

ИСТОРИЧЕСКАЯ СТАТЬЯ

DOI: <https://doi.org/10.56478/taruj20233180-85>

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни».

Истоки Транзактивного Анализа в Советском Союзе

Аннотация. Статья рассказывает о том, как появились первые книги по Транзактивному Анализу в СССР, какие проводились семинары и мастер-классы. Какую роль в этом сыграли научное, студенческое и диссидентское сообщество Академгородка под Новосибирском и непосредственно автор, который жил тогда в этом городе.

Ключевые слова: Академгородок, Новосибирск, А. И. Фет, Б. Ю. Найдорф, Эрик Берн, Транзактивный Анализ, самиздат, восточная версия Транзактивного Анализа.

Виктор Викторович МАКАРОВ

Президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования, д.м.н., профессор. Москва, Россия.



Viktor Viktorovich MAKAROV

President of the All-Russian Professional Psychotherapeutic League and the National Self-regulating Organization «Union of Psychotherapists and Psychologists», Elected President of the Asian Federation of Psychotherapy, Vice-President of the World Council for Psychotherapy, Head of the Department of Psychotherapy and Sexology of the Russian Medical Academy of Continuing Professional Education, MD, Professor. Moscow, Russia.

HISTORICAL ARTICLE

DOI: <https://doi.org/10.56478/taruj20233180-85>

"This Night turned My Ideas About My Profession and Life Upside down".

The Origins of Transactional Analysis in the Soviet Union

Abstract. The article tells about how the first books on Transactional Analysis appeared in the USSR, what seminars and master classes were held. The author also tells what role the scientific, student and dissident community of Akademgorodok near Novosibirsk and the author himself, who lived there at that time, played in this.

Keywords: Akademgorodok, Novosibirsk, A.I. Fet, B.Yu. Naydorf, Eric Bern, Transactional Analysis, samizdat, eastern version of Transactional Analysis.

Виктор Викторович МАКАРОВ

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни». Истоки транзактного анализа в Советском Союзе

Введение

Эта история началась в семидесятые годы прошлого века и далеко за пределами психотерапии. Она началась в большом, глубоко провинциальном в то время, городе Новосибирске. Один из отдалённых районов города – Советский, точнее, город-спутник под названием «Академгородок», – стал прибежищем не только свободомыслящих людей, но даже диссидентов. В этом необычном месте было много свобод. Там не было национальной квоты для поступления в ВУЗ и дальнейшей научной карьеры. Было множество клубов по интересам. Одной из ярких личностей диссидентского движения был Абрам Ильич Фет.



Абрам Ильич Фет.

<http://old.math.nsc.ru/conference/mml/Golub/FET.HTM>

Это был незаурядный человек, гениальный ученый, талантливый во многих областях. Мы жили с ним в одном квартале друг от друга и познакомились только через 15 лет. Мой близкий друг Геннадий Петрович Алференко, в то время аспирант-геофизик и основатель любительского объединения «Терпсихора», дал мне под огромным секретом всего на одну ночь перевод А. И. Фета книги Эрика Берна «Люди, которые играют в игры». Я был молодым врачом-психиатром. И эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни.

А затем была книга Эрика Берна «Психиатрия и психоанализ для непосвящённых». И был основной труд Э. Берна «Что мы говорим, сказав: «Здоровствуйте!»». Были другие переводы, которые составили библиотеку самиздата. Она формировалась в Новосибирске и Красноярске, и книги распространялись по всему Советскому Союзу. Бурная социальная жизнь Академгородка имела и множество других последствий.

Так, основатель и руководитель известного института Эсален (поселение-коммуна в Биг-Суре на побережье Калифорнии, основанное в 1962 году и действующее до сих пор. – **Ред.**) Майкл Мёрфи и его жена Делси создали программу по советско-американскому обмену опытом. Кстати, по этой программе – при помощи Г. П. Алференко и Марка Гарбера, молодого московского психиатра, основателей «Фонда социальных изобретений»,



Майкл Мёрфи и его жена Делси.

