіли стати спеціалістами. І цього разу йому таки вдалося знайти людину, яка могла посісти його місце сільського лікаря. Чак відмовився від своєї складної практики і з'ясував, що має доволі коштів на те, щоб і далі забезпечувати сім'ю, поки буде хірургом-стажером з невеличкою стипендією.

«Я завжди хотів це зробити», – сказав Чак. – «Але я ніколи не думав, що пішов би від свого Батька, який рухав мною, не діставши від цього інфаркту. Але я не зазнав інфаркту, тож це найщасливіший час у моєму житті».

Цілком очевидно, що його умовою для зняття прокляття був інфаркт, і він вважав, що це єдиний вихід з такої скрути. Проте за допомогою групи Чаку таки вдалося втекти від сценарію при доброму здоров'ї.

Приклад Чака є ілюстрацією відносно простого й чітко окресленого способу дії всього апарату сценарію, як це показано у «сценарній матриці» на *рисунку 9*. Його контрсценарій походив від обох батьків:

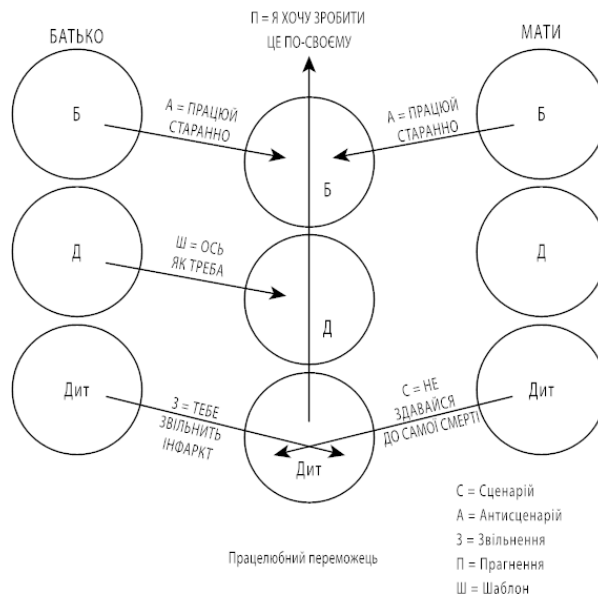


Рисунок 9

«Працюй старанно». Потім батько дав йому зразок працелюбного лікаря. Припис матері був таким: «Ніколи не здавайся. Працюй старанно до самої смерті». Утім, батько дав йому й умову для зняття прокляття: «Ти зможеш розслабитись, якщо дістанеш інфаркт, ха-ха». Його лікування полягало в тому, щоб потрапити в ту частину мозку, звідки всі ці голоси надсилали свої вказівки. Потім його припис був знятий через дозвіл: «Ти можеш розслабитися, не зазнавши інфаркту». Коли цей дозвіл пройшов крізь усі оболонки та механізми, що захищали сценарний апарат, він зламав прокляття.

Зверніть увагу на те, що казати йому: «Якщо ви й далі діятимете в такому дусі, то заробите інфаркт» не було сенсу. 1) Чак добре усвідомлював цю загрозу, і нагадування про неї лише змусило б його почуватися ще нещаснішим, бо 2) він хотів інфаркту, який так чи так звільнив би його. Йому потрібна була не загроза й не наказ (він уже мав у голові достатньо наказів), а дозвіл, який звільнив би його від цих наказів, і саме це він і отримав. Відтак чоловік перестав бути жертвою свого сценарію та міг робити те, що забажає. Він і далі старанно працює.

ював і наслідував батьків приклад, але ним уже не рухав сценарій перевантаження або смерті. Таким чином, у віці п'ятдесяти років Чак став вільним і виконував автономні прагнення за власним вибором.

И. Обладнання для сценарію

Обладнання для сценарію – це складові частини, з яких сконструйовано сценарний апарат, набір для самостійного збирання, що частково створюється батьками, а почасти – самою дитиною.

КЛЕМЕНТИНА

Клементина була пригнічена нещасливим любовним романом. Вона боялася бути відвертою з коханцем, бо могла його втратити. З іншого боку, вона боялася, що може втратити його через те, що не є відвертою. Насправді в цьому не було нічого поганого. Дівчина просто не хотіла, щоб він знав, наскільки вона насправді закохана. Часом цей конфлікт робив її фригідною і змушував панікувати. Розповідаючи про це, Клементина почувалася такою розгубленою, що хапалася за голову.

Що сказали б про це її батьки? Ну, батько сказав би: «Розслабся. Не втрачай голову». А мати? «Він користується тобою. Не дуже прив'язуйся до нього. Рано чи пізно він тебе кине. Ти недосить хороша для нього. Він недостатньо хороший для тебе». Вона й далі розповідала свою історію.

Коли Клементині було п'ять, її дядько, тоді ще підліток, змусив її відчувати сексуальне збудження. Вона ніколи не казала про це батькам. Одного дня, коли вона приймала ванну, батько сказав їй, яка вона мила. У будинку були гості, і він підняв її на руки, щоб вони побачили її голову. Хтивий дядько був одним з них. Якою була її реакція? «Я хочу сховатися. Я хочу сховатися». «Боже мій, вони зрозуміють, що я накоїла». Що вона відчувала до батька у зв'язку з цим? «Я хотіла вдарити його по пенісу. Я знала, який вигляд має пеніс, завдяки ерекції мого дядька». Чи було якесь «ха-ха»? «Так, у глибині душі. У мене була таємниця. І, гірше за все, я розуміла, що мені це подобається».

З усього цього Клементина сконструювала сценарій, згідно з яким на неї чекали пристрасні романи і розлучення. Та поряд з цим їй хотілося вийти заміж, залишатися шлюбною жінкою і мати дітей.

1. Було два гасла контрсценарію від її батька. «Розслабся» й «Не втрачай голову». Вони відповідали її прагненням вийти заміж і мати дітей.

2. Було п'ять приписів від матері, що складались у фразу: «Ні до кого не прив'язуйся».

3. Від дядька була сильна спокуса бути пристрасною й розпусною, підсилена провокацією від батька, коли він показав її оголеною.

4. Ці спокуси та провокації від Батьківських демонів підсилювали Клементининою власного демона впродовж її життя.

5. Можна припустити наявність «вбудованого» звільнення: знайомий Принц із Золотими Яблуками – несхожий на батька; якщо тільки їй пощастить знайти такого.

Цікаво, що все це впливло під час одного сеансу. Як хтось зауважив, Клементина була дуже рада винести це на загальний огляд.

І. Прагнення та розмови

Хоча Єдер і заплутався в тенетах свого сценарного апарату, він таки має власні прагнення. Зазвичай вони з'являються йому у мріях на дозвіллі або в гіпнагогічних галюцинаціях

перед засинанням: хоробрі вчинки, що він мусив зробити сьогодні вранці, або спокійні сцени, яких він сподівається в пізніші роки. Усі чоловіки та жінки мають свій таємний сад, браму якого вони захищають від ганебного вторгнення вульгарної юрби. Це візуальні картини того, що вони вчинили б, якби могли робити те, що їм кортить. Щастунчики знаходять потрібний час, місце й людину і роблять це, натомість інші сумно блукають біля власних мурів. Саме про це і йдеться в нашій книжці: що відбувається за межами цих стін, про зовнішні транзакції, що випаляють або поливають квіти всередині.

Те, що кортить робити людям, демонстровано у візуальних картинках, домашніх фільмах, які вони крутять у своїх головах. Те, що вони *насправді* роблять, вирішують голоси, що лунають у внутрішньому діалозі. Кожне сказане ними речення і кожне сценарне рішення є наслідком такого діалогу: Мати, Батько і Дорослий кажуть: «Тобі краще зробити...», тимчасом як Дитина, опинившись таким чином в оточенні, намагається прорватися крізь нього й дістати бажане. Нікому не дано зрозуміти того величезного, дивовижного і майже нескінченного діалогу, що точиться в ледь освітлених печерах його чи її розуму. Там є вичерпні відповіді на запитання, про які ми навіть не мріяли. Але якщо натиснути правильну кнопку, то іноді вони виходять назовні у вигляді справжньої поезії.

Візьміть вказівний палець правиці в ліву руку. Що ваша рука каже вашому пальцю і що палець має сказати самому собі? Якщо ви робите це правильно, то невдовзі виявите, що між ними відбувається жива та змістовна розмова. Дивовижне в цьому те, що розмова відбувалася весь час, і так само сотні інших. Якщо у вас нежить і розлад шлунка, то що ваш схвилюваний шлунок каже закладеному носу? Якщо ви сидите, гойдаючи ногою, що ваша нога може сказати вам сьогодні? Запитайте її – і вона відповість. Цей діалог відбувається просто у вашій голові. Все це відкрито, або принаймні в повній мірі введено до наукового обігу автором гештальт-терапії Ф. С. Перлзом⁷¹. Так само і всі ваші рішення ухвалюються чотирма-п'ятьма людьми у вашій голові, на голоси яких можете не звертати уваги, якщо ви занадто горді, щоб почути їх, але вони будуть там наступного разу, якщо ви слухатимете. Сценарні аналітики вчаться докладно описувати та ідентифікувати ці голоси, і це є важливою частиною їхньої терапії⁷².

Метою сценарного аналізу постає звільнення Єдера або Зої, щоб вони могли відкрити сад своїх прагнень для світу. Це відбувається через пробивання Вавилону в їхніх головах, аж доки Дитина не зможе сказати: «А це те, що я хочу робити, і ліпше робитиму це у власний спосіб».

І. Переможці

Переможці теж програмуються. Замість прокляття тут вдаються до благословення: «Многая літа!» чи «Будь великою людиною». Припис у цьому випадку є адаптивним, а не обмежувальним: «Не будь егоїстичним!», а приманкою є «Молодець!» З такими доброзичливими важелями та всіма дозволами все одно існує демон, із яким треба боротись і який ховається в темних печерах первинного розуму людини. Якщо його демон є другом, а не ворогом, то він (переможець) зробить заплановане.

Й. Чи кожен має сценарій?

Наразі неможливо відповісти на це питання з будь-якою дешицею достовірності, але є фактом, що кожен у певній мірі програмується з ранніх років. Як уже згадано раніше, деякі люди можуть стати автономними через різкі зовнішні обставини, інші – шляхом внутрішньої реорганізації, а ще хтось – через застосування антисценарію. Ключ лежить у дозволах. Що

⁷¹ Perls, F. S. *Gestalt Therapy Verbatim* (J. O. Stevens, ed.). Real People Press, Lafayette, California, 1969.

⁷² Порівняйте з: Shapiro, S. B. 'Transactional Aspects of Ego Therapy.' *American Journal of Psychology* 56:479—498, 1953.

більше дозволів має Єдер, то менше він прив'язаний до свого сценарію. З іншого боку, що сильнішими є важелі управління сценарієм, то міцніше він до нього прив'язаний. Імовірно, що людська раса навзагал утворює криву. На одному її кінці перебувають ті, хто у той чи цей спосіб стає автономним, на протилежному – ті, хто прив'язаний до сценарію, а більшість людей посередині, залежно від обставин або світогляду. Прив'язані до сценарію люди діляться на два типи. Особи, якими керує сценарій, – це ті, хто має багато дозволів, але перше ніж скористатися з них, повинні виконати вимоги своїх сценаріїв. Слушним прикладом є трудяга, який може розважатись у вільний час. Одержимі сценарієм – ті, хто має кілька дозволів, але мусять витратити якомога більше часу, виконуючи свої сценарії за будь-яку ціну. Типовий приклад становить алкоголік або наркоман, що повинен рухатися до своєї загибелі якомога швидше. Одержимі сценаріями є жертвами трагічних сценаріїв або сценаріїв «первородного гріха». З іншого боку, зрідка трапляється людина, яка вряди-годи не чує в голові голос демона, що велить їй купувати, коли слід продавати, або залишатися, коли слід іти, або говорити, коли варто зберігати мовчанку⁷³.

К. Антисценарій

Однак є люди, які повстають проти своїх сценаріїв, роблячи явно протилежне тому, що «зобов'язані» робити. Поширені приклади – це «бунтівний» підліток і жінка, яка каже: «Останнє, чого б я хотіла, – це бути, як моя мати». Такі випадки слід оцінювати дуже ретельно, оскільки в них існує кілька можливостей. 1) Ці люди можуть жити за контр-сценаріями, а очевидний бунт – просто «вибух сценарію». 2) І навпаки – вони могли жити за сценаріями і перейти до контрсценаріїв. 3) Можливо, вони знайшли розчакловувач і звільнилися від своїх сценаріїв. 4) Може, вони мають різні сценарні вказівки від кожного з батьків або від різних «батьківських наборів» і перемикаються від одних вказівок до інших. 5) Можливо, вони просто дотримуються особливої сценарної вказівки, що велить їм бунтувати. 6) Це може бути людина з «невдалим сценарієм», що згубила надію виконати свої сценарні приписи і просто здалася. Це причина багатьох депресій та шизофренічних розладів. 7) З іншого боку, ця особа могла звільнити себе і «кинути сценарій» завдяки власним зусиллям або психотерапії. 8) Цей випадок треба обережно відрізняти від «життя за антисценарієм». Такі численні альтернативи підкреслюють, яким пильним має бути сценарний аналітик, якщо він (і його пацієнт) хоче правильно зрозуміти природу певних змін у поведінці.

Антисценарій дуже нагадує те, що Еріксон називає «розпиленням ідентичності»⁷⁴. Якщо сценарій порівняти з комп'ютерною перфокартою, то антисценарій – це та сама перфокарта, але з другого боку. Це дуже груба аналогія, але вона оприявнює головну думку. Коли мати каже: «Не пий», Єдер п'є. Коли вона каже: «Приймай душ щодня», він не миється. Коли вона каже: «Не думай», він думає, а коли каже: «Вчися старанно», він кидає навчання. Коротко кажучи, Єдер є зухвалим до дрібниць.

Але оскільки йому випадає консультуватися зі своєю програмою, щоб точно дізнатись, як і коли бути зухвалим, він є так само запрограмований на непокору кожній інструкції, як і в тому випадку, коли підкорювався б усім вказівкам. Отже, коли «свобода» насправді є викликом, це тільки ілюзія. Якщо людина перевертає таку програму, вона все одно залишається запрогра-

⁷³ Припис, звичайно, має той самий вплив та походження, що й Над-Я у психоаналізі, і гасло контрсценарію теж належить сюди. Демон – це те саме, що й початкове поняття Воно. Ситуація, здається, ось яка: сам по собі демон, імпульс, є «імпульсом Воно». Проте, з феноменологічної позиції, демон відчувається як живий голос. Це голос справжнього батька (або, точніше, голос демона в батькові), імплантований у дитину. Представляючи Воно батька, він також представляє і Воно ще безмовної дитини. Стосовно «божевільної Дитини матері» дивіться: Denenberg and Whimby, 'Behavior of Adult Rats is Modified by the Experiences Their Mothers Had as Infants.' *Loc. cit.*

⁷⁴ Erikson, E. *Identity and the Life Cycle*, *Loc. cit.*

мованою. Така інверсія перевертання карти замість розривання називається антисценарієм, і антисценарії є благодатним ґрунтом для подальшого вивчення.

Л. Висновок

Сценарний апарат невдахи складається з однобічних приписів, провокацій та прокляття. Вони є важелями управління сценарієм і надійно імплантуються у віці до шести років. Для боротьби з цим програмуванням дитя має внутрішнього демона, а іноді й внутрішнє звільнення. Пізніше воно починає розуміти гасла, що дають йому контрсценарій. Увесь час людина вивчає моделі поведінки, що служать і для сценарію, і для контрсценарію. Переможець має той самий апарат, але він є адаптивнішим і зазвичай має більше автономії, тому що в нього більше дозволів. Проте в усіх людських істотах і далі існує демон, який дає раптове задоволення або завдає горя.

Слід зазначити, що важелі управління сценарієм – це параметри чи перепони, які просто встановлюють обмеження на те, що може робити Єдер, тимчасом як шаблони поведінки, що їх він засвоює від своїх батьків, зокрема ігри, розповідають йому, як він може фактично структурувати свій час. Таким чином, сценарій є повним планом для життя, який пропонує як завади, так і структури.

Розділ 8

Пізнє дитинство

А. Сюжети і герої

Пізнє дитинство, від 6 до 10 років, у психоаналізі називається *латентним періодом*. Це «локомоторна» фаза⁷⁵, коли дитина пересувається в околицях, щоб побачити те, що можна. Поки вона має лише схематичну ідею, протокол про те, як планує скласти до купи своє сценарне обладнання, щоб стати людиною з метою в житті. Вона вже готова перейти від тварин, які їдять людей або діють як люди, до власне людей.

Дитина, що починає своє життя з бажання жити або любити вічно, може бути змушена змінити свою думку протягом п'яти-шести років⁷⁶, якщо тільки не вирішить, що доволі закономірно з огляду на її обмежений досвід, померти молодою чи більше ніколи не ризикувати й не закохуватись. Або, можливо, вона довідається від своїх батьків, що любов та життя, попри всі ризики, того варті. Щойно рішення ухвалено, вона розуміє, ким є, і починає дивитися на зовнішній світ з питанням: «Що може статися з такими людьми, як я?» Вона знає, якою має бути розв'язка, але не знає, що це означає насправді, яке відчуття вона в неї викличе або як до цього підійти. Їй треба знайти якийсь сюжет або матрицю, до якої підходитиме все її сценарне обладнання, і якогось героя, що вкаже шлях. Вона також задумливо шукає героїв зі схожим сценарним обладнанням, які йшли іншими і, можливо, щасливішими шляхами, сподіваючись знайти вихід або вхід.

Матриця та герой пропонуються Єдеру в оповіданнях, які він читає в книжках чи які читає або розповідає йому якась людина, що заслуговує на довіру: мама, бабуся, діти на вулиці або, можливо, кваліфікований вихователь у дитсадку. Оповідання казок саме по собі є історією – більш справжньою і захопливою, ніж сама казка. Що, наприклад, відбувається між Єдером та його матір'ю між тим моментом, коли вона каже: «Після того як почистиш зуби, я прочитаю тобі казочку» і моментом, коли вона усміхається: «Все!», поправляючи йому ковдру? Яким є його останнє питання і як вона поправляє ковдру? Ці моменти допомагають йому сформувати «плоть» життєвого плану, тимчасом як розказані або книжкові історії створюють «кістки». Що ж до «кісток», з якими він залишається, то це: а) герой – хтось, ким він хотів би бути; б) лиходій – хтось, ким він стане, якщо підшукає виправдання; в) тип – те, ким він мусить бути, на його думку; г) сюжет – матриця подій, що дозволяє йому перемикатися від одного до одного; г) інші персонажі, які мотивуватимуть до перемикання; д) етос – сукупність етичних норм, які будуть виправданням для відчуття гніву, образи, провини, правоти чи триумфу.

Якщо дозволять зовнішні події, то його життєвий шлях буде таким самим, як життєвий план, який він формує навколо цього каркасу або матриці. Через це важливо знати, якою була його улюблена історія чи казка в дитинстві, оскільки це буде сюжет його сценарію, з усіма недосяжними ілюзіями та трагедіями, що їх можливо уникнути.

⁷⁵ Erikson, E. *Childhood and Society*. Loc. cit., p. 81.

⁷⁶ Подані тут часові графіки до пубертатного періоду ґрунтуються переважно на спогадах дорослих пацієнтів і повідомленнях батьків про своїх дітей, що підтверджуються літературою й лише в меншій мірі – прямими спостереженнями за дітьми. Дитячі психіатри, вихователі й учителі початкових шкіл, як-от ті, хто відвідує семінари з транзакційного аналізу в Сан-Франциско, здебільшого визнали таке датування прийнятним.

Б. Ракетки

Протягом цього періоду Єдер також ухвалює остаточне рішення щодо того, яких саме емоцій він прагнучиме. Він вже експериментував із цим, по черзі почувуючись розгніваним, ображеним, винним, переляканим, некомпетентним, правим і переможцем, отож виявив, що до одних емоцій його родина ставиться байдуже або з відвертим неприйняттям, тимчасом як інші є прийнятними і дають результат. Саме таке почуття і стає його ракеткою. Ця улюблена емоція обертається чимось на кшталт умовного рефлексу, який може зберігатися протягом решти життя.

Щоб прояснити це, можна використати рулеткову теорію почуттів. Припустімо, існує житловий комплекс, що складається з 36 будинків, розташованих навколо центральної площі, і припустімо, що там, байдуже в якому саме з-поміж них, має от-от народитися дитина. Великий Комп'ютер, що керує такими справами, крутить колесо рулетки, і кулька падає в слот 17. Тоді Великий Комп'ютер оголошує: «Наступна дитина з'явиться в будинку 17». Він робить ще п'ять обертів – і випадають числа 23, 11, 26, 35 та 31, отже, надалі діти з'являться в будинках саме з цими номерами. За 10 років після того кожного з цих дітей навчили, як він чи вона має реагувати. Дитина з будинку 17 навчилася: «У цій сім'ї, коли виникають труднощі, ми гніваємося». Дитина з будинку 23: «У цій родині, коли виникають труднощі, ми ображаємося». Діти з будинків 11, 26 і 35 навчилися, що коли в їхніх сім'ях виникають труднощі, вони відчують провину, переляк або некомпетентність. Дитина з будинку 31 знає: «У цій родині, коли виникають труднощі, ми шукаємо вихід». Має бути очевидним, що номери 17, 23, 11, 26 та 35, імовірно, будуть невдачами, а номер 31 має більше шансів стати переможцем.

А якщо припустити, що Великий Комп'ютер зробив оберти – і випали інші номери чи ті самі, але в іншому порядку? Можливо, дитина А потрапить до номера 11 замість 17 і навчиться розвивати провину замість гніву, а дитина Б, з будинку 23, може помінятися місцями з дитиною Д у 31-му. Тоді замість бути невдахою, дитина Б стане переможцем, а дитина Д – навпаки.

Іншими словами, якщо не брати до уваги сумнівного впливу генів, улюблені емоції діти засвоюють від батьків. Пацієнт, чиєю улюбленою емоцією є провина, міг би віддати перевагу гніву, якби народився в іншій родині. А втім, кожен захищатиме свою улюблену емоцію, як природну, ба навіть неминучу за таких обставин. Це одна з причин проводити лікування в групах. Якби ці шестеро дітей опинилися в такій групі за двадцять років по тому, то дитина А розповіла б про якийсь інцидент, закінчивши: «Звичайно ж, я розізлився (розізлилася)», дитина Б сказала б: «Це образило б мої почуття», дитина В: «Я відчув (відчула) б провину», дитина Г: «Я перелякався (перелякалася) б», дитина Г: «Я почувався (почувалася) б некомпетентним (некомпетентною)», а дитина Д (яка на цей час, імовірно, стала б психіатром): «А я з'ясував би (з'ясувала б), що з цим удіяти». І хто з них має рацію? Кожен переконаний, що це його чи її «природна» реакція. Правда полягає в тому, що насправді ніхто з них не є «природним»; кожен навчився цього, а точніше, ухвалив рішення у ранньому дитинстві. Простіше кажучи, практично всі ці емоції: гнів, образа, провина, страх і відчуття некомпетентності – є ракетками, а в добре керованій групі неважко відрізнити кілька таких реакцій, які дійсно притаманні цій людині. Таким чином, ракетка – це та емоція з усіх можливих, що її людина зазвичай сприймає як виграш в іграх, у які вона грає. Члени групи швидко навчаються розпізнавати це і можуть передбачити, коли один пацієнт збиратиме торговельні купони гніву, інший – образи тощо. Мета збирання таких торговельних купонів – повернути їх в обмін на сценарну розв'язку. Кожного в групі обурювала ідея, що його улюблена емоція не є природною, універсальною та неминучою реакцією на ситуації, з якими він стикається. Зокрема людей з ракеткою гніву дуже дратувало те, що їхні емоції ставлять під сумнів, так само як люди з ракеткою образи відчували образу.

В. Торговельні купони

Психологічні «торговельні купони» називаються так тому, що їх використовують подібно до маленьких синіх, зелених чи коричневих купонів, які люди отримують як премію, купуючи продукти чи бензин. Нижче наведено деякі спостереження стосовно справжніх торговельних купонів.

1. Зазвичай їх отримують як премію під час здійснення законних комерційних транзакцій; тобто людина має придбати продукти, щоб отримати торговельні купони.

2. Більшість людей, яка збирає їх, має улюблений колір. Якщо їм запропонують інші кольори, вони можуть не взяти їх або віддати комусь. Дехто ж, навпаки, збиратиме торговельні купони будь-якого типу.

3. Деякі люди наклеюють їх щодня у свої маленькі «книжечки», інші – регулярно час від часу, а ще інші – залишають їх валятися без потреби, допоки одного дня не занудяться й не вклеять їх усі відразу. Дехто не звертає на них уваги, аж доки чогось не потребуватиме, і тоді рахує їх, сподіваючись, що зможе щось безкоштовно за них одержати.

4. Декому подобається розповідати про них, гортати каталог, хвалитися тим, як багато у них купонів, або обговорювати, за який колір можна придбати кращий товар чи зробити вигіднішу покупку.

5. Дехто зберігає лише по кілька купонів і потім обмінює на звичайні призи; інші зберігають більше й отримують більші бонуси, а ще хтось занурюється в цю справу, намагаючись зібрати якомога більше купонів, щоб обміняти їх на один з дійсно великих призів.

6. Деякі люди розуміють, що торговельні купони насправді не є «безкоштовними», бо їхня вартість має додаватися до вартості продуктів; одні не перестають про це думати; інші розуміють, але вдають, що не знають про це, бо їм подобається сам процес колекціонування й ілюзія мати щось надурняк. (У деяких випадках вартість торговельних купонів не додається до ціни продуктів; тоді бакалійнику доводиться зараховувати цю вартість до власних збитків. Але загалом за торговельні купони платить покупець.)

7. Деякі люди воліють ходити до «чесних» продуктових крамниць, де платять лише за продукти; на заощаджені гроші вони можуть купити що захочуть і де захочуть.

8. Для тих, хто прагне мати щось «безкоштовно», є цілком імовірною купівля фальшивих торговельних купонів.

9. Зазвичай людині, яка всерйоз колекціонує торговельні купони, важко кинути цю справу. Вона може покласти їх у шухляду й на певний час забути про них, але якщо отримує велику жменю під час якоїсь особливої транзакції, то може знову витягнути їх і почати рахувати, щоб дізнатися, чого вони варті.

Психологічні торговельні купони є валютою транзакційних «ракеток». Доки Єдер маленький, батьки навчають його, як почуватись у важкій ситуації: більш посередньо, розгнівано, ображено, з почуттям провини, перелякано чи некомпетентно; а іноді почуватись дурнем, спантеличеним, відчувати подив, правоту або тріумф. Ці емоції стають ракетками, коли Єдер навчається використовувати їх і грати в ігри, щоб зібрати якомога більше улюблених емоцій, почасти через те, що з часом ця його улюблена емоція стає сексуалізованою або замінює сексуальні почуття. Наприклад, до цієї категорії найбільшою мірою належить «справедливий» дорослий гнів і зазвичай він є виграшем у грі «Попався, сучий сину». Дитину пацієнта переповнює стримуваний гнів, і вона чекає, аж доки хтось не зробить вчинок, який виправдав би прояв такої емоції. Виправдання означає, що його Дорослий погоджується з Дитиною і каже Батькові: «За таких обставин ніхто не може звинуватити мене в тому, що я гніваюся без причини». Це звільняє його від цензури Батька, він звертається до кривдника і насправді каже: «Ха! Ніхто не може мене звинуватити, тож тепер ти попався» тощо. Транзакційною мовою –

він отримує «безкоштовну» лют, тобто звільняється від почуття провини. Іноді це спрацює по-іншому. Батько питає Дитину: «Ти ж не збираєшся дозволити, щоб це зійшло йому з рук, правда?», і Дорослий погоджується з Батьком: «За таких обставин кожен би розсердився». Дитина може лише з радістю підкоритися цим спонуканням; або, з іншого боку, вона може не хотіти цього робити, як бик Фердинанд⁷⁷, але змушена буде вступити в бійку.

Психологічні торговельні купони дотримуються тієї самої моделі, що й комерційні⁷⁸.

1. Зазвичай їх отримують як побічний продукт законних транзакцій. Подружні сварки, наприклад, починаються з якоїсь реальної проблеми, що є «продуктами». Поки Дорослий робить свою справу, Дитина нетерпляче чекає на отримання бонусів.

2. Люди, які збирають психологічні торговельні купони, мають свої улюблені «кольори», і якщо їм пропонують інші, вони можуть не взяти їх. Особа, що збирає гнів, може дозволити провинам і страхам пройти повз або дозволить підібрати їх комусь іншому. Фактично в уміло структурованій подружній грі один з подружжя отримуватиме увесь гнів, тимчасом як інший підбиратиме провину чи некомпетентність, і таким чином вони обоє «виграють» і поповнять свої колекції. Проте є ті, хто збиратиме всі купони. Ці люди зголодніли за почуттями, тому гра-тимуть у «Теплицю» задоволено, вихваляючись усіма емоціями, які дістали. Психологи особливо схильні підбирати швидкоплинні емоції, і якщо вони лікують у групах, то заохочуватимуть своїх пацієнтів робити те саме.

3. Деякі люди перелічують свої образи та причини для гніву щовечора, перед тим як лягти спати; інші роблять це не так часто; ще інші чинять так лише тоді, коли їм нудно і немає кращих занять. Дехто чекає, аж доки з'явиться потреба в одному великому виправданні, й тоді вже перелічує всі свої образи і причини для гніву, в надії, що їх вистачить на те, щоб виправдати вибух гніву, «безкоштовний» поганий настрій або якийсь інший драматичний прояв емоцій. Одним подобається зберігати їх, іншим – витратити.

4. Людям подобається демонструвати свої колекції почуттів іншим і говорити про те, у кого більше причин для гніву, образ, провин, страхів тощо. Багато барів фактично стають виставковими залами, де люди можуть похвалитися своїми купонами: «Думаєш, у тебе нерозумна дружина – послухай-но оце!» або «Я розумію, що ти маєш на увазі. Щоб мене образити (налякати), треба ще менше» або «Спантеличений (винний, некомпетентний)? Та я б крізь землю провалився!»

5. «Крамниця», де гасять психологічні купони, пропонує той самий асортимент «призів», що й комерційний торговий центр: маленькі, більші та справді величезні. За одну-дві «книжки» з купонами людина може отримати маленький приз, на кшталт безкоштовної («заслуженої») випивки або сексуальної фантазії; за десять «книжок» вона може мати іграшкове (невдале) самогубство чи подружню зраду; а за сотню «книжок» – один з великих призів: безкоштовне звільнення (розлучитися, кинути лікування чи роботу) або безкоштовний похід до психіатричної лікарні (по-простому – безкоштовне божевільля), добровільне самогубство чи умисне вбивство.

6. Деякі люди довідуються, що психологічні торговельні купони насправді не є безкоштовними і за них доводиться платити самотністю, безсонням, підвищеним кров'яним тиском або проблемами зі шлунком, а тому перестають збирати їх. Інші ніколи про це не довідуються. Дехто знає, але й далі грає в ігри і збирає виграші, бо інакше його (її) життя буде занадто одноманітним; оскільки він (вона) мало чим можуть виправдати такий спосіб життя, йому (їй) випадає задовольнятися збиранням маленьких виправдань для маленьких вибухів енергії.

⁷⁷ Персонаж із однойменного диснейського мультфільму 1938 року.

⁷⁸ Паралелі між психологічними й комерційними торговельними купонами є справді дивовижними. Дивіться: Fox, H. W. *The Economics of Trading Stamps*. Public Affairs Press, Washington, D. C., 1968. Майже кожне спостереження щодо тих, хто зберігає комерційні купони, однаковою мірою добре годиться тим, хто торгує психологічними.

7. Деякі особи воліють радше говорити відверто, ніж грати в ігри, тобто не стануть поводитися виключно заради торговельних купонів і відмовляться реагувати на фальшиву викличну поведінку інших. Маючи заощаджену таким чином енергію, вони готові у зручний час та на зручному місці зустрітися з правильною людиною, до якої можуть виявити цілком виправдані почуття. (У певних випадках люди безболісно збирають психологічні торговельні купони, а розплачується за них хтось інший. Тому злочинець може насолоджуватися всіма плодами від пограбування банку, не турбуючись через це або через те, що його спіймають; очевидно, деякі шахраї й шулери можуть жити у такий спосіб дуже щасливо, якщо не стануть занадто жадібними й не перегнуть палиці. Деякі підлітки веселяться, лякаючи старших і не відчуваючи при цьому жодних мук сумління чи інших шкідливих наслідків. Але загалом особа, що збирає торговельні купони, рано чи пізно мусить за них заплатити.)

8. Деякі люди, зокрема параноїки, збирають «фальшиві» торговельні купони. Якщо їх ніхто не провокуватиме, вони вигадуватимуть провокації. Потім, якщо вони нетерплячі, то можуть отримати «безкоштовне» самогубство чи умисне вбивство без доконечної потреби покладатися на природний перебіг подій, щоб забезпечити достатнє роздратування для законного вибуху емоцій. У цьому сенсі є два типи параноїків. Дитина-параноїк збирає фальшиві образи і каже: «Подивися, що вони зі мною зробили», а тим часом Батько-параноїк збирає фальшиві приводи для відчуття правоти і каже: «Вони не можуть зі мною так чинити». Фактично серед параноїків існують «завищувачі вартості» та справжні ошуканці. Хто має манії, той може підіймати дуже маленькі купони то тут, то там і сильно завищувати їхню вартість, щоб швидко одержати велику винагороду. Ті, які мають голосові галюцинації, можуть створювати торговельні купони нескінченно просто в голові⁷⁹.

9. Пацієнтові відмовитися від колекції психологічних купонів, яку він аж так сутужно збирав усеньке життя, так само важко, як домогосподарці спалити справжні торговельні купони. Це один з тих чинників, що заважають видужанню, бо щоб вилікуватися, пацієнт мусить не лише перестати безконтрольно грати в ігри, а й відмовитися від задоволення використати купони, що їх він доти збирав. Недосить «простити» попередні образи: вони повинні стати дійсно несуттєвими для його майбутнього життєвого шляху, якщо він справді відмовиться від свого сценарію. У моїй практиці «прощення» означає покласти купони до шухляди, а не позбутися їх назавжди; вони лежатимуть у шухляді, доки все йде гладко, а щойно з'явиться нова кривда, їх витягнуть звідти й додадуть до нового виграшу, вираховуючи приз. Таким чином, алкоголік, який «прощає» свою дружину, не буде просто влаштовувати невеличку пиятику, якщо вона знову схибить, а витягне всі купони, які він отримав від її попередніх помилок або образ під час усього їхнього шлюбу і перейде до епічної гульні, що може завершитися білою гарячкою.

Поки що ми нічого не казали про «добрі» почуття, як-от справедливість, тріумф і радість. Купони справедливості робляться з «золота дурня», та їх не беруть ніде, крім світу ілюзій. Купони тріумфу блищать, але люди з витонченим смаком їх не збирають, бо вони лише позолочені. Однак їх можуть обміняти на «безкоштовне» святкування, тому їх можна гідно використати, давши втіху великій кількості людей. Радість, як і відчай, – справжнє почуття, що не є винагородою у грі; тому ми можемо говорити про золоту радість, так само як і про чорний відчай.

Щодо «добрих» почуттів можна зробити важливий клінічний висновок: люди, які зберігають «коричневі» купони, тобто «погані» почуття чи кепський настрій, про що вже сказано, часто неохоче приймають «золоті» купони, коли їх пропонують у формі компліментів

⁷⁹ Доктор Роберт Цехніх (Robert Zechnich (*Transactional Analysis Bulletin* 7: 44, April, 1968)) першим поділився спостереженням, що дає поживу для роздумів, про існування Дітей-параноїків і Батьків-параноїків, а доктор Стівен Карпман указав, що хоча галюцинації дійсно є фальшивими, омани такими бувають не завжди.

або «погладжувань». Вони цілком комфортно почуваються зі знайомими, старими поганими почуттями, але не знають, куди покласти добрі, тому ухилятимуться від них, ігноруватимуть або вдаватимуть, ніби не розчули. Насправді завзятий колекціонер «коричневих» купонів може перетворити навіть найщиріші компліменти на завуальовані образи, і таким чином, замість марнувати їх, відмовляючись або не чуючи, він оберне їх на підроблені коричневі. Найпоширеніший приклад, коли фраза: «О, маєш сьогодні чудовий вигляд!» викликає відповідь: «Я знала, що тобі не сподобалося, який вигляд я мала минулого тижня». Або інший приклад: «О, яка чудова сукня!», а у відповідь висновок: «Отже, та, в якій я була вчора, тобі не сподобалася!» За допомогою невеликої практики кожен може навчитися перетворювати компліменти на образи і, бризнувши трохи лайна на приємний золотий купон, зробити з нього неприємний коричневий.

Наступний анекдот показує, наскільки легко марсіанам зрозуміти поняття психологічних торговельних купонів. Одна жінка прийшла додому з групової зустрічі, де вперше почула про це поняття, і розповіла про нього дванадцятирічному синові. Він сказав: «Добре, мамо, я скоро повернуся». Коли він повернувся, то зробив маленький рулон перфорованих паперових купонів, маленький розподільувач, що мав тримати їх, і паперову книжечку, розкреслену на квадрати. На першій сторінці він написав: «Коли ти заповниш цю сторінку, здобудеш право на одне безкоштовне страждання». Він усе чудово зрозумів. Якщо люди не провокують, не ображають, не спокушають і не обманюють вас за власною ініціативою, то ви починаєте гру, щоб змусити їх це зробити. У такий спосіб ви збираєте право на безкоштовну лють, образу, провину чи страх, і кілька таких купонів разом утворюють одне безкоштовне страждання.

У психологічних та справжніх торговельних купонів є ще одна спільна риса. І ті, й ті перестають діяти після використання, але людям і далі подобається згадувати з ностальгією, як вони їх використали. Ключове слово тут «згадувати». Справжні люди у звичайній розмові кажуть: «А пам'ятаєш, коли...?», тимчасом як «пригадуєш» зазвичай вживають щодо торговельних купонів, що були використані та скасовані дуже давно. «Пам'ятаєш, як ми класно провели час у Йосеміті?»⁸⁰ – це спогади, натомість «Пригадуєш, що сталося в Йосеміті? Спочатку ти зробив ум'ятину на крилі і, крім того, забув... а потім, як я пригадую, ти... та ще й на додачу...» – це вже шаблонний докір, якого більше недостатньо для справедливого гніву. Адвокати зазвичай у своїй професії слово «пригадуєте» замість «пам'ятаєте», коли оприлюднюють часто збляклі, а іноді й фальшиві торговельні купони позивача, щоб продемонструвати їх судді або присяжним. По суті, адвокати є філателістами, знавцями психологічних торговельних купонів; вони можуть переглянути колекцію, велику чи малу, і визначити її поточну «ринкову вартість» у великому «магазині для погашення купонів», тобто в суді.

Нечесне подружжя може обдурювати одне одного, витягуючи зужиті чи фальшиві купони. Отже, Франциско виявив, що його дружина Анжела мала роман з роботодавцем, і фактично врятував її, коли той погрожував їй насильством. Після бурхливої сцени вона подякувала чоловікові – і той її простив. Але після того, щоразу як Франциско напивався, а це було часто, він знову витягував цей випадок і влаштовував нову сцену. Якщо говорити мовою торговельних купонів, під час першої сцени він заробив справедливий гнів, вона щиро йому подякувала, а він шляхетно її простив. Це було пристойне врегулювання конфлікту – і всі купони було скасовано.

Утім, як уже зауважено, «простити» на практиці означає покласти купони до шухляди, доки знову не знадобляться, навіть якщо вони вже були погашені. У цьому випадку Франциско кожного суботнього вечора витягував старі погашені купони і махав ними перед обличчям Анжели. Замість указати на те, що вони вже були використані, Анжела схилила голову й дозволяла Франциско мати ще один справедливий гнів. Своєю чергою вона дурила його фальши-

⁸⁰ Національний парк у штаті Каліфорнія, США.

вими купонами вдячності. Коли вона вперше подякувала йому, то дала справжні купони золотій вдячності, але після цього її подяки були втомленими і фальшивими, зробленими з «золота дурня» або залізного колчедану – піриту, які він, у своїй п'яній глупоті, приймав за справжні. Коли він був тверезим, обоє могли бути чесними і вважати це питання залагодженим. Але коли Франциско напивався, вони обманювали одне одного. Він шантажував дружину фальшивими повторами, а вона платила йому тим самим.

Таким чином, аналогія між комерційними та психологічними торговельними купонами є практично ідеальною. Кожна людина зазвичай поводить себе з обома видами купонів однаково, відповідно до свого виховання. Декого налаштовують обміняти їх на товари й забути. Інших навчають зберігати їх і насолоджуватися; вони зберігають паперові купони й самовдоволено тішаться, чекаючи на той день, коли зможуть обміняти їх на більший приз; так само вони поведуться і з гнівом, образами, страхами та провинами, стримуючи їх, доки не накопичать достатньою мірою, щоб одержати справді великий виграш. Інші мають дозвіл обдурювати, і вони роблять це неабияк винахідливо.

Психологічні торговельні купони існують у вигляді емоційних спогадів, які, ймовірно, мають форму молекулярних візерунків у постійному стані збудження, або електричних потенціалів, що рухаються по колу у формі Жорданової кривої; і жоден з них не вичерпується повністю, доки існує якесь виділення накопиченої енергії. Швидкість розпаду цих конфігурацій або згасання потенціалів, ймовірно, почасти залежить від генів, а частково від «вироблення умовних рефлексів у дитинстві», що в нашому випадку належить до категорії батьківського програмування. У будь-якому разі, якщо людина знову і знову витягує старі купони, демонструючи їх своїм глядачам, вони стають потертими й заялуженими, і глядачі стомлюються.

Г. Ілюзії

Дитячі ілюзії здебільшого стосуються винагород за добру поведінку і покарань за погану. Бути добрим означає здебільшого не бути сердитим («Спокійно, спокійно!») і сексуальним («Гидкий, гидкий!»), але бути наляканим або присоромленим вважається цілком нормальним. Тобто Єдер не мусить оприлюднювати ні «інстинкт самозбереження», прояв якого може бути цілком задовільним, ані «інстинкт збереження виду», прояв якого може бути дуже приємним навіть у ранньому віці; а от незадоволення та прикриті емоції йому дозволяють мати стільки, скільки він забажає.

Існує багато систем, які створюють формальні правила для отримання винагород і покарань. Окрім правових систем, які є скрізь, існують також релігійні й ідеологічні. Половина світу належить до «справжніх вірян» (близько 1 мільярда християн та 0,5 мільярда мусульман), для яких правила, що стосуються потойбічного життя, є найважливішими. «Язичницьку» половину судять під час тимчасового перебування на землі їхні місцеві божества чи уряди. Проте для сценарного аналітика найважливішими кодексами є неформальні, приховані, що особливі для кожної сім'ї.

Для маленьких дітей існує хтось на кшталт Санта-Клауса, який наглядає за їхньою поведінкою і веде рахунок. Але він для «маленьких дітей», а «великі діти» в нього вже не вірять, принаймні не в чоловіка у маскарадному костюмі, який приходить певної днини. Власне, брак віри у такого Санта-Клауса і є тим, що відрізняє великих дітей від маленьких, разом зі знанням, звідки беруться діти. Проте великі діти, як і дорослі, мають власні версії Санти, кожен свою. Деяких дорослих дужче цікавить родина Санти, аніж він сам, і вони твердо вірять, що якщо будуть поводитися належним чином, то рано чи пізно у них щось складеться або з його сином Прекрасним Принцом, або з його донькою Снігуронькою, або навіть із його дружиною, місіс Менопаузою. Фактично більшість людей проводять усе своє життя, чекаючи на Санта-Клауса чи когось із членів його родини.

Крім того, існує і його антипод у пеклі. Якщо Санта – це веселий чоловік у червоному костюмі, який приходить із Північного полюса й несе з собою подарунки, то його антипод – то похмура людина в чорному плащі, що приходить із Південного полюса й несе з собою косу. Звати її Смерть. Таким чином, від пізнішого дитинства людська раса розділяється на Групу Життя, яка проводитиме час в очікуванні Санта-Клауса, і Групу Смерті, що проводитиме життя чекаючи на Смерть. Це базові ілюзії, що лежать у основі всіх сценаріїв: що рано чи пізно прийде Санта-Клаус і принесе подарунки переможцям або що рано чи пізно прийде Смерть і розв'яже геть усі проблеми невдах. Отже, перше запитання, яке слід поставити щодо ілюзій, звучить так: «Ви чекаєте на Санта-Клауса чи на Смерть?»

Але перед Останнім Дарунком (безсмертя) і Останнім Рішенням (смерть) існують і проміжні. Санта може подарувати виграшний лотерейний квиток, довічну пенсію чи тривалу молодість. Смерть може подарувати інвалідність, припинення сексуального потягу або передчасне старіння – кожен із цих дарунків позбавляє людину якихось обов'язків. Наприклад, жінки у Групі Смерті переконані, що менопауза дасть їм полегшення та перепочинок: усі сексуальні бажання зникнуть, змінившись на припливи й напади меланхолії, що виправдає їх навіки. Цей сумний міф про рятівну роль місіс Менопаузи у сценарному аналізі дістав назву «Дерев'яні Яєчники». Деякі чоловіки також хапаються за цю ілюзію – «Дерев'яні Яєчка» – міф про чоловічу менопаузу.

Кожен сценарій ґрунтується на якійсь подібній ілюзії і болюче, але необхідне завдання сценарного аналітика полягає в тому, щоб підірвати її, звідси й такі грубі назви, що допомагають зробити це якнайшвидше і з найменшим болем. Транзакційна важливість ілюзії полягає в тому, що вона є причиною виникнення та збереження купонів. Так люди, що чекають на Санта-Клауса, зберігатимуть будь-які компліменти, щоб показати, якими вони були хорошими, або різноманітні «страждання», щоб викликати його співчуття, тимчасом як ті, хто чекає на Смерть, зберігатимуть купони провини й безнадії, аби продемонструвати, що вони варті її чи вітатимуть її вдячно. Проте будь-який вид купонів можна запропонувати або Санта-Клаусу, або Смерті, сподіваючись, що розумне мистецтво продажів наблизить бажану покупку.

Отже, ілюзія пов'язана з крамницею, де обмінюють торговельні купони; таких крамниць є дві, і в кожній свої правила. Роблячи досить добра або витримуючи достатньо страждань, Єдер може зібрати доволі золотих або коричневих купонів та одержати безкоштовний подарунок із крамниці Санти. Зібравши достатньо купонів провини чи безнадії, він може мати безкоштовний подарунок із крамниці Смерті. Насправді Санта й Смерть не мають крамниць. Вони більше схожі на мандрівних торговців. Єдеру доводиться *чекати* на Санту або Смерть, і він ніколи не знає, коли вони прийдуть. Ось чому він мусить зберігати свої купони і завжди тримати їх наготові, бо якщо він прогавить свій шанс, коли Санта чи Смерть проходилимуть повз, невідомо, коли випаде наступна можливість. Якщо Єдер колекціонує випадки, коли, прощаючись, бажав усього найкращого, то мусить весь час думати позитивно, бо щойно розслабитися навіть на мить, як він може прогавити момент приходу Санти. Так само, якщо він збирає страждання, то не може ризикувати і хоча б на мить мати щасливий вигляд, бо якщо Санта спіймає його на цьому, Єдер утратить свій шанс. Те саме стосується людей у групі Смерті. Вони не в силах дозволити собі ризикувати бодай одним моментом, коли почуватимуться вільними від провини чи безнадії, бо це може відбутися в момент візиту Смерті, а відтак вони будуть приречені жити до наступного разу, який може бути, – ну, лише Смерть знає, як довго може тривати тривожне очікування.

Ілюзії – це «якщо тільки» і «колиш», що лежать у основі існування більшості людей. У деяких країнах державні лотереї дають Єдеру однуєдину нагоду втілити свою мрію, і тисячі людей проводять своє життя, день за днем очікуючи, коли випадуть щасливі номери. Правда полягає в тому, що це і є Санта-Клаус: при кожному оберті барабана випадає чийсь номер – і мрії переможця справджуються. Утім, хоч як дивно, в більшості випадків це не дає щастя, і

багато людей, дозволивши своїм виграшам прослизати між пальцями, повертаються до свого попереднього стану. Це трапляється тому, що вся система ілюзій є магічною: винагорода не лише приходить у чарівний спосіб, а й сама по собі є магією. Порядна дитина знає, що справжній Санта-Клаус спуститься крізь димар, поки вона спатиме, і залишить їй маленький червоний фургончик або золотистий апельсин. Але це буде не звичайний фургончик чи апельсин, а чарівний та унікальний, прикрашений рубінами й діамантами. Коли Єдер бачить, що маленький фургончик або апельсин дійсно прибув, але він звичайнісінький, як у всіх, то розчаровується й запитує: «І це все?», спантеличуючи батьків, які вважають, що дали йому саме те, чого він хотів. Так само й людина, яка виграє лотерею, виявляє, що речі, які вона купує, є такі самі, як і в інших, часто питає: «І це все?» і протринькує гроші. Вона радше повернеться назад і сидітиме під деревом, чекаючи на диво, ніж радітиме тому, що має. Тобто ілюзії є привабливішими за реальність і навіть найбільш приваблива реальність може бути відкинута на користь найбільш примарної чи неймовірної ілюзії.

Серед найвизначніших прикладів такого стибу можна назвати деяких людей зі сценарієм «Ніколи не здавайся». Одна з речей, від яких вони не хочуть відмовлятися, – це їхні випорожнення, тому вони потерпають від хронічних закрепів. Ілюзія полягає в тому, що якщо вони протримаються довше, прийде Санта-Клаус, а якщо й не прийде, то вони принаймні матимуть щось своє, що компенсує подарунки, яких не отримали. Дехто з цих людей має чудову нагоду тішитися зі справжньої винагороди, але вони краще «сидітимуть» удома, очікуючи, поки невідомо що або хто прийде на порятунок. Одна така жінка, навіть лежачи на кушетці аналітика, казала: «Я сиджу тут і думаю». Вдома вона проводила купу часу в такому стані «закрепу». Вона виявила, що їй важко бути серед людей, бо хай куди йшла, вона всюди носила з собою психологічний «туалет» і хоч що робив її Дорослий, Дитина сиділа на улюбленому стульчаку.

Насправді Дитина майже ніколи не відмовляється від ілюзій. Деякі з них є універсальними і, як писав Фройд, можуть виникнути в перші місяці життя чи навіть в утробі, представляючи магічний світ, що його людина пізніше може віднайти лише через любов, секс або наркотики (чи, у випадку з жорстокими людьми, через убивство). Фройд визначає три найбільш ранні ілюзії: «Я безсмертний, усемогутній і непереборний». Звичайно, ці первісні ілюзії тривають недовго в умовах дитячої реальності: матері, батька, часу, сили тяжіння, невідомих і страшних зображень та звуків і внутрішніх відчуттів голоду, страху й болю. Проте їх замінюють умовні ілюзії, що потужно впливають на формування сценаріїв. Там вони з'являються у формі умов «якщо тільки»: «Якщо тільки я поводитимуся добре, прийде Санта-Клаус».

Усі батьки ставляться до ілюзій однаково. Якщо дитина вірить у те, що вони чарівники, це частково тому, що вони й самі в це вірять. Немає батька, який у той чи той спосіб не говорив би своїм дітям: «Якщо робитимеш, як я скажу, все буде гаразд». Для дитини це означає: «Якщо я робитиму те, що вони мені кажуть, мене захищатиме магія і всі мої найкращі мрії справдяться». Вона вірить у це так сильно, що цю віру майже не можна похитнути. Якщо дитина цього не робить, то це не тому, що магія зникла, а тому, що вона порушила правила. І якщо вона заперечує батьківські вказівки чи відкидає їх, це не означає, що дитина втратила віру у свої ілюзії. Це лиш означає, що вона більше не може витримувати ці вимоги або вважає, що ніколи їм не відповідатиме. Звідси заздрість і глузування, що його люди демонструють до тих, хто дотримується правил. Внутрішня Дитина ще вірить у Санту, але ці бунтівники кажуть: «Я можу забрати в нього все гуртом» (наркотики чи революція), тимчасом як песимісти кричать: «Кому потрібен його зелений виноград? У смерті виноград солодший». Але з віком мало кому таланти самостійно позбутись ілюзій, а хто їх позбувається, ті, схоже, роблять це без заздрощів або кпинів з тих, кому це не вдається.

Батьківська настанова в найкращому випадку радить: «Чини правильно, і з тобою не трапиться ніякого лиха!» – цей девіз є основою етичних систем у кожній країні протягом усієї писемної історії, починаючи з найдавніших писаних інструкцій Птахотепа, створених у Ста-

родавньому Єгипті 5 тисяч років тому⁸¹. У найгіршому вона каже: «Цей світ стане кращим, якщо ти вб'єш певних людей, і таким чином ти досягнеш безсмертя, станеш усемогутнім і здобудеш непереборну силу». Хай як дивно, з погляду Дитини обидва ці гасла є закликами до любові, оскільки вони ґрунтуються на тій самій Батьківській обіцянці: «Якщо робитимеш те, що я тобі кажу, я тебе любитиму й захищатиму, а без мене ти ніщо». Це чітко проявляється, коли обіцянки дають у письмовій формі. У першому випадку це Господь, який буде любити й захищати вас, як це написано в Біблії, а в другому – Гітлер, як це написано у «Майн кампф» та інших творах. Гітлер обіцяв тисячолітній рейх, що є безсмертям на практиці, а його послідовники справді здобули всемогутність і непереборну владу над поляками, циганами, євреями, живописцями, музикантами, письменниками та політиками, яких вони ув'язнили в концтаборах. Однак поки все це відбувалося, реальність перемогла у наполеонівській формі піхоти, артилерії та авіаційної підтримки, і мільйони гітлерівських послідовників стали смертними, безсилими й переможеними.

Щоб зруйнувати ті первісні ілюзії, потрібна величезна сила, і найчастіше це відбувається у воєнний час. Коли граф Толстой іде в бій, він обурено гукає: «Чому вони в мене стріляють? Мене всі люблять (= Я непереборний)»⁸². Те саме стосується умовної ілюзії: «Якщо я чинитиму так, як каже мій Батько, все буде гаразд». Найжахливіший приклад руйнування цієї майже універсальної віри силою показано в сумнозвісній фотографії маленького хлопчика років дев'яти, який самотньо стоїть посеред вулиці в Польщі, не зважаючи на глядачів, які прямують тротуаром, а тимчасом над ним нависає озброєний есесівець. Вираз на його обличчі дуже чітко говорить: «Але ж мама казала мені, що якщо я буду добрим хлопчиком, усе буде гаразд». Найжорстокішим психологічним ударом, що його годі витримати будь-якій людині, є доказ того, що добра мама обдурила її, і цим доказом є жахливі торттури, яких завдає німецький солдат маленькому хлопчикові, якого він загнав у кут.

Психіатр, застосовуючи усю свою людяність і проникливість, мусить виконати схоже завдання: не торттури, але хірургічне втручання. Щоб пацієнтові стало краще, треба підірвати ілюзію, на якій ґрунтується все його життя, щоб він міг жити в реальному світі, а не у своїх «якщо тільки» та «колись». Це найболючіше завдання, яке має виконати сценарний аналітик: казати своїм пацієнтам, що Санта-Клауса не існує. Утім, за умови ретельної підготовки цей удар можна пом'якшити, і пацієнт у довготерміновій перспективі, можливо, простить його.

Одна з улюблених ілюзій пізнішого дитинства руйнується, коли Єдер дізнається, звідки беруться діти. Щоб підтримати ілюзію непорочності власних батьків, він змушений робити застереження: «Добре, але *мої* батьки так не чинять». Психіатрові тяжко не справити враження грубої та цинічної людини, коли він ставить Єдера перед фактом, що той не з'явився на світ завдяки непорочному зачаттю, тож вони мусять пройти крізь це принаймні раз, а якщо в нього є брати й сестри, то кілька разів. Це все одно, що сказати йому, що його зрадила рідна мати, це щось, чого одна людина не мусить казати іншій, якщо тільки та інша особа не зверне на це її увагу. Іноді лікар має протилежне завдання – повернути якусь подобу пристойності картині, що її сама мати чи зовнішні обставини забруднили, довівши до деградації. І для мільйонів дітей ця ілюзія є недосяжною розкішшю, тож вони змушені мізерно животіти як у психологічному, так і в матеріальному сенсі.

Віру в Санта-Клауса, Смерть і непорочність матері можна вважати нормальною, оскільки її охоче підхоплюють люди та вона дає духовну поживу ідеалістичним або слабшим душам щоразу, як вона є приступною. З іншого боку, заплутані люди заплутуються тому, що мають свої особливі ілюзії. Ці ілюзії варіюються від: «Якщо щодня робити зрошування кишківника, то будеш здоровий і щасливий» до «Ти можеш урятувати свого батька від смерті, якщо сам

⁸¹ Breasted, J. *The Dawn of Conscience*. Charles Scribner's Sons, New York, 1933.

⁸² Tolstoy, L. *War and Peace*. The Modern Library, New York.

захворієш. Якщо він помре, то це тому, що ти недостатньо хворий». Існують також особисті контракти з Богом, контракти, про які з Ним ніколи не радились і яких Він ніколи не підписував, і які Він відмовився б підписувати: «Якщо я пожертвую своїми дітьми, моя мати залишиться здоровою» (поширений приклад) або «Бог пошле мені диво, якщо не матиму оргазмів». Як вже зазначено, остання домовленість була правилом серед повій Парижа: «Не важить, зі скількома чоловіками я займаюся сексом чи навіть свідомо заражаю їх, я все одно можу потрапити до раю, поки виконую це як роботу і не відчуваю від неї насолоди»⁸³.

У ранньому дитинстві магічні ілюзії приймають у найбільш романтичних формах. Пізніше дитина випробовує їх у зіткненні з реальністю і неохоче відмовляється від частини з них, залишаючи тільки таємне ядро, що формує екзистенційну основу життя. Лише найсильніші можуть вплутатися в таку безглузду авантюру, як життя без ілюзій. Однією з тих ілюзій, від яких важко відмовитися навіть у старшому віці, є ілюзія автономії або самовизначення.

Це показано на *рисунку 10*. Справжня автономна ділянка, яка представляє діяльного раціонального Дорослого, вільного від Батьківських упереджень та Дитячих фантазій, позначена як Д1. Ця частина особистості фактично може вільно робити Дорослі оцінки на підставі ретельно зібраних знань та спостережень. Вона здатна ефективно працювати у якомусь ремеслі чи професії, коли механік або хірург звертається до здорового глузду, спираючись на попередню освіту, спостереження й досвід. Ділянка з позначкою Б чітко розпізнається індивідом як сфера Батьківського впливу: ідеї та вподобання, які він дістав від батьків щодо їжі, одягу, манер і релігії. На ці переконання він може покликатися як на своє «виховання». Ділянку з позначкою Дит він виділяє під сильні бажання або ранні смаки – те, що походить від його Дитини. Міра його автономії визначається тим, наскільки індивід визнає та відокремлює ці три ділянки: він розуміє, яка з них є Дорослою й практичною, яку серед трьох він сприймає як перейняту від інших, і дії, що радше визначаються ранніми імпульсами, ніж практичним мисленням та раціональними рішеннями.

Ділянки, позначені як «Омани» та «Ілюзії», – це ті, де особа живе помилково. Омани – те, до чого вона ставиться як до власних ідей, хоча насправді це ідеї, накинута індивідууму батьками, які настільки вросли в нього, що він вважає їх за частину свого справжнього Я. Ілюзії аналогічно є ідеями, що походять від його Дитини і які він сприймає як Дорослі та раціональні й намагається на цій підставі їх виправдати. Омани й ілюзії можна назвати інфекціями. Ілюзія автономії ґрунтується на помилковому уявленні, що вся ділянка Д1, показана на *рисунку 10*, є незараженим та автономним Дорослим, тимчасом як насправді вона охоплює великі царини, що насправді належать Батькові й Дитині. Справжня автономія – це визнання тих меж Дорослого, що показані на *рисунку 11*, і заштрихованих ділянок, які належать до інших Я-станів.

Фактично рисунки 10 та 11 дають нам міру автономії. Ділянку Д на *рисунку 11*, розділену ділянкою Д на *рисунку 10*, можна назвати «мірою автономії». Якщо Д-10 велика, а Д-11 – маленька, то людина має невелику автономію і великі ілюзії. Якщо Д-10 є маленькою (хоча і завжди більшою за Д-11), а Д-11 – значущою (хоча й завжди меншою від Д10), тоді в людини менше ілюзій і більше автономії.

Г. Ігри

У ранньому дитинстві людина є відвертою і починає життя з першої позиції «Я+, Ти +». Але швидко виникає перекручення – і вона розуміє, що її «+» не є цілком беззаперечним автоматичним правом первородства, а певною мірою залежить від її поведінки, надто ж від реакції на маму. Навчаючись правил поведінки за столом, вона може виявити, що її незаплямований «+» надається лише з певними застереженнями, і це може ранили. Вона реагує, став-

⁸³ Philippe, C.-L. *Bubu of Montparnasse*. Loc. cit.

лячи під сумнів «+» матері, хоча після обіду вони можуть поцілуватись і примиритися. Одначе підґрунтя для гри вже закладено, і гра починає розгортатися під час привчання дитини до горщика, де дитина є господарем становища. Під час прийому їжі вона голодна і чогось хоче від матері; у ванній кімнаті мати чогось хоче від неї. За столом дитині доводиться реагувати на неї певним чином, щоб зберегти рівень свого «+»; тепер матері випадає ставитися до неї правильно, щоб зберегти свій «+». У рідкісних випадках обоє можуть поводитися відверто, але зазвичай до цього часу мати вже трохи обманює її своїми трюками, і дитина робить те саме.

На той момент, коли дитина йде до школи, вона, ймовірно, вже знає кілька м'яких ігор або дві-три жорстких, а в найгіршому випадку

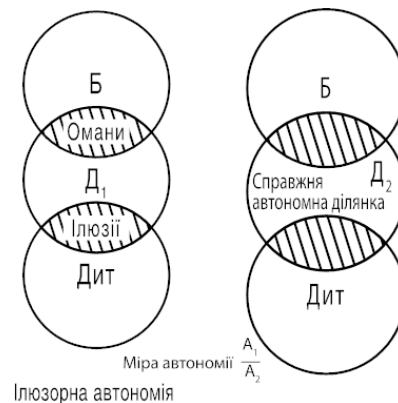


Рисунок 11 и Рисунок 10

може бути одержима іграми. Усе залежить від того, наскільки розумними й наполегливими є її батьки. Що більше вони «гратимуть розумно», то хитрішою буде дитина; що наполегливішими вони будуть, то жорсткіше їй доведеться грати, щоб вижити. Клінічний досвід показує: найефективніший спосіб зіпсувати й затиснути дитину – робити часті клізми всупереч її волі, так само як найефективніший спосіб зіпсувати та дезінтегрувати її – це жорстоко ляскати її, коли вона кричить від болю.

У початковій школі дитина має змогу випробувати на інших дітях і вчителях ігри, яких вона навчилася вдома. Одні вона загострює, інші пом'якшує, від деяких відмовляється, а завдяки групі засвоює якісь нові ігри. Також вона має нагоду випробувати свої переконання й позицію. Якщо вона вважає, що вона «+», то її вчитель може або підтвердити це, або шокувати, поставивши на місце, а якщо вона гадає, що вона «-», то він спроможний або підтвердити це (що лише відповідатиме її сподіванням), або спробує підняти її самооцінку (що може змусити її почуватися ніяково). Якщо вона вважає, що решта світу «+», то долучатиме до цієї решти і його, аж доки вчитель не буде змушений довести, що до цієї групи не належить. Якщо вона переконана, що інші «-», то буде намагатися довести це, дратуючи його.

Існує безліч особливих ситуацій, яких ані дитина, ні вчитель не здатні ні передбачити, ні дати собі з ними раду. Учитель може грати у гру під назвою «Аргентина». «Що найцікавіше в Аргентині?» – питає він. «Пампаси», – мовить хтось. «Нііі». «Патагонія», – каже інший. «Нііі». «Аконкагуа», – пропонує інший учень. «Нііі». До цього часу вони вже розуміють, у чому річ. Немає сенсу згадувати, що написано в підручнику або що їх цікавить. Вони мають угадати, що в учителя в голові, тому він заганяє їх у куток і вони здаються. «Ніхто більше не хоче відповісти?» – запитує він фальшиво лагідним голосом. «Гаучо!» – переможно виголошує вчитель, умиль змушуючи всіх почуватися дурнями. Вони ніяк не можуть зупинити його, і навіть найбільш поблажливому учню важко дозволити йому підтримувати його «+». З іншого боку, навіть наймайстернішому вчителю може бути важко підтримувати свій «+» із учнем, над яким вдома вчинили наругу клізмами. Він може відмовитися відповідати і потім, якщо

наставник таки змусить, то теж згвалтує його мозок, що тільки доведе учневі: учитель нічим не кращий за батьків. Але в будь-якому випадку вчитель жодним чином не може йому допомогти.

Кожна з нижчих позицій має власний набір ігор, і, бавлячись у них із вчителем, Єдер може побачити, яким з них той піддається, й відточити власну майстерність. На другій, або зарозумілій, позиції (+–) він може спробувати «Попався», на третій, або депресивній, (– +) «Удар мене», а з позиції безнадійності (– –) – «Змусь учителя перепросити». Він може відмовитися від тих ігор, які наставник відкидає, або має для них антитезу. Проте він також випробує їх і на своїх однокласниках.

Із четвертою позицією у багатьох випадках мати справу найважче. Та якщо вчитель зберігає самовладання і погладжує Єдера розважливими словами, а не зефіром, докорами чи вибаченнями, то, можливо, він перестане хапатися за тверду скелю безнадії й попливе до сонця «+».

Отже, підлітковий вік – це період, коли визначається, які ігри з домашнього репертуару закріплюються і стають улюбленими, а від яких, якщо таке трапляється, відмовляються. Єдиним найважливішим питанням тут є: «Як до вас ставилися вчителі?», а наступним: «Як до вас ставились інші діти?»

Д. Персона

Наприкінці цієї фази в повній мірі розквітає дещо інше, щось, про що можна дізнатися, поставивши запитання: «Якщо ви не можете говорити прямо і сказати все, як є, то який спосіб бути обдуреним для вас найзручніший?» У відповіді буде все, чого Єдер навчився від батьків, учителів, однокласників, друзів і ворогів. Результатом є його особистість.

Юнг визначає персону як «ситуативну позицію», маску, що її людина «використовує відповідно до своїх свідомих намірів, стикаючись із вимогами та думками оточення». У такий спосіб вона «обманює інших, а часто й саму себе щодо свого реального характеру»⁸⁴. Отже, це соціальна особистість, а соціальні особистості більшості людей нагадують особистість дитини в латентний період, віком від 6 до 10 років. Це відбувається тому, що персону насправді сформовано зовнішніми впливами та власними рішеннями дитини, прийнятими саме в той період. Коли хороший, суворий, симпатичний, доладний, дорослий Єдер демонструє свою соціальну поведінку, йому не треба (хоча він і може) слухатися Батька, Дорослого чи Дитину. Навпаки, він може поводитись як учень початкових класів, адаптуючись до соціальної ситуації під керівництвом Дорослого або в межах Батьківських обмежень. Ця адаптація з'являється у вигляді його персони, яка теж вписується в його сценарій. Якщо це сценарій переможця, то персона буде привабливою, якщо сценарій невдахи – відразливою, але не для нього самого. Часто це моделюється на його героя. Справжня Дитина прихована за персоною і може причаїтися там, очікуючи зручної нагоди, щоб вистрибнути, коли він збере достатньо купонів, аби виправдати скидання маски.

У такому випадку пацієнта слід запитати: «Що ви за людина?» або ще ліпше: «Що про вас думають інші люди?»

Е. Сімейна культура

Уся культура є сімейною, це те, що дитина всотує з наймолодшого віку. Якихось деталей і методик вона може навчитися за межами домівки, але їхню цінність визначає родина. Сценарний аналітик намагається добратися до суті справи, ставлячи одне гостре запитання: «Про що ваша сім'я розмовляла за обіднім столом?» Таким чином він намагається з'ясувати причину проблеми, яка може бути важливою або неважливою, і визначити типи транзакцій, що мали

⁸⁴ Jung, C. G. *Psychological Types*. *Loc. cit.*, p. 590.

місце, а це завжди важливо. Деякі дитячі й сімейні психотерапевти прагнуть побувати на обіді вдома у пацієнтів, щоб дістати якомога більше надійної інформації за найкоротший час.

Одним із гасел сценарного аналітика є чи має бути: «Думай сфінктером!» Фройд⁸⁵ та Абрагам⁸⁶ були першими, хто розробив ідею про те, що структура характеру зосереджена навколо тілесних отворів. Ігри й сценарії діють однаково, і фізіологічні ознаки й симптоми, що формують важливу рису кожної гри чи сценарію, зосереджуються навколо певного отвору, або сфінктера. Сімейна культура, як це видно за обіднім столом, крутиться навколо «сімейного сфінктера», і знання про улюблену тему розмов у родині дуже допоможе в лікуванні пацієнта.

Чотири зовнішні сфінктери, про які йдеться, – оральний, анальний, уретральний та вагінальний і, можливо, є важливіші внутрішні сфінктери, пов'язані з ними. Існує також ілюзорний сфінктер, який можна назвати, як кажуть у психоаналізі, клоачним.

Хоча рот має власний зовнішній сфінктер, *Orbicularis oris*, це зазвичай не той м'яз, який стосується «оральних» сімей, хоча деякі з них мають девіз: «Тримай рот на замку». Головним чином «оральні» родини говорять про їжу і ключовими сфінктерами, яких це стосується, є горло, шлунок та дванадцятипала кишка. Так, «оральні» сім'ї – це зазвичай люди, зациклені на дієтах і шлунку, тож саме на ці теми вони й розмовляють за обідом. «Істеричні» члени таких сімей мають спазми горлових м'язів, а «психосоматичні» – спазми стравоходу, шлунка, дванадцятипалої кишки чи навпаки – блюють або мають страхи перед блювотою.

Анус є сфінктером у повному сенсі цього слова. «Анальні» сім'ї розмовляють про випорожнення, проносне й клізми, а більш аристократичні – про зрошування кишківника. Життя для них – колообіг отруйної речовини, якої слід швидко позбутися за будь-яку ціну. Вони зачаровані кишковими продуктами і пишаються собою або дітьми, коли випорожнення великі, тверді й правильної форми. Про діарею судять за її великою кількістю, тимчасом як слизовий або кровоточивий коліт є предметом вічного зацікавлення й може подаватися з виглядом скромної відмінності. Уся ця культура зливається з сексуальністю (або антисексуальністю) у девізі: «Стискай свою дупу міцно, бо вскочиш у халепу». Це означає зберігати кам'яне обличчя, і ця філософія може окупитися під час заробляння грошей.

Уретральні сім'ї багато говорять, вивергаючи довгі потоки розбавлених водою ідей з кількома запинками наприкінці, хоча насправді вони ніколи не завершують свою розмову, оскільки завжди залишаються останні краплі, які можна витиснути, якщо є час. Деякі з них переповнені сечею й оцтом, і коли вони роздратовані, то плюють на людей або кажуть, що плювати на них хотіли. Деякі діти повстають проти цієї системи, стискаючи свої уретральні сфінктери й тримаючи сечу всередині якомога довше, маючи значне задоволення від неприємних відчуттів, що виникають унаслідок цього, і ще більше задоволення, коли нарешті випускають сечу, іноді вночі в ліжку⁸⁷.

У деяких родинах за їжею говорять про гріховність сексу. Їхній девіз: «У нашій родині жінки тримають ноги схрещеними». Навіть коли їхні ноги не схрещені, вони міцно стискають свої вагінальні сфінктери. У інших сім'ях вагінальні сфінктери широко відкриті й ноги тримають вільно, а розмови за столом є вульгарними й порнографічними.

Це загальні приклади, що ілюструють теорію сфінктерів або, як її зазвичай називають, теорію інфантильної сексуальності. Цю теорію найбільш повно й чітко розвинув Еріксон⁸⁸. Він розглядає п'ять етапів розвитку, що зосереджуються навколо конкретної анатомічної зони (оральної, анальної чи генітальної). Кожна зона може бути «використана» п'ятьма різними шляхами або режимами, серед яких інкорпоративний (1 і 2), стримувальний, видільний і

⁸⁵ Freud, S. *Three Contributions to the Theory of Sex*. E. P. Dutton & Company, New York.

⁸⁶ Abraham, K. *Selected Papers*. Hogarth Press, London, 1948.

⁸⁷ Будь ласка, не бийте тих, хто мочиться в ліжку, сподіваючись їх цим вилікувати.

⁸⁸ Erikson, E. *Childhood and Society*. *Loc. cit.*, Chapter 2.

нав'язливий, таким чином він дістає базову матрицю з 25 слотами. Він поєднує конкретні слоти з конкретними ставленнями та характеристиками й конкретними лініями особистого розвитку, що є подібними до життєвих шляхів сценаріїв.

Якщо послуговуватися мовою Еріксона, то батьківський припис «Тримай рот на замку» є оральним стримувальним; «Стискай свою дупу міцно» – анальним стримувальним; а «Тримай ноги схрещеними» – фалічним стримувальним. Зацикленість на їжі – це оральний інкорпоративний режим, блювання – оральний видільний, а непристойні розмови – нав'язливий. Отже, питання про розмови за столом часто може дуже точно визначити зону й режим сімейної культури. Це важливо, тому що конкретні ігри та сценарії й фізичні симптоми, що їх супроводжують, розташовуються у відповідних зонах і режимах. Наприклад, гра «Вічний невдаха» за зоною є анальною; а гра «Я лише намагаюся тобі допомогти» – нав'язливою за режимом, тимчасом як гра «Алкоголік» постає оральною інкорпоративною.

Міфічний «клоачний сфінктер» існує у головах заплутаних осіб, чия Дитина вважає, що люди обох статей мають лиш один отвір внизу, який можна закрити за бажанням. Це призводить до сценаріїв, які важко зрозуміти більш реалістичним людям, особливо якщо в них також бере участь рот. У такий спосіб кататонічний шизофренік може заблокувати все відразу: він затискає всі свої сфінктери так, що ніщо не може вийти або потрапити до його рота, сечового міхура чи прямої кишки, тож, можливо, його доведеться годувати через зонд, ставити катетер і регулярно чистити клізмою, щоб підтримати фізичний стан і врятувати. Тут гаслом сценарію є: «Краще смерть, аніж впустити їх усередину», що буквально сприймається Дитиною, яка контролює всі сфінктери і в таких випадках має дуже невиразне уявлення про те, як вони зібрані та як працюють.

Більшість сценаріїв, однак, зосереджені навколо одного конкретного сфінктера, і психологія сценарію пов'язана з цією психологічною сферою. Ось чому сценарний аналітик «думає сфінктером». Постійне затискання одного сфінктера може впливати на всі м'язи тіла, і цей м'язовий набір пов'язаний з емоційним ставленням та інтересами людини, а також впливає на те, як на неї реагують інші. Це працює за моделлю «зараженої скалки».

Якщо Єдер зажене у великий палець правої ноги скалку, він почне кульгати. Це впливатиме на м'язи його гомілки – і задля рівноваги м'язи спини стиснуться. За якийсь час це зачепить м'язи плечей, а невдовзі – і м'язи шиї. Якщо він багато ходить, порушення м'язової рівноваги прогресуватиме, аж доки не зачепить і м'язи та шкіру голови; тоді в нього може виникнути головний біль. Оскільки ходити стає дедалі важче, а його тіло тримається чимраз жорсткіше й інфекція прогресує, можуть виникнути ускладнення кровообігу і травлення. Цієї миті хтось може сказати: «Такий стан дуже тяжко вилікувати, бо він охоплює внутрішні органи, голову і всі м'язи тіла. Це захворювання всього організму». Але приходить хірург і заперечує: «Я можу все вилікувати, зокрема гарячку, головний біль і всю його м'язову напругу». Він витягує скалку, зараження зменшується, Єдер перестає кульгати, м'язи його голови й шкіри голови розслабляються, головний біль зникає; решта тіла теж розслабляється, отже все повертається до норми. Таким чином, навіть якщо цей стан охоплює все тіло, його можна вилікувати, знайшовши у правильному місці скалку й видаливши її. Тоді не лише Єдер, а й усі люди, що його оточують, відчують полегкість і зможуть розслабитися.

Аналогічний ланцюжок подій відбувається, коли сфінктер щільно затиснуто. Щоб забезпечити тягу й підтримку сфінктера, навколишні м'язи стискаються. Щоб компенсувати це, залучаються більш віддалені м'язи, і в підсумку це впливає на все тіло. Таке легко продемонструвати. Припустімо, читач, якщо він читає сидячи, стисне свій анальний отвір. Він одразу ж помітить, що це впливає і на нижні м'язи спини й ніг. Якщо він тепер підійметься зі стільця, то помітить, що змушений стискати губи, що впливає на м'язи шкіри голови. Іншими словами, стискання м'язів ануса змінює м'язову динаміку всього тіла. Саме це й відбувається з людьми, чий сценарій закликає: «Стискай свою дупу міцно, бо вскочиш у халепу». Це зачіпає кожен

м'яз їхнього тіла, зосібна м'язи, що впливають на міміку обличчя. Вираз обличчя впливає на те, як на них реагують люди, і фактично створює приманку для Дитини в іншій людині з протилежним сценарієм, якій належить перемкнути сценарій.

Ось як це працює. Назвімо чоловіка зі стиснутим анусом Ангусом, а його протилежність – Ланою. Лана шукає Ангуса, а Ангус шукає Лану. Лана миттєво розуміє, що знайшла Ангуса через вираз його обличчя. Вона підтверджує інтуїтивне судження своєї Дитини під час їхньої розмови, коли він розповідає про свої погляди й зацікавлення. Роль Лани у сценарії Ангуса полягає в тому, щоб здійснити перемикування сценарію. Контрсценарій Ангуса полягає в тому, щоб напружено триматись увесь час, але його сценарій зовсім інший. Не важить, як сильно він намагається триматись напружено, дотримуючись батьківської заповіді, рано чи пізно він утратить пильність і сценарій візьме гору. У цей момент слабкості він розслабляється. Саме цього й чекає Лана. Вона натискає на перемикач – і тим чи тим чином Ангус «потрапляє в халепу», коли вона входить і виконує свою місію. Доки Ангус намагатиметься стискати свій анус, він «потраплятиме в халепу» знову й знову. Ось як працює сценарій – якщо тільки він не закликає його бути переможцем, а тоді він буде створювати халепу, як це буває у випадку з деякими анальними фінансистами.

