

ТЕМА № 6. ЛИЧНОСТЬ В ТЕОРИИ ЭРИКА БЕРНА



ПЛАН ЛЕКЦИИ.

- 1. Краткая биография.
- 2. Эго-состояния.
- 3. Функции личности
- 4. Четыре жизненные позиции
- 5. Выводы.

ЛИТЕРАТУРА:

- Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. - М.: Прогресс, 1989.
- Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. - СПб., изд-во «Братство», 1992. - 224 с.
Штайнер К. «Сценарии жизни людей. Школа Эрика Берна» — С.-Пб., «Питер», 2003 г.

1. КРАТКАЯ БИОГРАФИЯ.

- Эрик Берн (Эрик Леннард Бернштейн -1910-1970) родился в Монреале (Канада), в семье выходцев из России — доктора Давида Гиллеля Бернстайна и литератора Сары Гордон, рос в бедной еврейской части города.
- Его отец был увлеченным практикующим врачом-терапевтом, он часто брал сына с собой, когда обходил своих больных.
- Мать Берна была профессиональной писательницей и редактором.
- После смерти мужа в 1921 году она материально поддерживала Берна и его сестру, занимаясь литературной деятельностью.
- Оливер Джеймс считает, что маленького Ребенка в Берне травмировала смерть отца.
- Безусловно, отец имел сильное влияние на Берна.

-
- Это влияние отражено в латинском посвящении на первой странице написанной Берном книги «Трансактный анализ в психотерапии», которое переводится так: «В память о моем отце Дэвиде, докторе медицины, мастере хирургии и враче для бедных».
 - Мать-журналистка, очевидно, сильно стимулировала Берна писать о лечении своих пациентов.
 - В 1931 году Берн получил степень бакалавра гуманитарных наук.
 - В 1935 году получил степени доктора медицины и магистра хирургии в том же самом университете.
 - Затем Берн уехал в Соединенные Штаты, где стал американским гражданином.

-
- Реагируя на антисемитские настроения, широко распространившиеся в то время, Бернштейн изменил свою фамилию, стал Берном и начал практиковать в качестве частного психиатра в Норфолке, штат Коннектикут.
 - Примерно в это же время Берн заключил первый из трех своих браков (все эти браки распались).
 - Затем Берн стал клиническим ассистентом в Больнице Горы Сион в Нью-Йорке и в 1941 году начал проходить специальный курс в Нью-Йоркском психоаналитическом институте, где его подверг психоанализу Поль Федерн, бывший коллега Фрейда.

- В 1943 году Берн вступил в Армейский медицинский корпус как психиатр и именно во время войны он начал работать с группами.
- В период с 1954 по 1958 год Берн развивал такие направления трансактоного анализа, как диагноз Эго-состояний, или структурный анализ.
- Берн все дальше уходил от ортодоксального психоанализа, и в 1956 году его заявление о членстве в Психоаналитическом институте Сан-Франциско было отклонено в третий раз.
- В ноябре 1957 года на конференции Американской Ассоциации групповой психотерапии в Лос-Анджелесе Берн выступил с научным докладом «Трансактный анализ: новый и эффективный метод групповой терапии».

-
- Берн сосредоточил внимание на **транзакциях**, лежащих в основе межличностных отношений (происходит от англ. trans- — приставки, обозначающей движение от чего-то к чему-либо, и англ. action — «действие»).
 - Берн умер от сердечного приступа 15 июля 1970 года в возрасте 59 лет.
 - Работу, начатую Берном, продолжили его бывшие коллеги, в их число вошел Клод Штайнер, который усовершенствовал анализ сценария (скрипт-анализ).

2. ЭГО-СОСТОЯНИЯ

- Выдвинув идею “эго-состояний”, Берн фактически утверждает, — вопреки одной из основных посылок почти всей гуманистической психологии, — что человек **не является единым и целостным**: поведение и соответствующие ему физиологические, эмоциональные и умственные состояния человека систематически изменяются таким образом, что это указывает скорее на множественность, чем на единство.

- Вот как сам Берн об этом пишет:
- “Наблюдения за спонтанной социальной деятельностью ... обнаруживают, что время от времени разные аспекты поведения людей (позы, голос, точки зрения, разговорный словарь и т.п.) заметно меняются.
- Поведенческие изменения обычно сопровождаются эмоциональными.
- У каждого человека свой набор поведенческих схем соотносится с определенным состоянием его сознания.
- А с другим психическим состоянием, часто несовместимым с первым, бывает связан уже другой набор схем.
- Эти различия и изменения приводят нас к мысли о существовании различных **ЭГО-СОСТОЯНИЙ**”.