<https://www.esalen.org/post/michael-murphys-90th-birthday>

– впервые совершил свой визит в США будущий первый президент Б. Н. России Ельцин.

Первая групповая терапия ТА появилась в Новосибирске

История Транзактного Анализа в нашей стране очень примечательна. Книги Э. Берна, о которых я упомянул выше, были очень точно и качественно переведены доктором математических наук А.И. Фетом (псевдоним – А. И. Федоров). «Игры, в которые играют люди» впервые изданы в США в 1964 году. И уже через 8 лет они появились на русском языке в Новосибирске. За этими двумя последовали и другие книги по психотерапии, которые переводились, распространялись, передавались из рук в руки и **обсуждались сначала в научной среде, а затем – среди практикующих врачей и психологов.** Достаточно типичная для Академгородка ситуация. К психиатру приходит пациент, а чаще родственник пациента, и спрашивает: «А Вы Эрика Берна читали?» И убедившись в том, что «не читали», теряет интерес к профессионалу, считая его отсталым.

В начале восьмидесятых годов в Новосибирске уже проводилась групповая терапия для врачей и психологов. Первая такая группа работала в течение двух лет. Организатором и ведущим групп был Б. Ю. Найдорф, псевдоним – Б. Ю. Сапожников (Борис Юрьевич Найдорф [1938-1998] – преподаватель физики в ФМШ Новосибирска. После знаменитого «письма 46-ти» 1968 года в защиту А. Гинзбурга, Ю. Галанскова, В. Лашковой, А. Добровольского и протестом против закрытых процессов был уволен, в 70-х эмигрировал в Израиль¹, – **Ред.**). Проводились также семинары, посвящённые изучению теоретических работ. Борис Юрьевич настаивал, чтобы участники его собраний макси-

¹ Подробности о «письме 46-ти» можно прочитать на [сайте Новосибирского государственного университета.](http://www.esalen.org/post/michael-murphys-90th-birthday)

Виктор Викторович МАКАРОВ

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни». Истоки транзактного анализа в Советском Союзе



**Борис Юрьевич
Найдорф в 1972 г.**

Снимок вырезан из группового фото, приведённого в очерке Л. Лозовского «Диссиденты» на сайте proza.ru

мально плотно общались с руководителями разного уровня. Это зачастую приводило к непониманию и конфликтам. Только Борис Юрьевич был настойчив в своих стремлениях.

Этот незаурядный человек не расставался со своим домашним халатом. В его большой квартире обычно было много народа. Его жена, далеко не первая, всегда радостно встречала меня, ведь я приносил с собой малодоступную в то время пищу. Она шепотом говорила: «Совсем нечего

на стол подать, а гостей-то вон сколько!». Да, это был глубоко провинциальный в те годы, огромный по территории Новосибирск, где граждане брали редкие автобусы штурмом; где на 16-километровой центральной улице Красный проспект было два кафе и два общественных туалета; где в гастрономах стояли многочасовые очереди.

Борис Юрьевич собрал психотерапевтическую группу личной терапии в концепции Транзактного (тогда Транзакционного) Анализа. В группу были приглашены молодые психиатры, психологи, пациенты. Для нас, психиатров, последнее было шоком. Борис Юрьевич объяснил, что сам Э. Берн был клиническим психиатром. Да и мы знали, что он и работал с психотиками, и занимался военно-психиатрической экспертизой. Группа форми-

ровалась в течение двух месяцев, на еженедельные собрания приходили люди, и во второй раз большинство из них уже не приходило.

Группа собиралась два года. Это происходило в разных местах: в квартире Бориса Юрьевича, в Доме учителя, на кафедре психиатрии, в моей квартире. С этого времени в Доме учителя стал регулярно собираться семинар по психотерапии. Знаний и умений Бориса Юрьевича хватило на три месяца ведения группы. Затем наступила импровизация. Группа шла жёстко. Через три месяца в ней остались только профессионалы и покидали её в связи с нарушениями здоровья: депрессией, прободением язвы двенадцатиперстной кишки, выкидышем. Все прекратившие курить на группе вернулись к этой зависимости.

