

Ігри, у які грають люди
Ерік Берн

Доктор Ерік Берн, засновник транзакційного аналізу, здобув визнання за розвиток одного з найновіших підходів до психотерапії. Його книги, як «Transactional Analysis in Psychotherapy», «The Structure and Dynamics of Organizations and Groups» та «What Do You Say After You Say Hello?». До своєї смерті 1970 року він був практикуючим психотерапевтом у приватних кабінетах та лікарнях.

Ерік Берн

Ігри, у які грають люди

Світовий бестселер із психології стосунків

© Eric Berne, 1964

© DepositPhotos.com / silvercircle, обкладинка, 2016

© Hemiro Ltd, видання українською мовою, 2016

© Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», переклад і художнє оформлення, 2016

Новий вступ

Неначе «бац» і двері.

Джеймс Р. Аллен, д-р мед. наук

Одного зимового ранку, сорок років тому, мій керівник дав мені примірник книги «Ігри, в які грають люди», за авторством Еріка Берна. У той час я був інтерном психіатричного відділення Університету Макгілла у Квебеку і мій керівник Хайнц Леман був психіатром у Нью-Йорку, США. За декілька років до цього він запропонував використання торазину (аміназину) у лікуванні шизофренії. Він був першим психіатром, який використав торазин у лікуванні шизофренії в Америці. За декілька років до цього він запропонував використання торазину (аміназину) у лікуванні шизофренії психічнохворих людей.

Ні доктор Леман, ні я тоді не знали, що Ерік Берн виріс у Монреалі та закінчив Університет Макгілла. За п'ять років до того, як ми зустрілися, наша з ним підготовка мала схожість і в інших аспектах: спочатку ми вивчали класичну психіатрію та мали спільні інтереси, а потім ми вирішили, ким вони є, а дехто робить його частиною майбутнього. Та що найбільше вразило мене в Берні – це його стриманий і неортодоксальний гумор та вміння зрозуміти лад і схеми, що лежать в основі звичайного хаосу людського життя.

У пропонованій книзі читач знайде всі ці характеристики. Одна з сильних сторін Бернового аналізу ігор – це те, що він розглядає їх з психологічної, соціальної та емоційної точки зору, як у конкретний момент, так і через певний проміжок часу. Вражаючи та захоплюючи, він показує, як ігри впливають на наше життя, побачити речі дещо під іншим кутом та, кепкуючи, впізнати себе.

Дехто з перших читачів цієї книги міг передати її своїм рідним чи друзям з урочистими словами, ба навіть із проханнями. Він запросив нас посміятися з нашої абсурдності та особливостей, але його гумор не є злісним. Швидше за все, це був його спосіб сказати, що він знає, що він каже. У лікуванні пацієнтів Берн справді відчинив нові двері. Він чесно питав їх: «Що ви бажаєте змінити? І як ми дізнаємося, чи досягнемо наших цілей і, таким чином, особливих критеріїв, за якими варто оцінювати успіх лікування – процес, який робить це?» Він казав, – я лікую людей».

Щоб опублікувати «Ігри, в які грають люди» 1964 року, Берн та його друзі були змушені шукати гроші й заплатити за них.

ером і такі поняття, як «погладжування», «гра», «ракетка», «взаємодія», «Дитина», «Батько-Мати» та «Дорослий». Правда досить рідко, вживались у конотаціях та значеннях, які він навіть не вкладав у них.

На жаль, успіх зробив із транзакційного аналізу просто популярну психологію. Під час широких обговорень за поведінковий підхід до лікування, і такий аналіз має дієві засоби вираження внутрішніх моделей власного

До того часу, як ситуація набула рівноваги, та хвиля популярності транзакційного аналізу дещо вщухла, було д а. Берн помер, і розкол серед лікарів пацієнтів, що мали регресію, виснажив транзакційний аналіз і його послі

Транзакційний аналіз сьогодні

Понад 10 000 людей в усьому світі вважають себе послідовниками транзакційного аналізу. У багатьох країнах асоціація транзакційного аналізу, Американська асоціація транзакційного аналізу (ААТА), Західна Тихоокеанська транзакційного аналізу (ЛАТА) та Європейська асоціація транзакційного аналізу (ЕАТА). Остання налічує 6000 заміни на отримання сертифіката на основі рівня підготовки в галузі психотерапії, психологічних консультацій, джерелом поповнення лав послідовників. У таких країнах, як Велика Британія та Австралія, існує можливість о отримання ступеня магістра.

Усі ці ідеї: нариси інформативних досліджень та інтуїтивні здогадки у вигляді практичних узагальнень та зруч Проте зараз ми можемо розуміти їх у межах сучасної науки. Далі наведено декілька прикладів.

Погладжування

Берн визначив погладжування як визнання, яке одна людина дає іншій, як невід'ємну частину фізичного та п зичного дотику в звичайному житті – це, швидше за все, найбільш досліджувані сегменти психічного здоров'я нь, щоб залишатись живими, хоча фізичні погладжування самі по собі стають не такими важливими, коли ми

Я-стани

Берн описав Я-стани як послідовні способи мислення, відчуття та поведінки, які виконуються разом. Зараз ми Завдяки успіхам у нейровізуалізації нейронні сплетіння можуть бути фактично візуалізовані.

Берн позначає сплетіння, які розвиваються на початкових етапах життя, Я-станом Дитина. Коли ми активуємо ізацію людей, які нас виростили, та стани, які ми активуємо, Берн називає Батько. У стані Батька ми думаємо, хньому місці. Я-стани, які мають справу з теперішнім і не перебувають в емоційному плані, називаються Дорос я, базуючись на фактах, та впевнюючись, що емоції та ідеї Дитини чи Батька не впливають на процес.

Варто зазначити, що Я-стани – реальні та їх можна вивчати, на відміну від гіпотетичних Его, Воно та Над-Я з п ни та використовуємо кожен із них залежно від того, що пасує часу та обставинам. Інакше кажучи, Дорослий, дина.

Якщо одного разу визначити Я-стан, його легше визначити знову. Така концептуалізація дає нам можливість

Кожна взаємодія має дві частини: стимул та реакцію. Окремі взаємодії зазвичай також є частиною послідовно неуспішне спілкування й отримати більше деталей щодо того, як люди отримують погладжування, проводять це особливі способи будування стосунків та взаємодії з іншими.

Аналіз ігор

У книзі «Ігри, в які грають люди» Берн описує гру як зразкові та передбачувані серії транзакцій, які на перший ризводять до чітко визначеного передбачуваного результату. Вони є укоріненими, неефективними методами люють, що є частиною дворівневих транзакцій. Берн мав на увазі не те, що людина свідомо маніпулює іншим азано в подружніх військових іграх у п'єсі Едварда Олбі «Хто боїться Вірджинії Вульф?»

Берн очікував, що аналіз ігор покращиться з розвитком накопичених знань, але він окреслив елементи теоре пів переваг та винагорода. Він також визначив декілька систем класифікації. Пізніше, 1972 року, він був змуше

й не відповідала цій формулі, він не розглядав її як гру. Формула гри має таку схему:

«Команда» – це перший крок / запрошення, яке робить ініціатор, Особа А. «Виверт» – це слабкий бік особи Б, і це її винагорода, неочікуване відчуття. Щоб зрозуміти це на практиці, давайте розглянемо приклад Джонні, х

У той час як його батьки з друзями пили каву на кухні, п'ятирічний Джонні бігав кімнатами, бавлячись зі своєю матір'ю. Її мама побачила розбиту вазу на журнальному столику.

«Хто це зробив?» – спитала вона.

«Песик», – відповів Джонні.

Мати розізлилась. Вона знала, що випустила собаку надвір п'ять хвилин тому. Вона вдарила сина зі словами:

Було зрозуміло, хто розбив вазу. Отже, питання матері щодо того, хто розбив вазу, хоч і було на перший погляд стимулом до того, аби Джонні збрехав. Саме це й сталося. Розізлившись, мати змінила Я-стан Дорослий на Я-стан .

Ми б сказали, що мати грала в гру «Попався, сучий сину» (ПСС). Однак варто зазначити, що вона виставила сина Джонні у свою чергу грав у гру «Вдар мене». Якби він сказав «Я це зробив», гра б не розпочалась.

Аналіз ігор після Берна

Найчіткіші методи аналізу ігор наприкінці 70-х років запропонували Боб та Мері Голдінги. Для них гра складає

1. Особа А посилає очевидний сигнал і водночас відправляє приховане послання.
2. Особа Б відповідає на приховане послання.
3. Відтак Особа А змінює Я-стан і відчуває раптову негативну емоцію.

За допомогою сценарію за участі Джонні та матері ми можемо проаналізувати гру таким чином:

Мати (Особа А): Очевидна взаємодія – «Хто це зробив?» На соціальному рівні це лише питання задля отриман

Джонні (Особа Б): «Песик». Джонні відповідає на приховане послання.

Мати (Особа А): Вона гнівається, змінюючи Я-стан, і як наслідок – виникає зле почуття.

Ігри, як зазначили Голдінги, практично названі почуттям, яким наприкінці оволодіває ініціатор, або результатом. Коли мати виставила сина Джонні у свою чергу грав у гру «Вдар мене», а Джонні, своєю чергою, грав у гру «Вдар мене», ми називаємо гру ПСС. Джонні, своєю чергою, грав у гру «Вдар мене».