-
- На языке психологии эго-состояния можно описывать как ***систему чувств, определяя ее как набор согласованных поведенческих схем.***
 - Берн рассматривает три **эго**-состояния: **Взрослый, Родитель и Ребёнок** (которые не являются **фрейдовскими** Я, Сверх-Я и Оно).
 - Вступая в контакт с окружающей средой, человек, по мнению Берна, всегда находится в одном из этих состояний.
 - Мы имеем дело не с единством, а с «множественностью» личности.

-
- Факты **“множественности личности”** или различных **“эго-состояний”** как психической реальности при другом рассмотрении могут выглядеть как различие **“настроений”** или **“состояний”** *одного и того же* человека (субъекта, личности, **“я”**).
 - Человек может сказать: **“Я тогда был усталый (невнимательный, сердитый, обиженный, злой, ребячливый, любящий и пр.)”**.
 - При этом предполагается некое **“я”**, постоянное и **“субстанциальное”**, которое меняется в некоторых отношениях в зависимости от **“состояния”**.

- Мы можем говорить, что “я” нахожусь в каком-то состоянии; например, “я испуган”.
- А можем говорить про реальность “эго-состояния”, например, Ребенка, который боится агрессии.
- “Я” может измениться: “Я взял себя в руки и перестал бояться”.
- И то же самое можно описывать как другое “эго-состояние”: Взрослый (воплощенный в теле того же человека и появившийся при определенных условиях) хорошо знает, что бояться нечего, что этот “страшный убийца” не вылезет из экрана телевизора и “физически” не сделает детям, которые смотрят “ужастик”, ничего плохого.

- Берн принадлежит к тем психологам (к ним можно причислить также Грегори Бейтсона и его школу, Милтона Эриксона, из русских психологов и философов — Л.С. Выготского, М. Бахтина и др.), которые полагают, что в самой сердцевине психических процессов человека лежит **коммуникация**: не в качестве вторичного поведенческого феномена, а в качестве наиболее фундаментального основания личностных структур.
- Элементы берновской схемы — **Родитель, Взрослый и Ребенок** — это прежде всего **интериоризация элементов внешних, “реальных” трансакций**, то есть “вбирание в себя” индивидом тех взаимодействий, которые первоначально разворачиваются между различными индивидами.

"РОДИТЕЛЬ" -

- – состояние, копируемое с подлинных родителей или иных авторитетных в детстве личностей.
- Кроме модели роли родителя, оно содержит много других стереотипов и автоматизированных форм поведения, отражая традиции, *ценности*, нормы и правила.
- "Родитель" олицетворяет функции контроля над соблюдением норм и предписаний (которые человек заимствует, часто некритически, на протяжении *жизни*), а также покровительства и заботы.
- В сущности – это актуализация моральной сферы личности.

- Родитель Берна не похож на фрейдовское Суперэго, хотя Суперэго представляет один из аспектов Родителя, родительское влияние.
- Родительское влияние - понятие не абстрактное; оно является результатом прямых, настоящих трансакций с родителями.
- Родительское влияние состоит не только в запретах, но и в разрешениях, поощрении, опеке и командах.
- Родительское влияние приводит к тому, что индивиды реагируют на окружающую действительность так, как желали бы того их родители; таким образом, реакции Родителя соответствуют действительным реакциям родителей.
- Основная функция Родителя такая же, как и у реального родителя детей. Кроме того, Родитель выполняет множество вещей автоматически, освобождая Взрослого от принятия маловажных решений.

"РЕБЕНОК" –

- часть личности, сохранившаяся от подлинного детства, содержащая аффективные *комплексы*, связанные с ранними детскими впечатлениями и *переживаниями*.
- Это состояние может быть в двух формах: как естественный "Ребенок", являющийся источником интуиции, *творчества*, спонтанных побуждений и радости; как приспособившийся зависимый "Ребенок", который меняет поведение под влиянием "Родителя" (может быть послушным или, наоборот, капризным).
- В сущности – это актуализация эмотивной сферы личности.

-
- Ребенок не соответствует фрейдовскому Ид, однако находится под его влиянием.
 - В частности, Ребенок хорошо организован в отличие от хаотичного состояния фрейдовского Ид.
 - Поведение Ребенка не есть незрелая Детскость, скорее это **Ребьячливость**.
 - Ребенку свойственны три формы проявления: **естественный** Ребенок обладает очарованием и интуицией, спонтанностью и креативностью; поведение **адаптированного** Ребенка модифицируется или тормозится Родительским влиянием; **бунтующий** Ребенок противостоит Родительскому контролю.