«И жизнь в стране изменится»

Так каков результат? Их несколько. Именно в эти годы нами наиболее активно велась интенсивная переводческая работа и создавалась знаменитая библиотека психотерапевтического самиздата. В последующие годы эти книги распространились на весь Советский Союз и сыграли большую роль в нашем профессиональном образовании.

Изучение Транзактного Анализа в то довольно трудное время приводило нас к выводу: вот узнают об этом многие люди, как тогда говорили, широкая общественность, – и вся жизнь в стране точно изменится. Мы начали ездить по стране и распространять информацию о Транзактном Анализе. Началась продолжающаяся история групповой психотерапии и личной психотерапии для профессионалов.

А как же члены той легендарной группы? Для многих из них Транзактивный Анализ стал теорией, объясняющей нарушения и их лечение. Для меня он стал важнейшей частью моего мировоззрения. Только немногие стали практиковать Транзактивный



Новосибирский Академгородок <https://metkere.com/2009/10/akademgorodok-1970s.html>

Виктор Викторович МАКАРОВ

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни». Истоки транзактного анализа в Советском Союзе

Анализ. Да и в том, первоначальном, классическом варианте в нём был ощущаемый дефицит технологий.

Группа исчерпала себя. На последней встрече мы были вчетвером у нас дома. Борис Юрьевич, Владимир Юрьевич Завьялов, я и моя жена – Макарова Галина Анатольевна. Она была, по сути, заочным участником группы: у нас был маленький ребёнок, не было няни, и после каждой групповой сессии я с большим пылом рассказывал ей все подробности встречи. Мы завершили группу, длившуюся два года и сыгравшую ключевую роль в нашем развитии в профессии.

Как же остальные члены группы? Те, кто ушёл, лишь прикоснувшись к групповой динамике, в последующем не занимались психотерапевтической практикой. Те, кто ушёл в течение первого полугодия, остались врачами, психологами и младшими научными сотрудниками. Те, кто продержался год, стали доцентами и старшими научными сотрудниками. И оставшиеся два участника стали профессорами и заведующими кафедрами. А заочный участник Галина Анатольевна Макарова – автором многих книг по Транзактному Анализу и соавтором Восточной версии Транзактного Анализа. Борис Юрьевич же уехал в Израиль с первой волной эмиграции и прожил там совсем недолго. Эти данные я получил, встретившись, с кем это удалось, через 25 лет после завершения групповой работы.

Развитие ТА в других городах и регионах СССР



Алексей Александрович Бодаев.

<http://letopis.msu.ru/peoples/8507>

адресу своего местонахождения – «Погодинка, 20». Её руководителем был назначен В. В. Столин. В ней устраивались семинары, посещавшиеся из-

В Москве книга «Игры, в которые играют люди» активно обсуждалась с середины семидесятых годов XX века. В то время казалось, что её официальное издание «перевернет мир». В 1979 году благодаря декану психологического факультета МГУ А. А. Бодаеву была открыта лаборатория, изучавшая Транзактный Анализ, известная по

вестными психологами, врачами и просто людьми, интересующимися современной психотерапией.

Развитие Транзактного Анализа в Ленинграде началось в 1986 году, когда в этот город нанёс визит состоятельный энтузиаст из США Г. Вестен, который затем долгое время финансировал преподавание там начального, так называемого 101 курса Транзактного Анализа супругами Д. и Т. Фрейзерами (США). В 1992 году было сформировано сообщество, получившее название Санкт-Петербургский институт Транзактного Анализа (СИТА). В 1996 году в издательстве «Социально-психологический центр» Санкт-Петербурга вышла фундаментальная книга Я. Стюарта и В. Джоинса «Современный Транзактный Анализ» в прекрасном переводе психолога и переводчика Д. Касьянова. И можно сказать, что таким образом Санкт-Петербург ещё раз подтвердил свою роль западных ворот страны.