Отже, сценарний аналітик думає сфінктером, тому він розуміє, з чим має справу. Пацієнт, який поступається своєму сценарію, набагато сильніше розслабляє всі м'язи тіла. Наприклад, жінка, яка до того стискала свій анус, перестане крутитись у кріслі, а та, що стискала м'язи піхви, вже не сидітиме зі схрещеними руками й ногами, обхопивши правою ногою ліву щиколотку.

Цими заввагами про автократів за обіднім столом, що вчать своїх дітей, які м'язи мусять фіксувати їхнє тіло решту життя, ми завершуємо наше дослідження впливів, що є найважливішими у підлітковому віці, і тепер готові розглянути наступну стадію розвитку сценарію.

Розділ 9

Юність

Юність означає навчання в середній школі й коледжі, отримання водійських прав, барміцву, ініціацію, обрання справи до душі. Вона означає волосся, що лежить усюди, бюстгальтери та менструації, гоління і, можливо, таке незаслужене горе, як прищі, – горе, що руйнує ваші плани і змушує божеволіти. Вона означає, що ви ухвалюєте рішення, ким будете решту свого життя або принаймні чим заповните свій час, доки не вирішите. Юність означає (якщо ви дійсно хочете дізнатися, що вона означає) приблизно три сотні прочитаних книжок на цю тему, що є у продажі, і деяких якісних видань, які вже не продаються, а ще кілька тисяч статей у популярних і наукових часописах. Для сценарного аналітика цей період означає репетицію або проби перед тим, як почнеться вистава. Він означає, що тепер ви от-от дістанете відповідь на запитання, бо якщо цього не вчините, то, можливо, й не зробите своєї справи: «Що ви кажете після привітання?» або «Коли ваші батьки й учителі більше не структурують ваш час повністю, як ви структуруєте свій час?»

А. Розваги

Мовчанку можна заповнити розмовами про речі, машини або спорт, зазвичай у формі вихвалання, бажаючи продемонструвати найбільшу обізнаність. Сценарій починає впливати на ситуацію, коли людина знає більше чи менше за інших, говорить про перемоги або невдачі: «Я був крутішим за тебе» або «У мене більші неприємності, ніж у тебе». Деякі люди є такими невдахами, що навіть їхні невдачі здаються жалюгідними, і вони ніяк не можуть досягти успіху. Іншою темою розмов з особами, яких ми знаємо краще, є ідеї й почуття, порівняння філософій: «Я теж» або «Зі мною це по-іншому». Переможець може бути шляхетнішим або суворішим, а натомість невдаха продукуватиме більше провин і страждань; непереможець, який десь посередині, може зачепитися просто за пересічні почуття. Третя сфера – це «батьківський комітет»: «Що ти робиш, коли батьки, вчителі, твій хлопець або дівчина не виконують своїх обов'язків?» Це Група Життя, яка чекає на Санта-Клауса, що принесе кращу машину, кращу футбольну команду, кращі часи чи кращих учителів, батьків, хлопця або дівчину. Група Смерті може зневажати все це і проводити свій час у більш сценарний спосіб, палячи марихуану, ковтаючи ЛСД, разом «закидаючись колесами» і ловлячи галюцинації, а також «реально говорячи про життя». У будь-якому випадку, залежно від того, з якою групою Едер спілкується, він дізнається, про що заведено, а про що не заведено говорити і як про це говорити, а також порівнює торговельні купони з купонами своїх колег.

Б. Нові герої

За допомогою таких розмов, читання й того, що бачить, Едер замінює міфічних або магічних героїв свого сценарного протоколу більш реальними постатями, справжніми живими чи померлими людьми, яких він може наслідувати. Він також дізнається більше про справжніх лиходіїв і про те, як вони чинять. У той самий час він здобуває прізвисько чи форму імені (Фредерик, Фред або Фредді; Чарлз, Чарлі або Чак), яка каже йому про те, що за вигляд він має в очах інших і проти чого мусить боротись або що заперечувати. Людям з такими прізвищами, як Товстун, Коняча Пика, Довбень або Кліпалка, доведеться добряче попрацювати, щоб досягти успіху. Можливо, Грудаста чи Волохата Мавпа виявлять, що легко можуть домогтися сексу, але що, як вони хочуть чогось іншого?

В. Тотем

У багатьох людей є тварина чи іноді овоч, який повторюється в їхніх снах знову і знову. Це їхній тотем. Відповідно до цього, існують жінки-птахи, жінки-павуки, жінки-змії, -кішки, -коні, -троянди, -трави, -капуста й багато інших. Серед чоловіків улюбленими є собаки, коні, тигри, удави й дерева. Тотем проявляється в багатьох формах. Іноді він викликає жах, як це майже завжди буває з павуками та зміями, іноді є доброзичливим, як то зазвичай трапляється з кішками й капустою. Якщо жінка-кішка мала аборт і викидень, цілком можливо, що вона бачитиме уві сні мертвих кошенят.

У реальному житті пацієнт реагує на тварину-тотем здебільшого так само, як і уві сні. Негативні тотеми часто пов'язані з алергічними реакціями, а позитивні викликають найбільшу прихильність як свійські тварини, хоча теж можуть спричиняти алергію. Деякі люди заздрять своїм тотемам і воліють бути ними. Сила-силенна жінок хотіли б бути кішками й часто про це кажуть. Жіночі рухи ніг і рук зазвичай є неабияк унормовані в соціальних ситуаціях, але про їхніх тотемних тварин часто можна здогадатися, спостерігаючи за рухами голови. Вони можуть імітувати кішок, птахів або змій, що легко перевірити, глянувши на цих тварин. Чоловіки поводяться зі своїми кінцівками й тілами вільніше, і деякі тупають ногами, наче коні, або махають руками, немов удави. Це не просто фантастика, як на спостерігача, оскільки таке можна підтвердити, уважно послухавши їхні метафори та дізнавшись про сні.

Зазвичай від тотемізму відмовляються до настання 16 років.

Якщо він зберігається в пізнішій юності у формі снів, фобій, імітацій або захоплень, то це, безумовно, слід узяти до уваги. Якщо він не є очевидним, то позитивний тотемізм легко виявити, запитавши: «Яка ваша улюблена тварина?» або «Якою твариною вам хотілося б бути?», а негативний тотемізм: «Якої тварини ви найдужче боїтеся?»

Г. Нові відчуття

Мастурбація – це щось своє. Юнак не впевнений, що робити з новими сексуальними відчуттями та як вписати їх у свій план, тому він реагує на них з попередніми почуттями, з якими вже знайомий, – зі своєю ракеткою. Мастурбація може змусити його пройти і через справжню екзистенційну кризу: це щось, що він робить або не робить у певний момент; і це є (або має бути) лише його рішенням, і щойно він це зробить, він і лише він мусить відповідати за наслідки. Це можуть бути такі приховані почуття, як провина (бо мастурбація є гріхом), страх (бо він вважає, що це може зашкодити його здоров'ю) або некомпетентність (адже він думає, що вона послабить силу волі). Усе це «транзакції в голові», що відбуваються між Батьком і Дитиною всередині його черепа. З іншого боку, юнак може відчувати транзакційні почуття, пов'язані зі справжньою чи уявною реакцією його оточення: образа, гнів або сором, оскільки тепер він вважає, що в них є справжня причина сміятися з нього, ненавидіти чи ганьбити. У будь-якому випадку мастурбація дає йому спосіб узгодити нові сексуальні почуття зі старими, які він опанував у дитинстві.

Проте також він вчиться бути гнучкішим. Від своїх однокласників і вчителів він дістає «дозвіл» відповідати іншими почуттями, ніж ті, до яких його заохочували вдома, і вчиться ігнорувати їх: не всі серйозно сприймають речі, якими переймається його рідня. Це перемикання системи почуттів поступово відокремлює його від родини і зближує з людьми його віку. Він пристосовує свій сценарій до нової ситуації і робить його більш «презентабельним». Він може навіть змінити свою роль від цілковитого невдахи до частково успішної людини, від невдахи до просто непереможця або принаймні людини, яка не зазнає збитків. Якщо він має сценарій переможця, то виявляє, що це потребує певної об'єктивності. Тепер він у конкурент-

ній ситуації, і перемоги не приходять автоматично, а лише після певного планування й роботи; і він навчається зазнавати невеликих утрат, не похитнувши своєї впевненості.

Г. Фізичні реакції

Через усі ці стреси і зміни, а також потребу зберігати спокій, щоб досягти бажаного, байдуже – доброго чи поганого, Едер усе краще розпізнає свої тілесні реакції. Його батько й мати більше не можуть оточувати його любов'ю і захистом або, з іншого боку, він уже не схильний просто зіщулюватися перед їхньою люттю, пияцтвом, скиглінням чи сварками. Хай якою є ситуація вдома, за його межами він уже належить сам собі. Він повинен вставати перед своїми однокласниками і напам'ять читати вірші, йти довгими й часто самотніми коридорами під критичними поглядами інших хлопців і дівчат, багато з яких уже знають про його слабкості. Тому іноді він сильно вприває, йому трусяться руки, калатає серце; дівчата червоніють, їхній одяг стає вологим, у них бурчить у животі. В обох статей існує різноманітне розслаблення й напруження різних внутрішніх та зовнішніх сфінктерів, і ця реорганізація у довготерміновій перспективі може визначити, які «психосоматичні» хвороби відіграватимуть важливу роль у їхніх сценаріях. Едер стає ресфінктеризованим.

Д. Вітальня й задня кімната

Те, що відбувається у «вітальні» й у «задній кімнаті», може мати дві різні забарви, як свідчить наступний епізод. Кассандра була донькою священнослужителя і вдягалася в неохайному, але надзвичайно еротичному стилі невдахи в сексі, а її життя було таким самим – неохайним, але надзвичайно еротичним. Було очевидно, що батько якимось чином дав їй інструкцію бути спокусливою, натомість мати не навчила дівчину пристойних методів, які дозволяли б робити це успішно. Вона погодилася з тим, що мати не показувала їй, як одягатись або доглядати своє тіло, але спочатку заперечувала, що батько навчив її бути сексуальною: «Він був дуже пристойним чоловіком, дуже моральним, як і належить священику». Коли ж лікар і члени групи стали розпитувати докладніше про ставлення її батька до жінок, Кассандра сказала, що воно було пристойним і схвальним, за винятком того, що час від часу він сидів з кількома друзями у задній кімнаті й вони розповідали сексуальні жарти, у яких зазвичай крилася неповага до жіночої статі. Отож, її батько був дуже пристойним у «вітальні», але в «задній кімнаті» демонстрував іншу частину своєї особистості. Тобто він демонстрував Батька чи маленького славного хлопчика у вітальні й неслухняну Дитину в кімнаті позаду.

Діти рано починають розуміти, що їхні батьки мають кілька сторін особистості, але не тямлять, як це оцінити, доки не досягають юності. Живучи в будинках, де є поведінка «вітальні» й «задньої кімнати», вони, можливо, обурюватимуться цим як частиною світового лицемірства. Одна жінка взяла з собою на вечерю до ресторану 18-річного сина, який приїхав додому з коледжу на канікули. Собі вона замовила мартіні, але сказала синові, що йому такого не можна, хоча й знала, що він полюбає лікер, і, дійсно, він таки потім напився. Члени групи протягом не однієї години слухали її ремствування на пияцтво сина. Тепер вони погодилися, що було б краще, якби вона не замовила випивку або дозволила йому випити разом з нею, а так жінка налаштувала його на алкогольний сценарій.

Мовою сценарію вітальня є антисценарієм, де панують батьківські заповіді, тимчасом як задня кімната представляє сценарій, де відбувається справжня дія.

Е. Сценарій та антисценарій

Юність – це період, коли Єдер вагається і страждає, кидаючись між сценарієм та антисценарієм. Він намагається дотримуватися батьківських настанов, відтак повстає проти них лише для того, щоб виявити, що виконує їхнє сценарне програмування. Він бачить марність цих дій і знову повертається до приписів. До кінця своєї юності, коли Єдер, наприклад, закінчує коледж або повертається зі служби в армії, він уже ухвалив якесь рішення; він або заспокоюється й дотримується настанов, або рве з ними і плавно рухається до своєї сценарної розв'язки. Він, імовірно, дотримуватиметься цього обраного шляху, доки йому не виповниться сорок, а тоді переживе другі муки. Якщо він додержувався батьківських настанов, то намагається порвати з ними: розлучається, кидає роботу, тікає з прибутками чи бодай фарбує волосся й купує гітару. Якщо він «захворів» на сценарій, то пробує виправитися, вступаючи до «анонімних алкоголіків» або йдучи до психіатра.

Проте юність – це період, коли Єдер уперше відчуває, що може робити самостійний вибір: на жаль, це відчуття самостійності може бути частиною ілюзії. Часто він по черзі з більшою або меншою енергією виконує то батьківські заповіді, які дає Я-стан Батька у його батьків, то піддається на провокації їхньої Дитини. Юні наркомани необов'язково бунтують проти батьківського авторитету. Вони повстають проти Батьківських гасел, але, роблячи це, можуть просто піддаватися на демонічні приманки, «божевільну Дитину» тих-таки батьків. «Я не хочу, щоб мій син пив», каже мати, перехиляючи чарку.

Якщо він не п'є, він гарний хлопчик, мамусин синочок. Якщо таки п'є, то поганий, але все одно мамусин. «Не давай нікому задирати тобі спідницю», – каже батько доньці, дивлячись на спідницю офіціантки. Хоч як потім вона обіграє ці слова, та все одно є татовою дівчинкою. Вона може або переспати з кимось у школі, а згодом виправитися, або залишатися незайманою до одруження, а тоді вже мати коханців. Але десь посередині і хлопчик, і дівчинка можуть ухвалити власне рішення та звільнитися від сценаріїв і жити власним життям. Особливо, якщо вони мають дозвіл ухвалювати власне рішення і це не «дозвіл ухвалювати власне рішення (доки воно мені подобається)».

Є. Образ світу

Дитина має свою картину світу, що повністю відрізняється від того, що здається батькам. Це казковий світ, наповнений монстрами та магією, і він зберігається протягом усього життя й формує архаїчне тло для сценарію дитини. Простий приклад – нічні жахіття, коли Єдер кричить, що в його кімнаті ведмідь. Батьки заходять до кімнати, вмикають світло і показують йому, що ніяких ведмедів там немає, або сердяться на нього й кажуть замовкнути і лягати спати. У будь-якому випадку його Дитина розуміє, що в кімнаті таки був або є ведмідь. Як Галілей, вона кричить: «І все ж вона крутиться». Відмінність у способах поведінки не змінює факту існування ведмеда. Аргументований підхід означає, що коли з'явиться ведмідь, батьки приймуть і захистять тебе, а ведмідь залізе до схованки; гнівний підхід означає, що коли з'явиться ведмідь, ти маєш сам давати собі з ним раду. Проте ведмідь у будь-якому разі лишається.

На той момент, коли Єдер дорослішає, його образ світу або лінія сценарію стає набагато складнішим і водночас більш прихованим, якщо тільки не спливе знову разом з первісними спотвореннями у вигляді оман. Зазвичай він ніяк не натякає на своє існування, якщо тільки не з'явиться уві сні, а потім більша частина поведінки пацієнта відразу стає зв'язною та зрозумілою. Одна жінка була занепокоєна через проблеми з грошима, оскільки її чоловік мав фінансові проблеми з різними роботодавцями. Однак коли інші члени групи почали ставити його дії під сумнів, Ванда гнівно його захищала. Крім того, вона дуже турбувалася через

харчування своєї сім'ї. Насправді в неї не було жодної причини для неспокою, адже її батьки були заможними і вона завжди могла позичити в них гроші. Близько двох років психіатрові не вдавалося збудувати у своїй свідомості зв'язну картину того, що відбувається, аж доки однієї ночі Ванді не наснився «сценарний сон». Уві сні їй привиділося, що вона «живе в концентраційному таборі, яким керують якісь багаті люди, що мешкають на пагорбі». Єдиним способом роздобути достатньо їжі було або догодити цим людям, або обдурити їх.

Завдяки цьому сну Вандин спосіб життя став більш зрозумілим. Її чоловік грав зі своїми роботодавцями у гру «Обдурімо Джо», щоб Ванда могла грати у «Зводимо кінці з кінцями». Якщо він і заробляв якісь гроші, то намагався втратити їх за першої ж нагоди, щоб ігри могли тривати. Коли ж справи дійсно ставали кепськими, приєднувалася Ванда й допомагала йому ошукати її батьків. На їхнє велике розчарування, у довготерміновій перспективі його роботодавцям і її батькам завжди таланило взяти ситуацію під контроль. Їй довелося гнівно заперечувати все це в групі, тому що невикладність такої поведінки була настільки очевидною, що якби вона колись зізналася, іграм настав би кінець (що, зрештою, і траплялося). Отже, жінка здебільшого дійсно жила саме так, як бачила це уві сні: її батьки й роботодавці її чоловіка були багатіями, що мешкали на пагорбі й керували її життям і яким їй випадало або догоджати, або вдаватися до хитрощів.

У цьому випадку концентраційний табір є її образом світу чи лінією сценарію. Ванда жила в реальності, де їй випало б перебувати, якби вона жила в концтаборі зі сну. Її лікування доти було типовим «досягненням успіхів». Вона досягла чимало, але тепер стало очевидним, що ці успіхи означали лише «як краще жити в концентраційному таборі». Вони не мали жодного впливу на її сценарій, а просто навчили жінку спокійніше переживати цю ситуацію. Щоб видужати, вона мала вийти з концентраційного табору в реальний світ, який для неї був комфортним або мав би таким стати після того, як налагодяться родинні справи. Цікаво помітити, як вони з чоловіком обрали одне одного на підставі взаємодоповняльних сценаріїв. Його сценарій передбачав багатих людей на пагорбі, яких можна було б дурити, і перелякану дружину. Її сценарій передбачав хитруна, що полегшив би її невільницьке життя.

Лінія сценарію зазвичай є настільки далекою від реального життя пацієнта, що її не можна реконструювати лише завдяки простому спостереженню або інтерпретації. Найбільше надій на створення чіткої картини дає сон. «Сценарний сон» легко розпізнати: щойно пацієнт розповість його, багато чого стає на місце. Наочно він не має жодної подібності з реальним способом життя пацієнта, але з транзакційного погляду є його точною копією. Жінці, яка завжди «шукала вихід», наснилося, що її переслідують, і вона знайшла тунель, який іде під землю. Вона заповзла в тунель – і люди, які бігли за нею, не змогли йти далі. Вони просто стояли й чекали, сподіваючись, що вона знову вилізе назовні. Однак вона побачила, що з іншого кінця тунелю на неї чигає інша ватага небезпечних людей. Тому жінка не могла рухатися ні вперед, ані назад; водночас вона розуміла: якщо розслабитися, то сповзе в руки тих, хто чатує внизу. Тому їй доводилося притискати руки до стінок тунелю і, доки трималася, вона залишалася в безпеці.

Якщо говорити сценарною мовою, то більшість свого життя ця пацієнтка провела ув'язненою в тунелі у цьому стиснутому положенні, а з її соціальних настанов і минулого здавалося зрозумілим, що кінець її сценарію передбачає, що вона втомиться триматися за стінки тунелю й сповзе вниз, до рук смерті, яка вже чекає на неї. Вона теж досягла значних «успіхів» у лікуванні до цього часу. Однак у перекладі цей успіх означав «як зручніше триматися за стінки тунелю й чекати смерті». Позбутися сценарію означало витягти її з тунелю до реального світу, який знову ж таки був для неї комфортним. Лінією її сценарію став тунель. Звичайно, існує багато тлумачень цього сну, що їх охоче може побачити кожен першокурсник, який вивчив основи психології. Але ця інтерпретація сценарію важлива, тому що вона розповідає психіатру

й іншим членам групи, а також пацієнтці та її чоловікові, з чим вони мають справу й що мусять робити, і підкреслює, що «успіхів» недосить.

Сцена з тунелем, імовірно, залишилася незмінною з часів раннього дитинства, оскільки Ванда багато разів бачила цей сон. Сцена з концентраційним табором, мабуть, є пізнішою адаптацією дитячого кошмару, який пацієнтка не змогла пригадати. У її підґрунті явно лежали ранні переживання, змінені читанням і фантазіями юності. Юність – це той період, коли страшні тунелі дитинства набувають більш реалістичної й сучасної форми, що допомагає збудувати оперативну лінію сценарію для життєвого плану пацієнта. Небажання Ванди замислитися над «хитрощами» чоловіка показує, наскільки міцно люди тримаються за сцени зі своїх сценаріїв, одночасно нарікаючи на те, які вони неприємні.

Однією зі сценарних ліній, що може залишатися незмінною протягом усього життя, є вбирання. У попередньому розділі ми наводили приклад жінки, Дитина якої проводила життя, сидючи в туалеті, навіть коли її тіло лежало на кушетці. У її випадку успіх означав «мати багатше соціальне життя й насолоджуватися вечірками, одночасно скрізь тягаючи туалет за собою». Видужання означало, що їй доведеться підвестись і вийти, залишивши своє захисне укриття позаду. Інша дівчина, яка скаржилася, що незручно почувається в компанії, у своєму сценарному житті перебувала, розбившись об маленький виступ на поверхні стрімкої скелі. Вона могла досягати успіху, навчившись бути щасливою у такому стані, або видужати, спустившись зі скелі й пішовши танцювати з іншими людьми.

Ж. Футболки

Усі предмети, що обговорювалися в цьому розділі, у стислому вигляді виражено в манерах пацієнта – у тому, як він «виходить на сцену», і тому, що називається його «футболкою». Ця футболка, що проявляється в одній або двох надзвичайно творчих, артистичних та економних фразах, вказує досвідченому оку на улюблену гру, розвагу й емоцію пацієнта, на його прізвище, на поведінку у вітальні та задній кімнаті, на те, в якому психічному світі він живе, який кінець передбачає його сценарій, а іноді на важливий сфінктер, на його героя і тотем.

Зазвичай футболку вибирають у старшій школі або на початку навчання в коледжі, тобто в тому віці, коли вони є популярними. У пізнішому віці вона може бути оздоблена вишивкою чи може трохи змінитися формулювання, але його зміст залишатиметься незмінним.

Усі компетентні клініцисти, не важить якої школи, наділені однією спільною рисою: вони є пильними спостерігачами. Оскільки всі вони спостерігають те саме – людську поведінку, – має бути подібність у тому, що вони бачать і як вони класифікують та пояснюють свої спостереження. Отже, психоаналітична ідея⁸⁹ «характерологічного захисту» або «броні характеру», Юнгова концепція⁹⁰ «соціальної настанови», Адлерове уявлення⁹¹ про «життєву брехню» чи «стиль життя» і транзакційна метафора футболки – усі вони описують ті самі явища⁹².

Справжня футболка («Ангели пекла», «Невдахи», «Чорні пантери», «Гарвардська команда з легкої атлетики» й навіть «Бетховен») точно визначає, до якої банди належить людина, і є певною ознакою її філософії та ймовірної реакції на певні подразники; але вона не дає точної вказівки на те, як ця людина почне обманювати когось і на який виграш очікує. Наприклад, зрозуміло, що багато членів перших згаданих трьох банд їздять на трамваї з назвою «Йди ти», але не знаючи кожного учасника близько (в клінічному сенсі), годі передбачити, хто

⁸⁹ Reich, W. *Character Analysis*. Farrar, Straus & Company, New York, 3rd ed. 1949.

⁹⁰ Jung, C. G. *Psychological Types*. *Loc. cit.*

⁹¹ Adler, A. *op. cit.*

⁹² Багато психоаналітиків вважають, що транзакційні ігри є просто синонімом характерологічного захисту. Це не так. Характерологічним захистом постає футболка. Ігри належать до відкритої системи соціальної психології, а не до закритої енергетичної системи, описаної Фройдом.

з них хоче бути вбитим, щоб стати мучеником, хто хоче просто зазнати знущань, щоб потім кричати «Поліційна жорстокість!»⁹³, а хто є прямою людиною. Футболка просто показує їхню колективну соціальну настанову та спільні ігри, але кожен з них грає за власним сценарієм з індивідуальною розв'язкою.

Транзакційна або сценарна футболка – це соціальна настанова, яку чітко підкреслює поведінка людини, так, ніби вона вбирається у футболку з надрукованим спереду гаслом свого сценарію. До деяких поширених футболок належать: «Удар мене», «Не бий мене», «Пишаюся тим, що я алкоголік», «Подивись, як я стараюся», «Забирайся!», «Я слабкий(а)», «Ремонт не потрібен?» Деякі футболки мають гасло спереду і «перешкоду» ззаду: наприклад, якась жінка залицяється у футболці з написом «Я шукаю чоловіка», але коли повертається спиною, там можна розрізнити чіткий напис: «Але ти мені не підходиш». У чоловіка з написом «Пишаюся тим, що я алкоголік» спереду, на спині може бути написано «Але пам'ятайте, що це хвороба». Особливо яскраві футболки носять транссексуали: спереду на них написано «Ви не вважаєте, що я чарівний(а)?», а тим часом ззаду: «Хіба цього не досить?»

Інші футболки зображують більш «обмежений» спосіб життя. «Ніхто не знає, які біди я пережив» (ННЗЯБЯП) – це братство з багатьма відгалуженнями, одним з яких є Клуб Литваків-Меланхоліків⁹⁴. Цей клуб марсіанин може уявити як маленький дерев'яний барак, обставлений нечисленними старими меблями. На стінах немає картин, лише девіз у рамці: «Чому б сьогодні не накласти на себе руки?» Є невелика бібліотека, що складається зі статистичних звітів і книжок песимістичних філософів. Суть ННЗЯБЯП – не в загальній кількості бід, а в тому, що Ніхто не Знає. ННЗЯБЯП дбає про те, щоб ніхто й не дізнався, бо якщо дізнається, то вже не можна буде сказати «ніхто не знає» – і футболка втратить свій сенс.

Ця футболка зазвичай походить від улюбленого гасла батьків, такого як: «Ніхто у світі не любитиме тебе так, як батько й мати». Ця смиренна футболка, що символізує тяжку працю, є роз'єднувальною і слугує для того, щоб просто відокремити її носія від людей, які його оточують. За допомогою простого прийому її можна перетворити на з'єднувальну – і вона приваблюватиме інших людей, а не відштовхуватиме, призводячи до відповідних розваг «Ну хіба це не жахливо?» та ігор «Ніхто не любить мене так, як батько й мати». Людей приваблює напис іззаду цієї футболки: «А як щодо вас?»

Тепер ми можемо детально розглянути дві поширені футболки і спробуємо продемонструвати корисність цієї концепції у прогнозуванні значущих елементів поведінки.

НІКОМУ НЕ МОЖНА ДОВІРЯТИ

Є певні люди, які швидко дають зрозуміти, що вони нікому не довіряють. Це означає, що вони говорять так про життя, але їхня поведінка не зовсім відповідає тому, що вони кажуть, бо насправді постійно «довіряють» людям, але це, як правило, погано закінчується. Концепція футболки має перевагу над найвнішими підходами на кшталт «характерологічного захисту», «соціальної настанови» та «стилю життя», бо вони зазвичай сприймають речі буквально, тимчасом як транзакційний аналітик звик шукати насамперед обман або парадокс і коли знаходить його, то є радше задоволеним, аніж здивованим. Саме це він шукає, коли знаходить футболку, і це дає йому терапевтичну перевагу. Іншими словами, аналітики характерів дуже ефективно аналізують передню частину футболки, але не вміють глянути назад, де написано

⁹³ Grier, W. H. & Cobb, P. M. *Black Rage*. Bantam Books, New York, 1969. У цій праці наведено чимало прикладів антисценарних зусиль, що їх обходили або підривали сценарії невдах.

⁹⁴ Литваки – територіально-лінгвістична підгрупа ашкеназьких євреїв та історично пов'язана з ними ортодоксальна течія в юдаїзмі. Назва походить від слов'янської назви Литовської держави – Литва, де вони вперше з'явилися за часів Великого князівства Литовського. Наразі здебільшого мешкають у США та Ізраїлі.

ігрове гасло чи «перешкода», або ж для того, щоб туди добратися, їм як мінімум треба чимало часу, а натомість ігровий аналітик дивиться туди від самого початку.

Тому футболку з написом «Нікому не можна довіряти» («Зараз нікому не можна довіряти», ЗННМД) не можна сприймати буквально. Вона не означає, що її носій уникає труднощів з людьми, позаяк не довіряє їм. Зовсім навпаки. Це означає, що він шукатиме труднощів, щоб довести своє гасло і зміцнити власну позицію (Зі мною все добре, з ними не все гаразд). Як наслідок, гравець у ЗННМД добирає ненадійних людей, укладає з ними угоди, що допускають подвійне тлумачення, а потім вдячно, ба навіть із радістю збирає коричневі купони, коли щось іде не так, у такий спосіб підтверджуючи свою позицію, що «Нікому не можна довіряти». У надзвичайних випадках вони можуть вважати, що мають право на «безкоштовне» вбивство, виправдане повторними зрадами людей, яких вони ретельно добирали за ненадійністю. Зібравши достатньо коричневих купонів для такого виграшу, ЗННМД може вибрати як жертву людину, якої він ніколи не зустрічав, можливо, публічну постать, чиє убивство розцінюється як «замах».

Інші гравці у ЗННМД можуть скористатися з такої події, щоб довести, що «органи влади», приміром поліція, яка заарештує вбивцю, не варті довіри. Поліції, звичайно, платять за ЗННМД. Не бути занадто довірливими – це частина їхньої роботи. Таким чином, починається турнір, у якому аматорів або напівпрофесійних гравців у ЗННМД нацьковують на професіоналів. Гасла такого турніру – «фальсифікація», «коди» та «змова» – можуть існувати протягом років або століть, і гра тоді полягатиме в тому, щоб довести такі твердження, як: «Гомер насправді був не Гомером, а іншою людиною з таким самим іменем», «Раїсулі любив Пердікаріса»⁹⁵ і «Гаврило Принцип насправді не був Гаврилом Принципом, а іншою людиною з таким самим іменем».

Футболка ЗННМД дає про свого носія ось яку інформацію. Його улюблене заняття – обговорювати зраду. Його улюбленою грою є ЗННМД, коли він доводить, що іншим не можна довіряти. Його улюблена емоція – це тріумф: «Попався, сучий сину». Його прізвище Підозріливий, а важливим сфінктером є анус («Стискай свою дупу міцно, бо вскочиш у халепу»). Його герой – людина, яка доводить, що «органам влади» не можна довіряти. У вітальні він поводить ввічливо, доброчесно або простодушно, а в задній кімнаті плете інтриги й не заслуговує на довіру (як землевласниця, що сказала: «Сьогодні не можна довіряти жодному орендареві. Лише нещодавно я обшукувала робочий стіл одного з них, і ніколи не здогадається, що я знайшла!»). Його психічний світ є лицемірним, де він має право робити різні погані речі, за умови, що має на меті виявити ненадійність інших. Його сценарій передбачає, що його прикінчить хтось, кому він довіряє, і з останнім подихом він вимовить своє гасло: «Я так і знав. Зараз нікому не можна довіряти».

Отже, напис спереду його футболки «Зараз нікому не можна довіряти» є ввічливим запрошенням, зверненням до людей з добрими намірами, як-от необачні психіатри, довести, що вони є винятками. Якщо вони не подбають про те, щоб глянути заздалегідь, то лише після того як уляжеться курява від битви і переможний гравець піде, вони побачать напис на його спині: «А тепер, можливо, ви мені повірите». Якщо ж психіатр пильний, він усе одно має поводитись обережно й не рухатися занадто швидко, інакше пацієнт скаже: «Бачите, я навіть вам не можу довіряти». Потім, коли він іде, «перешкода» однаково діє, тому він у будь-якому разі виграє.

⁹⁵ Йон Пердікаріс (1840—1925) – американський бізнесмен грецького походження, який 1904 року був викрадений бандою Мулая Ахмеда аль-Раїсулі зі свого будинку в Марокко. Скандал навколо його викрадення ледь не призвів до війни між США й Марокко.

ХІБА НЕ КОЖЕН?

Теза такого підходу до життя ось яка: «Це нормально хворіти на кір, бо всі на нього хворіють». Звичайно, це ненормально, бо кір є небезпечною недугою. Класичний приклад «Хіба не кожен?» стався, коли одна жінка, яка захоплювалася зрошуванням кишківника, прийшла до терапевтичної групи. Вона почала говорити про свої пригоди в кабінеті зрошування кишківника, і всі терпляче її слухали, аж доки хтось не запитав: «А що таке зрошування кишківника?» Здається, жінка здивувалася, дізнавшись, що в одній кімнаті може бути так багато людей, які не робили зрошування кишківника. «Хіба не кожен?» Обоє її батьків це робили, і більшість своїх друзів вона знайшла в кабінеті зрошування. Головною темою розмов у її бридж-клубі було порівняння одного кабінету зрошування з іншим.

Футболка з написом «Хіба не кожен?» є улюбленою в старшій школі, особливо серед дівчат, які танцюють у групах підтримки та хлопців-бабіїв, і навіть у цьому віці вона може мати зловісні конотації, особливо якщо її значення посилюють батьки вдома та вчителі у школі. Також вона добре годиться для бізнесу, де її активно використовують співробітники похоронних бюро та, в легшій формі, страхові агенти. Доволі цікаво, що багато продавців акцій, які є майже так само консервативними, як співробітники похоронних бюро, бояться її. Ключове слово в ній, що надає їй вибухової політичної якості, – це «кожен». Хто такий цей «кожен»? Для носіїв такої футболки, кожен – це «люди, про яких я сказав би, що з ними все гаразд, зосібна й я, сподіваюся». З цієї причини вони зазвичай носять дві футболки, кожна з яких одягають у відповідних ситуаціях. Футболку з написом «Хіба не кожен?» вони носять, коли перебувають серед незнайомих людей. Але коли вони разом з людьми, якими захоплюються, то вбираються або у футболку з написом «Який маю вигляд?», або «Я знаю відомих людей». Вони є палкими прихильниками того, що Сінклер Льюїс перетворив на «Міщанина»⁹⁶, і те, що Алан Гаррінгтон сатирично назвав «центризмом», – доктрини, яка стверджує, що найбезпечнішим місцем є мертва точка; герой Гаррінгтона став аж таким доскональним центристом, що міг продавати страховий поліс приблизно кожні тридцять секунд⁹⁷.

Улюбленою розвагою носія такої футболки є «Я теж», а грою «Дізнайся», чого насправді «кожен» не робить, і він це з самого початку знає. Отож, його улюбленою емоцією є (фальшивий) подив. Його прізвисько Моторошний, а його улюбленим героєм виступає той, хто тримає всіх у шорах. У вітальні він робить те, що, на його думку, роблять люди, з якими все добре, і явно уникає тих, з ким не все гаразд, а тим часом у задній кімнаті він робить дивні, навіть жахливі справи. Він живе у світі, де його не розуміє ніхто, крім близьких друзів, а його сценарій передбачає, що його вб'ють під час одного з його таємних злочинів. Він не дуже протестує, коли настає кінець, бо вважає, що дійсно на це заслуговує, згідно зі своїм гаслом: «Хто порушує правило Кожного, той мусить страждати». А ззаду на його футболці написано: «Він інший – має бути екстремістом, комуністом або ще кимось».

Близько спорідненим з футболкою є надгробок, який ми розглянемо у наступному розділі.

⁹⁶ Lewis, S. *Babbitt*. Harcourt, Brace and World, New York, 1949.

⁹⁷ Harrington, A. *Revelations of Dr Modesto*. Alfred A. Knopf, New York, 1955.

Розділ 10

Зрілість і смерть

А. Зрілість

Зрілість можна визначити чотирма способами. 1) Випробування законом. Людина є зрілою, коли вона осудна і їй виповнився 21 рік. Згідно з єврейським правом, хлопчик стає чоловіком, коли досягає 13 років.

2) Випробування Батьківською упередженістю. Людина є зрілою, коли робить усе по-своєму, і незрілою, коли керується їхньою думкою. 3) Випробування ініціацією. Людина є зрілою, коли проходить певні випробування. У примітивних суспільствах ці випробування суворі й традиційні. В індустріальних країнах людина отримує свій атестат зрілості, склавши іспит на водійське посвідчення. В особливих випадках вона може проходити психологічні тести, і її зрілість або незрілість буде засвідчена психологом. 4) Випробування життям. На думку сценарного аналітика, зрілість випробовується зовнішніми подіями. Випробування починаються тоді, коли людина збирається вийти з контрольованого та захищеного середовища і на неї насувається світ із власними умовами. Ці випробування починаються на випускному курсі коледжу, останньому році стажування, під час підвищення на посаді чи умовно-дострокового звільнення, наприкінці медового місяця, або за будь-якої сприятливої можливості, що дозволяє або відкрито боротись, або працювати заради провалу чи успіху сценарію.

З цієї позиції, поширені успіхи та невдачі в житті залежать від батьківських дозволів. Єдеру дозволено або не дозволено закінчити коледж, завершити стажування, залишитись у шлюбі, перестати пити, просунутися по службі, бути обраним або достроково звільненим, триматися подалі від психіатричної лікарні чи видужати, якщо він відвідує психіатра.

Упродовж навчання в початковій школі, середній школі та на перших курсах коледжу людина цілком може вижити після невдач, ба навіть після виправної колонії для неповнолітніх, особливо в цій країні, де неповнолітнім часто дають другий шанс. Утім, серед молоді є невелика кількість самогубств⁹⁸, убивств і залежностей та набагато більше випадків автокатастроф і психозів. У менш поблажливих країнах провал під час вступу до коледжу або кримінальна справа є цілком реальною проблемою, тож самої такої мітки достатньо, щоб визначити напрямок життєвого шляху людини. Проте в більшості випадків помилки молодості – це радше репетиції, ніж останні вистави, і справжня гра не починається, доки людині не виповниться двадцять.

Б. Застава

Щоб зіграти по-серйозному, випробувати себе, Єдер повинен узяти щось під заставу. У цій країні його не вважають чоловіком, аж доки він не заплатить перший внесок за будинок, не залізе в борги в бізнесі або не витратить свої працездатні роки на виховання дітей. Ті, хто не має жодних застав, вважаються безтурботними, прекрасними й щасливими людьми, але точно не справжніми. У банківській рекламі по телебаченню показують великий день у Єдеровому житті: день, коли він заставляє свої заробітки на наступні двадцять-тридцять років, щоб викупити будинок. На той момент, коли Єдер уже виплачує іпотеку, він звільняється і готовий вирушити до будинку для людей старшого віку. Цій небезпеці можна запобігти, взявши більшу

⁹⁸ Кількість самогубств зростає приблизно пропорційно до віку, і в жінок вона нижча, ніж у чоловіків будь-якого віку за винятком ранньої юності.

іпотеку на більший будинок. У інших частинах світу він може заставити себе за наречену. Так само як молодий чоловік тут, тяжко працюючи, може стати «власником» або боржником будинку вартістю 50 тисяч доларів, у Новій Гвінеї молодик може стати «власником» або боржником нареченої вартістю 50 тисяч картоплин. Якщо він виплатить цей борг дуже швидко, то може зазіхнути й на просторішу модель вартістю 100 тисяч.

Більшість добре організованих суспільств у той чи цей спосіб дають молодим людям нагоду зв'язати себе заставами, таким чином зробивши їхнє існування осмисленим. Інакше вони могли б провести своє життя, просто маючи задоволення, як вони й далі роблять у небагатих місцях. У цьому випадку нелегко відрізнити переможця від невдахи. За допомогою системи застав населення охоче ділиться. Людей, яким навіть бракує клепки, щоб закласти себе, вважають за невдах (на думку тих, хто керує цією системою). Люди, які все своє життя марнують на виплату іпотеки, через що не можуть просунутися далі, належать до мовчазної більшості непереможців. Люди, які володіють заставою, належать до переможців.

Люди, яких не цікавлять грошові чи картопляні застави, можуть закласти себе по-іншому – ставши залежними. Це довічна застава, у якій беруть участь їхні тіла і яку вони ніколи не зможуть виплатити, тож вони завжди грають по-серйозному.

В. Залежності

Найбільш простий і безпосередній спосіб бути невдахою – це скоїти злочин або стати ігро- чи наркозалежним. Злочинці поділяються на два типи: професіонали, які зрідка або й ніколи не потрапляють до в'язниці, та невдахи, що дотримуються припису: «Не розважайся!» Невдахи розважаються настільки, наскільки взагалі можуть, а потім дотримуються своїх сценаріїв, одноманітно проводячи час у в'язниці. Якщо ж їх звільняють завдяки припиненню справи, умовно-достроковому звільненню чи юридичним формальностям, то невдовзі їм вдається знову потрапити за ґрати.

Азартні гравці також можуть бути переможцями чи невдахами. Переможці грають уважно й заощаджують або інвестують свої гроші. Вони люблять закінчувати гру, коли їм щастить. Невдахи грають, вірячи в удачу та інтуїцію, і якщо випадково виграють, то позбуваються своїх виграшів якомога швидше, мабуть, дотримуючись відомого гасла: «Можливо, ця гра й нечесна, але це єдина гра в місті». Якщо вони мають дозвіл вигравати, то виграють; в іншому випадку вони змушені програвати. Ігрозалежній людині потрібен не аналіз причин її гри, що рідко буває успішним, а дозвіл перестати бути невдахою. Якщо вона дістане його, то або припинить грати, або гратиме далі й виграватиме.

Материнський вплив найчіткіше проявляється в певних типів наркоманів. Як уже раніше зазначалося, їх заохочує гасло: «Героїн, шмероїн – чи не байдуже, поки він любить маму?» Таким людям потрібен дозвіл перестати вживати наркотики, а це означає дозвіл залишити маму і планувати життя самостійно. Саме це й забезпечує успішний рух «Сінанон». Якщо сценарний припис матері каже: «Не кидай мене!», то «Сінанон» заявляє: «Залишайся тут!»

Це саме стосується й алкоголіків та «Анонімних алкоголіків». Клод М. Штайнер⁹⁹ виявив, що майже всіх алкоголіків аналізували, вмовляли кинути пити або погрожували чимось, якщо вони цього не зроблять, але в жодному з випадків їм не сказали просто: «Перестань пити!» Усі попередні сутички з лікарями ґрунтувалися на таких гаслах, як: «Розберімося, чому ви п'єте», «Чому б вам не перестати пити» чи «Якщо ви й далі питимете, то скалічите себе». Кожне з цих гасел мало абсолютно інший ефект, аніж простий наказ: «Перестань пити!» Той, хто грає у гру «Алкоголік», охоче проводить не один рік, аналізуючи, чому він п'є, або сумно пояснюючи, як він до такого докотився, за умови, що весь цей час він і далі

⁹⁹ Steiner, C. M. 'The Alcoholic Game,' *Transactional Analysis Bulletin* 7:6—16, January, 1968.

питиме. Погроза, що він себе скалічить, є найбільш наївною та неефективною серед усіх, тому що саме це він і намагається зробити, дотримуючись свого сценарного припису: «Вбий себе!» Погрози лише додають йому втіхи, забезпечуючи алкоголіка жажливими подробицями його смерті й запевняючи, що він закінчить своє життя так, як цього вимагала його мати. Алкоголікові потрібен спершу дозвіл перестати пити, якщо він може його прийняти, а потім чіткий та беззаперечний Дорослий контракт про відмову, якщо він може її дати.

Г. Драматичний трикутник

У період зрілості драматична природа сценарію розквітає на повну силу. Драма в житті, як і в театрі, ґрунтується на «перемиканнях», і ці перемикання чітко підсумовані Стівеном Карпманом¹⁰⁰ у простій діаграмі, яку він називає «Драматичним трикутником» і яка показана на *рисунку 12*. Кожен герой у драмі або в житті (протагоніст) починає в одній з трьох головних ролей: Рятівник, Переслідувач або Жертва з одним основним гравцем (антагоністом) у якійсь із інших ролей. Коли виникає криза, обидва гравці рухаються навколо трикутника, таким чином змінюючи ролі. Одне з найпоширеніших перемикань трапляється під час розлучень. Наприклад, під час шлюбу чоловік є переслідувачем, а дружина грає роль жертви. Після подання заяви на розлучення ці ролі змінюються: дружина стає переслідувачем, а чоловік жертвою, а їхні адвокати грають роль рятівників, що конкурують між собою.

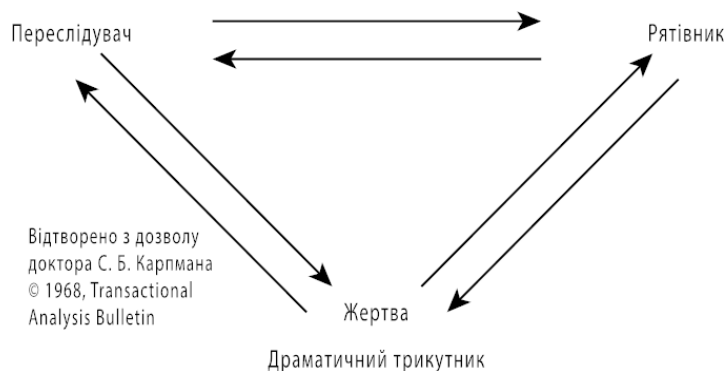


Рисунок 12

Фактично всі конфлікти в житті – це боротьба за рух по периметру трикутника згідно з вимогами сценарію. Так, злочинець переслідує жертв; потерпілий подає скаргу і стає позивачем або переслідувачем злочинця, який тепер стає жертвою. Якщо він спійманий, то поліціянти також стають його переслідувачами. Потім він наймає професійного переслідувача, адвоката, який переслідує поліціянта. У випадку з перерваним зґвалтуванням відбуваються перегони по периметру трикутника. Злочинець, який переслідує дівчину-жертву, стає жертвою поліціянта, що її рятує. Адвокат злочинця намагається врятувати його, переслідуючи дівчину-жертву та поліціянта. Казки, якщо розглядати їх як драми, мають ту саму рису. Маленька Червона Шапочка, наприклад, є жертвою вовка-переслідувача, доки її не рятує мисливець, і після цього вона відразу стає переслідувачкою, запихаючи каміння у череву вовка, який тепер став жертвою.

Другорядними персонажами у драмах є Посередник і Простак, доступні всім трьом головним героям. Посередник – це особа, яка забезпечує все необхідне для перемикання, зазвичай за певну ціну, і повністю усвідомлює свою роль: чоловік, що продає лікер, наркотики, вплив або пістолети. Пістолет, наприклад, який часто називається «вирівнювачем», перетво-

¹⁰⁰ Karpman, S. 'Fairy Tales and Script Drama Analysis.' *Transactional Analysis Bulletin* 7: 39—43, April, 1968.

рює боягуза (жертву) на хвалька (переслідувача), а оборону – на напад. Простак існує для того, щоб або запобігти перемиканню, або його прискорити. Класичними Простакками є присяжні, а найзворушливішими – матері, які платять за те, щоб їхні сини уникли в'язниці. Слід зазначити, що перемикання, про яке йдеться в цьому випадку, є таким самим, як і те, що його подано у формулі гри, наведеній у розділі 2.

У теорії Карпмана, повністю розроблений ним самим, є багато цікавих змінних, окрім рольових перемикань. До них належать просторові перемикання (приватний—публічний, відкритий—закритий, близький—далекий), що передують рольовим перемиканням, викликають їх або йдуть за ними, і швидкість сценарію (кількість рольових перемикань за певну одиницю часу). Отже, його теорія сягає далеко за рамки таких первісних ролей як ті, що описані у грі «Алкоголік»¹⁰¹, і привносить захопливі інсайти в численні аспекти життя, психотерапії й театру.

Г. Імовірна тривалість життя

Нещодавнє дослідження причин смерті показало, що чимало людей помирають тоді, коли до цього готові, і що, наприклад, коронарні тромбози можуть бути викликані практично зусиллям волі¹⁰². Це, безумовно, правда, що більшість людей закладають у своїх життєвих планах певну тривалість життя. Ключове питання тут ось таке: «Як довго ви плануєте жити?» Зазвичай тривалість життя містить певний елемент змагання. Наприклад, Дитина чоловіка, батько якого помер у сорок років, може не мати дозволу жити довше, ніж його батько, і буде існувати у стані невиразного страху більшу частину четвертого десятиліття свого життя. Він усе дужче усвідомлює, що сподівається померти до сорока років, отож періодом найбільшого випробування буде час між його 39-м та 40-м днями народження, після чого його спосіб життя може змінитися за одним із чотирьох зразків. 1) Він заспокоюється й починає жити більш розслаблено, бо вже минув небезпечний вік і вижив. 2) Він переходить у стан депресії, тому що, виживши, він не підкорився своєму сценарію, а через це втрачає любов матері. 3) Він починає жити бурхливішим життям, бо тепер перебуває в позиченому часі й смерть може настати будь-якої миті. 4) Він відступає, тому що його відтермінування є умовним і припиниться, щойно його спіймають на тому, що він живе собі на втіху. Очевидно, у першому випадку він має дозвіл, у другому – не має дозволу, у третьому має дозвіл піти з тим, із чим устигне, у четвертому має дозвіл на укладення угоди. Насправді четвертий випадок є чудовим прикладом одностороннього контракту з Богом, про який уже згадувалося, оскільки, не порадившись із Богом, той чоловік думає, що знає, як Його заспокоїти.

Проте чоловік з більшим духом змагальності вирішить жити довше за свого батька і, можливо, досягне в цьому успіху. Потім йому доведеться пройти через ризик прожити довше, що є набагато важчим, адже обмаль синів наважуються змагатися з власними матерями. Аналогічним чином донька буде змагатися за тривалість життя з матір'ю, але якщо її батько помер у старшому віці, вона, можливо, виявить, що їй важко прожити довше за нього. В будь-якому випадку людина, яка живе довше, ніж прожили обое її батьків, часто почувається тривожно на схилі літ. Наступний бар'єр може полягати в тому, щоб пережити героя її сценарію. Наприклад, один лікар прийшов на лікування у віці 37 років, тому що його батько помер у 38 і він боявся померти. Він припинив лікування невдовзі після свого дня народження, бо тепер був «у безпеці». На цей момент він став більш конкурентоспроможним і його мета полягала в тому, щоб дожити до 71 року. Тривалий час він не міг пояснити вибір цього числа. Оскільки його

¹⁰¹ Berne, E. *Games People Play*. Loc. cit.

¹⁰² Порівняйте також ранні смерті, що спричиняють тяжку втрату, описані В. Д. Різом та С. Г. Люткінсом (W. D. Rees & S. G. Lutkins) у *British Medical Journal* 4:13, October 7, 1967 та підсумовані у *Current Medical Digest*, March, 1968.

героєм був сер Вільям Ослер, чийми слідами він хотів іти, психіатр не полінувався з'ясувати, що сер Вільям помер у 70 років. Пацієнт прочитав кілька біографій свого героя і тепер згадав, що багато років тому вирішив пережити його.

Лікування таких неврозів, пов'язаних із тривалістю життя, є дуже простим. Психіатр просто мусить дати пацієнтові дозвіл жити довше, ніж його батько. У таких випадках може бути успішним психоаналіз – насамперед не через конфлікти, які вирішуються, а просто тому, що аналітична ситуація пропонує захист протягом критичного року.

Насправді тут немає жодного конфлікту, оскільки для Дитини не є патологічним кепське самопочуття через те, що вона живе довше за батька. Це лиш особливий приклад «неврозу виживання», який у певній мірі трапляється з кожним, хто виживає тоді, як інші вмирають. Це один з головних впливів у «воєнних неврозах», «неврозах Хіросіми» та «неврозах концтаборів». Ті, хто вижив, майже завжди відчують провину через це, тимчасом як інші на «їхньому місці» загинули¹⁰³. Ось що робить людину, «яка дійсно бачила когось убитим», відмінною від інших. Дитина не «видужає» і не «зцілиться» від цього відчуття. Найкраще, що можна зробити, – віддати таке відчуття під контроль Дорослого, щоб людина могла жити нормальним життям і дістати дозвіл до певної міри добре проводити час.

Д. Старість

Життєздатність у старості залежить від трьох чинників: 1) міцної конституції; 2) фізичного здоров'я; 3) типу сценарію. Початок старості визначають ті ж таки три чинники. Отже, деякі люди живуть вісімдесят років, а інші починають жити рослинним життям уже в сорок. Міцна конституція – це *нездоланна сила*, тобто її не можна змінити Батьківським програмуванням. Іноді інвалідність буває *нездоланною силою*, а подекуди – розв'язкою сценарію. У сценарії «Інвалід» вона має обидва значення. Саме по собі каліцтво може статися через неминучу фізичну хворобу, але вона є бажаною, тому що це частина сценарію і таким чином виконується материнський припис закінчити життя інвалідом. Іноді це трапляється у випадках поліомієліту в молодих людей, коли чоловік в інвалідному візку каже: «Я знав, що в мене поліомієліт, я майже бажав цього, я ніби чекав на щось таке». Якби його сценарій передбачав, що він стане калікою, а природа не допомагала йому в цьому, він міг розбитися на машині. З рішенням природи простіше мати справу.

Старші люди можуть вітати інфаркт або коронарну оклюзію, але з іншої причини: не тому, що це частина сценарію, а тому, що це звільняє їх від примусу рахуватися зі сценарними прагненнями. Для їхньої Дитини такі катастрофи стають «Дерев'яною Ногою» чи «Дерев'яним Серцем», тому вона може сказати Батькові у голові: «Навіть ти не можеш очікувати, що чоловік з Дерев'яною Ногою чи Дерев'яним Серцем далі житиме з відьомським прокляттям». Зіткнувшись зі згустком крові у серці чи мозку Єдера, лише найбільш безжальний Батько не визнає себе переможеним.

Якщо інвалідність виникає на початку життя, вона може добре вписатись у сценарій матері або повністю його відкинути. Якщо вона вписується, то дитину виховуватимуть як професійного інваліда, часом за допомогою сторонніх організацій, що допомагають дітям-інвалідам (поки вони залишаються інвалідами) або розумово відсталим дітям (поки вони залишаються розумово відсталими). (Повільний прогрес можна пояснити тим, що державну субсидію зазвичай перестають виплачувати, щойно дитина видужає.) У таких випадках мати навчається «дивитися правді в очі» та вчить дитину робити те саме. Проте якщо інвалідність не вписується у сценарій, то мати не навчається цього. Вона постійно пробує, і дитина вчиться робити так само, тож стає одноногим любителем джигитбагу, косолапим стрибуном або ортопедом з пош-

¹⁰³ Lifton, R. J. *Death in Life*. Random House, New York, 1968.

кодженням мозком (усі ці приклади існують або існували в реальному житті). Свій внесок тут роблять і організації, які опікуються дітьми-інвалідами чи розумово відсталими дітьми, захоплюючись, якщо один з їхніх протеже досягає успіху (зі сторонньою допомогою). Якщо сценарій матері не передбачає дитини з фізичною вадою чи розумовою відсталістю, а інвалідність є тяжкою й постійною, її життя стає трагедією через розлад сценарію. Якщо її сценарій передбачає дитину-інваліда, а інвалідність постає непевною і, можливо, виліковною, тоді життя дитини є непотрібною трагедією, спричиненою сценарієм.

Тепер повернімося до старості. Навіть люди з міцною конституцією та браком фізичних вад (або лише незначними чи здогадно-іпохондричними) можуть почати жити рослинним життям у ранньому віці, якщо мають сценарії «З відкритим кінцем». Як правило, це люди, які живуть на пенсію. Батьківська настанова є такою: «Працюй старанно і не ризикуй», а розв'язка: «Після цього здавайся». Щойно Єдер відпрацює свої двадцять-тридцять років, приходить Санта-Клаус, улаштовує йому банкет з нагоди виходу на пенсію, дарує золотий годинник, і Єдер не знає, що робити далі. Він звик дотримуватися сценарних вказівок, але тепер вони вичерпалися і в його голові більше немає програм. Тому він задовольняється тим, що сидить і на щось чекає – приміром, на Смерть.

Це порушує цікаве питання. Що ви робите після того, як приходить Санта-Клаус? У сценарії «Доки» він спускається крізь димар і приносить Сертифікат Свободи. Єдер виконав вимоги свого сценарію, позбавлений від прокляття антисценарієм і тепер вільний робити те, що завжди хотів відтоді, як був маленьким хлопчиком. Однак і власний шлях сповнено небезпек, як свідчать міфи. Звільнившись від відьми-матері, він одночасно стає незахищеним і може легко зіткнутися з горем. Це показано і в казках. Прокляття дає захист, а також випробування й страждання. Та сама відьма, яка наклала прокляття, розуміє, що жертва й далі живе, перебуваючи під його дією. Тому Спляча Красуня була протягом ста років захищена лісом із чагарником. Але щойно вона прокинулася і змогла наказати відьмі забиратися геть, як почалися її проблеми. Зручною ситуацією є подвійний сценарій: сценарій «Доки» від одного з батьків і сценарій «Після» від іншого. У найпоширенішому випадку це означає «Ти не можеш бути вільною, доки не виростиш трьох дітей» (від матері) й «Після того як ти це зробиш, можеш вдатися до творчості» (від батька). Таким чином, у першій половині життя Зої контролює та захищає її мати, а в другій – батько. У випадку з чоловіком вказівка подвійного сценарію може бути такою самою, але контроль і захист змінено: батько під час першої фази, а мати – під час другої.

Люди, які живуть рослинним життям, діляться на три класи, а в цій країні відмінності є фінансовими. Ті, хто має сценарії невдах, доживають віку самотньо у мебльованих кімнатах чи жалюгідних готелях і називаються старими. Люди зі сценаріями непереможців мешкають у власних маленьких будинках, де можуть розвивати свої дивацтва й ексцентричність, тому їх називають старими диваками. Люди зі сценаріями переможців живуть у будинках для людей поважного віку, якими керують фінансові промоутери, і їх називають Представниками Старшого Покоління, або містер чи місіс Платник Податків – так вони підписують свої Листи до Редактора.

Ліками від такої «безсценарності» є дозвіл, але вони користуються ним лише зрідка. У кожному великому місті є тисячі старих чоловіків, які живуть у маленьких кімнатах і бажають, щоб хтось для них готував, розмовляв з ними та слухав їх. Існують і тисячі старих жінок, які мешкають за таких самих обставин і бажають мати когось, для кого вони зможуть готувати, розмовляти та слухати. Навіть якщо ці дві людини зустрічаються, вони рідко користуються з цього, кожен бажає залишатись у своїй сірій знайомій обстановці, скоцюрбившись біля вікна чи телевізора або сидячи зі згорнутими руками й чекаючи на неризиковану, безгрішну смерть. Такими були вказівки матері, коли вони були дітьми і таких вказівок вони дотримуються сімдесят або вісімдесят років по тому. Вони ніколи не ризикували раніше, якщо не брати до уваги

маленьких ставок на іподромі чи стадіоні, то чому мають зараз ставити все під загрозу? Сценарій зник, бо вони його виконали, але старе гасло залишається, і коли прийде смерть, вони радісно зустрінуть її. Спереду на їхньому надгробку викарбують: «Пішов на спочинок до своїх предків», а ззаду: «Я прожив добре життя і ніколи не ризикував».

Кажуть, що в наступному столітті дітей вирощуватимуть у пробірках, відповідно до вимог, установлених державою й батьками, і програмуватимуть генетично. Але кожен уже вирощений у пробірці, згідно з вимогами, що їх установлюють держава та його батьки, і запрограмований сценарієм. Сценарного програмування легше позбутися, ніж генетичного, але мало людей користуються цим привілеєм. Для тих, хто це робить, напис на надгробку може бути більш натхненним. Майже всі добродесні епітафії, якщо їх перекласти марсіанською, зводяться до одного: «Він був вирощений у пробірці й залишався там само». І так вони й стоять на цвинтарі – ряд за рядом хрестів та інших символів, усі з однаковим девізом. Тільки іноді трапляється несподіванка: «Мене виростили в пробірці, але я звідти вистрибнув».

Е. Сцена смерті

Для того, хто помирає, смерть не є ні якимось актом, ані навіть подією. Обидва ці значення вона має для тих, хто живий. Те, чим вона може або має бути, є транзакцією. Фізичний жах нацистських концтаборів був обтяжений психологічним жахом, перешкодами для гідності, самоствердження й самовираження у газовій камері. Там не було хороброї нерозважливості та сигарети, зухвалої поведінки, знаменитих останніх слів: загалом жодної транзакції, пов'язаної зі смертю. Були транзакційні стимули від того, хто помирав, але не було реакції від його вбивць. Таким чином, *непередбачувані обставини* забирають зі сценарію найбільш зворушливий момент, сцену біля смертного ложа, а в певному сенсі вся мета людського життя полягає в тому, щоб створити таку сцену.

У сценарному аналізі цю мету виявляють за допомогою запитання: «Хто буде біля вашого смертного ложа і якими будуть ваші останні слова?» Додатковим запитанням стане: «Якими будуть *їхні* останні слова?» Відповідь на перше запитання зазвичай є версією «Я їм показав», де «їм» означає батьків, особливо матір у випадку з чоловіком і батька у випадку з жінкою. Приховане значення тут – або «Я показав їм, що зробив те, чого вони від мене хотіли» або «Я показав їм, що не зобов'язаний робити того, чого вони від мене хочуть».

Відповідь на це запитання, по суті, є стислим викладом життєвої мети Єдера і може бути використана психіатром як потужний інструмент, що дозволить припинити ігри й витягти Єдера зі сценарію.

«Отже, все ваше життя зводиться до того, щоб показати їм, що ви мали рацію, коли почувались ображеним, переляканим, сердитим, некомпетентним або винним. Дуже добре. Тоді це буде вашим найбільшим досягненням – якщо ви хочете і далі діяти в тому-таки дусі. Проте, можливо, вам хотілося б знайти більш цінну мету в житті».

Сцена коло смертного ложа може бути частиною прихованої чи сценарної угоди у шлюбі. Чоловік або дружина може мати дуже чітку картинку, в якій їхній партнер помирає першим. У таких випадках один з подружжя часто має сценарій, що доповнює сценарій партнера, і неодмінно планує його втілити. Таким чином вони добре ладнають між собою і задоволено проводять роки разом. Та якщо кожен з них має в голові картину, в якій інший помирає першим, то ці роки будуть заповнені сварками, а не задоволенням, хай навіть їхні сценарії взаємодоповняльні в інших випадках, що є обов'язковою умовою для існування шлюбу. Найяскравіше ці труднощі проявляються тоді, коли хтось із подружжя хворіє або страждає. Поширений сценарій, що ґрунтується на сцені біля смертного ложа, зустрічається у шлюбі молодшої жінки зі старшим чоловіком. Навіть якщо циніки кажуть, що вона виходить за нього через гроші, сценарна сцена теж є важливою, і вона завжди буде на його боці під час небезпеки, щоб піклу-

ватися про нього, але також і для того, щоб не пропустити останню транзакцію виграшу. Якщо він інтуїтивно усвідомлює це, то, можливо, шлюб матиме дуже маленький запас міцності, бо нелегко ужитися з тим, хто чекає на вашу смерть. Та сама ситуація, з подвійним виграшем, трапляється при шлюбі молодшого чоловіка зі старшою жінкою, хоча це і менш поширене явище. Очевидно, що в оригінальному протоколі сценарію на місці старого чоловіка є батько, а на місці старої дружини – мати.

Є. Сміх шибеника

Справжні сцени смерті виникають унаслідок *непередбачуваних обставин* або сценарних вказівок. Передчасна смерть через невідворотні сили долі – хворобу чи насильство у мирний або воєнний час – це завжди абсолютна й проста трагедія. Сценарні смерті зазвичай позначають як усмішку шибеника чи сміх шибеника. Людина, яка помирає з усмішкою на обличчі чи жартом на вустах, помирає смертю, що передбачена її сценарієм, і усмішка чи жарт означає: «Що ж, мамо, тепер я дотримуюся твоєї інструкції, ха-ха. Сподіваюся, ти задоволена». Лондонські злочинці XVIII століття були справжніми представниками гумору шибеника й часто розважали захоплений натовп останніми епіграмами, коли напиналася мотузка¹⁰⁴, тому що своєю смертю дотримувалися материнської інструкції: «Ти закінчиш на шибениці, мій хлопчику, так само, як твій батько!» Останніми словами багатьох відомих людей також були жарти, тому що вони теж жили в мирі з матерями: «Синку, ти помреш знаменитим». Смерті, спричинені непередбачуваними обставинами, не супроводжуються такою легковажністю, тому що вони можуть відверто суперечити материнському припису: «Живи довго!» або «Помри щасливим!» Немає історій про сміх шибеника в німецьких концтаборах (наскільки мені відомо). Існує також спеціальний припис «Насолоджуйся смертю так само, як тішився з життя!», який дозволяє жарти на смертному ложі, навіть якщо смерть приходить швидше, ніж це могла б дозволити мати. Такий жарт насправді є спробою полегшити матері тяжку втрату.

Усе це означає, що в більшості випадків мати-відьма планує тривалість життя Єдера і спосіб його смерті, та, якщо не брати до уваги внутрішніх і зовнішніх потрясінь, він буде за власним рішенням виконувати батьківський указ.

Ж. Посмертна сцена

У сценаріях успіху її зазвичай уявляють як успішну картинку. Єдер створив велику організацію або залишив по собі велику літературну спадщину, багато дітей та онуків і він знає, що творіння його життя переживуть його, а ті, хто пов'язаний з ним, дбатимуть про нього до самої смерті.

Проте люди з трагічними сценаріями мають жалюгідні ілюзії щодо подій, які стануться після їхньої смерті. Наприклад, романтичний самогубець каже: «Їм буде шкода» й уявляє собі похмурий, сентиментальний похорон, який може й не відбутися. Розгніваний самогубець каже: «Я їх виправлю» і так само може вводити себе в оману, бо, можливо, вони лише радітимуть, що його спекалися. Сценарій «Я їм покажу» може не вдатися, бо його ім'я не потрапить далі некрологів. З іншого боку, самогубець, яким рухають безнадія чи розчарування і який намагається накласти на себе руки, не обтяжуючись фантазіями, що їх ніхто не помітить, може потрапити на перші шпальти газет через якесь непередбачуване ускладнення. Навіть чоловік, що вкоротив собі віку, аби його дружина отримала страхову суму, може обдурити сам себе, якщо неуважно прочитав свій страховий поліс.

¹⁰⁴ Cf. Grose, F. *A Classical Dictionary of the Vulgar Tongue*. Digest Books, Northfield, Illinois, 1971 (facsimile of 1811 edition).

Загалом наслідки самогубства є не менш непередбачуваними, ніж наслідки вбивства. За винятком солдатів та гангстерів, смерть, чи то самогубство, чи вбивство, є кепським способом розв'язати життєві проблеми. Звичайно, потенційним самогубцям треба рішуче розповідати про два непорушні правила смерті. 1) Жоден з батьків не може помирати, доки всім дітям не виповниться вісімнадцять років. 2) Жодна дитина не може померти, поки все ще живе будь-який з її батьків.

Випадки людей, які не мають малолітніх дітей або живих батьків, треба розглядати відповідно до конкретних обставин, але кожен пацієнт, якого приймають на лікування, має твердо обіцяти не ламати жодне з двох правил, якщо його стосується одне з них або обидва. Від деяких пацієнтів вимагають подібного зобов'язання – що вони ніколи не використовуватимуть ліки, призначені психіатром, з іншою метою (зокрема для спроби самогубства).

3. Надгробок

Надгробок, так само як і футболка, має дві сторони. У цьому разі запитання є такими: «Що викарбують на вашому надгробку?» і «Що ви хотіли б викарбувати на своєму надгробку?» Типова відповідь: «Вони напишуть “Вона була хорошою дівчинкою”» і «Я напишу “Я дуже старалась, але не змогла”». Знову ж таки, «вони» тут зазвичай означає батьків або опікунів. «Їхня» епітафія – це антисценарій, тимчасом як сам пацієнт пише на надгробку сценарний припис, у зазначеному випадку: «Старанно працював, але, звичайно, нічого не домогся». Таким чином надгробок каже про небіжчика лише добре, бо з одного боку написано, що він виконав заповіді свого антисценарію, а з другого – що він був слухняною дитиною, яка дотримувалася сценарних інструкцій своєї матері, хоча вони, можливо, і підбадьорювали чи перешкоджали.

Якщо пацієнт намагається уникнути читання епітафій на своєму надгробку, кажучи, що такого не буде, ця відповідь теж має свій сенс. Хто тікає від смерті, той так само втікає і від життя. Але терапевт мусить наполягти й поставити питання по-іншому: «А що, якби такі написи були?» чи «У цьому випадку ви маєте уявити, що вони є».

II. Заповіт

Хай якими є фантазії людини про те, що станеться після смерті, її заповіт або посмертні документи пропонують останній шанс на виграш. Можливо, все її життя ґрунтувалося на брехні чи прихованому скарбі, що виявляють після смерті, ніби тріумф: це трюк, який він чи вона розіграє зі своїми нащадками. Існує сила-силенна таких історичних прикладів: приховані таланти, які виявляють лише тоді, коли рукопис або полотно знаходять у шафі, або незвичайні твори, що їх відшуковують захованими посеред паперів. Приховане багатство і прихована бідність зазвичай розкриваються після оголошення заповітів. Також заповіти є улюбленими способами для хитрих перемикачів. Про найпоширеніший трюк уже згадувалося: мама залишає основну частину свого майна «ненадійній» доньці, а відданих – копійки. А двоєженство чи двоємужжя часто виявляють лише після прочитання заповіту. В цьому випадку запитання з боку лікаря має бути таким: «Який пункт у вашому заповіті буде найважливішим? Що буде найбільшою несподіванкою для тих, кого ви залишите, після вашої смерті?»

Наразі ми відстежили сценарій Єдера від народження до смерті. Та є ще безліч цікавих речей, які слід розглянути, перш ніж далі говорити про лікування.

Частина III

Сценарій у дії

Розділ 11

Типи сценаріїв

А. Переможці, непереможці та невдахи

Сценарії пишуться на все життя. Вони ґрунтуються на рішеннях, ухвалених у дитинстві, й батьківському програмуванні, що постійно посилюється. Це посилення може мати форму щоденного зв'язку, як у випадку з чоловіками, які працюють на своїх батьків, або з жінками, які щоранку телефонують своїм матерям, щоб попліткувати, або може застосовуватися менш часто й тонше через періодичне листування, що є так само потужною формою впливу. Після смерті батьків їхні інструкції можуть зберігатися в пам'яті ще яскравішими, ніж доти.

Як уже зазначалося, сценарною мовою невдаха називається жабою¹⁰⁵, а переможець – принцом і принцесою. Батьки хочуть бачити своїх дітей або переможцями, або невдахами. Можливо, вони й хочуть, щоб діти були «щасливими» у тій ролі, яку вони для них обрали, але не воліють, щоб нащадки змінювалися, за винятком окремих випадків. Мати, яка виховує жабу, може хотіти, щоб її донька стала щасливою жабою, але придушуватиме будь-які спроби дівчини стати принцесою («Що ти собі уявила?»). Батько, який виховує принца, прагне, щоб його син був щасливим, але часто він волітиме бачити його радше нещасним, аніж перетвореним на жабу. («Як ти можеш із нами так чинити? Ми ж дали тобі найкраще»).

Перше, з чим треба визначитися щодо сценарію, – це для кого він написаний: для переможця чи для невдахи. Часто це можна виявити дуже швидко, прислухавшись до того, як говорить людина. Переможець каже щось на кшталт: «Я припустився помилки, але цього більше не станеться...» або «Тепер я знаю, як це правильно зробити». Невдаха каже: «Якби тільки...», «Мені слід було...» чи «Так, але...». Також існують майже невдахи, непереможці, чий сценарій вимагають від них дуже важкої праці, але не заради успіху, а лише для того, щоб зостатися на одному рівні. Це «принаймнери», люди, які кажуть: «Ну, принаймні я не зробив того й того» або «Принаймні я хоч це маю і за це вдячний». З непереможців виходять чудові члени різних організацій, співробітники й кріпаки, оскільки вони є відданими, працелюбними і вдячними та не схильні створювати проблеми. У суспільному плані вони приємні люди й у громаді поведуться чудово. Переможці створюють клопоти для решти світу лише непрямим чином, коли борються між собою і вплутують невинних спостерігачів, часом мільйонами. Невдахи завдають найбільше прикросів собі й іншим. Навіть з'явившись на вершині, вони все одно залишаються невдахами й тягнуть за собою інших людей, коли настає розв'язка¹⁰⁶.

Переможець визначається як особа, що виконує свій договір зі світом і самим собою. Іншими словами, він намагається щось зробити, каже, що зобов'язується це зробити, і в довготерміновій перспективі робить це. Його угодою чи амбіцією може бути зібрати 100 тисяч доларів, пробігти милу менш ніж за 4 хвилини або здобути ступінь доктора філософії. Якщо

¹⁰⁵ Young, D. 'The Frog Game.' *Loc. cit.*

¹⁰⁶ Усе це (і більшість того, що буде далі), може здатися знайомим декому з читачів, тому що ці думки зведено до простих фраз і я висловлював їх в інших місцях [Berne, E. *Sex in Human Loving*. Simon & Schuster, New York, 1970.] здебільшого у тій самій манері. (Прим. авт.)

він досягає цієї мети, він – переможець. Якщо він залазить у борги, розтягує щиколотку, послизнувшись у душі, або його відраховують за неуспішність із 11 класу, він явно невдаха. Якщо ж він відкладає 10 тисяч, фінішує другим за 4 хвилини 5 секунд або йде працювати в індустрію з дипломом магістра мистецтв, він є принаймні: не невдахою, а саме непереможцем. Важливо те, що він сам окреслює цю мету, зазвичай на підставі Батьківського програмування, але остаточне зобов'язання бере на себе Дорослий. Зверніть увагу, що людина, яка націлюється на результат у 4:05 і досягає його, все одно залишається переможцем, а тим часом, хто націлювався на результат в 3:59, а приходить лише за 4:05, той є непереможцем, навіть якщо він перемагає того, чия амбіція нижча. У короткотерміновій перспективі переможець – це той, хто стає капітаном команди, зустрічається з Королевою Травня чи виграє у покер. Непереможець ніколи не опиняється біля м'яча, зустрічається з тією, яка посіла друге місце та залишається при своїх. Невдаха ніколи не створює команди, залишається без побачень або програє всі гроші.

Крім того, капітан другої команди перебуває на тому самому рівні, що й капітан першої команди, оскільки кожна людина має право вибирати власну лігу й оцінюється за стандартами, які встановлює сама. Як крайній приклад, «жити на вулиці за менші кошти, ніж будь-хто, і при цьому не захворіти» – це теж ліга. Незалежно від того, хто це робить, така людина є переможцем. Хто пробує і хворіє – той невдаха. Типовим, класичним невдахою є людина, яка змушує себе страждати через недугу чи сама завдає собі шкоди без жодної причини (як Делла в розділі 3). Якщо він або вона має таку причину, то потім може стати успішним мучеником, що є найкращим способом перемогти, програвши.

Переможець знає, що робитиме далі, якщо програє, але не каже про це; невдаха не знає, що робитиме в разі програшу, але говорить про те, що робитиме, якщо виграє. Отже, досить послухати лише кілька хвилин, щоб розрізнити переможців і невдах за гральним столом або на фондовій біржі, у домашній сварці чи під час сімейної терапії.

Головне правило, здається, полягає в тому, що переможна розв'язка у сценарії походить від турботливого Батька через гасла контрсценарію. Непереможець дістає розв'язку від контролера Батька через приписи. Невдахи ведуть до поганої розв'язки провокації та зваби від божевільної Дитини одного з батьків, яка спокушає його саморуйнівного демона.

Б. Час сценарію

Переможний чи невдалий, сценарій є способом структурувати час, що минає від першого «привіт» біля грудей матері до останнього «прощай» у домовині. Цей життєвий час спорожнюється й наповнюється діями та бездіяльністю; а також за допомогою «ніколи не робити», «завжди робити», «не робити до», «не робити після», «робити знову і знову» й «робити, доки вже нічого буде робити». Це породжує сценарії «Ніколи» і «Завжди», «Поки» і «Після», «Знову і знову» та сценарії «З відкритим кінцем». Найкраще це можна зрозуміти з посиланням на грецькі міфи, тому що греки добре відчували такі речі.

Сценарії «Ніколи» представлено міфом про Тантала, який мусив цілу вічність страждати від голоду і спраги, бачив перед собою їжу й воду, але ніколи вже не міг їсти та пити. Люди з такими сценаріями мають заборону батьків на те, що їм найдужче кортіло б робити, і таким чином проводять своє життя у танталових муках, оточені спокусами. Вони підкоряються Батьківському прокляттю, тому що їхня Дитина боїться речей, яких їм хочеться найбільше, тож вони дійсно мордують себе.

Сценарії «Завжди» відповідають міфові про Арахну, яка наважилася кинути виклик богині Афіні у вишивці, і та покарала її, перетворивши на павука й присудивши все життя плести павутиння. Такі сценарії походять від недоброзичливих батьків, які кажуть: «Якщо це те, що ти хочеш робити, то може так статися, що ти заходитимешся коло цього все життя».

Сценарії «Поки» і «До» відповідають міфу про Ясона, якому було сказано, що він не стане царем, поки не виконає певні завдання. Ясон отримав свою винагороду в належний час і прожив десять років у щасті. Геракл мав схожий сценарій: він не міг стати богом, доки спочатку не провів дванадцять років у рабстві.

Сценарії «Після» походять від Дамокла. Дамоклові дозволяли насолоджуватися щастям від того, що він був царем, аж поки він не помітив, що над головою в нього висить меч, підвішений на тонкій кінській волосинці. Девіз сценаріїв «Після» звучить так: «Можеш якийсь час тішитись, але після цього в тебе почнуться проблеми».

Сценарій «Знову і знову» належить Сізіфові. Йому було присуджено котити на гору важкий камінь, і тільки-но він досягав вершини, як камінь котився вниз, і Сізіф змушений був починати все спочатку. Це класичний сценарій «Я майже це зробив», у якому повно «якби тільки».

