

# О важности научных исследований в ТА

Торжественная речь Марка Виддоусона на церемонии вручения премии Международной Ассоциации Транзактивного Анализа (ИТАА) за достижения в области исследований транзактивного анализа

Александра Оганезовна  
**МКХИТАРЯН**

Место работы: психолог, частная практика; кандидат на статус СТА;  
со-ведущая подкаста «Что-то на окейном»;  
Москва, Россия; [sasha.mkhityan@gmail.com](mailto:sasha.mkhityan@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-8687-7174; Researcher ID: AAG-2854-2022



Alexandra Oganezovna  
**MKHITARYAN**

Place of work: psychologist, private practice; candidate for the CTA status;  
co-host of the podcast "Chto-to na okeynom" ["Speaking OK"];  
Moscow, Russia; [sasha.mkhityan@gmail.com](mailto:sasha.mkhityan@gmail.com)  
ORCID: 0000-0002-8687-7174; Researcher ID: AAG-2854-2022.

## The Importance of Research in Transactional Analysis

Mark Widdowson's Acceptance Speech at the International Transactional Analysis Association (ITAA) Research Award

**Аннотация:** Эта статья является речью Марка Виддоусона на церемонии вручения премии ИТАА за достижения в области научных исследований транзактивного анализа, которая была присуждена ему на Всемирной конференции по транзактивному анализу в Берлине, в июле 2017 года. Марк Виддоусон утверждает, что исследования необходимы для более широкого признания транзактивного анализа, и что они будут способствовать его распространению, а также выступят мощным маркетинговым инструментом для специалистов и обучающих институтов ТА. Таким образом, в интересах каждого члена сообщества транзактивного анализа проводить исследования или активно поддерживать дальнейшие исследования в этой области. Виддоусон кратко излагает свое исследование, посвященное эффективности транзактивного анализа, и представляет краткий обзор актуальных исследований в области эффективности психотерапии с использованием транзактивного анализа. В статье также приводится краткое изложение результатов исследований Марка Виддоусона относительно характерных черт эффективной психотерапии транзактивным анализом и успешных терапевтов транзактивного анализа. В завершение автор речи выражает благодарность и признательность людям, которые поддерживали его на исследовательском пути.

**Ключевые слова:** преподаватель, исследования, транзактивный анализ, премия, благодарности, ИТАА, Марк Виддоусон.

**Abstract:** This article is the acceptance speech of Mark Widdowson for the ITAA Research Award, which was presented to him at the World TA Conference in Berlin in July 2017. Widdowson argues that research is essential to the wider acceptance of transactional analysis and that research will support the expansion of TA and will act as a powerful marketing force for TA-practitioners and training institutes. Therefore, it is in the interests of every member of the TA community to conduct research or actively support further TA research. Widdowson summarizes his research into the effectiveness of TA and presents a brief synopsis of current TA psychotherapy effectiveness research. The article also includes a summary of Mark Widdowson's research findings regarding the distinctive features of effective TA-psychotherapy and effective TA-therapists. He concludes by expressing his gratitude and thanks to a number of people who have supported him on his research journey.

**Keywords:** teacher, research, transactional analysis, award, acknowledgements, ITAA, Mark Widdowson.

**Я** хочу начать с того, чтобы сказать «спасибо». Мне сложно выразить, насколько значима для меня эта Премия за исследовательские достижения от Международной Ассоциации Транзактного Анализа (The ITAA Research Award). Получение такого признания — это огромная порция качественных поглаживаний от моего профессионального сообщества.

Несколько лет назад я получил мощное поглаживание от Европейской Ассоциации Транзактного Анализа (EATA), когда мне была вручена Серебряная Медаль EATA, а теперь я получаю награду от ITAA. Я очень рад, или, как говорят на севере Англии: «I'm right chuffed!»<sup>1</sup> Все эти поглаживания я получил благодаря тому, что несколько лет назад начал путь, который изменил меня к лучшему. Этот путь открыл для меня новые возможности, преобразовал мою карьеру, помог мне глубже понять себя и способствовал моему росту. Кроме того, это кардинально изменило мой подход к работе с клиентами. Этот путь потребовал от меня многого, но и дал не меньше.