С самого начала Транзактным Анализом стали заниматься многие профессионалы, да и просто умные люди. Они были изолированы от международного профессионального сообщества и часто даже не знали о существовании друг друга не только внутри страны, но даже одного города. И, конечно же, в их работе было много своеобразия, много блестящих находок, которые в последующем и легли в основу Восточной версии Транзактного Анализа.

И только в начале девяностых, имея за плечами уже почти двадцатилетний опыт изучения литературы, прохождения тренингов под руководством талантливых самоучек и собственной практической работы, мы встретились с ведущими аналитиками из Международной ассоциации Транзактного Анализа и получили возможность непосредственно познакомиться с их работой в тренинге и терапии. Эта встреча состоялась в октябре 1990 года на большой международной конференции по анализу на озере Байкал. Она ясно показала нам, насколько профессиональны западные специалисты и насколько мы отличаемся от них.

Тогда же в Иркутске была создана Всесоюзная ассоциация Транзактного Анализа. Её сопредседателями были избраны: В. В. Макаров, заведующий кафедрой психиатрии, наркологии, возрастной и медицинской психологии Красноярской медицинской академии, и П. И. Беленко – психолог из Новосибирска. Ассоциация продолжала объединять профессионалов даже после распада Советского Союза, однако мы не вошли в Международную ассоциацию Транзактного Анализа. На конференции на Байкале мы вели такие переговоры с американской делегацией. Они начинали переговоры с на-

Виктор Викторович МАКАРОВ

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни». Истоки транзактного анализа в Советском Союзе

ших взносов в долларах. У нас не только не было долларов, но и само владение ими рассматривалось как уголовное преступление. Впрочем, занятие психоанализом также рассматривалось, как преступная антисоветская деятельность.



Изабель Криспель

<https://ta-discussion.ru/crespelle>

С 1997 года мы взаимодействуем с европейским Транзактивным Анализом. Его представителем в Европейской Ассоциации Психотерапии была Изабель Криспель. Мы много общались, ездили в её центр в Париже для проведения декадника. Здесь мы окончательно убедились, что психотерапия имеет четыре ипостаси: теорию, практику, ремесло и бизнес.

Именно последняя мешала европейским коллегам признать очевидные достижения русского Транзактивного Анализа.

Сегодня, когда в нашей стране развивается классический Транзактивный Анализ из Международной Ассоциации Транзактивного Анализа (штаб-квартира в США), когда обучающие семинары ведут коллеги из Европейской Ассоциации Транзактивного Анализа, мы имеем возможность ещё раз осознать своеобразие нашего варианта, который развивается самостоятельно уже почти 50 лет. За полвека мы проехали с обучающими семинарами и тренингами по всей территории бывшего Советского Союза. Познакомили с учением и обучили тысячи и тысячи профессионалов. Издали и неоднократно переиздали множество книг.

Почему Восточная версия ТА ближе к нашей ментальности

Восточная версия Транзактивного Анализа создана Виктором Викторовичем и Галиной Анатольевной Макаровыми. И если автор статьи в последние десятилетия работает над полимодальной психотерапией, её образующие модальности – главным образом Клиническая психотерапия и Восточная версия Транзактивного Анализа, то Галина Анатольевна углубилась в развитие Восточной версии Транзактивного Анализа. Ее семинары и обучающие курсы, в том числе по профессиональной переподготовке, дающие возможность специалистам заниматься Восточной версией Транзактивного

анализа широко популярны в Российской Федерации и за её пределами.

Восточная версия основана на опыте профессионалов страны, на своеобразии менталитета наших граждан, на народном фольклоре, сказках и традициях, на нашей общей истории, судьбах семей и отдельных людей.

Работая над анализом сценариев – неосознаваемых планов жизни, мы обнаружили феномен, который ещё не был описан в литературе – это зависимость сценария человека от его основной жизненной позиции. Более того, оказывается, что у каждого человека активно представлены все четыре жизненные позиции одновременно. Следовательно, человек имеет не один жизненный сценарий, а как минимум четыре. И, в отличие от людей на Западе, жизнь которых часто расписана на годы вперёд, мы каждый день принимаем решения, совершаем поступки, которые могут в корне изменить нашу жизнь и жизнь наших потомков. У наших сограждан зачастую обнаруживается не один действующий сценарий, а несколько – сразу три-четыре и более. И россияне преимущественно живут, переходя из одного сценария в другой, нежели в пространстве автономных решений, которое позволило бы им ясно определить свои цели и потребности и выстроить единый, осознанный план жизни.