Драматичний трикутник

Розвиваючи працю Берна щодо ролей у грі, Стів Карпман наприкінці 60-х визначив, що кожна п'єса потребує або переслідувач. Щоб п'єса розвивалась, люди міняються ролями та навіть залучають інших осіб, формуючи

В іграх ці три ролі виконуються всіма учасниками. Коли люди грають одну з ролей, вони раптово можуть зрозуміти свій рятівник, потім перетворилась на жертву й закінчила гру переслідувачем. Джонні ж починав як переслідувач.

У середині 70-х Шіфф та її послідовники помітили, що під час гри кожен з учасників не використовує всі його чотири стани: дорослого, а інша – Дитини. Отже, активуються всі три Я-стани. Ніби вони всі разом утворюють цілу особу.

У прикладі з Джонні та його матір'ю мати діяла в межах Я-станів Дорослого та Матері, а Джонні – Дитини. Якщо фєрі докорів, Джонні може вирости стурбованим через принизливе становище, що є результатом догоджання користувувати свого Дорослого та Батька.

Особа, яка розпочинає гру, робить це з поступкою, що може бути одним із чотирьох таких виглядів: 1) поступка через те, що проблема може бути вирішена особою; 4) поступка через те, що проблема може бути вирішена бу

Мати Джонні не врахувала того факту, що собака був надворі, а дуже швидкий Джонні стояв біля розбитої вази. Цільною реакцією були б слова: «Не підходь» чи «Піди принеси віник».

Ігри в контексті сценарію

1979 року Р. Г. Ерскін та М. Дж. Зальцман розширили ідею Берна твердженням, що винагорода у грі посилює собою себе та інших, а також їхніх рішень згідно зі сценарними рішеннями. Тобто сценарії складаються з повт підкреслює, як легко гра «Боржник» може трансформуватись у життєвий план.

Мати Джонні стала заручницею відчуття, що всі люди (чи чоловіки) погані та будуть брехати їй, таким чином грати від світу. Безумовно, таку гіпотезу варто перевірити, інакше вона залишиться лише марною здогадкою. Мати Джонні використовує для поліпшення сценарію. Наприклад, вона може накопичувати негативні відчуття, щоб їй дозволило її використати це для виправдання свого розлучення. У такому випадку ми могли б назвати це «призом», щоб у майбутньому обміняти їх на «приз».

Сучасні відеозаписи немовлят, маленьких дітей та їхніх матерів, на мій погляд, показують, що в деякі ігри початку першого року поведінки у прихованій пам'яті задовго до того, як дитина вперше вимовляє слово. Як зазначає Берн, ми активізуємо пам'ять у випадку п'ятирічного Джонні та його матері, може бути всього лише останньою з серій ідентичних тра

1977 року Фаніта Інґліш зазначила, що ігри з'являються тоді, коли люди не можуть змусити реальну людину почувати, що приховують заборонені («шантаж»). У відповідь на це вони змінюють Я-стани. Вона дійшла висновку, що порадної та неслухняної Дитини на Батька; «Вдар мене», у якій людина змінює Я-стан з владного та чуйного Батька на відступаючого на задній план. Інґліш також описала, як іноді люди грають в ігри, що підтверджують дві різні частини в ПСС, яка підсилює позицію «Зі мною все гаразд, а з тобою – ні», а потім у стані стресу змінити гру на «Вдар мене, а з тобою – все добре». Наразі ми можемо розглядати це як приклад посилення двох комплексів основних органо-емоційних Я-станів («Зі мною все гаразд, а з тобою – ні») та глибший у прихованій пам'яті («Зі мною щось негаразд, а з тобою – все добре»). У зв'язку з цим можна сказати, що «толстовки»: передній бік може казати щось на кшталт: «Будь ласка, любіть мене». Але, коли людина, що носить

К. Стейнер наголошує, що ігри – це демонстрація сили погладжувань, які необхідні для психологічного виживання в правилах, що не дають людям вільно спілкуватись.

Ігри в контексті великих груп

Нещодавно Шарлотта Сіллз визначила: коли люди постійно грають в одну й ту саму гру в групі, вони можуть втрачати індивідуальність. Якщо людина, яка грає у ПСС чи «Дефект», може виражати несвідоме уникнення групових проблем, це означає, що група не може ефективно працювати.

Транзакційний аналіз сьогодні й завтра

Наразі транзакційний аналіз, включаючи аналіз ігор, використовується у різних сферах: особистісній, подружній, організацій. Його основні концепції підтримуються сучасним розвитком нейронаук. Є докази на користь існування. Дослідження лікування та задоволення пацієнтів виявились дуже ефективними. Сучасна критика психологічних до позитивної психології та менталізації.

Нещодавно зросла зацікавленість щодо таких явищ, як вдячність, надія, оптимізм, динаміка, самопізнання і б і були важливими в русі гуманістичної психології 60-х років, але його прибічники не були зацікавлені у дослідженні альних верств активно вивчається як у ретроспективних, так і проспективних дослідженнях.

Позитивна психологія (так наразі називають цей рух) завжди була важливою частиною транзакційного аналізу вільних дій, а також до «добропорядності» та автономії, які виявляються в обізнаності, щирості та близькості,

Нині психологи більше починають цінувати вагу концептуалізації власне себе та інших, яка мотивується внутрішніми емоціями, почуття неповноцінності, менталізація та емоційний інтелект. Така здатність підкреслює співчуття, можливості долати дію стресорів.

Ситуації взаємодій між людьми Берн описав простим, приємним і подекуди навіть розмовним стилем, даючи можливість їх змінити. Він показав основу психологічного почуття неповноцінності. Це те, що Хайнц Леман мав на увазі ідало та продовжує відповідати за популярне використання цього підходу.

Багато ідей, що вперше з'явилися на сторінках «Ігор, у які грають люди», зараз є настільки загальноприйнятими, що і інші також використовували ідеї і техніки з інших підходів, а їхні послідовники продовжили змінювати та розвивати і Берна «Я не проводжу сеансів групової терапії, я лікую людей».

Подібні книжки можна перечитувати знов і знов. Перечитуючи її самостійно, я знову дивувався з кмітливості й глибини цих досліджень, а також із того, чим ми їм завдячуємо.

І тому, любий читачу, я тішусь, що ти читаєш цю книжку...

Джеймс Р. Аллен, д-р мед. наук, член Королівської колегії патологів, є професором психіатрії та поведінкових наук у місті Оклахома-Сіті (штат Оклахома). Він також був президентом Міжнародної асоціації транзакційного аналізу, резидентом асоціації, тому переклад має форму минулого часу; посилання на сайт також змінено, оскільки воно змінилося, якщо не зазначено інше.)).

Ті, хто шукає більше інформації про транзакційний аналіз, можуть знайти її на сайті Міжнародної асоціації транзакційного аналізу.

Ігри, у які грають люди

Моїм пацієнтам та студентам, які багато чого мене навчили та продовжують навчати ігор і сенсу життя

Передмова

Ця книжка передусім була призначена для продовження моєї книжки «Транзакційний аналіз у психотерапії» [New York, 1961.], та вона вибудована таким чином, що її можна читати й розуміти як самостійну річ. Теорія, необхідна для розуміння ігор, описана в частині II. Частина III містить новий клінічний та теоретичний матеріал, який, як додаток до ігор. Ті, хто хоче отримати більше загальної інформації, можуть звернутися до попередньої книги. Читач обох книг знайде незначні зміни в термінології і кутах зору, засновані на подальшому мисленні та читанні нового клінічного матеріалу.

Необхідність цієї книги була означена зацікавленнями студентів і слухачів лекцій щодо списків ігор та подальшого розвитку.

тлумаченні принципів транзакційного аналізу. Я висловлюю подяку цим студентам і слухачам у цілому, а особливу, міс Барбарі Розенфельд за її ідеї щодо мистецтва та сенсу слухання; містеру Мелвіну Бойсу, містеру Джозефу І. Рордону Гріттеру, місис Френсіс Метсон і доктору Рею Пойндекстеру за їхні незалежні відкриття та підтвердження.

Містер Клод Стайнер, колишній директор Інституту досліджень семінарів із соціальної психіатрії у Сан-Франциско, привернув особливу увагу з двох причин. По-перше, він провів перші дослідження, які ствердили багато теоретичних спостережень про природу автономії та близькості. Дякую також міс Віолі Літт, секретареві-скарбнику семінарів, та місис Мелвін; а також Анні Гаретт за допомогу в читанні доказів.

Семантика

Ігри описані зазвичай під чоловічим кутом зору, якщо вони не суто жіночі. Таким чином, головний гравець зазвичай чоловік, якщо не зазначено інакше, може описуватись і з гравцем «вона», з відповідними змінами. Якщо роль жінки не певна, то вона так само без упередження позначається як «він». Словник термінів та кут зору перш за все орієнтовані на чоловіка, і щось цікаве та корисне у цій книзі.

Транзакційний аналіз гри слід чітко відрізняти від спорідненої науки – математичного аналізу гри, хоча деякі з них є спільними. Для детального розгляду математичної теорії ігор див. книгу «Ігри та рішення» Р. Д. Люса та Х. Раїфа [3 - R. D. Luce & H. Raiffa, New York, 1957.].

Кармел, Каліфорнія. Травень 1962 р.

Вступ

1 Соціальні зв'язки

Теорію соціальних зв'язків, яка певною мірою окреслилася ще в «Транзакційному аналізі» [4 - Berne, E. Transactional Analysis, New York, 1961.] можна підсумувати таким чином.