Теперь я хочу выразить благодарность и сказать несколько слов об исследованиях. То, о чем я собираюсь говорить, относится к контексту психотерапии, но для тех из вас, кто работает не в этой области, будет легко переложить эти идеи на свою специфику, потому что они одинаково применимы ко всем областям транзактного анализа (ТА). Поэтому, когда я говорю «психотерапевт», мысленно замените это на «преподаватель», «организационный консультант», «консультант» или «коуч».

Я прекрасно понимаю, что многих людей исследования не интересуют. Возможно, они считают их скучными, неактуальными, или думают, что все важные исследования уже проведены, и ничего нового узнать нельзя. Лично я думаю, что такие взгляды опасны. Сегодня важны достоверные данные. Независимо от того, как мы к этому относимся, — это факт жизни. Это истина по многим причинам. Структурам, которые управляют общественными финансами, нужна отчетность. Бизнесы, ориентированные на прибыль и финансовую стабильность, должны знать, что они делают выгодные вложения. Люди, которые тратят свои заработанные деньги, должны знать, что получают достойный результат за свои средства. Данные исследований помогают людям принимать обоснованные решения о тратах.

Позвольте мне объяснить это на примере: представьте, что вы заболели и пришли к врачу, и врач говорит: «У нас есть два метода лечения, из которых вы можете выбрать. Один из них многократно проверен исследованиями, и мы знаем, что он эффективен. Другой существует давно, но по нему недостаточно дан-

ных, хотя тем, кто его выбирает, он очень нравится». Какой бы вы выбрали?

Мы все знаем, что ТА эффективен, но этого недостаточно. Важно, чтобы остальной мир также знал, что то, что мы делаем, работает, и единственный надежный способ продемонстрировать это — проводить исследования.

В мире психотерапии и консультирования существует множество теоретических подходов, и по многим из них имеются весомые, надежные и достоверные доказательства их эффективности. Я предполагаю, что то же существует и в сферах образования и организаций. У нас есть некоторые данные, подтверждающие эффективность ТА, но их просто недостаточно — необходимо больше. Пока мы ждем, другие, более устойчивые направления психотерапии укрепляют свои позиции и набирают силу, а ТА оказывается на периферии. Это не статичная ситуация, она постоянно меняется и не всегда в нашу пользу.

Исследования важны не только для признания ТА, но и для нашего заработка. Иногда мне кажется, что многим людям в мире ТА нравится быть на обочине, или у большинства есть сценарий, предписывающий бедность. Я также задумываюсь, а нужно ли большинству из вас иметь красивую кухню, шикарный отпуск или новый автомобиль. Возможно, у всех вас есть состоятельные партнеры или семьи, и деньги вам не нужны. Однако, если это не так, и вы хотите иметь достойные условия жизни и хорошо зарабатывать, то вы точно должны быть заинтересованы в развитии исследований по ТА. Если вы хотите работать и получать за это хорошие деньги, поддерживайте исследования по ТА всеми возможными способами. Это в ваших интересах.

**Хотя кто-то может со мной не согласиться, ТА — это подход с крайне слабой исследовательской базой.** И это не только мое мнение, но и мнение ряда ученых как внутри сообщества ТА, так и за его пределами. Кроме того, на данный момент ТА не включен ни в какие клинические рекомендации как рекомендуемое лечение.

Несколько лет назад, в 2012 году, я изложил свое видение ТА. Я сказал: надеюсь, что к 2020 году ТА будет признан эмпирически доказанным подходом. Мы продвинулись далеко в этом направлении, но впереди нам предстоит еще долгий путь. Я понимаю все аргументы и споры вокруг движения за эмпирически подтвержденные подходы, и да, во многих отношениях это несовершенная модель. Тем не менее, это та модель, с которой нам приходится работать, и чтобы, так сказать, получить место за столом, мы должны ей соответствовать. У нас нет другого выбора.

Когда я начал свои исследования, я сосредоточился на депрессии. Как мы все знаем, многие теории психотерапии носят автобиографический характер, и у меня

<sup>1</sup> «Я очень доволен!» или «Я заслуженно/справедливо доволен!» (англ.).

