



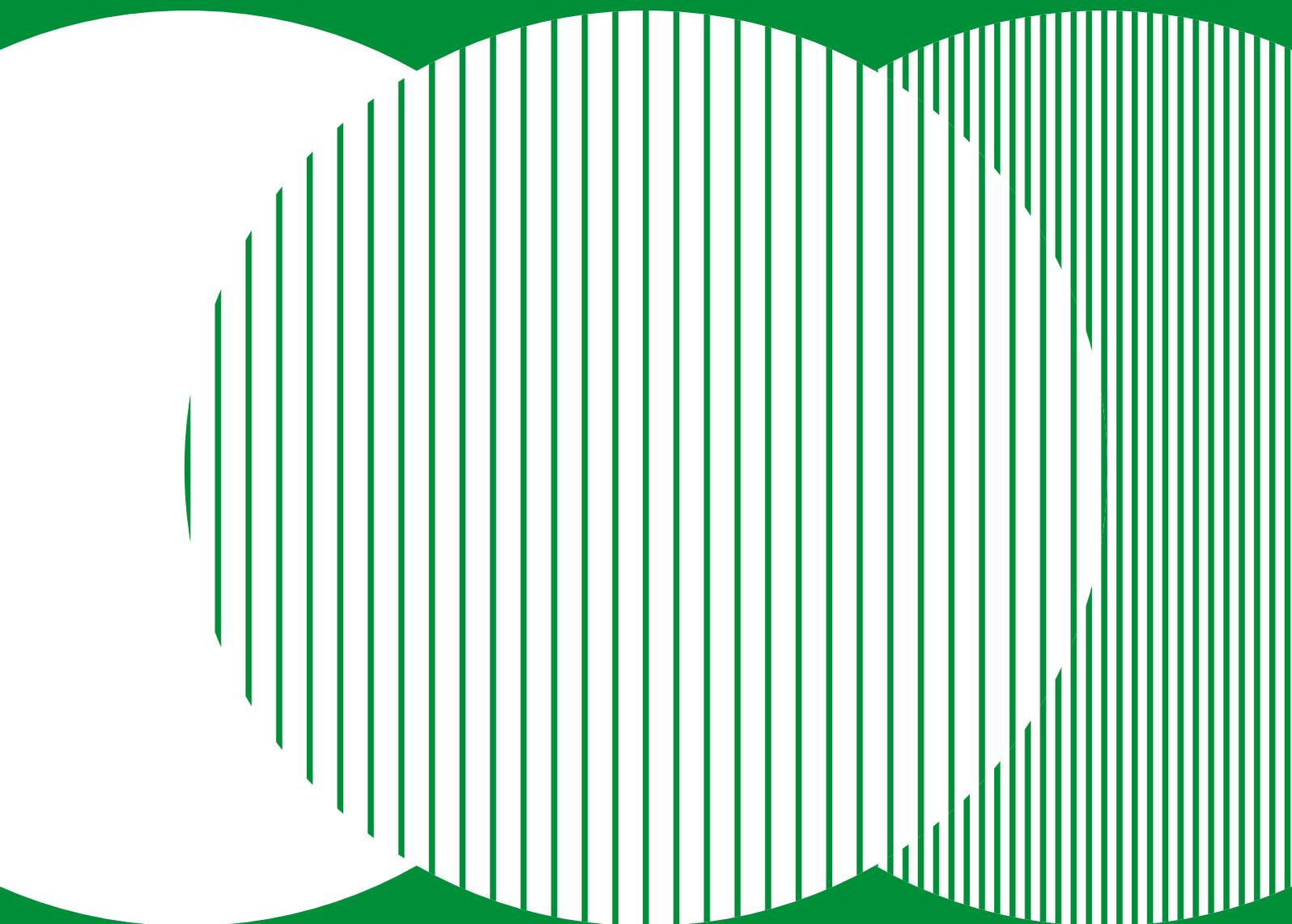
# Транзактивный Анализ в России

Периодический электронный  
рецензируемый научно-  
публицистический журнал

Выпуск 2  
том 5  
2025

**Transactional  
Analysis in Russia**

Periodical online double blind peer-reviewed  
research and publicist journal



## Главный редактор

### Кочеткова О.В.

магистр психологии,  
практикующий психолог,  
обучающийся Транзактному Анализу,  
журналист

## Научный руководитель

### Петровский В.А.

доктор психологических наук,  
член-корреспондент РАО,  
профессор Центра фундаментальной  
и консультативной психологии  
НИУ ВШЭ, ректор Института  
консультативной психологии

## Редакционная коллегия

### Ариф Э.М.

магистр психологии НИУ ВШЭ,  
психолог в модальности ТА, практик ТА,  
сертифицированный коуч в ТА (ICU)  
- контент-редактор Журнала

### Болдин А.А.

- дизайнер Журнала

### Ермишина-Мартюкова Е. Д.

- переводчик Журнала

### Лисицина Г.С.

- SMM-менеджер Журнала

### Мхитарян А.О.

психолог в модальности ТА,  
Brainspotting, телесный терапевт  
- обозреватель Журнала

### Самойлова А.И.

психолог в модальности ТА  
- обозреватель Журнала

### Шарапова Г. А.

- корректор Журнала

## Редакционный совет

### Агибалова Т.В.

д.м.н., СТА (р), pTSTA (р) - ГБУЗ "МНПЦ  
наркологии ДЗМ" (Москва, Россия)

### Володин Б.Ю.

д.м.н., проф., СТА (р), TSTA (р) -  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России  
(Рязань, Россия)

### Далит А.Е.

к.пс.н., доцент, практикующий психолог  
и супервизор, pTSTA (р) (Москва,  
Кисловодск, Россия)

### Зуйкова Н.Л.

к.м.н., доц., СТА (р), pTSTA (р) -  
РУДН (Москва, Россия)

### Соболева Е.С.

СТА(р), TSTA (р), практический психолог,  
консультант по методу психодрамы,  
лауреат медали СОС ЕАТА - Центр  
Транзактного Анализа (Санкт-Петербург,  
Россия)

### Федотов И.А.

к.м.н., доцент, СТА (р) -  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России

### Шустов Д.И.

д.м.н., проф., СТА (р), TSTA (р),  
лауреат Золотой медали ЕАТА -  
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России  
(Рязань, Россия)

# Транзактный Анализ в России

Периодический электронный  
рецензируемый  
научно-публицистический  
журнал

Выпуск 2 (Том 5) - год 2025

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ

**ООО «Международный  
Институт Развивающего  
Транзактного  
Анализа»**

РЕДАКЦИЯ

**Адрес: 191014, г. Санкт-Петербург,  
ул. Рылеева, д. 1/9, литер А, пом. 5-Н  
Телефон: +7 911 218-96-13**

**E-mail: [if@ta-journal.ru](mailto:if@ta-journal.ru)**

НАШ САЙТ  
[ta-journal.ru](http://ta-journal.ru)

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции. К публикации принимаются только статьи, подготовленные в соответствии с правилами для авторов. Направляя статью в редакцию, авторы принимают условия договора публичной оферты. С правилами для авторов и договором публичной оферты можно ознакомиться на сайте <https://ta-journal.ru>. Полное или частичное воспроизведение материалов, опубликованных в журнале, допускается только с письменного разрешения издателя – ООО «МИР-ТА»

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи,  
информационных технологий и массовых коммуникаций.  
Эл. № ФС77-81254 от 30.06.2021 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ / CONTENTS

**От редакции / From editorial board**

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА  
«Эрик, без сомнения, был бы горд увидеть, как в  
России приняли его теории»  
Редакционная статья ..... 3

Olga Vladimirovna KOCHETKOVA-KORELOVA  
"Eric would no doubt be proud to see how his theories  
were received in Russia"  
Editorial ..... 3

**Языком науки / Scientific point of view**

Алла Евгениевна ДАЛИТ  
Цифровой перенос: социальные сети как  
расширенное поле транзакций  
Научный обзор ..... 5

Alla Evgenievna DALIT  
Digital Transfer: Social Media as an Expanded  
Transaction Field  
Review ..... 5

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО  
Финаграмма: авторская практика осознания своих  
ценностей в области денег. Сочетание персонологии  
и транзактного анализа  
Рекомендации ..... 11

Elena Viktorovna DOROSHENKO  
Finagram: the author's practice of realizing your values  
in the area of money. Combination of personology and  
transactional analysis  
Practice Guidelines ..... 11

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА  
В ловушке сценария: транзактивный анализ и  
нарциссические раны Эрика Берна — есть ли  
взаимосвязь?  
Научный обзор ..... 18

Liliia Gennadievna LUKIANOVA  
Trapped in the Script: Transactional Analysis and  
Narcissistic Wounds of Eric Berne — Is There a  
Connection?  
Review ..... 18

**Я ОК — Ты ОК / I'm OK — You are OK**

Геннадий Владимирович ОПАРИН  
Этические вызовы при использовании нейросетей в  
работе психолога  
Рекомендации ..... 27

Gennadij Vladimirovich OPARIN  
Ethical challenges in using neural networks in the work  
of a psychologist  
Practice Guidelines ..... 27

Мария Александровна ФРОИМСОН  
Профессиональная этика в терапии с фокусом на  
терапевтические отношения  
Лекция ..... 31

Maria Aleksandrovna FROIMSON  
Professional Ethics in Therapy with a Focus on  
Therapeutic Relationships  
Lecture ..... 31

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА  
Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает  
по России в поисках своего законного места»  
Интервью ..... 34

Olga Vladimirovna KOCHETKOVA-KORELOVA  
Elena RECHKINA: "Group therapy is marching across  
Russia today in search of its rightful place"  
Interview ..... 34

Алла Евгениевна ДАЛИТ  
Когда уходит тот, кого ты хотел бы видеть на защите  
своей школы: размышления о симбиозе, переносе и  
зрелости в обучающем процессе  
Дискуссия ..... 42

Alla Evgenievna DALIT  
When the one you wanted to see defend your school  
leaves: Reflections on Symbiosis, Transference and  
Maturity in the Learning Process  
Discussion ..... 42

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА  
Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов —  
сценарий побежденных?  
Лекция ..... 45

Lia Ibragimovna KURBANOVA  
Club 27: The Tragedy of Talented Musicians — A Script  
of the Defeated?  
Lecture ..... 45

## ОГЛАВЛЕНИЕ / CONTENTS

**Преподаватели ТА в России: кто есть кто?**

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА  
Максим РАЗДОБРЕЕВ: «Моя задача — развить  
транзактный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»  
Интервью ..... 52

Александра Оганезовна МХИТАРЯН  
Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается  
упражнениями!»  
Интервью ..... 57

**TA teachers in Russia: Who is who?**

Olga Vladimirovna KOCHETKOVA-KORELOVA  
Maxim RAZDOBREEV: "My Mission is to Develop  
Transactional Analysis in the Far East and Siberia"  
Interview ..... 52

Alexandra Oganezovna MKHITARYAN  
Irina PINGAREVA: "Mastery is achieved through  
practice"  
Interview ..... 57

**История ТА / History of TA**

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»  
Историческая статья ..... 62

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России  
Интервью ..... 72

Alsou Idgarovna SAMOILOVA  
"Eric Berne as we never knew him"  
Historical Article ..... 62

Alsou Idgarovna SAMOILOVA  
TA: First steps in Russia  
Interview ..... 72

**Навигатор по миру ТА / Navigator in the World of TA**

Эльвира Маратовна АРИФ  
Истории, лица, транзактный анализ  
Мини-обзор ..... 80

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
Современные направления транзактного анализа:  
итоги студенческой конференции 2025 года  
Мини-обзор ..... 83

Elvira Maratovna ARIF  
Stories, faces, transactional analysis  
Mini-Review ..... 80

Alsou Idgarovna SAMOILOVA  
Modern Directions in Transactional Analysis: Results of  
the 2025 Student Conference  
Mini-Review ..... 83

Пишите о науке и не только ..... 86

Write about science and not only ..... 86

# «Эрик, без сомнения, был бы горд увидеть, как в России приняли его теории»

Ольга Владимировна  
**КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА**

Главный редактор журнала «Транзактный Анализ в России»; частная психологическая практика, магистр психологии; член SOTA и EATA; Москва, Россия; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455



Olga Vladimirovna  
**KOCHETKOVA-KORELOVA**

The editor-in-chief of "Transactional Analysis in Russia"; private psychological practice, Masters degrees in Psychology; member of SOTA and EATA; Moscow, Russia; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455

## "Eric would no doubt be proud to see how his theories were received in Russia"

**Аннотация.** Вступительное слово от главного редактора журнала «Транзактный Анализ в России». В статье также приводится обзор наполнения Тома 5, номер 2 (2025).

**Ключевые слова:** обзор, журнал, статьи, авторы, транзактный анализ, группа, групповая психотерапия, перенос, онлайн-терапия, этика, история ТА.

**Abstract.** An introductory note from the editor-in-chief of the "Transactional Analysis in Russia journal". The article also provides an overview of the contents of Volume 5, Issue 2 (2025).

**Keywords:** overview, journal, articles, authors, transactional analysis, group, group psychotherapy, transference, online therapy, ethics, history of TA.

**Цитата, вынесенная в заголовок, принадлежит сыну Эрика Берна. Он написал эту фразу в письме в журнал. Мы очень долго договаривались о том, чтобы законным образом получить право использовать фотографии из архива основателя транзактного анализа. Для нас это было принципиальным и этичным: как иначе может быть в методе, где контракт и разрешения — одни из самых важных терминов?**

Мы писали по указанным на разных сайтах контактам, звонили, уточняли... В результате мы получили разрешения сразу от нескольких правообладателей на использование в журнале фотодокументов. А еще получили вдохновляющие поглаживания. **Полный ответ Терри Берна** можно прочитать в статье в разделе «История ТА». Именно там мы разместили подробный рассказ-воспоминания сына Эрика о

том, каким был его отец. Многие удивит тех, кто знал только канонический образ создателя метода. Статью по итогам онлайн-встречи Терри с представителями ТА в России на фестивале в Санкт-Петербурге в апреле 2025 года написала обозревателю **Алсу Самойлова**.

В летнем номере журнала 2025 года сразу несколько статей о том, каким был Эрик Берн, какое наследие он нам оставил. В научном разборе **Лилия Лукьянова** рассматривает нарциссические раны Берна и то, как они повлияли на метод. **Елена Речкина** в своем интервью журналу размышляет о том, почему групповая психотерапия, с которой и начинался ТА, в России не имеет такого размаха и что нужно, чтобы психологи в ТА повернулись в сторону работы с группами. **Эльвира Ариф** делится находками конференции, целиком посвященной истории ТА. Историю ТА в СССР

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА  
Перемен! Мы ждем перемен!

и в России глазами свидетеля **Марины Соковниной** представила **Алсу Самойлова**.

Каким будет ТА в России? Об этом тоже можно почитать в летнем номере. Как транзактный анализ может расширить свою географию на Дальний Восток и в Сибирь и синтезироваться с другими методами, например с телесными практиками и эриксоновским гипнозом, размышляют преподаватели **Максим Раздобреев** и **Ирина Пингарева** (с помощью нашего обозревателя **Саши Мхитарян**). Где и чему у них поучиться, читайте в их интервью.

Что происходит во время обучения ТА, какие сценарные процессы поднимаются у учеников при прохождении длительных курсов — размышляет другой преподаватель **Алла Далит**. А студенты, в свою очередь, поделились своими находками на конференции в конце июля 2025 года; темы их докладов освещает **Алсу Самойлова**. Один из докладов уже попал на страницы летнего номера: свое необычное исследование историй семи известных музыкантов, которые умерли в 27 лет, предложила **Лия Курбанова** через концепции транзактного анализа.

Что может обнаружить психолог в модальности ТА в работе онлайн, что такое цифровой перенос (мог ли предположить Эрик Берн, что в копилке транзактных терминов появится однажды и такой?) и какие «красные флаги» ждут психолога в диджитал-пространстве — делятся **Алла Далит** и **Геннадий Опарин** и дают свои рекомендации психологам XXI века. О новых ракурсах этики рассказывает **Мария Фроимсон**, описывая доклад **Майи Лутай** на весенней конференции COTA.

Свой метод работы с темой денег, расширяющий возможности ТА, предлагает **Елена Дорошенко**.

И все это мы постарались сделать не только глубоко и вдумчиво, но легко, понятно и иногда играючи. Даже в самых серьезных статьях можно найти решение Эрика Берна, о котором сказал его сын: «Но, может быть, главный урок был не про труд, а про игру. Он очень любил играть, веселился, проводил время с друзьями и семьей. И это — то, чему я научился у него. Наслаждаться жизнью. Не только работать, но и быть с теми, кого любишь, радоваться простым вещам».

# Цифровой перенос: социальные сети как расширенное поле транзакций

Алла Евгениевна  
**ДАЛИТ**

PTSTA-р, к.п.н, «Институт «МИР-ТА»; Москва, Россия;  
E-mail: [alusia@yandex.ru](mailto:alusia@yandex.ru);  
SPIN РИНЦ: 9454-5385; ORCID: 0009-0006-3380-2538;  
ResearcherID: NIU-1379-2025



Alla Evgenievna  
**DALIT**

PTSTA-P, PhD in Psychology, "MIR-TA" Institute"; Moscow, Russia;  
E-mail: [alusia@yandex.ru](mailto:alusia@yandex.ru);  
SPIN-RSCI: 9454-5385; ORCID: 0009-0006-3380-2538;  
ResearcherID: NIU-1379-2025

## Digital Transfer: Social Media as an Expanded Transaction Field

**Аннотация.** Цель статьи — сформулировать и систематизировать понятие «цифрового переноса» в парадигме транзактивного анализа. На основе классических работ Э. Берна, Дж. Л. Шифф, К. Штайнера и современных исследований телепсихологии описаны восемь феноменов, возникающих при взаимодействии клиента и терапевта в социальных сетях: асинхронное удлинение транзакции; индикатор «Онлайн» как триггер контроля; депривация поглаживаний из-за отсутствия отметки «Нравится»; витрина успешности; расщеплённый образ терапевта; «зеркальный» контрперенос; алгоритм-«всевидящий Родитель»; принудительное самораскрытие. Каждый феномен проиллюстрирован клинической виньеткой и соотнесён с базовыми конструкциями ТА — эго-состояниями, сценарными решениями и системой поглаживаний.

Предложен дополнительный «социально-сетевой» контракт, включающий правила подписок, отметок «Нравится» и сообщений, а также протокол цифрового дебрифинга для супервизии. Разработан трёхпозиционный тест самораскрытия (Родитель/Взрослый/Дитя) как инструмент этической самопроверки. В заключение обозначены исследовательские перспективы: таксономия цифровых транзакций, различия платформ и алгоритмопосредованный терапевтический альянс. Работа призвана помочь специалистам ТА удерживать позицию Взрослого в условиях постоянного онлайн-присутствия и минимизировать сценарные ловушки цифровой среды.

**Ключевые слова:** транзактивный анализ, перенос, контрперенос, социальные сети, цифровая терапия, этика, поглаживания, сценарные решения.