Сценарій «З відкритим кінцем» – це сценарій непереможця чи «Повітряні замки», що відповідає історії про Філемона й Бавкиду, яких перетворили на лаврові дерева, винагородивши за добрі справи. Старі люди, які виконали Батьківські інструкції, не знають, що робити далі, і проводять решту свого життя, існуючи, як рослини, або пліткуючи, немов листя, що шелестить від вітру. Це доля багатьох матерів, чії діти виросли і роз'їхалися, та чоловіків-пенсіонерів, які провели тридцять років, працюючи згідно з правилами компанії та інструкціями своїх батьків. Як уже зазначалося, громади «Представників Старшого Покоління» заповнені подружжями, що завершили свої сценарії і не знають, як структурувати власний час, очікуючи на землю обітовану, де люди, які добре ставилися до своїх підлеглих, можуть повільно їхати на власних великих чорних машинах по крайній лівій смузі, і їм не сигналітиме купка невихованих юнаків на автівках з форсованими двигунами. «Я теж замолоду був відчайдухом», каже Татко. «Але зараз...» А Мама додає: «Ти б не повірив, що вони... І ми завжди платили нашим...»

В. Секс і сценарії

Усі ці сценарії мають свої сексуальні аспекти. Сценарії «Ніколи» можуть забороняти любов або секс, або й те, й те. Якщо вони забороняють любов, але не секс, то вони є дозволом на проміскуїтет – дозвіл, яким у повній мірі користуються деякі моряки, вояки й мандрівники і до якого повії та куртизанки вдаються, щоб заробляти собі на життя. Якщо ж вони забороняють секс, але не любов, то тоді породжують священиків, ченців, черниць і людей, які роблять добрі справи, наприклад, виховують дітей-сиріт. Люди, що живуть безладним статевим життям, постійно страждають, дивлячись на вірних коханців та щасливі родини, тимчасом як благодійники постійно відчувають спокую «розстригтися».

Сценарії «Завжди» є типовими для молодих людей, яких батьки вигнали з дому за гріхи, до яких самі ж їх і підштовхнули. «Якщо завагітнієш, можеш заробляти собі на життя на вулиці» і «Якщо хочеш приймати наркотики, роби це без нашої допомоги». Батько, який вигнав свою доньку в грозу, міг сам мати щодо неї розпусні думки, відтоді як їй виповнилося десять (чи вісім?) років, а хто вигнав свого сина через те, що хлопець палив марихуану, той міг сам напиться того-таки вечора, щоб полегшити власний біль.

Батьківське програмування у сценаріях «Поки» є найгучнішим з-поміж усіх, тому що складається з прямих наказів: «Тобі не можна кохатися, доки не одружишся (вийдеш заміж) і не можна одружуватися (виходити заміж), поки дбатимеш про свою матір (або поки не закінчиш коледж)». Батьківський вплив у сценаріях «Після» є майже прямолінійним й навислий меч виблискує видимими загрозами: «Після того як ти одружишся й народиш дітей, у тебе почнуться проблеми». Якщо витлумачити у дії, це означає: «Залицяйся до дівчат, поки можеш».

Після одруження це скорочується до фрази: «Щойно заведеш дітей, як у тебе почнуться проблеми»¹⁰⁷.

Сценарії «Знову і знову» створюють подружку нареченої і ніколи наречену, та інших, хто дуже старається знову і знову, проте ніколи не досягає в цьому успіхів. Сценарії «З відкритим кінцем» завершуються постарілими чоловіками та жінками, які втрачають свою енергію без великого жалю й задовольняються спогадами про колишні успіхи. Так само як жінки з такими сценаріями з нетерпінням чекають на менопаузу, сподіваючись, що вона розв'яже їхні «сексуальні проблеми», чоловіки чекають, доки вони проводитимуть час на роботі, сподіваючись звільнитися від сексуальних зобов'язань.

На більш інтимному рівні кожен із цих сценаріїв має власний вплив на фактичний оргазм. Сценарій «Ніколи», звичайно, породжує не лише старих дівок, холостяків, повій та сутенерів, а й фригідних жінок, що ніколи не мали жодного оргазму за все життя, і чоловіків-імпотентів, здатних мати оргазм за умови відсутності кохання; це класична ситуація, описана Фройдом, – чоловік, який є імпотентом з власною дружиною, але не з повіями. Сценарій «Завжди» створює німфоманок і донжуанів, які проводять своє життя, весь час бігаючи за будь-якою перспективою оргазму.

Сценарій «Поки» створює квапливих домогосподарок та втомлених бізнесменів, які не відчують сексуального збудження, доки кожна дрібничка у будинку або в офісі не лежатиме на своєму місці. І навіть після того як вони збудяться, їх можуть перервати у найважливіший момент такі ігри, як «Дверцята холодильника» чи «Блокнот», маленькі справи, заради яких треба вискочити з ліжка просто зараз – наприклад, перевірити, чи зачинені дверцята холодильника, або швиденько записати перше, що треба зробити завтра в офісі. Сценарії «Після» заважають сексу страхами. Наприклад, страх перед вагітністю утримує жінку від приємного оргазму і може змусити чоловіка занадто швидко кінчити. Перерваний коїтус, коли чоловік припиняє статевий акт якраз перед тим, як кінчити, контролюючи таким чином народжуваність, із самого початку тримає обох партнерів у нервовому стані та зазвичай залишає жінку в незручній ситуації на піку збудження, якщо пара занадто сором'язлива, щоб дати їй відчути задоволення в інший спосіб. Насправді слово «задоволення», що його вживають, обговорюючи цю конкретну проблему, є ненавмисним розголошенням таємниці, що щось іде не так, оскільки гарний оргазм має бути суттєвішим, аніж блідий привид, що його називають «задоволенням».

Сценарій «Знову і знову» здається знайомим багатьом жінкам-невдахам, які збуджуються під час сексу чимраз дужче, і якраз тієї миті, коли вона от-от має кінчити, це робить чоловік, можливо, за допомогою жінки, і вона знову починає все спочатку. Це може відбуватися ніч за ніччю протягом багатьох років. Сценарій «З відкритим кінцем» має вплив на старших людей, які сприймають секс як зусилля або обов'язок. Щойно досягши певного віку, вони стають «застарими» для сексу, їхні залози чахнуть через те, що вони перестають ними користуватися, те саме відбувається зі шкірою, м'язами й інтелектом. Тепер їм залишається тільки гайнувати час, чекаючи, доки їхні «труби» не проіржавіють. Щоб уникнути такого рослинного життя, сценарій не повинен мати часових обмежень, а мусить бути запланований на все життя, хай скільки воно триває.

Сексуальна потенція, потяг і сила людської істоти до певної міри визначаються її спадковістю та емоційним складом, але, схоже, ще потужніший вплив на них мають ті рішення, що їх людина ухвалює в ранньому дитинстві, а також батьківське програмування, яке викликає ці рішення. Таким чином, не лише сила й частота сексуальної активності людини впродовж життя, а й її здатність і готовність любити на значну міру вже визначені у віці шести років.

¹⁰⁷ Частина цього розділу відповідає мові моєї попередньої роботи, згаданій вище, але я не знаю кращого способу це висловити. Я довгий час розповідаю це на лекціях саме в такому стилі й саме так це відомо багатьом сценарним аналітикам. (Прим. авт.)

Жінок, здається, це стосується навіть іще більше. Дехто з них дуже рано вирішує, що хоче бути матір'ю, коли виросте, тимчасом як інші в той самий період вирішують залишитися незайманками або цнотливими нареченими назавжди. У будь-якому випадку сексуальна активність обох статей стикається з постійними перешкодами у вигляді думки батьків, застережень у дорослому віці, рішень періоду дитинства й соціального тиску і страхів, тому природні потяги та цикли придушуються, перебільшуються, спотворюються, ігноруються або розкладаються. Внаслідок цього все, що називають «сексом», стає знаряддям ігрової поведінки. Прості транзакції грецьких міфів – мацання, обман і магія, що мали місце на горі Олімп, які створюють підґрунтя для первісної версії сценарію, ускладнюються хитрощами й вивертами народних казок, тому Європа трансформується в Червону Шапочку, Прозерпіна в Попелюшку, а Улісс – у тупого принца, якого обернули на жабу.

Г. Годинниковий та цільовий час

У розділі 2 обговорювалися такі способи заповнення коротких періодів соціального часу, як замкненість, ритуали, розваги, діяльність, гра та близькість. Кожен з них має початок і кінець, що називається точкою перемикавання. У сценарії також є точки перемикавання, розраховані на триваліший період, які зазвичай означають, що гравці міняються ролями в драматичному трикутнику.

Річард Шехнер здійснив ретельний та науковий аналіз часових схем у театрі¹⁰⁸, який також можна застосувати до драматургії життєвих сценаріїв. Два найважливіші типи він називає «встановленим часом» і «подієвим часом». Встановлений час запускається годинником або календарем. Дія починається й закінчується в певний момент або на її виконання відводиться певний час, як у футбольному матчі. Для сценарного аналізу ми можемо називати його годинниковим часом (ГЧ). У подієвому часі діяльність має бути завершена, як бейсбольна гра, незалежно від того, скільки вона триватиме за годинником. Ми називатимемо його цільовим часом (ЦЧ). Існують дві комбінації цих часів. Боксерський матч може бути завершений або тоді, коли закінчаться всі раунди, що потребує встановленого чи годинникового часу, або коли відбудеться нокаут, що є подієвим або цільовим часом.

Ідеї Шехнера корисні для сценарного аналізу, особливо у випадку зі сценаріями «Можна» і «Не можна». Дитина, яка робить уроки, може дістати п'ять різних інструкцій. «Тобі слід більше спати, тож можеш закінчити о дев'ятій». Це називається годинниковим часом «Можна». «Твоє домашнє завдання є важливим, отож можеш не лягати спати, доки не закінчиш». Це називається цільовим часом «Можна». Ці два «Можна» здатні полегшити їй життя, а два «Не можна» – роздратувати дитину, але жодне з них не обмежує її. «Ти повинен зробити уроки до дев'ятої, щоб вчасно лягти спати». Тут годинниковий і цільовий час об'єднуються, що називається «Поспіхом». Очевидно, що кожна з цих інструкцій матиме різний вплив на домашнє завдання дитини та її сон, а коли вона виросте, – на звички, що стосуватимуться роботи й сну. З марсіанської позиції, впливи батьківських інструкцій на дитячий сценарій можуть бути зовсім не такими, як хотіли батьки. Наприклад, годинниковий час «Не можна» може закінчитися безсонням, а цільовий час «Не можна» одного дня здатен призвести до смерті. (Чак у розділі 6 перебував під впливом цільового часу «Не можна» і звернувся до психотерапевта замість дістати коронарну оклюзію. Інші віддають перевагу коронарній оклюзії.)

Цей список є важливим, тому що він дозволяє пояснити, як люди вирішують заповнити свій час, коли дотримуються сценарних приписів. «Можеш жити, доки тобі не виповниться сорок» (ГЧ «Можна») означає, що людина зазвичай заклопотана тим, що намагається встигнути зробити все, що хоче; «Можеш жити, доки твоя дружина не помре» (ЦЧ «Можна») озна-

¹⁰⁸ Schechner, R. *Public Domain*. The Bobbs-Merrill Company, New York, 1969, Chapter 2.

чає більшу ймовірність того, що чоловік буде витрачати багато часу на те, щоб відтягнути цю подію і зберегти життя своїй дружині. «Тобі не можна цього робити, доки не зустрінеш правильного чоловіка» (ЦЧ «Не можна») означає, що така жінка може згаяти силусиленну часу на пошуки чоловіка, а натомість припис «Тобі не можна цього робити, доки тобі не виповниться двадцять один» (ГЧ «Не можна») означає, що в неї є час на інші речі. Це також пояснює, чому одними людьми рухає годинник, а інші орієнтуються на досягнення мети.

Розділ 12

Деякі типові сценарії

Сценарії є штучними системами, що обмежують спонтанні й творчі прагнення людини, як і ігри постають штучними структурами, які обмежують стихійну та творчу близькість. Сценарій – це немов шибка з прикрашеного матового скла, що її батьки Єдера ставлять між ним і світом (і собою) та яку він потім захищає й підтримує у доброму стані. Він дивиться крізь неї на світ, а світ – на нього, сподіваючись побачити хоча б проблиск, а можливо, і вибух його справжньої людської природи. Проте оскільки світ дивиться крізь власне матове скло, видимість у цьому випадку не краща, ніж у двох аквалангістів, які дивляться одне на одного крізь мутні маски на дні брудної річки. Марсіанин протирає свою маску «Ноу-Фогом»¹⁰⁹, тому бачить краще. Нижче наведено деякі приклади того, що він бачить, – приклади, які можуть допомогти пояснити, як сценарій у кожному випадку дає відповідь на запитання: «Що ви кажете чи робите після привітання?»

А. Рожева Шапочка, або Безхатько

Рожева Шапочка була сиротою і сиділа на лісовій галявині, чекаючи, доки повз пройде хтось, кому потрібна допомога. Іноді вона блукала стежками на той випадок, якщо буде комусь потрібна в інших частинах лісу. Вона була дуже бідна і не могла запропонувати багато, але охоче ділилася тим, що мала. Вона могла щось потримати, коли людям була потрібна додаткова пара рук, і в голові мала безліч мудрих заповідей, яких навчилася від батьків, поки ті були ще живі. Також вона знала купу дотепів, і їй подобалося підбадьорювати тих, хто боявся заблукати в лісі. У такий спосіб дівчинка завела собі багато друзів. Але у вихідні вона майже завжди була сама, бо тоді всі їхали на пікніки на луках і залишали її, через що вона й сама трохи боялася перебувати в лісі. Іноді друзі запрошували Рожеву Шапочку поїхати з ними, але з віком це траплялося дедалі рідше.

Вона жила зовсім іншим життям, ніж Червона Шапочка, і справді, коли вони одного разу зустрілися, то не змогли знайти спільну мову. Червона Шапочка поспішала через ліс і проходила повз галявину, де сиділа Рожева Шапочка. Вона зупинилася, щоб привітатись, і якусь хвилину вони дивились одна на одну, думаючи, що могли б стати подругами, бо були дуже схожі, хіба що тільки в одній був рожевий плащ, а в іншій – червоний.

– Куди ти ідеш? – запитала Рожева. – Я ніколи тебе тут раніше не бачила.

– Я несу бабусі сендвічі, що їх зробила моя мама, – відповіла Червона.

– О, як мило, – сказала Рожева. – А в мене немає мами.

– Ба більше, – гордо відповіла Червона, – коли доберуся до бабусі, то, гадаю, мене з'їсть вовк.

– О, – мовила Рожева. – Ну, кидай йому по сендвічу щодня, і він тебе не зачепить. І ти мудра дитина, якщо знаєш, де зустрінеш свого вовка.

– Не думаю, що твої дотепи смішні, – відказала Червона. – Тому бувай.

– Яка ж ти зарозуміла, – сказала Рожева. Але Червона вже була далеко. «У неї немає почуття гумору», подумала Рожева, «але думаю, їй треба допомогти». Тож Рожева помчала лісом, шукаючи мисливця, який захистив би Червону Шапочку від вовка. Нарешті вона знайшла одного зі своїх старих друзів і розповіла йому, що Червона Шапочка в біді. Вона провела його до дверей хатинки, де жила бабуся Червоної Шапочки, і побачила все, що там сталося. Червона Шапочка лежить у ліжку з вовком, вовк намагається її з'їсти, мисливець убиває вовка,

¹⁰⁹ *No-Fog* – спрей для лінз.

а потім вони з Червоною Шапочкою, сміючись і жартуючи, розрізають вовкові живіт і напихають туди каміння. Та Червона навіть не подумала про те, щоб подякувати Рожевій, і це змусило останню засумувати. Після того, що сталося, мисливець більше здружився з Червоною Шапочкою, ніж колись дружив з Рожевою. Вона так засмутилася, що почала щодня їсти п'яні ягоди і потім не могла спати, тож щовечора їй доводилося їсти снодійні ягоди.

Вона й далі залишалася милою дитиною і їй подобалося допомагати людям, але іноді вона думала, що краще б їй було об'їстися снодійних ягід.

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Рожева Шапочка – сирота або має причину вважати себе за сироту. Вона мила дитина, має купу мудрих заповідей та веселих дотепів, але дозволяє іншим думати про серйозні речі, організовувати різні справи і доводити їх до кінця. Вона є сумлінною й завжди готова допомогти людям і, як наслідок, має багато «друзів», але якимось чином завжди залишається самотньою. Тоді вона починає пити, приймати ліки-стимулятори та снодійні пігулки і часто думає про самогубство. Сказавши «привіт», вона розповідає кілька веселих дотепів, але робить це лише для того, щоб якимось згайнувати час, доки не з'явиться можливість запитати: «Чим я можу допомогти?» Таким чином вона могла б мати «глибокі» стосунки з невдахою, але не дуже ладнала з переможцями, коли дотепи закінчувалися.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: хронічно-депресивна реакція

КАЗКА: Рожева Шапочка

РОЛІ: *Послужлива Дитина*, Жертва, Рятівниця

ПЕРЕМИКАННЯ: від Рятівниці (турботливого Батька, готового порадити) до Жертви (засмученої Дитини)

БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Будь милою, послужливою дівчинкою»

БАТЬКІВСЬКИЙ ШАБЛОН: «Ось як треба допомагати людям»

БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Не май багато, не отримуй багато й не підупадай на силі»

ГАСЛО ДИТИНСТВА: «Виконуй свій обов'язок і не ремствуй»

ПОЗИЦІЯ: «Зі мною не все гаразд, адже я скаржуся». «У них усе добре, бо вони можуть мати певні речі»

РІШЕННЯ: «Я каратиму себе за те, що скаржуся»

СЦЕНАРІЙ: підупадай на силі

АНТИСЦЕНАРІЙ: навчися допомагати людям

ФУТБОЛКА: напис спереду – «Я мила дитина». Напис ззаду – «Але я сирота»

ГРА: «Неважливо, як я стараюся»

ТОРГОВЕЛЬНІ КУПОНИ: депресії

ОСТАТОЧНА РОЗВ'ЯЗКА: самогубство

ЕПІТАФІЇ: «Вона була доброю дитиною», «Я старалася»

АНТИТЕЗА: перестати бути милою дитиною

ДОЗВІЛ: використай свого Дорослого для того, щоб зробити щось цінне

Класифікація

Рожева Шапочка є сценарієм невдахи, оскільки вона втрачає все, що отримує. Це цільовий сценарій «Не можна» зі стандартним гаслом: «Тобі не можна цього робити, доки не зустрі-

неш Принца». Він ґрунтується на плані «Ніколи» – «Ніколи не проси нічого для себе». Ска-
завши «привіт», вона доводить, що є послужливою, милою дитиною.

Б. Сізіф, або Знову

Це стосується Джека та його дядька Гомера. Батько Джека був героєм війни, якого вбили в одній з битв, коли Джек був іще маленьким, а його мати померла невдовзі після того. Хлоп-
чика виховував дядько Гомер, який був поганеньким спортсменом, хвальком і трохи шахраєм. Він навчив Джека різних атлетичних та конкурентних ігор. Проте, якщо Джек вигравав, Гомер лютував і казав: «Ти що, гадаєш, що твоє лайно не смердить?» Якщо Джек програвав, дядько доброзичливо та зневажливо сміявся з нього. Тому за певний час хлопець почав програвати свідомо. Що більше він програвав, то щасливішим і доброзичливішим ставав його дядько. Джек хотів стати фотографом, але дядько сказав, що це для слабаків, а йому слід бути героєм-атлетом. Отож Джек став професійним гравцем у бейсбол. Насправді Гомер хотів, щоб Джек став героєм-атлетом і програв.

З таким другом-дядьком недивно, що тільки-но Джек став подавати надії на гру у великих лігах, він розтягнув руку та змушений був піти з бейсболу. Як він сам розповідав пізніше, було важко пояснити, чому такий досвідчений гравець, як він, міг так сильно розтягнути руку на весняному тренуванні, коли всі намагалися поводитися спокійніше, щоб не дістати травму перед початком сезону.

Потім Джек став торговим агентом. Він завжди починав дуже добре, отримував усе більші замовлення, поки не став улюбленцем боса. У цей момент він відчув непереборний потяг до байдикування. Він пізно лягав спати й ігнорував паперову роботу, тому його товари приходили пізно. Джек був таким добрим агентом, що йому навіть не треба було виходити з домівки й продавати: клієнти телефонували йому самі, але він забував виконувати їхні замовлення. Через це в нього були довгі та чуйні розмови за вечерею з босом, де обговорювалися його проблеми.

Після кожної вечері він трохи пожваблювався, але невдовзі все починалося знову. За якийсь час відбулась остання вечерея, після якої його доброзичливо звільнили. Потім Джек знайшов іншу роботу й почав увесь цикл спочатку. Він відчував труднощі через те, що вважав, ніби торговим агентам завжди доводиться брехати і трохи шахраювати, і це його непокоїло.

Після лікування Джек звільнився від впливу свого дядька й вирішив перекваліфікуватись і стати соціальним працівником.

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Сізіф дуже тяжко працює і опиняється на межі успіху. У цей момент він здається, перестає працювати та втрачає геть усі свої здобутки. Потім він знову починає все спочатку й повторює цикл.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: депресивна реакція

МІФ: Сізіф

РОЛІ: *Покинута Дитина*, Переслідувач, Рятівник

ПЕРЕМИКАННЯ: від Героя (успіх) до Жертви (невдача) та до Рятівника

БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Будь суворим героєм, а не слабаком»

БАТЬКІВСЬКИЙ ШАБЛОН: «Трохи шахраюй»

БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Не досягай успіху»

ГАСЛО ДИТИНСТВА: «Я – син героя»

ПОЗИЦІЯ: «Зі мною не все гаразд, бо я слабак. У них усе гаразд, адже вони успішні»

РІШЕННЯ: «Я мушу стати героєм»

СЦЕНАРІЙ: не роби цього
ФУТБОЛКА: напис спереду – «Я торговий суперагент». Напис ззаду –
«Але нічого в мене не купуйте»
ІГРИ: «Знову», «Шлемель»
ТОРГОВЕЛЬНІ КУПОНИ: депресії та провини
ОСТАТОЧНА РОЗВ'ЯЗКА: безсилля й самогубство
ЕПІТАФІЇ: «Він старався щосили». «Я не зміг»
АНТИТЕЗА: перестань слухати свого дядька
ДОЗВІЛ: перекваліфікуйся і працюй соціальним працівником для
покинутих дітей

Класифікація

Сізіф – це сценарій невдахи, бо щоразу як він опиняється нагорі, то знову котиться вниз. Це цільовий сценарій «Не можна» з гаслом: «Без мене ти цього зробити не зможеш». Він ґрунтується на плані «Знову і знову» – «Старайся, скільки хочеш». Час між «привіт» і «прощай» структуровано грою «Знову».

В. Маленька міс Маффет, або Я вас не боюся

Маффі сиділа на барному стільці щовечора, п'ючи коктейль «Віскі сауер». Одного вечора до неї підсів доволі грубий тип. Він налякав її, але вона не втекла. Зрештою Маффі вийшла за нього заміж, щоб дбати про нього, аби він писав кращі романи. Коли він напивався, то бив її, а коли був тверезий – принижував морально, але вона все одно не пішла від нього. Члени групи спочатку співчували їй та жахалися поведінці чоловіка, але минули місяці, і їхнє ставлення змінилося.

«А ти не думала підвестися зі стільця і щось удіяти? – питали вони. – Здається, ти щаслива, коли можеш розповісти нам сумну історію, отже, насправді ти граєш у важку гру “Хіба це не жахливо?”»

Одного разу доктор К'ю спитав Маффі, якою була її улюблена казка.

– У мене не було улюбленої казки, – відповіла вона. – Але була улюблена пісенька: «Маленька міс Маффет»¹¹⁰.

– То он чому ти сидиш на стільці.

– Так, я сиділа на стільці, коли він зі мною познайомився.

– То чому ж він тебе не налякав?

– Бо коли я була маленькою, мама казала мені, що якщо я втечу колись із дому, то матиму ще більші проблеми, ніж уже маю.

– Ну а як щодо першого стільчика? – запитав хтось.

– О, ви кажете про нічний горщик. Так, мене точно змушували на ньому сидіти й лякали всілякими небезпеками, а я була надто налякана, щоб устати і втекти.

Таким чином, її сценарій нагадував історію про міс Маффет, тільки їй заборонялося тікати і вона не знала, куди бігти. Тим часом, замість сироватки, як у колісковій, вона пила віскі. Група дала їй дозвіл підвестися зі стільця, викинути сироватку й узятися за себе. Раніше вона завжди мала кислий вигляд, але тепер стала усміхатися.

Її чоловік знав, що сказавши міс Маффет «привіт», треба додати «бу!» – і вона втече. Так робила більшість дівчат, але Маффі – ні. Якщо ви кажете міс Маффет «бу!» і вона не втікає,

¹¹⁰ Популярна англійська дитяча пісенька, що починається словами: «Маленька міс Маффет сиділа на стільці...» про дівчинку, яку налякав павук.

то залишається єдине – зробити це знову, що він і робив. Насправді у той чи цей спосіб він саме таке їй завжди і кавав, крім хіба що «тьху!»

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Маленька міс Маффет сидить на стільці зігнувшись і чекаючи на павука – і це все, на що вона може сподіватися. Коли він приходить, то намагається налякати її, але вона вирішує, що це найчарівніший павук на світі, й залишається з ним. Він і далі вряди-годи лякає її, але вона відмовляється тікати. А коли він каже, що вона лякає його, їй стає по-справжньому страшно. Вона роззирається, шукаючи іншого павука, але не може знайти такого вродливого, як власний, отож вона тримається за нього, доки може допомогти йому прясти павутиння.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: розлад характеру

ДИТЯЧА ПІСЕНЬКА: «Маленька міс Маффет»

РОЛІ: *Рятівник*, Жертва

ПЕРЕМИКАННЯ: від Жертви (обставин) до Рятівника (людей) і до Жертви (людей)

БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Не здавайся»

БАТЬКІВСЬКИЙ ШАБЛОН: «Ось як це витримати – пий»

БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Не тікай, бо вскочиш у ще більшу халепу»

ПОЗИЦІЯ: «Зі мною все гаразд – якщо я допомагаю йому творити. З ним усе гаразд – він творить»

РІШЕННЯ: «Якщо я не можу творити, я знайду того, хто може»

ФУТБОЛКА: напис спереду – «Я зможу з цим упоратися», напис ззаду – «Вдар мене»

ІГРИ: «Вдар мене», «Хіба це не жахливо»

АНТИТЕЗА: перестань сидіти на стільці й пити

ДОЗВІЛ: візьмися за себе

Класифікація

Маленька міс Маффет – це сценарій непереможця. Вона ніколи не планує досягти успіху, але принаймні має павука, який сидить поруч. Це цільовий сценарій «Можна» з гаслом: «Ти можеш допомогти йому творити». Він ґрунтується на плані «Поки» – «Сиди сама, доки не зустрінеш павука-принца, а відтак можеш починати жити». Час між «привіт» і «на добраніч» структуровано сварками, випивкою, коханням і роботою.

Г. Старі солдати ніколи не вмирають, або Кому я потрібен?

Мак був хоробрим солдатом і добре дбав про своїх людей. Але одного дня через невігластво чи непокору багатьох з них убили, і Мак звинувачував у цьому себе. Разом з малярією, виснаженням та деякими іншими чинниками це призвело до того, що він занедужав. Оклигавши, він працював, працював і працював, щоб не думати про це, але незалежно від того, скільки зусиль докладав, він, здавалося, ніколи не просувався далі й попереду завжди було багато роботи, якщо він хотів вилізти з боргів. Мак був постачальником провізії і їздив на різноманітні весілля й інші заходи, але сам не мав приводів святкувати. Він завжди був спостерігачем, допомагаючи людям піднімати настрій їжею, напоями, комфортом та порадами, і це дозволяло йому відчувати себе більш потрібним. Найгірше було вночі, коли він залишався

сам і в голові крутилися думки. А найкраще – в суботу ввечері, коли він міг напитися, забути про все й бути фактично одним з натовпу.

Це почалося задовго до армії. Коли йому було шість, його мати втекла разом із солдатом, і коли хлопчик про це дізнався, від гніву в нього розпочалася пропасниця, бо це означало, що він їй був непотрібен. Він почав тяжко працювати ще в школі, але коли йому вдавалося досягти хоча б маленьких успіхів, батько якимось чином видурював у нього гроші. Якщо він купував собі якусь річ, батько продавав її. Він заздрихав іншим хлопцям у школі, бо в них були мами, і часто влізав у бійки. Мак не заперечував проти розбитих носів на шкільному подвір'ї, але не міг витримати вигляду мертвих тіл на війні. Він був управним стрільцем, але завжди жалів ворогів, яких убивав, і не мав до них претензій, коли вони вбивали його людей. Через те що він покладав вину за це на себе, йому здавалося, ніби його мертві друзі спостерігають за ним, а тому поведився дуже обережно, коли розважався, намагаючись нікого не образити й не травмувати. За винятком хіба що тих випадків, коли був напідпитку, але це не бралось до уваги – чи таки бралось? Він ніколи не міг бути впевненим. Раз або двічі він намагався потрапити в аварію на своїй машині й дістав при цьому серйозні травми, але вижив. Його головний шлях до самогубства полягав у тому, щоб сильно палити, навіть під час бронхіту. Після тривалого періоду лікування він подружився з матір'ю і це дозволило йому знову почуватися краще.

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Старий солдат був недосить добрим для своєї матері й підвів своїх друзів. Унаслідок цього він був приречений завжди гарувати, не просуючись уперед. У житті він є глядачем і не може долучатися до веселощів. Він завжди прагне допомогти іншим, і це означає більше роботи, але дозволяє йому відчувати себе потрібним. Єдиним звільненням для нього буде смерть, але він не може нашкодити тим, хто його любить, наклавши на себе руки. Усе, що він може, – це повільно згасати.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: компенсована шизофренія

ПІСНЯ: «Старі солдати ніколи не вмирають» («Old Soldiers Never Die»)

РОЛІ: *Невдалий рятівник*, Переслідувач, Жертва

ПЕРЕМИКАННЯ: від Жертви (матері або батька) до Рятівника (людей)
до Жертви (обставин)

БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Працюй старанно і допомагай людям»

БАТЬКІВСЬКИЙ ШАБЛОН: «Ось як це витримати – пий»

БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Не досягай успіху»

ПОЗИЦІЯ: «Зі мною не все гаразд. З ними все гаразд»

РІШЕННЯ: «Загнати себе працею в домовину»

ФУТБОЛКА: напис спереду – «Я милий хлопець». Напис ззаду – «Навіть якщо це мене вбиває»

РОЗВАГА: спогади про війну

ГРА: «Я лише намагаюся тобі допомогти»

АНТИТЕЗА: перестати себе вбивати

ДОЗВІЛ: вмикайся та рухайся вперед

Класифікація

Старий Солдат – сценарій непереможця, бо для старих солдатів не рухатися вперед є справою честі. Це цільовий сценарій «Не можна» з гаслом: «Не можна рухатися вперед, доки

ти знову не будеш потрібен». Він ґрунтується на плані «Після»: «Після війни ти можеш лише згасати». Час очікування заповнюється допомогою людям та солдатськими розмовами.

Г. Переможець Драконів, або Татко краще знає

Колись жив собі чоловік на ім'я Джордж, якого однаково хвалили і за вбивство драконів, і за запліднення безплідних жінок. Він блукав сільською місцевістю як абсолютно вільна людина – або принаймні так здавалося. Якось літньої днини, їдучи верхи по луках, він побачив удалині стовпи диму та язики полум'я. Наблизившись, Джордж почув жахливий рев, що перемішувався з пронизливим вереском переляканої дівчини. «Ага! – заволав він, витягуючи спис. – Це вже мій третій дракон та дівчина менш ніж за тиждень. Я вб'ю цього дракона і, поза сумнівом, мене щедро нагородять за сміливість». Трохи пізніше він закричав драконові: «Стій, телепню!», а дівчині: «Не бійся!» Дракон відповз назад і почав шкребти лапами землю, передчуваючи не лише другу страву на обід, а й те, що він найбільше любляв, – добрячу бійку. Дівчина, яку звали Урсула, здійняла руки й закричала: «Мій герой! Я врятована». Вона була в захваті – не тільки від сподівань на порятунок та добру бійку, а й від перспективи віддячити своєму рятівникові (бо насправді вона вже була не дівчина).

Джордж і дракон відійшли в різні сторони, готуючись до нападу, а Урсула підбадьорювала їх обох. Аж тут на сцену вийшла інша постать, ошатно вдягнена, у гаптованому сріблом сідлі, обабіч якого висіли товстелезні сумки, наповнені золотими монетами.

«Агов, хлопче!» – крикнув новоприбулий. Джордж повернувся і здивовано вигукнув: «Батьку! Як я радий тебе бачити!» Він відвернувся від дракона, зліз із коня і підбіг поцілувати батькові ноги. У результаті зав'язалася жвава розмова, Джордж казав: «Так, батьку. Звичайно, батьку. Як скажеш, батьку». Ні Урсула, ні дракон не чули, що казав батько, але невдовзі стало зрозуміло, що розмова затягнеться надовго.

– О Боже! – промовила Урсула, обурено тупнувши ніжною. – Теж мені герой! Щойно з'явився його старий, як він вже все кинув і кланяється йому, а на мене бідолашну не має часу.

– І не кажи, – додав дракон. – Це триватиме вічно. – Він вимкнув свій вогнемет, повернувся на бік і заснув.

Та нарешті старий поїхав і Джордж був готовий взятися до бійки.

Він знову витягнув списа й чекав, поки дракон встане і нападе на нього, а Урсула буде за нього вболівати. Натомість Урсула сказала: «Бовдур!» – і пішла геть. Дракон зіп'явся на ноги, бовкнув: «Гидота!» – і теж рушив куди-інде. Побачивши це, Джордж загорлав: «Тату!» – й учвал поїхав за ним. Урсула і дракон розвернулись одночасно й закричали: «Дуже шкода, що він такий старий, а то я б узяв (узяла) його замість тебе!»

Д. Зигмунд, або Якщо не можеш зробити це так, спробуй по-іншому

Зигмунд вирішив стати великою людиною. Він був роботягою і намагався потрапити до Істеблішменту, що було б для нього Раєм, але його туди не пустили. Тоді він вирішив зазирнути до Пекла. Там не було Істеблішменту і ніхто не звертав на це уваги. Так він став авторитетом у Пеклі, яким у цьому випадку було Несвідоме. Він досяг у тій галузі таких успіхів, що зрештою став Істеблішментом.

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Єдер вирішує стати великою людиною. Люди всіма засобами перешкоджають йому. Замість витратити своє життя на боротьбу з ними, він іде кружним шляхом, знаходить справу, варту його завзяття, і стає великою людиною.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: фобії
ГЕРОЇ: Ганнібал та Наполеон
РОЛІ: Герой, Опоненти
ПЕРЕМИКАННЯ: Герой, Жертва, Герой
БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Працюй старанно і не здавайся»
БАТЬКІВСЬКИЙ ШАБЛОН: «Використай свій інтелект і з'ясуй, що з цим робити»
БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Будь великою людиною»
ПОЗИЦІЯ: Зі мною все гаразд – якщо я творю. З ними все гаразд – якщо вони думають
РІШЕННЯ: Якщо я не можу потрапити до Раю, я поїду в Пекло
ФУТБОЛКА: невидима
ТОРГОВЕЛЬНІ КУПОНИ: не збирає
ГРА: немає часу на ігри
АНТИТЕЗА: немає потреби
ДОЗВІЛ: вже має достатньо дозволів

Класифікація

Це сценарій переможця, тому що Єдером керує сценарій і він робить те, що має робити. То цільовий сценарій «Можна» з гаслом: «Якщо не можеш зробити це так, спробуй по-іншому». Він ґрунтується на плані «Завжди» – «Завжди й далі пробуй». Наступне, що він робить після привітання, – стає до роботи.

Е. Флоренс, або Доведи справу до кінця

Мати Флоренс хотіла, щоб вона вийшла заміж і жила у вищому суспільстві, але Флоренс почула голос Бога, який сказав, що її доля – служити людській расі. Чотирнадцять років усе оточення боролось проти її рішення, але вона зрештою перемогла й почала кар'єру медсестри. Завдяки величезним зусиллям та всупереч опорі близьких, вона здобула прихильність Істебллішменту й Королеви. Вона повністю віддалася роботі, не беручи участі в інтригах і не прагнучи публічного визнання. Вона докорінно змінила не лише сестринську справу, а й систему охорони громадського здоров'я в усій Британській імперії.

КЛІНІЧНИЙ АНАЛІЗ

Теза: Мати Флоренс хоче, щоб вона була соціально амбітною, але якийсь голос усередині дівчинки каже, що вона народилася для вагоміших речей. Вона енергійно бореться з матір'ю за право йти власним життєвим шляхом. Інші люди ставлять перешкоди на її шляху, але замість гайнувати час на ігри з ними, вона обминає їх, знаходить більше викликів і стає героїнею.

КЛІНІЧНИЙ ДІАГНОЗ: Підліткова криза з галюцинаціями

ГЕРОЇНЯ: Жанна д'Арк
РОЛІ: Героїня, Опоненти
ПЕРЕМИКАННЯ: Жертва, Героїня
БАТЬКІВСЬКА ЗАПОВІДЬ: «Вийди заміж за багатія»
БАТЬКІВСЬКИЙ ЗРАЗОК: «Роби, як тобі сказано»
БАТЬКІВСЬКИЙ ПРИПИС: «Не сперечайся»
ПРИПИС-ГАЛЮЦИНАЦІЯ (ймовірно, голос батька): «Будь героїнею, як Жанна д'Арк»
ПОЗИЦІЯ: Зі мною все гаразд – якщо я творю. З ними все гаразд – якщо вони мені дозволяють
РІШЕННЯ: «Якщо не зможу служити людству так, я служитиму по-іншому»
ФУТБОЛКА: Напис спереду – «Дбай про солдатів». Напис ззаду – «Роби це краще, ніж до тебе»
ТОРГОВЕЛЬНІ КУПОНИ: не збирає
ГРА: немає часу на ігри
АНТИТЕЗА: немає потреби
ДОЗВІЛ: вже має доволі дозволів

Класифікація

Це сценарій переможця, який належить до тієї самої категорії, що й попередній. У обох випадках суб'єкти взяли сценарії невдах (Ганнібал, Наполеон, Жанна д'Арк) і перетворили їх на переможні, попри весь зовнішній опір. Вони досягли цього, залишивши для себе альтернативний шлях, щоб обійти опір, а не стикатися з ним. Ця якість є гнучкістю і геть зовсім не зменшує рішучості чи ефективності. Таким чином, якби Наполеон і Жанна д'Арк ухвалили умовні рішення, їхні сценарії могли б мати іншу розв'язку: наприклад, «Якщо не можу перемогти англійців, я переможу хворобу».

Є. Трагічні сценарії

Досі триває серйозна дискусія навколо питання, чому переможці є переможцями – тому, що вони мають відповідні сценарії, чи тому, що мають дозвіл бути автономними? Проте мало хто сумнівається в тому, що невдахи дотримуються програмування власних батьків та піддаються наполяганням внутрішніх демонів. Трагічні сценарії (які Штайнер називає «гамартичними»¹¹¹) можуть бути і шляхетними, і ганебними. Шляхетні є джерелом натхнення та сюжетів для шляхетних драм. Ганебні повторюють ті самі старі сцени й старі сюжети з тими самими сірими персонажами, що відбуваються в похмурих районах, які суспільство вдало використовує як комори, звідки невдахи можуть забрати свої виграші: салуни, ломбарди, борделі, судові зали, в'язниці, державні лікарні й морги. У таких життєвих шляхах легко побачити сценарні елементи завдяки стереотипним результатам. Таким чином, книжки з психіатрії та криміналістики, які дають численні й розширені приклади з практики, є відмінними джерелами для вивчення сценаріїв¹¹².

¹¹¹ Steiner, C. M. *Games Alcoholics Play*. Loc. cit. Ліделл і Скотт дають кілька варіантів, з яких найбільш обґрунтованим є «гамартетікос» (схильний до невдачі) за твором: Aristotle, *Eth.* N. 2, 3, 7.

¹¹² Одним з найновіших, найбільш інформативних та переконливих досліджень конкретного типу невдах є *Another Look at Sex Offenders in California*, by Louise V. Frisbie. (California Department of Mental Hygiene, Sacramento, 1969.) Хоча маємо підстави вважати, що авторка знає принаймні про існування сценарного аналізу, вона у типовій (для кримінологів) манері ігнорує його, водночас пропонуючи багато очевидних прикладів сценарної поведінки. Наприклад, один чоловік був засудже-

До одного з поганих сценаріїв, що накладаються на дитину, можна долучити Фашистську Посмішку, якої вона дотримується за принципом В'язня, що страждає на ностальгію. Сценарій Фашистської Посмішки старий, як історія, і працює таким чином. Народу розповідають, що ворожий король або лідер є брудним, тупим, зіпсованим, звіруватим і схожим радше на тварину, ніж на людину. Коли його захоплюють у полон, то кидають до клітки, вдягають на нього трохи лахміття, не забезпечивши ні вбиральнею, ані столовим приладдям. Приблизно за тиждень після того його показують народу – і він дійсно брудний, тупий, зіпсований, звіроподібний і з часом дичавіє ще більше. Потім завойовники посміхаються й кажуть: «Я ж вам казав».

Діти, по суті, перебувають бранцями власних батьків, і ті можуть довести їх до будь-якого стану. Наприклад, одній дівчинці кажуть, що вона істерична плакса, яка жаліє сама себе. Батьки знають її дошкульні місця й можуть мучити її у присутності гостей, аж доки вона не втратить контроль і почне рюмсати. Оскільки це називається «жаліти себе», вона щосили стримує сльози, аж доки не здасться, і тоді це звучить наче вибух. Потім батьки можуть сказати: «Що за істерична реакція! Вона робить так щоразу, як до нас приходять гості. Що за плакса?» тощо. Головне запитання, яке слід поставити під час сценарного аналізу, звучить так: «Як ви виховували б дитину, щоб, ставши дорослою, вона поводитись, як ця пацієнтка?» Відповідаючи на нього, сценарному аналітикові все частіше вдається описати процес виховання пацієнта якраз перед тим, як той сам йому про це розповість.

Багато людей, які просиділи тривалі роки у в'язниці, вважають зовнішній світ холодним, сутужним та жакливим і скоюють якийсь злочин, щоб знову потрапити за ґрати. Можливо, там і погано, але все знайоме, вони знають правила, що дають змогу триматися подалі від серйозних проблем, і там є старі друзі. Те саме трапляється і з пацієнтом, коли той намагається вирватися з клітки сценарію: він виявляє, що «назовні» холодно, а оскільки він вже не грає у старі ігри, то втрачає старих друзів і змушений заводити нових, що часто лякає. Тому він скочується назад, до старого способу життя, наче В'язень, який страждає на ностальгію.

Це все може допомогти трохи ліпше зрозуміти сценарій та його впливи.

ний на 3 роки умовно і не скоював злочинів, аж доки до кінця терміну не залишилося два тижні. Він не міг пояснити, яким чином у це вплатався, але йому вдалося потрапити під арешт за «збочення» з повією (р. 60). У двотомній праці Бена Карпмана (Ben Karpman) *Studies in Criminal Psychopathology* (Medical Science Press, Washington, D. C., 1933 and 1944) пропонуються захопливі приклади *гамартії* з детальними описами випадків із практики. Перший том опубліковано в розпал першої хвилі книжок «жертв несправедливості» під час Великої депресії, передвісником якої став роман Едварда Далберга з назвою «Жертви несправедливості», 1930, і він був набагато цікавішим та переконливішим, ніж більшість художніх творів, що публікувалися в цей період. Сучасна хвиля літератури «жертв несправедливості» (яку, ймовірно, варто датувати з «Голого ланчу» Вільяма Берроуза [Grove Press, New York, 1962]) є більш витонченою, але не менш похмурою і стереотипною. Зі сценарної позиції в ній нічого не змінилося, навіть стиль, який повертається до «Улісса» Джойса (1922) або принаймні до його «Поминок за Фінеганом» та інших творів, що були оприлюднені в перехідний період кінця 1920-х років. Джойс навіть носив темні окуляри, як чимало його послідовників. (До речі, доктор Стівен Карпман, автор «Драматичного трикутника», що його описано в розділі 10, є сином доктора Бена Карпмана.)

Розділ 13

Попелюшка

А. Історія питання щодо Попелюшки

З погляду сценарного аналітика, в історії про Попелюшку є все. У ній велика кількість навізаєм пов'язаних сценаріїв, численні закутки та щілини, де можна зробити чудові відкриття, і мільйони прототипів з реального життя для кожної ролі.

У цій країні Попелюшка зазвичай означає «маленький кришталевий черевичок». Це переклад французької версії Шарля Перро, вперше опублікованої 1697 року і вперше перекладеної англійською Робертом Самбером у 1729 році¹¹³. У своїй присвяті графині Гранвіль Самбер він дає зрозуміти, що дуже добре розуміє сценарний вплив таких історій. Він каже, що Платон «бажає, аби Діти могли всмоктувати такі легенди з молоком матері, і рекомендує нянькам навчати їх цього». Мораль Перро в історії про «Попелюшку» була, звичайно, Батьківською Заповіддю.

Та те, що ми зємо чарівністю,
Не має із вродою рівності,
Ці чари є вищі суттєво за вроду,
Й дали Попелюшці чудову нагоду,
Яку добра хресна їй подарувала,
І так її добре проінструктувала,
Що дівчина ця королевою стала.

В останніх двох рядках описується Батьківський шаблон, що його Попелюшка отримала від своєї хресної і що є точною аналогією шаблону «леді», описаному в розділі 6. Перро дає і друге повчання, яке підкреслює потребу в Батьківському дозволі, якщо дитина планує чогось досягти.

Безсумнівно, для кожного це перевага:
Дотепність, походження, розум, відвага...
Та всі ці чесноти, дарунки ці Божі,
Ніколи у світі нам не допоможуть,
Якщо добра хресна не дасть нам поради,
Як ці заслуги свої показати.

Переклад Самбера був трохи змінений Ендрю Лангом у «Синій книжці казок» (*Blue Fairy Book*), що є однією з найпопулярніших збірок казок, яку читають дітям і яку вони читають самі, звідти вони й здобувають перше враження про Попелюшку. У цій добрій французькій версії Попелюшка пробає своїм своїм зведеним сестрам і знаходить для них заможних чоловіків. «Казки братів Грімм», які також дуже популярні в цій країні, містять німецьку версію, що називається «Aschenputtel» («Попелюшка»). Це кривава розповідь, яка закінчується тим, що

¹¹³ Книжка Самбера називалась «Історії або казки з минулих часів. З моральними повчаннями. М. Перро» (*Histoires or Tales of Past Times: With Morals. By M. Perrault.*). Вона була надрукована для Дж. Поута (J. Pote), у «Сер Айзек Ньютон'с гед» та Р. Монтегу (R. Montagu) на розі Грейт-Квін-стріт, 1729 року.

голуби поступово видзьобують очі сестрам. Історії про Попелюшку зустрічаються й у багатьох інших народів¹¹⁴.

Ознайомившись з історією цього питання, ми готові розглянути марсіанське бачення Попелюшки, взявши за зразок історію Перро, тобто ту її версію, яку пам'ятає більшість англomовних дітей, і обговорити різноманітні сценарії, що є її складниками й легко розпізнаються в реальному житті. Як і у випадку з Червоною Шапочкою, те, що кажуть нам марсіани, і реальне життя, є дуже важливим: це те, що трапляється з персонажами *після* того, як історія з книжки добігає кінця.

Б. Історія Попелюшки

Згідно з версією Перро, жив собі колись джентльмен, який побрався вдруге, з удовою, найбільш зарозумілою й пихатою жінкою в історії людства. (Поза сумнівом, вона, як це зазвичай буває з такими нареченими, була ще й фригідною.) Вона мала двох доньок, які в усьому були схожі на неї. Чоловік також мав доньку від першої дружини, дівчинка була доброю й ніжною, як і її покійна матуся – найкраща людина на землі.

Щойно закінчилося весілля, мачуха почала ставитися до Попелюшки якнайгірше. Вона не могла витерпіти чеснот цієї милої дівчини, бо ті викликали ще більше ненависті й зневаги до її доньок. Бідна дівчина все терпіла й не наважувалася розповісти батькові – він би все одно від неї відмахнувся, бо його нова дружина крутила ним, як хотіла. Виконавши свою роботу, дівчина йшла в закуток біля комина й сідала на попіл, отож вони називали її Чорногузкою або, ввічливіше, Попелюшкою.

І тут трапилося так, що син Короля влаштував бал, запросивши на нього всіх шляхетних панянок – зосібна й двох сестер. Попелюшка допомогла їм зробити зачіски та вдягнутися. А сестри тим часом дражнилися, адже її не запросили, й Попелюшка погоджувалася, що така чудова подія – не для таких, як вона. Коли вони пішли, дівчина почала плакати. Аж тут з'явилася її фея – хресна мати й пообіцяла, що вона теж піде. Фея сказала Попелюшці: «Іди на город і принеси мені гарбуза». Потім вона вишкребла з гарбуза весь вміст і перетворила його на золоту карету. Миші стали конями, щур – товстим веселим кучером з гарними вусами, а ящірки – лакеями. Попелюшка отримала гарну сукню, коштовності й маленькі кришталеві черевички. Хресна мати попередила її, що вона не мусить залишатися на балу після того, як годинник проб'є дванадцять.

Попелюшка створила на балу сенсацію. Принц дав їй найпочесніше місце, і сам Король, хоч який був старий, не міг на неї надивитися й шепотів на вушко Королеві. На годиннику вже було за чверть дванадцята, тому дівчина пішла. А коли її сестри повернулися додому, вдала,

¹¹⁴ Thompson, Stith. *Motif-Index of Folk-Literature*. Indiana University Press, Bloomington and London, 1966. Казки на кшталт «Попелюшки» класифіковані Томпсоном під заголовком «Безперспективна героїня. Зазвичай, але не завжди є наймолодшою донькою». До вказаних ним джерел належать ірландці, бретонці, італійці, туамоту й зуні. Також він включає до свого переліку «Безперспективних героїв» – Попелюшок чоловічої статі. Він згадує сюжет про «Переможну молодшу доньку», що має велику кількість джерел у всьому світі, зокрема в Індії та Китаї. Існують також «Ображена наймолодша донька» і (найпоширеніший сюжет з-поміж усіх) «Жорстока мачуха». Іншими поширеними ролями та транзакціями є «Принц закохується у просту дівчину», «Дівчина надсилає принцові знак» і «Маленька дівчинка підкуповує принца, щоб той з нею одружився». Попелище як місце, де перебуває безперспективна героїня, згадується, серед іншого, у французькій, іспанській, італійській, ісландській, китайській традиції, а також у фольклорі індіанців мікмак. Так само поширеним є і «випробування черевичком». Французька Попелюшка (Cendrillon) носила черевички з білячого хутра (у геральдиці воно називається *vair* – горностай), яке перекладач переплутав зі словом *verre* і неправильно переклав як «скло». Черевички німецької Попелюшки (Aschenputtel) були золоті. Відомий нам сюжет про Попелюшку, ймовірно, народився в Неаполі під назвою *La Gatta Cenerentola*. Французькою вона звучить як *Cu Cendron*, тобто «Зад у попелі» або «Чорногузка», а англійською іноді Чорногузка (*Cinderbreech*). Існує опера Россіні під назвою *La Cenerentola* [Поставлена в опері Сан-Франциско 1969 року, а в Нью-Йорку 1958-го та у квітні 1970 року. Россіні назвав сестер Клоріндою й Тісбе.] та два балети. У балеті д'Ерлангера і Фокіна двох сестер грають чоловіки, які повинні бути комічними, оскільки комедія йде в російському балеті. Найвідоміший балет на цю тему – балет Прокоф'єва. Порівняйте з: Barchilon, J. and Pettit, H. (eds.) *The Authentic Mother Goose*. Alan Swallow, Denver, 1960.

ніби спить. Вони розповіли їй про незнайому вродливу Принцесу. Попелюшка усміхнулась і сказала: «О, мабуть, вона й справді дуже гарна. Як мені хотілося б її побачити! Позичте мені якусь зі своїх суконь, щоб я могла туди сходити завтра ввечері». Але сестри відповіли, що не дадуть своє вбрання такій Чорногузці, і Попелюшка була щаслива це чути, бо якби сестри погодилися, то вона не знала б, що робити.

Наступного вечора Попелюшка так добре розважилася, що забула про те, що їй час іти, аж доки годинник не вдарив дванадцятку. Почувши його удари, вона підскочила і втекла – прудка, немов олень. Принц гнався за нею, але не зміг її спіймати, навіть попри те, що, кваплячись, вона загубила один черевичок, який Принц дуже обережно підняв. За кілька днів Принц наказав оголосити під звуки фанфар, що одружиться з тією, яка зможе взути черевичок. Після того як сестри невдало спробували натягнути черевичок, Попелюшка, яка впізнала його, попросила, сміючись: «Дайте й мені спробувати». Сестри теж зареготали й почали глузувати з неї. Джентльмен, якого послали приміряти черевичок, заявив, що йому велено дозволити спробувати кожній жінці. Він сказав Попелюшці спробувати, і коли та взула черевичок, то побачив, що той сидить на її ніжці так добре, ніби його відлили з воску. Подив сестер був просто неймовірним; але ще більше вони здивувалися, побачивши, як Попелюшка витягла з кишені другий черевичок і взула на другу ногу. Потім з'явилася фея-хресна і, змахнувши паличкою, перетворила одяг Попелюшки на розкішне та величне вбрання.

Побачивши, що вона і є тою вродливою Принцесою, сестри повклякали й мовили: «Пробач нам», – а відтак Попелюшка обійняла їх і простила. Потім її забрали до Принца, і за кілька днів той одружився з нею. Попелюшка дала сестрам кімнати в палаці й того-таки дня видала їх заміж за двох придворних вельмож.

В. Взаємопов'язані сценарії

У цій історії стільки цікавих рис, що важко розібратися, з чого починати обговорення. По-перше, дійових осіб у ній набагато більше, ніж це здається на позір. Якщо розташувати персонажів за мірою їхньої появи, то цей перелік має такий вигляд:

Батько
Мачуха
Донька А
Донька Б
Попелюшка
(Мати)
Хресна
(Кучер, Лакеї)
(Люди на балу)
Принц
Король
(Королева)
(Вартові)
Джентльмен
Два вельможі

До складу цього переліку входять дев'ять головних персонажів, кілька мовчазних і тих, хто має сказати не більш ніж одне речення, та безліч статистів. Найцікавіше в дійових особах те, що, як ми невдовзі побачимо, майже всі вони нечесні.

Іншою рисою є прозорість перемикань, що характерно для більшості історій, призначених дітям. Попелюшка починає як Добра людина, згодом стає Жертвою, потім настирливою Переслідувачкою, і нарешті Рятівницею. Мачуха та її доньки перетворюються з Переслідувачок

на Жертв, що особливо притаманно німецькій версії казки, де дві сестри відрубають частини тіла, намагаючись узяти черевичок. Також у цій історії представлено дві класичні ролі, схожі на виявлені у грі «Алкоголік». Роль Посередника тут грає Хресна Мати, яка забезпечує Попелюшку всім необхідним, тимчасом як Простаками є вельможі, яких вирішили одружити зі злими сестрами.

А тепер розгляньмо сценарії тих, хто бере участь у цій історії. Треба не так багато часу, щоб зрозуміти, як у цій явно простій казці розкриваються сценарії багатьох персонажів.

1. *Попелюшка*. Вона мала щасливе дитинство, але потім мусить страждати, доки не трапляється певна подія. Але вирішальні сцени в її житті є структурованими за часом: вона може веселитись як забажає, доки не настане північ, а відтак мусить повернутися до попереднього стану. Попелюшка явно уникала спокуси пограти у гру «Хіба це не жахливо» навіть із батьком і є просто сумною, зневіреною постаттю, доки не починається дія на балу. Тоді вона грає з Принцом у гру «Спробуй мене спіймати», а пізніше, зі сценарною усмішкою, у «Я маю таємницю» з сестрами. Кульмінація настає з приголомшливою грою «Тепер вона нам наказує», коли Попелюшка, глузливо регочучи, отримує виграш, що належить їй за сценарієм переможця.

2. *Батько*. Сценарій батька закликає його втратити першу дружину, потім відмовитися від доньки й одружитися з владною (ймовірно, фригідною) жінкою, яка змусить страждати і його, і її. Проте, як невдовзі побачимо, він має туз у рукаві.

3. *Мачуха*. Вона має сценарій невдахи. Вона теж грає у гру «Тепер вона мені вказує», спокушаючи батька побратися з нею і згодом виявляючи своє справжнє лихе єство відразу ж після весілля. Вона живе своїми доньками і сподівається дістати для них винагороду від принца завдяки своїй підлій поведінці, але закінчує як невдаха.

4. *Зведені сестри*. Їхні контрсценарії ґрунтуються на материнській заповіді: «Дбайте про себе і не давайте простакові навіть передихнути», але результат ґрунтується на приписі: «Не досягайте успіху». Оскільки це правило є і частиною сценарію самої матері, воно, очевидно, передалося їй від діда з бабусею. Вони грають у важку гру «Шлемель», спочатку старанно створюючи Попелюшці (або Черногузці, як вони її називають) неприємності, а потім вибачаючись і здобуваючи її прощення.

5. *Хресна мати*. Насправді вона є найцікавішою серед усіх персонажів. Якими мотивами вона керувалася, споряджаючи Попелюшку на бал? Чому вона просто не поговорила з нею й не заспокоїла замість того, щоб відправляти в цю розкіш? Мачуха та сестри пішли ввечері, отож удома залишалися тільки Попелюшка і її батько. Чому хресна так палко бажала спекатися Попелюшки? Що сталося «за кадром», коли хресна й батько zostалися самі на вечір, тимчасом як усі інші були на балу? Її наказ Попелюшці не залишатися після опівночі був чудовим способом гарантувати, що вона зостанеться там так довго і буде першою, хто повернеться додому. Це виключало ризик, що інші жінки побачать хресну вдома, тому що прихід Попелюшки став би для неї попередженням, що вже час іти. З цинічного погляду, вся ця історія нагадує план, який мав дозволити батькові та хресній матері провести вечір разом.

6. *Принц*. Він був нікчемою і, поза сумнівом, після одруження дістав те, на що заслуговував. Принц дозволяє дівчині піти двічі поспіль, не отримавши жодної підказки про те, хто вона така. Потім йому не вдається спіймати її навіть тоді, коли незнайомка йде, та ще й шкутильгаючи в одному черевичку. Замість відшукати її самотужки, він посилає друга, щоб той зробив це за нього. І, нарешті, він одружується з цією дівчиною, що здобула сумнівне виховання й походить із підозрілої сім'ї, менш ніж за тиждень після знайомства. Незважаючи на поверхове враження, що він бере її, це все вказує на сценарій невдахи.

7. *Король*. Знається на дівчатах і є трохи базікою. А крім того, не стримує імпульсивного сина.

8. *Джентльмен*. Це найвідвертіший персонаж у всій цій історії. Замість поводитися недбало чи презирливо і сміятися з Попелюшки, як її сестри, він робить свою справу з відчуттям

справедливості. Він не тікає з Попелюшкою сам, як це міг би зробити дрібніший чоловік, а приводить її до свого роботодавця. Він чесний, вмілий та сумлінний.

9. *Два вельможі*, звичайно, є простаками, бо дозволити одружити себе з двома дуже неприємними дівчатами, про яких вони нічого не знають і яких побачили лиш у день весілля.

Г. Попелюшка в реальному житті

Важливим є те, що геть усіх цих персонажів можна розрізнити в реальному житті. Ось, наприклад, історія однієї з таких Попелюшок.

Батьки Елли розлучилися, коли вона була маленькою, дівчинка залишилася з матір'ю. Невдовзі після цього її батько взяв шлюб знову. Його друга дружина мала двох доньок, ревнувала до Елли, коли та приходила в гості, і бурчала через гроші, що їх дівчинці надсилав батько. За кілька років її мати також вийшла заміж, і Еллі довелося переїхати до батька, бо мати і новий вітчим більше цікавилися випивкою, ніж дбали про неї. У новому домі Елла анітрохи не була щасливою, бо мачуха чітко давала зрозуміти, що пасербиця їй не подобається, а батько практично ніяк її не захищав. Їй завжди доводилося вибирати в останню чергу, і сестри дражнили її. Елла виросла дуже сором'язливою, в неї було мало побачень, коли вона була підлітком, а сестри вели активне особисте життя, до якого її не запрошували.

Проте Елла мала одну перевагу. Вона знала дещо, чого не знали інші. Її батько мав коханку, розлучену жінку на ім'я Лінда, з «Ягуаром», яка одягала намисто у стилі хіпі та іноді палила марихуану. Елла і Лінда потайки стали гарними подругами й подовгу розмовляли про свої проблеми з татком. Фактично Лінда давала Еллі поради щодо багатьох речей і була для неї ніби хресна мати. Особливо її турбувало те, що в Елли практично немає особистого життя.

Одного дня Лінда сказала:

– Твоя мати пішла, сестри розбіглися на побачення, то чому б і тобі кудись не піти? Не надто весело сидіти вдома на самоті. Я позичу тобі свою тачку і якісь лахи, тож можеш поїхати на рок-н-рольну вечірку, де повно хлопців. Приїзди до мене о шостій, повечеряємо і я тебе причепурю.

Елла зрозуміла, що Лінда з батьком хочуть провести вечір удвох, і погодилася.

Лінда сказала, що Елла дуже мила в новому вбранні.

– Не поспішай назад, – сказала вона і вручила їй ключі від своєї гарної машини.

На танцях Елла познайомилася зі славним хлопцем на ім'я Роланд і почала зустрічатися з ним. Але його бідний друг-гітарист дужче цікавився Еллою, ніж він, тож невдовзі вона почала таємно зустрічатися з Принцом, цим гітаристом. Вона не хотіла, щоб Принц приїздив до неї, бо знала: матері не сподобається його неохайний вигляд, тому Роланд заїжджав по неї разом зі своєю дівчиною, а потім вони зустрічали Принца й кудись їхали вчотирьох. Тим часом батько, мачуха та сестри думали, що вона зустрічається з Роландом, і вони з Еллою дуже веселилися через це.

Насправді Принц не був бідним. Він походив із заможної родини і здобув добру освіту, але хотів сам зробити кар'єру естрадного артиста. Він почав ставати все більш популярним. Коли хлопець став добре відомим, вони з Еллою вирішили розповісти її родині справжню історію, перш ніж ті дізнаються її від когось іншого. Для її сестер, які обожнювали записи Принца, це стало повною несподіванкою, і вони дуже заздрили, коли Елла оголосила, що виграла такий щедрий приз. Але вона не тримала на них зла за погане ставлення і часто давала їм безкоштовні квитки на концерти Принца. Вона навіть відрекомендувала їх декому з його простих друзів.

Г. Після балу

Ми вже бачили, що дитяча пригода з вовком (дідусем) мала потужний вплив на життя Червоної Шапочки, коли та виросла.

Знаючи, що роблять реальні люди, неважко припустити також, що сталося з Попелюшкою після того, як вона вийшла заміж. Вона виявила, що бути Принцесою нудно. Вона хотіла ще пограти з Принцом у «Спробуй мене спіймати», але це вже не було так весело. Вона дражнила сестер, коли ті приходили в гості, але це теж недовго їй розважало, бо тепер, коли вона стала головнішою за них, вони вже не були такими язикастими. Часом Король кидав на неї дивні погляди і він не був аж таким старим, як прикидався, проте й не був надто молодим, як удавав; у будь-якому разі вона не хотіла думати про щось таке. Королева ставилася до неї добре, але дуже правильно, як і належить Королеві. Що ж до решти людей при дворі, Попелюшці теж випадало поводитися з ними надміру правильно. У належний час вона народила сина, на якого і вона, й інші дуже чекали, тож було багато радощів та урочистостей. Однак інших дітей у неї не було, а оскільки маленьким Герцогом опікувалися спочатку няньки, а потім гувернантки, Попелюшка невдовзі знову почала нудитись, особливо вдень, коли Принц був на полюванні, і ввечері, коли він проциндрював гроші у карти зі своїми шляхетними друзями.

За якийсь час вона зробила дивне відкриття. Людьми, які цікавили її найбільше, хоч як вона намагалася тримати це в таємниці, були посудомийки та служниці, що чистили каміни. Вона вигадувала різноманітні виправдання, аби бути поруч, коли жінки працюють. Дуже швидко вона почала давати їм поради, керуючись своїм великим досвідом у цих справах. А потім, мандруючи по своєму маленькому королівстві в кареті, іноді з сином та гувернанткою, а подекуди без них, і гуляючи бідними кварталами містечок та селами, вона виявила те, що знала з самого початку: по всьому королівству тисячі жінок миють посуд і чистять вогнища. Вона зупиняла карету, пліткувала з ними і розмовляла про їхню роботу.

Невдовзі в Принцеси виробилася звичка регулярно навідуватися до найбільш бідних хат, де жінкам доводилося працювати найтяжче. Вона вдягала стару одягину, порпалася разом з ними у попелі або допомагала на кухні. Невдовзі в королівстві поширилися чутки про те, що вона робить. Принц навіть посварився з дружиною, але вона наполягала, що це та справа, яку вона хотіла робити понад усе, тож і далі це робила. Одного дня разом з нею попросилася поїхати одна з придворних дам, яка теж нудилася. З часом цим зацікавилися й інші. Незабаром десятки шляхетних леді стали щоранку вдягати найстаріше вбрання і їхати до міста, щоб допомогти бідним домогосподаркам із брудною роботою, попліткувати з ними й послухати різні цікаві історії.

Потім у Принцеси виникла ідея збирати всіх цих леді-помічниць гуртом і обговорювати проблеми, з якими вони стикалися, тому вона організувала «Дамське товариство вогнища та посудомийні» і стала його очільницею. Тепер, коли через місто проїздили чужоземні сажот-руси, торговці овочами, лісоруби, посудомийки або сміттярі, їх запрошували до палацу розповісти Товариству про те, що нового сталося в їхній професії та як цю роботу виконують в інших країнах. Таким чином, Попелюшка знайшла своє місце в житті й разом з новими друзями зробила значний внесок у зростання добробуту королівства.

Д. Казки та реальні люди

Придивившись до повсякденного життя або до клінічної практики, неважко знайти приклади кожного персонажа з історії про Попелюшку – від неї та найближчих родичів і невдахи-Принца й Короля, аж навіть до веселого, вусатого кучера, який не промовив ані слова і почи-

нав життя щуром. Існують і примірювальники черевичків, які випадково дізнаються: те, що нагадає свиняче вухо, насправді є шовковим гаманцем.

Хоча лікар і може слухати пацієнта, одночасно шукаючи у своїй пам'яті казку, що збігається з почутим, або погортати перелік мотивів Стітта Томпсона, простіше попросити самого пацієнта розповісти історію свого життя у вигляді казки. Одним з таких прикладів є історія Друзилли, яка не була пацієнткою, але допомагала під час семінару про казки.

Предок Друзилли багато поколінь тому винайшов один поширений пристрій, отож його ім'я й досі вживають у повсякденній мові. Історія починається з матері Друзилли, Ванесси, яка була нащадком цього патріарха. Батько Ванесси помер, коли вона була зовсім молодою, тож їй довелося жити у будинку свого двоюрідного діда Чарлза. Той мешкав на великому ранчо поблизу Лос-Анжелеса, що було укомплектоване басейном, тенісними кортами, приватним озером і навіть майданчиком для гольфу. Ванесса зростала в цих околицях і познайомилася з людьми із багатьох країн. Але вона була не надто щасливою, і коли їй виповнилося сімнадцять, утекла з одним філіппінцем на ім'я Мануель. Її доньки, Друзилла й Ельдора, вирости на одній з філіппінських плантацій. Друзилла була улюбленкою свого батька. Ельдора була чимось на кшталт дівчати-шибеника і стала дуже спортивною, досвідченою вершницею, лучницею та гольфісткою. Батько бив її, але ніколи не здіймав руку на Друзиллу. Одного разу, коли Ельдорі вже було років вісімнадцять, батько хотів покарати її. Однак тепер Ельдора вже була заввишки з нього і набагато сильнішою. Коли він підійшов до неї, вона зіщулилась як завжди, а потім Друзилла побачила дивне перетворення. Ельдора зупинилася, зігнула м'язи і сказала: «Більше ніколи не смій здіймати на мене руку». Вона рішуче глянула йому в очі – і тепер уже батько зіщулювся й позадкував. Невдовзі після цього Ванесса розлучилася з ним і разом із двома доньками переїхала до маєтку дядька Чарлза.

Нині вже Друзилла мешкала на ранчо двоюрідного діда і зустріла чоловіка з далекої країни, за якого вийшла заміж. Від нього вона народила двох дітей. Їй завжди подобалося робити якісь речі, тому вона стала ткалею, а потім учителькою ткацтва. Саме через своє зацікавлення ткацтвом вона і прийшла на семінар про казки.

Друзиллу попросили розповісти свою історію у формі казки, використовуючи лексику сценарного аналітика, тобто такі поняття, як жаби, принцеси, переможці й невдахи, відьми та велетні-людожери. Ось як вона це зробила:

«Дуже давно жив собі король, який завоював багато земель, і ті дістались у спадок найстаршому синові. Королівство передавалося від покоління до покоління. Через те що найстарший син успадкував королівство, молодші сини дістали обмаль. У одного з бідних молодших синів була дочка Ванесса, але він загинув на полюванні. Дядько Ванесси, король, забрав її до свого палацу, і там вона зустріла принца з незнайомої далекої країни. Принц забрав її з собою до власного заморського королівства, де росло багатько дивних квітів і лісів. Але за якийсь час вона зрозуміла, що цей принц, Мануель, насправді був жабою. Мануель теж здивувався, коли виявив, що прекрасна принцеса, з якою він одружився, бо вважав її за принцесу, насправді виявилася відьмою. Мануель із Ванессою мали двох доньок. Старша, Ельдора, була жабою, як батько; він зовсім не любив її, а коли вона була маленькою, то сварив і бив. Молодша донька, Друзилла, була принцесою, і Мануель ставився до неї відповідно.

Одного дня до Ельдори прийшла фея і мовила: «Я тебе захищу. Якщо батько колись знову спробує тебе вдарити, ти маєш наказати йому зупинитися». Тож коли наступного разу Мануель спробував ударити Ельдору, дівчина раптом відчула себе дуже сильною і сказала, щоб він її більше ніколи не бив. Мануель надзвичайно обурився й подумав, що це Ванесса намовила Ельдору виступити проти нього, тому Ванесса вирішила від нього поїхати. З двома доньками вона повернулася до далекого королівства дядька Чарлза, де дівчата жили щасливо, доки одного дня не приїхав принц, який закохався в Друзиллу. Вони одружилися з великою

помпою, потім у них народилися дві прекрасні доньки, і після цього Друзилла жила щасливо, виховуючи дітей і виготовляючи ошатні гобелени».

Усі учасники семінару погодилися, що це чудова історія.

Розділ 14

Як сценарій стає можливим?

Єдер сидить за механічним піаніно, його пальці мандрують клавішами. Рулон паперу, де мелодії проштамповані ще його предками, повільно обертається, коли він грає на інструменті. Музика ллється у вигляді вже закладених мелодій, які він не може змінити, – подекуди меланхолійних, інколи веселих, а то й різких і повних мелодійності. Час від часу він грає ноту або рефрен, які можуть перемішуватися з тим, що вже написано, або порушувати плавний потік пророчої пісні. Він зупиняється перепочити, бо рулон товщий за увесь сувій Закону Божого у храмі. У ньому Закон та пророки, пісні й плачі, Старий і Новий Заповіт: це справді чудовий, посередній, нудний чи жалюгідний подарунок, що клаптик за клаптиком віддали йому батьки – люблячі, байдужі або ненависні. Ним володіє ілюзія, ніби ця музика його власна, про що свідчить його тіло, яке втомлюється годину за годиною і день при дневі від цієї гри. Іноді, під час пауз, він зупиняється, щоб уклонитись у відповідь на аплодисменти чи шикання його друзів та родичів, які теж вірять, що він грає власну мелодію.

Яким чином представники людської раси, маючи всю нагромаджену поколіннями мудрість, самосвідомість і прагнення до істини та власного Я, можуть дозволити собі залишатися в такій механічній ситуації, сповненій страждань і самообману? Частково це відбувається тому, що любимо власних батьків і так легше жити, а почасти й тому, що ми не так вже далеко відійшли від своїх мавпоподібних предків, щоб усе було по-іншому. У нас більше самоусвідомлення, ніж у людиноподібних мавп, але не так вже й багато. Сценарії можливі лише тому, що люди не тямлять, що роблять стосовно себе й інших. Насправді усвідомлення своїх дій є прямо протилежним до перебування під впливом сценарію. Існують певні аспекти тілесної, психічної та соціальної діяльності, що відбуваються всупереч волі людини, ніби вислизують з-під її контролю, бо запрограмовані на це. Вони неабияк впливають на її долю за допомогою людей, що її оточують, хоча в особі і зберігається ілюзія автономії. Проте існують і певні засоби, які можна застосувати проти цього.

А. Рухливе обличчя

Щонайперше, це рухливість людського обличчя, яка робить життя радше пригодою, аніж контрольованим досвідом. У основі цього явища – явно тривіальний біологічний принцип, який має величезну соціальну силу¹¹⁵. Людська нервова система сконструйована таким чином, що візуальний вплив малих рухів м'язів обличчя на спостерігача є більшим, аніж вплив кінестетичний. Переміщення одного з м'язів на два міліметри може бути цілком непомітним для самого Єдера, але очевидним його супутникам. У цьому можна легко пересвідчитися перед дзеркалом. Те, наскільки людина не розуміє, який має вигляд, легко продемонструвати за допомогою дуже поширеної дії, а саме – торкнутися передніх зубів язиком. Самому Єдеру може здаватися, що він робить це надзвичайно обережно й делікатно. Його кінестетичні та м'язові відчуття кажуть йому, що він ледве рухає своїм обличчям. Але якщо він робить це перед дзеркалом, то бачить, що нібито незначний за відчуттями рух язика спричиняє велике спотворення рис обличчя, особливо підборіддя і м'язів ший. Якщо ж він зверне на свої м'язові відчуття більше уваги, ніж зазвичай, то помітить, що цей рух зачіпає також його лоб і скроні.

В умовах соціальних контактів це явище може траплятися десятки разів без його усвідомлення: те, що здається йому маленьким рухом лицьових м'язів, спричиняє великі зміни в зовнішності. З іншого боку, Дитина в Зої, яка є спостерігачем, пильнує (наскільки це дозво-

¹¹⁵ Berne, E. *Principles of Group Treatment*, Loc. cit., p. 66f.

ляють гарні манери) ознаки, що дадуть їй уявлення про ставлення, почуття й наміри Едера. Отже, Едер завжди розкриває себе набагато більше, ніж думає, якщо він не належить до тих людей, що зазвичай зберігають незворушний вираз обличчя і намагаються не розкривати своїх емоцій. Однак про важливість рухливості обличчя свідчить той факт, що така незворушна особа змушує інших почуватися незручно, тому що вони не дістають жодних підказок щодо того, як адаптувати свою поведінку.

Цей принцип пояснює походження майже надприродної «інтуїції» немовлят та маленьких дітей стосовно інших людей. Оскільки немовлят іще не встигли навчити, що не можна дивитися занадто уважно на чужі обличчя, вони роблять це вільно й бачать більшість того, що не помічають інші, й те, що несвідомо демонструє сам суб'єкт. У повсякденному житті Дорослий Зої ввічливо намагається не витріщатися на обличчя співрозмовника, поки той говорить, але її Дитина тим часом нахабно «підглядає», таким чином формуючи судження, зазвичай точні, про те, що насправді замислив інший. Особливо це стосується «перших десяти секунд» після знайомства з новою людиною, коли вона ще не встигає подумати, як себе представити, і в такий спосіб зазвичай виявляє те, що пізніше приховає. Іншими словами, йдеться про цінність перших вражень.

Соціальний наслідок цього явища полягає в тому, що Едер ніколи не знає, скільки інформації видає його міміка. Те, що він намагається приховати навіть від себе, є особливо очевидним для Зої, яка реагує відповідно, що здебільшого викликає у Едера подив. Він постійно дає сценарні сигнали, не усвідомлюючи цього. Інші в підсумку реагують саме на ці сигнали, а не на особистість Едера чи на те, як він себе презентує. Таким чином сценарій і далі розвивається, а Едер не бере на себе жодної відповідальності за це. Він може й далі триматися за свою ілюзію автономії, кажучи: «Не знаю, чому вона так учинила. Я не давав для цього жодного приводу. Люди дійсно бувають дивні». Якщо ж він поводить себе доволі дивно, інші можуть зреагувати у спосіб, що виходить далеко за межі його розуміння, і таким чином ілюзії можуть укоренитись або посилитися.

Вихід із цієї ситуації дуже простий. Якщо Едер вивчить вираз свого обличчя у дзеркалі, то швидко зрозуміє, що його міміка змушує людей реагувати так, як вони реагують, і тоді матиме нагоду змінити ситуацію, якщо захоче. Якщо ж він не є актором, то, можливо, не схоче цього робити. Насправді більшість людей настільки наполегливо прагнуть триматися за свої сценарії, що вигадують які завгодно виправдання, щоб навіть не вивчати свого обличчя у дзеркалі¹¹⁶. Вони можуть, наприклад, заявити, що ця процедура є «неприродною», що означає: єдиний «природний» варіант для них – дозволити сценарію рухатися до механічного фіналу, визначеного наперед.

Клара, добре вихована латиноамериканка, дала чудовий приклад того, який глибокий вплив на людські стосунки має рухливе обличчя. Вона прийшла до психотерапевтичної групи тому, що її чоловік збирався з нею розлучитись і, як вона сказала, її «не було з ким поговорити», хоча разом з ним мешкали троє дорослих дітей. Її чоловік відмовився прийти, але двадцятирічний син охоче прийняв запрошення.