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

ПАМЯТИ МАРКА ВИДДОУСОНА

Александра Оганезовна МХИТАРЯН

Торжественная речь Марка Виддоусона . О важности научных исследований в ТА

есть большой личный и профессиональный интерес к теме депрессии. Но моя главная мотивация заключалась в том, чтобы провести исследование, которое окажет наибольшее влияние на развитие ТА. В этом смысле я делал это для вас. Для всех вас.

Я сделал еще один тактический выбор, который потребовал еще одной жертвы. Меня призывали публиковать свои первые исследования в престижных журналах по психотерапии. Я мог бы это сделать, и мне говорили, что публикация была бы гарантирована. Это было бы очень полезно для моей карьеры и могло бы привлечь к ТА более широкую аудиторию, но едва ли помогло бы ТА-сообществу активно взаимодействовать со мной в процессе совместных исследований. Причина проста: мир ТА очень замкнут. Могу поспорить, что подавляющее большинство людей в этом зале не читают исследовательские статьи из других областей. Я бы также рискнул предположить, что многие из вас даже не знакомы с исследованиями по ТА. Это досадно, и я надеюсь, что те из вас, кого это касается, действительно начнут читать статьи, которые можно найти в свободном доступе на сайте «Международного журнала исследований и практики ТА» ([International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, IJTAR](http://www.ijtar.org)), а также другие публикации в «Журнале Транзактного Анализа» ([Transactional Analysis Journal, TAJ](http://www.ta-journal.ru)).

Фактически, я представил эти статьи сообществу ТА как подарок, надеясь, что кто-то их прочитает и решит, что исследования с помощью метода анализа клинических случаев — это то, чем он тоже мог бы заняться. И я рад сказать, что до некоторой степени это сработало. Группа исследователей в Падуе под руководством Энрико Бенелли энергично приняла этот вызов, и теперь группа практиков ТА в Индии под руководством нашего нового преподавателя и супервизора (TSTA) Рагини Рао также проводит исследования в формате анализа клинических случаев. Я призываю вас присоединиться к ним. Все инструкции, как это сделать, есть. Я сделал открытый доступ к этим документам для бесплатного использования, и вы можете адаптировать их под свои нужды.

## О моем вкладе

Эта премия была присуждена мне за исследование эффективности метода транзактного анализа, в частности за исследование эффективности ТА при лечении депрессии (Widdowson, 2012a, 2012b, 2012c). В 1998 году два американских исследователя в области психотерапии, Диана Чемблесс и Стив Холлон, предложили набор критериев для определения того, когда терапия может считаться «эмпирически подтвержденной». Как правило, терапия подтверждается на основе крупных рандомизированных контролируемых исследований (RCT), но Чемблесс и Холлон (Chambless, Hollon, 1998) предложили альтернативный путь, кото-

рый, на мой взгляд, идеально подходит для сообщества ТА. Они указали, что результаты трех успешных систематических клинических случаев с использованием определенного терапевтического подхода для лечения конкретного расстройства могут быть достаточны для того, чтобы признать терапию эмпирически подтвержденной и «возможно эффективной» для данного расстройства.

Мое исследование продемонстрировало это в 2013 году. Его дополнили работы Билианы ван Рийн и Чиары Уайлд (van Rijn, Wild, 2013, 2016), которые использовали количественные методы, а также работа итальянского сообщества ТА под руководством Энрико Бенелли (Benelli, Boschetti, et al., 2016; Benelli, Revello, et al., 2016; Benelli, Scotta, et al., 2016; Benelli, Bergmaschi, et al., 2017; Benelli, Filanti, et al., 2017; Benelli, Moretti, et al., 2017), которые многократно воспроизвели мое исследование. Это настолько укрепило мои выводы, что мы находимся на пороге того, чтобы заявить: транзактный анализ является доказательно эффективным методом лечения депрессии.

Исследования с помощью метода анализа клинического случая невероятно информативны. Я не знаю другого метода исследования, который позволял бы так глубоко проникать как в процесс, так и в результат терапии (Widdowson, 2011). В кейс-стади мы оцениваем результат каждого случая индивидуально и получаем подробное понимание факторов, повлиявших на его исход. Кроме того, этот метод можно использовать для выявления, разработки и оценки эффективности конкретных интервенций. Я — терапевт, и мне нравятся люди, их истории; мне нравится наблюдать, как процесс разворачивается с течением времени. Кейс-стади дают все это. Если вы никогда раньше не читали исследовательскую статью, начните с кейс-стади.