Шпіц виявив [5 - Spitz, R. «Hospitalism: Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood». Psychoanalytic Study of the Child, 1945.] протягом тривалого періоду, як правило, занурюються у незворотну деградацію та зрештою стають схильні до смері через сенсорну депривацію, може мати фатальні наслідки. Ці спостереження ведуть до ідеї стимуляції шляхом голоду. Голод – це базисна потреба, – висновок, який неважко сприйняти на основі повсякденного досвіду.

Подібне явище спостерігається у дорослих, які зазнали сенсорної депривації. Експериментально така депривація призводить до тимчасових психічних розладів. У минулому соціальна та сенсорна депривація подібно впливали на осіб, засуджених до довічного ув'язнення в одні з найстрашніших покарань навіть для ув'язнених, загартованих фізичною жорстокістю [6 - Seaton, G. J. Isle of the Damned. Popular Library, New York, 1952.], і наразі є сумнозвісною процедурою для боротьби проти поступливості – це громадська організація [7 - Kinkead, E. In Every War But One. W. W. Norton & Company, New York, 1961.].

Під біологічним кутом зору існує ймовірність того, що емоційна та сенсорна депривації зумовлюють або підкріплюють психічні розлади. D. «The Reticular Formation». Scientific American. 196: 54–60, May, 1957.] стовбура головного мозку стимулюється електричними стимулами, що призводять до різних змін у нервових клітинах. Це може бути побічним ефектом поганого харчування, але саме по собі – недостатнє харчування може постулюватися, ведучи від емоційної і сенсорної депривації через апатію до дегенеративних змін у виживанні людського організму, як і харчове голодування.

Справді, не тільки біологічно, а й психологічно та соціально стимуляція шляхом голоду в чомусь паралельна стимуляції «ананасом», «ласуном», «вибагливим диваком», «аскетом», «кулінарним мистецтвом» та «хорошим кухарем» легко переходять зі сфери голоду до сфери харчування. У цих двох сферах за звичних обставин, коли існують великі запаси й різноманітне меню, вибір значною

агато з цих особливостей є конституційно визначеними, але це не стосується проблем, що порушуються в цій

Соціальний психіатр у цьому питанні розглядає те, що відбувається після того, як дитина відокремлюється від матері, щоб зрозуміти як «розмовний зворот» [9 - Використані «розмовні фрази» – це ті, що еволюціонували в ході семінарів, коли спинний мозок почне всихати». Отже, після того як період безпосередньої близькості з матір'ю закінчується, інстинктивний мозок починає всихати. Хтось народжується із соціальними, психологічними та біологічними силами, які стоять на шляху. У більшості випадків він піде на компроміс. Він навчиться більш тонких, навіть символічних, форм звернень до матері, щоб досягти меті, хоча його первісний потяг до фізичного контакту може й не зменшитись.

Цей процес компромісу можна назвати різними термінами, наприклад сублімацією; але, не зважаючи на назву, це щось таке, що може називатись потребою визнання. Зі зростанням труднощів у досягненні компромісу кожний індивід має свої відмінності, які пасують різним соціальним зв'язкам і визначають долю людини. Актор кіно може потребувати компромісу, щоб його «спинний мозок не всихав», у той час як учений може підтримувати фізичне та психологічне здоров'я.

«Погладжування» можна використовувати як загальний термін для інтимного фізичного контакту; на практиці це може бути погладження, другі обіймають або плескають по плечу, а треті – грайливо щипаються або ударяють кінчиками пальців. У більшості випадків дитина буде поводитись із дитиною, лише послухавши, як вона говорить. Беручи до уваги розширений сенс, «погладження» може бути, що натякає на визнання чужої присутності. Отже, погладження може використовуватись як основна одиниця соціального зв'язку.

Обмін погладженнями становить транзакцію, яка є одиницею соціальних зв'язків.

Згідно з описаною теорією ігор, принцип, який виникає у цьому випадку, полягає в тому, що будь-який соціальний зв'язок демонстрували експериментально на прикладі щурів С. Левіна [10 - Levine, S. «Stimulation in Infancy». Scientific American, 1957, 196: 405, August 30, 1957.], які показали сприятливий вплив зв'язків не тільки на фізичне здоров'я, але й навіть опір лейкемії. Визначною особливістю цих експериментів було те, що дбайливе поводження і болісний зв'язок.

Ця перевірка спонукає нас перейти із більшою впевненістю до наступного розділу.

2 Структуризація часу

Звичайно, поводження з дітьми та його символічний еквівалент у дорослих, визнання, мають значення для виживання в побутовому плані; чи полягає вітання у короткому слові «Привіт!», чи у складному ритуалі, що триває декілька хвилин, чи є це структурне голодування. Багаторічна проблема підлітків така: «Що ж тоді ви скажете їй (йому)?» Та й для більшості людей, неструктурований час, коли ніхто з присутніх не може сказати нічого більш цікавого за «Чи не здається, що час іде», у тому, як структурувати свої години неспання. У такому екзистенціальному сенсі полягає функція соціального зв'язку.

Оперативний аспект структуризації часу можна назвати програмуванням. Воно має три аспекти: матеріальний, психологічний та утилітарний. Матеріальним способом структуризації часу є проект, спрямований на обробку матеріалів зовнішньої реальності. Матеріальна діяльність; термін «праця» не підходить у цьому випадку, тому що загальна теорія соціальної психіатрії має

Матеріальне програмування виникає від мінливостей, що з'являються під час діяльності із зовнішньою реальністю, визнання та інших, більш складних форм соціальних зв'язків. Матеріальне програмування не вирішує проблему, оскільки вона залежить від постійних вимірювань та ймовірних оцінок, і будь-яке соціальне спілкування, що відбувається, є результатом цих оцінок.

Соціальне програмування походить від традиційних ритуальних або напівритуальних зв'язків. Головним критерієм є те, що батьки у всіх частинах світу навчають своїх дітей манер, а це означає, що вони дізнаються, як правильно вітати, як їсти, як одягатися, не забуваючи про жорстку критику та підтримку. Критичні зауваження та підтримка становлять собою тактичний елемент, який під час іди або інтерес до чужої жінки заохочуються або забороняються місцевими традиціями; і, до речі, існує багато культур, де жінки не можуть вийти заміж, якщо вони не мають певних ознак. Зазвичай там, де люди відрігують під час іди, заборонено цікавитись жінками інших чоловіків; а в місцевостях, де жінки можуть вийти заміж, це є прийнятною. Як правило, формальним ритуалам передують напівритуальні тематичні розмови, а останні мають характер ритуалу.

Щойно люди знайомляться краще, індивідуального програмування стає дедалі більше, тож починають відбуватися зміни в описуванні сторонами, що беруть у них участь. Але ретельна перевірка показує, що вони мають тенденцію до повторення, оскільки лідованість окреслюється згідно з неписаними правилами й нормами. Ці правила, за Хойлом, залишаються латентними, поки хтось робить незаконний крок, що призводить до символічного, словесного або законного крику: «Порушення правил». Ідентифікаційному, ніж на соціальному програмуванні, можна назвати іграми. Родинне життя і життя у шлюбі, а також життя в суспільстві.

тієї ж гри.