— Я не наважуюся розмовляти з мамою, — сказав він, — мені важко говорити тут про неї, бо її почуття легко образити й іноді вона посідає позицію мучениці. Мені завжди доводиться думати, як вона сприйме мої слова, і тому я не можу розмовляти з нею відверто.

Протягом тих кількох хвилин, коли він про це розповідав, мати сиділа поруч із ним; її тіло напружилося, вона виховано тримала згорнуті руки на колінах, як її вчили в дитинстві, тож єдиними частинами її тіла, які помітно рухалися, були обличчя, голова й шия. Почувши, що каже її син, вона спочатку здивовано підняла брови, потім насумрилася, відтак злегка похитала головою, згодом випнула губи, потім сумно нахилила голову, після того знову підняла її, а

¹¹⁶ Harding, D. C. 'The Face Game.' *Transactional Analysis Bulletin*, 6:40—52, April, 1967.

затим нахилила голову набік у позі мучениці. Ці пластичні рухи голови та обличчя тривали весь час, поки він говорив, – справжнє кіно емоційних виразів.

Коли син закінчив, доктор К'ю запитав її:

– Чому ви рухали обличчям весь час, поки він говорив?

– Я не рухала, – здивовано заперечила Клара.

– Тоді чому ви крутили головою?

– Я не знала, що роблю це.

– Ну так от, ви це робили, – сказав доктор К'ю. – Весь час, поки ваш син говорив, ваше обличчя реагувало на те, що він казав, і саме тому він почувається незручно, коли з вами розмовляє. Ви кажете йому, що він може говорити що захоче, але ваші реакції на його слова є цілком очевидними, а тому навіть якщо ви не кажете ні слова, він усе одно вагається. Ба більше, ви не усвідомлюєте, що реагуєте. І якщо це має на нього такий вплив зараз, коли він уже дорослий, уявіть собі, як це впливає на трирічного малюка, який весь час уважно спостерігає за материним обличчям, щоб зрозуміти, як він на неї впливає. Ось чому він думає перед тим, як заговорити з вами, й ось чому ви вважаєте, що вам ні з ким поговорити.

– Гаразд, і що можна з цим удіяти? – запитала жінка.

– Коли прийдете додому, можете стати перед дзеркалом, коли він розмовляє, щоб побачити, як це відбувається. А зараз скажіть, що ви думаєте про його слова? – запитав доктор К'ю, і розмова тривала далі.

У цьому випадку Батько Клари прислухався до синових слів з материнською повагою, і саме цей Я-стан був активним наразі. Тим часом її Дитина реагувала на його слова зовсім по-іншому, але ні її Батько, ані Дорослий не здавали собі справи з цих рухів обличчя, бо вона «не відчувала» їх. Її Батько був щирим, але втратив зв'язок, і всі в групі, крім неї, зрозуміли, чому син не наважувався говорити з матір'ю відверто.

Принцип рухливого обличчя пов'язаний і з «материнською усмішкою», що вже описувалася раніше, і з «гумором шибеника». Мати може зовсім не усвідомлювати, що робить її обличчя і який потужний вплив це має на її дітей¹¹⁷.

Б. Рухливе Я

Разом з біологічним принципом Рухомого Обличчя у збереженні сценарію не менш важливим є принцип Рухливого Я, що ґрунтується на подібному дефекті усвідомлення. Відчуття Я є мобільним. Воно може перебувати в одному з трьох Я-станів у цей момент і перестрибувати від одного стану до іншого, тільки-но з'являється можливість. Іншими словами, відчуття Я є незалежним від властивостей Я-станів і від того, що робить або переживає цей Я-стан. Воно нагадує електричний заряд, який може вільно переходити від одного конденсатора до іншого, незалежно від того, як використовують ці конденсатори; *відчуття Я* переноситься разом із цим «вільним зарядом»¹¹⁸.

Щоразу, як один із Я-станів є повністю активним, його цієї миті сприймають за справжнє Я. Коли в Єдері вмикається розгніваний Батько, він почувається так, ніби це справжній він. За кілька хвилин по тому, перебуваючи у Я-стані Дорослого, коли запитує себе, навіщо він це зробив, він теж сприймає цього Дорослого як своє справжнє Я. Ще пізніше, відчуючи сором у Я-стані Дитини через те, що був таким дріб'язковим, свою Дитину він також сприймає як справжнє Я. (Усе це, звичайно, припускає, що інцидент є частиною його реального життя і

¹¹⁷ Порівняйте з: Spitz, R. A. *No and Yes: On the Genesis of Human Communication*. International Universities Press, New York, 1957. Дивіться також: Crossman, P. 'Position and Smiling.' *Transactional Analysis Bulletin*, 6:72—73, July, 1967.

¹¹⁸ Детальніше обговорення конструкції вільного заряду дивіться у книжці: Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Loc. cit.

що він не просто грає роль сердитого Батька або Дитини, що кається. Рольові ігри означають фальшиву Дитину, а не справжнє Я.)

Щоб проілюструвати, який ефект має рухливе Я у повсякденному житті, уявімо собі доскіпливу дружину. Зазвичай Зої – доброзичлива, комунікабельна й поступлива, але у певні моменти вона ставиться до свого чоловіка дуже критично. Це її доскіпливий Батько. Пізніше вона знову стає веселою, комунікабельною, прирученою Дитиною і забуває, що сказала йому, перебуваючи у Я-стані Батька. Проте він не забуває й залишається настороженим та відчуженим. Якщо ця послідовність повторюється знову і знову, його настороженість та відчуженість стають постійними, чого Зої не може збагнути. «Нам так весело разом», каже її чарівна Дитина, «чому ж ти віддаляєшся від мене?» Коли Дитина є її справжнім Я, вона забуває чи не звертає уваги на те, що сказала, коли її справжнім Я був Батько. Таким чином, один Я-стан не веде докладного запису дій інших Я-станів. Її Батько не звертає уваги на те, як їм було весело разом, а її Дитина забуває всю критику, яку вона висловила. Але Дитина Єдера (і його Дорослий) пам'ятає, що сказав її Батько, і живе в постійному страху перед тим, що станеться знову.

Єдер зі свого боку може приділяти їй чимало уваги в Я-стані Дорослого, але його Дитина може скаржитися на неї та нарікати. Потім його Батько, не звертаючи уваги або забуваючи про те, що зробила його Дитина, може засуджувати її за невдячність «після всього, що він для неї зробив». Можливо, вона й цінує те, що він зробив, але живе у передчутті наступних витівок його Дитини. Його Батько вважає, що це він сам, його справжнє Я, завжди про неї дбає, і це правда. Утім, правдою є й те, що коли вмикається його плаксива Дитина, це теж він сам, його справжнє Я. Таким чином, завдяки тому, що один Я-стан або справжнє Я забуває, що вчинили інші, Єдер може знову вдатися до свого сценарію, не беручи за це відповідальності. Його Батько годен казати: «Я завжди був до неї таким добрим, не розумію, чому вона так поводить. Я не давав для цього жодного приводу. Жінки дійсно дивні». Його Батько забуває, як його Дитина провокувала її, але вона, будучи жертвою, ні. Ці два приклади пояснюють міцність позицій «Усе гаразд» і «Не все гаразд», що наведені в підрозділі Д розділу 5.

Тепер, коли ми зрозуміли цей принцип, на черзі яскравіший приклад. Такий безтурботний або безвідповідальний перехід від одного Я-стану до іншого можна назвати «подорожжю Я», але оскільки цей термін хіпі вживають заради хвастощів, з нашого боку буде ввічливо залишити його їм і знайти іншу назву для перемикання Я-станів. Тому наступний епізод ми називатимемо «Амінта й Меб, або Подорож душею за маршрутом “Батько – Дорослий – Дитина”».

Мед та її мати настільки втомилися одна від одної, що Мед поїхала на вихідні в гості до подруги, яка жила в іншому місті. Мати вистежила її по телефону й попередила: «Якщо тебе не буде вдома до ранку неділі, я зачиню двері, тож ночуватимеш на вулиці». Отже, Мед повернулася в неділю ввечері. Мати відмовилася впускати її і звеліла шукати власну квартиру. Мед переночувала в подруги-сусідки. У понеділок зранку мати зателефонувала і пробачила їй. Мед розповідала цей випадок доктору К'ю, наводячи інші приклади непослідовності матері. Деякі історії взагалі були незрозумілими, тому доктор К'ю вирішив запросити Мед разом з матір'ю, щоб побачити, чи зможе він уторопати, що ж відбувається насправді.

Щойно вони присіли, Амінта, її мати, почала розмовляти у стані суворого Батька, справедливо критикуючи Мед за неохайність, безвідповідальність, куріння марихуани й інші вади, що нерідко стають предметом сварок між матерями та вісімнадцятирічними доньками. Під час цієї розповіді Мед сиділа з легкою усмішкою, ніби додаючи: «Ну от, як завжди». Потім вона відвернулася, ніби кажучи: «Я більше не можу цього витерпіти». Після цього подивилася у стелю, говорячи своїм виглядом: «Невже мене ніхто не врятує?» Амінта не звертала уваги на реакції Мед, а вела далі свою тираду.

Коли ці аргументи вичерпались, Амінта змінила платівку. Вона почала розповідати про те, який у неї зараз важкий період: не скиглячи, як Дитина, а даючи реалістичну Дорослу оцінку своїх подружніх проблем, які були добре відомі докторові К'ю. У цей момент Мед

повернулась і глянула просто на неї з абсолютно новим виразом, ніби кажучи: «А вона все ж таки реальна людина». Поки Амінта говорила, доктор К'ю міг відстежувати зміну її Я-станів, виходячи з детальних знань про її життя й досвід. На одному етапі вона знову пройшла через таку саму послідовність, як в епізоді з зачиненими дверима, ставши спочатку сердитим Батьком (який викинув Меб з дому), а потім пом'якшала, перетворившись на турботливу Матір (хвилюючись через свою «дівчинку», яка блукає містом, не знаючи, де прихилити голову). Потім ще раз з'явився Дорослий, відтак безпорадна Дитина і знову сердитий Батько.

Ці блукання можна відстежити за допомогою лінії, що розділяє Я-стани Амінти на *рисунку 13*. Почавши з Б (Батька), ми переходимо до М (Матері), потім до Д (Дорослого), після якого йде Дитина (Дит), відтак знову повертаємося до Б. Коли ми слухаємо далі, то ця лінія проходить у напрямку, що показаний на діаграмі, – від Б до Д, потім до Дит і назад до М. У такий спосіб ми можемо відстежити подорож Амінти Я-станами, коли вона переходить від одного кола до іншого.

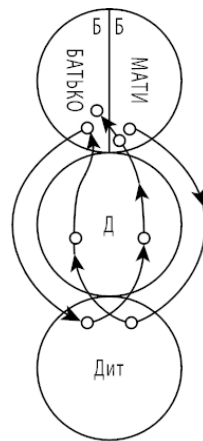
Питання полягає в тому, що представляє ця лінія. Вона репрезентує Амінтине відчуття Я, що не перебуває в якомусь одному Я-стані, а може вільно переміщатися від одного до іншого, супроводжуючись «вільним зарядом». Незалежно від того, у якому колі вона перебувала в певний момент, вона все одно вважала, що це говорить її справжнє Я. Напрямок або локус цього «вільного заряду» – безперервна лінія.

Амінта не розуміє, що «вона» змінюється або що її поведінка змінюється вряди-годи, позаяк відчуття «Це справді я» весь час залишається незмінним. Тому, кажучи, що «вона» перейшла від одного Я-стану до іншого, ми маємо на увазі, що це зробив її «вільний заряд», принісши з собою постійне відчуття справжнього Я. Їй самій здавалося, що вона й далі залишається тою самою людиною, але вона настільки змінювалася від одної фази до іншої, що збоку здавалося, ніби в її голові живуть кілька різних людей, кожен з яких говорить по черзі. Іншими словами, саме це здавалося Меб і саме тому вона не могла впоратися з матір'ю. Їй не таланило відчувати жодної послідовності, що дозволила б передбачити, як Амінта поводитиметься чи реагуватиме в певний момент, і так адаптуватися до настрою матері. А матері так само здавалося, що Меб поводить себе свавільно.

Щойно і Амінта, і Меб зрозуміли власні Я-стани, їм уже було неважко прояснити ситуацію, і вони стали краще ладнати між собою.

Поведінка Клари, що описана в попередньому розділі, ілюструє інший випадок, коли брак усвідомлення між різними Я-станами серйозно впливає на увесь життєвий шлях людини, а також на її подружжя та дітей. У випадку Клари два Я-стани діяли одночасно: один співчутливо слухав, а інший робив гримаси, при цьому вони старанно ігнорували один одного, немов підозрілих незнайомих, хоча обидва були зачинені в одному «космічному кораблі» впродовж сорока п'яти років.

Інший цікавий варіант відбувається, коли людина відмовляється зізнаватись у власній поведінці навіть собі. (Про це теж згадувалося наприкінці розділу 5.) Таким чином чоловік може й далі заявляти, що він вправний водій, хай навіть потрапляє хоча б у одну серйозну аварію на рік, а жінка запевняти, що вона – хороша кухарка, навіть якщо в неї регулярно підгорає обід. Ця щирість виникає тому, що Дорослий у кожному з випадків є вправним водієм чи кухаркою, але аварії влаштовує Дитина. Оскільки такі люди мають щільний і жорсткий кордон між двома Я-станами, Дорослий не звертає жодної уваги на витівки Дитини й може чесно сказати, що «Я (моє Доросле Я)



Подорож душею за маршрутом
«Батько—Дорослий—Дитина»

Рисунок 13

ніколи не припускався помилок». Те саме може траплятися і з людьми, які у тверезому стані є менш непроникними й поводяться добре (бо ними керує Дорослий), а коли вип'ють, припускаються помилок (тоді контроль перебирає Дитина). Деякі з них навіть «вимикають свідомість», коли напиваються, тому Дорослий нічого не знає про те, що вони робили у п'яному стані, а отже, вони можуть підтримувати ілюзію справедливості таким недвозначним алкогольним шляхом. Може відбуватись і навпаки: у стані Дорослого людина є неефективною, але має продуктивну Дитину. Подібно до того, як «погані» люди не розуміють зауважень або критики, що їх чують за свої кепські вчинки, ці «хороші» люди нездатні прийняти компліменти за те, що створили, чи роблять це лише з ввічливості. Дорослий справді не розуміє, про що говорять люди, коли називають твори Дитини корисними або цінними, тому що він не діяв тоді, коли їх створювали.

Ми вже обговорювали багату жінку, яка не стає бідною, втративши свої гроші, і бідного чоловіка, який не стає заможним, коли отримує якесь багатство. У таких випадках Дитина розуміє зі сценарних вказівок, що людина багата чи бідна, і самі лише гроші не змінять її стану. Так само Дитина чоловіка знає, вправний він водій чи ні, а Дитина жінки – яка з неї кухарка, і кілька аварій або зіпсованих страв не змінять її думку.

Позиція після подорожі за маршрутом «Батько – Дорослий – Дитина» – це заспокійливе заперечення. «Зі мною все гаразд. Мій Батько не помітив, щоб я щось накоїв, тож не розумію, про що йдеться». У таких випадках робиться прихований висновок, що з іншою людиною не все гаразд через її реакцію на небажану поведінку. В такому разі вдягають футболку для непередбачених випадків, де спереду написано «Я собі прощаю», а ззаду – «Чому б і вам мене не простити?»

Є простий засіб проти цього загального браку усвідомлення одним Я-станом учинків інших. Дорослий має пам'ятати, що цілком відповідальний за дії всіх своїх справжніх Я. Це припинить відмовки («Що ти мені таке кажеш? Як я міг це зробити? Я, мабуть, зовсім із глузду з'їхав!») і замінить їх на визнання («Так, я пам'ятаю, що це зробив, це дійсно був я» або ще краще: «Я розумію, що цього більше не має статися»). Цілком очевидно, що ця пропозиція має багато правових наслідків, бо усуне боягузливі й зручні відмовки з посиланням на неосудність («Дерев'яний Мозок» або «Не звинувачуйте мене в тому, що зробила моя дурість»).

В. Зачарування й імпринтинг

Найкраще це можна проілюструвати, розглянувши труднощі Невілла та його дружини Джулії. Невілл мав родимку на лівій щогі, що викликала огиду в Дитини Джулії. На стадії залицяння їй удавалося придушити легку відразу від тієї плями, але з часом це ставало дедалі складніше, і наприкінці медового місяця вона майже не могла змусити себе дивитися Невіллу в обличчя. Джулія не згадувала про цю незручність, побоюючись образити його почуття. Вона справді думала запропонувати видалити родимку, але вирішила, що це просто замінить її шрамом, який міг стати для неї ще складнішим випробуванням, тому не казала нічого.

Невілл, своєю чергою, полюбляв давити прищі, і коли вони лежали разом оголені, він оглядав її тіло і, знайшовши бодай маленький виступ на її шкірі, відчував сильне бажання розчавити його нігтем. Джулія вважала це дуже за неприємне зазіхання на її особистість. Іноді його потяг був настільки сильним, а її заперечення аж такими гострими, що вони відвертались одне від одного в поганому настрої.

З часом подружжя також виявило прикру розбіжність у сексуальних уподобаннях, що спочатку здавалася незначною, але потім стала серйозним каменем спотикання. Невілл, якого виховала нянька у Вест-Індії, збуджувався від суконь зі шльохами та сандалій, тоді як Джулія, наслідуючи приклади своєї матері й сестри, любила одягатися більш модно і ходити на високих підборах. Насправді сандалії були для Невілла фетишем, тимчасом як «контрфетишем» Джулії були високі підбори; вона хотіла, щоб чоловіки захоплювалися тим, як вона вдягається. У результаті, коли жінка підкорялася бажанням Невілла і взувала сандалії, вона не відчувала збудження, а коли ходила будинком на високих підборах, те саме відбувалося з ним. Таким чином, хоча вони зовні й здавалися щасливими, їхній союз зазнавав серйозних перешкод через нібито банальні речі, в основі яких лежав дуже ранній життєвий досвід. Це особливо турбувало подружжя, бо самі вони вважали себе ідеальною парою, що відповідала всім загальноприйнятим соціальним та психологічним стандартам.

Зачарування трапляється в нижчих тварин, а також у немовлят певного віку. Дитячі частини особистості і Невілла, і Джулії досі відчували зачарування (позитивне у його випадку, негативне в її) незначними дефектами шкіри, коли вже виросли. Імпринтинг здебільшого вивчався у птахів, які хибно сприймають за матерів будь-які об'єкти, що їм показують, тільки-но вони вилупляються з яйця. Таким чином, каченята можуть «запам'ятовувати» шматочки кольорового картону або збуджуватися від них і йти за ними слідом так, ніби це їхня мати. Сексуальні фетиші, що також розвиваються дуже рано, мають подібний вплив на чоловіків, а натомість жінки можуть віддаватися контр-фетишам, тобто речам, які збуджують чоловіків навколо них.

Зачарування й фетиші закорінені дуже глибоко і можуть серйозно заважати розміреному плину життя тих, хто від них потерпає, що за дією вельми нагадує наркотичну залежність. Попри всі спроби Дорослого раціонально контролювати, Дитина відчуває майже непереборну огиду або потяг до конкретного об'єкта і внаслідок цього може приносити жертви, непропорційні ситуації, щоб мати його чи уникнути. Отже, зачарування й фетиші гідні відіграти поважну роль у визначенні результату сценарію, особливо у виборі тих, кому судилося мати першість. Це ще один чинник, що зменшує здатність людини самостійно визначати свою долю.

Дати раду з зачаруваннями можна, почавши усвідомлювати їх, проговорювати і вирішувати, чи можна з ними жити. Останнє можна зробити за допомогою «транзакцій у голові» – внутрішніх діалогів між Дорослим і Дитиною, тримаючи Батька подалі, доки ці двоє не порозуміються. Після цього можна дати слово Батькові. Якщо людина вирішує, що зможе жити з негативним зачаруванням – наприклад, з дівчиною, яка має фізичну ваду, – чудово. Якщо ж ні, то треба шукати ліки чи нову супутницю. Без суттєвого аналізу своїх думок та почуттів людина не спроможна усвідомити, наскільки така окрема деталь може вплинути на її реакції, що зазви-

чай є результатом раннього досвіду. З іншого боку, позитивне зачарування може поневолити людину і вийти за межі розумного, тому його теж слід ретельно розглянути. Те саме стосується й жінок, які зачаровані родимками своїх чоловіків.

Засіб від фетишів є аналогічним. Але оскільки тут бере участь інша людина, відкриваються й інші корисні можливості. Можна укласти угоду про взаємну терпимість і з часом фетиш може бути успішно «втільний у життя».

Г. Невловимий запах

Окрім описаних біологічних особливостей організму людини (рухливе обличчя, рухливе Я, зачарування й імпринтинг), існують і більш невовимі можливості, які можуть мати не менш глибокий вплив на життя людини. Першою з них є екстрасенсорне сприйняття. Якщо картки доктора Райна¹¹⁹ надсилають сигнали, які не можуть бути виявлені нинішнім поколінням фізичних приладів, але їх здатен сприйняти людський розум, належним чином налаштований, то це явно є питанням, що має важливе, хоча й не обов'язково вирішальне значення. Якщо такі сигнали існують, їхнє об'єктивне виявлення було б цікавим спочатку переважно з причин сенсації, і стало б знаменним днем для недільних додатків газет. Подальші наслідки такого відкриття не можна передбачити, аж доки воно не відбудеться. Поза сумнівом, воно зацікавило б військових, які вже роблять дослідження у цій галузі, особливо якщо є змога обрати мішень, як у випадку з атомною чи водневою бомбою, детонатор якої можна активувати на далекій відстані, знищивши вибуховою хвилею заводи й арсенали потенційного противника.

Телепатія матиме набагато більшу вагу, якщо вона існує. Коли один людський розум може надсилати зчитувані повідомлення іншому, то можна розробити неупереджений спосіб контролю й запису таких повідомлень, що допоможе досягнути багато аспектів людської поведінки. Це друга можливість. Судячи з повідомлень про «телепатичні явища», вони найчастіше і найяскравіше проявляються між близькими людьми, такими як чоловіки й дружини або батьки й діти, які, мабуть, щільніше налаштовані одне на одного, аніж на інших представників людської раси. Телепатія, якщо вона існує, стала б ідеальним засобом для батьків, які прагнуть контролювати поведінку своїх дітей, і, безумовно, становила б чільний інтерес для сценарного аналітика. Інтуїція, яка є функцією Я-стану Дитини¹²⁰, часто межує з телепатією, проявляючись у тому, що дуже невиразна інформація про інших людей може бути підкріплена інтуїцією з мінімумом чуттєвих підказок¹²¹.

Коли йдеться про випадки телепатії, з'ясовується, що цей зв'язок дуже слабкий, легко переривається й багато в чому залежить від настрою агента та перцепієнта. Зовнішні чинники, як-от провокація цього явища з боку науковців, здається, зменшують його точність або взагалі скасовують його, якщо вірити опублікованим результатам тих провокацій¹²². Це не обов'язково має означати, що телепатії не існує, а радше дає нам вказівку про її природу, якщо вона таки існує. Я запропонував би ось яку гіпотезу, з лиш одним головним і одним другорядним припущенням, що пояснює всі науково обґрунтовані (здебільшого негативні) висновки. Якщо телепатія трапляється, то найкращим її перцепієнтом є малюк; коли він виростає, ця здібність із часом пошкоджується і стає все більш ненадійною, тому в дорослому віці вона проявляється здебільшого спорадично й за особливих обставин. Структурною мовою ця гіпотеза звучить

¹¹⁹ Rhine, J. B. *Extra-Sensory Perception*. Bruce Humphries, Boston, 1962. Порівняйте з: Churchman, C. W. 'Perception and Deception,' review of C. E. M. Hansel's *ESP: A Scientific Evaluation* (Scribner, New York, 1966) in *Science*, 153:1088—1090, September 2, 1966, і цікавий розрахунок «збігу думок» Л. В. Альваресом (L. W. Alvarez) у статті 'A Pseudo Experience in Parapsychology,' *Ibid.*, 148:1541, June 18, 1965.

¹²⁰ Berne, E. 'Intuition VI: The Psychodynamics of Intuition.' *Psychiatric Quarterly*, 36: 294—300, 1962.

¹²¹ Berne, E. *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*, *Loc. cit.* Third edition, Appendix: 'Beyond Science.'

¹²² *Fifty Years of Psychic Research*.

так: якщо телепатія існує, то вона є функцією дуже молоді Дитини і невдовзі пошкоджується й послаблюється внаслідок втручання Батька та Дорослого.

Третім, і цікавим, і важливим, хоча й більш матеріалістичним, є питання про невольимі запахи. Добре відомо, що самець-метелик шовкуна може виявити за вітром шойно народжену самицю на відстані до милі, тож велика кількість самців летітиме проти вітру і збиратиметься навколо самиці, що сидить у клітці¹²³. Ми маємо припустити, що самиця виділяє ароматну речовину, яка приваблює самців чимось на кшталт запаху. Питання полягає ось у чому: чи «розуміє» самець, що він «відчуває запах», чи просто автоматично реагує на хімічну речовину? Ймовірно, він не «розуміє», що відбувається, а просто реагує і летить у напрямку до самиці. Іншими словами, його нюхова система реагує на «невловимий запах», який приваблює його.

З людською істотою ситуація стосовно запахів є такою: 1) якщо людина вдихає певні запахи, наприклад пахощі квітів, вона розуміє це і запах її свідомо приваблює. Такий досвід може залишати сліди у пам'яті й це все, що нам відомо. 2) Якщо людина вдихає інші запахи, наприклад сморід фекалій, то зазвичай відбувається дві речі: а) вона це розуміє і відчуває до них свідому відразу і б) це впливає на її автономну нервову систему, і без жодного свідомого бажання вона може затулити ніс або виблювати. 3) Ми можемо теоретично припустити третю ситуацію: за наявності певних хімікатів нервова система людини зазнає тоншого впливу і при цьому вона не вдихає запах і не думає про це. Я кажу не про такі токсичні сполуки, як чадний газ, а про речовини, що стимулюють певні рецептори й залишають специфічні сліди або енграми в мозку.

У зв'язку з цим варто зазначити кілька фактів. 1) Нюхове поле кролика складається зі 100 000 000 нюхових клітин, кожна з яких має шість або дванадцять волосинок, тобто площа нюхового поля дорівнює всьому шкіряному покриву тварини¹²⁴. 2) Можна припустити, що електричні розряди в нюховій системі відбуваються ще тривалий час після того, як пройшла адаптація до певного запаху; іншими словами, попри те що сам запах уже більше не відчувається, він і далі впливає на електричну активність нервової системи. Експериментальні свідчення цього не є безперечними, але переконливо наводять на таку думку¹²⁵. 3) Запахи можуть викликати сни, не сприймаючись як запахи. 4) Найбільш сексуально провокативні для людей запахи пов'язані зі статевими гормонами. 5) Запах подиху та поту може змінюватися зі зміною емоційного ставлення. 6) Нюхові нерви ведуть до нюхового мозку – «примітивної» частини мозку, яка, ймовірно, щільно пов'язана з емоційними реакціями.

Тут можна висунути ось яку гіпотезу: людська істота постійно стимулюється різноманітними тонкими хімічними подразниками, про які вона не знає, але які впливають на її емоційні реакції та поведінку стосовно різних людей у різних ситуаціях. Хоча для цього можуть існувати спеціальні (поки що невідомі) рецептори, структура самого нюхального апарату є достатньою для взаємодії з цими ефектами. Такі подразники можна назвати невольимими запахами. Немає переконливих доказів того, що невольимі запахи дійсно існують; але якби вони були, то могли б легко пояснити чимало поведінкових явищ і реакцій, які за нинішнього стану знань важко чи годі збагнути. Їхній вплив на сценарій був би тривалим, так само як і у випадку з зачаруваннями, фетишизмом та імпринтингом. Новонароджені кошенята можуть «нюхати» соски матері, не усвідомлюючи цього, і «пам'ять» про той невольимий запах або що, очевидно, впливає на їхню поведінку протягом решти життя.

¹²³ McKenzie, D. *Aromatics and the Soul*. Paul B. Hoeber, New York, 1923. Огляд анатомії та фізіології нюху в комах дивіться: Schneider, D. 'Insect Olfaction: Deciphering System.'

¹²⁴ Це добре відомий факт із біології кролів.

¹²⁵ Schneider, D. and Seibt, U. 'Sex Pheromone of the Queen Butterfly.' *Science*, 164: 1173—74, June 6, 1969.

Г. Зворотний зв'язок і допалювання

Зворотний зв'язок і допалювання нагадують транзакційні «ракетки» в тому сенсі, що розвиваються головним чином (хоча й не повністю) під впливом інструкцій батьків. Вони відрізняються від ракеток тому, що запускаються радше внутрішньо, ніж через стимули від інших людей.

Зворотний зв'язок визначають як період часу, протягом якого майбутня подія починає самостійно впливати на поведінку людини. Найбільше це проявляється в людей з фобіями, усе життя яких може бути порушене на багато днів наперед через перспективу небажаної для них події – наприклад, медичного обстеження чи мандрівки. Проте насправді фобічний зворотний зв'язок є менш шкідливим, аніж зворотні зв'язки у повсякденному житті, які у довгостроковій перспективі (на мою думку) можуть призвести до «психосоматичних» тілесних хвороб.

У випадку доктора К'ю, коли йому довелося виступати з фаховою лекцією в далекому місті у вівторок, зворотний зв'язок почався, щойно майбутня подорож стала втручатись у його повсякденну діяльність. Уже в четвер він якийсь час не спав, плануючи, що йому треба зробити перед від'їздом. Щоб надолужити втрачені робочі дні, йому доведеться піти до офісу в суботу, яка зазвичай була вихідним. Лікар склав у голові перелік справ на п'ятницю, зокрема замовлення квитків, бо це був останній робочий день перед тим, як він полетить у понеділок. Розпорядок п'ятниці був дещо порушений завданнями, які К'ю мав виконати, і його зустрічі з пацієнтами не були такими спокійними та продуктивними як зазвичай, бо він мав підготувати їх до своєї відсутності. Вечір п'ятниці вдома теж не був таким спокійним, як завжди, бо йому випало лягти спати рано, щоб у суботу прокинутися раніше, ніж зазвичай. Суботній вечір теж був трохи зіпсований, бо К'ю не робив звичайних вправ і не бачив своєї сім'ї, крім того, його відвертали думки про пакування речей на завтра. Хоча складання конспекту самої лекції забрало не більш як п'ятнадцять хвилин, його думки були зайняті цим під час вечері в суботу. Другу половину неділі лікар К'ю провів на пляжі, але не зміг розслабитись як зазвичай, бо мав повернутися додому раніше, щоб спакувати речі, а це порушило його мирний недільний вечір. У понеділок він сів на літак і коли прилетів, ліг рано спати в готелі. У вівторок зранку він прочитав лекцію й повернувся додому.

Найчастіше у викладеній розповіді зустрічається вислів «не... як зазвичай», прикрашений уточненнями на кшталт «бо», «тому що» й «але». Усі ці вислови, особливо перший, належать до слів зворотного зв'язку. У підсумку можна сказати, що заради одногодинної лекції у вівторок, що вдома потребувала б лише п'ятнадцяти хвилин підготовки, доктор К'ю, його родина та пацієнти перебували в напрузі протягом кількох днів; ця напруга була невеликою, але достатньою, щоб помітно вплинути на їхню поведінку.

Зворотний зв'язок треба відрізняти від Дорослого планування й підготовки. Те, що робив доктор К'ю у четвер ввечері перед тим як заснути, було плануванням, і за своєю суттю це Доросла процедура. Якби він міг планувати під час пробудження, не порушуючи свого нормального розкладу, це не можна було б назвати зворотним зв'язком. Однак через завантажений день йому довелося трохи менше поспати у четвер і *це* було зворотним зв'язком. Деякі з завдань, що їх К'ю виконував у п'ятницю, були підготовкою, а не зворотним зв'язком, тому що він виконував їх під час обідньої перерви, але інші порушили його звичайний розклад, зокрема один телефонний дзвінок, що пролунав під час його розмови з пацієнтом і збив перебіг його думок. Неодноразові порушення плину його думок були частиною зворотного зв'язку. Таким чином, планування й підготовка є видами діяльності Дорослого, доки не заходять у конфлікт зі звичним життям особи, а якщо заходять, то стають частиною зворотного зв'язку, особливо якщо турбують Дитину (наприклад, страхом) чи Батька (змушуючи його знехтувати свої звичайні обов'язки).

Кожна майбутня подія певним чином впливає на поведінку людини, але вона не повинна мати ефекту, *незалежного* від її звичного життя. Наприклад, більшість людей, як це вже сказано в розділі 10, чекають на Санта-Клауса, але це очікування інтегроване в їхній спосіб життя і звичні способи поведінки. Знову ж таки, наближення статевого дозрівання має далекосяжний вплив на життя дитини, і в певному сенсі його вплив сягає материнського лона. Цілком очевидно, що наближення початку статевого дозрівання вплинуло на те, що 12-річний хлопчик або дівчинка робили вчора, але цей вплив залежав від усіх інших подій, тому й не відповідає визначенню «зворотного зв'язку».

Очевидно, що засобом протидії зворотному зв'язку є Доросла організація: слід організувати свій час таким чином, щоб планування та підготовка могли здійснюватися, не порушуючи нормальних моделей поведінки, наскільки це можливо. Необхідно також думати про майбутнє. Після того як доктор К'ю дізнався, що годинна лекція в далекому місті мала зворотний зв'язок протягом п'яти днів, він більше не приймав таких запрошень, за винятком одного випадку, коли лекція вписувалася в його плани на п'ятиденну відпустку.

Допалювання визначається як період часу, протягом якого давня подія має незалежний вплив на поведінку особи. У певному сенсі на поведінку впливає кожна минула подія, але допалювання стосується лише тих випадків, коли воно порушує нормальні моделі поведінки протягом значного періоду, а не асимілюється ними чи виключається з них витисненням зі свідомості або іншими психологічними механізмами.

Після повернення з лекції доктору К'ю випало братися до «прибирання». Він мусив відповісти на пошту й телефонні дзвінки, які нагромадилися за його відсутності, і подбати про проблеми, що їх спричинили йому за цей час сім'я й пацієнти. Також йому довелося сплатити рахунки та заповнити ваучери, пов'язані з поїздкою. Більшість цих дій належали до Дорослої процедури, і йому пощастило впоратися з ними, не порушивши звичайного розкладу. Однак коли за три тижні К'ю повернули один з ваучерів через те, що він подав його у двох, а не в трьох примірниках, це викликало в нього роздратування і трохи відволікало протягом наступної години під час розмови з пацієнтом. Була також і проблема з агресивно налаштованим чорношкірим. Після лекції, коли був відведений час на запитання до доповідача, якийсь агресивний чорношкірий чоловік (якого там взагалі не мало бути, бо він не є професійним психотерапевтом) поставив певні запитання і висловив думки, що турбували доктора К'ю ще кілька днів після того. У цьому випадку паперова робота (поки вона не заважала його звичайним справам) була справою Дорослого, натомість його роздратування щодо ваучерів і суперечка з агресивним чорношкірим були частиною допалювання, в якому брали участь Батько й Дитина.

Загалом діяльність Дорослого, зокрема планування, підготовка, саме завдання (лекція) та наведення ладу тривала приблизно дванадцять днів. Зворотний зв'язок і допалювання, у яких брали участь його Батько й Дитина, тривали дещо довше. Допалювання, як це часто буває, відновилося набагато пізніше, коли доктор К'ю отримав листа про ваучер, який змушений був переробляти, а потім скаржився на це вдома.

Засіб проти допалювання – це заздалегідь налаштувати себе спокійно сприймати дрібні непорозуміння, а потім забувати про них.

Епізод з лекцією є прикладом нормального зворотного зв'язку та допалювання. Проте у випадку підбурювання з боку батьків обидва ці явища можуть викликати серйозний неспокій і вплинути на результат сценарію, особливо трагічного. У перебільшеній формі обидва ці процеси можуть призвести до алкогольної залежності, психозу, самогубства, ба навіть убивства. Отже, і зворотний зв'язок перед наближенням іспиту, і допалювання після невдалого статевого акту можуть призвести до самогубства юнака, а зворотний зв'язок у вигляді страху перед публікою впливає на надмірне вживання алкоголю серед акторів і торгових агентів. Наступний приклад стосується сценарного допалювання.

23-річний адміністратор на ім'я Сірел прийшов на лікування, назвавши серед головних скарг діарею. Одного дня він згадав у групі, що йому важко заснути вночі. Він лежав, переглядаючи свої рішення та транзакції з підлеглими, вишукуючи прогріхи у своїх діях і перелічуючи колекцію торговельних купонів провини, образи та гніву, що її він назбирав за день. З його історії дитинства було зрозуміло, що це все робилося під впливом сценарних вказівок матері. Таке допалювання тривало близько години або, в окремих випадках, дві-три години, перш ніж йому вдавалося заснути. Психіатр та інші члени групи дали Сірелу дозвіл закінчувати свій робочий день без допалювання й засинати тоді, коли він хоче, всупереч опору його прискіпливого Батька, і тоді безсоння припинилося. Невдовзі після цього з невідомих причин припинилась і його діарея, а за два місяці він закінчив курс лікування.

Хоча зворотний зв'язок та допалювання можуть створювати проблеми в людей з важкими сценаріями, у більшості випадків і те, й те можна витерпіти без серйозних наслідків. Але якщо допалювання від останньої події перекриває зворотний зв'язок від наступної, це може становити небезпеку майже для кожного. Найчастіше таке спостерігаємо при синдромах «перевтоми»; насправді це є гарним способом визначити її. Хай яким тяжким було навантаження, доки не трапляється цього перекривання, розумової перевтоми не виникає. Якщо ж воно таки трапляється, тоді людина відчуває перевтому, незалежно від того, наскільки великим є навантаження. Після вчорашнього її Батько виснажує її провинною та сумнівами: не слід було цього робити, що подумают інші, чому не можна було зробити інакше; і поки це все бродить у голові, мов старе пиво, її Дитина переймається через завтрашний день: яких помилок вона може припуститися, що з нею можуть зробити, що вона могла б з ними зробити. Ці неприємні думки забруднюють інші, утворюючи непривабливу, гнітючу суміш. Ось один із прикладів.

Пєббл, бухгалтер, працює допізна, готуючи річний звіт. Цифри не сходяться, і коли він приходить додому, то лежить і не може заснути, непокоячись іще дужче. Коли він нарешті засинає, цифри все одно пливуть у нього перед очима в тривожному сні. Прокинувшись наступного ранку, він не відчуває спокою й допалювання від останньої ночі досі з ним. Тепер Пєббл починає хвилюватися через те, що робитиме сьогодні в офісі, оскільки мусить виконувати свої повсякденні справи, і зворотний зв'язок від цих справ затискає його в потужні лещата, коли він намагається поговорити з родиною за сніданком. А під усіма цими невідкладними справами приховується допалювання від помилок у звіті за торік, через які він дістав догану від боса; і страх зворотного зв'язку від того, що може статися на сьогоднішніх річних зборах, вже нуртує в його шлунку. Поки його розум перебуває в обценьках цих перекривань, йому бракує часу, енергії й мотивації на своє особисте життя, і справи вдома починають гіршати. Його дратівливість, нехлюйство та песимізм аж ніяк не допомагають взаєминам з домашніми.

У більшості таких випадків результат буде визначено рівновагою між суворим Батьком Пєббла та його сердитою пригніченою Дитиною. Якщо Батько дужчий, то він виконає роботу, а потім звалиться від слабкості й потрапить до лікарні з ажитованою депресією. Якщо перемає Дитина, то він почне дивно поводитися, здасться ще до виконання завдання і закінчить шизоїдним або шизофренічним станом. Якщо його Дорослий є сильнішим за обох, Пєббл може витерпіти до кінця, а потім скотитися в стан знемоги, аж доки не відновить сили за кілька днів відпочинку чи відпустки. Але навіть у таких сприятливих випадках він може дістати хронічну інвалідність, якщо напруга триває рік у рік. Згідно з наявною на цей момент інформацією, Пєббл стане непоганим кандидатом на виразку або підвищений артеріальний тиск.

Загроза у становищі Пєббла лежить у способі структурування його часу. Як ми вже бачили у розділі 10, є два способи календарного планування завдання. Перший – це Цільовий час: «Я працюватиму, доки не закінчу (незалежно від того, скільки знадобиться часу)». Другий – це Годинниковий час: «Я працюватиму до опівночі (а відтак припиню, хай там що)». Пєббл не міг ані закінчити, ні зупинитися. У нього був час «Поспіху». Він мусив виконати

певне завдання за певний час, а це примусове поєднання Цільового й Годинникового Часу часто створює практично нездоланну проблему. Таке відбувається в одній казці, де дівчинка мусить відокремити зерно від полови до світанку. Вона могла б виконати цю роботу, якби мала достатньо часу або якби перебрала до світанку певну частину зерна. Утім, для того щоб зробити все вчасно, їй потрібна була магічна допомога від феї, ельфів, птахів або мурашок. Пейбл не має жодних ельфів, мурашок або магічної допомоги, тому дістає покарання, якого зазнала б ця дівчинка у разі невдачі: втрачає голову.

Ліки від перекривань – суто арифметичні. Кожна людина має стандартний «час зворотного зв'язку» й «час допалювання» для різних типів ситуацій. Варто перелічити ці типи: домашні сварки, іспит або слухання, терміни виконання завдань, подорожі, візити родичів і до родичів тощо. Ці два види тривожного часу треба оцінювати, виходячи з досвіду в кожному типі ситуації. За наявності інформації запобігання перекриттю можна звести до простого обчислення. Якщо можливий час допалювання для ситуації А становить x днів, а очікуваний час зворотного зв'язку для ситуації Б – це y днів, то дата, встановлена для Б, мусить бути принаймні $x+y+1$ після дати, встановленої для А. Якщо обидві події можна передбачити, це легко влаштувати. Якщо ж подія А є непередбачуваною, то дату події Б треба відкласти. Якщо це непрактично, то можна вдаватися до другого варіанту: поквапитися з Б, щоб завершити і А, і Б у якнайкоротші терміни, сподіваючись на краще. Якщо подію Б неможливо зрушити з місця, то єдина альтернатива – це покращити продуктивність або все кинути.

Матері маленьких дітлахів здебільшого є найкращими прикладами людей, яким удається частіше покращити свою продуктивність, аніж усе кинути. Вони з дивовижною стійкістю асимілюють велику кількість невеличких допалювань і десятки повсякденних випадків зворотного зв'язку у своєму житті. Якщо їм це не вдається, вони стають спустошеними, а відчуття спустошеності є першою ознакою некерованого перекривання і потреби у відпустці. Перекривання запобігає сексуальній активності обох статей, діючи як засіб, що вгамовує статеве збудження. І навпаки, секс – це чудовий антидот від перекривань, ото ж багатьом парам достатньо побути тиждень чи навіть вихідні подалі від дітей, щоб відновити сексуальне жадання й силу; він замінює допалювання та зворотний зв'язок на розігрів і приємний спогад. Більшість звичайних зворотних зв'язків та допалювань минають приблизно за шість днів, тому двотижнева відпустка дозволяє спалити поверхневі допалювання, після чого залишається ще кілька днів безтурботного життя, перш ніж зворотні зв'язки знову вповзатимуть у незахищені справи і захарастять ситуацію. Проте для асиміляції більш хронічних допалювань і глибших, придушених, зворотних зв'язків необхідна щонайменше шеститижнева відпустка. Раніше, коли до місяця перебування у Європі додавали 6—7 днів спокійного трансатлантичного переїзду, цей процес минав спокійніше, ніж тепер, із реактивними літаками та їхньою різницею у часі, що вже саме по собі є напруженим випробуванням.

Імовірно, нормальним механізмом з регулювання зворотного зв'язку та допалювання є сон. Тому трапляється так, що люди, які позбавлені можливості спати з експериментальною чи каральною метою, зрештою переходять у стан, що нагадує психоз¹²⁶. Отже, нормальний сон має важливе значення для запобігання перекриттю та його поганим наслідкам. Оскільки заспокоїливі засоби на кшталт барбітуратів скорочують період «швидкого сну» на користь інших його стадій, вони не сприяють асиміляції допалювання та зворотного зв'язку; їхній вплив може «депонувати» неасимільоване перекриття в якійсь частині тіла, що призведе до «психосоматичного» розладу¹²⁷. Проте іноді це може бути кращим за наслідки тривалого безсоння.

¹²⁶ Luce, G. G. and Segal, J. *Sleep*. Coward-McCann, Inc. New York, 1967.

¹²⁷ Наразі то лише цікава гіпотеза з мого спостереження, і я не можу надати будь-яких переконливих доказів, щоб це підтвердити. Та порівняйте: Kales, et al. 'Psychophysiological and Biochemical Changes Following Use and Withdrawal of Hypnotics.' In *Sleep: Physiology and Pathology* (A. Kales, ed.) J. B. Lippincott & Company, Philadelphia, 1969. А також: Also Rubin, R. T. and Mandell, A. J. 'Adrenal Cortical Activity in Pathological Emotional States.' *American Journal of Psychiatry*, 123: 387—400, 1966.

Значна кількість філософів життя рекомендують «жити день за днем». Це не означає жити лише заради поточного моменту або жити без організації чи планування майбутнього. Багато з цих самих філософів, наприклад Вільям Ослер¹²⁸, були високоорганізованими людьми з надзвичайно успішно спланованою кар'єрою. Сучасною мовою жити день при дні означає жити добре спланованим та організованим життям, висипатися перед кожним днем, тоді день закінчується без зворотного зв'язку, адже завтра вже добре сплановане й починається без допалювання, оскільки вчорашній день був добре організований. Це чудовий спосіб подолати непрацездатність, яка в іншому випадку може виникнути через поганий сценарій, і так само хороший спосіб довести добрий сценарій до щасливого виконання.

Д. Маленький фашист

Здається, кожна людина має у своїй голові маленького фашиста. Він походить із найглибших шарів особистості (Дитина в Дитині). У цивілізованих людей він зазвичай захований глибоко під платформою соціальних ідеалів та виховання, але, як знову й знову свідчить історія, за належних дозволів і вказівок він може бути звільнений і розквітне на повну силу. У менш цивілізованій частині населення цей елемент відверто демонструється та виховується, лише чекаючи слушної нагоди проявитися на повну міру. В обох випадках це потужна сила для розвитку сценарію: в першому вона є таємною, непомітною, і її існування заперечується; у другому її існування визнають із жорстокістю, ба навіть із гордощами. Але можна сказати, що хто не знає про цю силу своєї особистості, той втрачає над нею контроль. Він не опирається собі й не може зрозуміти, куди прямує. Хороший приклад стався на зборах захисників природи, де один з них розповів, як захоплюється азійським племенем, яке дбає про природні ресурси «набагато краще за нас». Гуманіст заперечив: «Та у них жахлива смертність серед немовлят». «Хо-хо», – сказав захисник природи, і кілька людей приєдналися до нього. «Але ж це все на добро, чи не так? У таких умовах народжується забагато дітей».

Фашиста можна визначити як особу, що не поважає жодної живої істоти і розглядає їх усіх як здобич. Таке зарозуміле ставлення, поза сумнівом, є реліктом первісної історії людської раси, яка все ще відчуває схильність до канібалізму й задоволення від різанини. Для м'ясоїдних антропоїдів на полюванні безжальність означала ефективність, а жадібність мотивувалася голодом. Коли ж ці якості стали непотрібні для виживання, вони відокремилися від своєї первісної мети – вбити м'ясо на обід – і виродились у самоцілі, розкоші, якими часто грішать та насолоджуються за рахунок інших людей. Безжальність перетворилася на жорстокість, а жадібність – на експлуатацію й крадіжку. Оскільки здобич – м'ясо взагалі, а надто людське м'ясо – була здебільшого витиснута більш зручними для наповнення шлунка продуктами, ці якості почали використовувати задля втамування психологічного голоду. Задоволення від тортур замінило радість від їжі або стало вищим за неї, і «хе-хе» перейняло владу у «ням-ням». Стало важливішим не вбити його (її), а чути чи спостерігати за тим, як він (вона) кричить або принижується. Це стало сутністю фашизму (коли бродяча зграя шукає здобич – чоловіка або жінку, щоб помордувати чи познуватися), мистецтво якого полягає у випробуванні жертви на слабкість.

Є два побічні продукти підлабузництва, обидва з яких вигідні агресору. Біологічний ефект – це сексуальна втіха та збудження, коли жертва може потурати навіть найвибагливішим збоченням; найпопулярнішим з задокументованих є анальне згвалтування. Тортури створюють особливу близькість між катом та жертвою і глибоко проникають у душу кожного з них, чого часто бракує в життях обох. Інший побічний продукт є суто комерційним. Жертва завжди

Та інші праці.

¹²⁸ Osler, W. *Aequanimitas and Other Papers*. W. W. Norton & Company, New York, 1963.

має цінні речі, які можуть давати прибуток. Для канібалів це може бути сила, що міститься в магічних органах – таких як серце, яєчка, навіть вухо. З погляду розвинених людей, лій можна використати у виробництві мила, а золоті зубні коронки привласнити. Ці плоди використовують після того, як божевільня від особистої зустрічі вщухає, і вони «розплавляються», втрачаючи індивідуальність.

Зростаючи, людський ембріон заново переживає цілу еволюцію. Іноді він застрягає і народжується з реліктами стародавніх стадій, таких як зяброві щілини. Коли діти ростуть, вони переживають усю первісну історію людської раси, проходячи через стадії полювання, землеробства та ремесел, і можуть зависнути на будь-якій з них. Але кожен зберігає якісь сліди від них усіх.

Маленький фашист у кожній людині – це маленький мучитель, який вишукує дошкульні місця своїх жертв і насолоджується ними. Якщо це відбувається відкрито, така людина б'є калік, голосно тупотить ногами, гвалтує, іноді виправдовує це крутизною, об'єктивністю чи правомірністю. Утім, більшість із нас придушує в собі ці нахили, вдаючи, що ми взагалі не такі, виправдовує їх, якщо скидають маску, або закриває та завуальовує їх страхом. Дехто навіть намагається продемонструвати свою невинність, цілеспрямовано стаючи жертвами, а не агресорами, вийшовши з того, що краще пролити власну кров, аніж кров інших, але таки пролити.

Ці первісні прагнення переплітаються з приписами, настановами та дозволами сценарію, формуючи основу для ігор третього ступеня, які спричиняють кровопролиття. Хто вдає, ніби цих сил не існує, той стає їхньою жертвою. Весь його сценарій може стати проектом, метою якого є продемонструвати, що він від них вільний. Проте оскільки це здебільшого не так, такі дії є запереченням себе, а отже, і права самому вибирати власну долю. Рішення полягає не в тому, щоб казати: «Це страшно», як багато хто робить, а радше: «Що я можу з цим удіяти?» Ліпше бути мучеником, ніж троглодитом, тобто людиною, яка відмовляється вірити, що походить від мавпоподібної істоти, бо вона не з таких, але ще краще знати себе. Важливо усвідомити, що певні «геноцидні» аспекти людської природи залишилися незмінними протягом останніх п'яти тисяч років незалежно від будь-якої генетичної еволюції, яка мала місце впродовж цього періоду; крім того, вони залишаються несприйнятливими до екологічних та соціальних впливів. Одним з них є упередження проти людей з темнішою шкірою, що залишається незмінним іще від часів Стародавнього Єгипту, де було вперше зафіксоване у письмових джерелах, і ті «жалюгідні люди Куш» іще й досі представлені у пригноблених негроїдних популяціях по всьому світу¹²⁹. Іншим є бойові операції за методом «знайти та знищити». Наприклад: «234 в'єтконгівців заманили в засаду та вбили» чи «у В'єтнамі безжально вбито 237 селян» (обидві фрази з повідомлень армії США 1969 року).

Порівняйте: «800 їхніх солдатів я знищив власноруч; їхню чернь спалив у вогні; їхніх хлопчиків і дівчиць збезчестив. 1000 трупів їхніх воїнів я склав купою на горі. 1 травня я вбив 800 їхніх бійців, спалив багато будинків, їхніх хлопчиків і дівчиць збезчестив» тощо (З хронік Ашшурбаніпала, колонка II, близько 870 р. до н. е.).

Отже, щонайменше 2800 років тому ще існували старанні й завзяті лічильники трупів. Славні хлопці зрештою стають «жертвами»; погані – «тілами», «мертвими» або «трупами».

Е. Хоробрий шизофренік

Окрім біологічних і психологічних характеристик людського організму, що дозволяють заздалегідь запрограмованому сценарію стати господарем особистої долі, цьому браку автономії сприяє ще й лад суспільств, який спеціально створюється для його заохочення. Це робиться за допомогою транзакційної суспільної угоди, в якій сказано: «Ви приймаєте мою особу або

¹²⁹ Berne, E. 'The Mythology of Dark and Fair.' *Loc. cit.*

позицію, а я приймаю вашу». Будь-яке скасування цієї угоди, якщо це не конкретно дозволено в тій групі, вважають за нечемність. Наслідком постає брак конфронтації з іншими та собою, бо за суспільною угодою стоїть прихований індивідуальний договір між трьома аспектами особистості. Батько, Дитина й Дорослий домовляються між собою приймати позицію одне одного, й не кожен є достатньо сміливим, щоб змінити такий договір із самим собою, коли це доцільно.

Брак конфронтації є найпомітнішим між шизофреніками та їхніми лікарями. Більшість психіатрів (з мого досвіду) кажуть, що шизофренія невиліковна. Цим вони хочуть заявити: «Шизофренію неможливо вилікувати за допомогою моєї психоаналітичної терапії, і нехай я буду проклятий, якщо спробую щось інше». Тому вони налаштовуються на те, що називають «досягати прогресу», і прогрес є їхнім основним продуктом, як у відомого виробника електрики. Однак прогрес означає, що вони просто дозволяють шизофренікові сміливіше почуватись у своєму божевільному світі, а не витягують його звідти, і тому на землі повно хоробрих шизофреніків, які реалізують свої трагічні сценарії за допомогою не надто хоробрих психіатрів.

Два інші гасла, що поширені не лише серед психіатрів, а й серед великих мас населення: «Не можна вказувати людям, що робити» і «Я не можу вам допомогти, ви мусите допомогти собі самі». Обидва гасла – відверта брехня. Людям можна вказувати, що робити, і чимало з них робитиме це, до то ж добре. І ви *можете* допомогти людям, а вони не мусять допомагати самі собі. Вони просто повинні встати після того, як ви їм допоможете, і братися до своїх справ. Але такими гаслами суспільство (я маю на увазі не уявне суспільство, а *всі* суспільства) заохочує людей залишатися в рамках своїх сценаріїв і часто доводити їх до трагічної розв'язки. Сценарій просто означає: хтось давно сказав людині, що робити, і вона вирішила послухатися. Це демонструє, що людям можна вказувати, що робити, і ви чините так увесь час, особливо якщо у вас є діти. Тому, якщо ви скажете людям щось інше, ніж те, що казали їм їхні батьки, можливо, вони вирішать послухатися вашої поради чи інструкцій. І добре відомо, що можна допомогти людям напитися, вбити себе або когось іншого; а отже, можна й допомогти їм припинити пити, перестати вбивати себе та інших. Безумовно, можна дати людям *дозвіл* робити певні речі чи припинити виконувати певні речі, які їм наказали робити ще в дитинстві. Замість заохочувати людей до сміливого життя в старому нещасному світі, можна дозволити їм щасливо жити у прекрасному новому світі.

Отже, ми перелічили сім чинників, що уможливають сценарій та сприяють його продовженню: рухливе обличчя, рухливе Я, зачарування й імпринтинг, беззвучні впливи, зворотний зв'язок та допалювання, маленький фашист і мовчазна згода інших людей.

Є. Лялька червововця

Коли психоаналіз прибрав власного обличчя, він відтіснив багато цінної роботи, зробленої до нього. Таким чином вільна асоціація замінила багатовікову традицію інтроспекції. Вільна асоціація була пов'язана зі змістом розуму й залишала психоаналітику завдання розгадати, як він працює. А це можна було зробити лише тоді, коли в його роботі траплялися збої. Не можна з'ясувати, як працює закрита машина («чорна скринька»), поки вона працює ідеально. Це можна дізнатися лише тоді, коли вона припускається помилок або коли в ній створюють умови для тих хиб, кинувши туди розвідний гайковий ключ. Отже, вільна асоціація – це лише психопатологія, що стоїть за нею: перемикання, втручання, випадкові помилки та сни.

Інтроспекція, з іншого боку, підіймає вік чорної скриньки і дозволяє Дорослому людині зазирнути у власний розум, щоб збагнути, як він працює: як вона складає речення, звідки походять образи і які голоси спрямовують її поведінку. Думаю, Федерн був першим психоаналітиком, який відродив цю традицію і провів спеціальне дослідження внутрішніх діалогів.

Майже кожен казав «собі» у певний момент: «Тобі не слід було цього робити!» і, можливо, навіть помічав, як сам собі відповідає: «Але я мусив!» У цьому випадку фраза «Тобі не слід було цього робити!» належить Батькові, натомість «Але я мусив!» – Дитині. Це достеменно відтворює деякі справжні діалоги з дитинства. Отже, що відбувається насправді? Існує три «сходинки» такого внутрішнього діалогу. На першій сходинці слова рухаються в голові Єдера непомітно, без м'язових рухів або принаймні так, що це годі помітити голим оком або вухом. На другій сходинці він відчуває, як трохи рухаються голосові м'язи, і шепоче сам до себе, не розтуляючи рота; зокрема, відбуваються мізерні невдалі рухи м'язів язика. На третій сходинці Єдер голосно вимовляє слова. У деяких випадках хвилювання на третій сходинці може настільки захопити його, що він іде вулицею, розмовляючи сам до себе, і люди обертаються, ймовірно, думаючи, що то «божевільний». Існує й четверта сходинка, коли той чи той внутрішній голос чути так, ніби він лунає з-за меж черепної коробки. Зазвичай це голос одного з батьків, і то вже галюцинації. Його Дитина може відповідати чи не відповідати на Батьківські голоси, але в будь-якому випадку вони впливають на певні аспекти його поведінки.

Через те, що людей, які «розмовляють самі з собою», вважають за божевільних, майже кожен має заборону слухати голоси у своїй голові. Однак цей дар можна швидко відновити, якщо є відповідний дозвіл. Потім майже кожен може прислухатися до своїх внутрішніх діалогів, і це один з найкращих способів виявити Батьківські заповіді, Батьківський шаблон та важелі управління сценарієм.

Сексуально збуджена дівчина почала подумки молитися, щоб опертися спокусі від свого хлопця. Вона чітко чула, як нею керує Батьківська заповідь: «Будь хорошою дівчинкою і молися, коли тебе зваблюють». Чоловік вліз у бійку в барі й намагався битися професійно. Він добре чув у голові голос батька: «Не показуй суперникові, куди збираєшся вдарити», що було частиною шаблону його батька «Ось як битись у барі». Він пустився в цю бійку, бо голос його матері виклично сказав: «Ти викапаний батько – одного разу тобі таки виб'ють зуби в барі». У критичний момент один біржовий ділок почув демонічний шепіт, що казав йому: «Не продавай, купуй». Він кинув свою ретельно сплановану кампанію і втратив увесь капітал. «Ха-ха», – сказав він.

Батьківський голос контролює так само, як черевомовець. Він бере під контроль голосовий апарат людини і та виявляє, що вимовляє слова, які походять від когось іншого. Якщо у ситуацію не втрутиться Дорослий, вона виконуватиме інструкції, що їх дає цей голос, і її Дитина діє так само, як лялька черевомовця. Ця здатність призупинити власну волю, зазвичай не усвідомлюючи, що відбувається, й дозволити комусь іншому керувати своїми голосовими та іншими м'язами тіла є тим чинником, що дає сценарію змогу вступати в дію у належний час.

Засіб від цього полягає в тому, щоб слухати голоси в голові й дозволити Дорослому вирішити, виконувати їхні інструкції чи ні. У такий спосіб людина звільняється від контролю Батьківського черевомовця і стає господарем власних дій. Щоб досягти цього, їй потрібні два дозволи, які вона може дати сама собі, але набагато ефективніше буде, якщо їх дасть хтось інший, приміром, психотерапевт.

1. Дозвіл слухати свій внутрішній діалог.
2. Дозвіл не дотримуватися вказівок свого Батька.

У цій справі існує певний ризик, і людині може бути потрібен захист когось іншого, якщо вона наважиться не підкорятися вказівкам Батька. Таким чином, завдання психіатра полягає в тому, щоб дати своїм пацієнтам захист, якщо вони діятимуть незалежно від своїх Батьків-черевомовців і намагатимуться бути справжніми людьми, а не ляльками.

Слід додати, що в той час як Батьківські голоси розповідають людині, що їй можна, а чого не можна робити, Дитячі образи показують те, чого вона хоче. Бажання є візуальними, а вказівки сприймаються на слух.

Ж. Більше про демона

Усі згадані елементи допомагають уможливити сценарій, і більшість із них перебувають за межами усвідомлення особи. Тепер ми підходимо до ключового складника, який не тільки уможливлює сценарій, а й дає йому рішучий поштовх. Це демон, який відправляє Єдера скотитися на роliках з гори без будь-якого захисту, тобто на його загибель, саме тоді, коли він на межі успіху, і це відбувається ще до того, як він утямить, що з ним. Але навіть якщо Єдер і не чує жодних інших голосів у голові, озираючись, він зазвичай пам'ятатиме один голос – голос демона, який спокусливо підштовхує його: «Іди і зроби це!» І він робить це, всупереч усім іншим силам, які попереджають його і марно намагаються зупинити. Це демон, раптовий надприродний поштовх, який визначає долю людини, голос із Золотої доби, нижчий за богів, але вищий за людство, можливо, пропащий ангел. Так розповідають нам історики і, можливо, вони мають рацію. Для Геракліта демоном у людині був її характер. Однак цей демон, якщо вірити тим, хто знав його або її, не віддає гучних наказів невдахам, що просто підводяться після падіння, не говорить до них як привид або могутнє божество, а спокусливо шепоче, наче жінка або чаклунка: «Ну, зроби це. Вперед. Чому ні? Що тобі втрачати, крім усього? А натомість у тебе буду я, як колись за Золотої доби». Це нав'язливе повторювання, що штовхає людей до загибелі, сила смерті за Фройдом або сила богині Ананке. Проте людина розміщує її в якійсь загадковій біологічній сфері, і після цього то лише голос спокуси. Спитайте чоловіка (або жінку), що володіє таким голосом і знає силу свого демона.

Засобами проти демонів завжди були магiчні заклинання та хитрощі, і тут саме той випадок. Кожному невдасі слід носити таке заклинання в гаманці, й коли перед очима з'являється успіх – це момент небезпеки. Іншими словами, настав час видобути його та голосно прочитати знову і знову. Потім, коли демон шепоче: «Простягни руку і постав усі гроші на один номер, або випий лиш одну склянку, або час витягти свій ніж, або схопи її (його) за шию і потягни до себе» чи спонукає до іншого невдалого руху, відсмикніть руку та скажіть голосно й чітко: «Але, мамо, краще я зроблю це як хочу, і виграю».

3. Реальна людина

Протилежністю сценарію є реальна людина, яка живе в реальному світі. Ця реальна людина, ймовірно, і є справжнім Я, яке може переходити від одного Я-стану до іншого. Коли люди починають краще розуміти одне одного, вони проникають через сценарій у глибини, де живе справжнє Я, і це та частина іншої людини, яку вони поважають і люблять та з якою можуть досягати справжньої близькості, перш ніж Батьківське програмування знову візьме гору. Це є можливим, тому що траплялося в житті більшості людей, у найбільш близьких і вільних від сценарію стосунках – між матір'ю й немовлям. Зазвичай мати може призупинити сценарій у період годування, якщо довіриться власним інстинктам, а в немовляти ніякого сценарію ще немає.

Що ж до мене самого, не знаю, крутить іще мною перфорована стрічка для механічного піаніно чи ні. Якщо так, то я з цікавістю й передчуттям – але без страху – чекаю, доки прозвучить мелодія наступних нот, а потім очікую на гармонію та подальший дисонанс. Куди я рухатимуся далі? У цьому випадку моє життя має сенс, тому що дотримуюся тривалих і славних традицій моїх предків, переданих мені батьками, – музики, яка, можливо, є приємнішою, ніж я міг би написати сам. Звичайно, я розумію, що є великі сфери, де я вільний імпровізувати. Може навіть статися так, що я є одним з тих небагатьох щасливців, які повністю скинули кайдани й самі грають власну мелодію. У такому разі я – хоробрий імпровізатор, який зіткнувся зі світом сам на сам. Але незалежно від того, фальшивлю я на механічному піаніно

чи граю акорди власним розумом та руками, пісня мого життя настільки ж захоплива і сповнена несподіванок, як і та, що крутиться на розпульсованому гучному валику долі, – це баркарола, що, сподіваюся, щасливо відлунюватиме позаду, байдуже, яким чином я покину цей світ.

Розділ 15

Передача сценаріїв

А. Матриця сценарію

Матриця сценарію – це діаграма, що призначена для ілюстрації та аналізу вказівок, переданих від батьків і дідусів з бабусями до нинішнього покоління. У цей порівняно простий рисунок можна дуже вправно втиснути величезну кількість інформації. Матриці сценаріїв були накреслені для деяких випадків, що їх наведено в розділах 6 й 7 (рисунки 6, 8 і 9) так точно, як дозволяла подана інформація. На практиці проблема полягає в тому, щоб відокремити явні батьківські вказівки та шаблони, тему сценарію, від «шуму» або плутанини на передньому плані; це завдання є вдвічі важчим, бо не лише сама людина, а й усе її оточення максимального докладаються до цих спотворень. Зазвичай при цьому приховуються кроки, що ведуть до виграшу у сценарії, його щасливого або трагічного закінчення, що мовою біологів¹³⁰ називається «фінальною сценою». Іншими словами, люди щосили намагаються приховати свої сценарії від себе й інших. Це лише природно. Повертаючись до попередньої метафори, людина, яка сидить за механічним піаніно і рухає пальцями в ілюзії, що сама грає музику, не хоче, аби хтось сказав їй зазирнути всередину піаніно, а публіка, яка насолоджується виставою, так само цього не хоче.

Штайнер, який розробив матрицю сценарію¹³¹, дотримується первісної схеми, запропонованої автором цієї книжки: зазвичай один з батьків протилежної статі вказує дитині, що робити, а той, хто однієї з нею статі, показує, як це робити (порівняйте з Бучем). Штайнер зробив важливі доповнення до цієї базової схеми. Він розвинув її набагато далі, показавши, що робить кожен з Я-станів батьків. Він припускає, що Дитина одного з батьків дає дитині приписи, а Дорослий – «програму» (те, що ми також називаємо шаблоном дитини). Крім того, він додав новий елемент, контрсценарій, що походить від Батька батьків. Матриця Штайнера є здебільшого результатом його роботи з алкоголіками, наркоманами й «соціопатами». Усі вони мають важкі, трагічні сценарії третього ступеня (те, що ми називаємо «гамартичними» сценаріями). Тому його матриця розглядає жорсткі приписи від «божевільної Дитини», але її можна розширити, включивши туди спокуси та провокації, а також приписи, які, здається, радше походять від Батька в одному з батьків, аніж від його божевільної Дитини. (Порівняйте з матрицею Буча у розділі 6.)

Хоча є кілька питань, які мають бути врегульовані з урахуванням подальшого досвіду. Структура, що показана на *рисунку 8*, була схвалена багатьма людьми як проміжна модель і, безумовно, має величезне значення в клінічній роботі, а також у дослідженнях, соціології, антропології, як буде показано найближчим часом. Ця «стандартна» матриця показує приписи та провокації, що надходять від Дитини батьків, здебільшого від того з них, хто має протилежну стать. Якщо виявиться, що це універсальна істина, то це буде поважним відкриттям стосовно людської долі та її передачі від одного покоління до іншого. Тоді найважливіше правило

¹³⁰ Hendricks, S. B. 'Metabolic Control of Timing.' *Science*, 141:21—27, July 5, 1963.

¹³¹ Матриця сценарію у її нинішній формі була винайдена доктором Клодом М. Штайнером на семінарі з транзакційного аналізу в Сан-Франциско і вперше опублікована у його статті 'Script and Counterscript,' *Loc. cit.* На мій погляд, її значення важко переоцінити, бо вона фактично описує програмування всього людського життя й показує, як його можна змінити. Це настільки важливий винахід, що, не применшуючи проникливості, винахідливості та кмітливості доктора Штайнера, я хотів би заявити про те, що претендую на участь у ньому. Його попередниками були примітивні діаграми, що їх можна знайти на сторінках 201 та 205 моєї книжки *Transactional Analysis in Psychotherapy* (*Loc. cit.*). Згадана стаття також є свідченням першої появи у публікаціях понять контрсценарію та припису, що є подальшими продуктами діяльності доктора Штайнера.

теорії сценаріїв можна буде висловити таким чином: «Дитина одного з батьків формує Батька дитини» або «Батько дитини – це Дитина одного з батьків»¹³². Це можна легко зрозуміти за допомогою діаграми, пам'ятаючи при цьому, що слова «Батько» та «Дитина», написані з великої літери, стосуються Я-станів у голові, а слова «батько» й «дитина» з маленької – реальних людей.

Чисту матрицю сценарію, що показана на *рисунку 14*, можна намалювати на дошці й успішно використовувати під час групової терапії або викладання теорії сценаріїв. Аналізуючи індивідуальний випадок, батьків спочатку позначають згідно зі статтю пацієнта, а потім крейдою пишуть над стрілками гасла, шаблони, приписи та провокації. Така матриця дає чітке візуальне уявлення про явні сценарні транзакції і утворює діаграму, подібну до *рисунків 6, 8 і 9*. За допомогою такої схеми можна буде швидко виявити, що матриця сценарію говорить про речі, які не озвучувалися раніше.

Люди з хорошими сценаріями можуть бути зацікавлені в такому аналізі лише суто з наукового погляду, якщо вони не збираються бути лікарями. Проте у випадку з пацієнтами необхідно проаналізувати вказівки в якомога чистішій формі, щоб допомогти їм видужати, і створення точної матриці сценарію є корисним інструментом у плануванні лікування. Найзручніший спосіб дістати інформацію для заповнення матриці сценарію – це поставити пацієнту такі-от чотири запитання. а) Яка фраза була найулюбленішим гаслом або заповіддю ваших батьків? Це дасть ключ до антисценарію. б) Який спосіб життя вели ваші батьки? Найкращу відповідь на це запитання можна дістати після тривалого спілкування з пацієнтом. Незалежно від того, чого навчили його батьки, він робитиме це знову і знову, тож цей шаблон дасть йому звичайний соціальний характер: «Він п'яниця». «Вона сексуальна дівчина». в) Якою є ваша Батьківська Заборона? Це питання має найважливіше значення для розуміння поведінки пацієнта і планування рішучого втручання, що звільнить його і дасть змогу жити більш повним життям. Оскільки його симптоми є заміниками заборонених дій, а також протестом проти них, як це продемонстрував Фройд, свобода від заборони, як правило, виліковує його симптоми. Щоб відрізнити явні батьківські приписи від «фоновому шуму», потрібен досвід та проникливість. Найбільш надійні підказки пропонує четверте питання: г) Що вам доводилося робити, щоб викликати у ваших батьків сміх або усмішку? Це дає приманку, що є альтернативою забороненій поведінці.

¹³² Джонсон і Шурек добралися до поняття «лакуни над-Я», пояснюючи «неконтрольовані спалахи емоцій». Іншими словами, діти «психують» тому, що у батьків чогось «бракує». Це було одне з перших теоретичних тверджень про те, як батьки впливають на своїх дітей аж до їхньої кепської поведінки. (Johnson, A. M. and Szurek, S. A. 'The Genesis of Anti-Social Acting Out in Children and Adults.' *Psychoanalytic Quarterly*, 21:323—343, 1952.) Ми розширили цю проблему від «істерики» до реального життя і спробували охопити всі форми поведінки, незалежно від того, чи є вони «антисупільними». Еріксон дуже близько підходить до поняття сценарію, але відхиляється від курсу. (Erikson, E. *Identity and the Life Cycle*. *Loc. cit.*) Як уже згадувалося, Фройд говорить про «нав'язування долі» як біологічне явище, не називаючи його психологічного джерела; а тим часом Адлер говорить про стиль життя. Тому принцип припису, сформульований у цьому тексті, можна розглядати як додаток до спостережень усіх цих авторів. Порівняйте з: Jackson, D. D. 'Family Interaction, Family Homeostasis and Some Implications for Conjoint Family Psychotherapy.' in *Individual and Familial Dynamics* (J. H. Masserman, ed.). Grune & Stratton, New York, 1959.

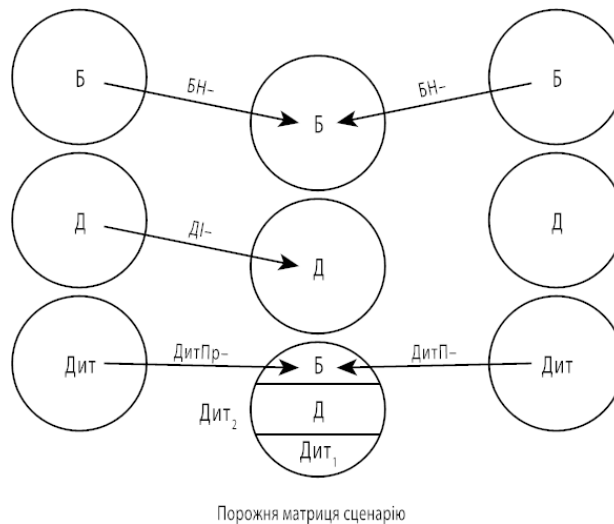


Рисунок 14

Штайнер вважає, що заборона у випадку з «алкоголіками» є «Не думай!» і що пияцтво значною мірою є програмою, що не дає думати¹³³. Брак мислення добре проявляється в заяжених фразах під час пиятики, що поширені серед учасників гри «Алкоголік» та їхніх прихильників, і ще дужче – у висловах, які вони накидають одне одному під час групової терапії¹³⁴. Усі ці фрази кажуть, що «алкоголіки» не є реальними людьми і до них не слід ставитись як до реальних людей, а це не відповідає дійсності. Героїн викликає ще більшу залежність та згубний вплив, ніж алкоголь, але «Сінанон» впевнено довів, що героїнові наркомани – реальні люди. Справжня людина з'являється в обох випадках – після того, як алкоголік або наркоман вимикає голоси, що звучать у нього в голові та спонукають і далі плекати шкідливу звичку, вчасно підсилюючись фізичними вимогами. Схоже, транквілізатори та фенотіазини є частково ефективними, тому що придушують Батьківські голоси, які підтримують Дитину у збудженому стані або заплутують її своїми «Не можна» й «Ха-ха».

Кількома словами можна сказати, що для заповнення матриці на *рисунку 14*, аби вона скидалася на ті, що зображені на *рисунках 6, 8 та 9*, потрібні настанови або спонук (БН), шаблон, або програма інструкції (ДІ) і Батьківська заборона, або припис (ДитП), а також виявлені провокації (ДитПр).

Найпотужніші вказівки дають під час сімейної драми (розділ 3), що в деяких сенсах підсилює слова батьків, а в інших демонструє, що вони є лицемірними самозванцями. Саме ці сцени найбільш наочно демонструють, що батьки хочуть розповісти дитині про її сценарій. І слід пам'ятати: голосно вимовлені слова мають так само глибокий і тривалий вплив, як і так зване «невербальне спілкування»¹³⁵.

Б. Сімейний парад

Матриці сценаріїв у розділах 6 та 7 показують, як головні елементи сценарного апарату – Батьківські заповіді, Дорослі шаблони та Дитячі важелі управління сценарієм – передавалися від батьків до дитини. *Рисунок 7* докладніше показує, як найважливіший елемент – припис – передається Єдерові від одного з батьків, зазвичай протилежної статі. Усе це є доброю

¹³³ Steiner, C. M. 'The Treatment of Alcoholism.' *Transactional Analysis Bulletin*, 6:69—71, July, 1967. Також 'The Alcoholic Game.' *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 30:920—938, December, 1969, з дискусією від шістьох видатних авторитетів з питань алкоголізму. Нещодавно вийшла книжка доктора Штайнера на цю тему: *Games Alcoholics Play*, Grove Press, 1971.

¹³⁴ Karpman, S. 'Alcoholic "Instant Group Therapy".' *Transactional Analysis Bulletin*, 4:69—74, October, 1965.

¹³⁵ Berne, E. 'Concerning the Nature of Communication.' *Psychiatric Quarterly*, 27: 185—198, 1953.

підготовкою до вивчення *рисунка 15*, що показує, як припис може передаватися від одного покоління до іншого. Така послідовність називається «сімейним парадом». Тут показано п'ять поколінь, пов'язаних одним приписом.

Ситуація, зображена на *рисунку 15*, зовсім не рідкість. Пацієнтка чула або бачила, що її бабуся була невдахою; вона добре знає, що її батько був невдахою; вона перебуває на лікуванні тому, що вона є невдахою; її син ходить до клініки тому, що є невдахою; а її онука у школі вже демонструє ознаки того, що теж буде невдахою. І пацієнтка, і лікар розуміють, що ланцюг завдовжки у п'ять поколінь якимось чином треба розірвати, інакше це триватиме нескінченно ще не одне покоління. Для пацієнтки це хороший стимул до видужання¹³⁶, бо якщо їй це вдасться, вона зможе зняти припис зі свого сина, який вона, ймовірно, посилює, всупереч собі, щоразу, як вони зустрічаються. Це дасть йому змогу видужати набагато швидше, і матиме сприятливий вплив на майбуття онуки і, ймовірно, на її дітей.