Многие из вас читали мое руководство по лечению депрессии с помощью ТА (Widdowson, 2016), а если нет, то, пожалуйста, прочтите, желательно в ближайшее время, потому что на следующей неделе мне устанавливают новую кухню, и чтобы за это заплатить, мне нужны продажи книги! Руководство по лечению является первым основанным на доказательствах руководством по ТА и базируется на выводах из моих кейс-стади. Я изучал записи терапевтов и расспрашивал клиентов о том, что лучше всего помогло им в терапии; они рассказали мне об этом в мельчайших подробностях. Я собрал всё вместе, добавил данные из области психологии и психотерапии и представил в виде руководства ТА, в котором изложены методы эффективного лечения депрессии.

Я также поддержал Бернара Жентеле (Gentelet, Widdowson, 2016), французского транзактного аналитика без опыта в исследованиях, в разработке и оценке его техники парадоксальных альянсов для работы

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

ПАМЯТИ МАРКА ВИДДОУСОНА

Александра Оганезовна МХИТАРЯН

Торжественная речь Марка Виддоусона . О важности научных исследований в ТА

с тревожностью. Насколько мне известно, это единственная в ТА методика, доказательная эффективность которой подтверждена на уровне отдельного вмешательства.

Я также проводил исследования за пределами ТА-психотерапии, в частности, по использованию методов принятия решений для улучшения психологического благополучия в коучинговых воркшопах для руководителей (Widdowson, Rosseau, 2014; Widdowson, Theuns, Rosseau, Rosseau, 2016). Если вы не читали эти статьи, вот вам краткий итог: это работает.

Некоторые могли бы назвать все эти исследования моим наследием, хотя я бы так не сказал, потому что я еще жив, и работа продолжается.

## Что уже понятно и какие выводы можно сделать?

Если взять имеющиеся исследования — не только мои, но и других исследователей, — что можно сказать об эффективности ТА? Психотерапия ТА является эффективным методом лечения депрессии. В частности, ТА доказал свою эффективность в лечении депрессии в ряде исследований в Европе. Пока что нет данных, подтверждающих его эффективность в других культурных контекстах, хотя начальные результаты показывают, что ТА эффективен не только для взрослых клиентов, но и для подростков с депрессией. Психотерапия ТА также может быть эффективна для снижения симптомов тревоги, включая социальную тревожность и смешанные депрессивно-тревожные состояния.

Психотерапия ТА показывает результаты, сопоставимые с другими гуманистическими направлениями психотерапии. На данный момент ее не сравнивали с когнитивно-поведенческой терапией (КПТ), но в университете, где я работаю, есть курс по КПТ, поэтому я планирую провести рандомизированное контролируемое исследование (RCT) сравнения этих методов в ближайшем будущем.

Как индивидуальная терапия ТА, так и групповая терапия ТА могут быть эффективны при депрессии, тревожных состояниях и общем психологическом стрессе.

## Что мы знаем об особенностях ТА, которые повышают эффективность терапии, и о качествах эффективного терапевта

Во-первых, мое исследование показало, что психотерапия ТА — это модель, основанная на понимании развития, которая также включает в себя изменения в эмоциональной, когнитивной, поведенческой и отношенческой сферах. Большинство подходов фоку-

сируются на одной или двух из этих областей, но в ТА мы охватываем все четыре, осознавая при этом влияние развития личности. Я не знаю другого такого направления.

Мое исследование также выявило некоторые факторы, которые, по-видимому, улучшали результаты терапии. Самым важным оказалось то, что клиенты, получившие наилучшие результаты от терапии, были подготовлены к ней и имели некоторое понимание процесса и своих обязанностей. Это предполагает, что вовлечение клиентов в процесс ролевой индукции — то есть обучение их тому, как быть клиентом, — было полезным. Я подготовил несколько документов для ролевой индукции; они есть в приложениях к руководству по лечению и также доступны бесплатно на сайте Routledge. Найдите книгу, и они находятся под вкладкой «e-Resources»<sup>2</sup>. Я также создал несколько видео на YouTube, которые предназначены для ролевой индукции клиентов<sup>3</sup>. Просмотрите их и поделитесь своим мнением. Если кто-то захочет перевести эти материалы, пожалуйста, сделайте это; просто сообщите мне.