Твердження, що основна частина соціальної діяльності складається з ігор, не обов'язково означає, що це здебільшого бою, «гра у футбол» та інші «спортивні ігри» можуть бути невеселими, а гравці – похмурими; і такі ігри разом з перемігми, іноді навіть зі смертельним фіналом. З іншого боку, деякі автори, наприклад Гейзинга [11 - Huizinga, J. Homo ludens, 1955, переклад з голландської мови, Київ, 1992, 2000, 2005, 2008, 2010, 2012, 2014, 2016, 2018, 2020, 2022, 2024, 2026, 2028, 2030, 2032, 2034, 2036, 2038, 2040, 2042, 2044, 2046, 2048, 2050, 2052, 2054, 2056, 2058, 2060, 2062, 2064, 2066, 2068, 2070, 2072, 2074, 2076, 2078, 2080, 2082, 2084, 2086, 2088, 2090, 2092, 2094, 2096, 2098, 2100, 2102, 2104, 2106, 2108, 2110, 2112, 2114, 2116, 2118, 2120, 2122, 2124, 2126, 2128, 2130, 2132, 2134, 2136, 2138, 2140, 2142, 2144, 2146, 2148, 2150, 2152, 2154, 2156, 2158, 2160, 2162, 2164, 2166, 2168, 2170, 2172, 2174, 2176, 2178, 2180, 2182, 2184, 2186, 2188, 2190, 2192, 2194, 2196, 2198, 2200, 2202, 2204, 2206, 2208, 2210, 2212, 2214, 2216, 2218, 2220, 2222, 2224, 2226, 2228, 2230, 2232, 2234, 2236, 2238, 2240, 2242, 2244, 2246, 2248, 2250, 2252, 2254, 2256, 2258, 2260, 2262, 2264, 2266, 2268, 2270, 2272, 2274, 2276, 2278, 2280, 2282, 2284, 2286, 2288, 2290, 2292, 2294, 2296, 2298, 2300, 2302, 2304, 2306, 2308, 2310, 2312, 2314, 2316, 2318, 2320, 2322, 2324, 2326, 2328, 2330, 2332, 2334, 2336, 2338, 2340, 2342, 2344, 2346, 2348, 2350, 2352, 2354, 2356, 2358, 2360, 2362, 2364, 2366, 2368, 2370, 2372, 2374, 2376, 2378, 2380, 2382, 2384, 2386, 2388, 2390, 2392, 2394, 2396, 2398, 2400, 2402, 2404, 2406, 2408, 2410, 2412, 2414, 2416, 2418, 2420, 2422, 2424, 2426, 2428, 2430, 2432, 2434, 2436, 2438, 2440, 2442, 2444, 2446, 2448, 2450, 2452, 2454, 2456, 2458, 2460, 2462, 2464, 2466, 2468, 2470, 2472, 2474, 2476, 2478, 2480, 2482, 2484, 2486, 2488, 2490, 2492, 2494, 2496, 2498, 2500, 2502, 2504, 2506, 2508, 2510, 2512, 2514, 2516, 2518, 2520, 2522, 2524, 2526, 2528, 2530, 2532, 2534, 2536, 2538, 2540, 2542, 2544, 2546, 2548, 2550, 2552, 2554, 2556, 2558, 2560, 2562, 2564, 2566, 2568, 2570, 2572, 2574, 2576, 2578, 2580, 2582, 2584, 2586, 2588, 2590, 2592, 2594, 2596, 2598, 2600, 2602, 2604, 2606, 2608, 2610, 2612, 2614, 2616, 2618, 2620, 2622, 2624, 2626, 2628, 2630, 2632, 2634, 2636, 2638, 2640, 2642, 2644, 2646, 2648, 2650, 2652, 2654, 2656, 2658, 2660, 2662, 2664, 2666, 2668, 2670, 2672, 2674, 2676, 2678, 2680, 2682, 2684, 2686, 2688, 2690, 2692, 2694, 2696, 2698, 2700, 2702, 2704, 2706, 2708, 2710, 2712, 2714, 2716, 2718, 2720, 2722, 2724, 2726, 2728, 2730, 2732, 2734, 2736, 2738, 2740, 2742, 2744, 2746, 2748, 2750, 2752, 2754, 2756, 2758, 2760, 2762, 2764, 2766, 2768, 2770, 2772, 2774, 2776, 2778, 2780, 2782, 2784, 2786, 2788, 2790, 2792, 2794, 2796, 2798, 2800, 2802, 2804, 2806, 2808, 2810, 2812, 2814, 2816, 2818, 2820, 2822, 2824, 2826, 2828, 2830, 2832, 2834, 2836, 2838, 2840, 2842, 2844, 2846, 2848, 2850, 2852, 2854, 2856, 2858, 2860, 2862, 2864, 2866, 2868, 2870, 2872, 2874, 2876, 2878, 2880, 2882, 2884, 2886, 2888, 2890, 2892, 2894, 2896, 2898, 2900, 2902, 2904, 2906, 2908, 2910, 2912, 2914, 2916, 2918, 2920, 2922, 2924, 2926, 2928, 2930, 2932, 2934, 2936, 2938, 2940, 2942, 2944, 2946, 2948, 2950, 2952, 2954, 2956, 2958, 2960, 2962, 2964, 2966, 2968, 2970, 2972, 2974, 2976, 2978, 2980, 2982, 2984, 2986, 2988, 2990, 2992, 2994, 2996, 2998, 3000, 3002, 3004, 3006, 3008, 3010, 3012, 3014, 3016, 3018, 3020, 3022, 3024, 3026, 3028, 3030, 3032, 3034, 3036, 3038, 3040, 3042, 3044, 3046, 3048, 3050, 3052, 3054, 3056, 3058, 3060, 3062, 3064, 3066, 3068, 3070, 3072, 3074, 3076, 3078, 3080, 3082, 3084, 3086, 3088, 3090, 3092, 3094, 3096, 3098, 3100, 3102, 3104, 3106, 3108, 3110, 3112, 3114, 3116, 3118, 3120, 3122, 3124, 3126, 3128, 3130, 3132, 3134, 3136, 3138, 3140, 3142, 3144, 3146, 3148, 3150, 3152, 3154, 3156, 3158, 3160, 3162, 3164, 3166, 3168, 3170, 3172, 3174, 3176, 3178, 3180, 3182, 3184, 3186, 3188, 3190, 3192, 3194, 3196, 3198, 3200, 3202, 3204, 3206, 3208, 3210, 3212, 3214, 3216, 3218, 3220, 3222, 3224, 3226, 3228, 3230, 3232, 3234, 3236, 3238, 3240, 3242, 3244, 3246, 3248, 3250, 3252, 3254, 3256, 3258, 3260, 3262, 3264, 3266, 3268, 3270, 3272, 3274, 3276, 3278, 3280, 3282, 3284, 3286, 3288, 3290, 3292, 3294, 3296, 3298, 3300, 3302, 3304, 3306, 3308, 3310, 3312, 3314, 3316, 3318, 3320, 3322, 3324, 3326, 3328, 3330, 3332, 3334, 3336, 3338, 3340, 3342, 3344, 3346, 3348, 3350, 3352, 3354, 3356, 3358, 3360, 3362, 3364, 3366, 3368, 3370, 3372, 3374, 3376, 3378, 3380, 3382, 3384, 3386, 3388, 3390, 3392, 3394, 3396, 3398, 3400, 3402, 3404, 3406, 3408, 3410, 3412, 3414, 3416, 3418, 3420, 3422, 3424, 3426, 3428, 3430, 3432, 3434, 3436, 3438, 3440, 3442, 3444, 3446, 3448, 3450, 3452, 3454, 3456, 3458, 3460, 3462, 3464, 3466, 3468, 3470, 3472, 3474, 3476, 3478, 3480, 3482, 3484, 3486, 3488, 3490, 3492, 3494, 3496, 3498, 3500, 3502, 3504, 3506, 3508, 3510, 3512, 3514, 3516, 3518, 3520, 3522, 3524, 3526, 3528, 3530, 3532, 3534, 3536, 3538, 3540, 3542, 3544, 3546, 3548, 3550, 3552, 3554, 3556, 3558, 3560, 3562, 3564, 3566, 3568, 3570, 3572, 3574, 3576, 3578, 3580, 3582, 3584, 3586, 3588, 3590, 3592, 3594, 3596, 3598, 3600, 3602, 3604, 3606, 3608, 3610, 3612, 3614, 3616, 3618, 3620, 3622, 3624, 3626, 3628, 3630, 3632, 3634, 3636, 3638, 3640, 3642, 3644, 3646, 3648, 3650, 3652, 3654, 3656, 3658, 3660, 3662, 3664, 3666, 3668, 3670, 3672, 3674, 3676, 3678, 3680, 3682, 3684, 3686, 3688, 3690, 3692, 3694, 3696, 3698, 3700, 3702, 3704, 3706, 3708, 3710, 3712, 3714, 3716, 3718, 3720, 3722, 3724, 3726, 3728, 3730, 3732, 3734, 3736, 3738, 3740, 3742, 3744, 3746, 3748, 3750, 3752, 3754, 3756, 3758, 3760, 3762, 3764, 3766, 3768, 3770, 3772, 3774, 3776, 3778, 3780, 3782, 3784, 3786, 3788, 3790, 3792, 3794, 3796, 3798, 3800, 3802, 3804, 3806, 3808, 3810, 3812, 3814, 3816, 3818, 3820, 3822, 3824, 3826, 3828, 3830, 3832, 3834, 3836, 3838, 3840, 3842, 3844, 3846, 3848, 3850, 3852, 3854, 3856, 3858, 3860, 3862, 3864, 3866, 3868, 3870, 3872, 3874, 3876, 3878, 3880, 3882, 3884, 3886, 3888, 3890, 3892, 3894, 3896, 3898, 3900, 3902, 3904, 3906, 3908, 3910, 3912, 3914, 3916, 3918, 3920, 3922, 3924, 3926, 3928, 3930, 3932, 3934, 3936, 3938, 3940, 3942, 3944, 3946, 3948, 3950, 3952, 3954, 3956, 3958, 3960, 3962, 3964, 