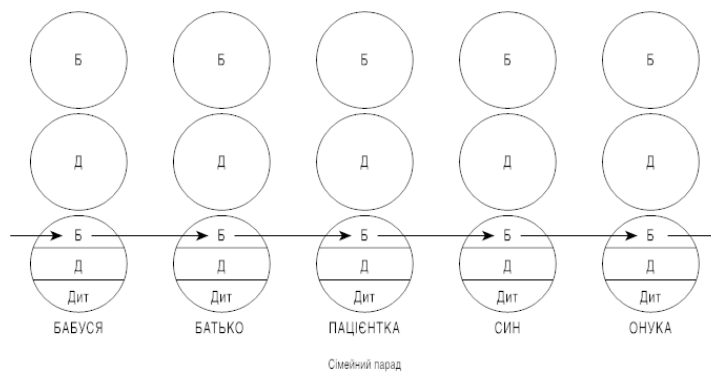


Рисунок 15

Одним з наслідків шлюбу має стати пом'якшення приписів і провокацій, оскільки чоловік та дружина походять із різних середовищ і даватимуть різні вказівки своїм дітям. Фактично наслідки є такими самими, як і у випадку з їхніми генами. Якщо переможець одружується з переможницею (як вони зазвичай і чинять), то їхні діти можуть стати ще більшими переможцями. Якщо невдаха одружується з невдахою (що вони звичайно й роблять), то їхні діти можуть стати ще більшими невдахами. Якщо ж шлюб є змішаним, то так само змішаним буде і результат. До того ж завжди є ймовірність регресу.

В. Культурне успадкування

Рисунок 16 показує передачу заповідей, шаблонів та важелів управління сценарієм через п'ять поколінь. У цьому випадку нам пощастило і ми маємо інформацію, що стосується «хорошого» або переможного сценарію, а не «поганого» чи невдалого. Цей життєвий план можна назвати «Мій син – лікар», і ми взяли за приклад спадкового шамана в одному маленькому тропічному селищі в Південних морях. Пояснюється він таким-от чином.

Ми почнемо з батька й матері. Батько, у п'ятому поколінні, народився близько 1860 року й одружився з донькою вождя. Їхній син (4-те покоління) народився близько 1885 року і вчинив аналогічно. Син цього подружжя (3-є покоління) народився близько 1910 року і пішов тим самим сценарієм. Його син (2-е покоління), який народився 1935 року, торував трохи інший шлях. Замість ставати спадковим шаманом, він поїхав до медичної школи у Суві (Фіджі) і став, як тоді казали, фельдшером з місцевого населення. Він теж одружився з донькою вождя,

¹³⁶ За допомогою сімейного парадуму можна було простежити ігри та сценарії однієї пацієнтки (бабуся якої дожила до дуже поважного віку) до наполеонівських війн і спроектувати їх на майбутнє її правнуків до 2000 року.

а їхній син (1-е покоління), який народився 1960 року, планує піти стопами батька, хіба що тільки у зв'язку з історичними обставинами його посада називатиметься помічником лікаря, або він навіть може поїхати до Лондона і стати повноцінним лікарем. Отже, син у кожному поколінні стає татом (Т), а його дружина – мамою (М).

Кожен тато й мама передають заповідь або спонуку від свого Я-стану Батька до Батька в їхньому синові: «Будь добрим шаманом». Дорослий тата передає Дорослому сина таємниці свого ремесла, що, звичайно, невідомі матері. Проте мати знає, ким вона хоче бачити сина; фактично вона ще з дитинства знає, що хотіла б мати сина-вождя або шамана. Оскільки він явно піде останнім шляхом, вона передає його Дитині від своєї Дитини доброзичливу при-манку «Будь переможцем у ролі шамана» (яка походить від рішення, ухваленого в дитинстві).

У цьому випадку (рисунк 16) сімейний парад з *рисунка 15* зображено в більш повній формі. На ньому можна побачити, що татова заповідь та інструкція утворюють дві паралельні прямі лінії, що йдуть через покоління від 1860 до 1960 року. Заповіді та приписи матері («Не програвай») також є паралелями і в кожному поколінні підходять збоку. Це чітко демонструє передачу «культури» впродовж періоду у сто років завдовжки. Аналогічні діаграми можна накреслити для будь-якого елемента «культури» або «ролі» в сільському суспільстві.

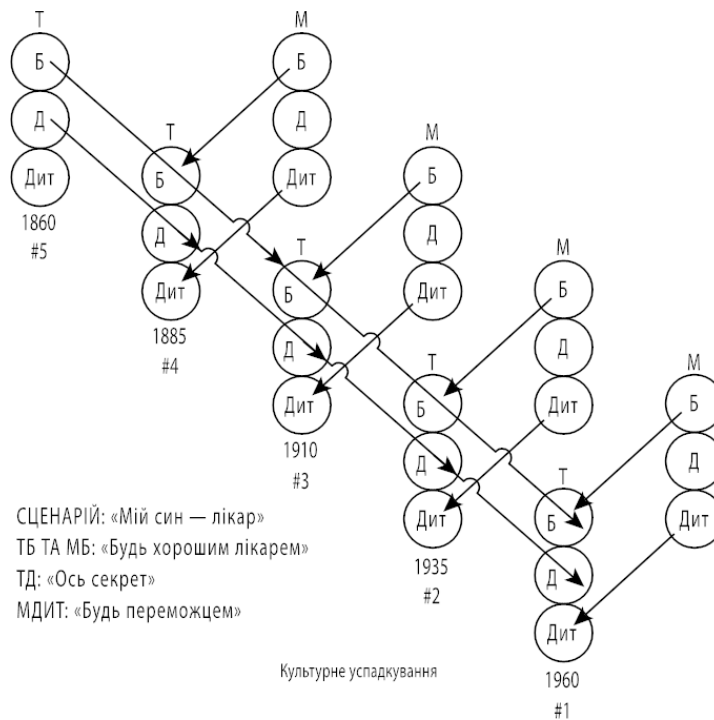


Рисунок 16

У сімейному параді доньок, які можуть грати роль «матері успішного шамана», ця діаграма мала б такий самий вигляд, тільки Тато й Мама помінялися б місцями. У селищі, де важливий вплив на сценарій дитини мають дядьки або тещі, ця діаграма, можливо, була б складнішою, але принцип зостався б той самий.

Слід зазначити, що в цьому параді переможців сценарій та антисценарій збігаються, що є найкращим способом гарантувати шлях переможця. Та якби, наприклад, мати № 3 виявилася донькою вождя-алкоголіка, вона могла б дати своєму синові поганий сценарний припис. Тоді виникла б проблема, адже це створило б конфлікт між сценарієм та антисценарієм. Тимчасом як її Батько велів би синові стати хорошим шаманом, її Дитина демонструвала б захоплення й веселощі, розповідаючи хлопчикові історії про тупість і п'яні подвиги його дідуся. Потім його могли б вигнати з медичної школи за пияцтво і він провів би решту свого життя, бавлячись

у гру «Алкоголік», де розчарований батько грав би роль «переслідувача», а мати, яка тужила б за минулим, – «рятівниці»¹³⁷.

Г. Вплив дідуся та бабусі

Найскладнішою частиною аналізу сценаріїв у клінічній практиці є відстеження впливу дідуся й бабусі. Це показано на *рисунку 17*, який є детальнішою версією *рисунка 7*. На ньому можна побачити, що стан Батька всередині матері розколото на дві частини —(ББД та МБД). БД є впливом її батька, коли вона була дуже маленькою (батьків Батько у Дитині), а МБД – вплив матері (Материн Батько у Дитині). На перший погляд цей розкол може здаватися складним і непрактичним, але для того, хто звик думати категоріями Я-станів, це не так. Наприклад, пацієнтові не вельми тяжко навчитися розрізняти ББД та МБД у своїй свідомості. «Коли я була маленькою, тато любив довести мене до сліз, а мама сексуально мене вдягала», – сказала плаксива гарненька повія. «Батько любив, коли я проявляю кмітливість, а мама полюбляла гарно одягати мене», – сказала кмітлива, гарно вбрана психолог. «Тато казав, що від дівчат жодної користі, а мама вдягала мене, як хлопчика», – сказала перелякана бітниця у хлопчачому вбранні. Кожна з цих жінок добре розуміла, коли на її поведінку впливав батько, а коли мати. Коли вона плакали, проявляли кмітливість або лякалися, вони робили це для батька, а вдягаючись сексуально, гарно чи по-хлопчачому – дотримувалися материних інструкцій.

Тепер згадаймо про те, що важелі управління сценарієм мають тенденцію успадковуватися від батьків протилежної статі; тому виходить, що у матері її електродом є ББД, а в батька – МБД (знову *рисunek 10*). Отже, сценарні накази Єдери, що їх віддає мати, йдуть від її батька, тому можна сказати, що «програмування сценарію Єдера походить від дідуся по лінії матері». У такому разі електродом у голові Єдера є мати (дідусь), а в голові Зої – батько (бабуся). Якщо застосувати це до трьох викладених щойно випадків, то маємо таке: бабуся повії кілька разів виходила заміж за підлих чоловіків, бабуся психолога була відомою письменницею, а бабуся пацанки боролася за права жінок.

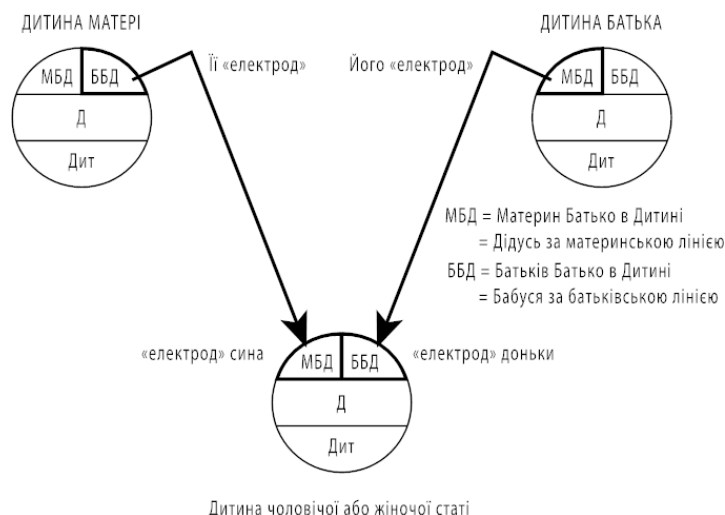


Рисунок 17

Тепер можна зрозуміти, чому в сімейному параді, що зображений на *рисунку 15*, покоління чергувалися за статтю – бабуся, батько, пацієнтка, син та онука. З іншого боку,

¹³⁷ Фактично описаний сімейний парад частково ґрунтується на антропологічному та історичному матеріалі й почасти на генеалогічних деревах деяких американських лікарів.

рисунок 16 ілюструє, як можна налаштувати таку діаграму, щоб вона йшла прямою лінією з нащадками як чоловічої, так і жіночої статі. Саме завдяки цій універсальності діаграма матриці сценарію є цінним інструментом. Вона має властивості, про які її винахідник навіть не підозрював. Тут вона пропонує спрощений метод, що допомагає зрозуміти такі складні питання, як родинні історії, передача культури та психологічний вплив дідусів і бабусь.

Г. Надмірний сценарій

Існує дві вимоги до передачі сценарію. Єдер має бути здатен прийняти його, бути готовим на це, бажати чи навіть жадати передачі сценарію, і самі батьки повинні хотіти передати його далі.

Зі свого боку Єдер здатен прийняти сценарій, тому що його нервова система створена для програмування, сприйняття чуттєвих та соціальних стимулів і організації їх у шаблони, що регулюватимуть його поведінку. Мірою того як його тіло й розум досягають зрілості, він стає дедалі більш готовим до складніших типів програмування. І він бажає прийняти його, тому що потребує способів структурувати свій час та організувати діяльність. Насправді Єдер не лише бажає, він жадає цього, бо є чимось більшим, аніж просто пасивний комп'ютер. Подібно до більшості тварин, він має прагнення до «завершення», потребу закінчити те, що починає; і, крім того, велике людське прагнення мети.

Почавши з випадкових рухів, Єдер врешті-решт розуміє, що треба казати після привітання. Спочатку він задовольняється інструментальними відповідями, і вони стають цілями в собі: поглинання, усунення, втручання, пересування, якщо вжити терміни Еріксона. Тут ми виявляємо початок майстерності Дорослого, його задоволення від процесу та його успішного завершення: безпечно донести до рота ложку з їжею, самому пройти по підлозі. Спочатку його мета полягає в тому, щоб ходити, а потім – йти *кудиись*. Якщо він іде до людей, то мусить знати, що робити після того, як туди дістанеться. Спочатку вони всміхаються та обіймають його, і все, що він повинен робити, – просто бути або щонайбільше обійнятися з ними. Вони не чекають від нього нічого, крім того, що Єдер добереться до них. Пізніше від нього вже чогось сподіваються, тому той навчається казати «привіт». За певний час цього вже теж недостатньо – і від нього очікують більшого. Тому він навчається пропонувати їм різні стимули, щоб мати у відповідь їхні реакції. Таким чином, Єдер довіку вдячний своїм батькам (незалежно від того, вірить він у це чи ні) за те, що вони дають йому взірць: як підійти до людей у такий спосіб, щоб дістати бажані реакції. Це прагнення структури, прагнення шаблону й, у довгостроковій перспективі, прагнення сценарію. Отже, сценарій приймається тому, що Єдер прагне його.

Що ж до батьків, то вони можуть, готові та бажають цього тому, що це було вбудовано в них за безліч років еволюції: бажання годувати, захищати й навчати своє потомство – бажання, що може бути придушене лише найбільш потужними внутрішніми й зовнішніми силами. Але крім того, якщо вони належним чином «просценарені», вони не лише бажають і жадають, а мають величезну втіху від виховання дітей.

Проте в деяких батьків така жага є надмірною. Виховання дітей для них не тягар і не радість, а непереборний потяг. Зокрема, їхня потреба у передаванні заповідей, шаблонів та важелів управління значно перевищує потребу дитини в такому програмуванні. Цей непереборний потяг є доволі складним питанням і його можна розділити приблизно на три аспекти: 1) бажання безсмертя; 2) вимоги сценаріїв самих батьків, що коливаються від «Не помиляйся» до «Зіпсуй дітей»; 3) бажання батьків позбутися важелів управління своїми сценаріями і передати їх комусь іншому, щоб звільнити себе. Звичайно, така проекція не працює, тому ці спроби робитимуться знову і знову.

Такі безперервні атаки на дитячу психіку добре відомі дитячим психіатрам та сімейним лікарям, які називають їх різними іменами. З погляду сценарного аналізу, вони є однією з

форм «надмірного сценарію» та надмірними вказівками, що даються дитині і сягають далеко за межі її прагнення сценарію; їх можна назвати епісценарієм або надмірним сценарієм. Зазвичай дитина протидіє їм якимось запереченням, але може і взяти приклад з політики своїх батьків – спробувати передати епісценарій комусь іншому. Через це Фаніта Інґліш¹³⁸ називає епісценарій «гарячою картоплиною», а постійні спроби передати його комусь – «грою з гарячою картоплиною».

Як вона вказує у своїй основній статті на цю тему, в таку гру грають усі люди, зокрібна й психіатри, і наводять приклад Джо, студента–психолога, що отримав від матері ось яку розв'язку сценарію: «Замкнися в божевільні». Тому він застосовував безглузді терапевтичні заходи до людей, які були кандидатами на місце у психлікарні та зміг допомогти їм на цьому шляху. На щастя, його керівник помітив сценарну посмішку, що виникала в нього щоразу, як один з пацієнтів опинявся на межі зриву, і поклав край цій процедурі, переконавши його кинути психотерапію, піти у бізнес і підшукати собі лікаря. Його сценарна розв'язка була епісценарієм або «гарячою картоплиною», отриманою від матері, яка провела своє життя, намагаючись «триматися подалі від божевільні», як вона часто казала. Вона дістала вказівку замкнутися від одного зі своїх батьків і намагалася позбутися її, передавши Джо, а той, своєю чергою, намагався передати її власним пацієнтам.

Отже, батьки передають сценарій як частину свого звичайного батьківського обов'язку – виховувати, захищати й підтримувати дітей, показуючи їм, наскільки це можливо, як прожити життя. Надмірний сценарій може виникати з різних причин. Найбільш патологічною є спроба позбутися епісценарію, передавши його одному з дітей. Епісценарій, особливо якщо він «гамартичний» або трагічний, стає гарячою картоплиною, яку ніхто не хоче тримати в руках. Як твердить Інґліш, рішення про те, щоб позбутися її, ніби закляття у казці, ухвалює Професор, тобто Дорослий у Дитині, який питає: «Кому потрібна ця картоплина?»

Д. Змішування сценарних вказівок

З роками сценарій переробляється за допомогою досвіду, і важелі управління, шаблони та настанови перемішуються так, що стає важко розрізнити їх у поведінці особи й визначити, яким є «кінцевий загальний шлях». Вона приймає програму або шаблон, що об'єднує їх усі. Головні сценарні розв'язки відбуваються у формі «фінальної сцени». Якщо розв'язка є поганою, елементи сценарію можуть бути помітні досвідченому спостерігачеві, наприклад, у випадках психозу, білої гарячки, автомобільної аварії, самогубства чи вбивства. Якщо розв'язка хороша, то вирізнити сценарні вказівки набагато складніше – почасти через те, що в таких випадках існують широкі дозволи, подаровані батьками, які затьмарюють ці вказівки.

Розгляньмо романтичну історію, що трапилася в реальному житті, взяту з новин у газеті одного маленького містечка.

«РОМАНТИЧНА ІСТОРІЯ, ЩО ПОВТОРЮЄТЬСЯ В РОДИНІ Х

П'ятдесят років тому австралійський солдат приїхав до Англії на службу під час Першої світової війни. Його звали Джон Х і він зустрів Джейн У та одружився з нею. Після того як війна закінчилася, вони переїхали до Америки. За двадцять п'ять років по тому троє їхніх дітей перебували на відпочинку в Англії. Том Х, їхній син, одружився з Мері Z із Грейт-Снорінга, Норфолк, а дві його сестри вийшли заміж за англійців. Цієї осені дочка Тома

¹³⁸ English, F. 'Episcript and the "Hot Potato" Game.' *Transactional Analysis Bulletin*, 8:77—82, October, 1969.

та Мері Х, Джейн, яка відпочивала у Грейт-Снорінгу з тіткою, оголосила про заручини з Гаррі J, теж родом із Грейт-Снорінга. Джейн – випускниця нашої місцевої школи.

Після весілля подружжя планує мешкати в Австралії».

Це одна з цікавих вправ, яка дає змогу спробувати вирізнити можливі заповіді, шаблони, важелі управління та дозволи, що були передані Джоном Х і його дружиною Джейн їхній онуці Джейн через її батьків Тома й Мері.

Слід зазначити, що програмування сценаріїв відбувається природним шляхом, так само як ростуть бур'яни й квіти, і відбувається незалежно від моральних принципів та впливового становища людини. Іноді сценарій та антисценарій підсилюють один одного, призводячи до найжахливіших наслідків. Батьківські вказівки можуть надавати Дитині дозвіл заподіяти величезної шкоди людям. У історії такі нещасливі комбінації дозволяли піднятися нагору призвідцям війн, очільникам хрестових походів і масових убивств, а на більш індивідуальному рівні спричинялися до політичних убивств. Материн Батько каже: «Будь добрим!» і «Будь знаменитим!», тимчасом як її Дитина наказує: «Вбивай усіх!» І тоді Дорослий батька показує хлопчику, як убивати людей, навчаючи його поводитися з вогнепальною зброєю, у цивілізованих країнах, а в нецивілізованих – з ножами.

Більшість людей проводять своє життя у комфортному оточенні сценарної матриці. Це ліжко, що його зробили для них їхні батьки і до якого вони додали кілька власних прикрас. Можливо, в ньому і є певні недоліки чи воно незграбне, але воно їхнє і вони звикли до нього з дитячих років, а тому обмаль хочуть міняти його на щось краще і більш пристосоване до їхніх обставин. Зрештою, слово «матриця» у перекладі з латини означає материнську утробу, і сценарій є настільки близький та затишний, наскільки це можливо, коли ти назавжди кинув справжню справу. А для тих, хто дійсно вирішує рухатися сам і каже: «Мамо, я краще робитиму це по-своєму», є кілька варіантів. Якщо їм пощастило, мати сама могла включити до сценарію розумне звільнення або розчакловувач, і в такому разі вони можуть діяти на свій розсуд. В іншому випадку їм можуть допомогти друзі, близькі й саме життя, але це трапляється нечасто. Третій варіант – це компетентний аналіз сценарію, в результаті якого вони зможуть дістати дозвіл почати діяти.

Е. Висновок

Матриця сценарію – це діаграма, створена з метою показати й проаналізувати вказівки, що передаються від батьків та дідусів і бабусь до нинішнього покоління. У довготерміновій перспективі ці вказівки визначатимуть життєвий план людини та її остаточну розв'язку. Поточна інформація вказує на те, що найбільш значущі важелі управління походять від Я-стану Дитини того з батьків, який має протилежну стать. Потім Я-стан Дорослого у батька однієї з дитиною статі дає їй шаблон, що визначає її інтереси та життєвий шлях, поки вона втілюватиме свій життєвий план. Тим часом обоє батьків через свої Я-стани Батька дають дитині приписи, спонуки й гасла, що утворюють її контрсценарій. Контрсценарій використовує перерви в русі сценарію. Якщо людина робить відповідні кроки, він може захопити контроль і придушити сценарій. Наступна таблиця (з досліджень Штайнера¹³⁹) показує ці елементи у випадку з однією людиною, яка має сценарій «Алкоголік». У першій колонці показано активні Я-стани у кожному з батьків. Літери в дужках означають Я-стан «головного героя» сценарію, що приймає

¹³⁹ Steiner, C. M. 'The Treatment of Alcoholism.' *Transactional Analysis Bulletin*, 6:69—71, July, 1967. Також 'The Alcoholic Game.' *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*. 30:920—938, December, 1969, з дискусією від шістьох видатних авторитетів з питань алкоголізму. Нещодавно вийшла книжка доктора Штайнера на цю тему: *Games Alcoholics Play*, Grove Press, 1971.

їхні вказівки, а в іншій колонці зазначено типи цих вказівок. Останні дві колонки говорять самі за себе.

Материна Дитина (Дит)	Приписи та приманки	Сценарій	«Не думай, пий!»
Батьків Дорослий (Д)	Програма (шаблон)	Життєвий шлях	«Пий і працюй!»
Обоє батьків (Б)	Установка (гасла)	Контрсценарій	«Працюй старанно!»

Навіть якщо джерела (але, ймовірно, не вставки) сценарних вказівок змінюються в багатьох випадках, матриця сценарію все одно залишається однією з найбільш корисних і переконливих діаграм в історії науки, що стискає увесь план для людського життя та його фінал у просту схему, яку легко зрозуміти й перевірити і яка також вказує, як цей план можна змінити.

Є. Відповідальність батьків

Динамічне гасло транзакційних і сценарних аналітиків – «Думай сфінктером». Їхній клінічний принцип полягає в постійному спостереженні за кожним рухом кожного м'яза кожного пацієнта під час групової зустрічі. А їхній екзистенційний девіз: «Транзакційні аналітики – здорові, щасливі, багаті і сміливі – мають змогу подорожувати куди завгодно та зустрічатися з найприємнішими людьми у світі, й такими самими вони є, коли вдома лікують пацієнтів». У такому разі сміливість полягає в наступі на цілу проблему людської долі та пошуку шляхів її розв'язання за допомогою цього динамічного гасла й клінічного принципу. І тоді сценарний аналіз є відповіддю на проблему людської долі та каже нам (на жаль!), що наші долі здебільшого визначені наперед і що свобода волі в цьому плані для більшості людей є ілюзією. Наприклад, Р. Алленді¹⁴⁰ вказує, що для кожного індивіда, який стикається з цією ілюзією, рішення вкоротити собі віку є сумним, болючим і явно автономним. Попри складнощі, на які натикається реалізація цього рішення в кожному конкретному випадку, кількість самогубств залишається відносно незмінною з року в рік. Єдиним поясненням цього (з дарвіністської позиції) є погляд на людську долю як на наслідок батьківського програмування, а не як на «автономне» рішення індивіда.

Яку ж відповідальність тоді мають батьки? Сценарне програмування є їхньою «привиною» не більш ніж будь-який успадкований дефект на кшталт діабету чи клишоногості, або будь-який успадкований музичний чи математичний хист. Вони просто передають домінуючі й рецесивні гени, успадковані від батьків, дідусів і бабусь. Сценарні вказівки постійно перетасовуються, так само як і гени, тому що дитині потрібні двоє батьків.

З іншого боку, сценарний апарат є набагато гнучкішим за генетичний і постійно змінюється під впливом зовнішніх чинників, як-от життєвий досвід та приписи, вживлені іншими людьми. Лише зрідка можна передбачити, коли або які слова та вчинки чужої людини можуть вплинути на сценарій особи. Це може бути звичайне зауваження, випадково підслухане на коридорі чи в коридорі, або результат офіційних стосунків – таких як шлюб, школа, психотерапія. Існує загальне спостереження, що чоловік і дружина поступово впливають на ставлення одне одного до життя та людей, ці зміни відображаються в тонусі їхніх м'язів обличчя й жестах, і таким чином вони стають схожими одне на одного.

Батько, який хоче змінити свій сценарій, щоб не давати дітям тих самих вказівок, які давали йому, мусить насамперед познайомитися з власним Я-станом Батька і Батьківськими голосами, що лунають у його голові й що на них діти вчать концентрувати свою психічну

¹⁴⁰ Allendy, R. *Le problème de la destinée, étude sur la fatalité intérieure*. Librairie Gallimard, Paris, 1927. Л. дю Нуї (L. du Nouy), з іншого боку (*Human Destiny*. Signet Books, New York, 1949), надає більше ваги зовнішнім силам як релігійний науковець.

енергію за відповідної поведінки. Оскільки батько є старшим і, ймовірно, у деяких випадках мудрішим за своє потомство, його обов'язок та відповідальність полягає в тому, щоб контролювати свою Батьківську поведінку. Він зможе досягти цього, лише взявши свого Батька під контроль Дорослого. Крім того, він є таким самим продуктом Батьківського виховання, як і його діти.

Одна складність полягає в тому, що діти уособлюють «факсимільність» і безсмертя. Кожен батько відверто або таємно радіє, коли його діти реагують так само, як він, навіть якщо переймають від нього найгірші риси. Це задоволення, яке він мусить тримати під контролем Дорослого, якщо хоче, щоб його діти пристосувалися до Сонячної системи та всіх її наслідків краще, ніж він сам.

А тепер ми готові розглянути, що відбувається, коли Єдер, тобто пересічна й будь-яка людина, хоче змінити цей план, ці магнітофонні стрічки у голові та програму, яку вони диктують, і стає людиною особливого типу – пацієнтом Петом.

Частина IV

Сценарій у клінічній практиці

Розділ 16.

ПІДГОТОВЧІ СТАДІЇ

А. Вступ

Оскільки вплив сценарію починається ще до народження, а «останній показ» або остаточна розв'язка відбувається зі смертю чи пізніше, лікар дуже рідко матиме нагоду відстежити сценарій від початку до кінця. Адвокати, банкіри, сімейні лікарі та священнослужителі, особливо ті, хто практикує в невеликих містах, – це люди, які, найімовірніше, знають усі таємниці чийогось життя за такий тривалий період. Утім, оскільки сам психіатричний сценарний аналіз як галузь налічує лише кілька років, фактично немає жодного прикладу клінічного спостереження за повним життєвим курсом або сценарієм. Наразі найкращим способом мати масштабне уявлення про це є біографічні книжки, але в них зазвичай відсутні багато важливих аспектів; у звичайних наукових або літературних біографіях можна знайти обмаль відповідей на питання, що висвітлювалися в попередніх розділах. Першою спробою якимось чином підійти до сценарного аналізу була книжка Фрейда про Леонардо да Вінчі¹⁴¹. Наступною віхою є біографія самого Фрейда, написана Ернестом Джонсом¹⁴², і Джонс мав ту перевагу, що знав його особисто. Еріксон вивчив життєві плани й життєві шляхи двох успішних лідерів – Мартина Лютера й Магатми Ганді¹⁴³. Дослідження біографії Генрі Джеймса Леоном Еделем, яке ще триває¹⁴⁴, та дослідження Зеліга про стосунки між Гіссом і Чемберленом¹⁴⁵ також розкривають чимало елементів сценарію. Однак у всіх цих випадках про вказівки дитинства можна здебільшого лише здогадуватися.

Найближчий підхід до наукового вивчення сценаріїв можна знайти у праці Макклеланда¹⁴⁶. Він досліджував зв'язок між історіями, що їх чули або читали діти, та їхніми мотивами у житті. Його працю продовжив Рудін¹⁴⁷ через багато років.

Рудін вивчав причини смерті серед тих, хто був мотивований такими історіями. Оскільки «успішні» люди повинні бути «добрими», вони схильні тримати свої почуття під суворим контролем і часто страждають через виразку або підвищений кров'яний тиск. Він порівняв цю групу з тими, хто бажав «влади» і вільно проявляв свої емоції, щоб досягти її; серед таких людей був високий рівень смертності від того, що можна назвати «сценарними» причинами: самогубства, вбивства й цирозу печінки внаслідок зловживання алкоголем. Сценарії «успішних» людей ґрунтувалися на історіях успіху, тимчасом як сценарії «владних» – на казках про

¹⁴¹ Freud, S. *Leonardo da Vinci: A Study in Psychosexuality*. Vintage Books, New York, 1955.

¹⁴² Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud*. Basic Books, New York, 1953—1957.

¹⁴³ Erikson, E. *Young Man Luther*. W. W. Norton & Company, New York, 1958. *Gandhi's Truth*. W. W. Norton & Company, New York, 1969.

¹⁴⁴ Edel, L. e. g., *Henry James: The Untried Years*. J. B. Lippincott Company, Philadelphia, 1953.

¹⁴⁵ Zelig, M. *Friendship and Fratricide*. The Viking Press, New York, 1967.

¹⁴⁶ McClelland, D. C. *The Achieving Society*. D. Van Nostrand Company, Princeton, 1961.

¹⁴⁷ Rudin, S. A. 'National Motives Predict Psychogenic Death Rate 25 Years Later.' *Science* 160:901—903, May 24, 1968.

ризик, і Рудін розповідає нам, на які види смерті вони натрапляли. Це 25-річне дослідження, і воно легко вписується в подану тут структуру сценарного аналізу.

Та навіть із такими дослідженнями сценарний аналіз не може досягти точності й визначеності психології мишей або бактеріології. Що сценарним аналітикам треба робити на практиці, то це читати біографії, відстежувати успіхи своїх друзів і невдачі ворогів, оглядати величезну кількість пацієнтів з різними типами програмування в дитинстві, а також робити проєкції в минуле й майбутнє людей, з якими вони клінічно знайомі протягом доволі тривалого періоду. Наприклад, клінічний лікар, який практикує вже двадцять-тридцять років і підтримує зі своїми пацієнтами зв'язок або через періодичні візити, або навіть через різдвяні листівки, починає все впевненіше аналізувати їхні сценарії. Маючи таку підготовку, він краще знає, що робити з пацієнтами, яких він лікує наразі, і як щонайшвидше дістати максимум інформації від нових пацієнтів. Що хутчіше та достеменніше можна зрозуміти сценарій у кожному конкретному випадку, то швидше й ефективніше психіатр може застосувати його антитезу, таким чином уникнувши гайнування часу, марнування енергії й життя та появи нових поколінь із цим сценарієм.

Психотерапевтична практика, як і всі галузі медицини, має в собі певний рівень смертності й інвалідності, і найпершою метою лікаря, крім того, що він намагається досягти, мусить бути зниження цих показників. Треба запобігти раптовим самогубствам, що їх скоюють за допомогою наркотиків, та довготерміновим самогубствам, що відбуваються через алкоголь і підвищений кров'яний тиск. Його гаслом має бути: «Спочатку вилікувати, а потім аналізувати», інакше деякі з його «найцікавіших» і «найздогадливіших» пацієнтів стануть найохайнішими трупами в морзі або найкмітливішими мешканцями психіатричної лікарні або в'язнями в пенітенціарній установі. Тому початкова проблема є такою: як розрізнити перші «ознаки сценарію», що з'являються під час лікування? Психотерапевт має знати, що шукати, де шукати і що робити після того, як він їх знайде, а також як визначити ефективність своїх дій, і це ми обговоримо в наступному розділі. Друга проблема полягає в тому, щоб перевірити його спостереження та враження й укласти їх у якусь систему, щоб можна було розповісти про них іншим. З цією метою у книжці наведено сценарну пам'ятку, що має допомогти.

Багато пацієнтів, які приходять на транзакційний аналіз, уже побували доти в інших психотерапевтів. Якщо ж вони з'являються вперше, то разом із транзакційним аналітиком проходять ті фази, які мали б в іншому випадку пройти під час «підготовчої» терапії. Тому в клінічному сценарному аналізі краще розглядати дві фази: підготовчу й фазу сценарного аналізу. Незалежно від форми терапії, такі фази відбуватимуться, і вони не властиві аналізу сценаріїв. Можливо, сценарний аналітик бачить невдачі інших лікарів, але не розуміє їхніх успіхів. І навпаки, інші лікарі бачать невдачі сценарного аналізу, та зазвичай не помічають успіхів.

У попередній частині ми розглядали розвиток людини в цілому і намагалися вибрати загальні закономірності, а наш об'єкт називався Єдер. Ми й далі кликатимемо його, але тепер він уже в кабінеті лікаря або в палаті, тож будемо звати його Петом, а його психіатра – доктором К'ю.

Б. Вибір психіатра

Майже кожен психіатр полюбить думати, що пацієнт обрав його та його фах, бо найменш в цьому він здатен проявити раціональність, інтелект і вміння розбиратися, незалежно від того, наскільки він заплутався в усьому іншому. Це відчуття обраності за заслугами – професії, а також особистими – є нормальним відчуттям і однією з винагород нашого покликання. Тому кожен психіатр має право погріти душу цим відчуттям і максимально насолодитися ним – протягом п'яти-семи хвилин. А відтак йому слід покласти цю емоцію на полицю, туди, де стоять його нагороди й дипломи, і забути про нього, якщо він хоче вилікувати пацієнта.

Імовірно, доктор К'ю – чудовий лікар, і в нього можуть бути дипломи, репутація й пацієнти, які підтверджують той факт. Він може думати, що саме тому до нього приходить цей пацієнт, або сам пацієнт може сказати йому про це. Але йому слід протверезити себе, подумавши про всіх тих пацієнтів, які *не* обирають його. За наявною статистикою, 42 % проблемних людей ідуть спочатку до священика, а не до психіатра, а з решти майже всі звертаються до сімейних лікарів¹⁴⁸. І лиш один з п'яти пацієнтів, які потребують психіатричної допомоги, дістає її – у лікарні, клініці або у приватного лікаря¹⁴⁹. Іншими словами, четверо з кожних п'яти пацієнтів *не* обирають психіатрію як своє лікування, хоча майже в усіх випадках вона доступна в державній психіатричній лікарні, якщо немає інших варіантів. Окрім того, дуже великий відсоток пацієнтів, які мають вибір, навмисно вибирають другого найкращого психіатра, а не найнайкращого, і доволі великий відсоток вибирає *найгіршого*. Те саме відбувається в інших галузях медицини. Також добре відомо, що чимало людей витрачають більше грошей, руйнуючи своє життя алкоголем, наркотиками й азартними іграми, ніж витратили б на психотерапію, що могла б їх урятувати.

Маючи вільний вибір, пацієнт обиратиме психіатра згідно з потребами свого сценарію. У деяких місцях він не має вибору, а змушений іти до місцевого знахаря чи шамана¹⁵⁰. В інших місцинах він має вибір між традиційним лікарем та сучасним¹⁵¹ і обиратиме магію традицій або магію науки, згідно з місцевими звичаями¹⁵² й політичним тиском. У Китаї та Індії традиційний і сучасний підходи часто поєднуються, як у психіатричній лікарні в Мадрасі¹⁵³, де аюрведична медицина та вправи з йоги використовували спільно з сучасними методами лікування психозів. У багатьох випадках до певного вибору пацієнта змушують фінансові обставини.

В Америці більшість пацієнтів не мають права вільно вибирати психіатра, а різні «керівники» називають або призначають їм того чи того фахівця: психіатрів, психологів, психіатричних соціальних працівників, психіатричних медсестер, консультантів і навіть соціологів. У клініці, органі соціального забезпечення, психіатричній лікарні або державному шпиталі пацієнта можуть відправити до будь-якого представника цих професій. Школяра посилають до шкільного психолога-консультанта, умовно звільненого в'язня – до відповідного інспектора, який може взагалі не мати медичної підготовки. Якщо пацієнт не має попередніх знань або уявлень про психотерапію і йому подобається його перший лікар, то він часто віддаватиме перевагу лікареві саме цього фаху, якщо звертатиметься по лікування.

Саме у приватній практиці, де є вільний вибір, починають проявлятися «сценарні» варіанти, особливо у виборі між психіатрами, психоаналітиками, психологами та психіатричними соціальними працівниками, і між компетентними й некомпетентними представниками цих професій. Наприклад, послідовники церкви «Християнська наука», якщо вони таки йдуть до лікаря, часто обирають найменш компетентного, бо їхні сценарії забороняють їм звертатися до медиків. Серед цих професій і шкіл також існує свій поділ. Серед психіатрів, наприклад, маємо типи, яких у просторіччі називають «шокотерапевтами», «роздавальниками ліків», «пресувальниками мізків» і гіпнотизерами, і якщо пацієнт вибирає серед них, як це часто буває, то вибере того, хто підходить його сценарію. Найкраще це видно, коли пацієнт шукає гіпнотизера чи коли його відправляють до цього фахівця. Якщо він закликає психіатра застосувати гіпноз, а психіатр цього не робить, подальша розмова стає дуже сценарною, тому що пацієнт наполягає на тому, щоб його занурили в гіпнотичний сон, перш ніж він зможе виліку-

¹⁴⁸ Gurin, G., Veroff, S., & Feld, S. *Americans View Their Mental Health*. Basic Books, New York, 1960.

¹⁴⁹ Gorman, M. in *Mental Health Statistics*, National Institute of Mental Health, Washington, D. C., January, 1968.

¹⁵⁰ Carpenter, E. *The Intermediate Sex*. George Allen & Unwin Ltd, London, 1908.

¹⁵¹ Penfield, W. 'Oriental Renaissance in Education and Medicine.' *Science*, 141: 1153—1161, September 30, 1963.

¹⁵² Цікаву конфронтацію щодо цього можна виявити у книжці Вульфа Сакса «Чорний Гамлет» (*Black Hamlet*, by Wulf Sachs (Geoffrey Bles, London, 1937)), де пацієнтом сучасного психотерапевта є африканський шаман.

¹⁵³ Berne, E. 'Some Oriental Mental Hospitals.' *American Journal of Psychiatry*, 106: 376—383, 1949.

ватися. Деякі люди автоматично (тобто за вказівками сценарію) йдуть до клініки «Мейо», натомість інші – до клініки Меннінгера. Аналогічна ситуація і з психоаналітиками: одні вибирають найбільш ортодоксальних, інші, зі сценарних причин, віддають перевагу більш гнучким, а ще хтось іде до «аналітиків», що належать до шкіл, які відколюлися. Іноді зі сценарних причин важить вік або стать психіатра – через потребу звабити чи через страх перед звабленням. Бунтарі часто йдуть до бунтівних психіатрів. Люди з провальними сценаріями вибирають найгірших лікарів – наприклад, хіропрактиків або відвертих шарлатанів¹⁵⁴. Г. Л. Менкен одного разу зауважив, що єдиними реліктами дарвінівського природного добору в Америці, де кожен «під опікою», залишилися хіропрактики, тому що чим більше їм дозволятимуть практикувати, тим більше нездорових членів людської раси зникне завдяки їхньому лікуванню.

Існують чіткі ознаки того, що вказівками сценарію пацієнта визначаються три чинники: 1) шукає він допомогу взагалі чи просто дозволяє ситуації рухатися своїм шляхом; 2) вибір лікаря, якщо цей вибір є; 3) чи судилося терапії бути успішною. Таким чином, людина зі сценарієм невдахи або не піде до психіатра, або може вибрати некомпетентного. В останньому випадку, якщо лікування не вдасться, то вона не тільки залишається невдахою, як закликає сценарій, а й матиме різноманітну втіху зі свого нещастя; наприклад, звинувачує лікаря, з радістю Герострата¹⁵⁵ насолоджується тим, що була «найгіршим пацієнтом», або вихваляється, що згаяла 10 років на лікування в доктора Х і витратила Y тисяч доларів без жодної користі.

В. Психіатр як чарівник

Для Дитини пацієнта психіатр є таким собі чарівником. Він, імовірно, вибере того магічного персонажа, який знайомий йому з дитинства. У деяких сім'ях шанованою фігурою є сімейний лікар, терапевт; в інших поважають священика. Деякі лікарі та священики є серйозними фігурами через трагедію, як Тіресій, що розповідатимуть людям погані новини і, можливо, даватимуть їм якесь заклинання, амулет або дозу ліків для порятунку; інші є веселими зеленими велетнями, які захищають дітей від небезпеки, підтримуючи й заспокоюючи їх і згинаючи свої гігантські м'язи. Коли Єдер стає дорослим, то зазвичай шукає допомоги в такої особи. А якщо його досвід був нещасливим, він може повстати і знайти якийсь інший тип магії. Залишається тільки здогадуватися, чому люди відводять психологам таку роль у своїх сценаріях, адже відносно небагато мали в дитинстві дружнього психолога по сусідству, який виконував би роль такого собі сімейного чарівника. З казкового погляду, лікар – це гном, відьма, риба, лисиця чи пташка, яка дає Єдеру магичні предмети, потрібні для досягнення його мети: чоботи-скороходи, плащ-невидимку, чарівну скриню, що за його команду створює золото або столи, заставлені делікатесами; або якийсь *анотропей*, щоб відігнати зло.

Якщо сказати грубо, шукаючи лікаря, пацієнт може вибрати між трьома видами магії і робити це заради успіху або для невдачі. Також він може боротись одним видом проти іншого, якщо цього вимагає його сценарій. Ці три види магії відомі як «наука», «курячий бульйон» і «релігія». Будь-яка професія може запропонувати всі три, але зазвичай психолог певного типу пропонує «сучасну науку», психіатричний соціальний працівник – «курячий бульйон», а духовний наставник – «релігію». Лікар, добре підготовлений у кожному з цих сповідань, готовий запропонувати будь-який з них, якщо того потребує випадок, а деякі пропонують комбі-

¹⁵⁴ Steiner, L. *Where Do People Take Their Troubles?* Houghton, Mifflin & Company, Boston, 1945.

¹⁵⁵ Фокус із Геростратом або Ератостратом полягає в тому, щоб запитати: «Ви коли-небудь чули про нього?» Я не чув і дізнався про нього завдяки докторові Паулю Федерну. Герострат спалив храм Діани в Ефесі (тепер руїни біля міста Кушадаси в Туреччині) тієї самої ночі, коли народився Александр Великий, а Діана була дуже заклопотана, щоб захистити свою святиню. Він зробив це лише заради того, щоб привернути до себе увагу. Тому як покарання, що відповідало б злочину, ухвалили: ім'я має бути стерте з усіх записів. Але Плутарх якимось чином таки довідався про нього, й ім'я Герострата стало символом погані слави.

націю з двох видів. Наука і релігія, курячий бульйон і наука або релігія і курячий бульйон – поширені суміші для пацієнта, який шукає більше, ніж одного виду магії. На практиці відмінність між «наукою», «курячим бульйоном» і «релігією», з одного боку, та науковим, допоміжним і релігійним підходом у терапії, з іншого, полягає в розумінні, коли треба зупинитися. Лікарі, які використовують перші три, не розуміють, коли слід зупинитися, тому що кожен вид магії є частиною їхнього сценарію, тимчасом як ті, хто використовує останні три, розуміються на цьому, бо знають, що роблять. Перша група грає у гру «Я лише намагаюся тобі допомогти», а друга натомість допомагає людям.

Г. Підготовка

Завдяки своїм попереднім авантюрам із терапією пацієнт стає «зламаним кушеткою», тобто навчається грати у власні ігри лежачи – буквально чи в переносному сенсі¹⁵⁶ – а також вчиться грати в ігри психіатра достатньо добре, щоб той був щасливим. Найкраще це видно у психіатричних стаціонарах, де пацієнт вивчає правила психічної недуги настільки добре, що коли схоче, то може обирати між: 1) залишатися там на невизначений термін (або поки дозволяють сімейні фінанси); 2) домогтися переведення до менш вимогливого середовища – наприклад, до державної лікарні; або 3) вирушити додому, щойно буде до цього готовий. Також він вчиться того, як поводитися, щоб знову потрапити до лікарні.

Після кількох перебувань у лікарні такі пацієнти стають вправними у «тренуванні» молодших психіатрів і стажерів. Вони знають, як догодити захопленням лікаря, наприклад, тлумаченню сновидінь, і як віддаватися власним захопленням – таким як «створення цікавого матеріалу». Усе це підтверджує основне припущення, що пацієнти – молодці. Та є кілька винятків. Деякі пацієнти відмовляються грати в ігри палати чи лікаря, стверджуючи, що в них немає психічних хвороб. Інші вперто й невдоволено відмовляються видужувати, навіть якщо й визнають, що з ними щось не так, або активно скаржаться на це. Декого з таких пацієнтів можна заспокоїти, дозволивши їм відпочити тиждень-два, перш ніж вимагати від них видужання. Існує невелика кількість нещасних людей, які хотіли б бути молодцями, але безпорадні через такі органічні проблеми, як хвороба Піка або квазіорганічні недуги на кшталт безперервної шизофренії, ажитованої депресії чи манії. Утім, щойно останні починають отримувати адекватні дози ліків, як-от фенотіазини, дібензазепіни й солі літію, вони зазвичай стають достатньо слухняними. У деяких лікарнях, на жаль, застосовують шокową терапію, щоб довести свавільних пацієнтів до потрібної кондиції.

У будь-якому разі першим етапом у стаціонарному лікуванні психіатричних хворих має бути обговорення різних аспектів поступливості на зборах відділення, які відвідують пацієнти, персонал і лікарі. Будь-хто з них може висунути цінні пропозиції, якщо вони розуміють, що об'єктом психотерапії є не прагнення випхати пацієнта з лікарні, авилікувати його. Якщо такі збори проводять з належним ставленням і вони не є лише численними швидкими іграми, що рухаються по колу, то тоді замість «досягнення прогресу» перевагу можуть віддати лікуванню пацієнтів та підтримці їх у нормальному стані, взявши до уваги винятки, про які вже згадано. Крім того, ледь чи не всі пацієнти вдячні за цей відвертий підхід. Після зборів деякі з них майже завжди підходять потиснути руку лікарю і можуть зауважити: «Вперше лікар ставиться до мене, як до реальної людини, і розмовляє зі мною відверто». Це трапляється тому, що лікарняні ігри аж ніяк не є «несвідомими». Пацієнт дуже добре тямить, що він робить і чому, і цінує психіатра, який розуміє це й не дозволяє себе обманути. Навіть якщо пацієнт і не визнає цього з першої спроби, він усе одно вдячний, бо такий підхід знімає нудьгу традиційної психотерапії. Тим, кому зручніше думати, буцімто їхні пацієнти мають «слабке Я», маю сказати, що не вага-

¹⁵⁶ Berne, E. *Games People Play*. Loc. cit.

ючись прочитав би викладений щойно абзац під час моєї першої зустрічі з групою пацієнтів психіатричного стаціонару, навіть дуже проблемних, лише після дуже короткого періоду підготовки та знайомства (скажімо, тридцять хвилин) і не сумнівався б у його цілющому впливі, оскільки я говорив про ці речі не раз за таких обставин¹⁵⁷.

Коли пацієнт, який доти був у одного або кількох психіатрів чи в психіатричних лікарнях, приходить до транзакційного аналітика як амбулаторний хворий або приватний пацієнт, належна процедура має бути такою. Під час першої бесіди психіатр намагається зрозуміти тло сценарію, роблячи це якомога ненав'язливіше в ході розповіді пацієнта; але пізніше, якщо є якісь прогалини, намагатися їх заповнити. Спочатку він отримує медичну й психіатричну історію. Складаючи її, він запитує про мрію – будь-яку мрію, тому що це найшвидший спосіб досягнути картину сценарного протоколу пацієнта і його світогляд. Потім лікар розпитує про кожного попереднього психіатра: чому пацієнт пішов до нього, як він його вибрав, чого він від нього навчився, чому пішов від нього й за яких обставин. Із цього розпитування сценарний аналітик дістає багато підказок. Він простежує їх, розпитуючи про інші напрямки діяльності: як Пет обирає собі роботу або дружину, чому і як він звільняється й розлучається. Якщо робити це компетентно, пацієнт не припинить лікування передчасно, як то часто буває, якщо психіатр боїться цього і приховує свій страх за кам'яним обличчям, ритуальною люб'язністю або диктофоном. Ніщо так не заспокоює, як компетентність.

Поширеною є ситуація, коли пацієнт явно колекціонує свої невдачі у психотерапії та інших сферах, щоб виправдати психотичну або суїцидальну розв'язку сценарію, і кидає лікування у рамках гри «А тепер він мені каже»: іншими словами, повідомляючи якусь серйозну несподіванку без попереднього обговорення і йдучи без попередження. Скажімо, наприкінці тридцятого сеансу, коли все, здається, йде до видужання і в Пета спостерігається «прогрес», він може недбало сказати, вже підводячись, щоб іти: «До речі, це мій останній візит, тому що я збираюся лягти до державної лікарні сьогодні у другій половині дня», тобто сказати таке, про що він доти не заводив розмови. Якщо доктор К'ю написав ретельну історію, він покладе цьому край на третьому сеансі, завваживши: «А тепер от що я думаю: ви хилите до того, щоб походити сюди півроку-рік, а потім усе раптово кинути». Якщо Пет заперечуватиме, доктор К'ю відповість: «Але ж саме це ви зробили з двома своїми місцями роботи і трьома колишніми лікарями. Якщо хочете пройти через все знову – я не проти, бо завжди можу чогось навчитися під час цього процесу. Але якщо ви справді хочете видужати, то це перше, що ми мусимо обговорити. В іншому разі ви просто згайнуєте шість місяців або рік свого життя. Проте якщо зможемо докладно обговорити це просто зараз, ви збережете цей час і ми зможемо рухатися далі». Алкоголіки, які вимагають абсолютного контролю або повної капітуляції, найімовірніше, образяться на таке припинення своїх ігор, тимчасом як пацієнти, що прагнуть видужати, будуть вдячні. Якщо пацієнт киває чи сміється, прогноз дуже добрий.

Г. «Професійний пацієнт»

Пацієнти, які мали тривалий термін попереднього лікування чи були в кількох лікарів, зазвичай стають «професійними пацієнтами». Першою ознакою цього є те, що Пет вживає довгі слова і сам собі ставить діагноз, другою – те, що він називає свою патологію «дитинячою», або «незрілою», і третьою – те, що він має похмурий вигляд під час усієї бесіди. До кінця другого візиту йому слід повідомити, що він є професійним пацієнтом, якщо це так, і наказати припинити вживати довгі слова. Якщо він добре розуміє ситуацію, то необхідно лише сказати: «Ви професійний пацієнт, і я думаю, вам слід це припинити. Перестаньте вживати довгі слова й розмовляйте англійською». Якщо це буде зроблено належним чином, він швидко перестане

¹⁵⁷ Berne, E. 'The Staff-Patient Staff Conference.' *American Journal of Psychiatry*, 125: 286—293, September, 1968.

вживати довгі слова й почне говорити англійською, хіба що тільки тепер він буде розмовляти за допомогою кліше. Тоді його треба попросити, щоб він припинив використовувати кліше і говорив як справжня людина. На цей момент із його обличчя вже зникне похмурий вираз і він почне усміхатися або навіть сміятися вряди-годи. І тоді йому можна сказати, що він уже не професійний пацієнт, а справжня людина з деякими психіатричними симптомами. До цього часу він мусить також зрозуміти, що його Дитина тут, щоб залишитись, і що вона є не «дитинячою» чи «незрілою» в обмеженому сенсі цих слів, а збентеженою, та під цим збентеженням ховається вся чарівність, спонтанність і винахідливість справжньої дитини. Тут слід зазначити прогрес: від зламаного кушеткою, передчасно розвиненої Дитини до Батька, який кидається кліше, і нарешті до Дорослого, що говорить відверто.

Д. Пацієнт як особистість

Якщо послуговуватися термінами сценарного аналізу, то ми сподіваємося, що зараз, під час терапевтичних сеансів, пацієнт перебуває «поза сценарієм» і поводить себе як реальна людина, яку по-простому можна назвати «типовим представником людської раси». Якщо в нього ставатимуться рецидиви, про це йому скаже психіатр під час індивідуальної терапії або інші члени групи – в ході групової терапії. Залишаючись поза сценарієм, він може об'єктивно вивчити його, і аналіз цього сценарію здатен тривати. Головною проблемою, яку треба подолати, є тягова сила сценарію, щось на кшталт «опору Ід» Фрейда. Професійні пацієнти грають цю роль тому, що ще в дитинстві вирішили, заохочені батьками, стати розумовими каліками і, можливо, попередні психіатри допомогли їм у цьому. Зазвичай це сімейний сценарій, і брати, сестри та батьки також можуть проходити лікування. Типовим є приклад, коли брат чи сестра перебуває в психіатричній лікарні, де постійно «влаштовує істерику» (як каже персонал) або «божеволіє», як тепер вчиться це називати Пет. Він трохи ображений і невдовзі відверто скаже, що заздрить братаві чи сестрі, тому що він або вона перебуває у лікарні, тимчасом як він, Пет, має задовольнятися амбулаторним лікуванням. Як запитував один чоловік: «Чому мій брат перебуває в шикарній психікарні на східному узбережжі, натомість я маю задовольнятися цією нікчемною терапевтичною групою? Мені набагато більше подобалося, коли я був професійним пацієнтом».

Хоча такі речі кажуть жартома, вони становлять підґрунтя до опору видужанню. Насамперед Пет втрачає всі переваги від перебування в лікарні та всю насолоду від безтями. Ба більше, говорить він цілком відверто (після того як починає розуміти свій сценарій), його Дитина боїться видужати й не може прийняти дозвіл, запропонований лікарем та іншими членами групи, бо якщо Пет так учинить, то його мати (в його голові) покине його. Хай яким нещасним він є з усіма своїми страхами, тривогами, одержимістю й фізичними симптомами, він усе одно радше покине лікування, думає Пет, ніж вийде в цей світ сам, без Батька, який його захистить. На цьому етапі є фаза, коли сценарний аналіз майже не відрізняється від психоаналітичного зондування. Протокол його сценарію стає предметом розслідування, а ранні впливи, що змусили його обійняти позицію «не все гаразд», і спосіб життя піддаються ретельній перевірці. Тут почне з'являтися Петова гордість за те, що він є невротиком, параноїдальним шизофреніком, наркоманом або злочинцем, і він може принести свій щоденник чи заговорити про плани написати автобіографію, як це робили багато його попередників. Навіть люди, яких вилікували від «розумової відсталості», відчують певну ностальгію за своїм попереднім станом.

Розділ 17

Знаки сценарію

Першим обов'язком психіатра, що веде групову терапію, хоч який теоретичний підхід він використовує, є спостереження за кожним рухом кожного м'яза в кожного пацієнта щосекунди протягом усієї групової зустрічі. Щоб досягти цього, він мусить обмежити розмір групи (у ній повинно бути не більш ніж 8 осіб) і вжити всіх необхідних заходів для того, щоб виконувати цей свій обов'язок якомога ефективніше¹⁵⁸. Якщо лікар обирає своїм методом сценарний аналіз – найбільш потужний з-поміж відомих інструментів для ефективного групового лікування, – то він має шукати й прислухатися насамперед до тих специфічних знаків, що вказують на природу сценарію пацієнта та його джерела у досвіді минулого й батьківському програмуванні. Лише в разі, якщо пацієнту вдасться «вилізти зі свого сценарію», він зможе стати людиною, спроможною на автономну життєздатність, творчість, реалізацію потенційних можливостей і громадянськість.

А. Сигнал сценарію

У кожного пацієнта є своя характерна поза, жест, манера, тик або симптом, який означає, що він живе «у своєму сценарії» чи «увійшов у нього». Поки з'являються такі «сценарні сигнали», пацієнт не вилікувався, хоч би які «успіхи» він зробив. Він може бути менш нещасним або щасливішим, живучи у своєму сценарному світі, але все ще залишатися в цьому світі, а не в реальному, і це буде підтверджуватися його снами, зовнішнім досвідом та ставленням до лікаря й інших членів групи.

Сценарний сигнал спочатку сприймається Дитиною¹⁵⁹ психіатра (передсвідомо, а не несвідомо). Потім одного дня його усвідомлює повністю та сприймає його Дорослий. Лікар одразу ж визнає, що цей сигнал увесь час був характерним для пацієнта і дивується, чому не «помічав» цього раніше.

Абеляр, чоловік середнього віку, який скаржився на депресію та сповільнення, був у групі протягом трьох років і досяг непоганих «успіхів», перш ніж доктор К'ю здобув більш чітке уявлення про його сценарний сигнал. Абеляр мав Батьківський дозвіл сміятися, що робив з великою енергією та насолодою при будь-якій нагоді, але не мав дозволу говорити. Якщо до нього зверталися, він проходив через складну, незграбну процедуру, перш ніж відповісти. Він повільно підтягувався на своєму стільці, хапався за сигарету, мугикав, ніби збираючись на думці, й потім починав: «Ну...» Відтак, одного разу, коли група обговорювала народження дітей та інші сексуальні питання, доктор К'ю вперше «помітив», що Абеляр робив перед тим, як заговорити: він засовував руки під пасок і доволі далеко. Доктор К'ю сказав: «Абелю, витягни руки зі штанів!», від чого всі, зокрема й Абеляр, почали сміятися і раптом збагнули, що він робив таке увесь час, але ніхто цього «не помічав» – ані інші члени групи, ні доктор К'ю, ані сам Абеляр. Тоді стало зрозуміло, що Абеляр жив у сценарному світі, де заборона на розмови була настільки суворою, що під загрозою опинялися його яєчка. Тож не дивно, що він ніколи не говорив, доки хтось не давав йому на це дозвіл, ставлячи запитання! Поки цей його сценарний сигнал був наявний, він не міг звільнитися й говорити з власної ініціативи або вирішити інші питання, що турбували його.

¹⁵⁸ Berne, E. *Principles of Group Treatment*. Loc. cit.

¹⁵⁹ Уявлення Дитини часто з'являються в снах у вигляді елементів денного досвіду, карикатур або символів: це ті уявлення, яких не усвідомлює Дорослий, але які все ж фіксуються. Такі уявлення є основою для інтуїтивних суджень. Дивіться книжку: Berne, E. 'Concerning the nature of Diagnosis.' Loc. cit. А також посилання 6, 8, 9, 10 та 12 у цьому списку.

Більш поширений аналогічний сценарний сигнал спостерігається серед жінок, який також може інтуїтивно сприйматися протягом тривалого часу, перш ніж лікар повністю усвідомить його; але з досвідом психіатр навчається швидше розуміти й оцінювати його. Деякі жінки сидять спокійно, поки не з'являється сексуальна тема розмови, і тоді не лише схрещують коліна, а й обвивають верхньою частиною стопи нижню частину щиколотки, незрідка одночасно схрещуючи руки на грудях, а іноді ще й нахилившись уперед. Ця поза утворює потрійний або четверний захист від насильства, що існує лиш у сценарних світах, а не в реальному світі групи.

Тому можна сказати пацієнтові: «Це чудово, що ви відчуваєтеся краще і робите успіхи, але ви не зможете видужати, доки не перестанете...», й тут вмикається сценарний сигнал. Це відкрита заява про спробу дістати «угоду на видужання» або «сценарну угоду» замість «угоди про досягнення успіхів». Тоді пацієнт може погодитися, що він приходить на сеанси не заради того, щоб позбутися сценарію, а для того, щоб знайти компанію чи зручні поради про те, як бути щасливим, живучи у страху чи злиднях. Багатим на сценарні сигнали є одяг: жінка, яка добре вдягнена і має погані туфлі (вона дістане «відмову», як закликає її сценарій); лесбійка, що носить «рожевий» одяг (вона, ймовірно, гратиме у гру «Ледве зводжу кінці з кінцями», потерпає від того, що нею користуються партнерки, або намагатиметься вчинити самогубство); гей, який носить «педерастичний» одяг (його плутатимуть із жінками, які нерівно фарбують губи помадою, битимуть коханці, тож він намагатиметься вкоротити собі віку); і жінка, яка нерівно підмальовує губи помадою (нею будуть часто користуватися геї). Іншими сценарними сигналами є кліпання очима, жування язика, стискання щелепи, шморгання носом, заламування рук, вертіння персня чи обручки, тупання ногами. Один із чудових списків можна знайти в книжці Фельдмана про манеру мови та жести¹⁶⁰.

Поза й манера триматися також відкривають сценарій. Нахил голови у сценаріях «Мученика» або «Безхатка» є одним з найпоширеніших сценарних сигналів. Широке обговорення цього питання можна знайти у Дойча¹⁶¹, а психоаналітичне тлумачення, особливо сигналів, що їх пацієнт подає, лежачи на кушетці, – у Зелігса¹⁶².

Сценарний сигнал завжди є реакцією на якусь Батьківську вказівку. Щоб упоратися з ним, треба виявити цю вказівку, що зазвичай легко зробити, і знайти точну антитезу, а це може бути далеко складніше, особливо якщо сигнал є відповіддю на фактичну галюцинацію.

Б. Психологічний компонент

Раптовий напад симптомів зазвичай також є знаком сценарію. Сценарій Джудіт закликав її «з'їхати з глузду», як це вчинила її сестра, але вона опиралася цьому батьківському наказу. Поки нею керував Дорослий, вона була цілком нормальною, здоровою американською дівчиною. Проте щойно хтось навколо неї діяв «божевільно» чи казав, що в нього «дах їде», її Дорослий виснажувався – і Дитина залишалася без захисту. Вона негайно відчувала головний біль і перепрошувала, таким чином відходячи від сценарної ситуації. Та сама послідовність відбувалася на кушетці. Поки доктор К'ю розмовляв з нею або відповідав їй, Джудіт була у добрій формі, але коли він мовчав, її Дорослий згасав, Дитина починала наблизитися до думок про божевілля, і вона відразу ж відчувала головний біль. Деякі пацієнти у таких випадках відчують нудоту лише тому, що батьківська вказівка велить «захворіти»¹⁶³, а не «з'їхати з глузду»

¹⁶⁰ Feldman, S. S. *Mannerisms of Speech and Gestures in Everyday Life*. International Universities Press, New York, 1959.

¹⁶¹ Deutsch, F. 'Analytic Posturology.' *Psychoanalytic Quarterly*, 21: 196—214, 1952.

¹⁶² Zelig, M. 'Acting In: Postural Attitudes Observed During Analysis.' *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 5: 685—706, 1957.

¹⁶³ В оригіналі гра слів: фраза *get sick* має два значення – «захворіти» і «відчувати нудоту».

чи, дорослою мовою, «бути неврастеніком», а не «психічно хворим». Напади тривоги з сильним серцебиттям або раптові напади астми та кропивниці також є сценарними сигналами.

Напади алергії можуть бути доволі суворими, коли сценарій під загрозою. Наприклад, Роуз усе життя практикувала пішохідний туризм і з дитинства не страждала через дотики до токсикодендрона¹⁶⁴. Однак коли її психоаналітик сказав їй, що вона має подати на розлучення, у неї стався надто сильний напад і їй довелося лягти до лікарні та припинити сеанси. Він не знав, що її сценарій закликав подати на розлучення, але забороняв це робити, аж доки діти стануть дорослими. У такі моменти могли траплятися й напади астми, що вимагали шпиталізації з кисневим наметом. Знання сценарію пацієнта в повному обсязі могло б (на мою думку) запобігти таким серйозним спалахам. Часом у такі моменти з'являлись і виразковий коліт, і перфорована виразка шлунка. В одному випадку параноїк відмовився від світу власного сценарію й почав жити у реальному світі без достатньої підготовки та «захисту», і менш ніж за місяць у його сечі з'явився цукор, позначивши початок діабету. Це повернуло його до «безпечного» сценарію «Зanedужання» у зміненому вигляді.

Гасло «Думай сфінктером» також стосується психологічного компоненту сценарію. Людина зі стиснутим ротом і людина, яка одночасно їсть, п'є, палить і розмовляє (наскільки це можливо) – це теж «сценарні персонажі». Людина, залежна від проносного чи клізми, може мати архаїчний «кишковий» сценарій. Жінки зі сценаріями насильства можуть тримати напруженими свої м'язи *Levator ani* та *Sphincter cunni*, що призводить до болючого статевого акту. Передчасне та запізнє сім'явиверження, а також астма можуть розглядатись як сфінктерні розлади сценарного характеру.

Сфінктери є органами фінальної сцени або розв'язки. Справжня «причина» сфінктерних розладів – у центральній нервовій системі. Утім, транзакційні аспекти виникають не з «причини», а з наслідку. Наприклад, хай якою є причина передчасного сім'явиверження у центральній нервовій системі, наслідком виступають взаємини між чоловіком та його партнеркою, а тому передчасне сім'явиверження походить від сценарію, є його частиною або сприяє його розвитку, і зазвичай це «невдалий» сценарій також в інших сферах, окрім сексу.

Важливість «мислення сфінктером» полягає в тому, як сфінктери можуть бути використані з транзакційного погляду. Дитина в Майку дуже швидко й інтуїтивно відчуває, як різні люди хочуть використати проти нього сфінктери. Вона розуміє, що цей чоловік хоче помочитися на нього, а он той – випорожнитися, а ось та жінка – плюнути й таке інше¹⁶⁵. І вона майже завжди має рацію, що він саме це виявить у довгостроковій перспективі, якщо поспілкується з кимось із тих людей.

Ось що відбувається. Коли Майк уперше зустрічає Пет (у перші десять секунд або не більш ніж десять хвилин після того, як вони вперше зустрілись очима), Дитина Майка точно відчуває, що планує зробити Дитина Пет. Але з допомогою Дорослого й Батька Дитина Пет якомога швидше створює димову завісу, що, ніби джин, поступово набуває людського вигляду, створюючи маску Пет. Тоді Майк починає ігнорувати інтуїцію своєї Дитини та приховувати її, віддаючи перевагу масці Пет. Таким чином Пет обдурює точне сприйняття Майка і натомість пропонує свою маску. Майк приймає маску Пет тому, що він у цей час настільки заклопотаний створенням власної димової завіси, щоб обдурити її, що забуває те, що його Дитина знає не лише про Пет, а й про нього самого. Я вже обговорював ці перші десять секунд в інших місцях. Люди нехтують свою інтуїцію і приймають маски одне одного, тому що це ввічливо й підігрує потребам їхніх ігор та сценаріїв. Це взаємне прийняття називається «суспільним договором»¹⁶⁶.

¹⁶⁴ Отруйний плющ, поширений у західній частині Північної Америки, дотик до якого викликає висипи на тілі.

¹⁶⁵ Berne, E. 'Primal Images and Primal Judgments,' *Psychiatric Quarterly*, 29: 634—658, 1955.

¹⁶⁶ Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. Loc. cit.

Сценарне значення сфінктерів полягає в тому, що кожна особа шукає та інтуїтивно знаходить когось, хто має взаємодоповняльний сценарій. Тобто, якщо говорити навзагал, людина, чий сценарій закликатиме її принижуватися, шукатиме того, чий сценарій закликає принижувати інших. Вони обманюватимуть одне одного впродовж перших десяти хвилин, витратять певний час, щоб замаскувати сфінктерну основу своєї привабливості одне від одного, а якщо рухатимуться далі, то в підсумку задовольнять потреби своїх сценаріїв.

Хай там як неправдоподібно це звучить, розгляньмо більш обурливі випадки, коли відбувається негайне задоволення потреб сценарію. Гей може зайти до чоловічого туалету чи бару або просто йти вулицею і за 10 секунд визначити чоловіка, якого він шукає, що не лише дасть йому потрібне сексуальне задоволення, а й зробить це в той спосіб, якого вимагає його сценарій: у напівгромадському місці, де до сексуальної насолоди додається хвилювання від гри «Поліціанти та грабіжники», або в тихому закапелку, де вони здатні встановити тривалий контакт, який (якщо цього вимагає сценарій) може закінчитися вбивством. Досвідчений гетеросексуал, гуляючи правильною вулицею в будь-якому великому місті, може зазвичай непомітно вирізнити жінку, яку жадає: ту, яка не лише дасть йому бажану сексуальну втіху, а й зіграє в ігри, що вписуються в його сценарій. Він може переспати з нею, отримати від неї гроші, напиться, накуриться марихуани, загинути від її руки чи одружитися з нею, залежно від того, що вимагає його сценарій. Багато цивілізованих або добре вихованих людей вчаться ігнорувати чи придушувати свої інтуїтивні здібності, хоча їх за належних умов можна розкрити й розвинути.

В. Як слухати

У першому підрозділі ми описали деякі візуальні сценарні сигнали. Тепер перейдімо до мистецтва слухання. Психіатр може або слухати пацієнтів із заплющеними очима, заспокоюючи їх у певний момент, що він не спить, і винагороджуючи їх за їхню терпимість тим, що розповідатиме почуте, або слухати магнітофонний запис групової зустрічі; в другому випадку знову ж таки краще заплющити очі, щоб не відволікатися на візуальні чинники. Одна зі сценарних ознак, яких навчають майже всіх дітей, разом із заборорою дивитися на людей занадто пильно – це не слухати з заплющеними очима, щоб не почути забагато. Цей припис нелегко подолати – мамі це не сподобалося б.

Навіть ніколи не бачивши пацієнтів і спочатку нічого не знаючи про їхні попередні історії, досвідчений сценарний аналітик може дістати величезний обсяг інформації, прослухавши десяти- або двадцятихвилинний запис групової зустрічі. Почавши з нульової інформації, він має вміти, прослухавши якийсь час розмову незнайомого пацієнта, створити детальний опис його сімейного оточення, улюблених ігор та можливої долі. Після тридцяти хвилин результати цього прослуховування зменшуються через втому, а отже, жодну плівку не слід прокручувати більш ніж півгодини за раз.

У мистецтві слухання завжди є простір для вдосконалення. У деякому сенсі це заняття дзен, бо здебільшого воно залежить від того, що коїться в голові у слухача, а не в тому, що відбувається назовні. Практичну частину слухання виконує той аспект особистості, що відомий як «Професор», Дорослий у Дитині (дивіться *рисунок 7*). Професор керує силою інтуїції¹⁶⁷, а найважливіший аспект інтуїції стосується транзакційної поведінки сфінктера: який сфінктер інша людина хоче використати проти мене і який сфінктер я маю використати проти неї за її бажанням? Звідки беруться ці бажання і куди вони спрямовуються? На той момент, коли ця архаїчна, або «первинна», інформація дійде до слухача, профільтрована через його Дорослого,

¹⁶⁷ Berne, E. 'Intuition VI. The Psychodynamics of Intuition.' *Loc. cit.*

вона може проявитись у чомусь конкретнішому: в інформації про сімейне оточення пацієнта¹⁶⁸, його інстинктивні прагнення¹⁶⁹, професію та мету сценарію. І тоді необхідно дізнатись, як звільнити Професора, дозволивши йому ефективніше виконувати свою роботу. При цьому слід дотримуватися таких правил:

1. Слухач має бути в хорошому фізичному стані, добре виспатися¹⁷⁰ й не перебувати під впливом алкоголю, ліків або препаратів, які послаблюють його розумову ефективність. Це стосується і заспокійливих, і збудливих препаратів.
2. Він повинен звільнити свій розум від сторонніх турбот.
3. Він мусить відкинути всі Батьківські упередження та почуття, зосібна й потребу «допомогти».
4. Він повинен відкинути всі свої упередження щодо пацієнтів узагалі та цього пацієнта зокрема.
5. Він не повинен дозволяти, щоб пацієнт відвертав його, ставлячи запитання або висувачи інші вимоги, і навчитися безболісно протидіяти таким втручанням.
6. Його Дорослий прислухається до змісту того, що каже пацієнт, а тим часом його Дитина-Професор прислухається до того, як він це каже. Якщо порівняти це з телефонною розмовою, то його Дорослий слухає інформацію, а Дитина – шум¹⁷¹. Якщо порівняти з радіо, то його Дорослий слухає передачу, а Дитина прислухається до того, як працює приймач. Таким чином, він є і слухачем, і ремонтником. Якби він був адвокатом, для нього було б достатньо zostатися слухачем, але якщо він психіатр, то його найголовніше завдання – зробити ремонт.
7. Коли він починає втомлюватися, то перестає слухати і починає дивитися чи розмовляти.

Г. Основні голосові сигнали

Після того як психіатр навчився слухати, він має навчитися, до чого саме прислухатися. З психіатричного погляду є чотири види голосових сигналів: звуки, акценти, голоси та словниковий запас.

1. Дихальні звуки

Найпоширенішими дихальними звуками є: покашлювання («ніхто мене не любить»), зітхання («якби ж тільки»), позіхання («відчепися»), бурчання («ясна річ») і ридання («ти мене підколов»); а також різні види сміху, такі як дражніння, здушений сміх, хихотіння та пирскання. Три найважливіші типи сміху, що по-простому називаються Хо-Хо, Ха-Ха й Хе-Хе, будуть обговорюватися далі.

2. Акценти

Культура має дуже незначний вплив на сценарії. Переможці та невдахи є в кожному шарку суспільства й у кожній країні, і свою долю в життя вони втілюють здебільшого однаково по всьому світу. Наприклад, поширеність психічних хвороб у будь-якій великій групі людей

¹⁶⁸ Berne, E. 'The Nature of Intuition.' *Psychiatric Quarterly* 23: 203—226, 1949.

¹⁶⁹ Berne, E. 'Intuition V. The Ego Image.' *Psychiatric Quarterly*, 31: 611—627, 1957.

¹⁷⁰ Це, ймовірно, означає швидкий сон. Часто лікар, який усю ніч не спав і крутився, виявляє вранці, що його інтуїція гостріша, ніж зазвичай. Гіпотеза полягає в тому, що його Дорослий втомився від браку повільного сну, тимчасом як Дитина у чудовій формі, бо мала достатньо тривалий швидкий сон.

¹⁷¹ Berne, E. 'Concerning the Nature of Communication.' *Loc. cit.*

є майже однаковою в усьому світі¹⁷², і самогубства трапляються скрізь. Кожна велика група у світі також має своїх лідерів і багатіїв.

А втім, іноземні акценти мають певний сенс для сценарного аналітика. По-перше, вони уможливають припущення про Батьківські заповіді в дитинстві, і саме тут починає діяти культура: «Роби, як тобі сказали» в Німеччині, «Замовкни» у Франції та «Не дурій» у Британії. Німець, який прожив у цій країні протягом двадцяти років і досі говорить із сильним акцентом, імовірно, має менш гнучкий життєвий план, аніж данець, який добре розмовляє американським діалектом лише після двох років перебування. По-третє, сценарій написано рідною мовою Дитини і його аналіз є швидшим та ефективнішим, якщо психіатр може говорити цією мовою. Іноземець, який проживає свій сценарій в Америці, – це як постановка «Гамлета» японською в театрі кабукі. Значна частина змісту може бути втрачена або її неправильно зрозуміють, якщо критик не має під рукою оригіналу.

Місцеві акценти також є дуже інформативними, особливо якщо вони показні. Чоловік, який говорить із бруклінським акцентом, але вставляє нечисленні бостонські чи бродвейські відкриті «а», явно демонструє вплив героя чи батьківської особи, яку носить у своїй голові, і цю особу треба відстежити, бо її вплив, імовірно, є дуже поширеним, навіть якщо пацієнт це заперечує. Такі фрази, як «вона зробила зауваження чи ж мені слід було сказати щось дотепне» або «Ми залишилися, але я не розібравсь у грі до кінця», явно вказують на втручання Батьківських вказівок.

3. Голоси

Кожен пацієнт має щонайменше три різні голоси – Батька, Дорослого та Дитини. Він може ретельно й довго приховувати один або два з них, але рано чи пізно вони вислизнуть назовні. Зазвичай уважний слухач може почути принаймні два з них протягом будь-якого п'ятнадцятихвилинного періоду. Пацієнт може сказати цілий Батьківський абзац із лиш одним Дитячим схлипом або цілий Дорослий абзац із тільки одною Батьківською лайкою. Інші пацієнти міняють голоси у кожному реченні чи навіть використовують два-три голоси в одному реченні.

Кожен з цих голосів розкриває якусь інформацію про сценарій.

Батьківський голос, говорячи до іншої людини, використовує Батьківські гасла й заповіді і відтворює те, що батько або мати сказали б в аналогічній ситуації: «Хіба не кожен?», «Дивись, хто говорить», «Ти маєш чимось зайняти свій розум», «Чому б тобі не постаратися ще?», «Нікому не можна довіряти». Непохитний Дорослий голос зазвичай означає, що Дитина пригнічується Батьківським наказом на користь якогось сухого педантичного шаблону, що, можливо, скутий кількома «офіційними» чи анальними жартами. Це вказує на те, що Дитина шукатиме кружні шляхи для самовираження й періодично вибухатиме, спричиняючи неадаптивну поведінку та марнування енергії, і цим робитиме з людини невдачу. Дитячий голос вказує на сценарну роль: наприклад, «Миле Дитя», «Маленький Старий Я», «Впертий Плаксі́й». Таким чином, Батьківський голос окреслює контрсценарій, Дорослий – дає шаблон, а Дитячий грає роль у сценарії.

4. Словник

Кожен Я-стан може мати власний словник. Батьківські слова на кшталт «поганий», «дурний», «боягуз» або «сміховинний» указують на те, яким Єдер найбільше боїться бути і чого

¹⁷² Cf. Berne, E. 'Difficulties of Comparative Psychiatry: The Fiji Islands.' *American Journal of Psychiatry*, 116: 104—109, 1959.

щосили намагається уникнути. Сталий технічний словник Дорослого може бути просто способом уникнути людей, як це часто буває в інженерії, авіації та фінансах, керуючись сценарною вказівкою: «Роби великі справи, але не втягуйся в них на особистому рівні». Дорослі словники «самопомог» (асоціації батьків і вчителів, психологія, психоаналіз, суспільні науки) можуть використовуватися в інтелектуальній «Весні священній»¹⁷³, коли відокремлена душа жертви залишається розкиданою по підлозі на підставі теорії, що вони зрештою возз'єднаються й жертва після цього стане більш плідною. Сюжетна лінія такого сценарію каже: «Я розшматую тебе на частини, і пам'ятай, що я лише намагаюся тобі допомогти. А відтак мусиш зібрати себе до купи, бо ніхто інший за тебе цього не зробить». Іноді пацієнт є жертвою власного ритуалу. До Дитячого словника можуть належати нецензурні слова бунту, кліше поступливості й солодкі фрази чарівної невинності.