**Abstract.** This article introduces and systematises the concept of digital transference within the framework of transactional analysis (TA). Drawing on classic TA sources (Berne, 1961; Schiff & Schiff, 1975; Steiner, 1974) and recent tele-psychology research, it describes eight phenomena that arise when client and therapist interact through social-media platforms: asynchronous elongation of transactions, the "online" indicator as a control trigger, like-stroke deprivation, the therapist's success showcase, split online/offline images, mirror counter-transference, the algorithm as an "all-seeing Parent", and involuntary self-disclosure. Each phenomenon is illustrated by a clinical vignette and linked to TA constructs — ego states, script decisions and the stroke economy.

The paper proposes an additional "Social-Media Contract" (rules for follows, likes and direct messages) and a digital-debrief protocol for supervision. A three-position self-disclosure test (Parent / Adult / Child) is offered as an ethical self-check tool. Future research directions include a taxonomy of digital transactions, platform-specific response patterns and algorithm-mediated therapeutic alliances. The framework aims to help TA practitioners maintain an Adult stance in a permanently online world and to minimise script-driven pitfalls of the digital environment.

**Keywords:** transactional analysis, transference, counter-transference, social media, digital therapy, ethics, strokes, script decisions.

\*Instagram is owned by Meta Platforms, recognised as an extremist organisation in the Russian Federation.

## Соцсети как новая «сцена» сценарной драмы

За последнее десятилетие цифровое пространство окончательно вошло в терапевтическое поле. Переход на телетерапию во время пандемии лишь ускорил процесс: сегодня статус «Онлайн» в WhatsApp или сторис в Instagram\* образуют ту же цепочку транзакций, что и любая реплика в кабинете. Исследования подтверждают, что онлайн интервенции влияют на терапевтический альянс и провоцируют специфические переносные реакции (Békés et al., 2023; Zilber et al., 2023).

Одновременно публичная модель «я бренда» размывает границы: терапевт оказывается в информационном потоке наравне с лайками, комментариями и «быстрыми советами». Алгоритмы рекомендаций становятся «всевидающим Родителем», влияя на ожидания обеих сторон (Joseph & Babu, 2024). Тем не менее системное освещение этих процессов в терминологии ТА лишь начинается. Свежий обзор виртуального общения в парадигме ТА (Старобинская Ковешникова, 2023) подчёркивает, что онлайн форматы кардинально меняют способы удовлетворения голода по структуре и признанию, а значит — и саму логику сценария.

## Проблема

Цифровая среда создаёт дополнительный уровень транзакций, где любое действие — лайк, репост, «просмотр без реакции» — может интерпретироваться как поглаживание, обесценивание или приглашение к симбиозу. Без концептуальной рамки ТА эти феномены остаются зоной импровизации, а этические решения — личной ответственностью специалиста.

## Цель и задачи

**Цель** — сформулировать проблемное поле «цифрового переноса» в контексте ТА, описать ключевые феномены и наметить направления для клиники, обучения и профессиональной этики.

### Задачи:

1. Интегрировать классические модели переноса/контрпереноса (Berne, 1961; Little, 2011; Schiff, 1971) с актуальными данными телепсихологии.
2. Описать восемь наиболее распространённых цифровых феноменов на клинических примерах.
3. Предложить «соцсетевой» пункт контракта и инструменты супервизии.
4. Обозначить исследовательские перспективы.

## Актуальность и новизна

1. Количество терапевтов-инфлюенсеров на платформе TikTok продолжает расти с экспоненциальной скоростью. Популярные

\* <https://www.instagram.com/> — Принадлежит Meta Inc., деятельность компании Meta Inc. и её продуктов признана в России экстремистской и запрещена.

хештеги вроде #mentalhealth собрали более 70 миллиардов просмотров<sup>1</sup> (Wolff, 2023), а крупнейшие профессиональные аккаунты — миллионы подписчиков<sup>2</sup> (Martinez, 2022)

2. Профессиональные границы всё чаще нарушаются неумышленно, что требует единых этических ориентиров<sup>3</sup>.
3. Предлагаемая карта феноменов впервые сопоставляет эмпирические данные телетерапии со структурными элементами ТА (эго-состояния, поглаживания, сценарные решения).

## Как соцсети переписывают сценарий переноса: связанное описание ключевых феноменов

Когда терапевт и клиент приходят на сессию после насыщенного «цифрового уик-энда», они уже несут с собой целый набор скрытых транзакций. Ниже — восемь взаимосвязанных феноменов, которые образуют единую «цифровую драматургию» переноса и контрпереноса.

## Ключевые феномены цифрового переноса

### 1. Асинхронное удлинение транзакции

#### Теоретический контекст

В очном сеттинге цепочка *Стимул* → *Оценка* → *Чувство* → *Действие* разворачивается почти мгновенно, и Взрослый способен отфильтровывать проекции (Berne, 1961). Цифровой разрыв во времени переводит первый «слой» обработки в автономию Родителя: пост терапевта интерпретируется скриптовыми правилами («К хорошему учителю надо тянуться» / «Умных бояться»), а за ночь Ребенок насыщает интерпретацию чувствами. К моменту сессии Взрослый уже «приглушён» контаминацией, и психолог сталкивается с готовым эмоциональным коктейлем, происхождение которого пациент часто не осознаёт.

#### Пример

Молодой предприниматель (позиция «-ОК/+ОК», драйвер «Будь Совершенным») видит сторис терапевта о новой книге. Родитель активирует послание «Всегда отстаёшь», Ребенок переживает стыд и зависть. Через два дня на сессии звучит рациональный запрос: «Хочу наладить тайм-менеджмент», но под ним — сценарное переживание неполноценности. Терапевт, не осознавая цепочку, рискует начать директивный коучинг и тем самым поддержать драйвер.

<sup>1</sup> Browne, G. (2023, March 2). Help, my therapist is also an influencer! WIRED. <https://www.wired.com/story/therapist-influencers/>

<sup>2</sup> Cuncic, A. (2021, February 6). Mental health professionals are using TikTok to reach Gen Z. Verywell Mind. <https://www.verywellmind.com/mental-health-professionals-on-tiktok-5094672/>

<sup>3</sup> Time, 2024

### Рабочие интервенции

1. Взрослому клиенту предлагается «раскрутить плёнку» до момента просмотра сторис. Таким образом возвращается ответственность за генерацию чувства.
2. Используем структурирование времени (Berne, 1963): помогаем клиенту перевести бессонную «игру в голове» в планируемый диалог.
3. Контрактно вводим правило: обсуждать эмоции после цифрового контакта — первым пунктом следующей сессии.

### В супервизии

Терапевт может отследить собственные ускорения (желание «быстро снять напряжение») и осознать опасность спасательного манёвра. Супервизор помогает вернуть специалиста в позицию Взрослого-Наблюдателя.

## 2. Индикатор «Онлайн» как триггер контроля

### Теоретический контекст

Зелёная точка рядом с именем, свидетельствующая, что пользователь в сети, — это микросигнал, который в симбиотической культуре читается как «Ты должен быть доступен, если любишь». Здесь запускается матрица Контролирующего Родителя и Бунтующего Ребенка (Schiff & Schiff, 1975). В классическом кабинете подобный триггер отсутствует: дверь либо открыта, либо закрыта; онлайн-индикатор же содержит двойное послание («я здесь» и «я не с тобой»).

### Пример

Клиентка с историей эмоционально недоступной матери ночью видит, что терапевт находится в сети, но не отвечает. Родитель-Критик интерпретирует: «Не заслужила». Ребенок-Бунтарь готовит наказание: «Буду молчать на сессии». Появляется скрытая игра «Попробуй догадайся» (Berne, 1964).

### Контрпереносная ловушка

Терапевт чувствует импульс — оправдаться («Был в сети случайно»), что переведёт диаду в спасательский треугольник, где у него будет роль Жертвы.

### Этическое решение

В контракт вводится пункт «статус-буфер»: присутствие в мессенджере не равно доступности. Обсуждаем разницу между доступностью и отзывчивостью — укрепляем самостоятельность клиента.

### В супервизии

Отслеживаем активацию драйвера «Спешу»: желание немедленно ответить как индикатор симбиоза.

## 3. Лайк-депривация поглаживаний

### Теоретический контекст

Структура поглаживаний (Steiner, 1971) предполагает гибкий обмен признанием. Социальная сеть делает поглаживание бинарным, мгновенным и публичным. Клиент с дефицитом позитивных поглаживаний воспринимает отсутствие лайка как минус-минус-поглаживание (негативное подтверждение существования).

### Пример

Женщина (драйвер «Будь сильным», позиция «-ОК/+ОК») выкладывает пост о насилии: лайков много, но от терапевта — нет. Сценарное решение «никому нельзя доверять» подтверждается. На сессии обида проявляется как сдержанная отчётность («Я сама справлюсь»), что поддерживает её рабочий сценарий жертвы-супергероя.

### Контрпереносная реакция

Терапевт испытывает давление «отметиться», иначе будет воспринят как «жестокий Родитель», что создаёт риск смещения в роль Спасателя.

### Рабочая интервенция

Переводим разговор из плоскости лайков в плоскость потребности: «Какого признания вы ожидали?» Используем модель «Потребность → Чувство → Запрос» (Erskine, 1999) для восстановления дефицита без цифрового подкрепления.

### Этика

Политика «не лайкаю контент клиентов», «не написан на клиентов» прописывается заранее, чтобы ожидания были реалистичны.

## 4. Витрина успешности

### Теоретический контекст

Цифровая витрина специалиста активирует зеркальные нейроны клиента и запускает сценарную игру сравнения. В структурной модели эго-состояний яркое публичное «Я» терапевта может восприниматься в качестве Родителя-Оценивающего, усиливая в клиенте Ребенка-Сравнивающего. Существует риск, что обе стороны будут захвачены драйвером «Будь совершенным» или «Радуй других».

### Пример

Клиент-писатель видит фотографию новой книги терапевта, переживает зависть и ощущение «никогда так не смогу». Взрослый контракт на исследование прокрастинации рассыпается; сессия уходит в обесценивающий монолог.

### Контрперенос

Терапевт, чувствуя стыд за свою «звёздность», снижает профессиональную позицию, что усиливает симбиоз.

### Интервенция

Используем сценарную матрицу (Steiner, 1974): идентифицируем предписание «Не достигай» и решение клиента «Лучше остаться невидимкой». Терапевт поддерживает сепарацию, не извиняясь за достижения.

### Этика

Перед публикацией личных успехов целесообразно «пройти тест» на «ЗР» (Сила — Защита — Разрешение): зачем и что раскрывается, какую проекцию может вызвать.

## 5. Расщеплённый образ терапевта

### Теория

Парадоксальный двойник (*онлайн-селф ↔ онлайн-селф*) создаёт сценарный сдвиг позиции «Родитель ↔ Ребенок» в одном лице. Клиент, ориентируясь на тёплый «домашний» контент, приходит в регрессию Свободного Ребенка, но натывается на кабинетную роль Взрослого-Профессионала — возникает мини-импасс (Little, 2011).

### Клиника

Подросток, увидев шутку терапевта в TikTok, на сессии начинает шутить о суициде. Терапевт реагирует строго, и клиент переживает реакцию от холодного Родителя: «Сначала зовёшь играть, потом ругаешь».

### Рабочий ход

На метауровне признаём расщеплённость ролей и возвращаем ответственность за настрой: «Давай разделим пространство юмора и пространство безопасности». Переводим во Взрослого обе стороны.

### Этика и обучение

Терапевтам полезно делать «аудит ролей»: какие сообщения транслируют каналы, чтобы не создавать двойных стандартов.

## 6. «Зеркальный» контрперенос

### Теоретический контекст

Контрперенос традиционно описывается как ответ специалиста на проекцию клиента. В цифровой среде добавляется симметричный вектор: терапевт запускает собственные проекции на контент пользователя ещё до сессии. Это создаёт феномен «зеркальной камеры»: эмоциональный материал обеих сторон циркулирует, не проходя через Взрослого (Erskine & Zalcman, 1979).

### Пример

Специалист просматривает сторис клиента из элитного ресторана за час до встречи. В нём поднимаются зависть (Ребенок-Сравнивающийся) и раздражение (Родитель-Критик: «Снова он хвастается»). На сессии терапевт предлагает жёсткий бюджет-план «самоограничения» по контракту клиента. Клиент, ловя осуждение, уходит в позицию «-ОК/+ОК» и под-

тверждает сценарий: «Счастье вызывает зависть, а значит, радоваться опасно».

### Рабочие интервенции

Момент осознания: терапевт на супервизии деконструирует собственную эмоцию, распознаёт личный драйвер «Будь совершенным». А также использует технику «Я в отношениях». Перед ответом он задаёт себе три вопроса:

1. Чьё это чувство?
2. К какой моей истории оно привязано?
3. Служит ли интервенция контракту?

### Этика

Здесь особенно уместно учесть данные (Rocco, Cassoni, & Dell'Arciprete, 2023): терапевты, оценивая онлайн-сессии как менее «глубокие», могут непроизвольно компенсировать собственное переживание «обеднения контакта» через жёсткий Родительский критерий либо спасательную гиперактивность. Такое искажённое восприятие усиливает «зеркальный» контрперенос и требует цифрового дебрифинга.

Просмотр профиля клиента осуществляется только по клинической необходимости; любая заранее возникшая эмоция фиксируется в журнале, обсуждается на ближайшей супервизии.

### Обучение

Ролевое упражнение «Слепой просмотр»: участник в течение 5 минут просматривает соцсеть клиента-«актёра», затем разделяет чувства на свои и проецированные.

## 7. Алгоритм-«всевидающий Родитель»

### Теоретический контекст

Алгоритмы рекомендаций (TikTok, Reels, AI Chat) имитируют функцию Всезнающего Родителя, предлагая интерпретации, советы, диагнозы. Клиент делегирует Взрослому-алгоритму саморефлексию, а Родитель-авторитет возвращается в бессознательное (Joseph & Babu, 2024). Происходит подмена: позиция «+ОК/+ОК» смещается в «+ОК/-ОК».

### Пример

Подросток приносит видео, в котором психолог-блогер говорит, что тревога — симптом избалованности. Он требует от терапевта подтвердить или опровергнуть данное утверждение. Скрытый сценарий: поиск нового Родителя-Эксперта, чтобы снова избежать внутренней ответственности.

### Контрперенос

Терапевт чувствует угрозу профессиональной компетенции и включает Контролирующего Родителя («Что эти блогеры понимают...»). Это поддерживает у клиента драйвер «Радуй других»: «Надо выбрать, кого слушаться».

Алла Евгениевна ДАЛИТ

Цифровой перенос: социальные сети как расширенное поле транзакций

### Интервенции

1. Переводим запрос во Взрослого: «Какой отклик у тебя вызывает это видео? Связан ли он с твоим опытом?»
2. Используем модель тестирования реальности (Berne, 1966): сравниваем источники, статистику, личные данные клиента.
3. Делаем явным треугольник «Клиент — Терапевт — Алгоритм» и договариваемся об «информационной диете».

### Этика

Терапевт раскрывает возможные риски конфиденциальности и недостоверности онлайн-диагностики; в контракте фиксируется пункт «алгоритм ≠ терапевт».

### Супервизия/обучение

Модули критической цифровой грамотности: разбор кейсов «Диагноз по TikTok»; тренинг по управлению тревогой специалиста в условиях «машинного всеведения».

## 8. Принудительное самораскрытие

### Теоретический контекст

Классическая тайна кабинета подразумевает контролируемое самораскрытие. Соцсети делают данные терапевта полупубличными (геотеги, отметки знакомых). Клиент оказывается свидетелем случайной информации, и перенос перестраивается без посредничества Взрослого.

### Пример

Клиент обнаруживает фотографию терапевта на политической демонстрации через общих друзей. Возникает шок и сомнение: «Наши ценности несовместимы?» На сессии он избегает этой темы, но возвращается в позицию «Я — ОК / Ты — ОК».

### Контрперенос и риски

Терапевт чувствует уязвимость, желание оправдаться (Ребенок-Приспосабливающийся) или, наоборот, читает лекцию об «отделении личности и роли» (Родитель-Контролирующий). Оба варианта могут закрепить симбиоз.

### Рабочие интервенции

1. Метаобработка: открыто признаём факт и приглашаем клиента описать переживание («Что это для вас значит?»).
2. Модель «Контакт — Прерывание — Восстановление» (Эрскин, 2011): восстанавливаем контакт, признаём эмоциональный разрыв, совместно ищем новый контракт доверия.

### Этика

Терапевт минимизирует неконтролируемые теги (настройки приватности), но признаёт, что «нулевой след» невозможен. Превентивно оговаривается: «Ино-

гда вы можете увидеть меня в иных ролях. Давайте обсуждать, если это влияет на работу».

### Супервизия/обучение

Сценарная работа «Неожиданное раскрытие»: участник получает случайный «слив» информации о терапевте и отрабатывает диалог в позиции Взрослого.

Эти феномены подчёркивают главный вызов цифровой эпохи: терапевт теряет монополию на установление рамок, а клиент получает беспрецедентный доступ к «теневому» материалу обеих сторон. ТА-парадигма предлагает три универсальных ответа:

- 1) контрактное взаимодействие — чёткие правила цифрового взаимодействия;
- 2) возврат переживания во Взрослого — деконструкция онлайн-триггеров на сессии;
- 3) регулярный цифровой дебрифинг — супервизионная переработка эмоций специалиста.

Таким образом, «цифровой перенос» не отменяет классической динамики, но переводит ее в новую плоскость, где скорость, публичность и алгоритмическое вмешательство требуют повышенной осознанности и этической точности.

Цифровые триггеры — не случайные «шумы»: каждый феномен вклинивается в классическую матрицу сценария, усиливая либо дефицит поглаживаний, либо драйв, либо патологический симбиоз. Работа терапевта — регулярно возвращать переживание в плоскость Взрослого, контрактную правила взаимодействия и выявляя скрытые решения. Без этого онлайн-среда превращается в бесконечную игровую арену, где выигрывает не клиент, а его сценарий.

## Этические ориентиры и контракт «Соцсети»

### Базовые принципы:

- непреднамеренный вред;
- защита конфиденциальности цифровых следов;
- одноконтрактность (терапия ≠ дружба).

### «Соцсетевой» пункт контракта:

- перечень платформ;
- правило невзаимных подписок;
- личные сообщения — только для организационных сообщений;
- случайный лайк обсуждается на ближайшей сессии.

### Самораскрытие

Минимально достаточный объём; риск-зоны — семейные фото, политика, юмор на чувствительные темы (Родитель-Взрослый-Ребенок-тест).

Алла Евгениевна ДАЛИТ

Цифровой перенос: социальные сети как расширенное поле транзакций

### Супервизия

Еженедельный цифровой дебрифинг: фиксация эмоциональных всплесков (зависть, ярость, спасательство) и их разбор.

### Алгоритмы и AI-ассистенты

Маркировать как вспомогательные инструменты; информировать клиента о рисках конфиденциальности.