3966, 3968, 3970, 3972, 3974, 3976, 3978, 3980, 3982, 3984, 3986, 3988, 3990, 3992, 3994, 3996, 3998, 4000, 4002, 4004, 4006, 4008, 4010, 4012, 4014, 4016, 4018, 4020, 4022, 4024, 4026, 4028, 4030, 4032, 4034, 4036, 4038, 4040, 4042, 4044, 4046, 4048, 4050, 4052, 4054, 4056, 4058, 4060, 4062, 4064, 4066, 4068, 4070, 4072, 4074, 4076, 4078, 4080, 4082, 4084, 4086, 4088, 4090, 4092, 4094, 4096, 4098, 4100, 4102, 4104, 4106, 4108, 4110, 4112, 4114, 4116, 4118, 4120, 4122, 4124, 4126, 4128, 4130, 4132, 4134, 4136, 4138, 4140, 4142, 4144, 4146, 4148, 4150, 4152, 4154, 4156, 4158, 4160, 4162, 4164, 4166, 4168, 4170, 4172, 4174, 4176, 4178, 4180, 4182, 4184, 4186, 4188, 4190, 4192, 4194, 4196, 4198, 4200, 4202, 4204, 4206, 4208, 4210, 4212, 4214, 4216, 4218, 4220, 4222, 4224, 4226, 4228, 4230, 4232, 4234, 4236, 4238, 4240, 4242, 4244, 4246, 4248, 4250, 4252, 4254, 4256, 4258, 4260, 4262, 4264, 4266, 4268, 4270, 4272, 4274, 4276, 4278, 4280, 4282, 4284, 4286, 4288, 4290, 4292, 4294, 4296, 4298, 4300, 4302, 4304, 4306, 4308, 4310, 4312, 4314, 4316, 4318, 4320, 4322, 4324, 4326, 4328, 4330, 4332, 4334, 4336, 4338, 4340, 4342, 4344, 4346, 4348, 4350, 4352, 4354, 4356, 4358, 4360, 4362, 4364, 4366, 4368, 4370, 4372, 4374, 4376, 4378, 4380, 4382, 4384, 4386, 4388, 4390, 4392, 4394, 4396, 4398, 4400, 4402, 4404, 4406, 4408, 4410, 4412, 4414, 4416, 4418, 4420, 4422, 4424, 4426, 4428, 4430, 4432, 4434, 4436, 4438, 4440, 4442, 4444, 4446, 4448, 4450, 4452, 4454, 4456, 4458, 4460, 4462, 4464, 4466, 4468, 4470, 4472, 4474, 4476, 4478, 4480, 4482, 4484, 4486, 4488, 4490, 4492, 4494, 4496, 4498, 4500, 4502, 4504, 4506, 4508, 4510, 4512, 4514, 4516, 4518, 4520, 4522, 4524, 4526, 4528, 4530, 4532, 4534, 4536, 4538, 4540, 4542, 4544, 4546, 4548, 4550, 4552, 4554, 4556, 4558, 4560, 4562, 4564, 4566, 4568, 4570, 4572, 4574, 4576, 4578, 4580, 4582, 4584, 4586, 4588, 4590, 4592, 4594, 4596, 4598, 4600, 4602, 4604, 4606, 4608, 4610, 4612, 4614, 4616, 4618, 4620, 4622, 4624, 4626, 4628, 4630, 4632, 4634, 4636, 4638, 4640, 4642, 4644, 4646, 4648, 4650, 4652, 4654, 4656, 4658, 4660, 4662, 4664, 4666, 4668, 4670, 4672, 4674, 4676, 4678, 4680, 4682, 4684, 4686, 4688, 4690, 4692, 4694, 4696, 4698, 4700, 4702, 4704, 4706, 4708, 4710, 4712, 4714, 4716, 4718, 4720, 4722, 4724, 4726, 4728, 4730, 4732, 4734, 4736, 4738, 4740, 4742, 4744, 4746, 4748, 4750, 4752, 4754, 4756, 4758, 4760, 4762, 4764, 4766, 4768, 4770, 4772, 4774, 4776, 4778, 4780, 4782, 4784, 4786, 4788, 4790, 4792, 4794, 4796, 4798, 4800, 4802, 4804, 4806, 4808, 4810, 4812, 4814, 4816, 4818, 4820, 4822, 4824, 4826, 4828, 4830, 4832, 4834, 4836, 4838, 4840, 4842, 4844, 4846, 4848, 4850, 4852, 4854, 4856, 4858, 4860, 4862, 4864, 4866, 4868, 4870, 4872, 4874, 4876, 4878, 4880, 4882, 4884, 4886, 4888, 4890, 4892, 4894, 4896, 4898, 4900, 4902, 4904, 4906, 4908, 4910, 4912, 4914, 4916, 4918, 4920, 4922, 4924, 4926, 4928, 4930, 4932, 4934, 4936, 4938, 4940, 4942, 4944, 4946, 4948, 4950, 4952, 4954, 4956, 4958, 4960, 4962, 4964, 4966, 4968, 4970, 4972, 4974, 4976, 4978, 4980, 4982, 4984, 4986, 4988, 4990, 4992, 4994, 4996, 4998, 5000, 5002, 5004, 5006, 5008, 5010, 5012, 5014, 5016, 5018, 5020, 5022, 5024, 5026, 5028, 5030, 5032, 5034, 5036, 5038, 5040, 5042, 5044, 5046, 5048, 5050, 5052, 5054, 5056, 5058, 5060, 5062, 5064, 5066, 5068, 5070, 5072, 5074, 5076, 5078, 5080, 5082, 5084, 5086, 5088, 5090, 5092, 5094, 5096, 5098, 5100, 5102, 5104, 5106, 5108, 5110, 5112, 5114, 5116, 5118, 5120, 5122, 5124, 5126, 5128, 5130, 5132, 5134, 5136, 5138, 5140, 5142, 5144, 5146, 5148, 5150, 5152, 5154, 5156, 5158, 5160, 5162, 5164, 5166, 5168, 5170, 5172, 5174, 5176, 5178, 5180, 5182, 5184, 5186, 5188, 5190, 5192, 5194, 5196, 5198, 5200, 5202, 5204, 5206, 5208, 5210, 5212, 5214, 5216, 5218, 5220, 5222, 5224, 5226, 5228, 5230, 5232, 5234, 5236, 5238, 5240, 5242, 5244, 5246, 5248, 5250, 5252, 5254, 5256, 5258, 5260, 5262, 5264, 5266, 5268, 5270, 5272, 5274, 5276, 5278, 5280, 5282, 5284, 5286, 5288, 5290, 5292, 5294, 5296, 5298, 5300, 5302, 5304, 5306, 5308, 5310, 5312, 5314, 5316, 5318, 5320, 5322, 5324, 5326, 5328, 5330, 5332, 5334, 5336, 5338, 5340, 5342, 5344, 5346, 5348, 5350, 5352, 5354, 5356, 5358, 5360, 5362, 5364, 5366, 5368, 5370, 5372, 5374, 5376, 5378, 5380, 5382, 5384, 5386, 5388, 5390, 5392, 5394, 5396, 5398, 5400, 5402, 5404, 5406, 5408, 5410, 5412, 5414, 5416, 5418, 5420, 5422, 5424, 5426, 5428, 5430, 5432, 5434, 5436, 5438, 5440, 5442, 5444, 5446, 5448, 5450, 5452, 5454, 5456, 5458, 5460, 5462, 5464, 5466, 5468, 5470, 5472, 5474, 5476, 5478, 5480, 5482, 5484, 5486, 5488, 5490, 5492, 5494, 5496, 5498, 5500, 5502, 5504, 5506, 5508, 5510, 5512, 5514, 5516, 5518, 5520, 5522, 5524, 5526, 5528, 5530, 5532, 5534, 5536, 5538, 5540, 5542, 5544, 5546, 5548, 5550, 5552, 5554, 5556, 5558, 5560, 5562, 5564, 5566, 5568, 5570, 5572, 5574, 5576, 5578, 5580, 5582, 5584, 5586, 5588, 5590, 5592, 5594, 5596, 5598, 5600, 5602, 5604, 5606, 5608, 5610, 5612, 5614, 5616, 5618, 5620, 5622, 5624, 5626, 5628, 5630, 5632, 5634, 5636, 5638, 5640, 5642, 5644, 5646, 5648, 5650, 5652, 5654, 5656, 5658, 5660, 5662, 5664, 5666, 5668, 5670, 5672, 5674, 5676, 5678, 5680, 5682, 5684, 5686, 5688, 5690, 5692, 5694, 5696, 5698, 5700, 5702, 5704, 5706, 5708, 5710, 5712, 5714, 5716, 5718, 5720, 5722, 5724, 5726, 5728, 5730, 5732, 5734, 5736, 5738, 5740, 5742, 5744, 5746, 5748, 5750, 5752, 5754, 5756, 5758, 5760, 5762, 5764, 5766, 5768, 5770, 5772, 5774, 5776, 5778, 5780, 5782, 5784, 5786, 5788, 5790, 5792, 5794, 5796, 5798, 5800, 5802, 5804, 5806, 5808, 5810, 5812, 5814, 5816, 5818, 5820, 5822, 5824, 5826, 5828, 5830, 5832, 5834, 5836, 5838, 5840, 5842, 5844, 5846, 5848, 5850, 5852, 5854, 5856, 5858, 5860, 5862, 5864, 5866, 5868, 5870, 5872, 5874, 5876, 5878, 5880, 5882, 5884, 5886, 5888, 5890, 5892, 5894, 5896, 5898, 5900, 5902, 5904, 5906, 5908, 5910, 5912, 5914, 5916, 5918, 5920, 5922, 5924, 5926, 5928, 5930, 5932, 5934, 5936, 5938, 5940, 5942, 5944, 5946, 5948, 5950, 5952, 5954, 5956, 5958, 5960, 5962, 5964, 5966, 5968, 5970, 5972, 5974, 5976, 5978, 5980, 5982, 5984, 5986, 5988, 5990, 5992, 5994, 5996, 5998, 6000, 6002, 6004, 6006, 6008, 6010, 6012, 6014, 6016, 6018, 6020, 6022, 6024, 6026, 6028, 6030, 6032, 6034, 6036, 6038, 6040, 6042, 6044, 6046, 6048, 6050, 6052, 6054, 6056, 6058, 6060,

