

Транзактивный анализ в научных исследованиях – постановка вопроса

Савина М.А.¹, Леонов Е.В.²

1. Федеральное государственное бюджетное научное учреждение Научный Центр Психического Здоровья, ведущий научный сотрудник отдела гериатрической психиатрии, доктор медицинских наук, maria_savina@mail.ru, ORCID 0000-0002-0086-5704, ResearcherID C-2044-2018
2. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации, аспирант кафедры психиатрии, email: Leonov.psychiatry@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4624-5815, ResearcherID: AAR-1586-2021

Аннотация. Статья посвящена вопросу научного изучения транзактного анализа. Дан краткий обзор актуальности проблемы, приведены исторические процессы по научному подходу в изучении ТА. Проведен обзор современных литературных источников по данной теме. В статье подвергаются критике научные параметрические методы исследования, такие как двойное слепое контролируемое исследование по отношению к психотерапии, и перечисляются преимущества использования исследований клинических случаев. Показано, как процесс накопления знаний влияет на саму теорию транзактного анализа, в том числе путем интеграции с другим терапевтическими школами. Обозначены перспективы и задачи современного научного изучения транзактного анализа.

Ключевые слова: Транзактивный анализ, психотерапия, доказательная медицина, научные исследования, оценка эффективности терапии, методология научных исследований, инструменты оценки эффективности, психиатрия, психотерапия.

Transactional Analysis in Scientific Research – Key Question

Savina M.A.¹, Leonov E.V.²

1. Federal State Budgetary Scientific Institution «Mental Health Research Centre», Department of Geriatric Psychiatry, Doctor of Medical Sciences, email: maria_savina@mail.ru, ORCID 0000-0002-0086-5704, ResearcherID C-2044-2018
2. Ryazan State Medical University, PhD student in Psychiatry Department, email: Leonov.psychiatry@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4624-5815, ResearcherID: AAR-1586-2021

Abstract. The article is devoted to the analysis of scientific research of transactional analysis. A brief overview of the problem of relevance is given. We carry out a review of modern literary sources on this topic. We criticize scientific research methods such as double-blind controlled research in relation to psychotherapy. It is shown how the process of accumulating knowledge affects the theory of transactional analysis itself, including through integration with other therapeutic schools. The prospects and goals of the modern scientific study of transactional analysis are outlined.

Key words: Transactional analysis, psychotherapy, evidence-based medicine, scientific research, assessment of the effectiveness of therapy, research methodology, tools for assessing effectiveness, psychiatry, psychotherapy.

Исследование транзактного анализа

Транзактивный анализ (ТА) – теория и метод психотерапии, возникший на основе наблюдений за невербальными и вербальными аспектами межличностной коммуникации. Имея такое происхождение, он анализировал явления и понятия, которые было легко объективизировать: например, эго-состояния и обмен поглаживаниями.

Ранние годы развития ТА характеризовались обилием научных исследований. Wilson (1981) подсчитала, что за период с 1963 по 1980 год в США было защищено 124 диссертации по ТА. Некоторые работы того времени включали использование созданных в парадигме ТА методик: исследование эго-состояний для оценки изменений в ходе психотерапии (Sharpe KM, 1975, Emerson J., 1990), создание опросника для измерения выраженности эго-состояний (Heyer NR, 1979, Meager J., 1981, Schilligo, 2000), изучение профиля поглаживаний (Rosental et al., 1976), исследование сценария (Simpkins, 1975), определение предписаний и контрпредписаний (опросник ESPERO, Scilligo et al., 1999), оценка жизненной позиции с помощью сказок (Likanen P, 1990), эмпирическое исследование драматического треугольника (Pasternack et al. 1984). Интересно, что для исследования эффективности психотерапии в парадигме ТА применялся даже эксперимент (Sowder et al., 1977, Singh DK, 1977).

Транзактный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

Ohlsson составил список из 376 научных исследований, опубликованных к 2010 году, относящихся к разным сферам ТА: психотерапии и консультированию (97 и 15 работ соответственно), образованию (100 работ), организационному консультированию (15 публикаций) и общим проблемам ТА (149). Хотя распределение работ по сферам ТА в данной публикации неравномерно, бесспорно, автор выполнил свою главную задачу – создание большого списка работ по ТА (Ohlsson, 2010) и суммирование результатов исследования эффективности.