Типовою трійцею, що часто зустрічається в одній людині, є Батьківські нещирі погляджування, Дорослий аналіз і Дитяча непристойність. Наприклад: «У всіх нас бувають злети й падіння; гадаю, ти чудово даєш цьому раду. Звичайно, тобі треба відокремити своє автономне Я від ідентифікації з мамою. Зрештою, це гівняний світ». Цей сценарій походить просто з «Пекла» Данте: «Як і далі всміхатися, читаючи книжку, коли ти по шию в нечистотах».

Г. Вибір слів

Речення складаються спільно – Батьком, Дорослим та Дитиною – і кожен з них зберігає й використовує право вставляти слова та фрази відповідно до власних потреб. Щоб зрозуміти, що коїться в голові пацієнта, психіатр мусить уміти розділити готовий продукт на важливі компоненти. Це називається транзакційним синтаксичним аналізом і дещо відрізняється від граматичного аналога цього процесу.

1. Частини мови

Прикметники й абстрактні іменники – це навішування ярликів. Правильною реакцією на скарги людини, яка заявляє, що потерпає від «пасивної залежності» або є «небезпечним соціопатом», буде запитання: «Як батьки називали вас у дитинстві?» Евфемізми дії, такі як «прояв агресії» чи «статеві зносини» мають бути усунуті запитанням: «Як ви це називали, коли були маленьким (ою)?» «Прояв агресії» є суто штучним висловом і означає, що Пет ходив на уроки сучасного танцю або його поборов гештальт-терапевт, тимчасом як «статеві зносини» означають, що він відвідує зустрічі Ліги сексуальної свободи¹⁷⁴.

Прислівники трохи інтимніші. Тому фраза «Іноді я відчуваю сексуальне збудження» створює невизначену відстань, а натомість фраза «Іноді я почуваюся сексуально збудженим» закінчується просто тут. Проте точне психологічне значення прислівників іще не з'ясовано.

Займенники, дієслова та конкретні іменники є найбільш реальними частинами мови, і «кажуть усе, як є». Відвертість у розмові може означати, що пацієнт готовий до видужання. Таким чином, жінка, яка боїться сексу, часто підкреслює прикметники та абстрактні іменники: «Я мала задовільний сексуальний досвід». Пізніше вона може робити акцент на займенниках і дієсловах: «Ми дійсно завелися». Одна жінка вперше прийшла до лікарні, щоб «отримати пологовопомічний досвід». Удруге вона вже потрапила туди, щоб народити дитину. Пацієнти «проявляють ворожість до авторитетних осіб». Коли вони стають реальними людьми, то просто

¹⁷³ Балет Ігоря Стравінського, у якому зображено весняний язичницький обряд.

¹⁷⁴ «Іменникові прикметники» з закінченням -ичний – істеричний, соціопатичний, психопатичний – зазвичай є образами стосовно пацієнтів. «Віддієслівні прикметники», що в англійській мові закінчуються на -ive, такі як каральний (punitive) та маніпулятивний (manipulative), є більш нейтральними й можуть застосовуватися до пацієнтів і персоналу.

лаються або рвуть папери. Також психіатрові, який повідомляє: «Ми почали бесіду з обміну позитивними привітаннями. Відтак пацієнт розповів, що здійснив акт фізичної агресії проти своєї дружини», працювати набагато складніше, ніж тому, хто каже таке: «Пацієнт сказав «привіт» і розповів, що вдарив свою дружину». В одному випадку лікар стверджував, що хлопчик «відвідував школу-пансіонат, розташовану на приватній території», тимчасом як хлопчик просто сказав, що «відвідував школу-пансіонат».

Найважливішим окремим словом у сценарній мові є сполучник «але», який означає: «Згідно з моїм сценарієм, я не маю дозволу на ці дії». Реальні люди кажуть: «Я буду» чи «Я не буду», «Я виграв» або «Я програв», а натомість як вислови «Я буду, але...», «Я не буду, але...», «Я виграв, але...» усі мають сценарну природу.

2. Слова схвалення

Під час прослуховування запису слід дотримуватися такого-от правила: якщо ви не можете розчутити слова пацієнта, не переймайтеся через це, бо він зазвичай нічого не каже. Коли він має щось сказати, ви його почуєте, незалежно від того, яким шумним або неякісним є запис. Іноді для клінічних потреб поганий запис є кращим, аніж гарний. Якщо на плівці можна розчутити кожне слово, то слухача може відволікти зміст – і він пропустить важливі ознаки сценарію. Наприклад: «Я познайомилася в барі з одним чоловіком і він почав чіплятися до мене. Коли він уже сильно знахабнів, я спитала його: “Що ви собі дозволяєте?”, щоб він зрозумів, що я леді; але після того як я його відшила, він іще якийсь час не вгавав». Проте це доволі нудна, неповчальна й банальна історія. Вона розкриває набагато більше інформації, якщо її прослухати в кепському записі: «мур-мур-мур ПОЧАВ ЧІПЛЯТИСЯ мур-мур-мур ЗНАХАБНІВ мур-мур-мур, ЩОБ ВІН ЗРОЗУМІВ, ЩО Я ЛЕДІ мур-мур-мур Я ЙОГО ВІДШИЛА». Ті слова, які можна розчутити, – це «слова схвалення». Пацієнтка перебуває під впливом вказівок своєї матері – «ВІДШИВАТИ ЧОЛОВІКІВ» і тим самим доводити, що «ВОНА ЛЕДІ», завдяки чому вона може зібрати достатньо торговельних купонів або ЧІПЛЯНЬ, щоб виправдати свій гнів (як леді). Інструкція матері є такою: «Пам’ятай, ЛЕДІ сердяться, коли до них чіпляються чоловіки». Батько приходить на допомогу: «У барах повно НАХАБНИХ хлопців. Хто-хто, а я це знаю». Тож жінка ходить по барах і поводитьсь так, аби довести, що вона леді.

Після того як пацієнтка якийсь час відвідувала психоаналітичні сеанси, її запис став таким: «мур-мур-мур ЧОЛОВІК-САДИСТ мур-мур-мур МОЄ МАЗОХІСТСЬКЕ Я мур-мур-мур. мур-мур-мур ПРОЯВЛЯЮ МОЮ ЗВИЧАЙНУ ВОРОЖІСТЬ». Вона замінила старі слова схвалення на нові. Якщо вона піде до транзакційного аналітика, то в записі будуть такі слова: «мур-мур-мур ЙОГО ДИТИНА мур-мур-мур МІЙ БАТЬКО мур-мур-мур ГРАВ У “ГВАЛТІВНИКА”». Але за місяць цього бурмотіння немає вже навіть на поганому записі, а на плівці чітко чути слова: «Я зустріла стільки неймовірно милих чоловіків, відтоді як перестала ходити по барах».

Слова схвалення кажуть про історію більше, ніж сама історія. На те, щоб розплутати деталі важкої долі якоїсь аспірантки, можуть знадобитися місяці традиційної терапії, але якщо на записі чути слова: «мур-мур-мур СТАРАННО ВЧИЛАСЯ мур-мур-мур ХОРОШІ ОЦІНКИ мур-мур-мур, А ПОТІМ ЖАХЛИВО», то ці голосні слова схвалення розповідають її історію так: «Ти мусиш старанно працювати й робити успіхи, за винятком того, що щось повинно йти не так і ти зрештою почуватимешся жахливо». Ці слова схвалення голосно й чітко проголошують її сценарні вказівки.

Слова схвалення, що згадувалися в останньому розділі, походять від батьківських заповідей, шаблонів і погроз. У таких заповідях, як-от «Вчися старанно» і «Будь леді», слова «вчися» та «леді» є виразами схвалення. В погрозі «Інакше станеться щось жахливе» такими словами постає фраза «щось жахливе». Коли пацієнтка стає «зламаною кушеткою», словник психіатра

перетворюється на її слова схвалення, і ці слова фактично є однією з перших ознак того, що вона «зламана кушеткою». Вона вимовляє слова «мазохізм», «ворожість», «Батько», «Дитина» й інші, тому що на цьому етапі психіатр замінює їй батька, а його словник замінює той, який вона опанувала в дитинстві. Слова схвалення – це ті, які схвалюються Батьківською частиною батька пацієнтки, матір'ю, психіатром або іншою особою, що грає батьківську роль.

3. Сценарні слова

Однак ми пам'ятаємо, що багато важелів управління сценарієм закладаються Дитячою частиною батька чи матері та спираються на зовсім інший словник Сценарних Слів і Фраз, які зазвичай повністю відрізняються від слів схвалення. Деякі з них можуть навіть безпосередньо суперечити їм. Жінка, яка вживає дуже ввічливі слова схвалення, перебуваючи під впливом антисценарію, може послуговуватися дуже брудною мовою, коли діє її сценарій. Таким чином вона може називати своїх дітей «мої чудові підлітки», коли твереза, і «ці гівнюки», коли нап'ється. Сценарні слова дають важливу інформацію про ролі та сцени у сценарії, що є однаково важливими у намаганні реконструювати сценарний світ або світ, у якому живе Дитина пацієнта.

У чоловічих сценаріях найпоширенішими ролями для осіб жіночої статі є: дівчата, леді й жінки. У жіночих чоловіки стають хлопцями, чоловіками та старими. Більш конкретизованими є ролі «маленьких дівчаток» і «хтивих стариганів». Жінка називає чоловіків, з якими знайомиться, «хтивими стариганями». Чоловікові для сценарію потрібна маленька дівчинка, а їй, теж для сценарію, хтивий старигань, і коли вони зустрічаються, починається дія й вони знають, що сказати одне одному після привітання. Різні жінки живуть у світах, населених вовками, тварюками, чарівниками, котями, покидьками, паразитами та мерзотниками, а чоловіки вважають їх красунями, сучками, щілинами, ціпочками, дівками, хвойдами й паскудами. Усе це сценарні слова, що проявляються під час розмови або групової терапії.

Сценарні сцени зазвичай зосереджені в тій чи тій частині будинку: дитячій, ванній кімнаті, кухні, вітальні та спальні – і втілюються в таких висловах, як «багато випивки», «все це лайно», «звичайна святкова вечерея», «усі ці люди» й «наскочити на них». Кожне з тих приміщень має власний словник, і людина, яка застрягла в одному з них, вживатиме відповідні вислови знову і знову. Так само поширеною є майстерня, що позначається фразою «Тягни свою дупу он туди».

У людей, які борються зі своїми сценаріями, можна виявити і контрсценарні слова. Джек, Сізіф, про якого згадано в розділі 12, став професійним бейсболістом частково тому, що це була його справа, а почасти – через те, що його підштовхнув до цього дядько. Коли доктор К'ю одного разу послухав його, то вперше помітив, яка величезна сила ховається за часткою «не», яку незрідка вживав Джек, і трохи менший, але так само приголомшливий вплив фрази «щось інше». Він інтуїтивно відчував значення цих двох слів. Щоразу, як Джек казав «не», він нахилився вперед, ніби хотів кинути м'яч, а коли він це робив, його Дитина казала «не»: «Ти *не* влучиш!» Коли він говорив «щось інше», то ніби кидав м'яч у першу базу, а коли кидав м'яч у першу базу, вживав фразу «щось інше»: «Якщо я не зможу тебе вибити, ми спробуємо щось інше». Джек не лише підтвердив це, а й розповів, що тренер казав йому те саме, але іншою мовою: «Розслабся! Якщо ти будеш так сильно кидати, то зламаєш собі плече!» Що Джек зрештою і зробив. Як і доктор К'ю, тренер на підставі своєї інтуїції та досвіду розумів, що Джек кидає у гніві, і знав, що нічого доброго з цього не вийде.

Антисценарій Джека полягав у тому, щоб стати успішним бейсболістом, і за його професійними кидками стояв великий гнів на батька й дядька, які наказували йому стати невдахою. Тому щоразу, як він кидав м'яч, це було боротьбою зі сценарієм і спробою пробити собі шлях із цього мішка до успіху. Це давало йому величезну швидкість, а антисценарій забез-

печував чудовий контроль. Єдине, чого йому бракувало, – це вміння стримуватися й підлаштовувати свої кидки під чергу тих, хто відбиває, та перебіг гри. Врешті-решт його неадаптивний гнів призвів до розв'язки, якої він намагався уникнути, тож йому довелося кинути гру. Інтуїтивна сприйнятливість Дорослого у Дитині психіатра – Професора – є його найціннішим терапевтичним інструментом. Про гостру чутливість правильно налаштованого Професора свідчить той факт, що доктор К'ю зрозумів усе це, попри те, що був на професійному бейсбольному матчі лише раз за все життя, хоча й подавав у багатьох матчах із софтболю на пустищі.

4. Метафори

Зі сценарними словами щільно пов'язані метафори. Відповідно до цього Мері мала два різні й окремі словники метафор. В одному вона немов плавала в морі, нічого не могла второпати, ледве здіймала голову над водою, мала бурхливі дні та хвили почуттів. У інші дні життя було немов на бенкеті: вона ковтала свої слова, мала купу цукерок і могла почуватися кисло чи гірко, бо печиво розкришилося. Вона вийшла заміж за моряка і скаржилася на ожиріння. Коли вона «плавала в морі», її мова була переповнена морськими словами, а коли гуляла «на бенкеті», то кулінарними. Тому вона гасала між океаном і кухнею, а завдання лікаря полягало в тому, щоб поставити її ноги на землю. Метафори є доповненням сценарної сцени, і зміна метафор означає зміну сцени. У її випадку бурхливі води виявилися морем гніву.

5. Захисні фрази

Деякі люди мають пройти певні ритуали, перш ніж заговорять, щоб захистити себе і вибачитися за те, що розмовляють. Ці ритуали звернені до їхніх Батьків. Ми вже згадували випадок з Абеляром, який завжди запихав руки під ремінь, перш ніж починав говорити. Було очевидно, що він захищав свої яєчка від якогось внутрішнього ворога, який мав напасти на нього, коли він буде заскочений зненацька, бо ж почав з кимось говорити, тому він усував цю загрозу, а потім наважувався заговорити. В інших випадках такі захисні заходи входили до структури речення. Існують різні способи захиститися під час відповіді на запитання: «Ви коли-небудь злилися на свою сестру?» Відповідь «Можливо» натякає на Батьківський наказ «Ніколи не зізнавайся». «Гадаю, що так» означає два Батьківські накази: «Як ти можеш бути впевнений?» і «Ніколи не зізнавайся». Перший зазвичай походить від батька, а другий – від матері. «Гадаю, що міг злитися» містить потрійний захист. Захисні фрази мають переважно прогностичну цінність. Психіатрові набагато легше проникнути крізь один шар захисних заходів, аніж крізь три. Фраза «Гадаю, що міг злитися» схожа на умовний спосіб у інтерпретації Берклі¹⁷⁵ й теж створена, щоб захистити і сховати дуже маленьку та занепокоєну Дитину, яка не збирається нікого до себе підпускати.

6. Умовний спосіб

Умовний спосіб, або, як його називають по-простому, Умовний Берклі, складається з трьох пунктів. По-перше, це фрази «якщо» і «якби тільки»; по-друге, використання умовного способу й таких фраз, як «міг би», «мав би» і, по-третє, нейтральний вислів на кшталт «до (в напрямку чогось)». Найбільше Умовний Берклі розвинувся на територіях коледжів. Класич-

¹⁷⁵ Джордж Берклі (1685—1753) – ірландський філософ, англіканський єпископ, відомий своїми роботами про суб'єктивний ідеалізм.

ною є фраза: «Мені слід було б це зробити, і я зробив би, якби міг, але...» Побутують також варіації: «Якби вони зробили, то я б зміг і, гадаю, що мені, мабуть, слід було б зробити це, але...» чи «Мені слід було б це зробити і я, можливо, зміг би, але потім вони б...»

Це умовне ставлення стає формалізованим у назвах книжок, тез, доповідей, а також студентських робіт. Поширеними прикладами є ось такі: «Деякі чинники, що стосуються...» (=якби тільки) або «До теорії...» (= Я зробив би, якби зміг, і я знаю, що мені слід було це зробити). У крайньому випадку заголовок звучить так: «Деякі вступні зауваження щодо чинників, що стосуються збирання даних для теорії...» – насправді це дуже скромна назва, оскільки ясно, що мине понад двісті років, перш ніж сама теорія буде готова до публікації. Очевидно, що мати цього чоловіка наказувала йому не висовуватися. Його наступна доповідь, мабуть, називатиметься «Деякі проміжні зауваження...», а потім – «Деякі заключні зауваження...» Без «зауважень» назви його подальших творів, імовірно, ставатимуть усе коротшими. До сорока років він уже позбудеться попередніх міркувань і виступить із доповіддю № 6: «До теорії...», але сама теорія навряд чи з'явиться. А якщо і з'явиться, то це буде сьома доповідь, а відтак з'явиться восьма під назвою: «Отакої, вибачте. Повернімося до Старого Комп'ютера». Він завжди в дорозі, але ніколи не добирається до наступної станції.

А от психіатрові, який зобов'язується вилікувати пацієнта, що пише статті з такими назвами, зовсім невесело. Пет завжди скаржитиметься на незмогу завершити свою дисертацію, на нездатність зосередитися, на сексуальні й подружні проблеми, депресію та суїцидальні імпульси. Якщо психіатр не виявить спосіб змінити сценарій, то лікування пройде описані 8 стадій, кожна фаза триватиме від 6 місяців до року або більше, а згодом психіатр напише заключну доповідь (ту, що з назвою «Отакої») замість пацієнта. Мовою сценарію «в напрямку» означає «я туди не їду». Ніхто не запитує «Цей літак летить у напрямку Нью-Йорка?» і обмаль людей хотіли б летіти з пілотом, який каже: «Так, ми збираємося летіти в напрямку Нью-Йорка». Хто хоче летіти, той або *летить до* Нью-Йорка, або сідає на інший літак.

7. Структура речення

Крім «умовників», існують інші люди, яким заборонено завершувати щось або діставатися суті, тому коли вони розмовляють, то говорять без упину. Їхні речення розтягнені й мають купу сполучників: «Учора я сиділа вдома з чоловіком і... і... і потім...» Часто вони дотримуються вказівки «Не розповідай родинних таємниць!», а тому ходять навколо таємниці, бавлячись із нею якомога довше й не розкриваючи її.

Деякі співрозмовники ретельно намагаються все врівноважити: «Зараз дощить, але невдовзі з'явиться сонце». «Мені болить голова, але зі шлунком стало краще». «Вони не дуже милі, але, з іншого боку, вони здаються веселими». Вказівка в цьому разі є такою: «Ні на чому не зациклюйся». Найцікавішим прикладом цього типу був чоловік, який з п'яти років слабував на діабет і його навчили збалансовувати свою дієту особливо обережно. Коли він говорив, то зважував кожне слово з однаковою обережністю й дуже обачно та достеменно врівноважував кожне речення. Через цю обережність його було дуже важко слухати. Усе своє життя він прожив у гніві на несправедливі обмеження, накладені на нього хворобою, а коли сердився, то його мова ставала дуже неврівноваженою. (Результати впливу діабету на психологічний стан чекають свого подальшого вивчення.)

Інший тип структури речення – це підвішування, з вільним ужитком «і таке інше». «Ну ми пішли на фільм і таке інше, потім я її поцілував і таке інше, а опісля вона вкрала мій гаманець і таке інше». На жаль, ці фрази часто приховують сильний гнів проти матері. «Ну, я хотів би сказати їй, що я про неї думаю і таке інше». Що «інше»? «Чого мені насправді хотілося б, це розшматувати її». «І таке інше»? Ні, далі вже нікуди. Це і є те саме «і таке інше». Структура речень є чудовою темою для досліджень.

Д. Транзакція шибеника

Джек. Я кинув палити. Уже понад місяць не тримав у роті цигарки.

Делла. І сильно ти погладшав, хх-хх-хх?

Усі усміхнулися від цього дотепу, за винятком Джека й доктора К'ю.

Доктор К'ю. Що ж, ти дійсно видуржуєш, Джеку. Ти не піддався на це.

Делла. Я теж хочу видуржати. Я собі весь язик покусала б за свої слова. Це слова моєї мами. Я намагалася зробити з Джеком те саме, що вона робить зі мною.

Дон (новий член групи). Що тут такого страшного? Просто маленький жарт.

Делла. Нещодавно мати навідувалася до мене і спробувала знову дошкулити, але я не піддалася. Це дійсно її розізлило. Вона сказала: «Ти точно знову гладшаєш, ха-ха». Я мала б теж засміятися і відповісти: «Ага, я переїдаю, ха-ха». А натомість я кинула: «Та ти й сама погладшала». Тоді вона змінила тему і спитала: «Як ти можеш жити в такій обшарпаній халупі?»

Зі сказаного цілком очевидно, що для розповнілої Делли робити матір щасливою означає набирати вагу і сміятися з цієї трагедії свого життя, а якщо вона не сміється, то це нахабство й це робить матір нещасною. Делла мала б повіситися, щоб вони могли добре посміятися.

Сміх шибеника – це жарт вмирущої людини чи знамениті останні слова. Як уже зазначалося, юрби глядачів на страхах у Тайберні та Ньюгейті у XVIII столітті захоплювалися людьми, які помирали зі сміхом. «Я був шахраєм, розумієте», – каже Деніел Тодішній. «Ми вже ледь не обдурили одного роззяву, а потім щось пішло не так. Інші втекли, а мене злапали, ха-ха-ха». «Ха-ха-ха», – реве натовп, оцінюючи жартівника, коли напинається мотузка, «шахрай загинув смертю хоробрих». Здавалося б, Денні сміється з того, який лихий жарт зіграла з ним доля, але в глибині душі він розуміє, хто за це відповідальний, і насправді каже: «Що ж, мамо (або тату), ви казали, що я закінчу життя на шибениці, тож ось я тут, ха-ха-ха». Те саме, але в незначній мірі, відбувається під час майже всіх сеансів групової терапії.

Денні Нинішній був одним із чотирьох дітей; жодному з них не дали дозволу на успіх. Обоє батьків трохи шахраювали в соціально прийнятний спосіб, і кожен з дітей розвинув цю схильність трохи далі. Одного дня Денні розповів про свої проблеми у коледжі. Він відставав у навчанні й заплатив одному «авторові-невидимці», щоб той написав за нього твір. Група зацікавлено слухала, коли він розповідав про свої перемовини з цим чоловіком, і про те, що цей автор ще й узявся писати твори для декого з друзів Денні, які теж заплатили йому наперед. Інші члени групи зрідка ставили запитання, аж доки Денні нарешті не дійшов до суті. Автор втік до Європи, забравши з собою усі зібрані гроші й не залишивши жодних творів. Почувши це, група вибухнула гучним реготом, до якого приєднався Денні.

Інші сказали, що вважали цю історію смішною з двох причин: по-перше, через те, як розповів її Денні – він ніби чекав, що вони сміятимуться з нього і засмутився б, якби нікого не розсмішив; і по-друге, через те, що саме цього вони й очікували, можливо, навіть сподівалися, що це станеться з Денні, через той складний шлях, який він обрав, замість чесно виконати свої обов'язки. Вони всі розуміли, що Денні має зазнати невдачі, і було дотепно бачити, яких величезних зусиль він до цього доклав. Вони приєдналися до сміху Денні Нинішнього так само, як і натовп до Денні Тодішнього. Пізніше всі учасники групи засмутилися через це, а найдужче – сам Денні. Його сміх казав: «Ха-ха-ха, мамо, ти завжди любила мене, коли я зазнавав невдач, і от я це зробив, як завжди».

Дорослий у його Дитині, Професор, з дитинства має завдання підтримувати задоволення матері, щоб вона залишалася з ним і захищала його. Якщо вона любить його та висловлює свої

почуття усмішкою, він відчувається в безпеці навіть тоді, коли фактично перебуває у біді або навіть на межі смерті.

Кроссман¹⁷⁶ обговорює це докладніше. На її думку, за умов нормального материнського ставлення матеріні Батько й Дитина (обоє) схожі на дітей. І коли мати усміхається, тоді і її Батько, і Дитина задоволені сином, а між ними розвиватимуться нормальні стосунки. В інших випадках материн Батько усміхається синові, бо вона має це робити, тимчасом як її Дитина сердиться на нього. Він може бути в добрих стосунках з її Дитиною і викликати її усмішку за допомогою вчинків, які може не схвалювати Батько. Наприклад, демонструючи, що він «поганий», син може викликати усмішку в Дитини, бо довів, що з ним не все гаразд, і це задовольняє Дитину в матері – те, що ми раніше називали «матір'ю-відьмою». З усього цього Кроссман робить висновок, що і сценарій, і антисценарій можна розглядати як спроби викликати усмішку матері: антисценарій призначений для схвального усміху матиного (або батькового) Батька, а сценарій – для усміху матиної Дитини, яка насолоджується болем чи поразкою дитини.

Сміх шибеника трапляється тоді, коли Денні «виявляє» мотузку навколо своєї шиї і його Дитина каже: «Я справді не хотів, щоб усе так скінчилося. Як я в це вляпався?» Потім Мати (в його голові) усміхається, і він розуміє, що це вона хитрощами вплутала його в це. Тоді він має вибір: збожеволіти, вбити її, вбити себе чи засміятися. У такі моменти він може заздрити братові, який натомість потрапив до психіатричної лікарні, або сестрі, яка вирішила зняти на себе руку, але він ще не готовий ані до того, ні до цього.

Сміх шибеника або усмішка шибеника має місце після особливого стимулу та реакції, що називаються «транзакцією шибеника». Типовим прикладом є алкоголік, який не пив півроку, про що знають усі в групі. Потім одного дня він приходить і дозволяє іншим трохи виговоритися. Після того, як вони витягнули всі свої проблеми з шухляд і він дістав сцену у власне розпорядження, алкоголік питає: «Згадайтеся, що трапилося на вихідних?» Усі дивляться на легку усмішку на його обличчі й розуміють, що сталося. Вони теж готові усміхнутися. Хтось починає транзакцію шибеника, цікавлячись: «То що ж трапилося?» – «Ну, я випив одну склянку, потім ще одну і наступне, що я знаю, – до цього часу він уже сміється, як і вони, – я пішов у запій аж на три дні». Штайнер¹⁷⁷, який уперше описав це явище, зазначає так: «У випадку з Алкоголіком Вайт розповідає публіці про гульню на минулому тижні, а тим часом публіка (можливо, й сам лікар) аж світиться від захвату. Усмішка Дитини в публіці відбувається паралельно з усмішкою матері-відьми або велетня-людоджера і посилює її; цей персонаж задоволений, коли Вайт підкоряється припису («Не думай – пий») і фактично затягує зашморг на Вайтовій шиї».

Сміх шибеника (який є наслідком транзакції шибеника) означає, що якщо пацієнт сміється, розповідаючи про свою невдачу, й особливо, якщо інші члени групи підтримують його в цьому, така невдача є частиною катастрофи сценарію пацієнта. Коли люди навколо нього сміються, вони підкріплюють цю розв'язку, прискорюють його загибель і не дають йому видужати. У такий спосіб батьківська приманка досягає бажаної мети.

Е. Типи сміху

Можна справедливо сказати, що сценарні аналітики та їхні групи мають більше задоволення, ніж будь-хто, навіть якщо утримуються від сміху під час повіщення або коли хтось влізає ногами в багнюку. Є кілька типів сміху, що становлять інтерес у сценарному аналізі¹⁷⁸.

¹⁷⁶ Crossman, P. 'Position and Smiling.' *Loc. cit.*

¹⁷⁷ Steiner, C. M. 'A Script Checklist.' *Loc. cit.*

¹⁷⁸ Grotjahn, M. *Beyond Laughter*. McGraw-Hill Book Company, New York, 1957.

1. Сценарний сміх

А. «Хх-хх-хх» – здушений Батьківський сміх матері-відьми або батька-велетня-людожера, який веде когось, зазвичай власну дитину, шляхом найменшого опору до осміяння та поразки. «Сильно ти вже погладшала, хх-хх-хх?» (Іноді пишеться як «ха-ха».) Це сценарний сміх.

Б. «Ха-ха-ха» – це сміх Дорослого з жалюгідного жарту. Як і у випадку з Денні, він означає поверховий здогад. Зі свого недавнього досвіду Денні навчився не довіряти «авторам-невидимкам», але мало дізнався про себе та свої слабкості, які знову й знову штовхатимуть його до таких пасток, аж доки остання не захряснеться назавжди. Це сміх шибеника.

В. «Хе-хе-хе» – то сміх Дитини, коли вона збирається пошити когось у дурні. Фактично вона грає у гру «Обдурімо Джо», справжній «лохотрон», коли вона спокушається думкою когось ошукати, а натомість сама стає жертвою. Наприклад, Денні сказав «Хе-хе-хе», коли «автор-невидимка» пояснив, як вони можуть пошити в дурні викладача англійської, а потім виявилося, що Денні сам став жертвою. Це ігровий сміх.

2. Здоровий сміх

Г. «Хо-хо-хо» – це Батько сміється над намаганнями Дитини досягти успіху. Це покровительський, доброзичливий і корисний сміх, принаймні коли він стосується негайної проблеми. Зазвичай таке відбувається з людьми, які не надто переймаються й можуть передати остаточну відповідальність комусь іншому. Це демонструє дитині, що за несценарну поведінку теж можна отримати винагороду. Це сміх дідуся або Санта-Клауса.

Г. Існує інший тип «ха-ха-ха», більш щирий і змістовний. Він свідчить про те, що Дорослий таки здогадався, як його обдурили, – це зробили не зовнішні фігури, а його Батько й Дитина. Це схоже на те, що психологи називають «досвід ага» (хоча я особисто ніколи не чув, щоб хтось, окрім психологів, казав «ага» в таких випадках). Це сміх здогаду.

Д. «Овва-овва» – це щирий веселий сміх Дитини або регіт старших людей із черевцями. Він буває лише в осіб, які вільні від сценарію чи можуть відкласти його в якомусь випадку. Це спонтанний сміх здорових людей.

Є. Бабуся

Кожен, хто знав свою бабусю, не є атеїстом, навіть якщо вона була атеїсткою, бо всі бабусі, добрі та злі, спостерігають за нами десь там, зазвичай з Небес. Під час групових зустрічей (а нерідко й під час гри в покер) вона кружляє в кутку кімнати під стелею. Якщо Дитина пацієнта не має цілковитої впевненості в Батькові, то за потреби вона зазвичай вважає, що може довіряти бабусі, і пацієнт дивитиметься на стелю в її напрямку, шукаючи в бабусі захисту та вказівок. Слід пам'ятати, що бабусі є впливовішими за матерів, хоча, можливо, і з'являються на сцені нечасто. Та коли вже з'являються, тоді останнє слово за ними. Це добре відомо читачам казок, де якась стара карга може благословити або проклясти маленького принца чи принцесу, а зла фея або фея-хресна мати не може усунути її чари, а здатна лише зменшити їх. Відповідно до цього у «Сплячій Красуні» стара відьма засуджує принцесу на смерть. Добра фея перетворює це прокляття на сторічний сон. Це найкраще, що вона може вдіяти, тому й каже: «У мене немає такої сили, щоб повністю скасувати те, що зробила моя старійшина».

Таким чином, бабуся, добра вона чи зла, є судом останньої інстанції, і якщо психіатрові вдається скинути з пацієнта прокляття, накладене матір'ю, все одно залишається бабуся, на яку треба зважати. Тому хороший лікар мусить навчитися давати раду з антагоністичними

бабусями так само, як і з матерями. У терапевтичних ситуаціях бабусі завжди вважають, що мають рацію і чинять справедливо. Психіатр повинен суворо поговорити з ними: «Ви справді хочете, щоб Зої була невдахою? Ви справді гадаєте, що вашу скаргу добре сприймуть у Штаб-квартирі, якщо ви скажете їм правду? Правда полягає в тому, що я не збиваю вашу онуку на манівці, а насправді даю їй дозвіл бути щасливою. Хай що ви там кажете, пам'ятайте, що психіатри теж походять зі Штаб-квартири і їх теж там почують. Зої не може свідчити проти вас, а я можу».

У більшості випадків саме бабуся вирішує, які карти матиме Єдер під час гри в покер. Якщо він підтримує з нею добрі стосунки, то точно не програє і зазвичай виграв є'. Якщо ж він образив її словами чи вчинками, то зобов'язаний програти. Але Єдер повинен пам'ятати, що інші гравці теж мають бабусь і вони, можливо, так само сильні, як і його власна. Крім того, вони можуть бути зі своїми бабусями у кращих стосунках, аніж він зі своєю.

Ж. Типи протесту

Головними типами протесту є гнів та сльози. Їх високо поцінують більшість групових психіатрів як «прояви справжніх почуттів», тимчасом як сміх вони чомусь цінують не так високо й іноді легковажно відкидають його як «несправжнє почуття».

Оскільки у 90 відсотках випадків гнів є «ракеткою», що заохочується Батьком, питання насправді полягає ось у чому: «Що хорошого дає гнів?» Він рідко досягає чогось, що можна було б краще зробити без нього, а ціна, яку випадає за нього платити, навряд чи того варта: 4—6 годин порушеного метаболізму і, можливо, кілька годин безсоння. Вирішальний момент у допалюванні гніву настає тоді, коли Єдер перестає говорити своїм друзям: «Мені слід було б...» (вживаючи минулий час) та перемикається на «Я хотів би...» (вживаючи теперішній час). Цей ступінчастий гнів майже завжди є хибним. Правило для ступінчастого гніву те саме, що й для «заднього розуму»: «Якщо ви не сказали цього відразу, то не повертайтеся для того, щоб сказати це потім, бо ваша інтуїція, можливо, мала рацію від самого початку». Найкраще дочекатися наступної нагоди, і коли будете справді готові вчинити краще, ви це зробите.

Фаза теперішнього часу («Я хотів би...») зазвичай триває недовго, і потім настає майбутній час: «Наступного разу я...» Це свідчить про перехід від Дитини до Дорослого. Я твердо переконаний (хоча не маю хімічних доказів), що перехід від минулого до майбутнього збігається зі зміною метаболізму і є лише незначною зміною якогось невеликого радикала у складній гормональній речовині – простого процесу відновлення чи окислення. Це ще один замах на ілюзію автономії. Коли людина у своєму гніві переходить від минулого до майбутнього, вона думає: «Я заспокоююсь» або хтось їй каже: «Ну от тепер ти вже розсудливіший». Утім, насправді вона не заспокоюється й не стає розсудливішою, а просто реагує на певні хімічні зміни.

Майже весь гнів є частиною гри «Попався, сучий сину» («Дякую за те, що дав мені привід до гніву»). Насправді Єдер має задоволення від образи, бо носить цей мішок із гнівом іще з дитинства й відчуває полегшу, коли законно скидає частину свого тягара. («Хто б не розсердився за таких обставин?») Питання полягає в тому, чи є корисним таке звільнення від напруги. Фройд дуже давно сказав, що воно не дає необхідного ефекту. Однак сьогодні для більшості групових психіатрів така поведінка є ознакою «хорошої» групової зустрічі та приводить до жвавих робочих нарад. Усі захоплюються, веселяться й відчувають полегшення, коли пацієнт «висловлює гнів». Психіатри, які заохочують пацієнтів це робити, дуже презирливо ставляться до своїх менш «психоделічних» колег і не вагаючись кажуть про це. Таке ставлення доходить до абсурду, що проявляється в заяві уявного пацієнта: «Я поїхав до свого місця роботи громадським транспортом і вирішив, що сьогодні відверто поговорю з керівництвом, висловивши свої справжні емоції. Тому я нагримав на свого боса і жбурнув у вікно друкарську машинку.

Він був дуже щасливий і сказав: «Я радий, що ми нарешті поспілкувалися й ти вільно висловлюєш свою ворожість. Саме такий працівник мені й потрібен. Я бачу, що ти прикінчив колегу, якому не пощастило стояти біля вікна, але, сподіваюся, це не викличе почуття провини, яке заважатиме нашій міжособистісній взаємодії»».

Розбіжність між ракетковим гнівом та справжнім можна легко помітити. Після гніву від гри «Попався, сучий сину» пацієнт може усміхатися, а тим часом після справжнього гніву в групі починаються сльози. У будь-якому разі пацієнти мають розуміти, що їм не дозволено жбурляти речі, кривдити й бити одне одного в групі. Будь-які спроби такого ґтибу слід приборкувати фізично, а у виняткових випадках пацієнт, який робить щось із цього, має бути виключений із групи. Утім, є психіатри, які домовляються про те, щоб пацієнти могли виражати свій гнів фізично, і мають належні засоби та персонал для залагодження можливих ускладнень.

Сльози також у більшості випадків є ракеткою і можуть навіть бути ефектним обманом. Найкращий спосіб скласти про це думку – реакція інших членів групи. Якщо вони відчують роздратування чи надмірне співчуття, то сльози, ймовірно, є фальшивими. Справжній плач зазвичай спричинює шанобливу тишу та щирий аристотелівський трагічний жаль.

3. Історія вашого життя

Однією з найбільш інструктивних історій, що будь-коли були написані для сценарного аналітика, є «Дивне життя Івана Осокіна» П. Д. Успенського, відома містична повість. Іванові Осокіну дають шанс прожити життя заново й передбачення полягає в тому, що він знову припустатиметься тих самих помилок і повторить усю ту поведінку, про яку шкодує. Герой відповідає, що в цьому нічого дивного, бо він втратить спогади про те, через що пройшов, а тому не зможе уникнути повторення своїх помилок. Йому кажуть, що навпаки, цього разу всупереч усім правилам йому дозволять пам'ятати все, але він таки припуститься тих самих помилок. На цих умовах він приймає пропозицію і дійсно, хоча й може передбачити кожную біду, яку сам собі завдає, таки повторює попередні помилки, що майстерно та переконливо демонструє Успенський. Автор називає це силою долі, і сценарний аналітик погодиться з ним, що ця доля була закладена в нього батьками в дитинстві та не походить від якоїсь метафізичної або космічної сили. В іншому позиція сценарного аналітика збігається з позицією Успенського: кожна людина під примусом свого сценарію знову й знову повторює ті самі шаблони поведінки, незалежно від того, як сильно вона потім шкодує про наслідки. Насправді саме жаль і є мотивом до того, щоб їх повторити, і вони повторюються, по суті, лише для того, щоб збирати жалі.

Цю картину можна доповнити, додавши туди іншу історію – «Дивний випадок з М. Вальдемаром» Едгара Аллана По. М. Вальдемара гіпнотизують перед смертю і він живе ще тривалий час. Нарешті його виводять із гіпнотичного трансу – і на очах здивованих глядачів він миттю гниє, перетворюючись на труп у тому стані, в якому мав би бути, якби помер того дня, коли його загіпнотизували. Іншими словами, він «сам себе наздогнав». У сценарних умовах це також є повсякденним явищем. Батьки фактично гіпнотизують дитину, програмуючи її на виконання певного життєвого шаблону. Вона показуватиме всі ознаки життєдіяльності, доки це буде можливо, аж доки не завершиться доля, передбачена її сценарієм. Після цього вона може дуже швидко розсіпатися на порошок. Насправді чимало людей «тримаються на плаву» завдяки своїм сценаріям, а щойно сценарій завершено, руйнуються. Такою, як я вже зазначав, є доля багатьох старих людей або «пенсіонерів» по всьому світу. (Не лише «в нашому суспільстві», як заведено заявляти.)

Сам сценарій перебуває під захистом грецької богині Необхідності, або «величної Ананке», як її називає Фройд. Якщо говорити мовою психоаналізу, ним рухає нав'язливе повторення, примус знову і знову робити ті самі дії. Таким чином, короткий сценарій може

наново повторюватися протягом життя (жінка виходить заміж то за одного алкоголіка, то за іншого, сподіваючись, що цього разу все буде по-іншому; або чоловік одружується то з одною хворою жінкою, то з іншою, переживаючи цілу низку втрат). Ба більше, у пом'якшеній формі сценарій може повторюватися щороку (різдвяні депресії внаслідок розчарування) у межах ширших рамок життєвого сценарію (кінцеве самогубство через дуже велике розчарування). Також він може повторюватися щомісяця (менструальні розчарування). Крім того, він може повторюватись і щодня у меншій версії. У більш мікроскопічній формі він може минати й за годину: наприклад, пом'якшена версія всього сценарію може траплятися на групових зустрічах щотижня, якщо тільки психіатр знає, де шукати. Іноді лише кілька секунд діяльності можуть розкрити «історію життя пацієнта». В іншій своїй книжці я наводжу поширений приклад того, що можна назвати «Біжу, аж спотикаюсь, або Швидке Відновлення»¹⁷⁹.

«Місіс Сеєрс простягнула руку через груди місіс Кеттерс, щоб взяти попільничку, що стояла на кінці стола. Прибираючи руку назад, вона втратила рівновагу і ледь не впала з канапи. Вона вчасно отямилася, несхвально засміялася, пробурмотіла «вибачте» і відкинулася на спинку канапи, щоб закурити. Цієї миті місіс Кеттерс відвернула її увагу від містера Троя, саме за тим щоб пробурмотіти «вибачте».

Перед нами історія життя місіс Сеєрс, стиснута у кілька секунд. Вона намагається бути обережною, але все робить незграбно. Вона майже потрапляє в біду, та вчасно рятується. Вона перепрошує, а відтак провину бере на себе хтось інший. Можна майже уявити собі її батька, велетня-людожера, який наказує їй впасти або штовхає її (сценарій), і мати, яка рятує її в останню хвилину (контрсценарій). Після цього вона чемно перепрошує за свою незграбність. (У дитинстві вона дізналася, що треба бути незграбною, бо тоді можна зберегти любов батька, адже саме цього він хотів; більше того, це давало їй привід вибачитися, і то був один з небагатьох моментів, коли він слухав доньку і визнавав її існування.) Потім відбувається поворот сценарію, що робить увесь цей епізод драмою, а не просто списком невдач: хтось інший бере на себе провину і вибачається ще більш щиро. Тут маємо класичну інтерпретацію трикутника Карпмана¹⁸⁰ для класифікації сценаріїв і театральних драм (рисунк 12, розділ 10).

II. Перемикання між ролями

За Карпманом, усю драматичну дію можна стисло охарактеризувати як перемикання між трьома головними ролями: Жертви, Переслідувача та Рятівника. Ці перемикання можуть відбуватися з різною швидкістю і в обох напрямках. У драмі «Біжу, аж спотикаюсь, або Швидке Відновлення» маємо дуже велику швидкість перемикань. Місіс Сеєрс починає з Батька (у голові), який діє як Переслідувач («штовхаючи її»), Мати в її голові виступає як Рятівниця («рятуючи її від падіння») і сама вона є Жертвою. Іншими словами, саме так цей трикутник влаштовано в її голові. Коли ж сценарій починає діяти, вона робить себе Переслідувачем, займаючи місіс Кеттерс, яка таким чином стає її Жертвою. Вона вибачається за це, але місіс Кеттерс своєю чергою (згідно з потребами *власного* сценарію) робить дуже швидке перемикання і замість поводитись як Жертва, перепрошує, ніби це *вона* щось зробила не так, таким чином беручи на себе роль Переслідувачки.

З цього стислого набору транзакцій можемо чимало дізнатися про історію двох життів. Місіс Сеєрс зазвичай справляла враження жалібної жертви; тепер зрозуміло, що вона здатна перемикатися, беручи на себе роль Переслідувачки, за умови, що це «випадково» і вона перепрошує за це. Мета сценарію «Біжу, аж спотикаюся» полягає в тому, щоб звільнити себе від відповідальності, змусивши Жертву вибачитися. Вона знайшла взаємодоповняльну сценарну

¹⁷⁹ Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Loc. cit., pp. 123 ff.

¹⁸⁰ Karpman, S. 'Fairy Tales and Script Drama Analysis.' Loc. cit.

постать в особі місіс Кеттерс, чий сценарій, очевидно, закликав до чогось на кшталт «Удар мене і я вибачусь» або «Даруй, що моє обличчя стало на шляху у твого кулака» – типовий сценарій дружини алкоголіка.

Денні, юнак, який не написав твору, також пережив драматичну історію свого життя, розповідаючи про свій досвід. Як уже зазначено, його улюбленою грою, що також є назвою його сценарію, є «Обдурімо Джо». Денні знайомиться з доброзичливим сусідом-Рятівником, який пропонує за певну платню допомогти йому обдурити Жертву – професора. У підсумку Денні впіймав облизня, ставши Жертвою, а його доброзичливий Рятівник виявляється ще більшим пройдисвітом або Переслідувачем, аніж власне Денні. Професор, який, сам того не знаючи, спочатку мав бути жертвою, тепер змушений грати роль Рятівника для Денні, який приходить до нього по допомогу, щоб завершити навчання. Іншими словами, це історія життя Денні. Його пошили в дурні, коли він сам спробував обдурити іншого, і зрештою став мучеником; проте оскільки всі розуміють, що він сам улаштував собі пастку, замість співчуття він отримує сміх. Йому не лише не вдається виконати свого завдання, йому навіть мучеником стати не щастить. Це й утримує його від спроби самогубства. Він розуміє: якщо спробує, то його спроба або буде невдалою і смішною, або якщо й удасться, то станеться щось таке, від чого цей випадок здаватиметься кумедним. Навіть його спроби психозу є непереконаливими і викликають сміх у інших членів групи. Мати дала йому доброзичливу пастку для сценарію. «Дивись, – інструктує вона його, – ти будеш невдахою в усьому. Немає сенсу битися головою об стіну, бо ти не зможеш навіть із глузду з'їхати чи вбити себе, тому можеш іще трохи повпиратися, а коли переконаєшся, що це безнадійно, повертайся до мене, як гарний хлопчик, і я про все за тебе подбаю».

Якщо психіатр спостерігає за всіма рухами своїх пацієнтів під час групового сеансу, це тільки йде йому на користь. Він може помітити, як один з його пацієнтів проходить увесь сценарій у стислому вигляді за кілька секунд. Ці кілька секунд можуть повністю розкрити лікареві історію хвороби, розповівши йому історію життя пацієнта, на що він в іншому випадку витратив би місяці або роки напружених пошуків. На жаль, не існує жодного правила, яке підказувало б, як дізнатися, що відбувається. Імовірно, таке в більш-менш прихованому вигляді трапляється з кожним пацієнтом у групі. Тому можливість виявлення сценарію залежить від готовності психіатра зрозуміти, що коїться, а ця готовність і собі залежить від його інтуїції. Якщо він готовий не лише зрозуміти дії пацієнта, а й передати це розуміння своєму Дорослому, тоді він зможе розпізнати сценарій пацієнта, коли його побачить, і визначити, які ролі грають у ньому він та інші члени групи. Оскільки ці ролі мають важливе значення для успішного лікування, вони будуть предметом наступного розділу.

Розділ 18

Сценарій у лікуванні

А. Роль психіатра

Ми вже обговорювали, як пацієнт обирає конкретного психіатра, якщо має такий вибір. Якщо вибору в нього немає, він намагатиметься плести інтриги щодо психіатра, якого йому призначили, підштовхуючи його до виконання ролі у сценарії пацієнта. Щойно пройшовши підготовчу фазу, він намагатиметься вмістити лікаря у той слот, що в його дитинстві був зарезервований для «чарівника», щоб дістати від нього потрібний тип магії: «науку», «курячий бульйон» або «релігію». Поки Дитина пацієнта організовує ігри та сценарні сцени, необхідні для того, щоб цього досягти, його Дорослий намагатиметься здобути з лікування всі можливі знання. Що швидше психіатр зможе розпізнати свою роль і передбачити сценарну драму, яку пацієнт намагатиметься вчасно довести до кульмінації, то швидше він зможе щось із цим вдіяти і більш ефективно допомогти пацієнтові вибратися зі сценарного світу в справжній, де він у силі видужати, а не просто робити успіхи.

Б. Дозування гри

За словами багатьох клінічних лікарів, «невротик» приходить на лікування не для того, щобвилікуватися, а щоб навчитися бути кращим невротиком¹⁸¹. Ігровий аналітик каже щось таке: пацієнт приходить не для того, щоб навчитися бути відвертим, а щоб навчитися краще грати у свої ігри. Тому, якщо психіатр категорично відмовляється грати або виявиться простак, якого можна легко обдурити, пацієнт кине лікування. У цьому сенсі транзакційні ігри нагадують шахи: шахіста-ентузіаста не цікавлять ані люди, які взагалі не хочуть грати, ні люди, що не чинять справжнього опору. Хронічний гравець у гру «Алкоголік» розіллється, якщо ніхто у лікувальній групі не пропонуватиме рятувати або переслідувати його, і невдовзі покине лікування. Він кине і в тому випадку, якщо рятівники надміру сентиментальні чи переслідувачі занадто сильні, бо якщо вони надзвичайно легко піймаються на гачок, він не матиме жодного задоволення. Як і іншим гравцям, йому до вподоби бачити невелику майстерність та деяку стриманість партнерів або суперників. Якщо ж вони тиснуть на нього занадто сильно, як Армія Порятунку, то він може швидко піти.

Пацієнт може також кинути групу «Анонімних алкоголіків», якщо вважає, що вони не можуть запропонувати йому ніяких справжніх викликів своїм твердженням «Це не ти, це хвороба!» і погрозами щодо «Дерев'яної Печінки». Тільки якщо він залишиться, пройшовши цей етап, то починає розуміти справжнє значення того твердження. «Сінанон» чинить краще, граючи жорсткіше й кажучи: «Це не хвороба, а ви самі відповідальні за те, що стали наркоманом». Тому учасник гри «Алкоголік» може кинути «Анонімних алкоголіків» і спробувати піти до сімейного лікаря, який не настільки впевнений, що це хвороба. Якщо він справжній гравець, то візьме психотерапевта – навіть того, хто скаже, що це взагалі не хвороба. Якщо він готовий видужати, то, можливо, шукатиме сценарного аналітика чи випадково надібає його, і тоді, якщо все піде добре, він може вийти з гри.

Гравці у «Якби не вони», особливо ті, що належать до типу Уявне Суспільство, поводяться аналогічно. Психіатр, який не гратиме загалом і вимагатиме особистої відповідальності, швидко втратить таких пацієнтів. Якщо психіатр надміру сильно вірить в Уявне Суспіль-

¹⁸¹ Lorand, S. *Technique of Psychoanalytic Therapy*. International Universities Press, New York, 1947.

ство, лікування перетвориться на розвагу «Хіба це не жахливо?», що відбуватиметься між ним та пацієнтом. Більшість таких пацієнтів через певний час починають нудьгувати і переходять до когось іншого, хто висуватиме бодай символічні аргументи на користь психодинаміки або самооцінки. Це часто траплялося в 1930-ті роки, коли молоді «комуністи» ходили до «комуністичних» психіатрів, але швидко кидали їх, віддаючи перевагу більш традиційним. Якщо психіатр відчуває провину перед Уявним Суспільством, він утворить із пацієнтом союз замість того, щоб лікувати його, і це може мати на нього позитивний вплив, але точно не мусить називатися лікуванням.

Уряд, Політична Еліта й Людина насправді існують, але містер Уявне Суспільство, на якого звалюють стільки гріхів, – це міф. Кожна людина має своє власне суспільство – з друзями та ворогами. Психіатрія не може боротися з Урядом, Політичною Елітою або Людиною, вона здатна боротися лише з тим, що є в голові у пацієнта. І психіатру, і пацієнтові рано чи пізно доведеться глянути цій правді в обличчя. Психіатричне лікування, як і будь-яке лікування, може бути ефективним лише за належних умов. У випадках, коли «Якби не вони» означає порожній шлунок, стільцю або кушетці немає місця, але якщо це гра, її обов'язково треба рано чи пізно припинити і майстерність психіатра полягає в тому, щоб зробити це, не відлякавши пацієнта. Дьюсей¹⁸² дає чудовий стислий виклад способів поводитися з іграми під час лікування.

Отож, дозування ігор, правильно обране для кожного пацієнта, визначить, чи продовжить він лікування.

В. Мотиви для терапії

Зазвичай пацієнт приходить на лікування з двох причин, жодна з яких не ставить під загрозу сценарій. Його Дорослий хоче з'ясувати, як досягти комфортнішого життя у рамках сценарію. Найвідвертішим прикладом у цьому випадку є гомосексуаліст будь-якої статі, який зазвичай робить про це чесну заяву. Наприклад, гею не хочеться залишати сценарний світ, населений жінками, які є або небезпечними та мерзенними інтриганками, або невинними, а часом милими дивачками. Усе, чого він прагне, – це навчитися комфортніше жити в цьому світі, й дуже рідко йому кортить розглядати жінок як справжніх людей. Інші терапевтичні цілі мають схожий характер: «Як жити комфортніше, б'ючись головою в кам'яний мур», «Як жити комфортніше, тримаючись за стінки тунеля», «Як не дати людям наробити капостей, коли ти й так по вуха в лайні», «Як перехитрити шахраїв, коли весь світ – Шахрайгород». Усі енергійні спроби змінити сам сценарний світ треба відкласти, аж поки пацієнт не звикне до терапії і не зрозуміє, як вона підходить до його сценарію.

Поряд з раціональним Дорослим бажанням жити спокійніше існує більш настирливий Дитячий мотив, що спонукає пацієнта приходити на лікування, а саме – вдосконалити свій сценарій.

Г. Сценарій психіатра

Найпоширенішим прикладом є пацієнтка-спокусниця. Доки вона може спокусити лікаря, неважливо, наскільки витончено або душевно, він гратиме свою роль і не зможе їївилікувати. За цих умов вона робитиме які завгодно «успіхи», щоб потішити його, подякувати йому або навіть допомогти собі, але він не зможе «витягнути» її зі сценарію у реальний світ. Цей факт є закономірною основою для «мовчання аналітика» або «розчарування аналітика», про яке казав Фройд. Залишаючись незалежним від маневрів пацієнтки і суворо дотримуючись свого обо-

¹⁸² Dusey, J. M. 'Response in Therapy.' *Transactional Analysis Bulletin*, 5: 136— 37, April, 1966.

в'язку проаналізувати її опір, інстинктивні зміни, а якщо необхідно, то й перенесення, аналітик уникає можливості бути звабленим фізично, психічно або морально. Контрперенесення означає, що не тільки аналітик відіграє роль у сценарії пацієнтки, а й вона грає роль у його сценарії. У такому випадку обоє дістають сценарні реакції одне від одного, внаслідок чого виникає «хаотична ситуація», коли аналітики говорять, що аналіз не може досягти потрібної мети.

Простий спосіб уникнути більшості цих ускладнень – це запитати пацієнтку ще на початку, коли тільки укладено договір: «Ви дозволите мені вилікувати вас?»

Узагальнюючи цю думку, можна сказати, що у випадку, коли психіатр дійсно має сексуальні зносини з пацієнтами, це, можливо, і дає обом сторонам як сценарну, так і сексуальну втіху, але мати якусь користь від лікування при цьому неможливо. Проміжним варіантом є згубна методика, коли психіатр каже пацієнтці, буцімто та збуджує його сексуально, сподіваючись, що це покращить їхнє «спілкування». Безумовно, покращить, і якщо час для цього вибрано правильно, то й може продовжити лікування, якщо вона не злякається, але це аж ніяк не допоможе їй позбутися свого сценарію, бо такі слова є лише зізнанням психіатра в тому, що вона вписується в його життєвий план. У найпоширенішому випадку, якщо пацієнтка сидить, розсунувши коліна, логічніше буде не говорити про сексуальні фантазії психіатра, а попросити її поправити спідницю. Щойно цю приманку прибрано, лікування піде корисним шляхом і не буде переплутане з брутальною грою «Гвалтівник». Аналогічно, якщо пацієнтка сидить, сховавши руки за голову і випнувши груди на психіатра, він може сказати: «Дивовижно!» або «Колосально!», що зазвичай приводить ситуацію до належного стану. Якщо гей сидить, розсунувши ноги і демонструє свою калитку, психіатр може зазначити: «Здоровезна у вас калитка... А тепер повернімося до вашої діареї» тощо. Якщо пацієнт каже: «Та йди ти!», відповідь має бути: «Ні, я тут для того, щоб вас вилікувати. То як щодо діареї?»

Г. Прогнозування результату

Перше завдання психіатра полягає в тому, щоб дізнатись, яку роль він грає у сценарії пацієнта і що має між ними відбутися за цим сценарієм. Добрим прикладом є пацієнт із такою сценарною вказівкою: «Можеш ходити до психіатра, доки не вилікуєшся, тому що насамкінець ти повинен себе вбити». Пацієнт має якомога більше задоволення від своєї похмурої долі, граючи у гру «А тепер він мені каже». Цю гру зазвичай можна передбачити з історії пацієнта, особливо якщо він був в інших психіатрів. Треба детально розглянути події, що призвели до припинення попередньої терапії. Коли пацієнт упевнений у своїй позиції, він може використати раніше описану антитезу, яка складається з простого передбачення результату: «Ось що ви збираєтеся зробити – походити сюди півроку-рік, а потім, наприкінці одного сеансу, сказати: «До речі, я більше не прийду». Ми обоє можемо заощадити шість місяців нашого життя, припинивши це просто зараз. Якщо ви хочете пройти через це знову – я не проти, бо я завжди можу чогось навчитися під час цього процесу».

Так набагато краще, ніж чекати, доки пацієнт дійсно заявить про свою відмову, а згодом казати (трохи нервово): «Можливо, вам краще зайти і поговорити перед тим, як ухвалити таке серйозне рішення» абощо. На той момент буде запізно, та й лікар уже продемонстрував власну тупість, то чому пацієнт мусить приходити до людини, яку він може так легко обдурити? Завдання психіатра – побачити цей момент до того, як він настане, а не намагатися потім склеїти розбиті уламки.

Простий спосіб уникнути багатьох труднощів, згаданих в останніх чотирьох підрозділах, – запитати пацієнта ще на початку, відразу ж після укладення договору: «Ви збираєтеся дозволити мені допомогти вам знайти ліки?»

Стисло можна сказати, що є три можливі наслідки терапії.

1. Психіатр може зіграти акт або сцену в сценарії пацієнта, після чого пацієнт кидає лікування з результатом «без змін», «прогрес», «значний поступ», як пишуть у статистичних таблицях. Однак в жодному з цих випадків пацієнт не видужає.

2. Пацієнт може мати сценарій «Доки»: «Ти не зможеш досягти успіху, доки не відповідатимеш певним умовам». Найпоширеніший розчакловувач або внутрішній вимикач у цьому випадку вже обговорювався: «...доки ти не проживеш довше, ніж було літ твоєму батькові (матері, сестрі, братові), коли він помер». Це звільнення «за годинниковим часом». Щойно пацієнт відповідатиме певним умовам, він дістає «дозвіл» на видужання, і байдуже, у скількох психіатрів він був до того, а той щасливчик, до якого він потрапив зараз, зможе приписати успіх собі (якщо не припуститься безпосередньої помилки). Оскільки пацієнт тепер «готовий до терапії» і «готовий видужати», будь-який компетентний та розсудливий психіатр зможе його вилікувати. Так само було й зі Сплячою Красунею: коли вона була готова прокинутися, її міг розбудити майже будь-який принц, адже це звільнення вбудовано в її сценарій. А от сценарій «Доки» зі звільненням «за цільовим часом» може бути складнішим. Наприклад: «Ти не видужаєш, доки не зустрінеш психіатра, який зможе тебе перехитрити (або який розумніший за мене, твого батька). Тут лікарю доведеться розгадати загадку («Ви маєте про це здогадатися») або виконати якесь магічне завдання. Пацієнт може пройти через багатьох психіатрів, перш ніж знайде того, хто знає ключ. У такому випадку лікар перебуває в становищі принца, який мусить розгадати загадку або виконати якесь магічне завдання, щоб здобути принцесу, інакше втратить голову. Якщо він розкриває таємницю, то пацієнтка звільняється від влади закляття батька (чи матері-відьми). Це означає, що тепер їй дозволяється видужати і вона це зробить, адже розчакловувач вбудовано в сценарій, так само як у казці.

3. Третій випадок – це сценарій, який передбачає, що пацієнт ніколи не повинен видужати. Та психіатрові вдається здолати прокляття.

Це потребує величезної сили й майстерності з його боку. Він мусить завоювати цілковиту довіру Дитини пацієнта, тому що успіх повністю залежить від того, щоб Дитина більше вірила в лікаря, ніж у того з батьків, який продиктував сценарій. Окрім того, він має володіти належними знаннями про сценарні антитези чи переривачі й знати, як і коли їх застосовувати.

Розбіжність між розчакловувачем (внутрішнє звільнення, або вимикач) та сценарною антитезою (зовнішнє звільнення, або переривач) можна проілюструвати ось як. Сплячу Красуню засудили до сторічного сну, після чого, за умови, що її поцілує принц, вона (очевидно) могла відновити своє життя. Поцілунок принца був внутрішнім звільненням або вимикачем: це був засіб зняти прокляття, записаний у сценарії. Якби принц прийшов лише через двадцять років і сказав: «Ти не мусиш тут лежати», це була б сценарна антитеза, або переривач (якби це спрацювало): зовнішній чинник, не вписаний до сценарію, який може його зупинити.

Д. Антитеза сценарію

Усе, що сказано досі, – це лише підготовка до відповіді на питання «Що з цим можна вдіяти?» Психіатричне лікування зводиться до трьох основних складників: 1) «Бути там»; 2) Зручні підказки; 3) Перемикання.

«Бути там» означає: пацієнт розуміє, що є місце, куди він може піти, людина, з якою він може поговорити, пограти у свої ігри, щоб приховати власні тривоги, позбутися смутку, і хтось, хто заохочуватиме його, прощатиме, радитиме покаятися або годуватиме печивом – усе це жрецькі функції, що мають значення головним чином для самотньої Дитини. Пацієнти, яким у дитинстві бракувало справжніх батьків, пацієнти, чії матері або батьки померли до того, як їм виповнилося десять, п'ять чи два роки, або ті, кого покинули, нехтували чи змусили піти з дому, мають заповнити цей вакуум кимось, хто «буде там», перш ніж будь-яке інше лікування стане ефективним.

«Зручні підказки» – це поради, які дає психіатр, підказуючи пацієнтові, як йому стати щасливим або менш нещасним у своєму сценарному світі. «Тримайтеся міцніше». «Не дайте бабусі звернутися до вовка». «Дістань її телефонний номер до опівночі». «Не бери цукерок у незнайомих». Такі підказки важать головним чином для спантеличеної шизоїдної Дитини, Червоної Шапочки, принца Попелюшки, Гензель і Гретель.

«Перемикання» означає, що пацієнта витягують зі сценарію у реальний світ. У найбільш елегантному вигляді цей складник вимагає від психіатра продумати єдине втручання, яке виконає більшу частину роботи з руйнації сценарію: найефективнішу антитезу сценарію. Наступний випадок із практики проілюструє, яке розслідування, інтуїція та професійна впевненість потрібні для того, щоб досягти цієї мети.

АМБЕР

Амбер Мак-Арго подолала дуже довгу відстань, перш ніж побачила доктора К'ю, про якого вона почула від когось зі своїх подруг. Іще в рідному місті Брінейра вона ходила до трьох «психоаналітиків», які виявилися нездатними їй допомогти. Доктор К'ю знав, що ці люди насправді були не психоаналітиками, а одними з найгірших психіатрів у Брінейрі, які заплутували її по черзі, вживаючи довгі слова на кшталт «ідентифікація», «залежність», «мазохізм» тощо. Жінка сказала доктору К'ю, що того ж таки вечора полетить додому, щоб наглянути за дітьми, тож він зіткнувся з цікавим викликом – спробою вилікувати її за один візит.

Амбер скаржилася на страх перед майбутнім, сильне серцебиття, безсоння, депресію та нездатність працювати. Протягом останніх трьох років вона не відчувала сексуального бажання і не мала статевих стосунків. Її симптоми почалися тоді, коли в її батька виявили діабет. Записавши історію хвороби пацієнтки, доктор К'ю попросив її більше розповісти про батька. Після того як він прослухав її сорок хвилин, йому здалося, що мета хвороби Амбер полягає в тому, щоб зберегти життя її батькові. Поки вона була хворою, він мав шанс вижити. Якби її стан покращився, він би помер. Насправді це було лише сценарною ілюзією її Дитини, тому що діабет був помірним, добре контрольованим, і ніяка смерть батькові не загрожувала, але Амбер воліла думати, що вона – єдина сила, яка збереже йому життя.

Батьківські заповіді казали: «Будь хорошою дівчинкою. Ми живемо лише для тебе». Припис її батька, схоже, був таким: «Не залишайся здоровою, інакше ти мене вб'єш!», але доктор К'ю вирішив, що тут є щось іще. Її «нервова» мати показала Амбер приклад, як бути хворою, і це був шаблон, на який вона орієнтувалася.

Тепер доктор К'ю мав з'ясувати, чи є в тієї жінки щось, чим можна замінити сценарій, якщо вона від нього відмовиться. Від цього залежало все. Якщо почати наступ на її сценарій, а його нічим буде замінити, Амбер може стати лише гірше. Здається, в неї був доволі міцний контрсценарій, що ґрунтувався на заповіді «Будь хорошою дівчинкою», що в цей саме момент її життя означала «Будь хорошою дружиною та матір'ю».

– Що сталося б, якби ваш батько помер? – запитав лікар.

– Тоді мені стало б гірше, – відповіла Амбер.

Це означало, що її сценарій належав не до типу «доки», а був трагічним сценарієм, і це полегшувало завдання докторові К'ю. Якби Амбер мала вказівки «Залишайся хворою, доки твій батько не помре!», вона могла б обрати цей варіант замість ризикувати наслідками видужання, яке, на думку її Дитини, могло б спричинити його смерть. Але, очевидно, сценарій насправді був таким: «Ти змусила свого батька захворіти, тож тепер мусиш занедужати теж, щоб зберегти йому життя. Якщо він помре, ти страждатимеш від наслідків». Це давало Амбер змогу прийняти більш зрозуміле рішення: «Або видужуй зараз, або й далі страждай усе більше, аж доки не помреш!»

Коли шлях був розчищений, доктор К'ю сказав:

– У мене склалося враження, ніби ви залишаєтеся хворою, щоб зберегти батькові життя.

Це твердження було ретельно сформульоване й висловлене в належний момент, щоб одночасно досягти її Батька, Дорослого та Дитини. І батькова, і материна частина її Батька не могли не потішитися з того, що Амбер була такою «хорошою дівчинкою», що страждала заради батька. Дитина у її Батькові була також задоволена тим, що вона дотримувалася його вказівок щодо хвороби (очевидно, йому подобалися нервові жінки, якщо він одружився з такою). Дорослий у її Матері був задоволений тим, що Амбер добре вивчила її урок і вміла бути хорошим інвалідом. Доктор К'ю не знав, як зреагувала на таке Дитина в її Матері, але стежив за цим. Ось і все, що стосується різних частин Дорослого Амбер. Її власний Дорослий, на думку лікаря, погодився, тому що діагноз, імовірно, був правильним. Дитина Амбер також висловила згоду, бо він фактично сказав їй, що вона була «хорошою дівчинкою» і виконувала всі вказівки обох батьків. Критерієм була її відповідь. Якби вона сказала: «Так, але...» могла б виникнути проблема, а от якби вона прийняла діагноз без усіляких «якщо» та «але», все могло б удатися.

– Гм! – відповіла Амбер. – Гадаю, ви маєте рацію.

Ця відповідь означала, що доктор К'ю може перейти до антитези сценарію, тобто змусити Амбер «розлучитися» з батьком. Ключовими словами були три складники сценарної антитези – сила, дозвіл і захист.

1. Сила. Чи достатньо в нього сили, щоб принаймні тимчасово здобути перемогу над її батьком? Він мав дві переваги. По-перше, Амбер уже втомилася хворіти. Можливо, вона й ходила до інших психіатрів, щоб грати в ігри або навчитися комфортніше жити зі своїми симптомами, але те, що вона спланувала таку тривалу подорож, аби побачитися з доктором К'ю, означало, що жінка може бути готова перемкнутись і видужати. По-друге, той факт, що вона таки здійснила цю подорож (а не просто говорила, що дуже боїться це зробити), означав, що її Дитина, імовірно, з великою повагою ставиться до його магічної сили цілителя¹⁸³.

2. Дозвіл. Він мав формулювати дозвіл дуже обережно. Амбер зрозуміла б його слова відповідно до власних потреб, так само, як розуміли пророцтва дельфійського оракула. Якби вона змогла знайти винятки, то за таких умов її Дитина поводитися б як спритний юрист, який вишукує лазівки в контракті.

3. Захист. Це було найсерйознішою проблемою у такій ситуації.

Оскільки Амбер мала їхати відразу ж після бесіди, вона не змогла б повернутися до доктора К'ю по захист, якби не підкорилася припису бути хворою. Її Дитина була б піддана гніву Батька, і нікому було б заспокоїти її під час паніки. Можливо, тут допомогла б телефонна розмова, але через те що вони особисто бачилися лише раз, від неї було б обмаль користі.

Доктор К'ю далі повівся ось яким чином. Спочатку він спіймав на гачок Дорослого Амбер.

– Ви справді вважаєте, що могли б урятувати його, якби самі захворіли? – запитав він.

На це Дорослий Амбер зміг лише відповісти:

– Гадаю, що ні.

– Йому загрожує смерть?

– За словами лікарів, не в найближчому майбутньому.

– Але ви перебуваєте під чимось на кшталт прокляття, що вимагає від вас хворіти і залишатися недужою, щоб урятувати йому життя, і саме це ви й робите.

– Гадаю, ви маєте рацію.

– У такому разі вам потрібен дозвіл на видужання. – К'ю глянув на Амбер, і та кивнула.

– І я вам його даю.

– Я спробую.

¹⁸³ Обов'язок лікаря полягає в тому, щоб використовувати задля лікування хворого всі можливі засоби. Або, якщо сказати це більш практично: «Здоров'я пацієнта важливіше за надуті губи на планерці».

– Спроби нічого не змінять. Ви мусите вирішити. Або ви розлучаєтеся з батьком і кожен з вас іде власним шляхом, або ви цього не робите й усе залишається, як є. Що ви хочете зробити?

Запала довга мовчанка. Нарешті жінка сказала:

– Я розлучуся з ним. Я видужаю. Ви впевнені, що дали мені дозвіл?

– Так.

Потім у лікаря виникла ще одна ідея. Він запросив її залишитися після обіду й піти на групову зустріч, на що Амбер погодилася.

Після того як їхня бесіда закінчилася, доктор К'ю подивився їй у вічі та сказав:

– Ваш батько не помре, якщо ви видужаєте, – і на це Амбер нічого не відповіла.

За дві години після того доктор К'ю пояснив групі, що Амбер проїхала тривалу відстань, щоб побачитися з ним і цього вечора має повертатися. Він запитав членів групи, чи згодні вони, якщо вона відвідає цю зустріч, на що вони погодилися. Жінка добре вписалася в їхній колектив, бо до того прочитала книжку про транзакційний аналіз і розуміла, що вони мають на увазі, коли говорять про Батька, Дорослого, Дитину, ігри та сценарії. Після того як вона розповіла свою історію, учасники групи, як і доктор К'ю, швидко зрозуміли, в чому річ.

– Ви залишаєтеся хворою, щоб порятувати батька від смерті, – сказав один з учасників.

– На що схожий ваш чоловік? – запитав інший.

– На Гібралтарську скелю, – відповіла Амбер.

– Тому ви пройшли увесь цей шлях, щоб порадитися з Пірамідою Хеопса, – мовив третій, маючи на увазі доктора К'ю.

– Він не Піраміда Хеопса, – заперечила Амбер.

– Для вашої Дитини він саме такий, – сказав третій, і їй нічого було відповісти.

Доктор К'ю не говорив нічого, лише слухав. Обговорення тривало, і хтось запитав:

– Ви дали їй дозвіл на видужання?

Доктор К'ю кивнув.

– Чому б вам не дати його в письмовій формі, якщо вона їде?

– Можливо, я так і вчиню, – відказав лікар.

Нарешті він почув те, на що чекав. Коли Амбер запитали про сексуальне життя, вона добровільно відповіла, що часто мала еротичні сни, в яких їй снівся батько. Коли зустріч добігла кінця, доктор К'ю написав їй дозвіл, що складався з фраз: «Перестань кохатися з батьком». «Амбер має дозвіл кохатися з іншими чоловіками, окрім батька. Амбер має дозвіл видужати й залишатися здоровою».

– Як ви думаєте, що він має на увазі? – запитав хтось.

– Я не впевнена. Що мені слід знайти собі коханця?

– Ні. Це означає, що ви можете кохатися з власним чоловіком.

– О! Один з інших лікарів сказав, що мені слід знайти собі коханця. Мене це налякало.

– Це не те, що має на увазі доктор К'ю.

Жінка поклала папірець до сумочки, і в когось виникли підозри.

– Що ви збираєтеся робити з цим папірцем?

– Готовий закластися, що вона хоче показати його друзям.

Амбер усміхнулася.

– Маєте рацію.

– Послання від Піраміди Хеопса, так? Це зробить вас знаменитістю вдома.

– Ви не видужаєте, якщо покажете це своїм друзям. Це гра! – додав інший.

– Гадаю, вони мають рацію, – сказав доктор К'ю. – Вам не варто мати цей дозвіл у письмовій формі.

– Ви хочете, щоб я вам його повернула?

Доктор К'ю кивнув – і Амбер повернула йому дозвіл.

– Хочете, щоб я прочитав вам його вголос? – запитав він.

– Я пам'ятаю.

Доктор К'ю написав для неї дещо інше – це були прізвища двох справжніх психоаналітиків у Брінейрі. Йому було шкода, що там немає транзакційних аналітиків.

– Коли приїдете додому, навідайтеся до одного з цих людей, – порадив він.

За кілька тижнів він отримав від неї листа.

«Я хочу подякувати всім за те, що приділили мені час. Коли я поїхала, то почувалася на 99 % здоровою. Справи пішли добре і я впоралася з деякими серйозними проблемами. Я відчувала, що можу розв'язати й інші самостійно. Мій батько вже не мав наді мною такої влади, і я більше не боялася його смерті. Моє сексуальне життя повернулося до норми вперше за останні три роки. Я мала гарний вигляд і добре почувалася. У мене було кілька періодів пригніченого настрою, але я дуже швидко відновлювалася. Потім я вирішила побачитися з доктором Ікс, якого ви мені радили».

Ця історія демонструє нам приклад мислення сценарного аналітика. Для єдиної бесіди і єдиної групової зустрічі результати були цілком задовільними, оскільки пацієнтка скористалася з нагоди запропонованого їй специфічного дозволу і здобула від нього всі переваги, які тільки могла.

Е. Ліки

Очевидно, що Амбер не вилікували назавжди. Утім, запропонована їй антитеза сценарію мала явний терапевтичний ефект і, ймовірно, певну постійну користь. Але це були хоч і приємні, та все ж побічні продукти. Справжня мета антитези сценарію полягає в тому, щоб виграти час на те, щоб пацієнт міг заглибитись у свій сценарний апарат з метою змінити первісне сценарне рішення. Таким чином пацієнтові, в голові якого звучить Батьківський голос, що закликає «Вбий себе!», та розчарований Дитячий, який відповідає «Так, мамо», кажуть: «Не роби цього!» Цю просту антитезу дано в такий спосіб, що голос психіатра буде чути у критичну мить і протидіятиме цій суїцидальній провокації, щоб утримати пацієнта на волосинці від смерті.

Коли він звільняється від Батьківського програмування, його Дитина стає чимраз вільнішою. У певний момент, за допомогою психіатра та власного Дорослого, він здатен повністю вирватися зі сценарію й почати власну виставу з новими персонажами, ролями, сюжетом та розв'язкою. Такі сценарні ліки, які змінюють його характер і долю, є одночасно й клінічними ліками, оскільки більшість симптомів послабляється завдяки його рішення. Це може статися цілком раптово, і тоді пацієнт «перемикається» просто на очах у психіатра та групи. Він вже не є хворою людиною чи пацієнтом, а здоровою особою з певними вадами та слабкостями, з якими тепер зможе поводитись об'єктивно.

Аналогічний процес відбувається після операції на органах черевної порожнини. Перші кілька днів пацієнт – хвора людина, яка потихеньку видужує, – з кожним днем все довше ходить і дедалі довше сидить. А на п'ятий-шостий день він прокидається із зовсім іншими силами. Тепер він здорова людина з деякими набридливими перешкодами: слабкістю і, можливо, болем у животі. Та він вже не задовольняється простим поступом. Він хоче вийти, а його перешкоди вже не є каліцтвом, а тільки осоружним стражданням, якого він хоче якомога швидше позбутися, щоб жити у великому зовнішньому світі. І це все відбувається за одну ніч, в одному діалектичному перемиканні. Іншими словами, саме таким і є «перемикання» в сценарному аналізі: сьогодні – пацієнт, а завтра – справжня людина, якій нетерпеливись взятися до справ.

Нен жила з батьками. Її батько був професійним пацієнтом, якому державна установа платила щомісячну зарплату за депресію. Її готували до того, що вона піде його стопами, але коли дівчині виповнилося вісімнадцять років, вона втомилася від того, що пропускає всі веселощі. Нен досягала певних успіхів у групі протягом шести місяців, аж доки одного дня не вирішила видужати.

– Як мені видужати? – запитала Нен.

– Роби свою справу, – відповів психіатр.

Наступного дня Нен повернулася в зовсім іншому одязі та геть іншому настрої. Їй було важко дбати про власний емоційний стан, а не про стан батька, але вона навчилася робити це краще й краще. Замість хворіти одночасно з ним, вона дозволяла йому робити це самому. Також дівчина вимкнула програмування матері, яке у стислому вигляді було таким: «Життя – це боротьба, залишайся вдома з татом». Вона розробила абсолютно новий комплекс автономних рішень. Вона скинула свою уніформу «доньки шизофреніка»¹⁸⁴ й почала вдягатися як жінка. Вона повернулася до коледжу, в неї було багато побачень, і студенти обрали її королевою. Їй залишалося тільки сказати: «Неправда, що життя – це боротьба, якщо лише ти сама не робиш його таким. Перестань боротись і починай жити». І це Нен теж удалося¹⁸⁵.