ими реаліями. Такий репертуар можна відсортувати за такими категоріями: (1) Я-стани, які нагадують батьків, (2) Я-стани, які представляють архаїчні реліквії та з'явилися у ранньому дитинстві. Технічно вони називаються Я-дублюваннями. У розмовній лексиці їх називають Батько, Дорослий і Дитина. Ці прості терміни слугують для всіх випадків, окрім

Ми стверджуємо таке: будь-якої миті кожна людина в соціальній групі демонструє Я-стан Батька, Дорослого чи Голубця, залежно від ступеня готовності. Ці спостереження призводять до виникнення певної діагностичної звітності. «Це ваш Батько» означає, що ви (або їх замітники) у минулому, і ви відповідаєте, як він / вона у тій самій позиції, тими жестами, словами, відчуттями, номну, об'єктивну оцінку ситуації і об'єктивно визнаєте ці уявні процеси, або проблеми, які ви сприймаєте, або реакції є такими самими, як і в дівчинки / хлопчика, якими ви були раніше».

Маємо такі висновки:

1. Кожна людина мала батьків (або їх замітники), вона несе в собі набір Я-станів цих батьків (як вона їх сприймає) (екстеропсихічне функціонування). Простіше кажучи: «Кожен має свого Батька».
2. Кожна людина (зокрема діти, розумово відсталі та хворі на шизофренію) здатна на об'єктивну обробку даних про себе. Простіше кажучи: «У кожного є Дорослий».
3. Кожна людина колись була молодшою, ніж зараз, і несе в собі закріплені реліквії минулих років, які активують її. Простіше кажучи: «Кожен несе в собі маленького хлопчика чи дівчинку».

Наразі доречно звернутися до малюнка 1 (а), який називається структурною діаграмою. Під сучасним кутом з а містить у собі Я-стани Батька, Дорослого та Дитини. Вони ретельно відокремлюються один від одного, тому відченого спостерігача відмінності можуть бути не дуже зрозумілими, але незабаром стануть вражаючими та і буде зручно називати реальних людей батьками, дорослими чи дітьми з малої літери; Батько, Дорослий і Ди (б) є зручною, спрощеною формою структурної діаграми.

Мал. 1. Структурна діаграма

Перш ніж ми залишимо тему структурного аналізу, варто наголосити на деяких особливостях.

- Слово «дитинячий»[15 - «дитячий») тут використано, щоб підкреслити негативне значення слова «childish»: – негативно та «childlike» – позитивно. У нашому випадку в оригіналі бачимо аналіз, адже воно має сильну конотацію небажаності або чогось, що треба зупинити негайно або взагалі (Я-стану), адже він є біологічним та об'єктивним. Насправді Дитина здебільшого є найціннішою частиною життя і фактична дитина може сприяти сімейному життю: чарівністю, задоволенням і творчістю. Якщо Дитина в конфлікті з цим можна їй треба боротись.
- Те саме стосується слів «зірілий» та «незірілий». У цій системі немає такого поняття, як «незіра людина». Є тільки добре структуроване Доросле, якого лише треба розкрити та активувати. І навпаки, так звані «зірі люди» – це люди у часу, але часто зі змінами успіхом.
- Варто зазначити, що Я-стан Батька проявляється у двох формах, прямий та непрямий: як активний Я-стан та пасивний («Я», як я») її батько (чи мати). Якщо це вплив, людина реагує так, як вони хотіли б, щоб вона реагувала («Не роби цього!», а ти сам із них, а у другому – вона пристосовується до їхніх вимог).
- Таким чином, Дитина також має дві форми: адаптована та природна Дитина. Адапована Дитина – це та Дитина, яка хоче бути як батько (чи мати): наприклад, покірливо або не за віком. Або як варіант – дитина починає замальовуватися – результатом. Природна Дитина – це спонтанне вираження: повстання чи творчість, наприклад. Зазвичай це спочатку виводить з ладу Батька й адаптована Дитина звільнюється від батьківського впливу, а

Для ефективного аналізу гри рідко постає необхідність виходу за межі окресленої структури особистості.

Я-стани – це нормальні фізіологічні явища. Мозок людини є органом, або організатором психічного життя, а й конкретні докази щодо цього у деяких дослідженнях Пенфілда та його соратників [16 - Penfield, W. «Memory eld, W. & Jasper, H. Epilepsy and the functional Anatomy of the Human Brain, Little, Brown & Company, Boston, 1954], ад, фактична пам'ять, але природна форма самого досвіду складається у мінливому стані душі. Кожен тип Я-ст

Дитина має інтуїцію [17 - Berne, E. «The Psychodynamics of Intuition». Psychiatric Quarterly. 36: 294–300, 1962.], тв

Дорослий необхідний для виживання. Він обробляє дані й обчислює ймовірності, необхідні для ефективної вз тин жвавої траси, наприклад, вимагає обробки складної низки даних про швидкість; діяльність припиняють д досягнення іншої сторони. Задоволення, запропоновані успішними обчисленнями такого типу, включають к вдання Дорослого – це регулювати діяльність Батька та Дитини й бути об'єктивним посередником між ними.

Батько має дві основні функції. По-перше, він дозволяє людині ефективно діяти як батько фактичних дітей, сп акт, що у вихованні дітей люди, що стали сиротами в дитинстві, зазнають деяких труднощів у порівнянні з тим акцій автоматичними, що зберігає велику кількість часу та енергії. Багато речей робляться тому, що «це пови незліченні тривіальні рішення, отже, він може присвятити себе більш важливим питанням, залишаючи рутин

Таким чином, усі три аспекти особистості мають високу життєздатність та життєву цінність. Так, коли той чи ін ють місце. В іншому разі і Батько, і Дорослий, і Дитина мають право на повагу. Кожен із них має своє законне

Розділ другий

Транзакційний аналіз

Одиниця соціальних зв'язків називається транзакцією. Якщо двоє або більше осіб зіштовхуються у соціальній Це називається транзакційним стимулом. Інша людина буде говорити або робити щось, що якимось чином г кційний аналіз стосується діагностування того, який Я-стан виконав транзакційний стимул, а який – транзакці акція виконуються Дорослими однаково зацікавлено. Хірург (агент), оцінюючи попередні дані, розуміє, що його нуює цей жест, свої сили й відстань, та кладе скальпель саме там, де його очікує побачити хірург. Далі мають м осить склянку води, і мати подає їй склянку.

Обидві транзакції є взаємодоповнюючими; тобто реакція є доцільною і очікуваною, та дотримується природн к додаткова транзакція I типу, представлена на малюнку 2 (а). Друга, додаткова транзакція II типу, показана на ком, тож кожна реакція стає стимулом. Перше правило спілкування – це те, що спілкування триватиме рівно д в принципі, продовжуватися до нескінченності. Ці правила не залежать від характеру й змісту транзакцій; вон анзакції є взаємодоповнюючими, для правила не важливо, чи дві людини беруть участь у пліткуванні (Батько чи Батько-Дитина).

Мал. 2. Додаткові транзакції

Зворотне правило полягає в такому: спілкування розривається, коли відбувається перехресна транзакція. На облем у світі, чи то в шлюбі, коханні, дружбі, чи то на роботі, представлена на малюнку 3 (а) як перехресна тра і характеризується класичною реакцією перенесення в психоаналізі. Стимул для Дорослий-Дорослий, наприк або «Ти не знаєш, де мої запонки?» Відповідні реакції Дорослий-Дорослий щоразу будуть: «Може, й варто. Я х такими: «Ти завжди мене критикуєш, як і мій батько» чи «Ти завжди звинувачуєш мене у усьому». Це реакції I

таких випадках вирішення проблем Дорослого з випивкою або запонками варто призупинити до того часу, поки з випивкою, або кілька секунд, як у випадку із запонками. Або агент повинен стати Батьком як доповнення, відновити як доповнення до Дорослого агента. Якщо покоївка обурюється під час обговорення миття посуду, тільки дискурс Дитина-Батько або обговорення іншої теми Дорослих, а саме продовження її роботи.

Мал. 3. Перехресні транзакції

Мал. 4. Діаграма стосунків

Зворотна перехресна взаємодія транзакцій типу I проілюстрована на малюнку 3 (б). Ця реакція контрпереносом Дорослого, а терапевт перетинає вектори, реагуючи так, ніби батько розмовляє з дитиною. Це перехресна транзакція від Дорослого до: «Чому б тобі не слідувати за своїми речами самому, ти вже не дитина».

Діаграма стосунків на малюнку 4 показує дев'ять можливих векторів соціальної дії між агентом і відповідачем. Транзакції між «психологічно рівними» представлені зв'язками (1-1)

, (5-5)

, та (9-9)

. Існують три інші додаткові транзакції: (2-4) (4-2), (3-7) (7-3) та (6-8) (8-6). Решта комбінацій утворюють перехресні транзакції, наприклад (3-7) (3-7), що означає двох мовчазних людей, які дивляться одне на одного. Якщо жоден із них не дає відповіді, це більш поширені рішення – це ті, в яких дають та забирають (7-3), що призводить до гри «Сполох»; чи краще (5-5) та (9-9).

, у цьому випадку обидві особи сміються та потискають руки.

Прості додаткові транзакції найчастіше зустрічаються у поверхневих робочих і соціальних стосунках, і вони легко розпізнаються. Ці стосунки можна визначити як стосунки, що обмежені простими додатковими транзакціями. Такі стосунки виникають між тими, що включають активність більш як двох Я-станів одночасно, і ця категорія є основою для ігор. Продавці і покупці, наприклад, є такими стосунками. Недовершений, але яскравий приклад гри продавців ілюструється в такій розмові:

Продавець: «Це краще, але ви не можете цього собі дозволити».

Домогосподарка: «Саме це я і візьму».

Аналіз цієї транзакції показано на малюнку 5 (а). Продавець, як Дорослий, стверджує два об'єктивні факти: «Ці товари є дорогими, тому рівні вони спрямовані на Дорослого домогосподарку, відповідь якої повинна бути: «Ви маєте рацію в обсязі витрат, але не в навченим та досвідченим Дорослим продавця на Дитину домогосподарку. Правильність його думки демонструється тим, що з фінансами, я покажу, що такий зарозумілий хлоп, як я, нічим не відрізняється від інших клієнтів». На обох рівнях угоди Дорослого.

Двобічна прихована транзакція включає чотири Я-стани, її зазвичай можна побачити під час флірту.

Ковбой: «Приїжджайте та подивіться сінник».