Независимо от результата, все клиенты отметили, что терапевтические отношения характеризовались сочетанием поддержки и вызова. Они также положительно отзывались о своих терапевтах и указали на некоторые качества, которые они ценили и считали полезными. Клиенты сообщили, что их терапевт был активным в процессе терапии, был искренним, открытым и эмоционально вовлеченным; терапевты готовы были проявлять юмор и показывать свою индивидуальность в терапии, что позволяло клиентам воспринимать их как реальных людей.

Кроме того, самые мощные изменения происходили, когда клиенты были вовлечены в процесс опытного изменения, то есть когда терапия включала когнитивно-эмоциональный процесс, который также способствовал прямым и немедленным поведенческим изменениям, переживаниям или экспериментам, которые опровергали жизненный сценарий клиента.

## Почему не проводится больше исследований ТА?

Здесь я вспоминаю вопрос, который однажды задал мне профессор Джон Маклеод и который положил начало моей научной карьере (я вернусь к этой

<sup>2</sup> Видео на эту тему можно найти на странице Марка Виддоусона на сайте издательства Routledge, URL: <https://www.routledge.com/authors/i13218-mark-widdowson> (дата обращения: 11.11.2024).

<sup>3</sup> Канал Марка Виддоусона на Youtube, URL: <https://www.youtube.com/@drmarkwiddowson3999> (дата обращения: 11.11.2024). Другие видео можно также найти по запросу на каналах EATA, UKATA, Redecision School и др.

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

ПАМЯТИ МАРКА ВИДДОУСОНА

Александра Оганезовна МХИТАРЯН

Торжественная речь Марка Виддоусона . О важности научных исследований в ТА

истории через некоторое время): «Почему не проводится больше исследований ТА?» У меня есть несколько идей на этот счет.

Я понимаю, что многие из вас проходили в университете курс или два по методам исследований и сочли это ужасно скучным. Вероятно, это было просто что-то, что вы должны были сделать для получения диплома, и я уверен, что многие из вас это терпеть не могли. Это не значит, что вы не любите исследования. Скорее всего, вас плохо учили их проводить. С этим нужно что-то делать, потому что если вы отвращаете людей от исследований, когда учите их этому, то они редко продолжают заниматься исследованиями. Я призываю всех вас, кто является преподавателями, тщательно подумать о том, как вы можете обеспечить творческое и вдохновляющее обучение исследованиям для своих студентов. А если вы не можете сделать это сами, подумайте, кого вы можете попросить прийти и преподавать это так, чтобы люди вдохновились. Пригласите людей, которые активно занимаются исследованиями, чтобы они выступили перед вашими студентами, а не тех, кто лишь читал об этом в книгах. Я также призываю организации ТА создать программу обучения для преподавателей, посвященную исследованиям.

Еще одна причина, по которой исследований в области ТА не так много, заключается в том, что люди, занимающиеся ТА, — аутсайдеры. Да, мы немного чудаковатые. Мы — огромная международная семья чудаковатых людей, которые так хорошо ладят друг с другом отчасти потому, что все мы чудаки. Это значит, что мы все вписываемся сюда. Одна из проблем с аутсайдерами заключается в том, что они не вписываются в то, как все остальные люди поступают. Сообщество ТА в основном развивалось в частных учебных заведениях, в отличие от методов терапии, которые являются более общепринятыми и которым в основном обучают в университетах. С университетами приходит признание.

Наша сертификация — Сертифицированный Транзактный Аналитик (СТА) — это во многом действительно выдающееся достижение, но за пределами мира ТА кто знает, что это значит? Кто знает, сколько труда и усердия вложено в этот экзаменационный процесс? В отличие от этого, остальной мир понимает, что означает академическая степень.

Кроме того, университеты подразумевают исследования. Много исследований. Задача университета — создавать и распространять знания. Академики проводят исследования по интересующим их темам, и эти исследования замечают и принимают во внимание при разработке клинических рекомендаций. Однако это касается не только университетов. У нас есть потрясающая организационная инфраструктура, и мы можем делать это сами. Тот факт, что мы все здесь со-

брались спустя 48 лет после смерти Берна, свидетельствует об этом. Чтобы нас действительно воспринимали всерьез, частные учебные институты должны стать мощными центрами исследований ТА, причем быстро.