¹⁸⁴ Я недостатньою мірою знаюся на жіночому одязі, щоб точно його описати, але впізнаю цю форму, коли її бачу. Це своєрідне заперечення тіла, коли уніформа «Я шизофренік» створює карикатуру тіла.

¹⁸⁵ Це не було випадковістю, оскільки інша пацієнтка з тієї самої групи перемкнулася того самого дня й ухвалила здебільшого такі самі рішення. Обидві жінки могли легко перетворитися на хронічних пацієнток, головним внеском яких у розвиток людства були б повторювані діаграми в клінічній картотеці.

Розділ 19

Вирішальне втручання

А. Кінцеві провідні шляхи

Лікарю не відомо, що відбувається в голові пацієнта, аж доки це не проявиться через якийсь зовнішній звук або рух. У принципі, кожен Я-стан знаходить власний остаточний шлях для такого зовнішнього вираження. У класичному прикладі Брайді запитують: «Як ваш шлюб?» і вона бундючно відповідає: «Мій шлюб – ідеальний». Кажучи це, вона тримає обручку великим та вказівним пальцем правої руки й одночасно схрещує коліна і починає гойдати правою ногою. Тоді хтось запитує: «Це ви так кажете, а що каже ваша права нога?» Брайді здивовано глипає на свою ногу. Тоді інший член групи запитує: «А що ваша правиця каже вашій обручці?», після чого Брайді починає плакати й розповідає, що її чоловік випиває та б'є її.

Коли Брайді стає більш досвідченою в транзакційному аналізі, вона вже може пояснити їм походження цих трьох відповідей. Фразу «Мій шлюб – ідеальний» каже або диктує зарозумілий та непохитний Материн Батько, який захоплює контроль над голосовим апаратом Брайді, що відіграє роль кінцевого провідного шляху. Її праву руку контролює Дорослий, який підтверджує, що вона дійсно вийшла за мерзотника. Її ноги перехрестила Дитина, щоб не дозволити йому (чоловікові) увійти, а потім вона ще й намагалася завдати йому кількох нерішучих ударів. Використання пасивного стану в цьому абзаці означає, що різні частини її тіла є просто знаряддями на службі Я-станів, які послуговуються ними як кінцевими провідними шляхами.

Є три основні способи, за допомогою яких обирається кінцевий провідний шлях: роз'єднання, виключення й інтеграція. Якщо Я-стани відокремлені одне від одного і ніяк не «спілкуються» між собою, тоді кожен з них обиратиме власний, незалежний від інших, шлях для вираження, і кожен з них «не знатиме», що роблять інші. Відповідно до цього Батько Брайді, який розмовляє, не знає про її Дорослого, що рухає пальцями, та про Дитину, яка гойдає ногою, так само, як і вони не знають про нього. Це відображає ситуацію, що існувала в реальному житті. У дитинстві Брайді не могла вільно розмовляти зі своїми батьками, і їй випадало діяти за їхньою спиною. Коли її ловили на гарячому, вона намагалась уникнути відповідальності за свої вчинки, заявляючи, що вона (її Дорослий) не знала, що робить (її Дитина). З клінічного погляду, це істерична ситуація, коли Дитина може робити різноманітні складні речі, тимчасом як Дорослий заперечує, що знав про них, а Батько звільняється від цього знання.

Виключення означає, що один Я-стан має більше емоційної енергії, ніж інші, та бере на себе владу незалежно від їхніх прагнень. У групах це найкраще помітно на прикладі релігійних або політичних фанатиків, у яких Батько бере під контроль усі шляхи вираження (за винятком випадкових «несвідомих» відхилень) і тримає в лабетах Дитину та Дорослого, а також усіх інших членів групи. Слабшою мірою це проявляється у врівноважених шизофреніків, де Батько захоплює владу і не допускає «погану» або ненадійну Дитину й неефективного, менш енергійного Дорослого, щоб уникнути лікарні чи шокової терапії. Це знову ж таки відображає справжню ситуацію в дитинстві, коли дитину кидали напризволяще, дозволяючи розвиватися самій, за умови, що вона не проявлятиме ініціативу, коли батьки поруч.

«Нормальне» виключення зустрічається в добре організованих особистостях, де один Я-стан керує за згодою інших. Наприклад, Дитина та Батько дозволяють Дорослому керувати в робочий час. У обмін на цю співпрацю Дитині дозволено керувати на вечірках, а Батькові – в інші прийнятні моменти, наприклад, на батьківських зборах.

Інтеграція означає, що всі три Я-стани проявляють себе одночасно, як у творчі моменти, так і у професійних стосунках з людьми.

Голос і постава є вдалимими прикладами кінцевих провідних шляхів. Голос має особливе значення у виявленні компромісів. Тому багато жінок говорять розумні речі голосом маленької дівчинки з неабиякою впевненістю. У цьому випадку існує компроміс між Батьком, який каже: «Не дорослішай», Дорослим, який пропонує пораду, та Дитиною, яка користується захистом. Це називається «Дитина з Дорослим програмуванням» або «не за віком розвинена Дитина». Багато чоловіків говорять розумні речі дорослим голосом, якому бракує впевненості. У такому разі Батько питає: «Що ти про себе думаєш?», Дитина каже: «Я хочу вигідно себе подати», а Дорослий: «У мене є те, що ти можеш спробувати». Це можна назвати Дорослим із Дитячим програмуванням. Дитина з Батьківським програмуванням («Матуся сказала...») та Батько з Дорослим програмуванням («Роби це лише так») теж є поширеними.

Постава свідчить не лише про головні Я-стани, а й про різні їхні аспекти. Отже, Криптичний Батько сидить прямо і вказує пальцем вперед, а тим часом Турботливий Батько відкривається, утворюючи своїм тілом відкрите коло. Постава Дорослого є гнучкою, обережною й рухливою. Адаптована Дитина відсувається зіщулюючись (емпростотонус) і зрештою може прибрати позу ембріона, зігнувши якомога більше м'язів. Експресивна Дитина відкривається (опістотонус), витягнувши якомога більше м'язів. Емпростотонус супроводжується сльозами, а опістотонус – сміхом. Навіть зігнутий палець, зокрема вказівний, може створити відчуття невпевненості й відчуження, тимчасом як його розгинання створює відчуття впевненості й відкритості. Коли він нерухомо вказує вперед, це створює відчуття Батька, який встановлює перешкоду на шляху іншої людини чи ідей.

Іншими словами, Дитина зберігає більш-менш повний контроль над м'язами, що скорочуються мимовільно, Дорослий зазвичай контролює рухи м'язів, що скорочуються свідомо, особливо більші м'язи, а Батько контролює поставу й баланс тонуусу між зігнутими та розігнутими м'язами.

З усього цього видно, що кінцеві провідні шляхи обираються або розподіляються після якогось внутрішнього діалогу в голові. Між простими Я-станами можливі чотири види діалогів: три діалоги (Б-Д, Б-Дит, Д-Дит) та одна розмова з трьома учасниками (Б-Д-Дит). Якщо Батьківський голос розколюється на Батька й Матір, як це зазвичай буває, і якщо втручаються інші Батьківські постаті, ситуація ускладнюється. Кожен голос може супроводжуватися власним набором «жестів», що їх виражає певна група м'язів або конкретна частина тіла. Однак незалежно від характеру діалогу, його результат буде виражений через кінцеві провідні шляхи або, точніше, завдяки домінуванню, угоді чи компромісу існуватиме один кінцевий провідний шлях, а тим часом розчаровані Я-стани шукатимуть допоміжні шляхи для свого вираження.

Б. Голоси в голові

Наскільки реальними є вищезгадані голоси? Броєр відкрив Я-стани (окремі стани свідомості) майже сто років тому, але не довів свого відкриття до кінця. Його колега Фройд приблизно у той самий час дійшов висновку, що візуальні образи є проявами бажань, і присвятив цій ідеї більшу частину свого життя. Внаслідок цього він знехтував слуховий аспект душі. Навіть Федерн¹⁸⁶, який уперше розвинув ідею «ментального діалогу між двома частинами Я», не звернув уваги на питання про справжні голоси і говорив про діалог як про візуально представлене явище (наприклад, у снах). Головним внеском Фрейда було його твердження, що голоси та слова зі снів представляють голоси і слова, які чуємо наяву¹⁸⁷.

¹⁸⁶ Federn, P. *Ego Psychology and the Psychoses*. Basic Books, New York, 1952, Chapter 4.

¹⁸⁷ Freud, S. *The Interpretation of Dreams*. The Macmillan Company, New York, 1915.

Це клінічне правило, що походить із досвіду з транзакційним аналізом, уже зазначалося. Дитина виказує свої бажання у формі зорових образів, але те, що вона з ними робить, остаточний прояв, який здійснюється через кінцевий провідний шлях, визначене слуховими образами або голосами в голові та є результатом ментального діалогу¹⁸⁸. Цей діалог між Батьком, Дорослим і Дитиною є не «несвідомим», а передсвідомим, а це означає, що його можна легко перенести у свідомість. Тоді виявляється, що він складається з частин, узятих з реального життя, того, про що колись сказали вголос. Терапевтичне правило є простою похідною від цього. Оскільки кінцевий провідний шлях поведінки пацієнта визначається голосами в його голові, це можна змінити, вклавши туди ще один голос – голос психіатра. Якщо чинити так під гіпнозом, це може не дати ефекту, тому що виникає штучна ситуація. Але якщо зробити наяву, то це може спрацювати краще, оскільки первісні голоси були вживлені в голову пацієнта теж наяву. Винятки трапляються тоді, коли батько чи мати в образі відьми або велетня-людоджера вганяє дитину своїм криком у стан паніки, що, по суті, є травматичною фугою.

Мірою того, як психіатр дістає від різних пацієнтів усе більше інформації про те, що кажуть голоси в їхніх головах, і краще навчається пов'язувати цю інформацію з поведінкою, яку вони проявляють через різні кінцеві провідні шляхи, у нього розвиваються дуже сильні здібності та проникливість. Він починає неабияк швидко й точно чути голоси в голові пацієнта, зазвичай іще до того, як сама пацієнтка зможе їх розчути. Якщо він ставить вельми некоректне або чутливе запитання, на яке в неї обмаль часу відповісти, лікар може помітити сіпання тут, скорочення там, зміну у виразі обличчя, завдяки чому годен простежити «діалог у голові» майже так само, як коли слухав би магнітофонний запис. Такий приклад можна побачити у випадку з Меб, коли вона слухала тираду своєї матері (розділ 14, Б).

Щойно психіатр починає розуміти, що відбувається, його наступне завдання полягає в тому, щоб дати пацієнтці дозвіл слухати, і навчити її чути голоси, які мають первісну силу ще з дитинства. Тут йому, мабуть, доведеться подолати кілька видів опору. Можливо, їй заборонять дослухатися Батьківські вказівки: «Якщо ти чуєш голоси, ти божевільна». Або її Дитина може боятися того, що почує. Або її Дорослий може воліти не слухати людей, які керують її поведінкою, щоб підтримати в пацієнтки ілюзію автономії.

Багато психіатрів, які використовують «пряму дію», навчаються дуже майстерно оживляти ці голоси за допомогою спеціальних прийомів, коли пацієнт виявляє, що промовляє діалоги вголос, і тоді і він, і аудиторія бачать: те, що він говорить увесь час, було в його голові. Гештальт-терапевти часто використовують «порожній стілець», коли пацієнт рухається від одного стільця до іншого, граючи дві частини себе¹⁸⁹. Психодраматурги готують асистентів, які грають одну роль, тимчасом як пацієнт грає іншу¹⁹⁰. Коли спостерігаєш за такими сеансами або читаєш про них, то незабаром стає зрозуміло, що партії для кожної ролі походять від різних Я-станів або від різних аспектів одного Я-стану і складаються з діалогу, що триває в голові пацієнта ще з дитинства. Проте майже кожен бурчить на себе в той чи цей момент, тому кожен пацієнт має гарний початок для того, щоб виявити свій ментальний діалог без таких спеціальних прийомів. Зазвичай звернення у другій особі («Тобі слід...» тощо) походять від Батька, а ті, що у першій особі («Я мушу...», «Чому я?» тощо) – від Дорослого або Дитини.

Маючи певну підтримку, пацієнт невдовзі починає розуміти найважливіші сценарні вказівки, які чує у своїй голові, і може повідомляти про них психіатру. Тоді лікар повинен дати Пету змогу обирати між ними, відкидаючи неадаптивні, непотрібні, шкідливі або оманливі та зберігаючи адаптивні й корисні. Навіть іще краще – він може дозволити Пету здійснити

¹⁸⁸ Із глухими й сліпими дітьми ситуація має бути іншою, але поки що нічого невідомо про те, як функціонує сценарій за наявності таких вад.

¹⁸⁹ Perls, F. S. *Gestalt Therapy Verbatim*. Loc. cit.

¹⁹⁰ Moreno, J. L. 'Psychodrama.' in *American Handbook of Psychiatry*, Vol 2, Basic Books, New York, 1959.

дружнє розлучення з батьками й розпочати все спочатку (хоча часто дружньому розлученню передуватиме фаза гніву, як це буває в більшості розлучень, навіть якщо вони й завершуються дружньо). Це означає, що лікар мусить дати Петові дозвіл не підкорятися Батьківським вказівкам, але не у вигляді бунту, а радше у формі автономії, тож він буде вільний чинити, як захоче, і не зобов'язаний дотримуватися свого сценарію.

Простішим способом упоратися з цим є прийом пацієнтом ліків, як-от мепробамат, фенотіазини чи амітриптилін, які глушать Батьківські голоси. Це знімає тривогу й депресію Дитини і таким чином «змушує пацієнта почуватися краще». Але тут є три вади. По-перше, ці препарати зазвичай притуплюють усю особистість, зокрема й голос Дорослого. Деякі лікарі, наприклад, радять пацієнтам не кермувати автівкою, коли вони приймають ці ліки. По-друге, медикаменти роблять психотерапію складнішою саме тому, що Батьківські голоси неможливо добре розчутити, і таким чином сценарні вказівки можуть бути замасковані або послаблені. І, по-третє, терапевтичним дозволом, даним за таких обставин, можна вільно скористатися, тому що Батьківські заборони тимчасово не діють, але щойно припиняється прийом ліків, Батько зазвичай повертається на повну силу й може навіть помститися Дитині за ту свободу, з якої вона користувалася під час його відсутності.

В. Динаміка дозволу

Транзакційний аналіз як метод лікування ґрунтується на припущенні, що слова й жести можуть мати терапевтичний ефект без будь-якого тілесного контакту з пацієнтом, окрім руко-стискання. Якщо транзакційний аналітик вважає, що для певної пацієнтки є бажаним тілесний контакт, він відправляє її на уроки танців, до групи чуттєвого усвідомлення або на «курс дозволу». Курси дозволу відрізняються від перших двох тим, що ними керують люди, підготовлені в техніці транзакційного аналізу, які дотримуються рекомендацій психіатра, а не накладають на пацієнта власні теорії та потреби. Таким чином, психіатр може вирішити: «Цьому пацієнтові потрібні обійми, але я не можу обійматися з ним і при цьому здійснювати добре розплановану терапію, тому відправляю його на курс дозволу, рекомендувавши обійми». Або: «Ця пацієнтка потребує розслаблення через танець і неформальних дотиків до людей, але я не даю уроки танців, тому відправляю її на курс дозволу, рекомендувавши танець».

Курси дозволу проводяться у формі групових занять, тому пацієнт не отримує індивідуальних обіймів або індивідуальних танцювальних вправ. Усі пацієнти роблять ті самі речі одночасно, але викладач знає про потреби кожного і приділяє їм певну увагу. (Пацієнти *не повинні* робити ті самі речі одночасно. Викладач просто висуває пропозицію, але кожен вільний діяти, як хоче, тобто частина дозволу походить від курсу. Зазвичай, однак, вони насолоджуються спільними діями з іншими людьми, чого їм могло бракувати в дитинстві.)

Доктор К'ю відвідав курс дозволу, щоб дізнатися про свої відчуття й про те, чого він там може навчитися. Коли інструктор запропонував: «Усі сідають на підлозі», голос у голові сказав: «Моя Дитина та мій Дорослий згодні прийняти вашу пропозицію сісти на підлозі», тож лікар так і вчинив. Де був його Батько? Його Дорослий і Батько заздалегідь домовилися, що Батько залишить Дитину, дозволивши їй робити те, що вона хоче, під певним контролем Дорослого, якщо ситуація «не зайде занадто далеко», тобто не стане аж надто сексуальною. Його Дитина дійсно була трохи збуджена, але потреби у втручанні Батька не виникло, тому що Дорослий міг тримати ситуацію під контролем. Це дає певну інформацію про те, як діє дозвіл.

Оскільки дозвіл є рішенням про втручання з метою аналізувати сценарій, варто якомога краще зрозуміти спосіб, у який він працює, і використовувати кожен можливість дізнатися про це, проводячи спостереження в різних ситуаціях.

Коли Єдер вже має дозвіл від свого Батька на певні дії, у внутрішньому діалозі немає потреби. Це відповідає буквальному значенню слова «дозвіл», тобто «надання права, ліцензії

на якісь дії». Щойно особа здобуває ліцензію, їй не треба звітувати про них щоразу, як вона це робить. Лише якщо вона зловживає ліцензією і заходить задалеко, то зазнає санкцій від органів влади за звичайних обставин. Звичайно, деякі батьки за своєю природою є «інспекторами» і, навіть видавши ліцензію, хочуть наглядати за всім. Люди, які мають у голові таких Батьків, дуже скуті й нервові.

Коли існує заборона на певні дії, то діалог відбуватиметься щоразу, як людина починає їх робити. У такому разі активізується Батько, який каже «Ні!» у суворому сценарії, «Обережно!» в загрозовому і «Навіщо ти хочеш це зробити?» в поблажливому – тобто зазвичай те, що один зі справжніх батьків сказав би в реальному житті. Потім енергію, яку Дитина мобілізує на те, щоб виконати дію, перехоплює Батько й використовує для стримування Дитини. Що більше енергії витратить на це Дитина, то енергійніше її привласнить Батько. Як за таких умов можна дати Дитині дозвіл щось робити? Якщо хтось чужий каже: «Дозволь йому це зробити», Батько тривожиться, його заборони стають ще жорсткішими й у самої лише Дитини немає шансів. Однак чужинець може спокусити Дитину, постачаючи їй «енергією» у формі заохочення або тиску. Тоді Дитина може просунутися вперед і зробити те, що хоче. А після того, як це зроблено, втручається все ще активний та енергійний Батько і спричиняє явище «похмілля», як у алкоголіків, почуття провини й маніакально-депресивний стан, що виникає по тому, як Дитина дістала забагато свободи.

Таким є стан справ зі слабким або неактивним Дорослим. Насправді Дорослий – єдина сила, яка може ефективно втручатися між Батьком та Дитиною, і на це треба зважати в ході всіх терапевтичних заходів. Здається, що Дорослий може дістати дозвіл ззовні на мобілізацію власної енергії чи може бути «заряджений» зовнішнім джерелом. Тоді він здатен стати посередником між Батьком і Дитиною. Він бере на себе Батька, таким чином дозволяючи Дитині вільно рухатися вперед. Якщо Батько пізніше заперечує, Дорослий залишається «зарядженим» і може протистояти йому.

Стосунки між Батьком і Дитиною можуть розвиватись і у зворотному напрямку. Батько не тільки може захопити енергію в Дитини, щоб протидіяти їй, а й передати їй енергію, щоб спонукати її до чогось. Так «поганий» Батько створює «погану» Дитину, не лише керуючи нею, а й підбурюючи її робити «кепські» речі¹⁹¹. Це добре відомо шизофренікам, яких вилікували транзакційним аналізом через перепідпорядкування¹⁹². У процесі перепідпорядкування Дорослий також виконує свою функцію, стаючи достатньо активним для того, щоб протистояти відкинутому Батьку, якщо він знову виявиться активним.

Ми вже зазначали, що існують позитивні дозволи, чи ліцензії, коли психіатр або Дорослий кажуть: «Дозволь йому це зробити», і негативні дозволи, або звільнення, коли аргументом є фраза «Припини його до цього підштовхувати».

Отже, вирішальний чинник у терапії полягає в тому, щоб спочатку здобути вплив над Дорослим. Якщо психіатр і Дорослий можуть домовитись і сформувати між собою альянс,

¹⁹¹ Психоаналіз приймає думку про те, що енергія може бути перенесена з Ід у над-Я і що над-Я насправді є відокремленою частиною Ід. А от думку, що енергія може передаватися назад від над-Я до Ід, він сприймає з меншим ентузіазмом, але саме це відбувається під час активної шизофренії, тому це явище слід вивчати активніше. Психоаналіз, принаймні на практиці, перешкоджає Дорослому, зловживаючи терміном «інтелектуалізація». Ось чому «лікування перенесенням» є прокляттям «психоаналітичної терапії». Для якихось інших методів при цьому залишається обмаль можливостей. Тільки під час останньої фази формального психоаналізу Дорослому дозволено повністю виразити себе, і коли це трапляється, вважають, що пацієнта «вилікували». Іншими словами, пацієнт психоаналітика є вилікуваним, коли аналітик нарешті дає йому змогу думати самотійно. У транзакційному аналізі Дорослого якнайшвидше долучають до союзників, і він доводить свою цінність. Захист не передбачає лікування перенесенням – це просто спосіб пройти крізь нестабільну фазу до впевненості в собі. Людина, яка вчиться їздити верхи, плавати в масці під водою або літати, спочатку потребує схожого захисту, але це жодним чином не означає, що вона є «залежною» від свого інструктора. Коли вона готова, то починає робити це самотужки (у таких видах спорту це може трапитися через десять тижнів). Кожен, хто навчається стикатися з могутньою силою природи, потребує десяти тижнів захисту, а в деяких випадках, можливо, й більше.

¹⁹² Schiff, J., et al. 'Reparenting in Schizophrenia.' *Transactional Analysis Bulletin*, 8:45—75, July, 1969.

цей союз може бути використаний проти Батька з метою дати Дитині дозвіл: або робити щось заборонене, або не піддаватися на Батьківську провокацію. Після того як криза мине, Петовій Дитині все одно доведеться зіткнутися з «повністю зарядженим» Батьком. У випадку позитивного дозволу («Можеш досягати оргазму зі своїм чоловіком, якщо хочеш») Дитина ладна вичерпати свою енергію і буде занадто слабкою, щоб протистояти налаштованому на покарання Батькові. Після негативного дозволу («Тобі не треба пити, щоб довести, що ти чоловік») Дитина є напруженою й нервовою і, можливо, обурюватиметься через того, хто дав їй такий дозвіл. У цьому розчарованому та вразливому стані вона не має захисту проти кпинів Батька. В обох випадках це момент, коли психіатр має бути спроможний захистити Дитину від покарання чи знущань Батька.

Тепер ми впевненіше можемо говорити про три чинники, які визначають ефективність психіатра. Це сила, дозвіл і захист¹⁹³. Психіатр мусить дати Дитині дозвіл не підкорятися приписам та провокаціям Батька. Щоб ефективно це зробити, він має бути й почуватися сильним – не всемогутнім, але достатньо міцним, щоб упоратися з Батьком пацієнта. Після цього лікар мусить почуватися доволі сильним і Дитина пацієнта повинна вірити в те, що він має достатньо сили, аби захистити її від Батьківського гніву. (Слово «сила», або «потенція», вжито тут у сенсі, що стосується психіатрів обох статеї.)

Простою ілюстрацією слугує Делла (розділ 3). Коли Делла напивалася, то в неї траплялися провали в пам'яті, тож вона ризикувала знищити себе під час таких епізодів.

1) «Якщо я не перестану цього робити, то знищу себе і своїх дітей», – сказала вона (Дорослий).

2) «Маєте рацію», – відповів доктор К'ю (Дорослий), підчепивши цим на гачок її вже активного Дорослого. 3) «Тому вам потрібен дозвіл перестати пити».

2) «Це точно». (Дорослий)

6) «Правильно!» 4) «Тоді перестань пити» (Батько до її Дитини)

5) «Що мені робити, коли я відчуватиму напругу?» – запитала вона (Дитина)

5) «Зателефонуйте мені» (Доросла процедура).

Так Делла й учинила, діставши хороші результати. Ось які транзакції відбуваються в цьому випадку: 1) Зверніться до Дорослого або почекайте, поки він активізується. 2) Укладіть альянс із Дорослим. 3) Сформулюйте свій план і подивіться, чи Дорослий з ним погоджується. 4) Якщо все зрозуміло, дайте Дитині дозвіл не підкорятися Батькові. Це треба робити зрозуміло й у простий наказовий спосіб, без слів на кшталт «якщо», «і» та «але». 5) Запропонуйте Дитині захист від наслідків. 6) Підсильте цю пропозицію, сказавши Дорослому, що все гаразд. Слід зазначити, що це була друга спроба доктора К'ю дати Деллі дозвіл. Спочатку замість Дорослого відповіла Дитина: «Але що мені робити, якщо я відчую напругу й захочу випити?» Почувши Дитяче «але», «якщо» та «і», доктор К'ю збагнув, що дозвіл не втримається, перервав маневр і зайшов з іншого боку. Цього разу вона спитала: «Що мені робити, коли я відчуватиму напругу?» Оскільки в цьому реченні не було жодних «якщо», «і» й «але», лікар вважав, що пацієнтка готова прийняти дозвіл. Дозвіл був сильним, тому що доктор К'ю теж не вживав слів «якщо», «і» та «але». Слід зазначити: він не виконував ці кроки згідно з викладеною нумерацією, а адаптував їх до того, що відбувалося.

Підбиймо підсумки: 1) Дозвіл означає ліцензію на відмову від поведінки, якої хоче позбутися Дорослий, або звільнення від негативної поведінки. 2) Сила означає здатність протистояти. «Якщо» й «але» для Дитини не є ознаками сили. Будь-який дозвіл, що містить слова «якщо» у формі умови або погрози, не є добрим, а якщо він обумовлений чи послаблений словом «але», то в ньому взагалі нічого хорошого. 3) Захист означає, що під час цієї фази пацієнт

¹⁹³ Crossman, P. 'Permission and Protection.' *Transactional Analysis Bulletin*, 5:152, July, 1966.

може просити психіатра застосувати свою силу знову, щойно виникне потреба. Його захисна сила схована як у тембрі його голосу, так і в тому, що він говорить.

На *рисунку 18* показано три етапи надання ефективного дозволу. Перший вектор – ДД – представляє займання Дорослого. Другий вектор – БДит – це сам дозвіл. Третій вектор – БДит – показує, як психіатр дає дозвіл Дитині пацієнта всупереч пробудженому Батькові.

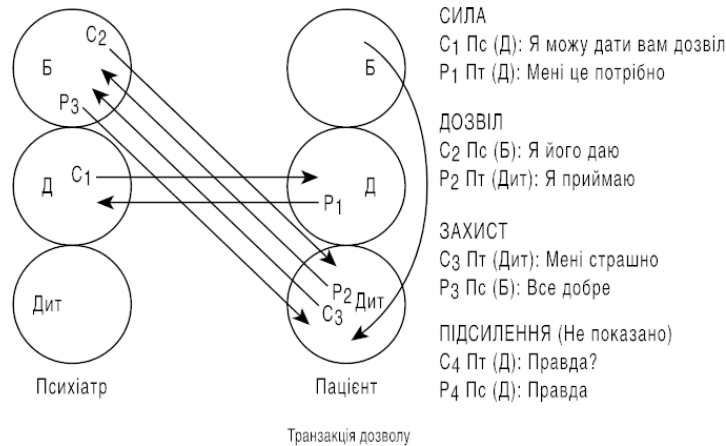


Рисунок 18

Невпевнений психіатр так само зайвий, коли треба приборкати розгніваного Батька, як і невпевнений ковбой, який намагається осідлати необ'їждженого жеребця. І якщо психіатра «скинуть», то він приземлиться просто на Дитину пацієнта.

Г. Лікування пацієнтів проти успіхів

Герберт О. Ярділі¹⁹⁴ описує довге й виснажливе завдання зі зламу одного з японських шифрів під час Другої світової війни – без знання японської. Одному з його помічників наснився такий сон:

«Я йду пляжем з важезним мішком ріні, який мушу нести і який мене виснажує. Я можу полегшити свій тягар ось таким чином: якщо знайду на пляжі камінець, який пасує до одного з камінців у моєму вантажі, то зможу позбутися того камінця, який несу».

Цей чудовий сон демонструє, як тяжке завдання зі зламу шифру, по одному слову за раз, перетворилося на візуальні образи. Це також і притча про те, що означає для пацієнта «робити успіхи». Сценарний аналітик намагається зрізати ремінці, щоб пацієнт міг одразу скинути свій тягар і якомога швидше відчувати себе вільним. Поза сумнівом, повільніший терапевтичний підхід «камінець за камінцем» дає психіатрові велике відчуття впевненості у тому, що він робить, але сценарні аналітики мають іще більше відчуття впевненості й дедалі частіше виявляють, де можна перерізати ремінці так, щоб ураз звільнити пацієнта від тягара. Від цього нічого не втрачається, тому що можна дослідити кожен камінець у вже кинуту мішку після того й виконати ту саму роботу, що й психоаналітик, *після того*, як пацієнт видужає. Гасло «Терапія з досягнення успіху» означає: «Ви не можете видужати, доки вас повністю не проаналізують», а гасло «Терапія з лікування пацієнтів» означає: «Спочатку видужайте, а потім візьмемося до аналізу, якщо ви ще цього хочете». Це нагадує завдання з гордієвим вузлом. Чимало людей намагалося його розв'язати, позаяк існувало пророцтво, що той, кому це вдасться, стане володарем Азії. Александр досяг мети і розрубав вузол мечем. Інші голосно обурювалися, що це

¹⁹⁴ Yardley, H. O. *The American Black Chamber*. Bobbs-Merrill Company, New York, 1931.

треба було чинити не так, що він пішов найлегшим шляхом, спростивши проблему. Але він таки зробив цю справу і дістав свою винагороду.

Іншими словами, психіатр може бути або ботаніком, або інженером. Ботанік пірнає у підлісок і обстежує кожен листок, квітку та травинку, прагнучи з'ясувати, що там відбувається. Тим часом голодний фермер каже: «Ця земля потрібна нам для посівів». «О, мені треба багато часу, – відповідає ботанік. «Не можна квапитися з таким проектом». Інженер каже: «А як цей підлісок узагалі там росте? Змінімо дренаж – і це очистить землю. Просто знайдіть струмок і побудуйте правильну греблю, і всі ваші неприємності незабаром закінчатся. Простіше нікуди». Але якщо «голодний фермер» – це пацієнт, якому бракує переживань, він каже: «О, але я люблю цей підлісок, тому краще голодуватиму, поки ми не обстежимо кожен листок, квітку і травинку». Ботанік робить успіхи, а інженер усуває перешкоди. Саме тому ботаніка є наукою, а інженерія – методом змінювати речі.

Розділ 20

Три історії хвороби

А. Клуні

Клуні була 31-річною домогосподаркою, і доктор К'ю знав її ще відтоді, як їй виповнилося вісімнадцять, тобто ще до того, як довідався про сценарний аналіз. Уперше прийшовши до нього, вона була переляканою, самотньою, незграбною і червоніла. Складалося враження, ніби янгол спустився з небес, шукаючи тіло, в яке може вселитись, і, обравши Клуні, відчув, що припустився невеличкої помилки. У неї було мало знайомих і не було друзів. У школі вона реагувала на хлопців зі зневагою та сарказмом, тим самим відштовхуючи їх. Крім того, у дівчини була зайва вага.

Її перший курс лікування ґрунтувався головним чином на структурному аналізі з елементарними уявленнями про ігри та сценарії, але був досить ефективним, отож вона змогла вийти заміж і народити двох дітей. Приблизно за п'ять років після того Клуні повернулася, позаяк відчувала труднощі з зовнішнім соціальним життям і вважала, що це несправедливо відносно її чоловіка. Жінку непокоїло те, що вона багато пила на вечірках, намагаючись розслабитись, а потім робила всякі шаленства, приміром, роздягалася на спір. Після лікування її стан значно покращився, і вона вже могла ходити на вечірки й не напиватися там як чіп. Хоча Клуні все одно почувалася невдоволеною на таких заходах, а проте вже могла розмовляти з людьми і вважала, що це досить добре. За п'ять років після цього жінка повернулася знову, але тепер уже вирішила видужати, а не просто досягти успіху. Після п'яти групових зустрічей та двох індивідуальних сеансів вона попросила ще про один. Для цього вона прокралася до кабінету, нерішуче зачинила за собою двері і сіла. Доктор К'ю теж зачинив двері й сів. Далі між ними відбувся такий-от обмін репліками.

Клуні: Я думала над тим, що ви сказали мені минулого тижня, – що мені слід подорослішати. Ви казали мені це й раніше, але я не могла слухати. Мій чоловік теж дав мені дозвіл подорослішати.

К'ю: Я не казав подорослішати. Не думаю, що я взагалі комусь таке казав. Я казав, що у вас є дозвіл бути жінкою, а це зовсім інше. Подорослішати означає робити успіхи, а бути жінкою означає, що ваш Дорослий візьме на себе контроль і ви видужаєте.

Клуні: Ну, мій чоловік казав, що коли ми тільки одружилися, то йому потрібна була моя залежність від нього, але тепер йому цього вже не треба, і я маю дозвіл стати жінкою.

К'ю: Яким чином це ваш чоловік так порозумнішав?

Клуні: Він теж тут був, принаймні, заочно. Ми розмовляємо про те, що тут відбувається, й він багато чого про це дізнався, тому він розуміє.

К'ю: Ваша мати була як ваш чоловік. Вона теж вас потребувала.

Клуні: Саме так. Їй було треба, щоб я від неї залежала.

Це спантеличило доктора К'ю, тому що саме материн Батько давав вказівки Клуні, наказуючи їй покладатися на неї, і ці вказівки пацієнтка перенесла у власне життя. Але якщо ця сценарна теорія була правильною, то, здається, мав існувати важіль управління сценарієм, що походив від матеріної Дитини. Поки доктор К'ю обмірковував це, Клуні змінила тему.

Клуні: Потім, ви завжди говорите про мій зад, і ми знаємо, що у вбиральні сталося щось, чого я не можу згадати.

К'ю: Ну, подія, про яку я думаю, є дуже поширеною. Маленька дівчинка заходить до вітальні, де сидить мати з подругами, її підгузки падають і всі кажуть: «Ну хіба це не мило!»

Клуні: Так, це зі мною траплялося.

К'ю: А потім дитина соромиться й червоніє, можливо, її сідниці теж червоніють, що тільки погіршує ситуацію, бо тоді вже в усіх з'являється справжня цікавість і вони кажуть: «Гляньте-но на це. Це справді мило, хо-хо-хо».

Клуні: Саме так я й почувалася.

К'ю: Це має стосунок до ваших роздягань на вечірках. Це єдиний знайомий вам спосіб установити контакти з людьми.

Цієї миті доктор К'ю намалював на дошці діаграму такого типу, як на *рисунку 19а*. (Серед транзакційних аналітиків побутує традиція мати дошку на стіні на той випадок, якщо треба буде малювати діаграми.)

К'ю: На цій діаграмі показано зв'язок між вашою Дитиною та Батьком вашого чоловіка. Такий самий зв'язок існував і тоді, коли ви зростали. Батькові вашої матері було треба, щоб ви залежали від неї і ваша Дитина погоджувалася з цим. Отож, як бачите, під час цього періоду шлюб ваш чоловік заповнює місце, яке посідала ваша мати.

Клуні: Так. Я вийшла за нього заміж тому, що він нагадував мені матір.

К'ю: Так, але ваша мати теж мала з вами якийсь зв'язок.

Клуні: О, так. Вона завжди усміхалася, коли траплялося щось ганебне або коли одна з нас, дівчат, робила щось, що їй здавалося поганим. Потім вона казала: «Ну хіба це не жахливо?»

К'ю: Мені дуже важливо знати, що вона робила спочатку: сміялася чи усміхалась і потім казала «Ну хіба це не жахливо?» або навпаки?

Клуні: А, ви маєте на увазі, чи давала вона спочатку волю Дитині й опісля вибачалася за це перед Батьком, чи спочатку розмовляла з Батьком, а потім випускала Дитину.

К'ю: Правильно.

Клуні: Розумію. Спочатку вона усміхалася.

К'ю: О, тоді це означає, що вона хотіла, щоб ви робили те, чого вона не могла б зробити і що веселило її Дитину, але потім їй доводилося вибачатися перед Батьком. Саме це ви і робите: ви завжди перепрошуєте свого Батька. Відтак ідете далі й скоюєте для матері якісь гидкі вчинки, а тоді вже далі питаєте: «Що мені робити з почуттям провини?» Складається враження, що після того як Дитина вашої матері підбурює вас щось зробити, втручається її Батько і тисне на вас.

Клуні: Так, розумію. І що мені вдіяти з почуттями провини?

К'ю: Розлучіться з матір'ю. Живіть власним життям. Дбайте про власні проблеми замість того, щоб бути її маріонеткою. Нехай вона сама робить щось погане, а якщо це її засмутить, то це вже її клопіт.

Клуні: Моя тітка була така сама.

К'ю: А тепер ми проведемо стрілку на діаграмі там, де Дитина вашої матері підбурює вашу Дитину до поганих учинків. (*Рисунок 19б*) Відтак її Дитина задоволена й усміхається, а її Батько з'являється з фразою «Ну хіба це не жахливо?» Але все одно чогось бракує, бо до цієї ситуації мав якось долучитися ваш батько.

Клуні: Я розумію, як він долучався. Він завжди казав, що я боягузка і не зможу цього зробити. І себе теж називав боягузом. Коли він хворів або йому було боляче, то стогнав і казав: «Я боягуз, я цього не витримаю».

К'ю: О, тоді ми можемо доповнити діаграму вашого сценарію ось цим. (*Рисунок 19в*) Угорі я уявлю, що його Батько каже вам бути хороброю, але внизу видно, як його Дитина каже вашій Дитині, що ви оби-два будете боягузами. Що говорила вам раніше мати?

Клуні: Будь хорошою дівчинкою – і люди тебе любитимуть.

Головною скаргою Клуні було те, що вона боїться людей. Оскільки вона не знала, як розмовляти з незнайомцями, то воліла радше залишатися вдома з дітьми, ніж ходити на вечірки.

Обоє її батьків мали такий самий страх і були соціально непристосованими. Матриця сценарію (рисунк 19в) бере до уваги усі ці чинники.

- 1 ББ: материн Батько каже: «Будь хорошою дівчинкою» (Заповідь)
- 2 ДитДит: материна Дитина каже: «Роби ганебні вчинки» (Провокація)
- 3 ДД: материн Дорослий показує їй, як бути незграбною та боязкою у товаристві (Шаблон)
- 4 БДит: материн Батько сварить її за погані вчинки (Заборона)
- 5 ББ: батьків Батько каже: «Будь хороброю» (Заповідь)
- 6 ДитДит: батькова Дитина каже: «Ми обоє будемо боягузами» (Спокуса)
- 7 ДД: батьків Дорослий показує їй, як бути боягузом (Шаблон)
- 8 БДит: батьків Батько сварить її за боягузтво (Заборона)

Тут сценарні вказівки, здається, рівномірно розподіляються між обома батьками. Обоє показують їй, як бути боягузкою та обоє змушують її почуватися винною. Тому в жінки немає нікого, хто міг би її підтримати, коли вона боїться, і їй ні до кого звернутися, коли вона відчуває каяття. Саме тому вона й відчувається самотньою. Проте Дитина її матері смілива, тому Клуні має дозвіл робити імпульсивні сміливі речі (такі, як роздягання), бо знає: її мати вважає (або колись вважала), що це мило. А пізніше вона страждає через це, коли на неї напосідаються обоє батьків.

Клуні: Знаєте, на цій картинці я вперше побачила те, що робив раніше мій батько, хоча ми про це вже й говорили. Але тепер я дійсно це зрозуміла.

К'ю: Тут дуже багато для одного сеансу.

Клуні: Так, я зрозуміла частину цієї інформації, а над рештою мені доведеться подумати.

К'ю: Так, можливо, ви не зрозумієте все до наступного тижня, але не хвилюйтеся, ми пройдемо це знову.

Хочу сказати ще дещо. Ми бачимо, як бешкетує ваша Дитина і як ваш Батько змушує вас почуватися винною. І ви можете побачити, що насправді ваша мама утримувала вас у позиції Дитини, так само, як і ваш чоловік, тому що вони обидва хотіли бачити вас такою. Отже, ви просто були маріонеткою в їхніх сценаріях. Але я думаю, що ви наполовину доклалися до продовження таких стосунків. Питання полягає в тому, де тут ваш Дорослий?

Одна з таких речей, що сталися сьогодні, – це те, що ви зайшли, зачинивши двері наполовину. Ви не залишили їх відчиненими, щоб я міг їх зачинити і не зачинили їх самі.

Клуні: Але ж це ваші двері.

К'ю: Але ж це ваша зустріч. Для чого в мене двері?

Клуні: Щоб ніхто в приймальні мене не підслухав.

К'ю: То ви хочете, щоб вас підслухали?

Клуні: Хе-хе-хе. Можливо.

К'ю: Ну, це ваш сеанс, тому в певному сенсі це ваші двері.

Клуні: Так, але я б не наважилася взяти на себе таке.

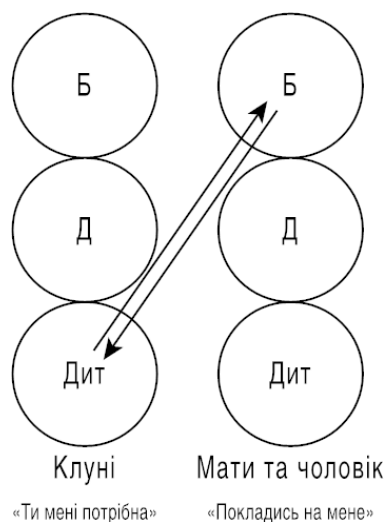


Рисунок 19а

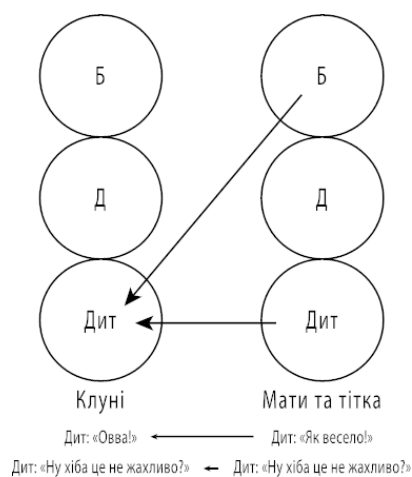


Рисунок 19б

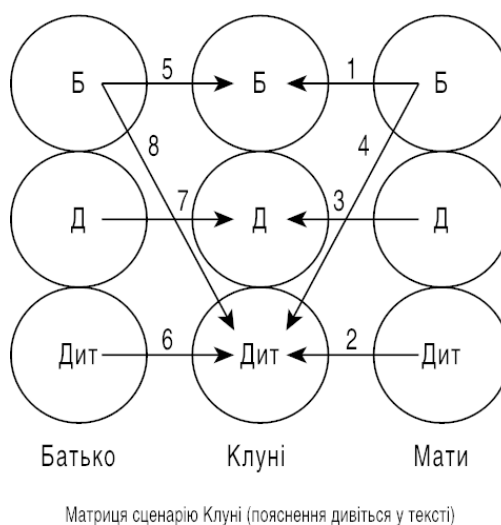


Рисунок 19в

Доктор К'ю нічого на це не відповів. Він замислився. Якби вона була впевненою та відвертою, то або зайшла б і дозволила йому зачинити двері, або зачинила б їх сама. Вона, ска-

жімо так, мала половину Дорослого, тому й зачинила їх наполовину. На соціальному рівні Клуні не почувалася леді настільки, щоб дозволити йому це зробити, але боялася чи соромилася зачинити їх повністю, тому пішла на компроміс. Як хороша дівчинка, вона зробила жест, а як майже жінка дозволила йому завершити справу. На психологічному рівні ситуація була іншою. Вона соромилася говорити в групі, але її Дитина хотіла, ба навіть сподівалася, що її «підслухають» крізь напівзачинені двері, особливо коли в сусідній кімнаті не було нікого. Усе це відбувалося під назвою «оголення», але ці ігри доведеться розглянути пізніше. Для одного дня їй було задосить. Нарешті лікар сказав:

К'ю: У будь-якому разі, саме тут ваш Дорослий і вступає в дію: це те, що ви вирішуєте зробити, наприклад, зачинити двері або залишити їх відчиненими. Гаразд, побачимося наступного тижня в той самий час.

Ця зустріч була кульмінацією багатьох років роботи. Коли Клуні прийшла до нього вперше, доктор К'ю дуже мало знав про сценарії. Тепер він знав набагато більше й вельми цікавився цією темою. Клуні теж знала значно більше й була готова видужати, і її певною мірою підтримував чоловік, який, за її словами, був аматором, але проникливим сценарним аналітиком. Загалом сеанси з Клуні були важкими й непродуктивними. Зазвичай вона почувалася зневіреною та похмурою, вимагала від лікаря підбадьорення, ставлячи йому запитання, на які годі було відповісти, дратувалася, коли він не давав правильних відповідей, і грала у «Так, але», коли він намагався відповісти правильно. Цього разу жінка була енергійною, сприйнятливою й уважною. Вона нахилилася вперед, сидячи на стільці, замість того, щоб сповзати з нього; те саме зробив і він. Вони обоє говорили швидко і жваво. Її Дитина відмовилася робити успіхи й вирішила видужати, тому її Дорослий був готовий слухати і думати. Клуні хотіла подивитися на свого батька, а не сприймати як батька доктора К'ю. Це звільнило її і дало змогу прислухатися до його Дорослого, а не слухати його як критичного Батька. З пацієнтки з «Дерев'яним Мозком» вона перетворилася на реальну людину з певними проблемами (такими, як самовираження), що їх треба було розв'язати. Все життя вона втрачала самовладання, а цього тижня змінилася.

Тепер вона була спроможна об'єктивно розглянути тілесні аспекти свого сценарію, в якому важливу роль відігравали її сідниці. За допомогою Дитини, яка червоніла, вони контролювали те, як вона сиділа, ходила, чого боялася, що хотіла робити, і те, як на неї реагувала Дитина в інших людях. Це був рівень Дитини в Дитині, що здебільшого є тим, що у психоаналізі називається «несвідомим». Тому залишалося розкопати її давно забуті транзакції з батьками, де зосереджувалися її страхи, бажання й увага стосовно цієї частини тіла. І це слід було зробити під контролем пильного Дорослого й лікаря, щоб вона могла впоратися з плутаними й небезпечними почуттями, що зазвичай пов'язувалися з почервонілими сідницями.

Б. Віктор

Коли Віктор прийшов на лікування, він був занурений у гру зі своїм начальником, старим слоном, який бавився в «Попався, сучий сину». Віктор відповідав на це іграми «Дивись, як я старався», «Як завжди» і «Вдар мене». Коли Віктор уже збирався змінити роботу, його дружина сказала подрузі: «Він хоче спробувати й побачити, що з того вийде».

– Я не збираюся пробувати, – відповів Віктор. – Я це зроблю.

– То ти нарешті перестав пробувати! – докинула подруга.

– Ну що ж, тепер ви здобули дозвіл на успіх, – сказав доктор К'ю, коли Віктор розповів йому про цей випадок.

– Це не дозвіл на успіх, – відповів Віктор. – Це дозвіл перестати «пробувати».

– І як це працює? – запитав доктор К'ю.

– Моя мати казала: «І далі пробуй і, якщо це не спрацює, то в будь-якому разі все буде гаразд». Тепер, коли я знаю марсіанську, я розумію, що моя Дитина переклала це як: «Не прагни успіху, краще йди до матусі додому». Тому мені треба звільнитися від спроб, і я можу просто це зробити. Зараз я великий хлопчик. Добре, чи не можете ви дати мені прізвища якихось фахівців у Нью-Йорку?

Щось змусило доктора К'ю завагатись, але оскільки давати контакти інших фахівців пацієнтам, які їхали до іншого міста, для нього було звичною справою, він погортав психіатричний довідник і дав Віктору імена й прізвища двох лікарів на Сході.

– Ви надішлете їм мою діаграму чи якісь інші свої записи?

Цього разу доктор К'ю прислухався до своєї інтуїції й відповів:

– Ні, якщо вони про це не попросять.

– Тобто?

– Ну, зараз ви у доброму стані й, очевидно, усе це залишилося позаду. Якщо щось буде не так, ви самі можете їм про це сказати. – Тепер він зрозумів, що було не так. Віктор звільнив себе від слона і від доктора К'ю, але в уявленні його Дитини він ще перебував під захистом двох психіатрів зі Сходу, і в певній мірі відмовився від своєї нещодавно й важко здобутої автономії.

– Ось що я вам скажу. Спаліть цей папірець із прізвищами.

– Але ж я їх все одно запам'ятаю, до того ж я міг би просто покласти їх у гаманець.

– Спаліть.

– Ритуал, – мовив Віктор.

– Саме так. Це ваш Дорослий каже Дитині, що ви можете пожертвувати ними і все зробити самотужки.

Віктор глянув на нього – і доктор К'ю зрозумів, про що він думає.

(«Я спробую»)

– Спалити, – повторив він.

Віктор усміхнувся. Сеанс добіг кінця. Вони підвелися й потисли один одному руки, і на цьому лікуванні Віктора завершилося.

В. Джен і Білл

Джен та Білл прийшли до доктора К'ю з проханням про терапію у групі. Вони вже пробули в групах із транзакційного аналізу (або «ТА-групах», як вони їх називали) близько, де кілька різних лікарів працювали з ними разом, а також були на чотирьох чи п'яти «марафонах». Вони обоє відчували вдячність за цей досвід, який зблизив їх і дав інші корисні результати. Було очевидно, що вони дуже кохають одне одного після трьох років шлюбу і дуже люблять двох своїх малюків.

– Як давно ви були у групі? – запитав доктор К'ю.

Білл глянув на Джен. Вона усміхнулася йому і відповіла:

– Ми припинили приблизно рік тому.

– А чому хочете почати знову?

– Є багато речей, які можна покращити, – сказав Білл. – Здебільшого я почуваюся добре, але мені хотілося б почуватися добре завжди.

– Це доволі складне завдання, – зазначив доктор К'ю.

– Що ж, можу висловитися конкретніше, – вів далі Білл. – Моя робота – продавець рідкісних книжок – безпосередньо стосується людей. До того як я пішов у ТА, я ніколи б не подумав, що можу стати продавцем, а тепер я продавець і непоганий. Але я міг би робити це краще, якби мій Дорослий зберігав контроль навіть у моменти стресу. Наприклад, я вважаю, що мені час подумати про підвищення зарплати. Зараз заробляю приблизно вісімсот доларів на місяць,

що більше, ніж я заробляв будь-коли за своє життя, і вперше ми здатні дозволити собі те, чого хотіли, замість того, щоб весь час випробовувати долю.

– Утім, нелегко просити про підвищення на маленькому підприємстві, де є лише два або три працівники і, гадаю, мій бос на це не погодиться. Проте я доволі добре знаю цей бізнес і є досить ефективним, щоб заслуговувати на вищі заробітки. Два роки тому я ніколи не сказав би чогось такого, але зараз у це вірю. Проблема полягає в тому, щоб утримувати увагу мого Дорослого й не дозволяти Дитині перебирати владу у важливий момент і починати якісь ігри. Також я мушу знати, що планує мій бос, бо у нього теж власні ігри. Тому можу або все зіпсувати, попросивши про підвищення так, що я нічого не отримаю, і потім розізлитись, а це буде небезпечно і не треба, або перервати його ігри, змусити сісти вкупі зі мною та з'ясувати, чого я вартий. Тож мені потрібна невеличка допомога, щоб це зробити.

Мені хочеться й мені треба більше попрацювати зі своїм сценарієм. Мій батько був алкоголіком і мати погоджувалася з цим, тому десь на задньому плані в мене завжди ховається сценарій невдахи. Ось чому я й досі час від часу роблю дурниці та хочу це припинити. Тому мені варто краще зрозуміти свій сценарій і дістати хороші дозволи. Вас улаштовує така угода?

– Не впевнений, – відповів доктор К'ю. – А є щось більш специфічне?

– Я й досі п'ю більше, ніж мав би, щоб краще виконувати свою роботу, – сказав Білл.

– А як щодо «антиалкогольної» угоди для початку? – запропонував доктор К'ю. – Це допоможе нам збагнути ваш сценарій і зміцнити вашого Дорослого.

– Звучить непогано, – відповів Білл.

– А чого хочете позбутися ви, Джен?

– Я хочу зробити свою Дитину вільнішою і більш творчою. Я зубний технік і все ще займаюся цим на півставки, але я почала писати після того, як потрапила до групи доктора Ікс, і досягаю в цьому успіхів. Я просто хочу робити це краще. У мене багато відьомських інструкцій від матері, яких іще й досі боїться моя Дитина, і це заважає. Крім того, я потребую регулярних погладжувань, щоб залишатися щасливою, і я могла б робити це значно ліпше.

– Розкажіть мені якийсь сон, – попросив доктор К'ю.

– Раніше мені снилися найжахливіші сни. Розумієте, у дитинстві я кілька років прожила в Лондоні, коли на нього скидали бомби й ми бігли до укриттів. І батька я тоді бачила лише раз, коли він був у відпустці. Але зараз мені сняться чудові сни: я ширяю й літаю, насолоджуючись прекрасними барвами.

– Схоже, доктор Ікс дуже добре з вами обома попрацював, – мовив доктор К'ю. – Навіщо ж ви хочете відвідувати мої групи?

– Він справді багато для нас зробив, – відповів Білл. – Але ближче до кінця нам почало здаватися, що ми досягли межі, тож подумали, що, можливо, ви маєте для нас якісь свіжі ідеї. Ми все ще далекі від ідеалу. Ми обоє починали, як жаби, і Джен тепер точно принцеса, а я, гадаю, можу навчитися бути принцом.

Коли він це сказав, Джен усміхнулася чарівною усмішкою, що явно належала принцесі. Однак в ній ще були залишки воєнного неврозу. Вона вже не панікувала, чуючи гучні звуки, але вони порушували перебіг її думок. Отже, в її випадку вони з лікарем домовилися вилікувати залишки її страху. Це мало звільнити її Дитину, що було головною метою Джен, а також дозволити їй комфортніше почуватися разом з дітьми, як і дітям з нею. Доктор К'ю не сумнівався, що доктор Ікс погодиться на такі справи, тому взяв історію хвороби кожного з подружжя, щоб підготувати їх до занять у одній із груп.

Цей випадок ілюструє зручність транзакційного аналізу. Джен, Білл та їхні психіатри говорили однією мовою, тому пара змогла перейти від одного лікаря до іншого без помітного сповільнення свого видужання. Хоча доктор К'ю був для них незнайомцем, їм було неважко пояснити йому, чого вони досягли і чого сподіваються досягти далі. Крім того, вони знали, в чому їхні проблеми, і змогли пояснити це простою мовою, яку розуміли всі троє.

Коли Білл і Джен почали відвідувати групу, то змогли точно пояснити іншим пацієнтам, на якому етапі перебувають, і ті розуміли, про що вони говорять. А слухаючи інших, Джен та Білл могли швидко зрозуміти, на якому етапі перебуває кожен з них і куди прямує. Це вони й робили під час першої зустрічі. Відтак подружжя було готове до більш особистих транзакцій з іншими пацієнтами, які швидко змогли знайти сліди Біллового Батька-Алкоголіка й Матері-Відьми Джен та інші важливі деталі. Усе це було можливо, тому що всі вони розмовляли однією мовою і мали на увазі ту саму річ, коли вживали певне слово. А найкорисніші слова належали до базового рівня англійської мови. Це були ті слова, що їх можуть зрозуміти вихованці дитсадків: батько, дорослий, дитина, ігри, сценарій. (Діти, які не тямлять слова «сценарій», можуть зрозуміти фразу «що ви збираєтеся робити у своєму житті».)

Частина V

Наукові підходи до теорії сценаріїв

Розділ 21

Заперечення теорії сценаріїв

Багато людей заперечують теорію сценаріїв, кожен зі своєї позиції. Що задовільнішими є відповіді на ці заперечення, то ймовірнішим постає припущення щодо правильності цієї теорії.

А. Заперечення спірітуалістського характеру

Дехто інтуїтивно відчуває, що теорія сценаріїв не може бути правильною, тому що суперечить ідеї людини як істоти, що має свободу волі. Уся ця ідея викликає в декого відразу, оскільки ніби зводить людину до якогось механізму без власної життєвої сили – так само, як це робить теорія формування умовних рефлексів у її крайньому вияві. З певних гуманістичних причин когось непокоїть і психоаналітична теорія, яка в певний спосіб обмежує людину до замкненої кібернетичної системи з лише кількома обмеженими вхідними й вихідними каналами, не залишаючи місця для божества. Це моральні нащадки тих, хто мав таку саму думку про дарвінівську теорію природного добору, яка у їхньому розумінні зводила процес життя до механіки й не залишала простору для творчості матері-природи. Вони, своєю чергою, були нащадками тих, хто вважав Галілея за нестерпного зухвальця. Утім, до таких заперечень, що виникають через філантропічне ставлення до людської гідності, треба ставитися з належною увагою. Відповідь або, якщо хочете, виправдання, є таким:

1. Структурний аналіз не претендує на те, щоб відповідати на *всі* запитання, які стосуються людської поведінки. Він формулює певні судження щодо спостережуваної соціальної поведінки та внутрішніх переживань, і ці судження є обґрунтованими. Він не вивчає, принаймні формально, питання, пов'язані з сутністю буття – Я. Структурний аналіз свідомо створює концепцію, що лежить за межами його сфери, концепцію вільного заряду, в якій перебуває Я, і таким чином залишає ціле поле, що є в багатьох аспектах найважливішим, для філософів, метафізиків, богословів і поетів. Він жодним чином не намагається зазіхати на цю чітко окреслену територію й очікує такої самої люб'язності від тих, хто розв'язує проблеми сутності людини або Я. Структурний аналіз не має жодного бажання вдиратись у вежу зі слонові кістки, в собор, записник поета або судову залу, але з іншого боку й не чекає, що його тягтнуть туди силоміць.

2. Теорія сценаріїв не вважає, що геть *уся* людська поведінка управляється за допомогою сценарію. Вона залишає якомога більше місця для автономії, і, власне, автономія є її ідеалом. Вона лише стверджує, що відносно обмаль людей досягають повної автономії і тільки в особливих випадках. Усе її призначення полягає в тому, щоб збільшити розподіл цього неоціненного товару, і вона пропонує для цього метод. Але перша вимога полягає в тому, щоб відокремити фальшиве від справжнього, і це є її завданням. Однак вона відверто називає ланцюг ланцюгом, а це не мусить сприйматись як образа тими, хто любить свої ланцюги чи воліє ігнорувати їх.

Б. Філософські заперечення

Вони є як трансцендентними, так і екзистенційними. Сценарний аналіз розглядає імперативи як вказівки від батьків, і мета існування більшості людей полягає в тому, щоб виконати

ці вказівки. Якщо філософ каже: «Я мислю, отже, я існую», сценарний аналітик запитує: «Так, але звідки ви знаєте, *що* думати?» Філософ відповідає: «Так, але я ж не про це кажу». Через те що вони обидва вживають «Так, але...», очевидно, що вони не дійдуть згоди. Однак це непорозуміння можна легко усунути.

1. Сценарний аналітик розглядає *лише* явища і не вторгається на територію трансценденталіста. Він тільки твердить: «Якщо ви припините думати так, як вам наказали батьки, і почнете думати самі, ви будете думати краще». Якщо філософ заперечуватиме, що він і так думає самостійно, то, можливо, сценарному аналітику доведеться сказати йому, що це до певної міри ілюзія, більше того, це ілюзія, якої він собі не може дозволити. Можливо, філософові це й не сподобається, але сценарний аналітик не повинен відхилятися від того, що знає. Отже, як і у випадку з опонентами-спіритуалістами, конфлікт відбувається між тим, що не подобається філософові, й тим, що знає сценарний аналітик, а це питання мусить почекати, доки філософ не буде готовий сприймати себе серйозніше.

2. Коли сценарний аналітик твердить: «Мета існування більшості людей полягає в тому, щоб виконати батьківські вказівки», екзистенціаліст заперечує: «Але це не є метою в тому сенсі, який я вкладаю в це слово». На що сценарний аналітик відповідає: «Якщо ви знайдете інше слово, дайте мені знати». Він має на увазі, що індивід не може навіть почати думати про те, щоб знайти кращу мету, поки задовольняється тим, що дотримується батьківських вказівок. Він пропонує автономію. Тоді екзистенціаліст питає: «Так, але моя проблема полягає в тому, що робити з автономією після того, як її отримувеш». Сценарний аналітик відповідає: «Я знаю не більше за вас. Усе, що я знаю, – це те, що одні люди є менш нещасними за інших, адже мають більше вибору в житті».

В. Раціональні заперечення

Раціональне заперечення є таким: «Ви самі сказали, що функція Дорослого полягає в тому, щоб ухвалювати раціональні рішення і що кожен має Дорослого для того, щоб вирішувати. Чому ж тоді ви кажете, що ці рішення вже ухвалені Дитиною?»

Слушне зауваження. Проте існує ієрархія рішень, а найвищий рівень у ній посідає рішення про те, дотримуватися чи не дотримуватися сценарію, і поки це рішення не буде ухвалене, всі решта не допоможуть змінити остаточну долю людини. Ієрархія є такою: 1) Дотримуватися чи не дотримуватися сценарію? 2) Якщо дотримуватися, то якого? Якщо не дотримуватися, то що тоді робити? 3) «Довгострокові» рішення: одружитися чи ні, мати дітей чи не мати, накласти на себе руки, вбити когось, збожеволіти, піти у відставку чи вилетіти з роботи або досягти успіху. 4) «Інструментальні» рішення: з якою дівчиною побратися, скількох дітей мати, як укоротити собі віку тощо. 5) «Часові» рішення: коли одружитися, коли народити дітей, коли самому собі заподіяти смерть тощо. 6) «Раціональні» рішення: скільки грошей віддавати дружині, до якої школи віддати дітей тощо. 7) «Невідкладні» рішення: піти на вечірку чи залишитися вдома і взятися до любові, лягнути сина чи вилаяти, навідати клієнта сьогодні чи завтра тощо. Кожен рівень у цій ієрархії підпорядковується всім вищим, і кожен нижній рівень є тривіальним порівняно з тими, що перевищують його. Проте всі рівні безпосередньо сприяють досягненню кінцевого результату та розробляються з метою підвищити його ефективність незалежно від того, є сценарій керованим чи самостійно вибраним. Тому доки не ухвалено перше рішення, жодне інше не є «раціональним» в екзистенційному сенсі, а лише «керованим», раціоналізованим на хибних підставах.

«Але, – скаже опонент-раціоналіст, – тут немає ніякого сценарію».

Оскільки наш опонент є раціоналістом і не зізнається, що теорія сценаріїв просто змушує його нервувати, ми візьмемо на себе клопіт відповісти йому. Це наш шанс висунути дуже

сміливе припущення. Спочатку ми запитуємо його, чи уважно він прочитав цю книжку, а потім пропонуємо наші найпотужніші аргументи, що можуть переконати або не переконати його.

Припустімо, сценарію не існує. У такому разі: а) люди не чують голосів у голові, які кажуть їм, як чинити, або якщо й чують, то завжди діють незалежно від цих голосів (тобто не погоджуються з ними і не бунтують); б) люди з багатьма різними голосами в голові, які вказують їм, що робити (наприклад, ті, хто виховувався в низці названих родин), є так само впевненими в собі, як і ті, хто виховувався в одній сім'ї; в) люди, які колють собі наркотики, забагато п'ють або вивалюють власні тельбухи на підлогу (хіпі певного типу) не вважатимуть, що якісь невідконтрольні їм внутрішні сили штовхають їх до чітко визначеної долі, а натомість розглядатимуть кожну таку дію як ізольоване, автономне рішення. Або ж «внутрішні сили» є незворотними і не піддаються зміні за допомогою психологічних методів.

Якщо всі чи навіть одна з цих гіпотез є правильною, тоді, можливо, і не існує жодного сценарію. Проте клінічні докази свідчать, що всі вони є хибними, тому сценарій таки існує.

Г. Доктринальні заперечення

Доктринальні заперечення поділяються на дві основні категорії: релігійні та психоаналітичні. З релігійного погляду, питання сценарію – це проблема визначеної наперед долі або чогось такого проти свободи волі: пресвітеріани проти юдеїв, римо-католики проти послідовників «Християнської науки» тощо. Такі розбіжності в поглядах, як їх зазвичай формують, виходять за межі наукового дослідження.

Психоаналітичні заперечення – єзуїтські. Як доктрина, сценарний аналіз не є незалежним від психоаналізу або невідповідним йому; це його продовження, тому дехто вважає його антианалітичним і, хоча й не язичництвом, але ересю в межах доктрини. Таким чином, монофізитська ересь була просто продовженням римо-католицької доктрини, але тривожила церкву набагато дужче, ніж язичництво, за яке покарою було лише навернення, але аж ніяк не обезголовлення.

Щоб обговорити заперечення, висунуті деякими психоаналітиками (що зазвичай виникають, коли хтось зі співробітників хоче розпочати сценарний аналіз у клініці або лікарні з психоаналітичною орієнтацією), необхідно спочатку з'ясувати, що означає слово «антианалітичний»).

Сценарні аналітики цілком поділяють доктрини Фрейда і лише хочуть доповнити їх, виходячи з подальшого досвіду. Відмінність між ортодоксальними поглядами та сценарним аналізом полягає в акцентах. Насправді сценарні аналітики є кращими «фрейдіанцями», ніж ортодоксальні. Наприклад, автор цієї книжки, крім повторення та підтвердження традиційних спостережень Фрейда, також погоджується з ним у питанні інстинкту смерті й поширеності причепливого повторення. За це його назвали «антифрейдіанцем». Він також вважає, що короткі фрази можуть висловити те, що ми знаємо про людський розум краще, ніж довгі потоки слів, і що термінологією Фрейда зловживають із метою, яку сам Фрейд засудив би, – щоб затушувати факти. За таке автора цих рядків назвали «антианалітичним» – не за те, що він щось зробив у цьому напрямку, а просто через те, що висловив саму думку¹⁹⁵. Сценарні аналітики вірять у несвідоме, але роблять наголос на свідомому, працюючи з пацієнтами, для яких ортодоксальний психоаналіз є у більшій чи меншій мірі непридатним, згідно з формулюванням самого Фрейда¹⁹⁶. Крім того, сценарні аналітики не вдають, буцімто їхня діяльність є психоаналізом, тому що це не так. (Більшість психіатрів, які практикують психо-

¹⁹⁵ Giovacchini, P. L. 'Characterological Aspects of Marital Interaction.' *Psychoanalytic Forum* 2:7—29, Spring, 1967, with discussion by E. Berne and reply by Giovacchini.

¹⁹⁶ Freud, S. *New Introductory Lectures on Psycho-Analysis*. W. W. Norton & Company, New York, 1933, p. 212.

аналітичну терапію, що *не* є психоаналізом, намагаються дотримуватися правил, сформульованих для психоаналізу, а це, звичайно, є недоречним і перешкоджає лікуванню.) Тому сценарний аналіз можуть назвати «парафройдистським» (таку назву можуть ужити ті, хто робить із цього проблему), але називати його «антианалітичним» або навіть «антифройдистським» несправедливо.

Інше доктринальне заперечення полягає в тому, що теорія сценаріїв не дає нічого нового; це або стиль життя Адлера у більш модних шатах, або старша версія архетипів Юнга тощо. Річ у тому, що ці факти існували завжди й фіксувалися багатьма проникливими спостерігачами, тож байдуже, чи то теорія сценаріїв підтверджує те, що казали інші, чи то інші підтверджують теорію сценаріїв. Фройдіві знадобилося 79 сторінок (у моєму виданні), щоб узагальнити спостереження своїх попередників у теорії снів, чимало з яких висували «психоаналітичні» формулювання; Дарвінові лише 9, але він цитує багато «еволюційних» формулювань, висловлених до нього іншими. Але хоч би якими точними і численними були формулювання, вони не утворюють теорії. Суть теорії сценаріїв лежить у структурному аналізі. Без теорії Я-станів, зокрема Я-станів Батька, Дорослого й Дитини, буде лише безліч доречних спостережень і формулювань, але не теорія сценаріїв. Щоб бути гідною назви, теорія у будь-якій галузі науки мусить спиратися на структурні елементи, а без них вона розвалиться, мов картковий будиночок, що, можливо, й має гарний вигляд, але нестійкий до несприятливих ситуацій і нездатний витримати нічого, крім власної ваги.

Теорія сценаріїв має ті самі переваги над своїми попередниками, що й арабські цифри над римськими, – це елементи, з якими легше працювати. Уявіть собі завдання римського будівельника, який повинен виписати вам накладну на п'ятдесят предметів, починаючи з MCMLXVIII будівельних блоків, кожен з яких коштує LXXXVIII оболо¹⁹⁷кожен. Сучасний підрядник міг би зробити всю цю справу менш ніж за півгодини, послугуючись кращими цифровими елементами, і використати заощаджений час на те, щоб подумати про архітектуру, не відволікаючись на зайві справи, як його римський колега.

На практиці більшість доктринальних заперечень впливає з того, що Фройд називає «характерною для науковців антипатією до нових знань». Зараз це явище вже не настільки поширене, як за його часів, коли він згадував про реакцію на свою теорію снів: «Природно, що найменше уваги їй приділили так звані «дослідники снів»... моя єдина відповідь можливим критикам: прочитайте цю книжку ще раз. Можливо, їх варто також попросити, щоб вони прочитали її повністю». Вдосконалення психоаналізу є так само «антианалітичним», як удосконалення літаків – пониженням братів Райт.

Г. Емпіричні заперечення

Ми розглянемо тут лише найпоширеніше з емпіричних заперечень проти теорії сценаріїв, яке коротко можна сформулювати так: «Якщо долі людей визначаються батьківським програмуванням, то чому діти з однієї родини стають настільки різними?»

Почнімо з того, що так буває не завжди. В одних сім'ях діти виростають різними, в інших – ні. Маємо багато випадків, коли всі брати й сестри є в однаковій мірі успішними людьми, алкоголіками, самогубцями або шизофреніками. Такі результати часто звалюють на спадковість, ставлячи генетиків у софістичне становище, якщо діти виростають різними: потім вони дещо непереконливо заявляють про фальшивий менделізм, що є не більше, ніж бурчанням. У самодетерміністів ситуація протилежна: вони енергійно сперечаються, коли діти поведуться по-різному, але мимрять собі під ніс, коли стикаються з одноманітністю. Теорія сценаріїв може спокійно ставитися до обох ситуацій.

¹⁹⁷ Обол – грецька монета вартістю 1/6 драхми.

Сценарієм, про який ідеться, в цьому випадку є сценарій одного з батьків, а сценарії дітей походять від нього. Діти стають різними з тієї самої причини, з якої Попелюшка відрізнялася від своїх зведених сестер. Сценарій мачухи полягав у тому, щоб зробити власних доньок невдахами, а пасербицю – переможницею. У сюжеті іншої відомої казки два розумні старші брати у довготерміновій перспективі виявляються дурнями, а молодший дурнуватий брат – найрозумнішим (про що їхня мати знала з самого початку, бо ж підлаштувала все таким чином). З іншого боку, римські брати Гракхи були однаковою мірою талановитими й відданими народним інтересам, тож обидва закінчили своє життя однаково – загинувши внаслідок замаху; натомисть п'ять, десять, п'ятнадцять чи двадцять дітей Ніоби¹⁹⁸ (залежно від того, хто їх рахував) усі закінчили однаково, згідно з частиною її сценарію «Гордість і падіння». Сценарій матері може закликати її виховати десяткох поліціантів («Слава Богу!») або десяткох грабіжників («Пристрельте їх, хлопці!»), або п'ятох поліціантів і п'ятох грабіжників («Ану побийтеся!») і практична жінка без жодних труднощів реалізує ці проекти, якщо матиме десяткох дітей.

Д. Заперечення з позицій психології розвитку

Заперечення з позицій психології розвитку зосереджуються навколо психосексуальної кризи у ранньому віці та юнацької кризи ідентичності.

1. Що стосується першого, то сценарій не заперечує інстинктивних прагнень і не превалює над травмами раннього віку. Навпаки, він збігається з їхнім розвитком. Він є соціальною матрицею для реалізації сексуальних фантазій, незалежно від їхнього походження. Інстинктивним прагненням і сексуальним фантазіям може бути надано свободу дії або вони можуть придушуватися, спотворюватися чи сублімуватися, але в довгостроковій перспективі вони служать вищому принципу, що керує часом, силою та способом їхнього вираження згідно з вимогами сценарію чи того, що Фройд назвав би потягом долі. На цьому рівні сценарна вказівка звучить так: «Роби, що хочеш, якщо ти при цьому збираєш достатньо торговельних купонів, аби виправдати результат». Отже, сценарна теорія – це не біхевіоризм. Вона не стверджує, що всі або більша частина дій людини є результатом вироблення умовних рефлексів. Вона вимагає лише того, щоб людина дотримувалася наказів у певні важливі моменти; у решті випадків кожен вільний робити все, що диктує його уява.

2. Це правда, що деякі юнаки й дівчата геть позбуваються своїх сценаріїв і стають повністю автономними. А інші просто бунтують (дотримуючись відповідної батьківської вказівки), таким чином утілюючи трагедію на кшталт описаної в романі «Побачення в Самаррі»¹⁹⁹: що швидше, на їхню думку, вони тікають від батьківського програмування, тим краще вони його виконують. Інші позбуваються сценарію тимчасово, а потім впадають у міщанський розпач. У цей період «розпилення ідентичності» – то є просто кепський сценарій. З погляду Еріксона, це боротьба проти матері, у якій вона (мати) програє. Але сценарний аналіз має протилежну позицію: це боротьба з матір'ю, у якій вона перемагає. Її син стає волюнтаристом не всупереч, а завдяки їй, тому що він не може здобути дозвіл досягти успіху всупереч її наказам. У такому випадку терапія спрямовується не на те, щоб повернути його матері й він став хорошим хлопчиком, а на розлучення з нею, щоб він здобув дозвіл чинити правильно.

¹⁹⁸ У грецькій міфології донька фрігійського царя Тантала, яка зневажала богиню Лето за те, що в тої лише двоє дітей. Ці діти – Аполлон та Артеміда – помстилися Ніобі, вбивши усіх її дітей.

¹⁹⁹ Роман американського письменника Джона О'Гари.

Е. Клінічні заперечення

Найпоширеніше клінічне заперечення сценарної теорії полягає в тому, що пацієнта не можна вилікувати у психоаналітичному сенсі, працюючи лише зі свідомістю. Це правильно, однак...

1. Несвідоме стало модним, а отже, його роль сильно переоцінюють. Іншими словами, більша частина того, що сьогодні називається несвідомим, є не несвідомим, а передсвідомим. Але пацієнт робитиме ласку психіатрові, який шукає «несвідоме», і підсовуватиме йому передсвідоме під фальшивою етикеткою. Це легко перевірити, запитавши пацієнта: «Це дійсно відбувалося несвідомо чи з якимось невиразним усвідомленням?» Справжній матеріал з несвідомого (наприклад, первісний страх кастрації або едіпівська лють) є дійсно несвідомим, а не невиразно усвідомлюваним. Тому сценарний аналітик, який працює з матеріалом зі свідомості, вивчає набагато ширшу царину психіки, ніж припускає більшість людей. У будь-якому випадку не існує жодної заборони, що не дозволяла б сценарному аналітику працювати з несвідомим (тобто первинними похідними від первісного страху кастрації та едіпівської люті), якщо він до цього підготовлений. І він, звичайно, так чинитиме, тому що це ті самі переживання, що формують базовий протокол сценарію.

2. Багато хто вважає, ніби існує щось на кшталт законодавства, яке дає психоаналітикам незмінне право призначати ліки. Це не так. Навіть якщо таке законодавство існувало, вони опинилися б у скрутному становищі, тому що ці визначення (які майже асоціюються з закінченням лікування) нечітко сформульовані й не визнані навіть серед них самих. Їхні критерії, як правило, можна звести до прагматичного твердження, що однаково добре застосовується до тієї терапії, яка не є психоаналізом, наприклад: «Пацієнт є вилікуваним, коли він вільний від симптомів і може плідно працювати й любити». Сценарний аналіз може досягати цього щонайменше так само часто, як і психоаналіз²⁰⁰.

Насамкінець слід зазначити, що є два види людей, які висловлюють заперечення щодо теорії сценаріїв. Перші – це теоретики й лікаріпрактики, чий аргументи можна люб'язно зустрічати, хай які вони є, і котрі висловлюватимуть сценарним аналітикам свої міркування (а ті, своєю чергою, їм власні), що складаються здебільшого з літератури останніх, прочитаної уважно та об'єктивно. Другі – це ті, хто обіймають адміністративні посади й дійсно перешкоджають інтелектуальному та професійному розвитку молодших лікарів, зокрема психіатрів, фактично й відверто забороняючи їм послуговуватися теорією сценаріїв у своїй праці. Деякі з цих осіб є просто зле освіченими, сердитими й невинуватими упередженими, і про них сказати нічого. Однак існують і освічені, доброзичливі та більш відкриті адміністратори й керівники, які роблять те саме. Це здебільшого добре підготовлені психоаналітики. На їхню користь можна зазначити, що сам Фройд був людиною, керованою сценарієм, і щиро це визнавав. Його героями були полководці, й він пристрасно обожнював Бонапарта. Його метафори часто походили з бойовища, як і його словниковий запас. Гасло Бонапарта подане в епіграфі його книжки про сновидіння і в моєму виданні звучить таким чином: «*Flectere si nequeo Superos, Acheronta movebo*», що перекладається приблизно: «Якщо я не підкорю небо, то піднесу пекло». Так він і зробив. Його «загадкова» й «причеплива» ідея, що він помре у віці 51 року, є типовим сценарним пророцтвом. Девізом батька Фрейда була фраза «щось та вийде», і це стало заповіддю, якій Фройд був відданий, про що свідчать його листи. Його герой, Наполеон, слова якого він

²⁰⁰ Порівняйте з: Hamburg, D. A. *et al.*, *loc. cit.*, 1967. Близько половини пацієнтів у цьому дослідженні «завершили лікування» і, на думку психіатрів, «повністю видужали». Цифри, що їх повідомляли на зустрічах транзакційних аналітиків (а також у індивідуальних звітах), свідчать на користь цієї статистики. (Варто сказати, що поки що не існує опублікованих загальних даних для транзакційного аналізу, хоча є дослідження щодо окремих груп населення, наприклад, в'язнів.)