Співрозмовниця: «Мені подобаються сінники ще змалечку».

Мал. 5. Приховані транзакції

Як показано на малюнку 5 (б), на соціальному рівні це розмова Дорослих про сінник, на психологічному рівні належить Дорослим, але, як і в більшості ігор, учасники можуть бути здивовані.

Транзакції можуть бути класифіковані як додаткові чи перехресні, прості чи приховані, а приховані транзакції

Розділ третій

Процедури й ритуали

Взаємодії, як правило, відбуваються серійно. Ці серії не випадкові, а запрограмовані. Програмування може відбуватися на різних рівнях – від суспільства, матеріалу або особливостей поведінки. Оскільки потреби адаптації вимагають певної соціальної ситуації, програмування Дитини частіше відбувається в ситуаціях приватного життя і близько

Найпростіші форми соціальної активності – це процедури та ритуали. Деякі з них є універсальними, а деякі – локальними. Транзакції Дорослого, спрямовані на маніпуляції реальністю. За визначенням, реальність має два аспекти: статичну та динамічну. Статична реальність – це матерія у Всесвіті. Арифметика, наприклад, складається з тверджень про статичну реальність. Динамічна реальність – це процеси у Всесвіті. Хімія, наприклад, складається з тверджень про динамічну реальність. Процедури засновані на досягненні свого найвищого розвитку в професійних методах. Пілотування літака й видалення апендикса – це процедури Дорослого психотерапевта, і перестає нею бути, якщо його Батько або Дитина беруть на себе виконавчу владу над ним, тобто стають Дорослим агентом.

В оцінюванні процедур використовуються дві змінні. Процедура вважається продуктивною, коли агент найкраще використовує свої знання. Якщо Батько або Дитина заважають обробці даних Дорослого, процедура стає забрудненою результатами. Таким чином, продуктивність – це психологічний критерій, ефективність – матеріальний. Поміркуймо про видалення катаракти. Він використовував знання з дуже високим рівнем продуктивності, а позаяк він знав, що якщо почав пиячити, і його продуктивність знизилася, але на початку це не впливало на його ефективність. Така ситуація виникає не тільки у продуктивності, але й в оперативності. Це можна побачити на тому прикладі, що обидві ці змінні в процесі знайомства з агентом, а ефективність – шляхом оцінки фактичних результатів.

Із точки зору психології, ритуал є стереотипним рядом простих додаткових транзакцій, запрограмованих зовнішніми факторами, може мати значні локальні варіації у деталях, хоча основна форма залишається такою ж. Формальний ритуал ритуалу по-Батьківському визначається традицією, але пізніший «батьківський» вплив може мати аналогічні, особливого історичного та антропологічного інтересу мають два етапи: (1) етап, на якому операції здійснюються, коли Дитина отримує більш-менш повну свободу транзакцій, що призводить до розгулу.

Чимало формальних ритуалів розпочинались як сильно «засмічені», хоча досить продуктивні процедури, але втрачають свою корисність як акти віри. Поведінково вони представляють відповідність традиційним Батьківським вимогам, утішливий (такий, що відвертає горе) і часто прийнятний спосіб структуризації часу.

Більше значення вступу до аналізу ігор мають неформальні ритуали, і серед найбільш повчальних є американські.

1А: «Привіт!» («Привіт, доброго ранку».)

1Б: «Привіт!» («Привіт, доброго ранку».)

2А: «Тобі тепло?» («Як справи?»)

2Б: «Так. Хоча здається починається дощ». («Добре. Як ти?»)

3А: «Ну, бережи себе» («Гаразд».)

3Б: «Побачимось».

4А: «Бувай».

4Б: «Бувай».

Очевидно, що цей обмін не призначений для передачі інформації. Насправді, якщо і є певна інформація, то тільки у нього справи, а містер Б, який є лише випадковим знайомим, не має наміру слухати його так довго. Ця сесія складається з двох актів. Якби А і Б кудись запізнювались, вони обидва могли б задовольнитись двоактною розмовою: «Привіт-Привіт». Цей ритуал із двохсот актів, перш ніж перейти до справ. Тим часом, якщо використовувати терміни транзакційного аналізу, то ми бачимо, що «спинний мозок не всихає» і кожен висловлює свою вдячність.

Цей ритуал ґрунтується на ретельних інтуїтивних розрахунках обох сторін. На цьому етапі їхнього знайомства відбувається кожній зустрічі, і не частіше, ніж один раз на день. Якщо найближчим часом вони зіштовхнуться один з одним для транзакцій, вони пройдуть один повз одного без жодних ознак або лише кивнуть на знак визнання. У країнах, де справедливі не тільки для коротких інтервалів, але протягом періоду від кількох місяців. Розглянемо тепер цю сесію з поглядом на погладжування – «Привіт-Привіт», а після цього розходяться. Містер В їде у відпустку на місяць. Наступного дня, коли містер Г приведу містера В, скаже лише «Привіт!» і більше нічого, містер В образиться, його «спинний мозок дещо пошкоджений від багатьох погладжувань. Їх можна стиснути до кількох транзакцій, якщо вони досить сильні. Містер Г думає так (з поглядом на погладжування):

1Г: «Привіт». (1 одиниця)

2Г: «Не бачив тебе останнім часом». (2 одиниці)

3Г: «Ого, навіть так. І де ж ти був?» (5 одиниць)

4Г: «Розкажуй, це цікаво. Як усе минуло?» (7 одиниць)

5Г: «Добре, ти справді чудово виглядаєш». (4 одиниці), «Ти їздив з родиною?» (4 одиниці)

6Г: «Радий тебе знову бачити!» (4 одиниці)

7Г: «До зустрічі». (1 одиниця)

У цілому Містер Г отримує 28 одиниць. І він, і містер В знають, що додадуть відсутні одиниці наступного дня, тому вони повернуться до їхньої звичайної двоактної розмови – «Привіт-Привіт». Але тепер вони «краще знають» один одного, якщо вони мають поводитись «соціально».

Зворотний випадок також заслуговує розгляду. Містер Д та містер Е створили двоактний ритуал «Привіт-Привіт» з питанням «Як твої справи?» Розмова відбувається таким чином:

1Д: «Привіт!»

1Е: «Привіт!»

2Д: «Як твої справи?»

2Е: (Здивовано) «Все добре. А ти як?»

3Д: «Все класно. Тобі тепло?»

3Е: «Так (обережно). Хоча, здається, буде дощ».

4Д: «Приємно бачити тебе знову».

4Е: «Мені теж. Вибач, мені треба потрапити до бібліотеки, поки вона відчинена. До зустрічі».

5Д: «До зустрічі».

Оскільки містер Е поспішає геть, він думає про себе: «Що на нього найшло? Він продає страховку чи ще щось дати, – це одне погладжування, тож чого він дає мені п'ять?»

Ще простішою демонстрацією справжньої транзакційної природи цих простих ритуалів є випадок, коли пан Б. Є «Що з ним?» означає: «Я погладив його, а він не відповів мені тим самим». Якщо містер Ж продовжить так р

У крайніх випадках іноді важко розрізнити процедуру та ритуал. Неспеціаліст називає професійні процедури р а здоровому, навіть життєво важливому досвіді, але неспеціаліст не має базових знань, щоб оцінити це. Навп , що є в їхніх процедурах, і не зважати на скептичних дилетантів на тій підставі, що ті просто не спроможні все ожуть протистояти введенню нових звукових процедур, – це висміювання таких процедур як ритуалів. Це по я тим, що запропонував лікарям ретельно мити руки перед тим, як приймати пологи, що зменшило показник .] та інших новаторів.

Істотною та аналогічною особливістю як процедур, так і ритуалів є те, що вони стереотипні. Після того як пер ся заздалегідь заданого курсу, прямуючи до попередньо визначеного фіналу, якщо не виникають особливі ум рослим, а ритуали – Батьком.

Особи, яким не зручно виконувати ритуали, іноді ухиляються від них, замінюють їх процедурами. Наприклад, а подавити їжу та напої на вечірках.

Розділ четвертий

Розваги

Розваги відбуваються у соціальних і часових матрицях різного ступеня складності, а отже, різняться за складн зків, у відповідних ситуаціях ми можемо аналізувати об'єкт, який може називатись простою розвагою. Це мож осуються одного матеріалу, основною метою якого є структурування певного проміжку часу. Початок і кінець даптуються так, що кожна сторона отримуватиме максимальний прибуток чи кількість переваг протягом певн ик.

Розваги, як правило, мають значення на вечірках («суспільні заходи») або під час періоду очікування початку у структуру і динаміку, як і «вечірки». Розваги можуть набувати форми «балачок» або стати більш серйозними рея для виставки розваг. В одному кутку кімнати кілька людей грають у «Батьківські збори», другий куток є «П ж сталося», четвертий нагадує фірму «Дженерал Моторс», а шведський стіл зарезервовано для жінок, які хочо чно ідентичними, зрідка зі зміною назв, і так для всіх вечірок, що відбуваються водночас по всьому світу. Кож

Розваги можуть класифікуватись по-різному. Зовнішні детермінанти є соціологічними (стать, вік, сімейний ста білів) і «Хто переміг» (спорт) – це «чоловічі розмови». «Продовольчий магазин», «Кухня» і «Шафа» – все це «жін д ім'ям Марія мається на увазі будь-яка жінка. Це ім'я в іноземців уособлює весь жіночий рід.]. «Флірт» – це під дом до «Бухгалтерського балансу». Інші види цього класу – різні варіації «Світських балачок»: «Як» (тобто як щ коштує) – фаворит барів для нижчого й середнього класів; «Колись давно» (про певне ностальгічне місце) – гр то) для самотніх; «Що ж сталося» (зі старим добрим Джо) – часто розігрується між економічно успішними люде іб) – типові для певного виду амбітних молодих людей.