### Практические рекомендации

1. Терапевту. Вести журнал цифровых триггеров; проверять публикации через три вопроса: Сила — Защита — Разрешение.
2. Супервизору. Использовать чек-лист «красных флагов» (оценка, сравнение, спасательство) при разборе цифровых кейсов.
3. Обучению. Включить модуль «Социальные сети и границы» в базовый курс ТА; прорабатывать кейсы «лайк-депривации» и «расщепленного образа».

### Перспективы исследований

1. Таксономия цифровых транзакций (пост, лайк, реакция, личные сообщения) и их соответствие видам поглаживаний.
2. Влияние платформы («Телеграм», «ВКонтакте») на форму и скорость сценарного ответа.
3. Алгоритм-опосредованный терапевтический альянс: как удержать Взрослого при вмешательстве AI.

### Заключение

Цифровая среда превратилась из фона в активного участника треугольника переноса. Она обнажает новые сценарные решения и требует от специалиста повышенной этической точности. Предложенные карта феноменов, «соцсетевой контракт» и инструменты цифрового дебрифинга помогают удерживать позицию Взрослого даже в условиях постоянного онлайн-присутствия. Задача сообщества ТА — развивать эмпирическую базу и внедрять обучение цифровой гигиене, чтобы сценарные ловушки социальных сетей не подменяли терапевтическую работу, а превращались в ресурс для осознанного контакта.

### Благодарность

Я выражаю благодарность своим клиентам и ученикам, щедро предоставившим свои примеры для создания этой статьи.

### Список литературы

1. Berne, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy*. Grove Press.
2. Berne, E. (1964). *Games people play: The psychology of human relationships*. Grove Press.

3. Berne, E. (1972). *What do you say after you say hello?*. Grove Press.
4. Schiff, J. L., & Schiff, A. W. (Eds.). (1975). *Cathexis reader: Transactional-analysis treatment of emotional disturbances*. Harper & Row.
5. Schiff, J. L. (1971). A new view of transference. *Transactional Analysis Journal*, 1(2), 101–109.
6. Steiner, C. (1974). *Scripts people live: Transactional analysis of life scripts*. Grove Press.
7. Erskine, R. G., & Zalcman, M. J. (1979). The resolution of shame in the therapeutic relationship. *Transactional Analysis Journal*, 9(1), 62–76.
8. Erskine, R. G., Trautmann, R. L., & Moursund, J. P. (1999). *Beyond empathy: A therapy of contact-in-representation*. Brunner-Routledge.
9. Little, R. (2011). Impasse clarification within the transference–counter-transference matrix. *Transactional Analysis Journal*, 41(4), 318–329.
10. Békés, V., Aafjes-van Doorn, K., Roberts, K. E., et al. (2023). Adjusting to a new reality: Consensual qualitative research on therapists' experiences with teletherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 79, 1293–1313.
11. Ehrlich, L. T. (2021). Our sudden switch to teleanalysis during a pandemic. *International Forum of Psychoanalysis*, 30, 167–175.
12. Joseph, M., & Babu, N. (2024). Transference and the psychological interplay in AI-enhanced mental health. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1460469.
13. Zilber, E., et al. (2023). Therapist-reported differences between teletherapy via phone and video. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 8, 45–57.
14. *When the screen deepens the sense of connectedness*. (2024). *Counselling and Psychotherapy Research*, 24, e12468.
15. *Transference in teletherapy: A case discussion*. (2024). *American Journal of Psychiatry Residents' Journal*, 19(2), 17–20.
16. Rocco, D., Cassoni, E., & Dell'Arciprete, G. (2023). Distant and Close: Research Into Transactional Analysis Psychotherapy Online. *Transactional Analysis Journal*, 53(3), 270–285. <https://doi.org/10.1080/03621537.2023.2213972>
17. Старобинская-Ковешникова, Е. И. (2023). Цифровое измерение переноса: от наблюдения к исследованию. *Транзактивный анализ и психотерапия*, 15(3). <https://ta-journal.ru/TAR/article/view/624704>

# Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактного анализа

Елена Викторовна  
**ДОРОШЕНКО**

Кандидат на звание Сертифицированного Транзактного Аналитика в области психотерапии (СТА-Р) в ЕАТА, магистр психологии, к.э.н.; практикующий психолог, приглашенный преподаватель НИУ ВШЭ (курс «Финансовая терапия»), организатор сообщества психологов в г. Дмитрове Московской области; член СОТА и ЕАТА; г. Дмитров, Россия; [evdoroshenko@yandex.ru](mailto:evdoroshenko@yandex.ru); ORCID: 0009-0000-2348-5264; ResearcherID: LCD-3091-2024



Elena Viktorovna  
**DOROSHENKO**

Candidate for the status of Certified Transactional Analyst in the field of psychotherapy (CTA-P) at EATA, Master of Psychology, PhD in Economics; psychologist, visiting lecturer at the Higher School of Economics (course "Financial Therapy"), organizer of the community of psychologists in Dmitrov, Moscow region; member of SOTA and EATA; Dmitrov, Russia; [evdoroshenko@yandex.ru](mailto:evdoroshenko@yandex.ru); ORCID: 0009-0000-2348-5264; ResearcherID: LCD-3091-2024

## Finagram: the author's practice of realizing your values in the area of money. Combination of personology and transactional analysis

**Аннотация.** Запросы, связанные с финансами, являются одними из самых сложных в работе терапевтов в связи с высокой эмоциональной нагруженностью темы и сложностью прямого и открытого разговора о деньгах. Хорошим подспорьем в такой работе могут быть техники и практики, помогающие клиенту посмотреть на свое поведение, свои чувства и мысли по поводу финансов под новым углом. В статье рассмотрена авторская рисуночная практика осознания своих ценностей в области денег — «Финаграмма», опробованная и в групповой, и в индивидуальной работе — и в условиях терапии, и в условиях обучения. Всего практику прошли более 90 клиентов и студентов.

Данная практика основана на персонологической модели топологии жизни Старовойтенко Е.Б., а также ролевой концепции Шмида Б. Финаграмма может стать хорошим подспорьем при психотерапии денежных запросов (стадия лечебного плана — деконфьюжен). В статье описано взаимодействие между клиентом и терапевтом во время выполнения практики с точки зрения транзактного анализа. Даны практические рекомендации по применению практики, описаны клинические случаи применения практики. Описаны отличия от техники «Колесо баланса».

**Ключевые слова:** модель топологии жизни, ролевая концепция, контаминация, родительское эго-состояние, взрослое эго-состояние, детское эго-состояние, терапевтический план, распутывание чувств ребенка.

**Abstract.** Financial-related requests are among the most difficult for therapists to handle, due to the high emotional intensity of the topic and the difficulty of having a direct and open conversation about money. Techniques and practices that help clients to view their behavior, feelings, and thoughts about money from a new perspective can be a valuable tool in this work. The article explores the author's drawing practice, "Finagram", which is designed to help clients understand their values in relation to money. This practice has been tested in both group and individual settings, both in therapy and in educational settings. In total, more than 90 clients and students have completed the practice. This practice is based on the personalological model of Starovoytenko E.B.'s life topology, as well as Schmid B's role concept. Finagram can be a valuable tool in the psychotherapy of financial requests (the deconfusion stage of the treatment plan). The article describes the interaction between the client and the therapist during the practice from the perspective of transactional analysis. Practical recommendations for applying the practice are given, and clinical cases of applying the practice are described. The differences from the Balance Wheel technique are described.

**Keywords:** model of the topology of life, role interpretation, contamination, parental ego-state, adult ego-state, child-ego-state, the therapeutic plan, untangling the child's feelings.

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО

Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактного анализа

## Введение

На мой взгляд, никто не свободен полностью от контаминаций в области финансового поведения; никто не автономен на 100%. При этом могут быть более или менее безопасные способы проявлять через финансы внутренние конфликты. Примеры небезопасных проявлений внутренних конфликтов через финансы: азартные игры на деньги (особенно в долг); согласие на регистрацию личного имущества на имя другого человека (например, когда имущество, приобретенное в браке, регистрируется на родителей супруга; или при сделке, якобы направленной на достижение финансовой выгоды); полное отсутствие сбережений; шопоголизм в сочетании с высокой долговой нагрузкой; согласие на работу за заведомо низкую для данной должности зарплату; отсутствие работы или других собственных средств для жизни во взрослом возрасте и т.п. И могут быть безопасные проявления внутренних конфликтов через финансы, например: человек, покупающий приспособления для рыбалки, в том числе и те, которыми не пользуется, но умеющий остановиться, как только становится понятно, что очередная покупка угрожает нехваткой средств на необходимое.

Стадия терапии «Распутывание чувств ребенка» (деконфьюжен) является важнейшим этапом лечения как безопасных, так и небезопасных способов проявления внутренних конфликтов через финансовое поведение. На основе наблюдений, практики и исследовательской работы была создана авторская рисуночная методика «Финаграмма», которая может стать отличным подспорьем данного этапа терапевтического плана. На данный момент эту практику прошли более 90 человек: индивидуально и в группе, онлайн и офлайн. Прошедшие практику клиенты и студенты (я ее практикую также и в рамках обучения на курсе «Финансовая терапия: психология и экономика») приходят к осознанию своих чувств в разных областях финансового поведения.

Важно: **я не рекомендую использовать эту технику с клиентами**, у которых есть предполагаемый или установленный психиатрический диагноз. Сложности с выполнением Финаграммы могут возникнуть у клиентов с исключенным эго-состоянием Ребенка.

Иногда, в начале техники, клиенты сравнивают Финаграмму с колесом баланса в различных модификациях. На мой взгляд, есть несколько принципиальных отличий:

- деньги, финансы в колесе баланса, как правило, либо вообще не включены в анализ, либо включены в виде отдельного пространства (поля), что приводит к еще одному важному отличию: финансы и их взаимосвязи с разными сторонами жизни не становятся главной целью анализа;

- чаще всего в разных модификациях используются привычные уху слова, имеющие довольно ясное содержание (например, «семья», или «развитие», или «карьера»), что направляет мышление и чувства по привычным «дорожкам». В данной Финаграмме непривычные, нечетко определенные пространства, на взгляд автора, быстрее запускают творческое мышление, позволяют посмотреть на привычное под непривычным углом.

Впрочем, обычно после выполнения техники те клиенты, которым после первого объяснения Финаграмма казалась похожей на колесо баланса, снимают свои сомнения, так как похожесть в форме хотя и есть, но не в сути.

## Теоретические основы: персонологическая модель топологии жизни

Для создания практики я использовала модель топологии жизни Старовойтенко Елены Борисовны. В рамках персонологического подхода к психологии человека можно выделить модель топологии жизни как основу для психологической помощи личности, как одну из наиболее удобных для терапевтической работы с клиентами в областях, связанных с финансами.

В этой модели выделяются такие пространства:

1. **Телесности:** «Тело, наружность, расширенное тело как тело движущееся, возрастные изменения тела... смыслы телесности... телесные способности... порождающая способность и продуктивность тела...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *мое отношение к телу, что такое мое тело для меня — инструмент, кумир, друг? Это что-то несносное, требующее постоянной изнурительной заботы? Это часть «Я», о которой я несильно задумываюсь? А может быть, мое тело — это 100 процентов выражения моей личности и малейшие нарушения в нем вызывают тревогу? Что мое тело дает мне и другим и благодарен (благодарна) ли я за это?*
2. **Духовное:** «Знания, идеи, мировоззрения, человеческие идеалы, высшие чувства...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *каких эстетических, моральных, интеллектуальных и религиозных ценностей я придерживаюсь? Что я вкладываю в то, чтобы поддерживать свои ценности — встречи с другими людьми, чтение определенной литературы, посещения богослужений и т. п.? Что такое для меня добро и зло? Где я и мои взгляды относительно мира и других людей?*
3. **Культурное:** «Тип культуры, к которой принадлежит и с которой соотносит себя личность, история этой культуры... культурное

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО

Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактивного анализа

- наследие, традиции. Духовные истоки культуры, культурные вкусы и стили жизни...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *к какой культуре я себя отношу — на уровне национальности, пласта общества, семьи; кто я в этой культуре: я ее продлеваю и передаю другим, а может быть, я бунтую против тех или иных культурных слоев, к которым я принадлежу в силу рождения и того, как складывалась дальнейшая жизнь? Как стиль моей жизни определен культурой? Какую культурную жизнь я веду? Какие культурные мероприятия мне важно посещать — театры, выставки, кино, а может быть, это культура регулярных выездов на природу, где все поют песни? И т.п.*
4. **Социальное:** «Мир других людей, общественных отношений, отношений личности с конкретными другими. Определенный социум, к которому принадлежит личность; его история, актуальная динамика. Коллективное сознание и бессознательное» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *мои отношения с профессиональным и другими сообществами, к которым я принадлежу: соседи, родители одноклассников ребенка, друзья; что это для меня значит, насколько я определяю себя через социум.*
  5. **Деятельности:** «Виды деятельности, в которые включена личность; ее доминирующие виды деятельности. Традиции, каноны, новации в осуществляемой деятельности... Авторитеты в деятельности...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *в какие виды деятельности я в принципе включена (включен); я как профессионал в одной или нескольких областях, и какие ограничения и возможности это накладывает; как я себя ощущаю внутри деятельности, в том числе непрофессиональной (например, благотворительной, хобби, родительской и т.п.), и о каком виде деятельности я вспоминаю первым в этом поле.*
  6. **Внутреннее:** «Непосредственная данность "внешних" пространств личности в сознательных и внесознательных эмоциях, ощущениях, чувственных образах...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *мой внутренний мир: как я себя чувствую внутри себя в контакте с собой; понимаю ли я себя, кто я и что я, и если не понимаю, то как с этим справляюсь; мои чувства, мечты, сны, желания, комфорт и дискомфорт внутри меня в течение жизни.*
  7. **Трансличностное:** «Представленность свойств личности, ее активности и отношений, созданных ею вещей, текстов, изображений во внутренних и внешних мирах других людей... Взгляды, жесты, прикосновения и движения, запахи и ароматы, внешности и признаки пола личности, запечатленные Другим» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *взаимодействие между собой и Другим в тонком индивидуальном контакте; впечатление, которое я произвожу на других: как я об этом думаю и как мне говорят об этом другие; Другой, отраженный во мне, и как «Я» меняется под влиянием Другого и т.п.*
  8. **Влияний и вкладов:** «Значение, ценность, признание личности в мирах других людей... сделанное, созданное, совершенное личностью в обществе, культуре, сфере производства, гуманитарной сфере... статусы известности, значимости... длительность и перспектива влияний личности на внешний мир...» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *как я влияю на людей и окружающий мир через свою профессиональную и семейную деятельность, хобби, социальные сети, и как я влияю сам (сама) на себя, в какой области я себя развиваю и куда, какие вклады в других людей я вношу и какие вклады вносят другие в меня.*
  9. **Пространство Высшего:** «Область тайны, благоговения, жизненного прорыва, жизненного восхождения, творчества, трансцендентности личности. Мир Абсолюта: Бога, Разума» (Старовойтенко, 2015, с. 263). **Авторский пример:** *мои отношения с кем-то или чем-то внутри меня, что-то, что почти невозможно описать словами, но хорошо чувствуется, как нечто самое ценное, важное, «святое»; идеи о бессмертии, бесконечности бытия и т.п.*
- На мой взгляд, деньги пронизывают так или иначе все пространства личности, включая, пусть и в небольшой степени, даже духовное пространство и пространство Высшего. Например, для того чтобы читать духовную литературу, ее нужно купить или просмотреть с заранее купленного компьютера или телефона (оплатив связь); для того чтобы поехать в место, где мы можем прикоснуться к важному душой, тоже нужны средства (пространства духовного и Высшего). Мы платим также за билеты на концерты или в музеи как за способы приобщения к культуре; за участие в совместных мероприятиях, связанных с культурой нации (например, входной билет на фестиваль или оплата сувениров на нем), культурой семьи (например, оплата совместного выезда расширенной семьей на отдых — потому что так принято в нашей семье, такова наша культура) (культурное пространство). Мы платим за одежду, еду, спортзал, врачей (пространство телесного). А иногда эти же категории могут относиться к пространству деятельности или социальному пространству — в том случае, если, к примеру, мы оплачиваем одежду, чтобы вид был более профессиональный, или еду, оплаченную на совместном мероприятии, когда обед становится не просто средством насыщения, а

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО

Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактного анализа

полем общения и налаживания связей. Деньги в пространстве деятельности — это также мера оплаты нашего труда, а с другой стороны — это может быть еще и стоимость наших хобби. «Внутреннее пространство и трансличное пространство также чаще всего включают в себя компоненту денег (“я богат”, “я беден”, “я могу себе это позволить”, “мои вещи выглядят дорого” и т.п.); пространство влияний и вкладов также пронизано финансовым обеспечением (например, возможностями распространения влияний и вкладов личности в обществе)» (Дорошенко, с. 48).

## Теоретическая основа. Ролевая концепция Б. Шмида: модель трех миров

Идеи персонологической модели Е.Б. Старовойтенко, на мой взгляд, переключаются с моделью трех миров Шмида Б., поэтому я хотела бы кратко познакомить читателя с этой моделью. О взаимосвязях между обладанием и идентичностью (представлениями личности об автономности) Шмид (2007) пишет:

Обладать чем-то, чего нет ни у кого другого, — это незрелое желание определить свою идентичность. Поскольку все мы являемся частью нашего человеческого сообщества и нашего времени, мы не можем ожидать, что будем уникальными, имея то, чего нет ни у кого другого. Идентичность должна это в большей степени определяться тем, как мы придерживаемся этих ценностей, и специфической культурой наших ассоциаций. (р. 18)

поведения, взглядов на реальность и сопутствующих отношений. При этом учитывается, что каждая роль связана с определенной сферой реальности и соответствующими системами отсчета и относится к ней. Описание ролей всегда связано с описанием отношений, соответствующих этим ролям, и с пьесой, в которой они разыгрываются. С точки зрения человека, каждая роль влечет за собой представления о типе отношений, которые могут быть сформированы на основе этой роли и которые подсказываются этой ролью.

Развитие личности связано с развитием долгосрочного, сбалансированного отношения к этим трем мирам, изучение и занятие ролей в них, а также поиск смысла в этих ролях и отношений, соответствующих этим ролям. (р. 31)

Человек может выступать сразу в нескольких ролях в случае, если ситуация к этому располагает. В качестве иллюстрации Шмид приводит пример женщины-следователя, матери, столкнувшейся с сексуальным насилием в адрес юной девушки, где женщина сталкивается с этим случаем и в профессиональной роли, и как мать такой же девушки. Шмид пишет о том, что человек выражает свою индивидуальность как в форме интеграции, так и в стиле исполнения ролей. Важным понятием ролевой концепции является экономия использования ресурсов и безопасности. К примеру, если на работе работники еще и дружат и личностные и профессиональные роли перепутаны, то работники могут жаловаться на истощение внутренних ресурсов, а организация может иметь невысокий производственный результат при больших затратах. Осознанность выбора роли или мира, в котором сейчас находится «Я», становится важнейшим условием эффективной «экономики ролей» (по Шмиду — способности достигать наибольшего результата с наименьшими затратами). Важным понятием данной концепции является также ролевая контаминация (перемешанность ролей, например: в частном разговоре с подругой психолог может неосознанно «включать» психолога, вместо того чтобы оставаться в рамках дружеского, а не профессионального общения).