Таким образом, можно сказать, что теоретические концепции ТА и эффективность их применения на практике прошли достаточную проверку временем и исследованиями. Однако не все исследования, проводившиеся, начиная с середины 50-х годов, признаются современными интерпретаторами качественными и проведенными на достаточном уровне. Авторы мета-анализов (Graweetal, 1994) и систематических обзоров (Khaliletal, 2007) отметили, что исследований, соответствующих золотому стандарту исследований эффективности метода, в ТА не так много (9 по данным Graweetal. и 19 по мнению Khaliletal) – и причислили ТА к малоизученным системам психотерапии.

Конечно, небольшое число исследований с использованием двойного слепого метода связано с тем, что многие исследования проводились в 60-70-е годы, когда современных стандартов не существовало. Кроме того, нельзя не отметить, что ТА в моменты своей наивысшей популярности не был клинической дисциплиной, и потому мало пользовался методологией клинической доказательности (надо сказать, методология исследований психического в области ТА всегда была достаточно разнообразной). Но главное (по мысли Ohlsson, 2010) о чем это говорит, что никакая стереотипная методология не может стать золотым стандартом оценки метода, а оценка полезности метода в системе медицинской помощи не может являться основным направлением оценки психотерапии вообще. На этих убеждениях построена политика журнала International journal of transactional analysis research and practice, направленного на валидизацию теории и практики ТА и существующего с 2010 года.

Критика научного метода изучения эффективности психотерапии

Основным методом оценки эффективности психотерапевтической теории сейчас объявляется эффективность и быстрота устранения болезненных симптомов. Действительно, представляется важным, чтобы метод, широко включенный в систему здравоохранения, доказательно показывал свою эффективность (Шюлер, 2000). Методология таких оценок пришла из медицинских и биологических исследований. При этом методика клинических случаев названа устаревшей и дискредитированной.

Однако для исследования процессов в психотерапии метод двойного слепого исследования имеет лишь ограниченную применимость.

Методология медико-биологических исследований является следствием позитивистской методологии науки, которая, взятая в своих максималистских проявлениях, говорит о том, что то, что мы не можем исследовать с помощью 5 органов чувств, не существует вовсе (Gregory, 2000). Такая точка зрения носит название натурализм. Согласно принципам натурализма, жизнедеятельность человека является проявлением природы, и поэтому может быть исследована с использованием строгих научных методов – объективных и лишенных каких-либо оценочных и субъективных суждений (Christopher, J.C., et al. 2000). В объективизированном строгом научном мировоззрении не остается ме-

Транзактный анализ
в научных исследованиях –
постановка вопроса.
Савина М.А., Леонов Е.В.

В начало

ста эмпирически непознаваемым вещам, как исторический контекст, культурная среда, мотивация, этические ценности. Оценка эффективности психотерапии не сводится к оценке параметрических показателей (длительность терапии, длительность и частота психотерапевтических сеансов). Психическое, субъективное нельзя пощупать с помощью пальцев, поэтому количественные методы исследования больше применимы для исследований природы, чем в антропологических исследованиях. Как отмечает Scilligo (2010), для научных исследований фактор «клинической компетентности» психотерапевта не сводится к чисто технической компетентности, но также включает в себя достаточно сложные аспекты формирования терапевтического альянса, мотивацию, понимание специфического контекста заболевания. Eric Berne в своей книге «What do we say after we say Hello?» (1973) также критически относился к механистическим оценкам эффективности сценарного анализа и психотерапии.

Психоаналитические исследования не без основания считают избыточно длительными и небезопасными (Лаутербах В, 1995), но нельзя не сказать, что в 20 веке они сформировали понимание психического – и именно, потому что искали, где оно – это психическое, кто такой человек. Зачастую в глубинной психотерапии основным процессом и основным желанием пациента является понимание самого себя, а также новое осмысление опыта, который принесла ему жизнь. И никакой метод кроме субъективной оценки клиента не поможет нам понять, произошло ли чудо терапии или нет. Это интуитивно чувствовали психотерапевты и ранее (в модальности ТА проводились исследования субъективного опыта пациентов в ТА – Thunissen et al, 2001). Но методологическое обоснование такого метода пришло позднее – как раз под напором промедицинских исследований.