Как я уже упоминал, важно обратить внимание на то, как наши процессы обучения и сдачи экзаменов влияют на исследования. Несмотря на то, что наши экзамены невероятно строги и во многом являются предметом гордости, я считаю, что наша экзаменационная система подобна противозачаточным таблеткам для исследований — в том смысле, что до исследований дело так и не доходит. Почему? Потому что к тому времени, когда люди сдают экзамен СТА, они, по понятным причинам, слишком устают, чтобы заниматься исследованиями. Когда к ним возвращается энергия, они хотят стать супервизорами и тренерами, поэтому они присоединяются к нашей системе обучения TSTA и сосредотачиваются на сдаче этого экзамена. И после сдачи они либо снова слишком устают и не могут даже думать об исследованиях, либо слишком заняты работой по организации собственной программы обучения. Весь наш талант и страсть уходят на то, чтобы взобраться на вершину холма, который существует только потому, что мы так решили.

Что особенно печально в этой картине, так это то, что те, кто ведет собственные программы обучения, могут обнаружить, что их работа по привлечению новых студентов была бы значительно проще, если бы было больше исследований ТА, потому что больше людей знали бы о них, больше людей ценили бы то, что мы делаем, и признавали, что ТА — это мощный подход для психологической трансформации. У меня есть ощущение, что многие тренеры в этом зале согласны со мной. И если вы согласны, то я приглашаю вас принять этот вызов и превратить свой институт в один из таких мощных центров. Бесплезно ждать, пока это сделает кто-то другой: вы должны сделать это сами. Помните, что вам говорили о пассивности и обесценивании, и просто сделайте это. В наших интересах заниматься исследованиями!

## Время благодарности

Несмотря на то, что я получаю эту награду, я не делал эту работу в одиночку, хотя много раз мне казалось, что это так. Исследования могут быть одиноким занятием, особенно если вы принадлежите к сообществу, которое до этого момента не очень-то ценило исследования. Но я не был одинок. Исследования никогда не происходят в вакууме. Всегда есть люди, которые так или иначе внесли свой вклад в тот или иной исследовательский проект, и я считаю, что важно признать их заслугу. В этот момент я понимаю, что сейчас начну говорить как актер или режиссер на какой-нибудь шикарной голливудской церемонии награждения, поэтому я

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

ПАМЯТИ МАРКА ВИДДОУСОНА

Александра Оганезовна МХИТАРЯН

Торжественная речь Марка Виддоусона . О важности научных исследований в ТА

постараюсь сделать все возможное, чтобы рассказ был кратким и интересным, чтобы вы не заскучали.

Я в огромном долгу перед тремя людьми, с которых началось мое знакомство с миром ТА. Это Кит Тюдор, Иан Стюарт и Эдриенн Ли. Я познакомился с Китом незадолго до начала обучения ТА, и с первого дня онощрял меня развивать свои идеи и писать. Кит, спасибо тебе! Иан Стюарт и Эдриенн Ли были моими тренерами по ТА, и они дали мне признание и место, где я мог быть собой. Они всегда поддерживали и ободряли меня на все 100%. Теперь они мои близкие друзья, и я буду благодарен им до конца своих дней.

Есть люди, которые помогали мне в моих исследованиях. Первый из них — профессор Джон Маклеод. По сути, именно Джон положил начало моей научной карьере. Я проводил 101-й курс ТА в Университете Абертея в Шотландии, где работал Джон. Мы пошли на ужин после первого дня, и Джон сказал мне: «Где все исследования по ТА? ТА — это такой подход, который можно исследовать, почему же по нему не проводится больше исследований?» Я немного поразглагольствовал о том, что ТА не получил такого признания, как некоторые другие подходы, а затем сделал то, что делают многие люди, занимающиеся ТА, а именно: конфронтировал с собственным обесцениванием в своей речи. В конце концов я сказал: «Мне нужно либо что-то с этим делать, либо перестать жаловаться». Джон предложил мне защищать докторскую диссертацию, мы взяли у официанта листок бумаги и к концу вечера набросали основные положения моей докторской программы. И уже через 6 недель я был зарегистрирован как докторант в Университете Лестера, работая с профессором Сью Уилер. Сью и Джон руководили моей докторской диссертацией, и их страсть, строгость и мудрость сформировали мои исследования и создали мою научную карьеру. Мне очень повезло, что их невероятный интеллект и многолетний опыт помогали мне, направляли и поддерживали меня.