Шмид видел развитие своей модели прежде всего в рамках организационного ТА (и, возможно, отчасти поэтому в рамках направления психотерапия ролевая концепция получает внимание нечасто); предлагал активнее использовать имеющиеся модели личности, модели коммуникации, модели культурных мифов и др. (персонологическое направление психологии); считал, что необходимо поощрять создание новых моделей, необходимых в различных профессиональных ситуациях.

На мой взгляд, ролевая концепция Шмида имеет большой потенциал не только для организационного ТА, но и для консультативного и психотерапевтического направления, и данная техника является продолжением идей Шмида и развитием интеграции ТА и персонологии.



Рис. 1. Перевод рисунка из статьи Шмида (Schmid, 2008, р. 19)

В более ранней работе Шмид (1994) отмечает: Роль — это целостная система установок, чувств, моделей

## Техника выполнения

Для проведения своей авторской техники я сократила количество пространств до 6: культурное; влияний и вкладов; деятельностное; телесное; социальное; духовное. Трансличностное объединено с социальным, Высшее объединено с духовным, а внутреннее — это фактически «Я», которое смотрит на свои пространства. Сокращение сделано с целью достижения более легкого использования на основе того, что объем одновременного внимания к нескольким объектам у взрослого имеет предел, а именно 4-5 объектов одновременно (Гиппенрейтер, Романов, 2008).

Техника выполняется на листе бумаги (желательно неразливаемой) тремя разными цветами карандашей или ручек. Если использовать один цвет, то необходимо придумать три разных условных обозначения, по типу контурных карт в школе, что также будет показано ниже на рисунках в одном цвете.

Важно помнить, что четких границ между пространствами нет (см. рис. 2). Я иногда его показываю своим клиентам, чтобы снизить тревогу и визуально подкрепить понимание, что клиент очень свободен в том, что включить в каждое пространство. Эта свобода может стать своеобразным камнем преткновения для клиентов с исключенным эго-состоянием Ребенка: у таких клиентов неопределенность может вызывать тревогу, дискомфорт, которые клиенты могут по-разному описывать. Например, одна моя клиентка очень разозлилась из-за того, что ей не было ясно, где точно заканчивается одно пространство и начинается другое. То, как человек делит пространства и что включает в каждое из них, также может быть предметом анализа; очень интересно бывает вместе с клиентом исследовать, что именно он или она включили в каждое из пространств или почему. Обычно эти объяснения доставляют много удовольствия и клиенту, и терапевту.

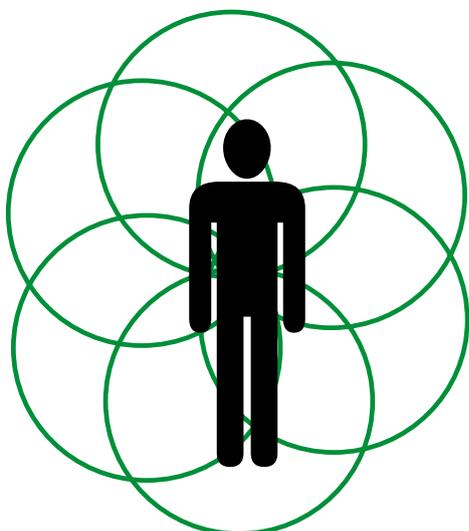


Рис. 2. Человек и его миры

1. Первый этап Финаграммы: поставить на листочке точку и нарисовать исходящие из нее шесть лучей, озаглавив их в произвольном порядке. Обычно я держу список пространств на листочке (или слайде) так, чтобы клиент мог несколько раз обратиться к этому списку.

То, как человек озаглавил пространства, что написал первым, что дальше, тоже является информацией для размышления. Откуда начал называть (к примеру, если начал снизу вверх или справа налево, что обычно несвойственно нашей культуре) — об этом тоже можно рассуждать с клиентом; и здесь могут быть открытия, к примеру, о Бунтующем Ребенке или о трансгенерационных связях с представителями других культур. Например, одна моя клиентка в такой момент вспомнила о своих еврейских корнях, а другой клиент объяснил, что точно не хотел начинать с деятельности, поскольку родители очень давили на него в связи со стартом карьеры.

Для тех клиентов, которым нравится считать, можно использовать шкалирование по 10-балльной шкале. Для других удобнее будет представить бесшкальное, неопределенное пространство, неопишанное цифрами. Практика применения мною этой методики показывает, что бесшкальное пространство чаще срабатывает с точки зрения инсайта.

2. Задавая себе вопрос «где я сейчас в этом пространстве» — «насколько это пространство развито, насколько вы им удовлетворены», ставим точку на каждом луче цветом номер 1.

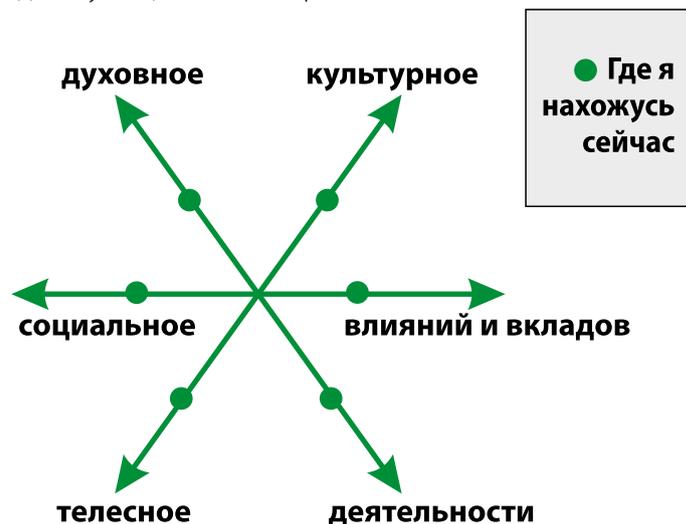


Рис. 3. Шаг техники 1

3. Задавая себе вопрос «что для меня деньги в этом пространстве» или «насколько для меня важны деньги в этом пространстве», ставим точку цветом номер 2 (важно: в некоторых пространствах «что для меня деньги» — это про затраты, в некоторых — про доходы, в некоторых — и про то, и про другое).

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО

Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактного анализа

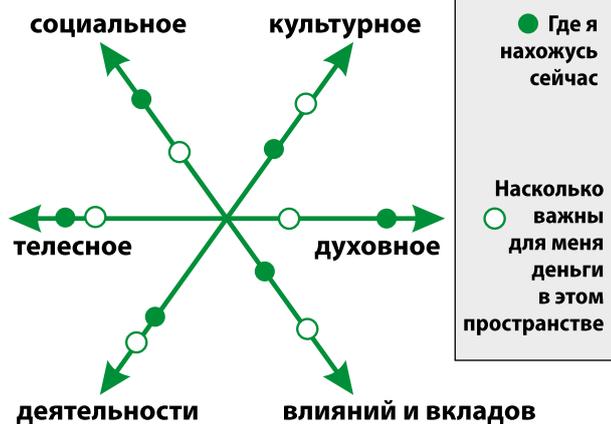


Рис. 4. Шаг техники 2

4. Третий этап: задавая себе вопрос «где я хочу быть в этом пространстве», ставим третью точку на рисунке — третьим цветом или третьим условным обозначением (рис. 5).

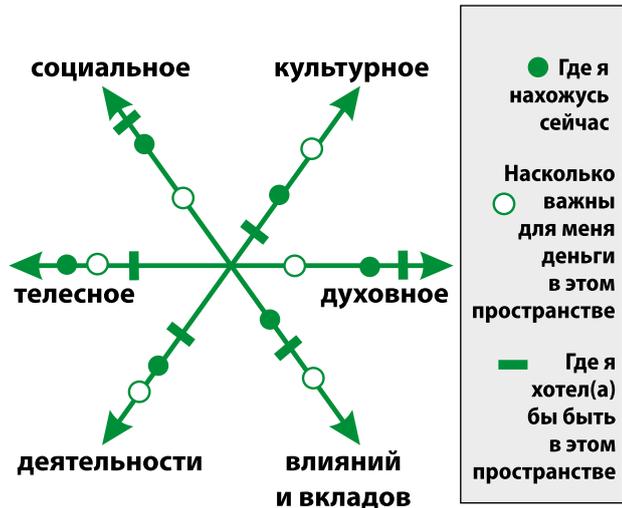


Рис. 5. Шаг техники 3

5. Соединяем все три цвета — каждый в свою линию (рис. 6).

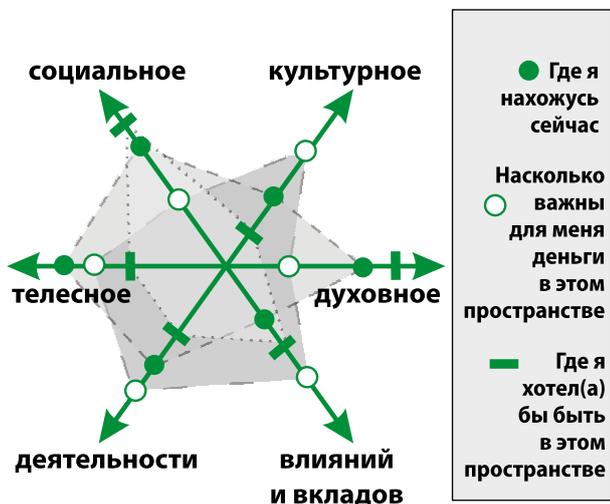


Рис. 6. Шаг техники 4

### Вопросы, которые терапевт может задать клиенту:

1. О чем для меня порядок, в котором я выписал пространства, что я написал сначала, а что — потом?
2. Какое соотношение в моем рисунке между линиями «где я сейчас», «что для меня деньги», «где я хотел бы быть»? Что находится «выше», что «ниже»?
3. Как я использую свои финансы, чтобы обустроить каждое из пространств так, как мне нужно?
4. Что бы я сделал с этим пространством, если бы у меня было намного больше денег? Намного меньше денег? Чего бы я мог добиться? Каковы были бы мои цели?
5. Могу ли я реализовать свои сокровенные мечты вообще без помощи денег? Что для этого нужно?
6. Что для меня значат разные пространства? Какое значение имеют деньги для разных сфер жизни? Нравится ли мне эта ситуация?
7. Когда я говорю про деньги в этом пространстве, это для меня скорее затраты или доходы?

Помогая клиенту получить информацию из техники, терапевту важно включать свою детскую исследовательскую часть: «Интересно, почему вы это именно так нарисовали?»; «Интересно, а почему тут у вас такая большая разница?» и т.п.

Что напоминает мне вся фигура? Равномерно ли распределены линии между лучами, или это вытянутая в одну сторону форма? А если форма напоминает какой-то предмет или часть тела, то что это напоминает?

### Приблизительные трактовки:

- совпадение точек «где я есть», «где я хочу быть» и «что для меня деньги в этой области» — как правило, о гармонии в этой области;
- резкие несоответствия между уровнем развития в какой-то области (например, «где я сейчас» — 1 балл; «где я хотел бы быть» или «что для меня деньги» — 10 баллов) чаще всего говорят про особенную критичность к себе в этой области;
- если во всех областях деньги совпадают либо с «где я есть», либо с «где я должен быть», то вероятно речь о том, что сложно видеть развитие в этой области без денег;
- если во всех областях между точками «где я есть» и «где я хочу быть» лежат деньги, то, вероятнее всего, человек блокирует свое развитие сам (не всегда приводя отсутствие денег в качестве причины, когда он это описывает).

Что происходит между клиентом и терапевтом во время использования этой техники?

Елена Викторовна ДОРОШЕНКО

Финаграмма: авторская практика осознания своих ценностей в области денег. Сочетание персонологии и транзактного анализа

С точки зрения эго-состояний, техника направлена на активное участие Ребенка, части «Маленький профессор», где содержатся интуиция и первый предвестник Взрослого эго-состояния. При этом важно использовать функциональную часть Ребенка терапевта, проявляя любопытство к рисунку клиента: «Интересно, на что это похоже?»; «А вот тут у вас что?»; «Ого, какая разница между желаемым и сегодняшней ситуацией! Про что это, скорее всего?» и т.п. Взаимодействие Терапевта и Клиента в этой технике изображено на рисунке 7.

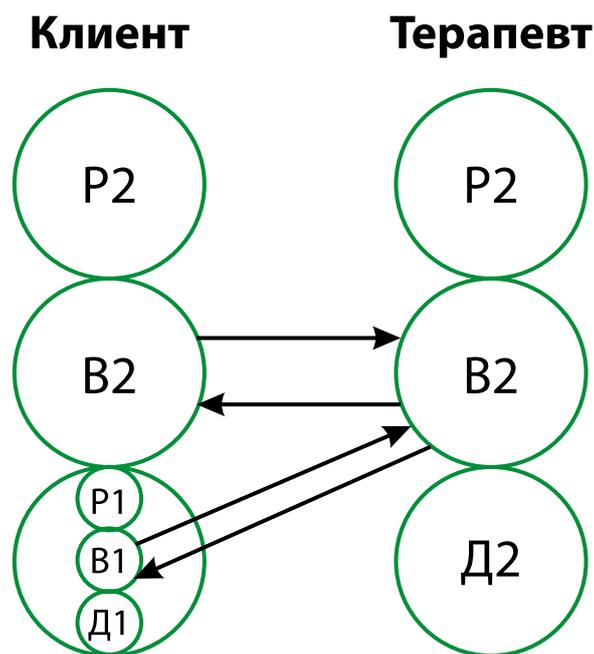


Рис. 7. Взаимодействие между терапевтом и клиентом во время выполнения техники

### Примеры результатов использования техники

Опыт использования техники показывает, что клиенты могут совершать открытия как уровня консультирования (пример: «Для меня было важно, что точка, где я сейчас нахожусь, может быть дальше, чем точка, где я хочу быть. Спасибо, что Вы подсказали эту идею. Меня это очень удивило. Я поняла: заберу-ка я оттуда и силы, и деньги и положу их в другие области»), так и психотерапевтического уровня (например, в результате диалога на тему техники между клиентом и терапевтом произошло открытие тупика третьего уровня: «Если я начну зарабатывать деньги так, как я хочу, я умру»).

С одним из участников удалось выяснить, что он предпочитает не зарабатывать деньги; и это связано с детской травмой, полученной при заработке на школьной практике (еще в советские времена), когда оказалось, что друзья отвернулись из-за того, что клиент заработал больше всех. И в детском эго-состоянии

он принял решение — не зарабатывать больше минимально необходимого.

Форма диаграммы, вытянутая к одному или двум полюсам, также может стать «подсказчицей» для анализа. Так, с одной из участниц, чья форма диаграммы напомнила ей сдувшийся воздушный шарик, пришли к выводу, что у нее замирает дыхание, когда она сталкивается с планированием переговоров по поводу реализации своих проектов. Ей очень откликнулась идея, что она может концентрироваться на дыхании и на том, что воздуха достаточно для обеспечения жизни. Дыхательная практика очень помогла ей снизить страх и приступить к планированию, а затем и осуществлению переговоров.

### Заключение

На взгляд автора, рассмотренная в статье Финаграмма, благодаря непрямым вопросам и нечетким указаниям относительно того, как именно понимать то или иное пространство, становится отличным инструментом для исследования чувств эго-состояния Ребенка, особенно той его части, которая называется «Маленький профессор». В свою очередь, распутывание чувств Ребенка может привести к осознанию тупика и перерешению относительно своего финансового поведения.

### Список литературы

1. Гиппенрейтер, Ю. Б., Романов В. Я. (2008). *Психология внимания*. Астрель.
2. Дорошенко, Е.В. (2019). *Соотношение личностной и финансовой состоятельности*. [Неопубликованная магистерская диссертация]. Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики».
3. Старовойтенко Е.Б. (2015). *Персонология. Жизнь личности в культуре*. Академический проект.
4. Hargaden, H., & Sills, C. (2001). Deconfusion of the child ego state: A relational perspective. *Transactional Analysis Journal*, 31(1), 55-70.
5. Schmid, B. (2008). The role concept of transactional analysis and other approaches to personality, encounter, and cocreativity for all professional fields. *Transactional Analysis Journal*, 38(1), 17-30.
6. Schmid, B. (1995). Transactional analysis and social roles. *Growth and change for organizations: Transactional analysis new developments*, 2006, 32-61.
7. Schmid, B. (1994, July 10-14). *Transactional Analysis and Social Roles*. The Maastricht Papers, Selection from the 20th EATA Conference.

# В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

Лилия Геннадьевна  
**ЛУКЬЯНОВА**

Частная практика онлайн, очно г. Санкт-Петербург; психолог (Московский государственный психолого-педагогический университет, 2020), арт-терапевт (Московский педагогический государственный университет, 2020), практикующий психолог в модальности транзактного анализа (Международный Институт Развивающего Транзактного Анализа, с 2023 — по настоящее время). Россия.

Telegram канал: [@psy\\_art\\_liliya](https://t.me/psy_art_liliya);

E-mail: [lilia0606@mail.ru](mailto:lilia0606@mail.ru);

ORCID iD: 0009-0002-8526-957X; Researcher Id: IVU-6704-2023.



Lilia Gennadievna  
**LUKIANOVA**

Private practice online and in person, offline in Saint Petersburg; psychologist (Moscow State University of Psychology and Education, 2020), art therapist (Moscow State Pedagogical University, 2020), practicing psychologist in the modality of transactional analysis (International Institute for Developmental Transactional Analysis, 2023 – present). Russia.

Telegram channel: [@psy\\_art\\_liliya](https://t.me/psy_art_liliya);

E-mail: [lilia0606@mail.ru](mailto:lilia0606@mail.ru);

ORCID iD: 0009-0002-8526-957X; Researcher ID: IVU-6704-2023

## Trapped in the Script: Transactional Analysis and Narcissistic Wounds of Eric Berne — Is There a Connection?

**Аннотация.** В статье исследуется возможная взаимосвязь между историей жизни Эрика Берна, его сценарием и развитием транзактного анализа. Вкратце раскрывается природа нарциссизма и то, как значимые потери, которые Эрик Берн переживал в своем опыте — потеря отца, антисемитизм, отказ в принятии в Психоаналитический институт Сан-Франциско (SPI), — могли на него повлиять. Потери Эрика Берна, безусловно, имели некоторое влияние и на то, как именно появился и как в последующем развивался транзактный анализ в профессиональном сообществе. Статья рассматривает, каким образом неразрешенная травма может фиксировать личность в определенной игре, и призывает профессиональное сообщество к размышлениям о том, может ли выбор терапевтического направления быть обусловлен не только профессиональными, но и глубоко личностными основаниями специалиста; а также призывает каждого психотерапевта задуматься о том, что ему известно о природе собственной нарциссической части и какое влияние на него могут оказывать его незакрытые нарциссические дефициты.

**Ключевые слова:** транзактный анализ, Эрик Берн, нарциссизм, утраты, потеря отца, потребность в признании, отношения с другими, психиатр, психотерапевт, психолог, антисемитизм, культуральный фактор, стыд и брошенность, психоанализ, отказ, контрактный метод, здоровый нарциссизм.