Исследование клинических случаев было основным механизмом развития психотерапии как науки (Widdowson, 2011). Конечно, этот метод обладал определенными недостатками: например, результаты конкретного случая нельзя было распространять (generalize) на других пациентов, нельзя было провести их статистическую обработку, в нем отсутствует контрольная группа, из-за чего трудно определить, какие факторы действовали на улучшение симптоматики. По мнению авторов этот метод имеет ограниченную валидность (Flyvnerg, 2006): на основании одного единственного случая нельзя опровергнуть теорию, поэтому ее правота должна быть перепроверена другими методами. Однако именно достоинства этого метода определили прогресс психотерапии: клинический случай позволяет во всех деталях проследить процесс терапии. Результаты и теория, полученные при анализе клинического случая, могут быть легко использованы другими терапевтами. Важно, что публикация может быть не связанной с положительным эффектом от лечения. Даже случай с отсутствием эффекта от терапии может быть использован в обучении и построении теории. Кроме того, созданы новые методы работы с клиническими случаями, которые позволяют исследователям дать и статистические оценки (Strupp, 1980) – cross-casestudy. В таких исследованиях можно сравнить случаи с плохим и с положительным исходом для выявления факторов, которые на это повлияли.

Но в психотерапии, в меньшей степени имеющей отношение к медицине, чем к социальному и психическому, важно рассмотреть опыт других наук. Scilligo (2010) показывает, насколько естественным оказывается применение в психотерапии методов герменевтики. Герменевтика не только используется для интерпретации определенных событий, но и объясняет, как человек встроен в социальный и культурный контекст. Методы герменевтики не служат заменой эмпирическим научным ис-

Транзактный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.[В начало](#)

следованиям, а скорее дополняют их, дают более полное объяснение эмпирическим находкам.

Транзактные аналитики с большим успехом применяют герменевтическое описание клинических случаев для доказательства эффективности своего метода. Герменевтическое исследование случая включает количественную и качественную оценку результатов исследования, привлечение команды экспертов (6 человек), которые выставляют аргументированное заключение, подтверждающие или опровергающие эффективность терапии, а также команду судей (3 человека, не обучавшихся и не практиковавших ТА), которые выносят конечное суждение о результатах данного случая. С помощью такого анализа было доказано эффективность ТА при лечении дистимии (случай «Анна», Benellietal., 2017), тревожно-депрессивного расстройства (случай «Алистер», Widdowson, 2014), депрессии (случай «Петер», Widdowson, 2012; «Том» Widdowson, 2012; «Луиза», Benellietal., 2016; «Пенелопа», Benellietal., 2016; «Сара», Benellietal., 2016; «Дебора», Benellietal., 2017). Задачей публикации подобных клинических случаев является не только валидизация теории ТА, но и обучение психотерапевтов.

Перспективы научных исследований транзактного анализа

Познание – краеугольный камень деятельности любого терапевта. Психотерапия, безусловно, является областью науки, поскольку содержит в себе две ее основных предпосылки – эмпиризм (ориентацию на наблюдение) и скепсис (недоверие к собственным схемам и их уточнение в соответствии с опытом). Эксперимент (каждый опыт взаимодействия с пациентом) – важная часть развития как всей дисциплины, так и каждого психотерапевта в отдельности. Именно исследования навели на мысль, что психотерапия – это совсем не обучение пациентов теории и не сама эта теория. По мере профессионального роста терапевт обучается скепсису к теоретическим положениям, осознавая, что его задача не обучать пациента тому, как устроены люди и что с этим делать, а как исследовать его собственную уникальность (Clark FC, 1996).

Процесс накопления наблюдений меняет не только психотерапевтов. Он также оказывает влияние на формирование целых направлений. По мере того, как ТА становился клинической дисциплиной, росло понимание, что основой лечения является процесс, который происходит между клиентом и терапевтом. Это привело к созданию нового направления – «интегративная психотерапия» (Erskineetal, 1996), оказавшего существенное воздействие на транзактный анализ в целом. К началу 21 века ТА примкнул к другим психоаналитическим школам, в которых исследования взаимоотношений клиента и терапевта очень важны (Luborskyetal, 2006).