"ВЗРОСЛЫЙ" –

- состояние, в котором осуществляется переработка информации и вероятностная ее оценка для эффективного взаимодействия с окружающим миром; демонстрируются трезвость, независимость и компетентность.
- "Взрослый" контролирует действия "Родителя" и "Ребенка", являясь посредником между ними.
- В сущности, это – актуализация рациональной сферы личности.

Личностные роли



- Учу,
 - Забочусь,
 - Опекаю
-
- Недовольно критикую?

Родитель



Самостоятельный,
уверенный,
ответственный
человек

Сухой логик

Взрослый



Милый
творческий
малыш

Хулиган

Ребенок



Несчастливая
Беспомощная
Жертва

Благодарный
за помощь

Инвалид

Детская позиция

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПОЗИЦИЙ В ОБЩЕНИИ ПО БЕРНУ

Наименование характеристики	Позиция в общении		
	Родитель (Рд)	Взрослый (В)	Ребенок (Рб)
Характерные слова и выражения	Все знают, что... Ты не должен никогда... Ты должен всегда...	Как? Что? Когда? Почему? Возможно... Вероятно...	Я сердит на тебя! Вот здорово! Отлично! Отвратительно!
Интонации	Обвиняющие, снисходительные, критические, пресекающие	Адекватные реальности	Чрезмерно эмоциональные
Состояние, производимое впечатление	Надменное, сверхправильное, очень приличного человека	Внимательное, заинтересованное, направленное на поиск информации, решения	Неуклюжее, игривое, навязчивое, подавленное, угнетенное, сверхвосторженное
Выражение лица	Нахмуренное, обеспокоенное, неудовлетворенное	Задумчивое, внимательное, открытое	Восторг, удивление, угнетенность
Позы	Руки в бока, руки сложены на груди, указующий жест	Наклон к собеседнику, голова и туловище повернуты к собеседнику	Спонтанная подвижность, пальцы сжаты в кулаки, руки что-то крутят, дергают

3. ФУНКЦИИ ЛИЧНОСТИ

- Три вышеупомянутые системы личности по-разному реагируют на раздражители.
- Родитель пытается подкрепить внешние ("заимствованные") стандарты.
- Взрослый занимается переработкой и хранением полученной от раздражителей информации.
- Ребенок более импульсивно реагирует на слабодифференцированные раздражители.
- Каждый из них воспринимает раздражители по-разному и реагирует в соответствии со своим восприятием.
- Эти три системы друг с другом взаимодействуют, причем Родитель и Ребенок воспроизводят отношения индивида с родителями.

-
- Психическая энергия, или **катексис**, перетекает из одного Я-состояния в другое; состояние, активированное в данный момент, обладает **исполнительной властью**; иначе говоря, оно определяет поведение индивида.
 - Каждое Я-состояние имеет границы, отделяющие его от двух других, что отражает их представление в виде непересекающихся кругов.
 - Изменения в Я-состояниях зависят от проницаемости их границ, от катектических характеристик каждого состояния, а также от действующих на каждое из них сил.
 - Терапия должна учитывать все эти факторы при стимулировании изменений в Я-состояниях.

4. ЧЕТЫРЕ ЖИЗНЕННЫЕ ПОЗИЦИИ

- Жизненная позиция является основным детерминантом жизненного сценария.
- Четыре позиции основываются на двух противоположностях: "Я-другие" и "о'кей-не о'кей".
- В результате возможны следующие варианты:
 - 1. Я о'кей; вы о'кей.
 - 2. Я о'кей; вы не о'кей.
 - 3. Я не о'кей; вы о'кей.
 - 4. Я не о'кей; вы не о'кей.

- **Первая** жизненная позиция - это хорошая, или здоровая, успешная позиция.
- **Вторая** - позиция высокомерия, присущая преобразователям, например, миссионерам, окружным прокурорам, другим "добродетелям". Иносказательно такая позиция называется "избавлением от людей". Менее здоровых индивидов она может привести к параноидным состояниям и убийствам.
- **Позиция третья**, депрессивная, также ведет к самоизоляции индивида от окружающих, в частности за счет попадания в закрытые учреждения или самоубийства. Образно говоря, это "уход от человечества".
- **Четвертая позиция** - бесплодная и шизоидная. Она неизбежно ведет к язвительности или эстетическому суициду. По мнению Берна, подобные суициды являются результатом нехватки поглаживаний в детстве, приводя к депрессии и отчаянию. Это еще можно назвать "сбиванием себя с ног", а рассуждения таких пациентов называются "купонами"

ВЫВОДЫ:

- Личность в концепции *Берна* рассматривается как совокупность особых состояний Эго, проявляющихся в специфических состояниях *сознания* и образцах *поведения*.
- С помощью структур, анализа автор выделяет три основных Эго-состояния: Ребенок, Родитель, Взрослый.