**Abstract.** The article explores the possible relationship between Eric Bern's life story, his script, and the development of transactional analysis. Hereby the nature of narcissism is briefly revealed, and how the meaningful losses as losing father, anti-Semitism, rejection the San Francisco Psychoanalytic Institute (SFPI) could have affected Eric Berne's life. The losses of Eric Bern certainly had some impact on how it appeared and how the transactional analysis developed in the professional community. The article examines how unresolved trauma could fix personality in a certain game, and calls on the professional community to think about whether the choice of therapeutic direction could be due not only to professional, but also deeply personal foundations of the specialist; and also encourages each psychotherapist to think about what he knows about the nature of his own narcissistic part and what influence his open narcissistic deficits could have on him.

**Keywords:** transactional analysis, Eric Berne, narcissism, loss, loss of father, need for recognition, relationships with others, psychiatrist, psychotherapist, psychologist, Anti-Semitism, cultural factor, shame and abandonment, psychoanalysis, rejection, contract method, healthy narcissism.

## Введение: о чем эта статья

В процессе развития своей частной практики и поиска ответов на вопросы об особенностях работы с нарциссическими клиентами мной была обнаружена статья-эссе Уильяма Корнелла (Cornell, 2020), в которой он рассуждает о том, каким образом нарциссические травмы Эрика Берна — психиатра и основателя транзактного анализа — могли повлиять на развитие терапевтической модели «транзактный анализ». Размышления на эту тему показались мне интересными еще и с той точки зрения, что, сколько бы литературы на предмет работы с нарциссическими клиентами (а ее немало) психиатры, психологи и психотерапевты ни читали, довольно сложно понять, как работать с этой частью, если не признана, не освоена собственная нарциссическая часть, которая есть в каждом из нас в разной степени проявленности. В этой связи мне показалось интересным углубиться в историю жизни Эрика Берна через призму его утрат, которые могли глубоко ранить его, ведь транзактный анализ в каком-то смысле родился вопреки нарциссическим ранам его основателя.

Предполагаю, что во многом личность Эрика Берна могла оказать влияние на то, каким образом развивался транзактный анализ на своей исторической родине — в США и, как следствие, в мире. Имея личный опыт жизни в Нью-Йорке (на данный момент я вернулась в Россию) и исследуя то, каким образом я могла бы там развивать свою частную практику, мне было грустно слышать, как местные терапевты, практикующие транзактный анализ и развивающие свою практику в США, рекомендовали не говорить о том, что я работаю в данном подходе, потому что «здесь никто об этом не знает». Удивительно и то, что значительное количество психотерапевтов, о которых известно в сообществе практиков транзактного анализа и которые проживают в США, предпочитают вести свои семинары онлайн, ориентируясь преимущественно на аудиторию Европы, России и стран СНГ.

По мере прочтения данной статьи мне бы хотелось пригласить читателя к путешествию-размышлению о том, как сценарий основателя транзактного анализа Эрика Берна может тесно переплетаться со сценарием самого транзактного анализа как единого организма; а также предложить поразмышлять о том, каким образом выбор терапевтического направления может отражать некоторые внутренние процессы специалиста в ходе развития его профессионального пути.

## Природа нарциссизма

Тони Тилней (2005) дает следующее определение нарциссизма:

«Инвестиция психологической энергии (катексис) в себя. Может быть позитивным и поддерживающим (например, здоровое уважение к себе). Завышенная

самооценка или переоценивание себя — это защита от травмы ранней потери отношений... Ребенок нуждается в позитивном отклике, заботе и поддержке себя; такие потребности можно обозначить как нарциссические потребности, и это может быть представлено в терминах транзактного анализа как адекватные и необходимые поглаживания. Отвергающее и абьюзивное поведение по отношению к ребенку наносит нарциссическую травму и будет впоследствии приводить к приказанию «не живи» (р. 76).

Ледерер (1996) в своей статье писал о том, как дети, которые испытывали недостаток контакта со своим опекуном в первые годы жизни, ощущали невозможность иметь близкие отношения; при этом они верили в то, что они нежеланные и изначально нелюбимые. Он описывал, как многие младенцы внутренне перестраиваются под систему выживания в социуме и как младенец, который чувствует недостаток в физическом или психологическом контакте, становится эмоционально отстраненным. Не имея достаточной поддержки и материнской вовлеченности, ребенок справляется с данной проблемой, принимая решение: «К черту их всех! Я могу все сам!» Подобное решение может приводить к невозможности построения более близких или любовных отношений и усиливать ряд нарциссических защит в виде идеализации и обесценивания, что вызывает чувство стыда и отстраненности. В рамках транзактного анализа также получили широкое распространение работы Уильяма Корнелла и Ричарда Эрскина, в которых большое значение придается чувству стыда как некому феномену, который может приводить к внутреннему ощущению «Я не Окей» и усиливать стремление к идеальности как к защитному механизму. Во многом именно отсутствие достаточной родительской поддержки в период раннего развития ребенка, когда он сталкивается со своими ограничениями и неидеальностью, может усиливать чувство стыда и провоцировать такие поведенческие реакции, как высокомерие, надменность, избегание или изоляция.

## Потери Эрика Берна

В статье «Эрик Берн и утраты» Анна Хескоут (2016) пишет о том, что Берн в своей жизни пережил немало утрат. Например, первая жена Рут ушла от него и на долгие годы запретила ему видеться с их детьми — дочерью Элен и сыном Питером. Его приёмная дочь Роксана от второго брака с Дороти погибла в ДТП в возрасте 15 лет. Кроме того, он терял работу и сталкивался с конфискацией своих документов. Анна Хескоут выделяет при этом самые значимые утраты, которые, по ее мнению, могли иметь на него наибольшее влияние:

- 1) смерть отца в раннем возрасте;
- 2) столкновение с антисемитизмом;
- 3) отказ в принятии в Психоаналитический институт Сан-Франциско (SFPI).

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

В данной статье мне хотелось бы подробнее раскрыть каждое из этих событий и привести исторические выдержки из различных источников о личности Эрика Берна, интроект которого в той или иной степени присутствует у каждого, кто практикует транзактный анализ; сфокусироваться на отказе, который получил Эрик Берн от Психоаналитического института и который был для него довольно болезненным.

## 1. Потеря отца



**Отец Эрика Берна в 1907 г., обучение в меде, Дэвид Хиллер Бернштейн**

Эрик Берн (Леонард Бернштейн) родился 10 мая 1910 года в Монреале (Канада) в еврейской семье эмигрантов из России и Польши. Его отец, Дэвид Хиллер Бернштейн, был доктором медицины, врачом-терапевтом, а мать, Сара Гордон Бернштейн, — профессиональным автором и редактором. Сестра Эрика Берна, Грейс (Артур Роуз), была младше его на пять лет. Берн гордился своим отцом, особенно тем, что тот был врачом. Юный Эрик часто сопровождал его во время медицинских обходов и был готов ждать возле дома пациента — в машине или даже на конных санях в холодную монреальскую зиму. Сам Берн предполагал, что, возможно, именно тогда и было принято его раннее детское решение стать врачом. В последующем, в 1935 году, Берн получает степень доктора медицины и магистра хирургии в Университете Макгилла в Монреале (Канада), а после прохождения интернатуры в Инглвудской больнице в Нью-Джерси (США) станет психиатром. Берн писал, что, дожидаясь своего отца у дома пациента, он предпочитал «не играть со сверстниками во дворах, а оставаться отстраненным, что позволяло, как ему казалось, «сохранять свою особенность» и чем-то отличаться от дворовых детей» (Berne, 2010, p. 80).

Этот ранний опыт «отчужденности» — выбор не быть с другими, но быть рядом с кем-то более значимым и «взрослым» с позиции ребенка (тогда Эрику было около 8 лет) — возможно, сформировал у Берна в последующем внутренний способ справиться с потребностью в признании и исключительности, которая при этом сочеталась с дистанцированием и насмешками над другими. Подобное наблюдение может быть важным, если мы обратим внимание еще и на возможные скрытые мотивы выбора профессии.

Мое предположение состоит в том, что, выбирая этот путь — быть психиатром, психологом, психотерапевтом (далее по тексту, во избежание путаницы, обозначу все

три направления профессии одним словом — «психотерапевт»), у специалиста может возникать бессознательное стремление научиться таким образом строить отношения с другими. Во многом психотерапевты как люди, которые выбирают свою профессию, стремясь помогать другим, сталкиваются со своей грандиозностью, с ощущениями важности и нужности (или ненужности). При этом в профессиональном поле значительная часть личности специалиста остается за кадром: мы не можем быть с клиентами собой в полной мере, и это в том числе защищает наше «хрупкое я», нашу нарциссическую часть, а в чем-то может поддерживать некий идеальный образ самих себя. Зачастую подобные защитные конструкции могут формироваться в ответ на ранние непрожитые утраты, на дефицит эмоциональной вовлеченности значимой фигуры, а также на невозможность быть замеченным в моменты глубокой уязвимости. Психоаналитик Олиник отмечал, что у самых талантливых психотерапевтов был депрессивный или больной родитель, за которым они ухаживали.



**Мать Эрика Берна Сара Гордон Бернштейн, 1925 г.**

В 1918 году отец Берна заболел испанским гриппом, который впоследствии стал причиной туберкулеза. Берну было 8 лет, и в последующие несколько лет его отец жил в значительной степени отстраненно от семьи, поскольку нуждался в отдыхе. Дэвид Бернштейн умер в 1920 году, когда Берну было 10 лет. Это была большая утрата не только для маленького Эрика, но и для его матери, которая была вынуждена искать способы прокормить семью.

Последними словами умирающего отца Эрику были: «Маленький мальчик должен заботиться и о своей сестре, и о матери». По поводу похорон отца Берн писал: «Я знал, что идти за гробом моего отца — это мужская работа» (Berne, 2010, p. 98). Он также довольно трогательно писал о том, что, хотя не был склонен посещать синагогу, после смерти отца стал делать это каждый день незадолго до захода солнца, чтобы произнести траурную молитву. Он писал: «Я поднимался к кафедре и стоял в очереди с другими скорбящими; делая шаг назад, произносил последние слова согласно



**Дэвид Хиллер Бернштейн, 1920 г.**

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

древнему ритуалу. Я был там единственным ребенком» (Berne, 2010, p. 112). В то время Берн посещал синагогу каждый день в течение года, чтобы завершить свой год траура. Возможно, это было время, когда он сильно отождествлял себя со своим еврейским происхождением и еврейской верой.

Во многом в сценарии Эрика Берна на протяжении всей жизни прослеживается тема близости и трудности построения отношений, что, по крайней мере частично, можно связать с потерей отца в молодом возрасте. На своей последней аналитической сессии (он был в юнгианском анализе последний год своей жизни) Берн сказал: «Знаешь, я всю свою жизнь обучаю людей строить близкие отношения, и при этом у меня никогда не получалось достичь близости» (Jorgensen & Jorgensen, 1984, p. 244).

## 2. Антисемитизм

Берн был свидетелем множества примеров антисемитизма. Он и его родительская семья проживали в окружении большого антисемитского протестантского движения. Мать Эрика потеряла работу после смерти мужа, когда протестантская школа обнаружила, что она была еврейкой. Сам Берн сталкивался с преследованиями, плевками и издевательствами — в том числе с оскорблениями «грязный еврей» от франкоканадских детей. Он не был допущен в Ассоциацию канадских скаутов, потому что туда принимали только протестантов. Несмотря на отличную учёбу в гимназии (старшей школе), Берн также не был допущен в секцию лидеров, которые тренировались в акробатических прыжках в высоту, поскольку это тоже разрешалось только протестантам. Участие в школьной футбольной команде также разрешалось только детям из протестантских семей. О своих отношениях со сверстниками в гимназии Берн писал: «Арабы, итальянцы и евреи сформировали аут-группу».



Эрик Берн в 25 лет, 1935 г.

В возрасте 25 лет Берн покинул Канаду и переехал в Америку на стажировку, так как проходить подобную стажировку в больницах Монреаля ежегодно могли только два выпускника-медика еврейской национальности (неофициальная, но хорошо известная практика). Канадские больницы в других городах следовали той же системе (Jorgensen & Jorgensen, 1984).

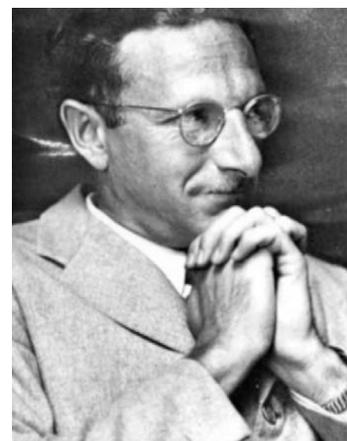
Этот опыт системной дискриминации по этническому признаку, вероятно, оказал влияние не только на личную и профессиональную траекторию Берна, но

и на его интерес к глубинным структурам социального взаимодействия. Столкнувшись с ограничениями, навязанными извне через негласные, но устойчивые культуральные правила, Берн мог интуитивно осознавать, что группы и сообщества регулируются не только формальными нормами, но и более глубокими неосознаваемыми предписаниями.

Таким образом, мы можем предполагать, что, опираясь в том числе на личный опыт, Берн в своих трудах предложил концепцию влияния культурального фактора на группы, которая основывается на его модели эго-состояний. Берн писал о том, что, взаимодействуя друг с другом, группы людей или комьюнити опираются на Родительские ценности (etiquette) — «то, что полагается делать из Родителя»; формальности (technicalities) Взрослого — «то, что необходимо делать»; эмоции (character) Ребенка — «то, что хочется делать». На сегодняшний день концепция трех эго-состояний широко применяется в исследовании культурального фактора в транзактном анализе. Сам Берн писал: «Мы рассматриваем Родителя, Взрослого, Ребенка данной культуры» (Drego, 1983, pp. 224-227).

Позднее окружение Берна свидетельствовало о том, что ему было стыдно за свою еврейскую внешность. Стыд и брошенность — ощущения, которые могут возникать при столкновении с антисемитизмом и принадлежности к группе, которая регулярно сталкивается с унижением и жестоким обращением.

Так, в открытом письме Берну Фанита Инглиш рассказала о своем убеждении, что Берн жаждет позитивных поглаживаний по поводу своей внешности и что его поведение в дальнейшем только подтвердило ее предположение. Сама Фанита описывала его как «худого еврейского ребенка в очках с толстыми стеклами и большим носом». В своём письме она рассказывала о том, как вышла за Берном из зала, чтобы поздравить его с выступлением на конференции в Монтерее (1969 год). Она сказала ему: «Ты отлично справился». Берн никак не отреагировал на это и продолжил идти как ни в чём не бывало. Тогда она обратилась к нему: «Твое выступление действительно было очень хорошим; я даю тебе поглаживания, но ты их не принимаешь». Позже она писала ему, ссылаясь на этот случай: «Ты выглядел озадаченным и никак не отреагировал. В то время мы уже были друзьями, так что я могу конфронтировать тебе. Ты печально ответил: “Если бы ты сказала мне, что я хорошо выгля-



Эрик Берн, 1955 г.

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

жу, тогда бы я тебя послушал" — и ушел, опустив голову» (English, 1981, pp. 46–49). Рут, первая жена Берна, утверждала: «Он ненавидел свои волосы, потому что они делали его евреем, — вы знаете, с плотными локонами» (Jorgensen & Jorgensen, 1984, p. 17).

Думаю, опираясь на вышесказанное, мы можем сделать выводы о том, что Берну действительно было стыдно за свою еврейскую внешность. К тому же его современники отмечали, что он редко упоминал свое еврейское происхождение и в каком-то смысле дистанцировался от него, изменив фамилию с Бернштейна на Берна.

### 3. Отказ в принятии в Психоаналитический институт Сан-Франциско (SFPI)

Известно, что Берн изначально изучал и практиковал психоанализ, но так и не был принят в психоаналитическое сообщество. Анна Хескоут пишет, что понимание подлинных причин отказа Эрику Берну во вступлении в Психоаналитический институт стало возможным благодаря открытию первой части его архива в Калифорнийском университете в Сан-Франциско (Heathcote, 2016). Это позволило получить доступ



Майор Эрик Берн, 1946 г.

к письму Эмануэля Виндхольца, председателя образовательного комитета Психоаналитического института Сан-Франциско, которое датируется 1953 годом. Берн изучал психоанализ с 1941 года: сначала в Психоаналитическом институте в Нью-Йорке, а после войны продолжил свое обучение в Сан-Франциско. Именно в этом письме изложены причины отказа Берну в приеме в институт.

Во вступительном абзаце говорится, что письмо должно подтвердить то, что «неоднократно» обсуждалось на прошлых и недавних встречах с Берном. В 1953 году Виндхольц объяснил, что с тех пор, как Берн начал супервизировать клиническую работу, комитет по образованию столкнулся со сложной проблемой, помогая ему успешно завершить обучение. Виндхольц прояснил: «Ваши супервизоры с самого начала ясно дали понять, что у вас была особая проблема с выполнением психоаналитического лечения. Казалось, что вы очень успешно понимали своих пациентов в индивидуальном интервью, но не смогли проследить за тенденцией и преследовать терапевтическую цель в соответствии со стандартной психоаналитической техникой» (Heathcote, 2016, 239).

Виндхольц (1953 год) рекомендовал Берну прекратить супервизировать его клиническую практику, но Берн выразил желание возобновить свой анализ и делал это с Эриком Эриксоном в 1948–1949 годах.

Когда в образовательный комитет поступила информация о «некоторых улучшениях», они побудили Берна представить выпускную работу, что он и сделал. Однако статья была в основном теоретической и не могла быть использована для оценки практических навыков Берна.

Виндхольц утверждал, что в ответ на письмо Берна (1950 год) комитет на встрече в 1951 году одобрил переезд Берна в Сан-Франциско, чтобы он мог установить более тесные отношения с институтом и со временем представить им свои труды. Берн явно был заинтересован в продолжении. Но, к сожалению, комитет пришел к выводу, что новая работа подтвердила мнение супервизоров Берна в 1948 году: «В вашей работе выявлено много полезного для понимания бессознательного состояния пациента и оценки его проблемы в периоды отстраненности. Тем не менее основная сложность выполнения техники классического психоанализа остается неизменной» (Heathcote, 2016, 239).

Комитет решительно рекомендовал Берну прекратить его психоаналитическое обучение и заявил, что не считает дальнейшее супервизорство целесообразным. Однако в следующем абзаце письма сообщалось, что Берн попросил остаться кандидатом еще на три года. Комитет по образованию согласился с тем, что Берн может остаться в списке кандидатов со статусом «Квалификация, подтверждающая, что ваше обучение было прервано» (аналог нашей академической справки). Это означало, что он не сможет получать дальнейшее обучение, включая анализ, супервизии или семинары. Однако Берн мог бы представить любую информацию, которую, по его мнению, следовало бы учесть при пересмотре решения о его обучении. Окончательное расставание Берна с психоанализом произошло три года спустя. Первого ноября 1956 года Берн написал заключительное письмо в Психоаналитический институт. В нем он все еще говорил о себе



Эрик и коллеги на первой ежегодной конференции 1965 г. Eric, Ray Poindexter, Steve Karpman, unidentifiable man, Tom Harris, Joe Concannon (facing Poindexter)

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

(немного высокомерно) как о специалисте, изучающем психоанализ: «Я убежден, что учусь психоанализировать трудным, но, возможно, самым лучшим способом» (Heathcote, 2016, 239).