В настоящее время ТА включает в себя не только классическую теорию. Более поздние транзактные аналитики разработали и интегрировали теорию других терапевтических школ: когнитивную, поведенческую, терапию перерешения (redicisiontherapy, M. Goulding, H. Goulding, 1965), школу Шиффов (репарентинг-терапия, теория пассивности), нарративную, телесно-ориентированную, интегративную, Mindfulness based transactional analysis. Это соответствует общему направлению развития психотерапии «от конфессии к профессии» (Graweetal, 1994), т.е. к применению доказанных методов воздействия в контексте различных терапевтических школ. При этом ТА занимает выгодные позиции на современном рынке психотерапевтических услуг (как на это указывает Schlegel, 1998): он сочетает в себе возможности КБТ и психоанализа. Большому кругу лиц, которые настроены на быстрое преодо-

Транзактный анализ
в научных исследованиях –
постановка вопроса.
Савина М.А., Леонов Е.В.

В начало

ление проблемы (это показание для КБТ), ТА может предложить теорию, заточенную на быстрые изменения (это и происходило в эпоху расцвета ТА в США). Так, многие терапевты отмечают сходство транзактного анализа и КБТ: например, использование терапевтических контрактов, внимание к когнитивным искажениям («контаминация взрослого»). Если клиент настроен на самопознание, ТА-терапевт может продвигать его к более ясному пониманию себя (этому безусловно способствует четкий и яркий язык ТА).

Развитие цифровых технологий, методов коммуникации, научных методов познания открывает новые горизонты перед транзактными аналитиками. Знания больше не являются «эксклюзивом» – с помощью современных информационных технологий границы между людьми стираются, а передача информации становится тривиальной. Такие условия позволяют наладить взаимодействие между различными школами ТА, что дает возможность обозначить совместные цели и задачи в изучении транзактного анализа, в том числе в области научного познаний. К числу современных задач научных исследований в ТА можно отнести:

1. Совершенствование теории. Одновременное существование различных школ ТА позволяет как параллельно развивать несколько терапевтических направлений, так и посредством взаимодействия между собой формировать общую теорию;
2. Разработка инструментов (шкалы, опросники) оценки состояния пациентов в начале и в процессе терапии. Примером такого инструмента является Шкала Жизненной Позиции (A Life Position Scale, Frederick A. Boholst, 2002), для которого выполнена адаптация на русский язык.
3. Разработка инструментов оценки эффективности (рутинные, исследовательские) с учетом транскультуральных различий;
4. Исследование факторов прогноза эффективности терапии: со стороны терапевта, клиента, применяемых методов, их взаимоотношений;
5. Образование терапевтов, проходящих подготовку;
6. Верификация ТА в качестве научно доказанного клинического метода;
7. Супервизия практикующих терапевтов.

Заключение

К настоящему времени имеется большой багаж научных исследований в области транзактного анализа. Однако современная медицина ставит строгие рамки для используемых клинических методов. Поэтому перед транзактными аналитиками стоит задача по развитию методов научного познания с целью верифицирования ТА в качестве клинического метода. Как было показано в данной статье, совершенствование методов познания также приводит к совершенствованию теории и к ее расширению за счет интеграции с другими терапевтическими школами. Научные исследования также могут служить инструментом для обучения будущих терапевтов.

Список литературы

1. Лаутербак В. (1995). Эффективность психотерапии: критерии и результаты оценки. Психотерапия: от теории к практике. Материалы I съезда Российской Психотерапевтической Ассоциации. СПб., изд. Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, С. 2841;