Важной особенностью наших соотечественников можно считать специфическое соотношение функций первой и второй сигнальной систем. Человеческое сознание является моделью окружающего мира, которая составляется нами из чувственных образов – картин, впечатлений прошлого, настоящего и ожидаемого будущего. И чтобы пользоваться этой моделью и решать с её помощью свои задачи, нам нужно обеспечить для себя удобный и эффективный способ доступа к образам мира, нашего опыта, настоящего или будущего состояния, а также обмена ими с другими людьми. Для этого мы помечаем каждый из этих образов двумя способами.

Первый способ – это наши эмоции и чувства. И выражаем мы их – каждый по-своему – с помощью первой сигнальной системы. То есть характеристик голоса – интонации, тембра, высоты, а также с помощью жестов, мимики, позы, дыхания, вегетативных реакций. Также и с помощью почерка, музыки и живописи, цветов и украшений, духов и косметики, фасонов и расцветок одежды, обстановки и атмосферы нашего дома. И так мы чувствуем – воспринимаем и понимаем эмоциональное состояние и эмоциональный строй, настроение и чувства других людей. Причём разные люди –

Виктор Викторович МАКАРОВ

«Эта ночь перевернула мои представления о профессии и жизни». Истоки транзактного анализа в Советском Союзе

с различной полнотой и тонкостью. И каждый – по-своему, субъективно.

Второй способ, которым мы помечаем образы в нашем сознании и обмениваемся ими, – это слова, то есть имена, которые мы даём людям, предметам и отношениям реального мира, для того чтобы понимать друг друга. Понимать без разночтений. Одинаково. Объективно. Это наша вторая сигнальная система.

Характерной особенностью российской ментальности является одновременное задействование в мышлении обеих знаковых систем, часто с преобладанием первой – системы эмоций и чувств, что приводит к формированию так называемого магического (или мифологического) мышления, которое наряду с реальными фактами оперирует также возникающими по ассоциации фантазиями и домыслами, чувствами и мнениями, что приводит к алогизмам и затруднениям при обработке эмоционально окрашенной информации и трудностям при операциональном взаимодействии. Ведь очень большая часть значимой информации оказывается просто невербализованной. То есть один человек считает, что другой понял то, что он хотел сказать, и оба они не потрудились детально обговорить все условия и задачи взаимодействия. Хотя при этом великолепно понимали эмоциональное состояние друг друга. И вот, работа сделана. Но как? «Хотели, как лучше, а получилось – как всегда» (В. С. Черномырдин).

Характерной чертой такого мышления является также тенденция ставить нестандартные задачи и находить нетривиальные решения. Достигать поставленных целей при недостатке информации и ресурсов. Выживать в нечеловеческих условиях. Бороться до полной победы, какой бы ни была цена. Мыслить объёмно, представляя предмет одновременно с нескольких сторон. Развитая интуиция и воображение. Вместе с тем, эффективность мышления и деятельности сильно зависит от эмоционального состояния и субъективного смысла, вкладываемого в общие понятия.

Важнейшим достижением Восточной версии Транзактного Анализа является учение о Сценариях персонального будущего. У многих людей сценарии их жизни завершились. Им нужен новый сценарий. Это было актуально во времена распада Советского Союза. Это актуально в новейшую эпоху, когда завершилось мирное время, а ведь все действующие поколения нашей страны воспитаны для мирной жизни.

Исследование особенностей российской ментальности, разработка и применение специальных диагностических, аналитических и терапевтических методов на основе этих особенностей – вот

важнейшая задача, которую призвана решать Восточная версия Транзактного Анализа. С нашей точки зрения, версия, дополняющая и обогащающая мировой Транзактный Анализ.