Современники утверждали, что могли быть и дополнительные причины, по которым Берн был отклонен институтом, и это те причины, которые не могли быть изложены на бумаге. Возможно, комментарий Фаниты Инглиш о разговоре, который она вела с Берном в конце 1960-х годов, может прояснить некоторые моменты: «Я предположила (и ты не согласился), что ты играл в игру, которую я назвала “Они пожалеют, что пнули меня”. Действия заключались в том, чтобы намеренно провоцировать (на гнев) Бунтующего Ребенка или Критикующего Родителя других, а затем дать им повод либо отметить, насколько ты умен, либо осознать, насколько они недооценили тебя» (Heathcote, 2016, 239).

В 1971 году Чейни в первом номере журнала «Транзактный анализ», который был посвящен Берну, описал трогательный портрет Берна и прокомментировал его разрыв с психоанализом: «Однако в конце концов в этом желанном звании [психоаналитика] было отказано; его заявление о приеме в члены в 1956 году было отклонено с вердиктом о том, что он еще не готов, но, возможно, еще через три или четыре года личного анализа и обучения он сможет подать заявление снова». Миссис Дороти Берн, вторая жена Берна, которая была свидетелем реакции Эрика на отказ, сообщила: «Отказ был разрушительным, но и очистительным, побудив его усилить давнее стремление добавить что-то новое в психоанализ. Почти сразу же он с энтузиазмом принялся за работу, решив самостоятельно разработать новый подход к психотерапии, не прибегая к благословениям или поддержке со стороны психоаналитического сообщества» (Cheney, 1971, p. 18).

Уильям Корнелл: «...я пришел к пониманию, что истоки транзактного анализа были рождены вопреки нарциссическим ранам Берна, нанесенным ему психоаналитическим сообществом, и это привело к неразрешимой амбивалентности, которая, как мне кажется, стала преследовать транзактный анализ» (Cornell, 2020, p. 167-168).

Фанита Инглиш (личное сообщение Уильяму Корнеллу, 19 октября 2006 г.) писала: «Берн был очень противоречив по отношению к психоанализу и психоаналитикам. Несколько раз я слышала, как он говорил: “Я лучший сторонник Фрейда, чем психоаналитики” (а он был чрезвычайно начитан). В конце концов он возненавидел психоаналитиков. Большим ударом по его (нарциссическому) эго стало то, что психоаналитики не признавали его работу “Психика в действии”» (Cornell, 2020, p.168).

Ф. Инглиш (2010) позже подробно описала проявления нарциссизма Берна, отметив:

На самом деле я считаю, что грандиозные взгляды Эрика на исключительную ценность транзактного анализа, превосходящую любую другую систему терапии, даже если они были точными, привели к тому, что он презирал любые совместные контакты с современными терапевтами, если таковые были не его последователи... Затем позиция гордой изоляции, начатая самим Берном, к сожалению, слишком долго поддерживалась многими его последователями, включая меня, хотя мне и неприятно это признавать. В результате в Соединенных Штатах транзактный анализ утратил возможности для признания. (p. 209-210)

В статье, представленной в 1968 году на Международном конгрессе групповой психотерапии и опубликованной посмертно в журнале «Транзактный анализ», Берн (1973) заявил:

Прежде всего позвольте мне рассказать вам о том, что такое транзактный анализ. ...Во-первых, я хочу подчеркнуть, что транзактный анализ является независимым открытием. Это не что-то, что состоит из многих других теорий или “теории кресла”. Это эмпирическая теория, которая исходила из прослушивания людей в индивидуальной и групповой терапии. <...> Многие транзактные аналитики здоровы, счастливы, богаты и смелы. Так оно и есть. Они путешествуют по всему миру. Все они здесь [на конференции]. Смелость проявляется в том, что вы рискуете тем, на что другие терапевты не пойдут, а вы идете на это» (p. 68).

В этих словах Эрика Берна много не только вдохновения, но и призыва к борьбе и обособленности. Известно, что сам Эрик Берн, как и некоторые его последователи, считал, что смешивать транзактный анализ с другими терапевтическими направлениями неприемлемо.



**Эрик Берн в Вене с коллегами на международном конгрессе групповой психотерапии, 1968 г. Джек Дюсэй, Клод Штайнер, Эрик, Пам Блюм**

В речи, произнесенной перед Обществом групповой психотерапии «Золотые Ворота» в 1970 году и опубликованной посмертно в первом номере журнала «Транзактный анализ», Берн говорил с юмором, но в основном с сарказмом и явно нарциссическим оттенком: «Другими словами, грубо говоря, большая часть

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

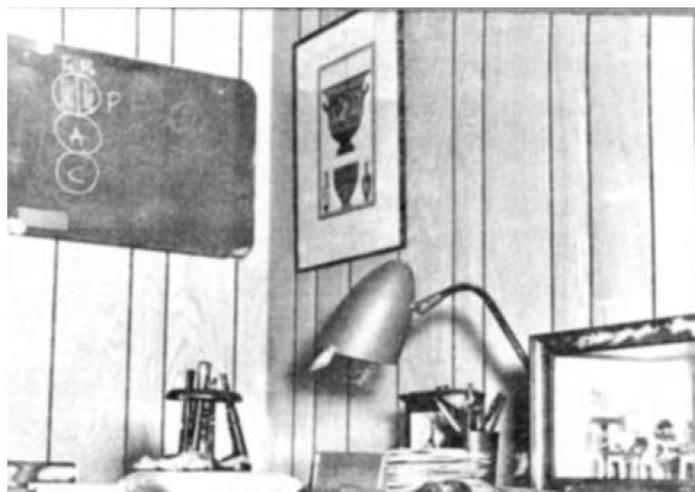
групповой терапии, проводимой в этой стране (под большинством я подразумеваю 51%), вероятно, с таким же успехом могла бы проводиться опытным мастером-скаутом». «...В некотором смысле весь процесс психоаналитической терапии звучит для меня как шутка, которую инструкторы рассказывают ординаторам: "Мы научим вас делать разные мелочи в операционной, но, когда дело дойдет до удаления аппендикса, вы должны быть такими же, как я"» (Berne, 1971, p. 9).

Сам Берн видел разницу между психоанализом и транзактным анализом в том, чтобы отдавать приоритет состоянию клиента и не спешить идти в более глубокий анализ. Его слова «Сначала вам станет лучше, а проанализировать мы можем позже» (Berne, 1966, p. 303). предполагали, что «пациент является полноправным членом человеческой расы; он имеет право присмотреться к терапевту точно так же, как и терапевт обязан присматриваться к пациенту» (Berne, 1966, p. 92). И именно подобный подход, по мнению Берна, мог мотивировать пациента идти дальше и глубже в анализ, чтобы захотеть осознать происхождение своих игр и продолжать терапию. Контрактный метод транзактного анализа предполагает равную вовлеченность клиента и специалиста и практически не предъявляет к клиенту требований, которые, по мнению Берна, предъявлял психоанализ, в котором терапевт занимает более авторитарную позицию. Такой подход действительно был нестандартным для психоанализа.

Вместе с тем Берн с большим уважением относился ко многим аспектам психоаналитической теории: практически во всех своих трудах он ссылался на источники психоаналитиков и писал о том, что транзактный анализ должен быть методом, сотрудничающим с другими подходами с целью благополучия своих пациентов. Именно в этом проявлении его психоаналитические корни оставались формирующими и питательными. Однако на публике он часто вел себя провокативно и высмеивал психоанализ как старомодный, что подтверждают записи его семинаров по социальной психиатрии, которые Берн вел по вторникам в вечернее время в Сан-Франциско. На этих записях, сделанных национальной образовательной телесетью, Берн часто саркастично критиковал психоанализ (Heathcote, 2016). Интересно и то, что Берн никогда не писал и не говорил на публике о том, что он продолжал принимать своих пациентов на кушетке, а многие психоаналитические принципы были неотъемлемой частью его мышления как транзактного аналитика.

Уильям Корнелл отмечает, что Берн испытывал некоторые колебания между своими нарциссическими ранами и здоровым нарциссизмом. Здоровый нарциссизм — это то, что дает свободу и прорыв творческой энергии, а также то, что помогало Берну изобрести транзактный анализ. Ошибкой Берна были насмешки над психоанализом, что вносило нарциссизм неболь-

ших различий (Cornell, 2020). Вероятно, Берну приходилось сталкиваться с нарциссическими проявлениями и со стороны психоаналитиков. В каком-то смысле мы можем предположить, что Берн не был принят психоаналитиками за его идею заключения контрактов и признания Взрослого клиента. Однако Берн признавал и настаивал на праве клиента самому определять, чего бы он хотел для себя, признавая тем самым способность клиента определять для себя с первой сессии то, о чем ему важно говорить и в чем важно быть услышанным.



Кабинет Эрика Берна в Сан-Франциско, Коллинс-стрит

История жизни Эрика Берна — это пример, который демонстрирует сложность человеческих отношений и их влияние на формирование социальных связей, в том числе через призму удовлетворения нарциссических потребностей. Хотелось бы отметить, что Берн не был просто автором теории — он был человеком, который стремился быть услышанным, признанным, принятым. Его транзактный анализ можно рассматривать как ответ на собственные жизненные переживания: желание ясности в коммуникации, стремление к равенству в отношениях и возможности структурировать внутренний мир личности через концепцию транзактного анализа.

Отказ в принятии в психоаналитическое сообщество мог быть для Берна не просто профессиональной неудачей, но и повторным столкновением с тем, что его идеи, идентичность и личный опыт не признаются «внутри системы». Это напряжение между желанием принадлежать и необходимостью сохранить свою индивидуальность стало, возможно, движущей силой его теоретического новаторства. Именно в этом контексте транзактный анализ можно рассматривать как альтернативный ответ на психоанализ: не отрицание, а переосмысление, в котором на первый план выходят диалог с клиентом, определение его мотивации и признание его Взрослой позиции с самого начала терапевтического процесса.

Лилия Геннадьевна ЛУКЬЯНОВА

В ловушке сценария: транзактный анализ и нарциссические раны Эрика Берна — есть ли взаимосвязь?

Таким образом, путь Берна от исключенности к созданию собственной парадигмы отражает не только профессиональную эволюцию, но и глубокую личную работу по интеграции нарциссических ран в более продуктивную творческую позицию. Его история демонстрирует, как через напряжение между признанием и отвержением рождается не просто теория, а пространство, где может быть услышан и признан другой, а возможно, и сам автор, который так в этом нуждался.

## Заключение

Рассмотрение жизненного пути Эрика Берна через призму его теоретического наследия позволяет выдвинуть гипотезу о возможной взаимосвязи между личностными переживаниями, нарциссическими травмами и выбором направления в профессиональной деятельности. Потери, испытанные Берном — утрата отца, опыт антисемитизма и исключения из социальной группы, столкновение с отказом психоаналитического сообщества, — могли не только повлиять на его мировоззрение, но и способствовать формированию новой терапевтической модели, в которой ключевыми становятся доступность, ясность, а приоритет отдается состоянию клиента, чтобы мотивировать его идти дальше, сохраняя при этом терапевтическую беспристрастность.

Транзактный анализ с его структурой эго-состояний, сценарием жизни и анализом межличностных отношений (транзакции, игры и т.д.) может рассматриваться как концептуальный отклик на нарциссические дефициты — стремление к признанию и восстановлению чувства собственной ценности. В этом контексте представляется продуктивным поставить под сомнение представление о нейтральности выбора терапевтической модели и, напротив, рассматривать этот выбор как потенциальное отражение внутренних конфликтов и потребностей самого психотерапевта.

Эти наблюдения подводят к более широким вопросам, обращенным к профессиональному сообществу:

1. В какой мере выбор терапевтического направления обусловлен не только профессиональными, но и глубоко личностными основаниями?
2. Может ли выбор терапевтической модели, в частности транзактного анализа, стать способом проживания собственного внутреннего опыта?
3. Что вы как психотерапевт знаете о своей нарциссической части?
4. И как осознание этих взаимосвязей способно обогатить как личностное, так и профессиональное развитие специалиста?

Все эти вопросы я оставляю открытыми для дискуссии. При желании вы можете поделиться своими размышлениями на этот счет: [@liliya\\_lu](https://t.me/liliya_lu).

**P.S.** В процессе работы над данной статьей размышления о фигуре Эрика Берна и его наследии нашли отражение не только в теоретическом анализе, но и в творческом отклике. В качестве дополнения к статье я создала серию телеграм-стикеров, вдохновленных образом Берна и языком транзактного анализа.



Стикеры — это способ с улыбкой говорить о серьёзном, поддерживать коллег в диалоге и напоминать себе о том, почему мы выбрали именно этот путь. Приглашаю вас ознакомиться с ними и, возможно, использовать в своей профессиональной среде. Посмотреть стикеры можно по следующей ссылке: <https://t.me/addstickers/EHrikBern>.

## Список литературы

1. Berne, E. (1966). *Principles of group treatment*. Oxford University Press.
2. Berne, E. (1971). Away from a theory of the impact of interpersonal interaction on non-verbal participation. *Transactional Analysis Journal*, 1(1), 6-13. <https://doi.org/10.1177/036215377100100103>
3. Berne, E. (1971). Eric Berne – Portfolio of pictures. *Transactional Analysis Journal*, 1(1), 1.
4. Berne, E. (1973). Transcription of Eric Berne in Vienna, 1968, IV international conference of group psychotherapy. *Transactional Analysis Journal*, 3(1), 63–72. <https://doi.org/10.1177/036215377300300117>
5. Berne, E. (2010). *A Montreal childhood*.
6. Cornell, W. F. (2020). Transactional analysis and psychoanalysis: Overcoming the narcissism of small differences in the shadow of Eric Berne. *Transactional Analysis Journal*, 50(3), 164–178.
7. Cheney, W. D. (1971). Eric Berne: Biographical sketch. *Transactional Analysis Journal*, 1(1), 14–22.

8. Drego, P. (1983). The cultural parent. *Transactional Analysis Journal*, 13(4), 224–227.
9. English, F. (1981). Letters to John McNeel. *Transactional Analysis Journal*, 11(1), 46–49.
10. English, F. (2010). Personal encounters with a flawed genius: Eric Berne. *Transactional Analysis Journal*, 40(3-4), 243–253.
11. Lederer, A. (1996). The unwanted child. *Transactional Analysis Journal*, 26(2), 138–150.
12. Jorgensen, E. W., & Jorgensen, H. I. (1984). *Eric Berne: Master gamesman. A transactional biography* (Vol. 915). Grove/Atlantic.
13. Heathcote, A. (2016). Eric Berne and loss. *Transactional Analysis Journal*, 46(3), 232–243.
14. Tilney, T. (2005). *Dictionary of transactional analysis*. John Wiley & Sons.

---

**Иллюстрации предоставлены архивами  
и специальными коллекциями UCSF**

# Этические вызовы при использовании нейросетей в работе психолога

Геннадий Владимирович  
**ОПАРИН**

Клинический психолог, психолог, работающий в модальности транзактного анализа, маркетолог, предприниматель; Кострома, Россия; Телеграм-канал: <https://t.me/pseeholog>; E-mail: [racentr@mail.ru](mailto:racentr@mail.ru); ORCID: 0009-0007-3620-6886; ResearcherID: NSU-2458-2025; SPIN РИНЦ: 4317-5290



Gennadij Vladimirovich  
**OPARIN**

Clinical Psychologist, Practicing Psychologist in the Transactional Analysis modality, Marketer, Entrepreneur; Kostroma, Russia; Telegram-channel: <https://t.me/pseeholog>; E-mail: [racentr@mail.ru](mailto:racentr@mail.ru); ORCID: 0009-0007-3620-6886; ResearcherID: NSU-2458-2025; SPIN-RSCI: 4317-5290

## Ethical challenges in using neural networks in the work of a psychologist

**Аннотация.** Нейросети открывают новые возможности в работе психолога, оказывая помощь в анализе сессий, подготовке материалов, образовании и продвижении услуг. Применение искусственного интеллекта (ИИ) в психологии, особенно в транзактном анализе (ТА), сопряжено с этическими рисками: утечкой данных, предвзятостью алгоритмов, непрозрачностью решений, снижением доверия клиентов и терапевтов. В данной работе исследуется возможность использования нейросетей в практике ТА в качестве помощника; при этом сохраняется терапевтическое присутствие, соблюдаются этические принципы. Особое внимание уделяется вопросам конфиденциальности, ответственности, предвзятости и правового регулирования. Рассматриваются риски, связанные с отсутствием эмпатии у ИИ, а также с потенциальным влиянием на доверие в терапевтическом альянсе. Предлагаются рекомендации по безопасному использованию ИИ, включая обезличивание данных, применение локальных систем, супервизию и ограничение ИИ рутинными задачами. Подчеркивается необходимость сохранения человеческого фактора в психотерапии, где эмпатия, интуиция и профессионализм остаются незаменимыми. Работа акцентирует важность соблюдения этических кодексов СОТА и ЕАТА, а также требований законодательства в области защиты персональных данных. ИИ рассматривается как инструмент, усиливающий практику, но не заменяющий терапевта, что подчеркивает баланс между автоматизацией и человеческим взаимодействием в ТА.

**Ключевые слова:** транзактивный анализ, нейросети, этика психолога, конфиденциальность, супервизия, психология, психотерапия, ИИ, искусственный интеллект.

**Abstract.** Neural networks open new opportunities for psychologists, aiding in session analysis, material preparation, education, and service promotion. The use of artificial intelligence (AI) in psychology, particularly in transactional analysis (TA), is associated with ethical risks: data breaches, algorithmic bias, lack of transparency in decision-making, and diminished trust from clients and therapists. This paper explores how neural networks can assist in TA practice while maintaining therapeutic presence and adhering to ethical principles. Special attention is given to confidentiality, responsibility, bias, and legal issues. The risks related to AI's lack of empathy and its potential impact on trust in the therapeutic alliance are examined. Recommendations for the safe use of AI include data anonymization, employing local systems, supervision, and limiting AI to routine tasks. The importance of preserving the human factor in psychotherapy, where empathy, intuition, and professionalism remain irreplaceable, is emphasized. The study highlights the need to comply with SOTA and EATA ethical codes and data protection legislation. AI is viewed as a tool that enhances practice but does not replace the therapist, underscoring the balance between automation and human interaction in TA.

**Keywords:** transactional analysis, neural networks, psychologist ethics, confidentiality, supervision, psychology, psychotherapy, AI, artificial intelligence.