цитував, звертаючись до власного «суду» (Абрагам, Ференці, Ранк і Сакс, '*Un parterre des rois*'), помер у 51 рік²⁰¹.

²⁰¹ Robert, M. *The Psychoanalytic Revolution*. Harcourt, Brace & World, New York, 1967, p. 94. Стосовно ще більш «сценарної» сцени дивіться: p. 215f. Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud*. *Loc. cit.*, Volume 1, p. 342, де наведено наполеонівську цитату.

Розділ 22

Методологічні проблеми

А. Мапа й місцевість

Якщо ми кажемо, що сценарій дотримується якоїсь казки або відповідає їй, існує небезпека прокрустового ложа. Психіатр передчасно вибирає казку, а потім «розтягує» або «обрубує» пацієнта, щоб той відповідав їй. Прокрустове ложе – дуже поширене явище в багатьох поведінкових науках. Фахівець має якусь теорію, а відтак розтягує, скорочує або зважає дані таким чином, щоб вони відповідали їй, іноді нехтуючи приховані змінні, часом ігноруючи дані, що не підходять, а подекуди навіть маніпулюючи інформацією з непереконливим виправданням, що так вони краще вписуватимуться.

Прокрустове ложе найбільше застосовується на робочих нарадах у клініках, де взагалі немає контролю за сумісністю, тому існує широке поле для спекуляцій, яскравих ідей, ортодоксії та авторитетних заяв із кафедри. Щоб зменшити казуїстику та софістику на таких заходах, кожному слід включати дві схожі історії пацієнтів, один з яких має очевидну патологію, а інший – ні. Дивовижно, як сильно «історія хвороби» повносправної продуктивної особистості може нагадувати історію хвороби пацієнта психіатричної клініки. Тобто на кожного шизофреніка з певним вихованням припадає нешизофренік з таким самим вихованням. Слід зазначити, що більшість робочих нарад відбувається на основі невисловленого, але завжди наявного припущення: «Пацієнт хворий, і наше завдання полягає в тому, щоб довести це та з'ясувати, чому він занедужав. Нарadi стануть набагато цікавішими, якщо переформулювати це припущення і висловити його так: «Пацієнт не хворий, і наше завдання – в тому, щоб довести це та з'ясувати чому».

У прокрустовому ложі інформація розтягується або скорочується, щоб відповідати гіпотезі чи діагнозу. У «Єдинорозі»²⁰² гіпотеза або діагноз розтягується чи скорочується, щоб відповідати неподатливим даним. Таким чином, якщо в експериментах з екстрасенсорного сприйняття відсоток успішних спроб суб'єкта є незадовільним, результати можуть підігнати під розташування карт під час попередньої спроби, п'ять-десять спроб тому або під час наступного експеримента. Потім можна справедливо чи несправедливо заявити про відкладену телепатію або передчасне ясновидіння. Того самого плану дотримується і провісник майбутнього, який передбачає, що один з найбільших землетрусів в історії станеться 1969 року. Якщо цього не трапляється, він каже, що, можливо, переставив місцями цифри і насправді землетрус буде 1996 року; або, ймовірно, це реінкарнаційний спогад про землетрус 1699 року. Що за землетрус 1699 року? Та той, що був у Рабаул²⁰³, звичайно. Щоправда, землетруси в Рабаулі відбуваються ледь не кожен день, і щороку землетрус має бути сильнішим за попередній. А може, він повторно пережив великий італійський землетрус 1693 року? Таким чином, він повернувся на 300 років у минуле й помилився лише на 6 років, і хто сваритиметься через звичайну 2-відсоткову похибку?

Отже, якщо сценарні аналітики збираються підходити до теми з будь-якою мірою наукової об'єктивності та справжньої допитливості, вони мусять уникати як прокрустового ложа, так і «Єдинорога», а це важко зробити. Насправді я не сумніваюся, що такі явища далися взнаки і в цій книжці, хоч я й доклав чималих зусиль, щоб їх уникнути. З такою складною концепцією, що перебуває на ранньому етапі розвитку, їх важко уникнути повністю. Вони й досі часто

²⁰² Cole, L. C. 'Biological Clock of the Unicorn.' *Science*, 125: 874, May 3, 1957.

²⁰³ Місто на острові Нова Гвінея.

з'являються у психоаналітичній теорії майже через століття після того, як Берта Паппенгайм (Анна О.) відкрила катартичний метод²⁰⁴. Прокруст і досі є святим-покровителем соціології, а Єдиноріг – психології.

То яким тоді постає найкращий шлях? Він був викладений стоматологом із клінічним інтересом у транзакційному аналізі, доктором Родні Пейном²⁰⁵, який також є авіатором. Він порівняв проблему перевірки теорії сценаріїв із проблемою мапи й місцевості. Пілот дивиться на мапу й бачить телефонний стовп і силосну башту. Потім дивиться вниз і бачить те саме. Він каже: «Тепер я знаю, де ми є», але насправді він загубився. Його друг відповідає: «Зачекай хвилинку. Внизу телефонний стовп, силосна башта й нафтова вишка. Знайди їх на мапі». «Ну, – відповідає пілот, – стовп і башта тут, а вишки немає. Може, її просто не позначили». І тоді друг каже: «Дай-но мені мапу». Він передивляється всю мапу, зокрема й ті секції, які пілот пропустив, бо вважав, що знає, де він. І за двадцять миль від наміченого курсу знаходить стовп, башту і вишку. «Ми не там, де ти позначив олівцем, – пояснює друг, – а аж ондечки». «Ой, вибач», – перепрошує пілот. Мораль така: спочатку дивиться на місцевість, потім на мапу, а не навпаки.

Іншими словами, психіатр спочатку слухає пацієнта й дістає уявлення про сюжет його сценарію, відтак переглядає Ендрю Ланга або Стіта Томпсона, а не навпаки. Таким чином, він знаходить обґрунтований збіг, а не просто яскраву ідею. *Потім* він може використати якусь казку для того, щоб передбачити, куди рухається пацієнт, увесь час звіряючись із пацієнтом (а не з книжкою).

Б. Термінологічна сітка

Транзакційний аналіз охоплює таку величезну сітку переплєтених концепцій, які узгоджуються одна з одною, що можна блукати в будь-якому напрямку і винайти щось цікаве й корисне. Але це сильно відрізняється від логічного підходу до теорії.

Розгляньмо наступний короткий уривок з історії хвороби, що був представлений на семінарі з транзакційного аналізу в Сан-Франциско як фокус для обговорення теорії сценаріїв.

Одна жінка прийшла на лікування від фригідності й запропонувала психіатрові зайнятися з нею сексом. Мати навчила її, як сексуально вдягатися й поводитись, а батько це заохочував.

Метою дискусії було спробувати показати, що збудована на цей момент сценарна матриця є неточною. Згідно з *рисунком 7*, який показує структуру Дитини другого порядку, Батько в Дитині (БДит) працює як імплантований електрод, а Дорослий у Дитині (ДДит) є інтуїтивним професором, який виступає в ролі судді-експерта щодо інших людей. Доктор Зет, який представляв пацієнтку, твердив, що у її випадку БДит функціонував як Адаптована Дитина, а ДДит – як електрод. На підтримку свого твердження він пропонував дані про її розвиток, починаючи з дитинства. Інші приєднувалися до логічних аргументів з обох сторін, спираючись на свій клінічний досвід. Вони говорили про ігри, сценарії та Природну Дитину пацієнта. Чи могла стандартна сценарна матриця встояти під таким свідомо спланованим замахом? Стрілки, накреслені доктором Зет між пацієнткою, її батьком та матір'ю, вказували абсолютно інший напрямок, ніж на *рисунку 7*. Здавалося, для знищення матриці створено обґрунтовану версію. Але під час уважнішого розгляду виявилось, що аргументи мають серйозні недоліки.

Спочатку, коли доктор Зет за допомогою аудиторії спробував визначити, що він мав на увазі під БДит, ДДит, Адаптованою Дитиною та електродом, вони говорили з позиції психології розвитку, потім з біхевіорального погляду, в одних випадках використовуючи логіку, а

²⁰⁴ Jones, E. *The Life and Work of Sigmund Freud*. Loc. cit., Vol. 1, p. 223.

²⁰⁵ Pain, R. 'A Parable.' *Transactional Analysis Bulletin*, 7:69, July, 1968.

в інших – емпіризм. Одні залучали транзакції, інші – ігри та сценарії. Однак виявилося, що використано чотири різні схеми, кожна з власною мовою та підходом, і визначення безладно блукало від однієї до іншої. Перша схема була структурною й транзакційною, з чотирма ключовими термінами, що стосувалися Я: Я-стани, транзакції, ігри та сценарії. Друга – підтверджувальна – теж мала чотири ключові терміни. Це поведінка пацієнтки, що давала змогу говорити про операціональні критерії; її психічні процеси, до яких належали й голоси в її голові, що давали їй вказівки; історія її розвитку, яка показувала джерела поведінкових шаблонів; і типи соціальних реакцій, що їх жінка намагалася викликати своєю поведінкою. Третя мова опису стосувалася назв Я-станів. Їх можна було назвати згідно з психобіологічними принципами: Батько в її Дитині, Дорослий у її Дитині та ін., або описати функціонально прикметниками: Адаптована Дитина, Природна Дитина тощо. Самі ж аргументи могли, з одного боку, називатися логічними, а з другого – емпіричними.

Якщо звести всі ці схеми в таблицю, ми дістанемо термінологічну сітку – таку, як показано нижче, де терміни поділяються на транзакційні, підтверджувальні, модифікаційні й методологічні.

Термінологічна сітка

ТРАНЗАКЦІЙНІ	ПІДТВЕРДЖУВАЛЬНІ	МОДИФІКАЦІЙНІ	МЕТОДОЛОГІЧНІ
Я-стани	Операціональні	Структурні (біологічні)	Логічні
Транзакції	Феноменологічні	Функціональні (дескриптивні)	Емпіричні
Ігри	Історичні		
Сценарії	Соціальні		

Якщо провести лінії вздовж цієї сітки так, щоб узяти по одному терміну з кожного стовпчика, то ми побачимо, що існують $4 \times 4 \times 2 \times 2 = 64$ можливі шляхи дискусії. (Слова у дужках не беруть до уваги.) Якщо всі не дотримуватимуться одного шляху, то різні дискусії не можна буде зіставити: для цього треба буде чимало попрацювати над визначенням понять, а це практично неможливо зробити за обмежений період часу (наприклад, за один тривалий вечір), якщо кожен із двадцяти диспутантів обере власний шлях. Якщо один обирає ряд «Я-стани-Історичні-Дескриптивні-Емпіричні», а інший дотримується шляху «Ігри-Соціальні-Біологічні-Логічні», вони, можливо, обидва матимуть рацію, але розвиватимуть такі різні міркування, що ні про що не зможуть домовитися.

Навіть у найпростішому випадку, якщо один з опонентів використовує структурний або біологічний підхід до Я-стану Дитини, а інший обирає функціональний чи дескриптивний підхід, погодити ці дві позиції неможливо. Це продемонстровано на *рисунку 20*. На *рисунку 20а* структурний поділ Дитини в її головних аспектах представлений горизонтальними лініями, що відокремлюють вторинні компоненти Батька, Дорослого та Дитини. На *рисунку 20б* вертикальні лінії використовуються на позначення функціональних аспектів цього Я-стану: у такому разі це Адаптована, Бунтівна та Природна Дитина. Хай яку схему застосовували, ці лінії мусять іти в різних напрямках, що свідчить про відмінність підходів. Один використовує структурні іменники, інший – функціональні прикметники як модифікатори, і ці іменники та прикметники не належать до однієї схеми й не походять від однієї позиції.

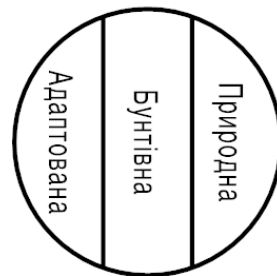
Єдиний спосіб мати добре обґрунтований та вирішальний аргумент полягав у тому, щоб вибрати один шлях через сітку і дотримуватися його. Доктор Зет дістав такий варіант і вибрав ряд «Я-стани-Соціальні-Дескриптивні-Емпіричні»; то був не надто перспективний шлях, але це його презентація і він мав право вибирати. Після цього стало очевидним, що його аргументи не є такими переконливими, як здавалися спочатку, коли він міг вільно перестрибувати

з одного шляху на інший. Те саме стосувалось і його прихильників, коли вони намагалися взяти з нього приклад. Іншими словами, те, що здавалося слухним і добре організованим тоді, коли дозволялися різноманітні перестрибування та спотворення, не витримало критики за умови пильнішого розгляду. На цій підставі оригінальна матриця сценаріїв зберегла своє верховенство, принаймні поки на неї не здійснили більш підготовлений замах.



Психобіологічна
структура

Рисунок 20а



Дескриптивні
функції

Рисунок 20б

Отже, для будь-якої дискусії про транзакційний аналіз, зокрема і сценарний, необхідно зробити вибір з наведеної сітки, перш ніж вважати цю дискусію обґрунтованою. Якщо ж вона сходить із визначеного шляху, то стає необґрунтованою через невизначеність, софізм або свідоме заплутування питання. Тому кожен, хто пропонує взяти участь у такій дискусії, має обрати по одному терміну з кожного стовпчика, щоб створити рамки для своїх визначень, і чітко їх дотримуватися. Інакше ця дискусія буде методологічно необґрунтованою й не витримає об'єктивної критики, хоч би якою переконливою вона здавалася з риторичного погляду.

В. Непереверені й точні дані

Дані сценарного аналізу є здебільшого неперевереними. Оскільки сценарії є екзистенційними зобов'язаннями, їх годі перевірити експериментальним шляхом у штучних умовах. Розв'язка або виграш повинні мати першочергове значення для протагоніста. Наприклад, не існує надійної експериментальної гри у покер. Гравець обиратиме один шлях, якщо ставки звичайні, та інший, якщо вони поважні. Гравець, який добре грає з високими ставками, може програти при ставках на пенні, а той, хто добре грає з копійчаними ставками, може запанікувати при високих. Сценарії можна перевірити лише в ситуаціях з високими ставками, а за звичайних цивільних умов такі ситуації неможливі. Є лиш один спосіб знайти відповідь на запитання: «Ви підірвалися б на протипіхотній міні, щоб урятувати життя своїх товаришів?» Це можна перевірити на бойовищі, а всі симуляції є ненауковими.

Дані сценарного аналізу можна приблизно поділити на такі категорії у міру зростання їхньої точності: історичні, культурні, клінічні, логічні, інтуїтивні, вікові (психологія розвитку), статистичні, інтроспективні, експериментальні й ті, що незалежно збігаються. Цей ряд може здатися дивним науковцям, які звикли вивчати дрібниці людської поведінки, – ті, що їх зазвичай випробовують у суспільних і психологічних науках. Менш дивним він здасться психотерапевтам, а найменше здивує психоаналітиків, бо всі вони працюють із важкими іграми та тяжкими розв'язками, як-от розлучення, самогубство та вбивство. Навряд чи у пристойному суспільстві може існувати таке поняття, як експериментальне самогубство або вбивство.

1. Історичні. З часу виникнення людства людина підозрювала, що її доля не є самостійно визначеною, а контролюється якоюсь зовнішньою силою. Сама універсальність цього переконання вимагає, щоб його розглянули критично, а не безцеремонно відкидали, називаючи метафізичним.

2. Культурні. Таке саме переконання є підґрунтям більшості людських культур, а це вимагає, щоб його сприймали серйозно, так само, як і економічні мотиви.

3. Клінічні. Клінічні дані не є суворими, оскільки можуть бути предметом різних інтерпретацій. Але дослідник, який бажає мінімізувати або заперечити вплив сценарію на клінічні явища, повинен мати достатню підготовку в сценарному аналізі та провести задовільні клінічні випробування, перш ніж він буде досить компетентним, щоб ухвалювати рішення стосовно цього. Те саме можна сказати й про психоаналіз. Аналогічним чином людина, яка дивиться в мікроскоп або телескоп і твердить: «Я нічого не бачу», заледве є компетентним критиком у галузі бактеріології чи астрономії, якщо не навчиться ретельно використовувати цей прилад.

4. Логічні. Ми вже зазначали, що людям можуть вказувати, що робити і чого не робити. Їх можуть успішно підштовхувати словами до зловживання алкоголем або до вчинення самогубства, за умови, якщо це правильні слова. Отже, виходить, цілком можливо виховати дитину так, щоб вона зробила будь-яку з цих речей, коли виросте. Це можна перевірити таким-от запитанням: «Як би ви виховали свою дитину, щоб вона була такою, як ви?» Люди з «добрими» сценаріями охоче відповідають на це запитання, і їхні відповіді часто є правдоподібними. Люди з «поганими» сценаріями роблять це неохоче, але якщо роблять, їхні відповіді є так само правдоподібними.

5. Інтуїтивні. Досвідчений сценарний аналітик робитиме інтуїтивні судження, які потім можна буде перевірити. Наприклад: «Оскільки ви часто намагаєтеся робити дві справи одночасно, але жодної з них не виконуєте добре, я припускаю, що ваші батьки мали щодо вас різну мету і так і не домовилися про те, як ви можете досягти їх обох. Іншими словами, ваші батьки не пояснювали цих відмінностей». «Саме так і було». Якщо відповідь негативна, то, з мого досвіду, це означає, що діагност є некомпетентним або що в цьому конкретному випадку його інтуїції завадили певні особисті міркування²⁰⁶.

6. Вікові (психологія розвитку). Коли ми чуємо, як діти самі формулюють свої сценарії, це є найпереконливішим доказом їхнього існування, особливо якщо за дітьми можна спостерігати протягом тривалого періоду. Це стосується не вибору кар'єри («Я хочу бути пожежником»), а транзакцій розв'язки («Я хотів би померти»).

7. Статистичні. Найбільш актуальною статистичною роботою є дослідження впливу казок на подальшу кар'єру та спосіб смерті – уже цитована праця Рудіна²⁰⁷.

8. Інтроспективні. Це найпереконливіший критерій з-поміж усіх.

Щойно людина звикає чути голоси у своїй голові, які придушувала або пригнічувала з раннього дитинства, і підтверджує, що ці голоси вимовляють слова, які дійсно вживали батьки в цей період, вона усвідомлює, наскільки запрограмованою є її важлива поведінка.

²⁰⁶ Berne, E. 'Intuition VI.' *Loc. cit.*

²⁰⁷ Rudin, S. A. *op. cit.*

9. Експериментальні. З названих вище причин експериментально підтвердити на людях теорію сценаріїв неможливо, хоча деякі її елементи можна перевірити експериментальним шляхом. Результати експериментів із тваринами можна екстраполювати на теорію сценаріїв, як це зроблено з експериментами на щурах, про які розповідалося в розділі 3.

10. Незалежні збіги. Відомі нечисленні випадки, коли куратор робив висновок про сценарій студента, але не повідомляв йому про це, а потім студент ішов до психіатра, і той припускав наявність аналогічного сценарію, а коли повідомляв про це студентові, той погоджувався. У цих випадках два сценарні аналітики були знайомі з суб'єктом протягом тривалого часу і могли спостерігати широкий спектр поведінки. Це можна вважати за точні дані. Для систематичного застосування такого методу треба було б, щоб кілька сценарних аналітиків прослухали запис бесіди і відтак зробили висновок про сценарій пацієнта. Ці висновки можна було б узгодити з життєвим шляхом суб'єкта, спостерігаючи за ним упродовж п'яти років. Спочатку в пілотному дослідженні перевірялися б три типи записаних інтерв'ю – автобіографічне, вільна асоціація та з використанням сценарного запитальника – щоб побачити, який тип має найбільш надійні дані стосовно сценарію. Така процедура дає найкращу змогу дістати точні дані.

Нинішні показники свідчать, що теорія сценаріїв є менш надійною, ніж теорія навчання, достеменнішою за соціальну й економічну теорії, а в тому, що стосується прогнозування поведінки людини, наближається за точністю до психіатричної діагностики.

Розділ 23

Сценарний запитальник

А. Визначення сценарію

Щоб визначити, чи є певний набір транзакцій грою, ми шукаємо характерні риси. Якщо існують обман, ручка або трюк, перемикання й виграш, то ми *визначили* гру. Якщо, крім того, ми можемо провести структурний аналіз, який покаже, що за Я-стани є активними під час кожної транзакції, і клінічний аналіз, який виявить, що за переваги здобувають гравці та як вони починають гру, то можна говорити, що ми не лише визначили гру, а й *зрозуміли* її. Елементи, необхідні для розуміння такої гри, можна сформулювати у вигляді «запитальника», на підставі якого буде здійснюватися формальний аналіз гри. Цей ігровий запитальник описує анатомію гри, що є маленьким сегментом життя.

Анатомія будь-якого сценарію, що стосується не сегмента, а всього життєвого шляху від народження (ба навіть раніше) і до смерті (й навіть після неї), природно, є складнішою. Гру можна порівняти зі змахом зап'ястка, що складається з восьми кісток і пов'язане ще з сімома; сценарій можна порівняти з альпіністською експедицією, у якій бере участь увесь людський скелет, який складається з 206 кісток. Таким чином, до сценарного запитальника входить набагато більше пунктів, аніж до ігрового, але такий запитальник є найлегшим шляхом зрозуміти, як формується сценарій.

Перша проблема полягає в тому, щоб визначити, що таке сценарій, аби ми могли визначити його, коли він з'явиться. Будь-яке визначення буде змінене в міру поглиблення знань у цій галузі. Теорія ігор нагадує добре складений велосипед, яким можна надійно і без вагань подорожувати на невеликі відстані, але сценарна теорія схожа радше на одноциліндровий автомобіль 1900 року, який може й не завестися тоді, коли найбільше потрібен, отож скептики кричатимуть: «Візьми коня!» (або принаймні кушетку) і, можливо, вимагатимуть, щоб більш традиційний психіатр ішов попереду сценарного аналітика з червоним прапорцем, попереджаючи боязких людей про небезпеку, щоб вони встигли поступитися дорогою.

Наступне визначення, що ґрунтується на сучасному стані знань, служитиме меті відрізнити сценарій від «несценарію». Сценарій – це програма безперервної дії, створена в ранньому дитинстві під батьківським впливом, яка керує поведінкою індивіда у найважливіших аспектах його життя.

Терміни, вживані в цьому окресленні, можна визначити таким ось чином, звертаючись до стандартних словників з деякими додатковими поясненнями.

Безперервний – той, що постійно рухається вперед (Webster). Це означає рух без вороття, вулицю з однобічним рухом. Кожен крок наближає закінчення.

Програма – план або графік, якого слід дотримуватися (Random House). Це означає, що існує план, який є схемою дії, проекту, задуму; шлях, яким запропоновано просуватися вперед (Oxford), а також графік. Зачаток або скелет плану можна знайти у конкретній казці.

Батьківський вплив – справжні транзакції з батьками або тими, хто їх замінює. Це означає, що вплив здійснювався в певний помітний спосіб у конкретний момент часу.

Керує – людина мусить дотримуватися вказівок, але має вільний вибір у питаннях, до яких ці вказівки не застосовуються. У деяких випадках існує особлива настанова, яка наказує: «Переверни карту», що означає: «У цій сфері роби протилежне тому, що я тобі кажу». Таким чином, якщо трапляється бунт, він є частиною сценарію, а не тим самим, що й «Викинь карту», що означає автономію.

Важливі аспекти – принаймні шлюб, виховання дітей, розлучення та спосіб смерті, якщо його можна обрати.

Ми можемо перевірити це визначення, щоб побачити, наскільки добре воно окреслює «несценарій». «Несценарій» у цьому випадку стане поведінкою, що може бути скасована, без особливого графіка, створеною пізніше в житті й не під батьківським впливом.

Це цілком пристойний опис автономії, що, по суті, є протилежністю сценарію. Наприклад, автономна людина може змінити свою провину, страх, гнів, образи і відчуття власної меншовартості й без поспіху почне наводити лад у голові замість того, щоб дотримуватися вказівки батьків, яка велить збирати торговельні купони і з розумною швидкістю використовувати їх задля виправдання своєї поведінки у шлюбі, вихованні дітей, розлученні та смерті.

Таким чином, наше окреслення є винятковим: визначаючи, що таке сценарій, воно одночасно визначає й «несценарій», і в цьому його цінність. Якщо ж ми виявимо, що поведінка особи у найважливіших аспектах її життя керується програмою безперервної дії, розробленою в ранньому дитинстві під впливом батьків, можна сказати, що ми *визначили* сценарій. Як і у випадку з іграми, це визначення можна звести до формули. Формула сценарію має такий вигляд:

РБВ → Пр → З → ВП → Розв'язка (Формула С)

де РБВ = ранній батьківський вплив, Пр = програма, З = згода, ВП = важлива поведінка. Будь-яка поведінка, що відповідає цій формулі, є частиною сценарію, і будь-яка, що не підходить під неї, до сценарію не належить. Кожен сценарій відповідатиме цій формулі, а жодна інша поведінка – ні.

Наприклад, простий рефлекс запрограмований нервовою системою, а не раннім батьківським впливом (не РБВ); людина може підкоритись удару по сухожиллю, але це не є важливою поведінкою (не ВП). Якщо людина привчається пити у неформальній обстановці, пізніше в житті, то це може бути соціальним конформізмом, але не частиною програми алкоголіка (не Пр), це пиття не буде важливою поведінкою (не ВП) і не матиме важливого впливу на її сценарій – шлюб, виховання дітей, спосіб смерті. Якщо батьки активно програмують хлопчика на шахрайство, але він не погоджується (не З), то його важлива поведінка не є «сценарною». Якщо дитина переїздить від одної названої родини до іншої, її РБВ може бути нерівномірним, а програма буде погано організованою (не Пр); вона може якомога погоджуватися, але ніколи не одружиться чи не вийде заміж, не народить дітей, не ризикуватиме життям і не ухвалюватиме важливих рішень (не ВП). Ці приклади ілюструють, як кожен елемент у формулі застосовується на практиці. Сухожилльний рефлекс не ґрунтується на РБВ, пиятика на вечірці не становить частину Пр, у відмові шахраювати є і РБВ, і Пр, але немає З; а сирота уникає ВП.

Отже, формула С слугує для ідентифікації сценарію так само, як формула І для ідентифікації ігор. Слід зазначити, що ця формула застосовується лише до «сценарних» людей; поведінку автономної особистості не можна звести до формули, тому що така особистість щохвилини ухвалює власні рішення на власних підставах. Аналогічна ситуація і з мишами: лабораторним мишам, що народжені від схрещування близьких родичів, можна прищепити умовні рефлекс, і дослідник може керувати їхньою поведінкою. Таким чином, вони діють як машини, якими керує підготовлений оператор, так само як і «сценарні» люди діють як машини, керовані своїми батьками. Але дикі миші не реагують так само; вони діють як «справжні» люди, самостійно ухвалюючи рішення. Вони відмовляються визнавати програму експериментатора, коли їх приносять до лабораторії²⁰⁸; вони не бунтують, а просто діють незалежно й автономно.

²⁰⁸ Kavanau, J. L. 'Behavior of Captive White-Footed Mice.' *Science*, 155: 1623—1639. March 31, 1967.

Б. Як підтвердити сценарій

Якщо сценарій правильно діагностований, то мають проявитись елементи, що піддаються кількісному трактуванню. Наприклад, який відсоток жінок носить червоні пальто? Скільки Рапунцелей дійсно мають світле волосся? Усі ці питання стосуються здебільшого теорії ймовірності, і їхнє реальне значення полягає в тому, що вони дозволяють виокремити важливі елементи сценарію, щоб зробити діагноз точнішим. У випадку з Червоною Шапочкою діагностичні критерії наразі є такими:

1. Її мати мала відправляти її з дорученнями до бабусі, коли вона була маленькою.
2. Її дідусь грав з нею у сексуальні ігри під час цих візитів.
3. У дорослому житті вона має бути однією з тих, кому найчастіше доводиться бігати з дорученнями.
4. Вона зневажливо ставиться до чоловіків свого віку і цікавиться старшими.
5. Вона повинна мати щось на кшталт наївної сміливості й бути впевненою в тому, що її завжди врятують, якщо вона вскочить у халепу.

Якщо і лише якщо існують усі ці п'ять критеріїв, тоді діагноз ЧШ є обґрунтованим. Якщо це так, то можна передбачити, що пацієнтка даватиме шанс старшим чоловікам, скаржитиметься, що ці старі («хтиві старигані») фліртують із нею, шукатиме когось, хто її від них урятує, і сміятиметься з їхнього спантеличення. Проте на думку спадають багато запитань. Чи всі жінки, які відповідають цим критеріям, дійсно проводять час у лісі, збираючи квіти? Чи всі вони носять червоні пальта? Скільки інших пунктів треба додати до цього переліку? Які пункти є зайвими – тобто які можна видалити, не вплинувши на точність прогнозу? І яким може бути мінімальне число запитань, що передбачатимуть усі інші запитання, а також результат сценарію? Яке співвідношення існує між пунктами? Чи всі жінки, яких спокушали в дитинстві дідусі, полюбляють збирати квіти в лісі? Чи є жінки, що проводять час у лісі, збираючи квіти, одночасно й тими, кому найчастіше випадало бігати з дорученнями? Чи всі жінки, які відповідають цим п'яти критеріям, закінчують своє життя старими паннами або розлученками після відносно короткого шлюбу? Такий чинниковий аналіз дуже допоможе в перевірці правильності та корисності сценарного аналізу.

Критерії ЧШ здебільшого «суб'єктивні», але існують інші змінні, які є об'єктивними. Одними з них є родинні ситуації. Найнадійніший спосіб вивчити їх зі сценарної позиції – це знайти «сценарні» сім'ї. Однією з ознак таких сімей постає бажання батьків називати дітей на честь одного з батьків або інших членів родини; це чітка ознака того, що батьки очікують від дітей, що ті будуть подібними до своїх тезок, що також означає: «Я виховую (програмую) тебе так, щоб ти був подібним до свого тезки». Якщо людина, яка є тезкою когось зі своїх родичів, приходить до психіатра, це зміцнює припущення, згідно з яким їй накинули сценарій, що характерно для пацієнтів психіатрів; це також дає змогу дослідити, чи пов'язаний сценарій із цим ім'ям. Якщо так, тоді цей пацієнт – чудовий об'єкт для дослідження. Нижче наведено приклад такої сценарної сім'ї.

У родині Бейкерів було три дівчинки: Дона, Мона й Рона. У сім'ї матері було дві дівчинки: Дона й Мона. Таким чином, Мону називали на честь матері, а її молодшу сестру Мону на честь тітки, матеріної молодшої сестри. Коли народилася Рона, сценарні імена з боку матері вже вичерпалися, тому її називали на честь батькової молодшої сестри. Ці дві Дони – мати й донька – часто потрапляли під арешт разом за ті самі правопорушення й сиділи в одній камері. Дві Мони – тітка й племінниця – вийшли заміж за чоловіків, які кинули їх, і були змушені виховувати дітей самі без жодної підтримки від татусів. Дві Рони ненавиділи чоловіків, зваблювали їх, а потім кидали. Таким чином Дони грали разом у гру «Поліціянти та грабіжники», Мони – у «Кому він потрібен?», а Рони – у «Гвалтівника». Коли Мона й Рона (доньки) прийшли на

лікування, було очевидно, що вони прямують до того самого фіналу, що й їхні тітки, і жодній з них не подобається така перспектива, але вони почувалися безпорадними й не могли позбутися сценарію самотужки.

Інший вид «сценарних подій» – це неодноразові шлюби й розлучення, які, щоправда, не можна перевірити об'єктивно, але можна точно підрахувати. Одне-два розлучення можуть розглядатися незалежно від сценарію матері, але якщо число їх зростає, лікаря неодмінно вражає цей факт, бо чим більша кількість розлучень у матері, то вища ймовірність того, що доньки підуть її шляхом. Часто зустрічається й подібний зв'язок з арештами або шпиталізаціями матері через алкоголізм. Соціологи твердять, що такі події можуть залежати від соціальних та економічних чинників, але якщо розглядати арешти й шпиталізації окремо, справа виявляється складнішою: іншими словами, якщо брати арешти та шпиталізації разом, то вони, можливо, зумовлені «соціальними й економічними чинниками» в якийсь незалежний спосіб, але там, де є вибір, деякі сім'ї обирають одне, а інші – щось інше.

У цьому випадку не йдеться про те, переступає пацієнт закон або п'є, оскільки такі факти не завжди головні у його сценарії. Ми хочемо знати, чи крадіжка або алкоголізм є його «сценарними» діями та чи грає він в ігри «Поліціанти і грабіжники» або «Алкоголік». Питання полягає в тому, чи не для того він краде або п'є, щоб потрапити до в'язниці або лікарні. Професійний злочинець або алкоголік може грати у свої улюблені ігри, бути переможцем та піти у відставку багатим, шанованим і щасливим; це один з видів сценарію. Інший може бути невдахою й закінчити своє життя у відповідній установі. Це вже зовсім інший сценарій. У сценарному аналізі важить не дія, а кінцева реакція та її результат, оскільки саме це є значущим для індивіда і його оточення.

Іншою «сценарною» цариною є смерть. Найпоширенішим індикатором сценарію тут є те, коли людина очікує або вважає, що від неї чекають, що вона помре у тому-таки віці, що й один з батьків її статі. Схоже, смерть батька у певному віці прирікає сина (на його власну думку) померти в цьому віці або раніше, і те саме стосується матерів і доньок. Хоча це й суб'єктивний чинник, він пов'язаний із цифрами й має додаткову перевагу – його легко перевірити. Об'єктивнішим є вік, у якому відбувається спроба або скоєння самогубства чи вбивства, і зв'язок цих явищ зі смертю предків або близьких родичів. Що ж стосується причин смерті, то, як уже зазначалося, Рудін вивчав зв'язок між історіями, що їх розповідають дітям (про «досягнення» чи «владу»), і причинами смерті, які можна було б назвати «сценарними», та знайшов безліч цікавих кореляцій між історіями, що їх розповідали дітям у сімнадцяти країнах, і пізнішими причинами смерті²⁰⁹.

Усі згадані зв'язки між батьками й дітьми можна оцінити за такими категоріями. Людина, названа на честь одного з членів родини, дотримується чи не дотримується сценарію свого тетки; пацієнт дотримується чи не дотримується батьківського сценарію у тому, що стосується шлюбу, розлучення, в'язниці та шпиталізації; й особа очікує або не очікує, що помре в тому самому віці, що й один з її покійних батьків. Проблема сценаріїв має вирішальне значення для людського життя; увесь сенс життя залежить від того, існує теорія сценаріїв чи ні. Якщо ми є вільними рушіями, це одна справа; якщо ж ми проводимо більшу частину свого часу і власні найбільш вирішальні моменти, дотримуючись інструкцій, даних нам у дитинстві, з безнадійною ілюзією свободи волі, – це зовсім інша історія. Треба вивчити щонайменше десять тисяч випадків, щоб набути впевненості в тій чи тій відповіді на це фундаментальне запитання. Довіра до будьякого менш масштабного дослідження – це просто наукова люб'язність, а не справжня впевненість. Будучи зоологом-систематиком, Кінсі працював з роями ос завбільшки у 100 тисяч особин; його книжки про сексуальну поведінку ґрунтуються на 12 тисячах випад-

²⁰⁹ Rudin, S. A., *op. cit.*

ків, та все одно залишають простір для розлогих суперечок²¹⁰. Оскільки багато лікарів бачать по 100 нових пацієнтів щороку, цифра у 10 тисяч випадків не є недосяжною метою і варта зусиль. За останні десять років (500 тижнів, близько 50 пацієнтів щотижня) я бачив понад 10 тисяч ігор, і така серія дає мені непохитну впевненість у транзакційній теорії ігор. Схожа серія обов'язково потрібна і для теорії сценаріїв.

Що стосується зазначених питань, то ці кореляції будуть або узгоджуватися з теорією сценаріїв та посилювати її, або суперечити їй і послаблювати. Необхідно знайти такі кореляції для різних частин країни і для різних країн світу, а також провести історичні дослідження, щоб визначити, чи справді теорія сценаріїв є «фактом людської природи», чи це просто регіональне враження, що походить від певної групи населення (пацієнти психіатрів) і обмежується нею; або ще гірше, що це просто яскрава ідея, яка у дійсності не має твердого підґрунтя.

Потребуємо того, що Платт²¹¹ називає «обґрунтованим висновком». Неможливо перевірити універсальність теорії сценаріїв у обмежений період часу, опитавши кожну людську істоту, але можна легко спростувати цю теорію, якщо вона хибна, відносно невеликою вибіркою (скажімо, десять тисяч випадків). Щоб сценарний аналітик міг підтвердити свою думку про те, що сценарне програмування батьками є універсальною настановою для всіх людей і «фактом людської природи», йому треба було б, щоб усі вказані кореляції мали якомога вищі позитивні значення в кожній великій серії.

Щоб допомогти лікарю, хай де він є, ми пропонуємо «сценарний запитальник», що складається з запитань, призначених здобути максимум інформації за кожним із численних елементів, які необхідні для чіткого розуміння сценарію.

В. Вступ до сценарного запитальника

Щоб добре розуміти сценарій, мусимо досягнути кожен аспект, історію цього аспекта і його поєднання з усіма іншими аспектами. Найзручніше це робити, якщо розставити теми в хронологічному порядку. До кожної теми подане одне запитання, яке, найімовірніше, допоможе дістати максимум інформації. Також включено інші запитання, які можуть допомогти в тому випадку, коли необхідно більше деталей.

Там, де головне запитання є непридатним або на нього не можна дати відповіді, подають альтернативні запитання.

Сценарний аналіз у його нинішньому вигляді був розроблений переважно на семінарі з транзакційного аналізу в Сан-Франциско, що відбувався у 1966—1970 роках, і джерело багатьох ідей знайти майже неможливо, тому що в щотижневих дискусіях брали участь сотні лікарів. Окремі доповіді опублікували в «Транзекшнл аналізіс булетін» (*Transactional Analysis Bulletin*) Пет Кросман, Мері Едвардс, Стівен Карпман, Девід Купфер, І. Л. Мейзліш, Рей Пойндекстер та Клод Штайнер. Первісний стимул був запропонований автором цієї книжки в праці «Транзакційний аналіз у психотерапії»²¹² та пізніше розвинутий у інших книжках і на цьому семінарі.

Ідея запитальника була вперше запропонована Клодом Штайнером (Берклі), Мартіном Гродером та Стівеном Карпманом (обидва – Сан-Франциско). Він був розроблений з метою скоротити процес лікування і забезпечував швидкий спосіб пошуку активних елементів у сценарії пацієнта, щоб якомога швидше завадити його трагічному розвитку. До їхнього переліку входило сімнадцять найважливіших пунктів²¹³. Поданий нижче докладний запитальник містить

²¹⁰ Kinsey, A. C. *et al. Sexual Behavior in the Human Male*. W. B. Saunders Company, Philadelphia, 1948.

²¹¹ Platt, J. R. 'A Strong Inference.' *Science*, 146: 347—353, October 16, 1964.

²¹² Berne, E. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. *Loc. cit.*

²¹³ Steiner, C. M. 'A Script Checklist.' *Loc. cit.*

ці пункти, а також багато інших, що походять із матеріалу, поданого у другій, третій і четвертій частинах цієї книжки. Він призначений для навчання, досліджень та інших спеціалізованих цілей і містить близько 220 пунктів. Після нього подано зручнішу, стислу версію для повсякденного використання.

Г. Сценарний запитальник

Запитання подані в хронологічному порядку, наскільки це зручно було зробити, клінічні спостереження йдуть останніми; таким чином здебільшого зберігається той самий порядок, що й у тексті. Кожен етап розвитку пронумерований послідовно, і питання, які стосуються цього етапу, починаються з його номера. Номер розділу, що стосується кожного етапу, подається в дужках. Літера в головному номері стосується відповідної частини розділу. Наприклад, етап 1, пренатальний, обговорювався в розділі 4. Тому його заголовок звучить як «1. Пренатальні впливи (розділ четвертий)». Питання 1Д. 4 означає, що це запитання до етапу 1, або «пренатального», який обговорювався в частині Д розділу 4, і що це четверте запитання, яке стосується цього розділу. 2А3 означає етап 2 (розділ 5), третє запитання, що стосується частини А цього розділу. Літера «Б» після основного номера запитання означає, що це запитання треба ставити батькам пацієнта. Таким чином, 2А. 3Б означає, що це запитання має те саме розташування, що й у 2А. 3, але стосується батьків, а не пацієнта. Ця система впорядковує текст так, щоб самі питання розташовувалися в числовому порядку і могли бути використані окремо від тексту.

1. Пренатальні впливи (розділ 4)

1Б. 1. Яке життя вели ваші дідусь і бабуся?

1В. 1. Якою є ваша позиція у сім'ї?

а) Назвіть дату вашого народження.

б) Назвіть дату народження брата чи сестри, що народився (народилася) перед вами.

в) Назвіть дату народження брата або сестри, що народився (народилася) після вас.

г) Чи маєте ви особливу цікавість до дат?

1В. 1Б. Скільки у вас братів і сестер?

а) Скільки дітей ви (ваш Батько, Дорослий, Дитина) (хочете, сподівається) мати?

б) Скільки дітей хотіли мати ваші батьки?

в) Чи маєте ви особливу цікавість до дат?

1Г. 1. Ви були бажаною дитиною?

1Г. 1Б. Ви хотіли мати цю дитину?

а) Чи була ця дитина запланованою?

б) Де і коли ви його (її) зачали?

в) Чи були спроби абортів?

г) Як ви ставитеся до сексу?

1Г. 1. Як поставилася мати до вашого народження?

1Г. 2. Хто був присутній під час вашого народження?

а) Це був кесарів розтин чи пологи приймали з допомогою шипців?

1Д. 1. Чи читали ви колись своє свідоцтво про народження?

1Д. 2. Хто вибирав вам ім'я?

1Д. 3. На честь кого вас назвали?

1Д. 4. Звідки походить ваше прізвище?

1Д. 5. Як вас називали у дитинстві?

а) Як звати вашу Дитину?

- б) Чи мали ви прізвисько в дитинстві?
- 1Д. 6. Як називали вас інші діти в середній школі?
- 1Д. 7. Як друзі називають вас зараз?
- а) Як вас називають зараз мати і батько?

2. Ранній етап розвитку (розділ 5)

- 2А. 1. Як мати й батько вчили вас поводитися за столом?
 - а) Що каже ваша мати, годуючи дитину?
- 2А. 1Б. Що відбувалося в той період, коли ви годували дитину груддю? а) Що ви тоді йому (їй) казали?
- 2А. 2. Хто привчав вас до горщика?
- 2А3. Як вас привчали і що при цьому казали?
- 2А. 3Б. Як ви привчали його (її) до горщика?
 - а) Що ви тоді йому (їй) казали?
- 2А. 4. Чи часто вам робили в дитинстві клізму або давали проносне? 2Б. 1. Яке уявлення про себе вам навівали батьки, коли ви були маленьким (маленькою)?
 - а) Яке ви мали уявлення про себе, коли були маленьким (маленькою)?
- 2Б. 2. Яке рішення щодо життя ви ухвалили, коли були маленьким (маленькою)?
- 2В. 1. Яким здавався вам світ, коли ви були маленьким (маленькою)? а) Яке уявлення ви мали про інших людей? 2В. 2. Чи пам'ятаєте в дитинстві випадок, коли ви вирішували більше ніколи не робити чогось або не демонструвати певне почуття?
 - а) Чи завжди ви вирішували робити щось, попри будь-що?
- 2В. 3. Ви переможець або невдаха?
- 2В. 4. Коли ви це вирішили?
- 2Г. 1. Якою була ваша інтерпретація того, що відбувалося між вашими батьками, коли ви були маленьким (маленькою)?
 - а) Як ви до цього ставилися?
- 2Г. 1. На яких людей ваші батьки дивилися зверхньо?
 - а) Яких людей ви не любите найбільше?
- 2Г. 2. Якими людьми захоплювалися ваші батьки?
 - а) Які люди вам найдужче подобаються?
- 2Д. 1. Що відбувається з такими людьми, як ви?

3. Середнє дитинство (розділи 6 та 7)

- 3А1. Що ваші батьки наказували вам робити, коли ви були маленьким (маленькою)?
 - а) Що вони казали вам, коли ви були зовсім маленьким (маленькою)?
- 3А. 2. Яким було улюблене гасло ваших батьків?
- 3А. 3. Що вчили вас робити ваші батьки? 3А. 4. Що вони забороняли вам робити?
- 3А. 5. Якби вашу сім'ю поставили на сцену, що це була б за п'єса?

4. Пізнє дитинство (розділ 8)

- 4А. 1. Яка казка в дитинстві була вашою улюбленою?
 - а) Якою була ваша улюблена колискова?
 - б) Якою була ваша улюблена історія?
- 4А. 2. Хто читав вам її або розповідав?

- а) Де, коли?
- 4А. 3. Що казав про неї той, хто читав?
- а) Як він (вона) реагував на неї?
- б) Який був у нього (неї) вираз обличчя?
- в) Ця історія була йому (їй) цікава чи він (вона) читав її лише заради вас?
- 4А. 4. Хто був вашим улюбленим персонажем у дитинстві?
- а) Хто був вашим улюбленим героєм?
- б) Хто був вашим улюбленим лиходієм?
- 4Б. 1. Як ваша мати реагувала на життєві труднощі? 4Б. 2. Як ваш батько реагував на життєві труднощі?
- 4В. 1. Які почуття найбільше вас непокоять?
- 4В. 2. Які почуття вам найдужче подобалися?
- 4В. 3. Яка ваша найчастіша реакція на життєві труднощі?
- 4В. 4. Коли продавець дає вам торговельні купони, що ви робите з ними?
- 4Г. 1. На що ви очікуєте в житті?
- 4Г. 2. Про що ви найчастіше думаєте, кажучи «якби тільки...»?
- 4Г. 3. Який вигляд має для вас Санта-Клаус?
- а) Хто або що є для вас Санта-Клаусом?
- 4Г. 4. Чи вірите ви у безсмертя?
- а) Якими були улюблені ігри ваших батьків?
- 4Г. 1. З якими неприємностями стикалися ваші батьки?
- 4Г. 1. Б. У які ігри ви навчали грати пацієнта, коли він (вона) був маленьким (маленькою)?
- а) У які ігри ви грали з батьками, коли були маленьким (маленькою)?
- 4Г. 2. Які стосунки склалися у вас із вчителями в школі?
- 4Г. 3. Які стосунки склалися у вас із іншими дітьми?
- 4Д. 1. Про що ваші батьки розмовляли за обідом?
- 4Д. 2. Чи мали ваші батьки якісь «пунктики»?

5. Юність (розділ 9)

- 5А. 1. Про що ви розмовляли з друзями?
- 5Б. 1. Хто для вас зараз є героєм?
- 5Б. 2. Хто є найгіршою особою у світі?
- 5В. 1. Як ви ставитеся до людей, які мастурбують?
- 5В. 2. Що ви відчували під час мастурбації?
- 5Г. 1. Що відбувається з вашим тілом, коли ви нервуете?
- 5Г. 1. Як поводяться ваші батьки в компанії?
- 5Г. 2. Про що вони розмовляють, коли вони самі або з друзями? 5Д. 1. Чи снилися вам колись жахіття?
- а) Яким ви бачите світ у своїх снах?
- 5Д. 2. Розкажіть якийсь зі своїх снів.
- 5Д. 3. Чи мали ви колись галюцинації?
- 5Д. 4. Як ставляться до вас люди?
- 5Е. 1. Назвіть найкраще, що ви можете зробити у своєму житті.
- 5Е. 2. Назвіть найгірше, що ви можете зробити у своєму житті.
- 5Е. 3. Чого ви хотіли б досягти у житті?
- 5Е. 4. Що, на вашу думку, ви робитимете через п'ять років?
- а) Де ви сподіваєтеся бути через десять років?
- 5Є. 1. Яка ваша улюблена тварина?

- а) Якою твариною ви хотіли б бути?
- 5Ж. 1. Яке ваше життєве гасло?
- а) Що ви написали б на своїй футболці, щоб люди знали, хто йде?
- б) Що ви написали б на задній частині футболки?

6. Зрілість (розділ 10)

- 6А. 1. Скільки дітей ви сподіваєтеся мати?
- а) Скільки дітей планує мати ваш Батько (Дорослий, Дитина)?
- 6А. 2. Скільки разів ви були в шлюбі?
- 6А. 3. Скільки разів були в шлюбі ваші батьки?
- а) Чи мали вони коханців?
- 6А. 4. Вас коли-небудь заарештовували?
- а) Чи заарештовували когось із ваших батьків?
- 6А. 5. Чи скоювали ви якісь злочини?
- а) А хтось із ваших батьків?
- 6А. 6. Чи лікувалися ви в психіатричній лікарні?
- а) А хтось із ваших батьків?
- 6А. 7. Чи лікувалися ви від алкоголізму на стаціонарі?
- а) А хтось із ваших батьків?
- 6А. 8. Чи намагалися ви коли-небудь скоїти самогубство?
- а) А хтось із ваших батьків?
- 6Б. 1. Що ви робитимете у старості?

7. Смерть (розділ 10)

- 7Б. 1. Як довго ви плануєте прожити?
- 7Б. 2. Як ви обрали цей вік?
- а) Хто помер у цьому віці?
- 7Б. 3. У якому віці померли ваші батько, мати (якщо вони вже не живуть)?
- а) У якому віці помер ваш дідусь по матері? (для чоловіків)
- б) У якому віці померли ваші бабусі? (для жінок)
- 7Б. 4. Хто буде біля вашого смертного ложа?
- 7Б. 5. Якими будуть ваші останні слова?
- а) Якими будуть їхні останні слова?
- 7В. 1. Що ви залишите після себе?
- 7Г. 1. Що напишуть на вашому надгробку?
- а) Який напис буде спереду надгробка?
- 7Г. 2. Що ви написали б на своєму надгробку?
- а) Який напис буде з задньої частини?
- 7Г. 1. Які несподіванки виявлять після вашої смерті?
- 7Д. 1. Ви переможець чи невдаха?
- 7Е. Що для вас важливіше: часова чи подієва структура? (слід пояснити терміни)

8. Біологічні чинники (розділ 14)

- 8А. 1. Чи знаєте ви, який вигляд має ваше обличчя, коли ви на щось реагуєте?

8А. 2. Чи знаєте ви, як реагують інші люди на вираз вашого обличчя? 8Б. 1. Чи можете ви встановити розбіжність між вашими Батьком, Дорослим і Дитиною?

а) Чи можуть помітити цю відмінність інші?

б) Чи бачите ви цю відмінність в інших людях?

8Б. 2. Як ви сприймаєте своє справжнє Я?

8Б. 3. Чи завжди ваше справжнє Я контролює ваші дії?

8В. 1. Чи маєте ви якісь сексуальні «пунктики»?

8В. 2. Чи буває так, що у вашій голові постійно крутиться те саме?

8Г. 1. Ви чутливі до запахів?

8Г. 1. За який час до настання певної події ви починаєте через неї хвилюватися?

8Г. 2. Як довго ви переживаєте через події, які вже відбулися?

а) Чи буває таке, що ви не можете заснути, плануючи помсту?

б) Чи заважають ваші почуття вашій роботі?

8Д. 1. Чи подобається вам демонструвати, що ви здатні страждати? а) Ви воліли б бути щасливим, а не доводити, ким ви є?

8Е. 1. Що кажуть вам голоси в голові?

8Е. 2. Чи розмовляєте ви самі з собою, коли залишаєтеся на самоті?

а) А коли не на самоті?

8Е. 3. Чи завжди ви робите те, що кажуть вам голоси в голові?

а) Ваш Дорослий або Дитина коли-небудь сперечається з вашим Батьком?

8Є. 1. Який ви, коли справжній (справжня)?

9. Вибір психіатра (розділ 16)

9Б. 1. Чому ви обрали психіатра саме мого напрямку?

а) Що ви очікуєте від цього напрямку?

б) Якому напрямку ви віддали б перевагу?

9Б. 2. Як ви мене обрали?

9Б. 3. Чому ви мене обрали?

а) Чого ви від мене чекаєте?

9Б. 4. Хто був для вас чарівником у дитинстві?

9Б. 5. Якої магії ви шукаєте?

9В. 1. Чи був у вас раніше психіатричний досвід?

9В. 2. Як ви обрали попереднього психіатра?

а) Чому ви до нього ходили?

9В. 3. Про що ви в нього дізналися?

9В. 4. Чому ви від нього відмовилися?

9В. 5. За яких обставин ви відмовилися?

9В. 6. Як ви обираєте собі роботу?

9В. 7. Як ви кидаєте роботу?

9В. 8. Чи лікувалися ви раніше в психіатричній лікарні?

а) Що вам довелося зробити, щоб туди потрапити?

б) Що ви зробили, щоб звідти вибратися?

9В. 9. Можете розповісти мені якийсь зі своїх снів?

10. Знаки сценарію (розділ 17)

(Запитання, що їх психіатр ставить сам собі)

- 10А. 1. Яким є сигнал сценарію?
- 10А. 2. Чи має він (вона) галюцинації?
- 10Б. 1. Яким є фізіологічний компонент?
- 10В. 1. Які дихальні звуки у нього (неї) найпоширеніші?
- 10В. 2. Що спричиняє перемикання голосів?
- 10В. 3. Скільки тут слівників?
- 10В. 4. Якою є найулюбленіша частина мови пацієнта?
- 10В. 5. Коли вживається умовний спосіб?
- 10В. 6. Звідки походять слова схвалення?
- 10В. 7. Які фрази пацієнта є сценарними?
- 10В. 8. Які він (вона) вживає метафори?
- 10В. 9. Як складає речення?
- 10В. 10. Які захисні фрази використовує?
- 10Г. 1. Коли відбувається сміх шибеника?
- 10Г. 2. Якою є транзакція шибеника?
- 10Г. 1. Чи радиться він (вона) зі своєю бабусею?
- 10Д. 1. Якою є історія його (її) життя?
- 10Е. 1. Яким є його улюблене перемикання в драматичному трикутнику?

11. Сценарій у лікуванні (розділ 18)

- 11А. 1. Як ви думаєте, коли закінчиться ваше лікування?
- 11Б. 1. Чи вважаєте ви, що я розумніший за вас?
- 11Б. 2. Хто є причиною ваших проблем?
- 11Б. 3. Як ви хочете видужати?
- 11Б. 4. Що вам би хотілося, щоб тут сталося?
- 11Б. 5. Чи готові ви зараз до видужання?
- а) Що має статися, перш ніж ви зможете видужати?
- 11Б. 6. Що не дозволяє вам видужати?
- 11В. 1. Ви вважаєте, що я зможу порозумітися з вашими батьками? а) Ваші батьки були дуже сильними?
- 11Г. 1. Ви хочете видужати чи пройти повний аналіз?
- а) Ви хочете видужати чи виписатися з лікарні?
- б) Ви хочете видужати чи залишитися в лікарні?

Г. Стислий запитальник

У наведеному нижче списку містяться лише ті елементи, що стосуються конкретно сценарного аналізу; він має бути допоміжним і не замінює основний перелік у складанні психіатричної історії хвороби. Ці 51 запитання є більш «природними» та менш нав'язливими і в більшості випадків сприятимуть установленню порозуміння, а не перешкоджатимуть йому.

- 1Б. 1. Яке життя провадили ваші дідусь і бабуся?

- 1В. 1. Якою є ваша позиція у сім'ї?
- 1Г. 2. Хто був присутній під час вашого народження?
- 1Д. 3. На честь кого вас назвали?
- 1Д. 4. Звідки походить ваше прізвище?
- 1Д. 5. Як вас називали в дитинстві?
- 1Д. 6. Чи маєте ви якісь прізвиська?
- 2А. 4. Чи страждали ви в дитинстві на закреп?
- 2Д. 1. Що відбувається з такими людьми, як ви?
- 3А. 1. Що казали вам батьки, коли ви були маленьким (маленькою)?
- 4А. 1. Яка казка в дитинстві була вашою улюбленою?
- 4А. 3. Що казав про неї той, хто читав?
- 4Б. 1. Як ваші батьки реагували на життєві труднощі?
- 4В. 1. Які почуття найбільше вас непокоять?
- 4Д. 1. Про що ваші батьки розмовляли за обідом?
- 4Д. 2. Чи мали ваші батьки якісь «пунктики»?
- 5Д. 2. Розкажіть якийсь зі своїх снів.
- 5Д. 3. Чи мали ви колись галюцинації?
- 5Е. 4. Що, на вашу думку, ви робитимете через п'ять років?
- 5Ж. 1. Що ви написали б на своїй футболці, щоб люди знали, хто йде?
- 6А. 8. Чи намагалися ви колись скоїти самогубство?
- 6Б. 1. Що ви будете робити у старості?
- 7Б. 1. Як довго ви плануєте прожити?
- 7Б. 2. Як ви обрали цей вік?
- 7Г. 1. Що напишуть на вашому надгробку?
- 7Г. 2. Що ви написали б на своєму надгробку?
- 7Д. 1. Ви переможець чи невдаха?
- 8А. 1. Чи знаєте ви, який вигляд має ваше обличчя, коли ви на щось реагуєте?
- 8Б. 3. Чи завжди ваше справжнє Я контролює ваші дії?
- 8В. 1. Чи маєте ви якісь сексуальні «пунктики»?
- 8Г. 1. Ви чутливі до запахів?
- 8Г. 1. За який час до настання певної події ви починаєте через неї хвилюватися?
- 8Г. 2. Як довго ви переживаєте через події, які вже відбулися?
- 8Д. 1. Чи подобається вам демонструвати, що ви здатні страждати?
- 8Е. 1. Що кажуть вам голоси в голові?
- 9Б. 2. Як ви мене обрали?
- 9В. 3. Про що ви дізналися в попереднього психіатра?
- 9В. 4. Чому ви від нього відмовилися?
- 9В. 5. За яких обставин ви відмовилися?
- 9В. 9. Можете розповісти мені якийсь зі своїх снів?

(Запитання, що їх психіатр ставить сам собі)

- 10А. 1. Яким є сигнал сценарію?
- 10А. 2. Чи має він (вона) галюцинації?
- 10В. 1. Які дихальні звуки у нього (неї) найпоширеніші?
- 10В. 6. Звідки походять слова схвалення?
- 10В. 8. Які він (вона) вживає метафори?
- 10В. 10. Які захисні фрази використовує?
- 10Г. 2. Якою є транзакція шибеника?

- 10Г. 1. Чи радиться він (вона) зі своєю бабусею?
- 10Д. 1. Якою є історія його (її) життя?
- 11А. 1. Як ви думаєте, коли закінчиться ваше лікування?
- 11Б. 5. Чи готові ви зараз до видужання?
- 11Г. 1. Ви хочете видужати чи пройти повний аналіз?
- а) Ви хочете видужати чи виписатися з лікарні?
- б) Ви хочете видужати чи залишитися в лікарні?

Д. Терапевтичний запитальник

Це список із сорока пунктів, які вказують на те, що пацієнт виходить зі свого сценарію. Його можна вважати повністю вилікованим, якщо на всі ці запитання він відповідає «так». Це дозволяє кількісно оцінити ефективність його лікування. На сьогодні немає переконливого способу порівняти значення цих пунктів, тому що наразі вони можуть однаково важити. Цей список призначено для перевірки теорії, що сценарні та клінічні ліки є тотожними. Насамперед він призначений для використання після закінчення пацієнтом курсу лікування. Найкраще його використовувати під час лікування у групах. Відповіді пацієнта вважаються за обґрунтовані, якщо психіатр та інші члени групи погоджуються з ним, і сумнівними, якщо вони не погоджуються; взято до уваги можливі приховані мотиви всіх учасників процесу.

Питання пронумеровані в тому-таки порядку, що й у сценарному запитальнику.

- 1Д. 7. Чи називають вас нині друзі так, як вам подобається?
- 2Б. 1. Чи вважаєте ви, що зараз із вами усе гаразд?
- 2В. 1. Чи сприймаєте ви тепер світ по-іншому?
- 2В. 2. У вас уже немає галюцинацій?
- 2В. 3. Ви змінили рішення, ухвалене в дитинстві?
- 3А. 1. Ви перестали робити деструктивні вчинки, до яких батьки підштовхували вас своїми наказами?
- 3А. 4. Чи здатні ви зараз до конструктивних дій, які раніше вам забороняли батьки?
- 4А. 4. Ви маєте нині нового героя чи ставитеся до старого героя по-іншому?
- 4В. 1. Ви перестали збирати торговельні купони?
- 4В. 3. Чи відрізняються тепер ваші реакції від реакцій ваших батьків?
- 4Г. 1. Чи правильно ви зараз живете?
- 4Г. 2. Ви припинили казати «якби тільки» та «принаймні»?
- 4Г. 1. Чи перестали ви грати в ігри, в які грали ваші батьки?
- 4Ж. 1. Чи зняли ви свою «футболку»?
- 5Д. 1. Чи змінилися ваші сни?
- 6А. 6. Чи відмовилися ви від власної сценарної розв'язки: в'язниці, лікарні, самогубства?
- 7Б. 1. Чи збираєтеся ви жити довше, ніж раніше думали?
- 7Б. 5. Ви змінили свої останні слова?
- 7Г. 1. Ви змінили свою епітафію?
- 8А. 1. Чи усвідомлюєте ви, як вираз вашого обличчя впливає на інших людей?
- 8Б. 1. Чи розумієте ви, який Я-стан діє саме в цей момент?
- 8Б. 3. Чи може ваш Дорослий відверто розмовляти з Батьком і Дитиною?
- 8В. 1. Чи відчуваєте ви сексуальне збудження без штучної стимуляції?
- 8Г. 1. Чи усвідомлюєте ви, як впливають на вас запахи?
- 8Г. 1. Чи скорочуєте ви допалювання та зворотний зв'язок, щоб вони не перекривали одне одного?
- 8Д. 1. Ви почуваєтеся щасливим чи просто вдаєте, що хоробрі?
- 9Б. 5. а) Чи змінилася причина, яка змусила вас прийти на лікування?

б) Чи перестали ви робити те, через що потрапили до лікарні?

10А. 1. Ваш сценарний сигнал зник?

10А. 2. У вас уже немає галюцинацій?

10Б. 1. Чи зникли ваші фізичні симптоми?

10В. 1. Ви перестали кашляти, зітхати й позіхати без очевидної причини?

10В. 4. Чи вживаєте ви дієслова замість прикметників та абстрактних іменників у розмові з людьми?

10В. 8. Чи розширився ваш запас метафор? 10В. 9. Чи стали ваші речення рішучішими?

10В. 10. Чи й досі ви підстраховуєтеся, коли щось кажете?

10Г. 1. Чи перестали ви усміхатись і сміятися, коли розповідаєте про свої помилки?

11А. 1. Ви по-іншому ставитеся до свого психіатра?

11Б. 1. Ви перестали грати з ним в ігри?

11В. 1. Чи здатні ви припинити ігри до того, як вони почнуться?

11Г. 1. Ви вважаєте, що видужуєте чи просто робите успіхи?

Додаток

Що ти кажеш після привітання?

Існує просте правило: що важчим є сценарій, то легше знати, що сказати. Ми вже наводили приклад Едіпа, який обходився двома дотепами, кожен з яких складався з одного речення: «Хочеш битися?» для чоловіків і «Хочеш зробити це з хлопцем удвічі молодшим за тебе?» для жінок. Злочинці також послуговуються такими дотепами: «Де бакси?» (грабіжники) та «Стули пельку!» (гвалтівники). Те саме роблять і наркомани й алкоголіки: «Наливай!» або «Купив дозу?» Деякі злочинці та шизофреніки навіть не турбуються про те, щоб сказати «привіт».

Для інших людей існує шість можливих ситуацій. 1) Коли розмова є обов'язковою, а ситуація ретельно структурованою, як-от у судовій залі або кабінеті лікаря. 2) Коли розмова є обов'язковою, а структура – соціальною. Можливості тут коливаються від банальних фраз на кшталт «Тепла сьогодні погода, еге ж?» до «Це ж ефіопське намисто?» 3) Коли розмова є обов'язковою, а ситуація – неструктурованою, як у так званих групах зустрічей. Це більш-менш новий винахід людства і створює труднощі для декого. Найбільш безособовим «особистим» зауваженням, що можливе в такому разі, є: «Гарні у вас черевики». 4) Коли розмова дозволена, але не обов'язкова. Це часто відбувається під час концертів просто неба, демонстрацій тощо. «Класно!» – це в такому разі універсальна друга фраза. Третьою має бути якась імпровізація, наприклад: «Привіт». «Привіт». «Класно». «Ага». «Я маю на увазі освітлення». «А, я подумав (подумала), що ти про музику», після чого розмовляти вже легко. 5) Коли розмова не є звичною і вимагає певної сміливості. Це найважче, бо відмова у такому разі є правомірною і той, хто зав'язує розмову, завжди розраховує на ймовірність. Щодо цього випадку рекомендуємо твір Овідія «Мистецтво кохання» (книга I). Його поради годяться для сучасного Нью-Йорка, Сан-Франциско, Лондона чи Парижа так само, як і для Рима дві тисячі років тому. Якщо ви прочитаєте першу книжку з цього циклу, то будете готові перейти до складніших етапів у книзі II, а якщо й це спрацює, то можете перейти вже до основної бази²¹⁴, якою є книга III. 6) Коли розмова є забороненою, як у нью-йоркському метро. Лише люди з найтяжчими сценаріями (за винятком незвичайних обставин), спробують тут заговорити.

Тут можна згадати класичний жарт про чоловіка, чия розмова з жінками відбувалася таким ось чином: «Привіт». «Привіт». «Не хочеш зі мною переспати?» Один друг порадив йому, що краще буде про щось поговорити, перш ніж робити таку пропозицію. Тому наступне знайомство з дівчиною він почав так: «Привіт». «Привіт». «Ви колись були в Ефіопії?» «Ні». «Ну тоді ходімо до ліжка». Насправді, це не таке вже й погане запитання. Є різні варіанти.

Мрійливий:

- Привіт.
- Привіт.
- Ви колись були в Ефіопії?
- Ні.
- І я теж. Але точно хотів би поїхати. Ви багато подорожували?

Наївний:

- Привіт.
- Привіт.
- Ви колись були в Ефіопії?
- Ні.
- Це чудова країна. Коли я там був, то одного разу бачив, як якийсь чоловік їв лева.

²¹⁴ Тут: термін з бейсболу.

– Чоловік їв лева?

– Барбекю. Ви вже їли? Любите барбекю? Я знаю чудове місце.... – тощо.

Ці кілька пропозицій подані задля люб'язності, щоб доповнити назву цієї книжки і стимулювати винахідливість читача.

Глосарій

Антисценарій – протилежність сценарію. Демонстративна непокора всьому, до чого закликає кожна з вказівок.

Антитеза – команда, що прямо суперечить батьківському припису; терапевтичне втручання, яке веде до тимчасового або повного звільнення від вимог сценарію. Зовнішнє звільнення.

Апарат – сім елементів, які утворюють сценарій.

Батько – Я-стан, запозичений з батьківської постаті. Він може функціонувати у формі спрямовального впливу (Впливовий Батько) або безпосередньо у формі батьківської поведінки (Активний Батько). Він може бути турботливим або контролером.

Батько-Велетень-Людоджер – Я-стани Дитини в батькові, який формує Батька у Я-стані Дитини його доньки і керує трагічним сценарієм. У позитивному сценарії він називається Веселим Велетнем.

Близькість – вільний від гри обмін емоціями без використання одне одного. *Важелі управління* – розв'язка, приписи та провокації, що контролюють сценарну поведінку індивіда.

Валюта – шлях, який веде до розв'язки сценарію: прикладами є слова, гроші або павутиння.

Вимкнення – звільнення від сценарію зсередини.

Вказівки – важелі управління, шаблони та інше сценарне обладнання.

Гамартичний – саморуйнівний сценарій, той, що має трагічне закінчення. *Годинниковий час* – період часу, який можна виміряти за допомогою годинника чи календаря.

Гра – серія транзакцій з обманом, трюком, перемикуванням та спантеличенням, що завершується виграшем.

Демон: а) спонування й імпульси в дитині, які нібито борються зі сценарним апаратом, але насправді зміцнюють його; б) шепіт Батька, що підштовхує Дитину до неадаптивної імпульсивної поведінки. Мета цих двох явищ зазвичай збігається.

Депресія – провал діалогу між Дитиною й Батьком.

Дитина – архаїчний Я-стан. Адапована Дитина дотримується батьківських вказівок. Природна Дитина є автономною.

Довічне ув'язнення – негативна, але не фатальна розв'язка сценарію.

Дозвіл: 1) батьківська ліцензія на автономну поведінку; 2) втручання, що дає індивіду ліцензію на непокору батьківському припису, якщо він має для цього готовність, бажання та змогу, або звільняє його від батьківських провокацій.

Допалювання – період часу, що минає до асиміляції наслідків події, яка вже минула.

Дорослий – Я-стан, орієнтований на об'єктивну й автономну обробку інформації та оцінку можливостей.

Драматичний трикутник – проста діаграма, що показує можливі зміни ролей у сценарії. Трьома головними ролями є Переслідувач, Жертва й Рятівник.

Електрод – Батько в Дитині. Активізуючись, викликає автоматичну реакцію.

Епісценарій – надмірне батьківське програмування. Дивіться також: *Надмірний сценарій*.

Життєвий план – те, що мусить відбутися згідно зі сценарієм.

Життєвий шлях – те, що відбувається насправді.

Запитальник – перелік питань, ретельно дібраних та сформульованих так, щоб з якомога меншою двозначністю дістати якнайбільшу кількість інформації про сценарій.

Застава – неовов'язкове зобов'язання щодо структурування тривалих періодів часу.

Звільнення зовнішнє – зовнішнє втручання, що звільняє індивіда від вимог сценарію. Припинення.

Звільнення внутрішнє – умова, вбудована в сценарій, згідно з якою індивід звільняється від нього. «Автоматичний вимикач» сценарію.

Зворотний зв'язок – період часу, протягом якого майбутня подія впливає на поведінку.

Землянин – той, чий судження ґрунтуються на упередженнях, а не на тому, що відбувається насправді. Консервативний.

Земна позиція – переконання, затьмарені упередженнями, запозиченими від інших людей, зазвичай у ранньому дитинстві.

Знак – певна деталь поведінки, що є підказкою про сценарій пацієнта.

Зобов'язання – оперативно ухвалене рішення про дотримання певних принципів дій для досягнення певної мети.

Ігрова поведінка – поведінка, що, здається, більшою мірою розрахована на отримання можливого виграшу у формі торговельних купонів, аніж на досягнення оголошеної мети.

Ілюзія – малоймовірна надія, за яку чіпляється Дитина і яка впливає на всю її важливу поведінку.

Керований – людина, яка має досягти того, що передбачене сценарієм, за будь-яку ціну, але може заразом і повеселитися.

Кнопка – внутрішній або зовнішній стимул, який провокує сценарну або ігрову поведінку.

Комплекс – обстановка, в якій Дитина відтворює свій сценарій.

Контрсценарій – можливий життєвий план, що ґрунтується на батьківських заповідях.

Марсіанин – той, хто спостерігає за земними подіями без упереджень.

Марсіанська позиція – найбільш наївний спосіб мислення для спостереження за земними подіями.

Мати-відьма – Я-стан Дитини в матері, який формує Батька в Дитині у її сина і керує трагічним сценарієм. У продуктивному сценарії цей стан називається Фея – хресна мати.

Матриця – діаграма, що показує батьківські вказівки, які формують підґрунтя сценарію.

Надмірний сценарій – надмір батьківського програмування, що передається від одної особи до іншої, як від батька до дитини. Той, хто тримає цю «гарячу картоплину», в будь-який момент є під дією надмірного сценарію. Дивіться також: *Епісценарій*.

Настанови – набір заповідей, що їх пропонує турботливий батько.

Невдаха – той, хто не досягає оголошеної ним мети.

Непереможець – той, хто тяжко працює, щоб окупити свої витрати.

Обладнання – батьківські стимули й реакції, за допомогою яких індивід будує апарат свого сценарію.

Одержимий – людина, яка мусить зосередитися на власному сценарії, забувши про все інше.

Палімпсест – пізніша версія сценарію, що виникає з нових потенційних можливостей, коли дитина переходить до старших етапів розвитку.

Первісна версія – найбільш рання версія сценарію, що ґрунтується на інтерпретації малюком сімейної драми.

Переконання – стійка думка індивіда про повноцінність або меншовартість себе, з одного боку, та світу – з іншого.

Перекриття – коли зворотний зв'язок починається, перш ніж припиняється допалювання.

Перемикання:

1. Зміна однієї ролі на іншу в грі чи сценарії.

2. Маневр, який змушує або спонукає іншу людину до зміни ролі.

3. Внутрішній або зовнішній стимул, який вимикає сценарну поведінку.

Переможець – той, хто досягає оголошеної ним мети.

Персона – прихована презентація Я. Зазвичай існує на рівні 8—12-річної дитини.

Погладжування – одиниця виміру визнання, як-от привітання.

Позиція – уявлення про себе, що виправдовує якесь рішення; позиція, з якої розігруються ігри.

Приманка – провокація або спокуса, що призводить до неадаптивної поведінки.

Припинення – звільнення від сценарію ззовні.

Припис – заборона або негативний наказ від одного з батьків.

Провал – якщо сценарій неможливо втілити, це веде до відчаю.

Провокація – неадаптивна поведінка, що її заохочує або вимагає один з батьків.

Програма – стиль життя, який стає наслідком сукупної дії всіх елементів сценарного апарату.

Прокляття – сценарний припис.

Простір – локус, усередині якого відбуваються вирішальні транзакції сценарію. *Протокол* – первісний драматичний досвід, на якому ґрунтується сценарій. *Ракетка* – сексуалізація та транзакційний пошук і експлуатація неприємних почуттів.

Рішення – взятє в дитинстві зобов'язання дотримуватися певної форми поведінки, що пізніше формує основу характеру.

Розв'язка – остаточна доля або фінальна сцена, що означає кінець життєвого плану.

Розчакловувач – внутрішнє звільнення, вбудоване в сценарій.

Роль – набір транзакцій, що відтворюються в будь-якому з трьох Я-станів згідно з вимогами сценарію.

Санта-Клаус – примарне джерело ілюзорного подарунка, на яке Дитина чекає все життя.

Світ – спотворений образ світу, у якому відтворюється сценарій.

Світогляд – спотворений образ світу та людей в уявленні Дитини, на якому ґрунтується її сценарій.

Сигнал – рух або характерна манера, що позначає сценарій пацієнта.

Сімейна драма – драматична серія подій, що не раз відбувається в кожній родині й формує протокол сценарію.

Сімейна культура – головна сфера інтересів сім'ї, зокрема в тому, що стосується тілесних функцій.

Слова схвалення – слова, що винагороджуються батьківським схваленням.

Слот – місце в сценарії, що може бути заповнене будь-якою людиною, яка відповідає його вимогам.

Смертний вирок – фатальна розв'язка сценарію.

Сміх шибеника – сміх або посмішка, що супроводжує транзакцію шибеника і яка зазвичай поділяється іншими присутніми.

Спалах (або вибух сценарію) – перехід від більш-менш раціонально контрольованої поведінки до сценарної сцени.

Стопор – сценарний припис або заборона.

Структурний аналіз – аналіз особистості чи серії транзакцій, згідно з Я-станами Батька, Дорослого та Дитини.

Сценарій – життєвий план, що ґрунтується на ухваленому в дитинстві рішенні, посилюється батьками, обґрунтовується наступними подіями і закінчується обраною альтернативою.

Сценарій «Можна» – сценарій з позитивними умовами.

Сценарій «Не можна» – сценарій з негативними умовами.

Сценарна поведінка – поведінка, що здається більше мотивованою сценарієм, аніж раціональними міркуваннями.

Тема – найпоширенішими в сценарії є любов, ненависть, помста і заздрість. *Терапевтична гіпотеза* – гіпотеза, що стосується значення запланованої терапевтичної операції.

Торговельний купон – почуття, що їх «збирають» у грі як виграш.

Тотем – тварина, якою захоплюється індивід і яка впливає на його поведінку.

Транзакційний аналіз:

1. Система психотерапії, що ґрунтується на аналізі транзакцій та ланцюгів транзакцій, які відбуваються під час сеансів лікування;

2. Теорія особистості, що ґрунтується на вивченні конкретних Я-станів;

3. Теорія соціальної дії, що ґрунтується на ретельному аналізі транзакцій у вичерпній та обмеженій кількості класів на основі конкретних Я-станів; 4. Аналіз окремих транзакцій за допомогою транзакційних діаграм; це і є справжній транзакційний аналіз.

Транзакція – транзакційний стимул від певного Я-стану в агенті та транзакційна реакція від Я-стану того, хто відповідає на стимул. Транзакція є одиницею виміру соціальної дії.

Транзакція шибеника – транзакція, що веде просто до розв'язки сценарію. *Трюк* – особлива позиція чи слабкість, яка робить людину вразливою до ігор або сценарної поведінки.

Угода – відкрита домовленість між пацієнтом і психіатром, у якій формулюється мета лікування під час кожної фази.

Формула гри – послідовність подій, що відбуваються у грі, виражена за допомогою формули літерними символами: $O + T = B \rightarrow P \rightarrow C \rightarrow B2$

Формула – послідовність подій, необхідних для розвитку сценарію, висловлена формулою $РБВ \rightarrow Пр \rightarrow З \rightarrow ВП$

Футболка – життєвий девіз, про який можна зробити висновок з манери поводження людини.

Цільовий час – період, який закінчується з досягненням певної мети.

Шаблон – стиль життя, що ґрунтується на батьківській інструкції або прикладі. *Швидкість* – кількість рольових перемикачів у сценарії за одиницю часу.

Я-стан – стійка модель почуттів і переживань, безпосередньо пов'язана з відповідною сталою моделлю поведінки.