И, конечно, терапевты и клиенты, которые щедро впускали меня во внутреннее святилище своей работы. Без них я действительно не смог бы провести свои исследования.

Я хотел бы поблагодарить моих коллег в Салфордском университете. Они тоже поддерживали меня и позволяли развивать мои собственные исследовательские интересы и расти как ученому. Я знаю, что они полностью поддерживают меня и будут продолжать меня стимулировать и подталкивать. Они верят в меня и знают мой потенциал гораздо лучше, чем я сам.

И последнее, но не менее важное: моя семья, друзья и, конечно же, мой партнер Филип МакНелли. Все они поддерживали меня, даже если считали, что я немного сошел с ума, начав свое исследование. Они

поддерживали меня, потому что знали, что это то, чем я хочу заниматься, то, чем я страстно увлечен. И, конечно, они напоминали мне, что в жизни есть нечто большее, чем исследования. Филип, в частности, позаботился о том, чтобы я был сыт и окружен заботой как в практическом, так и в эмоциональном плане, а также о том, чтобы в моей жизни было много веселья и смеха. Спасибо, что помогаете мне оставаться настоящим.

Конечно, есть и другие люди, которые также занимаются исследованиями в ТА, и я не хочу, чтобы они чувствовали себя обделенными. Поэтому я предлагаю вам воспользоваться моментом и поплодировать им, чтобы выразить признательность всем тем, кто вкладывает свою энергию в проведение исследований ТА.

Основной проблемой для исследовательского сообщества является финансирование. После финансового кризиса оно практически сошло на нет. Это касается финансирования исследований, имеющих отношение ко всем областям ТА. Все основные исследователи в мире ТА работают в университетах, а университеты оказывают большое давление на академический персонал, заставляя проводить исследования, которые привлекают финансирование. Это крайне затрудняет проведение крупномасштабных исследований, которые необходимы нам для того, чтобы нас действительно воспринимали всерьез. У EATA есть некоторые средства, выделенные на финансирование исследований, но это лишь малая часть тех средств, которые нам необходимы.

Я прошу всех членов сообщества ТА поддержать исследования и ежегодно жертвовать один час своего дохода на исследовательский проект ТА. Я не думаю, что это слишком большая просьба. Если вы хотите дать больше, это прекрасно; если вы не можете позволить себе дать так много, дайте то, что можете. В ваших интересах сделать это. Эти деньги не пойдут в мой карман; я прошу, чтобы исследовательские комитеты распорядились ими и использовали их для финансирования исследований ТА.

Если вы хотите внести свой вклад другим способом, или если у вас действительно нет денег, вы всегда можете уделить немного времени. Как исследователь, я могу заверить вас, что есть много работы, которая требует много времени. Если вы готовы уделить несколько часов своего времени, дайте мне знать, и я, вероятно, смогу найти для вас занятие.

И наконец, пожалуйста, читайте научные статьи. Участие в исследованиях — это этично и хорошо.

В заключение я хочу еще раз поблагодарить вас за оказанную честь. И я даю вам слово, что буду продолжать делать то, что делаю, чтобы транзактный анализ получил признание, которого он по праву заслуживает.