Структурно-поведінкова класифікація є більш особистісною. Таким чином, розвагу «Батьківські збори» можна з'ясувати з непокірними батьками»; її форма для Дорослий-Дорослий – це власне «Батьківські збори», особливості набуття форми догматичного Батьківського «Дитяча злочинність». Деякі подружжя грають у розвагу ігровою. «Подивись, рук немає» схожа на розвагу Дитини-Дорослого та підходить для людей будь-якого віку, і

Ще більш переконливою є психологічна класифікація розваг. І «Батьківські збори», і «Психіатричний форум», і проєктивного типу «Батьківських зборів» подано на малюнку 6 (а), він ґрунтується на такій парадигмі Батько-Батько-

А: «Усієї цієї злочинності не було б, якби не було неповних родин».

Б: «Справа не тільки в цьому. Наразі навіть у щасливих родинах дітей не навчають манер так, як раніше».

Інтроєктивний тип «Батьківських зборів» відбувається за такими напрямками (Дорослий-Дорослий):

В: «Здається, я просто не розумію, що потрібно, щоб стати гарною матір'ю».

Г: «Незалежно від того, наскільки сильно ви стараєтесь, вони ніколи не виростуть такими, як хочете ви. Тому і речі та яких помилок уже припустились».

Проективний тип «Психіатричного форуму» набуває форми Дорослий-Дорослий:

Д: «Я думаю, що це якась несвідома оральна фрустрація змушує його діяти таким чином».

Е: «Ви, здається, добре сублімуєте свою агресію».

Малюнок 6 (б) показує інтроєктивний тип «Психіатричного форуму», ще одну розвагу Дорослого-Дорослого.

Ж: «Ця картина символізує для мене розмазування».

З: «У моєму випадку, живопис – намагання догодити батькові».

Крім структурування часу й забезпечення взаємоприйнятної погладжування для зацікавлених сторін, розваги відбуваються розвага, Дитина кожного гравця насторожено оцінює можливості інших. Наприкінці вечірки і більше, а всіх інших вона відкине, незалежно від того, як уміло та приємно кожен із них поведився у розвазі. Ті стосунки, тобто ігри. Ця система сортування добре раціоналізована, проте насправді значною мірою несвідомо

Мал. 6. Розваги

В особливих випадках Дорослий перемагає Дитину під час процесу відбору. Це найбільш наочно ілюструється. Коли він грає, його Дорослий слухає про можливі перспективи й вибирає серед гравців тих людей, яких він має жодного відношення до його процесу відбору, заснованого в більшості випадків на периферійних чинниках

Розваги, однак, мають досить специфічний аспект винятковості. Наприклад, «чоловічі» та «жіночі» балачки ніколи не виступають непроханим гостем, який хоче грати в «Скільки» (авокадо) або «Ранок опісля». Люди, які грають у проєктивного типу розваги, хоча й не так інтенсивно, як в інших випадках.

Розваги формують основу для вибору знайомих і можуть призвести до дружби. Жінки, які заходять одна до одної, олодно зустрінуть нову сусідку, яка хоче грати у «Все добре». Якщо вони говорять, які погані їхні чоловіки, вони, навіть ідеальний, і вони не будуть спілкуватися з нею дуже довго. Таким чином, якщо хтось на вечірці хоча в його новому місцезнаходженні, або успішно перевести всю процедуру в нове русло. Хороша господиня, зви

али в проєктивний тип „Батьківських зборів“. Що ви думаєте?» Чи: «Гей, ви, дівчатка, грали у „Шафу“ досить довго, а тепер, зростаючи, виходите з цього типу поведінкою, що не відповідає вашим інтересам. Чи не правда, містере І?»

Ще однією важливою перевагою, отриманою від розваг, є підтвердження ролі та стабілізації становища. Роль опортуністична та більш заглиблена у фантазії особистості. Таким чином, у проєктивних «Батьківських зборах» Батька, третій – поблажливого Батька, а четвертий – послужливого Батька. Усі чотири переживання підтверджуються, якщо вона переважає, тобто не зустрічає антагонізму чи зміцнюється у відповідь на будь-які заперечення через погляджування.

Підтвердження ролі стабілізує позицію індивіда, і це називається екзистенціальною перевагою від розваги. Позиція стабілізується; у довгостроковій перспективі це визначає його долю і часто долю його нащадків. Позиція може бути більш-менш стабільною, це – «Всі діти погані!», «Всі інші діти погані», «Всі діти сумні!», «Всіх дітей переслідують!» Ці позиції можуть бути більш-менш стабільними, оскільки вони відповідають Батьку відповідно. Насправді позиція виявляється насамперед у психічному ставленні, яке формується і складають її роль.

Позиції набуваються і фіксуються напролюд рано, з другого чи навіть першого року життя і до семи років, у більшості випадків. З позиції індивіда не важко зробити висновок про те, яке дитинство він мав. Поки щось або хтось не змінить позицію і маючи справу з ситуаціями, які загрожують йому: уникаючи їх, відображаючи інші певні елементи життя. Одна з причин, чому розваги такі стереотипні, – це те, що вони служать таким стереотипним цілям. Але і чому їм може бути настільки приємно грати з людьми, які мають конструктивні чи доброзичливі позиції.

Розвагу не завжди можна легко відрізнити від діяльності, до того ж часто зустрічаються комбінації. Багато психологів можуть назвати розмовами «Завершення речення з вибором із декількох варіантів».

А.: «Я люблю „форд“ / „шевроле“ / „плімут“ більше, ніж „форд“ / „шевроле“ / „плімут“, бо...»

Б.: «О! Ну, я б краще мав „форд“ / „шевроле“ / „плімут“, ніж „форд“ / „шевроле“ / „плімут“, бо...»

Очевидно, що насправді може існувати корисна інформація, яка передається в таких стереотипах.

Варто згадати ще кілька інших відомих розваг. «Я також» часто є варіантом «Хіба це не жахливо?». «Чому вони не можуть емансипації. «Тоді це зробимо ми» – це розвага Дитини-Дитини. «Давайте знайдемо» (щось, що треба зрозуміти).

Розділ п'ятий

Ігри

1 Визначення

Гра – це тривалий ряд додаткових прихованих транзакцій, що прогресують, до чітко визначеного, передбачуваного кінця, з прихованою мотивацією; або, простіше кажучи, серія ходів із пасткою, або «викрутасом». Ігри чітко диференційовані двома способами: (1) їхніми прихованими мотивами та (2) винагородою. Процедури можуть бути успішними, ритуали ефектними, але не конфліктними, завершення може бути сенсаційним, але не драматичним. Кожна гра відрізняється від просто вражаючої якості.

Кінець ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию (http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=2)

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.

notes

Примітки

1

Інформація про чинного президента застаріла, наразі Аллен не є президентом асоціації, тому переклад має фіналі вже не використовується асоціацією. (Тут і далі прим. пер., якщо не зазначено інше.)

2

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

3

Luce, R. D., and Raiffa, H. Games & Decisions. John Wiley & Sons, Inc., New York, 1957.

4

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

5

Spitz, R. «Hospitalism: Genesis of Psychiatric Conditions in Early Childhood». Psychoanalytic Study of the Child. 1: 53-

6

Belbenoit, Rene. Dry Guillotine. E. P. Dutton & Company, New York, 1938.; Seaton, G. J. Isle of the Damned. Popular L

7

Kinhead, E. In Every War But One. W. W. Norton & Company, New York, 1959.

8

French, J. D. «The Reticular Formation». Scientific American. 196: 54–60, May, 1957.

9

Використані «розмовні фрази» – це ті, що еволюціонували в ході семінарів із соціальної психіатрії в Сан-Фран

10

Levine, S. «Stimulation in Infancy». Scientific American. 202: 80–86, May, 1960. «Infantile Experience and Resistance t

11

Huizinga, J. Homo Ludens, Beacon Press, Boston, 1955.

12

Kierkegaard, S. A Kierkegaard Anthology, ed. R. Bretall. Princeton University Press, Princeton, 1947, pp. 22 ff.

13

Freud, S. «General Remarks on Hysterical Attacks». Collected Papers, Hogarth Press, London, 1933, II, p. 102. «Analys

14

Berne, E. *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. J. B. Lippincott Company, Philadelphia and Mont

15

«Дитинячий» (синонім слова «дитячий») тут використано, щоб підкреслити негативну конотацію («легковажний», «childish» – негативне значення та «childlike» – позитивне. У нашому випадку в оригіналі було використано слово «с

16

Penfield, W. «Memory Mechanisms». *Archives of Neurology & Psychiatry*. 67: 178–198, 1952.; Penfield, W. & Jasper, H. *Electric Stimulation of the Human Brain*. Little Brown & Company, Boston, 1954. Chap. XI.

17

Berne, E. «The Psychodynamics of Intuition». *Psychiatric Quarterly*. 36: 294–300, 1962.

18

Земмельвейс – угорський лікар XIX століття, відомий тим, що запропонував лікарям ретельно мити руки перед операціями. Спочатку це нововведення зазнало сильної критики.

19

Під ім'ям Марія мається на увазі будь-яка жінка. Це ім'я в іноземців уособлює весь жіночий рід.