Транзактивный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

2. Шюлер П. (2000). Современное состояние психотерапии в западных странах. СПЖ, №12, стр. 28-30;
3. Berne, Eric (1973). What Do You Say After You Say Hello?;
4. Boholst, F. A. (2002). A Life Position Scale. Transactional Analysis Journal, 32(1), 28–32;
5. Christopher, J. C., & Richardson, F. C. (2000.). «Philosophical hermeneutics: A metatheory to transcend dualism and individualism in Western psychology» in Smith K. D.(Chair), Metatheories in the natural sciences and in cross-cultural psychology. Symposium conducted at the International Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychologists, Warsaw, Poland;
6. Emerson, Judith, (1990). «Use of the Transactional Analysis Ego State Concept to Measure Client Change in Psychotherapy». All Graduate Theses and Dissertations. 6018;
7. Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1996). Methods of an Integrative Psychotherapy. Transactional Analysis Journal, 26(4), 316–328;
8. Flyvbjerg, B. (2004). Five misunderstandings about case-study research. Sociologisk Tidsskrift, 12(02), 117–142;
9. Clark, F. C. (1996). The Client's Uniqueness: A Personal Discovery of Therapeutic Relationship. Transactional Analysis Journal, 26(4), 312–315;
10. Grawe K., Donati R., Bernauer F. (1994), Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe – Göttingen- Bern – Toronto – Seattle;
11. Gregory, J. (2000). Human Science Research: A Matter of Quality. Transactional Analysis Journal, 30(2), 150–158;
12. Heyer, N. R. (1979). Development of a Questionnaire to Measure Ego States with Some Applications to Social and Comparative Psychiatry. Transactional Analysis Bulletin, 9(1), 9–19;
13. Khalil, E., Callaghan, P., James, N. (2007). Transactional analysis: A scoping exercise for evidence of outcome. Report prepared for the Berne Institute. The University of Nottingham, School of Nursing;
14. Schlegel, L. (1998). What is Transactional Analysis? Transactional Analysis Journal, 28(4), 269–287;
15. Likanen P (1990)., A fairy tale as a model of identity and life position. University of Jyväskylä;
16. Luborsky, L., & Luborsky, E. (2006). Research and Psychotherapy: The Vital Link (1st ed.). Jason Aronson, Inc;
17. Meagher, J. (1981). Identification of Ego States in Transactional Analysis as a Function of Intelligence, Professional Training, and Psychodynamic Factors. Transactional Analysis Journal, 11(3), 260–269;
18. Ohlsson, T. (2010). Scientific evidence base for transactional analysis in the year 2010. International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 1(1);
19. Pasternack, T. L., & Fain, J. L. (1984). An Empirical Test of the Drama Triangle. Transactional Analysis Journal, 14(2), 145–148;
20. Rosenthal, P., & Novey, T. (1976). Measurement of Stroking Behavior in Couples. Transactional Analysis Bulletin, 6(2), 205–208;
21. Scilligo, P. (2000). Il questionario ANINT-A36: uno strumento per misurare la percezione di sé. Psicologia Psicoterapia e Salute, 6, 1-35;
22. Scilligo P., D'Aversa C., Liverano A., Schietroma S., Guglielmonti F. (1999). Il questionario ESPERO: la misurazione delle ingiunzioni e delle contro-ingiunzioni. Psicologia Psicoterapia e Salute, 5, 137-166;

Транзактивный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.[В начало](#)

23. Scilligo, P. (2010). The Empirical Basis of Medicine in search of Humanity and Naturalistic Psychotherapy in search of its Hermeneutic Roots. International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 1(1);
24. Sharpe, K. M. (1975). A study of influence of transactional analysis of ego structure Ph D dissertation. University of South California;
25. Simpkins, M. D. (1976). An Experimental Investigation of script theory in transactional analysis. Oklahoma State University;
26. Singh DK (1988). What happens when people change: an experiment in transactional analysis. Nursing journal of India, 86 (5), 127-130;
27. Sowder, W. F., & Brown, R. A. (1977). Experimentation in Transactional Analysis. Transactional Analysis Bulletin, 7(3), 279–285;
28. Strupp, H. H. (1980). Humanism and psychotherapy: A personal statement of the therapist's essential values. Psychotherapy: Theory, Research & Practice, 17(4), 396–400;
29. Thunnissen, M., Duivenvoorden, H. J., & Trijsburg, R. W. (2001). Experiences of Patients after Short-Term Inpatient Transactional Analysis Psychotherapy. Transactional Analysis Journal, 31(2), 122–128;
30. Widdowson, M. (2011). Case Study Research Methodology. International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 1(1);
31. Wilson, B. D. (1981). Doctoral Dissertations on TA 1963 – 1980. Transactional Analysis Journal, 11(3), 194–202.