**Список литературы**

1. Benelli, E., Boschetti, D., Piccirillo, C., Quagliotti, L., Calvo, V., Palmieri, A., Sambin, M., Widdowson, M. (2016) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Luisa' // International Journal of Transactional Analysis Research. 7 (1). pp. 35–50. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/16055> (Accessed: 11.11.2024).
2. Benelli, E., Revello, B., Piccirillo, C., Mazzetti, M., Calvo, V., Palmieri, A., Sambin, M., Widdowson, M. (2016) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Sara' // International Journal of Transactional Analysis Research. 7 (1). pp. 3–18. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/17034> (Accessed: 11.11.2024).
3. Benelli, E., Scotta, F., Barreca, S., Palmieri, A., Calvo, V., Rénoche, G.D., Colussi, S., Sambin, M., Widdowson, M. (2016) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Penelope' // International Journal of Transactional Analysis Research. 8 (1). pp. 19–34. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/16054> (Accessed: 11.11.2024).
4. Benelli, E., Bergmaschi, M., Capoferri, C., Morena, S., Calvo, V., Mannarini, S., Palmieri, A., Zanchetta, M., Spinelli, M., Widdowson, M. (2017) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Deborah' // International Journal of Transactional Analysis Research. 8 (1). pp. 39–58. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/17417> (Accessed: 11.11.2024).
5. Benelli, E., Filanti, S., Musso R., Calvo, V., Mannarini, S., Palmieri, A., Widdowson, M. (2017) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Caterina' // International Journal of Transactional Analysis Research. 8 (1). pp. 21–38. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/17414> (Accessed: 11.11.2024).
6. Benelli, E., Moretti, E., Cavallero, G.C., Greco, G., Calvo, V., Mannarini, S., Palmieri, A., Widdowson, M. (2017) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Anna' // International Journal of Transactional Analysis Research. 8 (1). pp. 3–20. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/17410> (Accessed: 11.11.2024).
7. Chambless, D.L., Hollon, S.D. (1998) Defining Empirically Supported Therapies // Journal of Consulting and Clinical Psychology. 66 (1). pp. 7–18.
8. Gentelet, B., Widdowson, M. (2016) Paradoxical Alliances in Transactional Analysis Psychotherapy for Anxiety: A Systematic Adjudicated Case Study // Transactional Analysis Journal. 46 (3). pp. 182–195. DOI: <https://doi.org/10.1177/0362153716650657>
9. van Rijn, B., Wild, C. (2013) Humanistic and Integrative Therapies for Anxiety and Depression: Practice-based Evaluation of Transactional Analysis, Gestalt, and Integrative Psychotherapies and Person-centered Counseling // Transactional Analysis Journal. 43 (2). pp. 150–163. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0362153713499545>
10. van Rijn, B., Wild, C. (2016) Comparison of Transactional Analysis Group and Individual Psychotherapy in the Treatment of Depression and Anxiety: Routine Outcomes Evaluation in Community Clinics // Transactional Analysis Journal. 46 (1). pp. 63–74. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0362153715615115>
11. Widdowson, M. (2011) Case Study Research Methodology // International Journal of Transactional Analysis Research. 2 (1). pp. 25–34. Retrieved from <https://ij tarp.org/article/view/17055> (Accessed: 11.11.2024).
12. Widdowson, M. (2012a) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Peter' // International Journal of Transactional Analysis Research. 3 (1). pp. 3–13. Retrieved from <https://ij tarp.org/article/view/17072> (Accessed: 11.11.2024).
13. Widdowson, M. (2012b) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Denise' // International Journal of Transactional Analysis Research. 3 (2). pp. 3–14. Retrieved from <https://ij tarp.org/article/view/17083> (Accessed: 11.11.2024).
14. Widdowson, M. (2012c) TA Treatment of Depression: A Hermeneutic Single-case Efficacy Design Study — 'Tom' // International Journal of Transactional Analysis Research. 3 (2). pp. 15–27. Retrieved from <https://ij tarp.org/article/view/17084> (Accessed: 11.11.2024).
15. Widdowson, M. (2016) Transactional Analysis for Depression: A Step-by-step Treatment Manual. London, England: Routledge.
16. Widdowson, M., Rosseau, M. (2014) Application of Redecision Therapy in Executive Coaching Workshops. Part 2 — A Qualitative Exploration of Participants' Changes // International Journal of Transactional Analysis Research. 5 (1). pp. 19–30. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/14820> (Accessed: 11.11.2024).
17. Widdowson, M., Theuns, P., Rosseau, M., Rosseau, R. (2016) Impact of the Application of Redecision Methods in Executive Coaching Workshops on Psychological Well-being: A Quantitative Evaluation of Effectiveness // International Journal of Transactional Analysis Research. 7 (2). pp. 3–9. Retrieved from <http://www.ij tarp.org/article/view/16425> (Accessed: 11.11.2024).