## Актуальность

Искусственный интеллект (ИИ) стремительно меняет психологию, предлагая инструменты для анализа данных, автоматизации и творчества (Бойко, Медведева, Воронцова, & Ениколопов, 2025; Степанчук, 2023). В транзактном анализе (ТА), где ключевое значение имеет человеческое взаимодействие, нейросети вызывают как интерес, так и опасения. Могут ли они заменить эмпатию и профессионализм терапевта? Мой опыт психолога, активно использующего нейросети, показывает: нет, пока не могут. ИИ — ценный помощник, однако его применение требует строгого контроля, особенно в этическом аспекте.

## Цель

В данной работе предпринята попытка проанализировать этические вызовы применения нейросетей в работе психолога, в частности работающего в транзактном анализе, предлагая пути сохранения баланса между автоматизацией и личным терапевтическим участием.

## Нейросети в практике ТА: возможности и ограничения

Нейронная сеть — это программа или модель машинного обучения, которая принимает решения, имитируя работу человеческого мозга для распознавания явлений, оценки вариантов и принятия решений<sup>1</sup>. В транзактном анализе нейросети могут помочь в различных ситуациях.

1. Подготовка семинаров, презентаций, статей. ИИ напишет подробный план мероприятия, структурирует его по блокам, времени, учтет интересы слушателей и цели терапевта, предложит практические техники и упражнения. Данная статья написана с использованием нейросетей. План и структура сформированы с помощью Grok<sup>2</sup>, поиск научных статей осуществлен с помощью Perplexity<sup>3</sup>, перевод зарубежных статей с сохранением структуры выполнен с помощью DocTranslator<sup>4</sup>.
2. Упрощение подготовки рекламных материалов: написание текстов, генерация видео, музыки и изображений в любой стилистике. Нейросеть поможет собрать сайт для продвижения мероприятия за пару часов. Это усиливает

творческий потенциал, расширяет возможности, которые ранее были многим недоступны.

3. Образование. ИИ упрощает доступ к иностранным источникам: перевод видео в реальном времени, перевод зарубежных статей, озвучивание текста, транскрибация выступлений, выделение главных идей и группировка их по смыслу.
4. Анализ сессий. Нейросеть может обработать транскрипт встречи, выделяя эго-состояния, запреты, игры, сценарии и другие элементы. Также ИИ может провести анализ работы самого специалиста, свериться с лечебным планом, дать рекомендации. Это ускоряет диагностику и позволяет специалисту увидеть множество деталей.

### Пример с Еленой:

Терапевт: «Елена, как вы думаете, что может помочь вам стать успешной?»

Елена: «Я бы хотела добиться успеха, но всегда что-то мешает. Наверное, я просто невезучая».

Терапевт: «Может быть, стоит попробовать новый подход?»

Елена: «Да, но я не знаю, с чего начать. Все так сложно».

Этот диалог демонстрирует эго-состояние Ребенка (фразы «я просто невезучая», «все так сложно») и игру «Да, но...», где Елена отклоняет предложения, играя роль Жертвы в драматическом треугольнике Карпмана. Нейросеть может выделить ключевые фразы, помогая терапевту подтвердить гипотезу о предписании «Не быть успешной».

При этом ИИ — лишь помощник. Он не улавливает элементы невербального общения (жесты, паузы, тон), которые критически важны для анализа транзакций. Без супервизии его результаты могут быть неточными. Нейросети поддерживают, но не заменяют терапевта (Меновщиков, 2025).

## Этические вызовы применения нейросетей в ТА

Применение нейросетей в ТА создает множество этических рисков, требующих внимания.

**Конфиденциальность и безопасность данных.** Применение нейросетей в транзактном анализе (ТА) требует строгого соблюдения конфиденциальности, что подчеркивается в этических кодексах COTA и EATA. Кодекс COTA утверждает, что «соблюдение принципа конфиденциальности является обязательным» (Этический кодекс COTA, n.d.). Кодекс EATA обязывает практиков «предоставлять безопасную среду (то есть конфиденциальность, физическую безопасность, ин-

<sup>1</sup> What is a neural network? 2021. URL: <https://www.ibm.com/think/topics/neural-networks> (дата обращения: 06.07.2025).

<sup>2</sup> Grok. URL: [Grok.com](https://grok.com) (дата обращения: 06.07.2025).

<sup>3</sup> Perplexity. URL: <https://www.perplexity.ai/> (дата обращения: 06.07.2025).

<sup>4</sup> DocTranslator. URL: <https://www.onlinedoctranslator.com/ru/> (дата обращения: 06.07.2025).

формированное согласие на проведение процедур повышенного риска» (Этический кодекс ЕАТА, n.d.).

Нейросети требуют загрузки больших объемов данных, включая конфиденциальные транскрипты сессий. Конфиденциальность данных стала серьезной проблемой при внедрении ИИ. Системы искусственного интеллекта полагаются на обширные наборы данных, которые включают персональную информацию; это вызывает опасения по поводу потенциально неправильного использования или взломов (Adanyin, 2024). При использовании нейросетей для обработки данных сессий ТА терапевты должны применять зашифрованные системы хранения и обработки данных, а также анонимизировать информацию, чтобы исключить возможность идентификации клиентов. Это особенно важно, учитывая чувствительность данных, с которыми работают специалисты ТА, и необходимость соблюдения требований законодательства в области защиты персональных данных.

**Ответственность перед клиентами.** Этические кодексы COTA и ЕАТА также акцентируют внимание на ответственности практиков перед клиентами, что имеет прямое отношение к использованию нейросетей. Согласно кодексу COTA, «профессиональной целью и задачей является забота о благе своих клиентов». «Главная ответственность членов COTA — обеспечить обслуживание клиентов так, чтобы не нанести никакого вреда преднамеренно или по небрежности» (Этический кодекс COTA, n.d.). А кодекс ЕАТА обязывает терапевта «оценить специфику ситуации, рассмотреть различные варианты решений и точки зрения и нести ответственность за свои решения» (Этический кодекс ЕАТА, n.d.). Использование нейросетей в практике ТА должно иметь обоснование, связанное с их практической пользой для клиента (например, для транскрибации встреч, систематизации информации). Терапевты должны избегать использования таких инструментов в ущерб клиентам, а также регулярно проходить супервизию, чтобы обеспечить этическое и компетентное применение технологий.

**Ответственность за принятые решения.** Нейросети могут предлагать интерпретации эго-состояний или сценариев, однако возникает вопрос: кто несет ответственность за возможные ошибки? Например, неверная классификация транзакции может привести к неправильным интервенциям. Нейросетям трудно имитировать социальный интеллект. Исследования подчеркивают, что алгоритмы часто ошибаются в сложных контекстах. Возможно, сам подход к пониманию работы человеческого мозга и применяемой архитектуре нейросетей содержит ошибки (Jobin et al., 2019). Ответственность за принятие решений лежит на специалисте.

**Прозрачность и объяснимость.** Алгоритмы нейросетей нередко работают как «черный ящик», что

затрудняет объяснение их выводов (Jobin, Ienca, & Vayena, 2019). Это снижает доверие терапевтов к результатам анализа, особенно если интерпретация кажется шаблонной. Объяснимость является критически важной для терапевтов: она необходима для понимания того, как ИИ пришел к выводам (например, при анализе эго-состояний).

**Предвзятость и дискриминация.** Нейросети обучаются на данных, которые могут содержать культурные, гендерные и другие предубеждения. Эта проблема активно обсуждается на самом высоком уровне. Так, на Совете по правам человека поднимался вопрос о том, как господствующее представление об объективности и нейтральности технологий позволяет искусственному интеллекту увековечивать расовую дискриминацию (Ашвини, 2024). Подобные ошибки опасны в ТА, где позиция «Я — ОК, Ты — ОК» является особенно важной.

**Отсутствие эмпатии.** Нейросети не способны сопереживать или учитывать уникальный контекст жизни клиента (Li, 2024). Их рекомендации могут быть поверхностными или, наоборот, ориентированными на получение максимально быстрых результатов (с точки зрения ИИ). Нейросети игнорируют эмоции и переживания клиента, что ограничивает их роль в ТА.

**Проблемы доверия.** Доверие предполагает уязвимость и неуверенность. Клиент полагается на специалиста, ожидая, что тот будет действовать компетентно и добросовестно. Доверие создает пространство для принятия риска, способствуя сотрудничеству и принятию решений в условиях неопределенности. Внедрение ИИ может затруднить установление доверия. Использование нейросетей может восприниматься одними клиентами как инновационный шаг и способ повышения эффективности, а другими — как недостаток опыта, недостаточное внимание или чрезмерная зависимость от технологий (Sagona, Dai, Macis, & Darden, 2025).

**Вопросы нормативно-правового регулирования.** В России действует Федеральный закон «О персональных данных» от 27.07.2006 N 152-ФЗ, который предусматривает необходимость получения согласия на обработку данных и их защиту. Психологи обязаны соблюдать этот закон при использовании ИИ, особенно в части хранения и обработки транскриптов сессий. GDPR актуален только для глобальных компаний, работающих с данными граждан ЕС (Jobin et al., 2019), и менее применим в российском контексте.

**Влияние на профессию.** В будущем существует риск, что широкое использование нейросетей может снизить востребованность живых терапевтов. При этом создаются и новые возможности: личная работа с терапевтом, подчеркивающая ценность человеческого контакта в эпоху автоматизации.

Таблица 1. Способы минимизации этических рисков

Этический риск	Описание	Способы минимизации
Утечка данных	Риск доступа к записям	Обезличивание, локальные версии ИИ
Ошибки ИИ	Неверные интерпретации	Супервизия, принятие решения психологом
Непрозрачность	Необъяснимость решений	Супервизия, принятие решения психологом
Предвзятость	Культурные, гендерные и другие искажения	Супервизия, критический взгляд
Отсутствие эмпатии	Игнорирование контекста	Ограничение ИИ рутинными задачами
Недоверие	Скептицизм клиентов/терапевтов	Прозрачность, акцент на терапевта
Правовые риски	Неясность стандартов	Соблюдение требований Федерального закона «О персональных данных» от 27.07.2006 N 152-ФЗ, мониторинг правовых актов

## Баланс автоматизации и человеческого фактора

Транзактный анализ строится на человеческом взаимодействии, уважении, заботе и предоставлении клиенту пространства в диалоге, где терапевтический альянс, включающий присоединение, эмпатию, поглаживания и другие элементы, является незаменимым. Нейросети не могут этого дать. Они ускоряют выполнение типовых задач — транскрибацию, подготовку рабочих материалов, создание продуктов, помощь в анализе встреч, — но не заменяют терапевта.

Для безопасного использования нейросетей предлагается ограничить ИИ рутинными задачами, техническими процессами. Если нейросети используются для обработки информации, полученной в ходе работы с клиентами, можно применить следующую краткую схему.

### Схема безопасного анализа сессий:

- 1) обезличивание данных (замена имен, дат);
- 2) анализ сессии с помощью локальной нейросети (по возможности);
- 3) супервизия выводов ИИ;
- 4) интеграция результатов с анализом самого терапевта.

## Выводы

Нейросети — новый мощный инструмент в руках психолога, применение которого требует соблюдения этических принципов, описанных в кодексе EATA: защиты, ответственности, уважения, поддержки и согласия во взаимоотношениях.

ИИ — помощник, усиливающий практику. Он не заменяет живое общение, эмпатию, интуицию, опыт и профессионализм. Пока не заменяет.

## Список литературы

1. Бойко, О.М., Медведева, Т.И., Воронцова, О.Ю., Ениколопов, С.Н. (2025). ChatGPT в психотерапии и психологическом консультировании: обсуждение возможностей и ограничений. *Новые психологические исследования*, 1, 26–55. DOI: [10.51217/npsyresearch\\_2025\\_05\\_01\\_02](https://doi.org/10.51217/npsyresearch_2025_05_01_02).
2. Меновщиков, В. Ю. (2025, 18 июня) *Искусственный интеллект в психологическом консультировании и психотерапии*. <https://www.psy.su/feed/13140/>
3. Степанчук, Н.Н. (2023, 24 августа) *Использование искусственного интеллекта в психологическом сопровождении специалистов помогающих профессий*. <https://psy.su/feed/11519/>
4. Ашвини К.П. (2024, 3 июня) *Современные формы расизма, расовой дискриминации, ксенофобии и связанной с ними нетерпимости*. Доклад Специального докладчика по вопросу о современных формах расизма, расовой дискриминации, ксенофобии и связанной с ними нетерпимости Совет по правам человека, ООН. <https://docs.un.org/ru/A/HRC/56/68>
5. COTA. (n.d.). Этический кодекс COTA. <https://sitaneews.ru/o-sota/eticheskij-kodeks-sota>
6. COTA. (n.d.). Этический кодекс EATA. <https://sitaneews.ru/o-sota/eticheskij-kodeks-eata>
7. Adanyin, A. (2024). Ethical AI in Retail: Consumer Privacy and Fairness. *European Journal of Computer Science and Information Technology*. 12. 21-35. 10.37745/ejcsit.2013/vol12n72135.
8. Jobin, A., Ienca, M., Vayena, E. (2019). The global landscape of AI ethics guidelines. *Nature Machine Intelligence*, 1(9), 389–399.
9. Li, M. (2024). The impact of artificial intelligence on human resource management systems-Applications and risks. *Applied and Computational Engineering*, 48(1), 7-16.
10. Sagona, M., Dai, T., Macis, M., & Darden, M. (2025). Trust in AI-assisted health systems and AI's trust in humans. *npj Health Systems*, 2(1), 10.

# Профессиональная этика в терапии с фокусом на терапевтические отношения

Мария Александровна  
**ФРОИМСОН**

магистр психологии, психолог, практикующий в модальности транзактного анализа; Россия, Москва  
E mail: [psyfroimson@gmail.com](mailto:psyfroimson@gmail.com);  
ORCID: 0009-0007-1867-8345; ResearcherID: NTQ-6171-2025



Maria Aleksandrovna  
**FROIMSON**

Master of Psychology, practicing psychologist in transactional analysis modality; Russia, Moscow  
E mail: [psyfroimson@gmail.com](mailto:psyfroimson@gmail.com);  
ORCID: 0009-0007-1867-8345; ResearcherID: NTQ-6171-2025

## Professional Ethics in Therapy with a Focus on Therapeutic Relationships

**Аннотация.** Статья освещает доклад Майи Лутай, представленный на конференции COTA «Синергия ценностей и профессиональная ответственность» (22-23 марта 2025), о роли этики и морали в психотерапевтических отношениях. Акцентируется внимание на вызовах и дилеммах, с которыми сталкиваются современные терапевты. Спикер подчеркивает отсутствие законодательно утвержденного регулирования этических вопросов в России, что возлагает ответственность за соблюдение этики на профессиональные сообщества и каждого психолога в отдельности. Обсуждается различие между моралью и морализаторством; рассматривается эволюция психотерапии — от позиции нейтральности терапевта до необходимости его активного участия в моральном диалоге с клиентом, особенно в контексте терапии с фокусом на отношения. По мнению автора, игнорирование аспектов морали может способствовать развитию нарциссического и антисоциального поведения как у отдельных клиентов, так и в обществе в целом; может приводить к росту случаев депрессии, психосоматических расстройств.

**Ключевые слова:** этика и мораль в психотерапии, этическая дилемма, социокультурная ответственность, эго-состояния, отношенческий подход, демонический и трагический нарративы.

**Abstract.** This article highlights Maya Vadimovna Lutay's report (нужна дата и где был доклад) on the role of ethics and morality in psychotherapeutic relationships, emphasizing the challenges and dilemmas faced by modern therapists. The speaker underscores the absence of legislatively approved regulation of ethical issues in Russia, which places the responsibility for ethical adherence on professional communities and individual psychologists. The distinction between morality and moralizing is discussed, as well as the evolution of psychotherapy from a position of therapist neutrality to the necessity of their active participation in moral dialogue with the client, especially in relational therapy. The idea is considered that ignoring aspects of morality can contribute to the development of narcissistic and antisocial behavior in clients and society as a whole, and lead to an increase in depression and psychosomatic disorders.

**Keywords:** ethics and morality in psychotherapy, ethical dilemma, sociocultural responsibility, ego states, relational approach, demonic and tragic narrative.

### Психотерапевтическая этика по-русски

В российской психотерапевтической среде вопросы профессиональной этики стоят особенно остро. Доклад Майи Лутай, специалиста в области транзактного анализа и интегративной психотерапии, поднимает ключевые аспекты профессиональной этики и морали

в терапевтических отношениях. Отсутствие законодательно утвержденного регулирования этических вопросов в России означает, что этика функционирует преимущественно на уровне профессиональных сообществ. Это создает уникальную ситуацию: знание этики является обязательным условием для профессионального роста и получения таких статусов, как TSTA

Мария Александровна ФРОИМСОН  
 Профессиональная этика в терапии с фокусом на терапевтические отношения

(тренер и супервизор в области транзактного анализа). В то же время нарушение этических норм за пределами профессионального сообщества не влечет за собой юридических последствий в отличие от других стран, например Италии, где этические жалобы могут привести к отстранению от практики.

## Этика и мораль: определения и дилеммы

Майя Лутай определяет этику как «правила совместного проживания». Изначально этика должна распространяться как на психотерапевта, так и на клиента, однако на практике требования к этическому поведению клиента отсутствуют. Мораль же понимается как «нормы и установки данной конкретной группы, к которой вы себя относите, и эти нормы и установки вы разделяете».

Важным понятием является дилемма — конфликт двух этических принципов, который каждый специалист разрешает по-своему. Примером такой дилеммы может быть выбор между обеспечением безопасности участников группы и требованием равного отношения ко всем в случаях, когда присутствие одного участника небезопасно для других. При этом в практике может не быть этической дилеммы, но терапевт будет опираться в работе на внутреннюю этику.

## Кризис морали и исторический контекст психотерапии

Современное общество сталкивается с кризисом морали: происходит переход от идеи «у каждого своя мораль» к ее полному отсутствию. Исторически психотерапия формировалась как противопоставление патерналистской медицинской и религиозной моделям, провозглашая полную свободу выбора для клиента и невмешательство в его моральные решения. Однако такая позиция, как отмечает автор, привела к парадоксу: несмотря на рост популярности психотерапии, западное общество становится все более нарциссичным и антисоциальным. Это вызывает вопрос: почему психотерапия не способствует развитию сердечности и позиции «Я — ОК, Ты — ОК» в обществе? Часто терапия непреднамеренно развивает нарциссический и антисоциальный тип поведения, когда клиент предъявляет претензии, обвиняя других, особенно родителей, в своих проблемах, вместо того, чтобы фокусировать клиента на развитии саморефлексии.

## Роль отцовской фигуры и эго-состояния морали

Мораль и ее формирование тесно связаны с фигурой отца, который традиционно отвечает за введение ребенка в социум и привитие ценностей личности. В контексте эго-состояний мораль находится в

### • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



Майя  
 Вадимовна  
 ЛУТАЙ

PTSTA в психотерапии;  
 CIIPST-UT в Интегративной психотерапии Ричарда Эрскина.  
 Опыт работы психологом: с 2010 года по настоящий момент.  
 Опыт работы PTSTA и CIIPST-UT: с 2022 года по настоящий момент.

Направления работы:

- индивидуальная психотерапия;
- групповая психотерапия;
- ведущий обучающих программ по транзактному анализу и Интегративной психотерапии Ричарда Эрскина для психологов, психотерапевтов и психиатров;
- автор обучающих программ осознанности для неспециалистов.
- [timmaya@mail.ru](mailto:timmaya@mail.ru)

структурном Взрослом эго-состоянии и в функциональном Родительском эго-состоянии со знаком плюс (Структурирующий Родитель+). Автор призывает активно использовать этот ресурс, особенно для клиентов с «исключенным внутренним структурным Родителем»; тонко балансировать между морализаторством (относящимся к структурному Родительскому эго-состоянию) и формированием внутренней этики клиента в структурном Взрослом. Формирование «селф» (собственного «Я») непосредственно связано с выработкой морали и этики во Взрослом эго-состоянии. Важной задачей терапевта при такой работе является способность находиться равноудаленно от всех эго-состояний клиента, а также — быть «функционально беглым» в работе с ними.

## Типы нарративов в терапии

Майя выделяет два типа нарративов в терапии:

1. Демонический нарратив: демонизирует одну сторону конфликта (например, утверждается, что родители виноваты в травме). При этом клиент в терапии получает разрешение ошибаться, что может выглядеть как диссоциация. Это часто приводит к позиции «Я — ОК, Они — не ОК», которую систематически игнорируют терапевты из-за сложности ее обработки и страха столкнуться с нарциссической яростью клиента.

2. Трагический нарратив: признает травму как норму, неизбежную для каждого человека, и предполагает, что родители также несут след собственной травмы. Данный подход направлен не на оправдание родителей, а на осознание того, что вырасти и иметь детство без травмы — невозможно. Он развивает у клиента жизненную позицию «Я — ОК, Они — ОК».

### Четыре типа терапии и социокультурная ответственность

Доклад описывает четыре типа терапии, которые различаются степенью предъявления терапевта и включением социальных и культурных аспектов:

- 1.0 (классический психоанализ). Терапевт «стерилен», отсутствует разговор о морали.
- 1:1. Терапевт предъявляет себя, но без глубокого погружения в социокультурный контекст. Терапия с фокусом на отношения в этом контексте предполагает приглашение клиента к размышлению о том, как его поведение влияет на терапевта, что критически важно при работе с нарциссической динамикой.
- 1:1,5. Включает интрапсихическое и интерперсональное поля, в которых рассматривается влияние поведения клиента на терапевта, а также на отношения между ними.
- 1:2. Подключает фокус на культуру и общество. Обсуждается, как действия клиента влияют на окружающую среду, его семью и общество в целом (социокультурная ответственность). Это соответствует определению транзактного анализа как «теории личности и систематической психотерапии для персонального роста и социальных изменений».

### Риски в работе терапевта

Существуют значительные риски, которые могут нивелировать пользу терапии:

1. Создание «дополнительных рядов»: разговор о поверхностных аспектах без затрагивания глубокого бессознательного материала клиента, что приводит к психосоматизации.
2. Неверная нормализация: тенденция нормализовать текущие выборы клиента, основанные на ригидных паттернах, хотя у взрослого человека есть и другие выборы. Правильная нормализация, согласно Ричарду Эрскину, относится к валидации защитных механизмов, сформированных в прошлом, когда у ребенка действительно не было другого выбора, но при этом подчеркивается, что сейчас у клиента есть выбор. Неверная нормализация, «отпущение грехов», приводит к вседозволенности и способствует нарциссической и антисоциальной динамике.

3. Неверное понимание реляционной терапии (терапии с фокусом на отношения): ошибочное представление о том, что цель реляционной терапии — удовлетворять детские потребности клиента. На самом деле в терапии с фокусом на отношения важно валидизировать и признавать потребности внутри отношений, но не удовлетворять, поскольку это может привести к вторичной травматизации.

### Работа с позицией «Я — ОК, Они — не ОК»

Одна из ключевых задач терапевта — это работа с позицией клиента «Я — ОК, Они — не ОК», которая часто остается нетронутой из-за страха терапевта перед нарциссической яростью клиента. Такая позиция является ядром сценарного отыгрывания и сценарной расплаты у ряда клиентов. Важно начать работать с ней с самого начала терапии, даже если это требует «корявых интервенций», чтобы избежать создания «нарциссического пузыря», который в будущем может обрушиться на клиента и терапевта, приводя к психическому коллапсу рабочей диады и клиента в частности.

### Заключение

Доклад Майи Лутай призывает терапевтов к более глубокому осмыслению моральных и этических аспектов в психотерапевтической работе, к выходу за рамки исключительно индивидуально-ориентированного подхода и к осознанию взаимного влияния клиента и социокультурной отношенческой среды. Важно не «отпускать грехи», не нормализовывать текущие деструктивные выборы клиента, а помогать ему формировать внутреннюю этику и мораль, различая прошлый опыт, когда выбора не было, и текущую ситуацию, когда выбор есть. Это требует смелости, эмпатии (в том числе и к себе) и готовности сталкиваться с дискомфортом в работе с клиентами. Терапевтам важно стремиться к формированию у клиентов внутренней этики и социокультурной ответственности, что в конечном итоге способствует гуманизации общества и его развитию в целом.

Елена РЕЧКИНА:

# «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»

Ольга Владимировна  
**КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА**

Главный редактор журнала «Транзактный Анализ в России»; частная психологическая практика, магистр психологии; член СОТА и ЕАТА; Москва, Россия; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455



Olga Vladimirovna  
**KOCHETKOVA-KORELOVA**

The editor-in-chief of "Transactional Analysis in Russia"; private psychological practice, Masters degrees in Psychology; member of SOTA and EATA; Moscow, Russia; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455

Elena Rechkina:

# "Group therapy is marching across Russia today in search of its rightful place"

**Аннотация.** В интервью с транзактным аналитиком Еленой Речкиной поднимается проблема ведения групп в России. Почему в сообществе транзактного анализа, который изначально создавался как модальность для групповой работы, преобладает личная терапия над групповой. Елена Речкина рассуждает об исторических корнях появления групповой психотерапии в Советском Союзе и на постсоветском пространстве, вспоминает о своем обучении у прибалтийских преподавателей Римантаса Кочюнаса и Александра Алексейчика. Собеседник журнала размышляет о том, чем отличается групповая динамика российской психотерапии и западной. Елена говорит о том, что в текущем историческом моменте, когда в мире и в нашей стране происходит много перемен, именно групповая терапия способна более полно и целостно удовлетворить потребности и голоды.

Интервьюер рассказывает о том, какие виды групповой работы существуют, чем они отличаются друг от друга: что такое лечебная, психокоррекционная группы и тренинги личностного роста. Какие навыки и компетенции должны быть у психолога и психотерапевта для групповой работы. Кому нельзя вести группы и почему. Чем отличается онлайн-работа от офлайн для ведущего. Какими качествами должен обладать психолог, если он начинает вести группы, что стоит развивать в себе. Елена делится собственным опытом работы с группами и дает рекомендации начинающим групповым психотерапевтам и консультантам.

**Ключевые слова:** голод, группа, психотерапевт, Эрик Берн, виды групп, групповая динамика, групповая психотерапия, психокоррекционная группа, лечебная группа, тренинг личностного роста.

**Abstract.** In this interview with transactional analyst Elena Rechkina, the challenges of conducting therapy groups in Russia are discussed. Why does individual therapy now prevail over group therapy in the transactional analysis community, originally developed as a modality for group work? Elena Rechkina reflects on the historical roots of group psychotherapy in the Soviet Union and post-Soviet space, recalling her training with Baltic teachers Rimantas Kočiūnas and Alexander Alekseychik. She explores how group dynamics in Russian psychotherapy differ from those in the West. Elena says that in the current historical moment, when so many changes are taking place in the world and in our country, it is group therapy that is capable of meeting deep human needs and hungers in the most holistic way.

The interview covers different types of group work and how they differ from one another: what therapeutic, corrective, and personal growth groups are. What skills and competences are essential for psychologists and psychotherapists for conducting group work. Who should not conduct groups and why. What is the difference between online and offline group for the therapist. What qualities should a psychologist possess and develop to begin conducting groups. Elena shares her own experience of working with groups and offers recommendations to novice group psychotherapists and consultants.

**Keywords:** hunger, group, psychotherapist, Eric Berne, types of groups, group dynamics, group psychotherapy, psycho-corrective group, therapeutic group, personal growth training.

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»

— Лена, когда мы только договаривались об интервью, ты заметила, что нам важно отразить динамику групповой терапии в России, как наследие Берна и других основателей проявляется в этом направлении. Что ты имела в виду, можешь пояснить подробнее?

— Наша страна — удивительная в плане своего развития. И страна, и мы, и психотерапия — в целом и групповая в том числе — были за железным занавесом. Наши психологи не были никак связаны с мировым сообществом, а групповая терапия все-таки исторически родилась в Америке. И для нас достаточно долго групповая терапия была научно-естественной моделью, обязательно медицинской: все, что использовалось, применялось в больницах как клинический инструмент лечения людей. И в основном — в когнитивно-бихевиальном подходе. Потому что нужна была доказательная база. Впрочем, и вся психотерапия имела раньше сугубо медицинский доказательный характер.

Мы долго были отрезаны от того развития психологии и психотерапии, которое происходило на другой стороне земного шара. Более того, было скептическое и даже презрительное отношение ко всем западным методам — психоанализу и другим, — которые активно развивались в Европе и США. И естественно, это отложило свой отпечаток.

Когда открылся железный занавес, к нам приехали первые мэтры: Карл Роджерс, Вирджиния Сатир. Они были удивлены, насколько мы тут эрудированы, начитаны, умны, но при этом и наивны. Единственное, кто стоял особняком, — это Владимир Бехтерев и теория личности Владимира Мясищева, который говорил о том, что личность — это совокупность отношений. Он развивал групповую модель.

Таким образом, Ленинградская школа — единственная, кто придерживался какого-то другого мнения в нашей стране, и это был Мясищев. Сейчас существует институт Карвасарского, это последователи как раз теории Мясищева, и они развивают современную личностно-ориентированную модель групповой психотерапии.

— То есть в Советском Союзе фактически не было общепринятого теперь в сообществе понимания групповой терапии, верно?

— Получается, что так. Исключение — Ленинград. Потом, когда поехали западные мэтры в МГУ и ЛГУ, местные преподаватели стали приглашать зарубежных психотерапевтов и брать у них какой-то опыт — вот тогда началось хотя бы психологическое консультирование и пошло развитие. Из медицинской, узкой в нашей стране сферы, начала выходить групповая терапия. Но к ней еще было местечковое, презрительное отношение. Психология еще не была доказательной

## • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



## Елена РЕЧКИНА

✓ Практикующий психолог, Сертифицированный Транзактный Аналитик в области Психотерапии. Изучает и практикует ТА с 2005 года. За ее плечами более 1300 часов профессионального тренинга, 550 часов супервизии с мастерами ТА со всего света, которые, несомненно, повлияли на ее становление как профессионала. Постоянно ведет группы 23 года. Это были лечебные группы в ННЦ Наркологии; коррекционные и обучающие навыкам эмоциональной грамотности как для зависимых, так и для клиентов с невротической симптоматикой; образовательные в

обучающих институтах; группы личностного роста; группы эмоционального сопровождения при прохождении 202 курса ТА; терапевтические группы для своих клиентов, тематические группы по запросу; самоорганизованные группы для психологов; группы поддержки и профилактики эмоционального выгорания для коллективов, работающих в помогающих профессиях. Последние два года проводит обучающие мастер-классы для коллег «Искусство группового терапевта. Мифы и реальность», по окончании которых коллеги начинают вести собственные группы.

наукой. До сих пор между психиатрией и психологией есть конфронтация. Но где-то начиная с 1995-х годов, уже ближе к 2000-м, нас заполонили тренинги личностного роста американцев. Приехало также огромное количество наших людей, которые побывали за рубежом и увидели, как работает группа.

Феномен групповой терапии в принципе, открыл Якоб Морено со своей психодрамой. Первое сообщество групповых терапевтов было создано в 1942 году, во время Второй мировой войны. Потому что как раз тогда возникла потребность объединять людей, имеющих травматический опыт войны. Мы знаем о том, что основатель транзактного анализа Эрик Берн проводил сеансы групповой терапии в госпитале с военнослужащими, которые были на фронтах.

— Выходит, использование эффекта групповой терапии началось не так давно — со Второй мировой войны. Тренинги 90-х, о которых ты говоришь, это другая история.

— Да. И это было небезопасно, предполагаю. У тренеров конца 90-х — начала 2000-х был такой маркетинговый ход. Ты сначала студент, потом ассистент, а потом ты тренер. Ты проассистировал 3-5 тренингов за деньги, а потом ты становишься тренером и садишь-

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»



**Пространство терапевтической группы в центре на улице Покровка (Москва)**

ся в тренерское кресло. Знакомство с групповой динамикой произошло именно тогда. И это совсем небольшой срок. То есть популярность групповой терапии началась где-то с конца 90-х. В институте Карвасарского, который отделился от Бехтерева, предлагали свою модель лично-ориентированной динамической группы. И еще раньше у нас была прибалтийская школа — Римантас Кочюнас и Александр Алексейчик. Они тоже учили методу групповой психотерапии уже психологов, не врачей. Там был предмет «Групповая психотерапия». На Западе это началось гораздо раньше. Они к этим феноменам, к которым мы в нашей стране приходим сегодня, пришли давно.

**— Но у нас сейчас есть программы обучения групповой психотерапии.**

— Да, есть очень интересные программы в различных институтах, в которых дают что-то вроде вводного курса, в котором по чуть-чуть отовсюду. Но структурированных знаний, глубоких, целостных и системных нет, я не нашла ни одной программы, хотя специально искала, когда готовилась к нашему разговору. Во всех варьируются методы и формы подачи материала. То есть единого стандарта, как, например, в клинической психологии или консультировании, по групповой терапии, как это было у Кочюнаса, нет. Институт Карвасарского тоже предлагает обучение только своей модели.

Поэтому развитие групповой терапии в нашей стране еще требует внимательного отношения к подготовке каких-то стандартизированных программ, на мой взгляд. Исходя еще из того, что люди не до конца имеют представление о результатах.

**— Люди — ты имеешь в виду профессионалов или клиентов?**

— Я сейчас говорю и о тех, и об этих. То есть в каждом методе сейчас, в каждом направлении психологии: гештальттерапия, телесная терапия, транзактный анализ, психоанализ — везде стали использовать ме-

тоды групповой терапии. Там есть этика, конфиденциальность — то, что базовое вообще во всей психологии. Но каждый придумывает свои правила. Нет единых правил для того, чтобы вывести общую линию, как обучиться групповой психотерапии. Когда ты попадаешь в какую-то модальность, каждый тренер предлагает свою модель. Я почему так говорю? Потому что я бывала и училась как раз в абсолютно разных направлениях. И у разных психотерапевтов проходила свою личную групповую терапию — за рубежом и в нашей стране. Единственное, где мне удалось поучиться полноценно, это в Прибалтийской школе у Кочюнаса и у доктора Алексейчика, который показывал, как клинически работать в групповом формате. И в институте Карвасарского. Там тоже показывали, как работает лично-ориентированная динамическая модель. Все это меня наводит на мысль, что должна создаться какая-то собственная школа в нашей стране, некое сообщество групповых терапевтов, которые могли бы.

**— И это могло быть сообщество, которое объединило бы разные модальности, правильно я тебя понимаю?**

— Я думаю, что да. Это какая-то надмодальная, самоорганизующаяся и саморегулирующаяся структура. При этом нам всем на 202 курсе рассказывают о том, что Берн изначально создавал ТА как групповой метод. Но в основном все ушли в личную терапию.

**— Может быть, это особенность нашей общероссийской групповой динамики? Чем она отличается от западной?**

— Я думаю, тем, что пока нет какого-то сообщества, чтобы там собрались люди, которые занимаются группами. Для сдачи экзамена на СТА обязательным является наличие опыта групповой работы. А есть коллеги, с которыми я сталкиваюсь, и для них это всегда какой-то страшный вызов. Как будто бы это не то, на что и должен ставиться акцент в ТА. В нашей стране на это акцент не ставился. Хотя все обучение в ТА — групповое, оно построено так, чтобы был контакт, были взаимоотношения



**Мастер-класс по групповой терапии в Москве**

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»



Мастер-класс по групповой терапии в Санкт-Петербурге

между людьми, через которые ты можешь посмотреть на свои трудности, как личности, в своем продвижении. То есть все изначально было выстроено по групповому формату. Но каким-то образом в нашей стране групповая терапия оттеснилась индивидуальной. Я думаю, это было связано с тем, что у нас гуманистическая позиция в принципе не поддерживалась. И здесь я возвращаюсь к тому, с чего начала. То, что заметили Роджерс и Сатир, что мы все образованы, но достаточно одиноки. В основном у руля стояли врачи, которые говорили: вы не отучились 7 лет, не прошли то-то и то-то. Мы только можем называться психотерапевтами. А формально психотерапевт — человек с медицинским образованием.

**— Мне кажется, мы в России, в Советском Союзе по крайней мере, очень перекормлены коллективизмом и группами, где потерялось наше «Я». И сейчас как будто идет декомпенсация этого довлевшего долгие годы «мы». Может быть, маятник в одну сторону качнулся, и сейчас он качнется в другую сторону, и, возможно, появится что-то такое, о чем ты говоришь. Почему группы нужны и зачем групповая терапия?**

— Я думаю о том, что групповая динамика инициирует все лучшее в человеке. Я думаю о том, что там закрывается очень много голода: и по стимулам, и по развитию, и по структуре. В общем, люди всегда собирались в группы и всегда это имело огромную ценность. Каждая из форм, которые может предоставить групповая терапия — группы поддержки, группы развития, группы личностного роста, лечебные группы, — каждая может закрыть определенный голод, который сейчас есть в нашей стране, который мы слышим на приемах. Люди приходят и говорят о своем экзистенциальном голоде, отношенческом голоде, голоде реализации, которые без отношений невозможны. И мне бы хотелось говорить о том, чтобы групповая работа приобрела популярность.

**— В данном случае ты выступаешь как амбасадор групповой терапии.**

— И как человек, съевший на этом собаку и столкнувшийся с тем, что сейчас налицо некие объективные обстоятельства, которые нам всем нужно сообща преодолеть. Мы сейчас этим разговором поднимаем проблематику, что люди и групповая терапия — это очень важные компоненты, может быть, сейчас даже важнейшие. Это абсолютно то, что помогало во все времена. Когда изначально клиенты приходили за изменениями, а в ковид и во время других серьезных потрясений последних лет обнаружилось, что людям нужна нормализация их чувств, отражение от других и понимание, что и с другими это происходит. В группе инициируется огромное количество человеческого потенциала.

**— Наверное, это про нашу потребность принадлежать и разделять опыт.**

— Абсолютно. У нас в России особенно обострена эта потребность принадлежать. Возможность собраться в кругу людей, где поначалу кажется, что у всех разные запросы, а потом оказывается, что у них есть что-то общее, общий голод, который они, возможно, даже не могут объяснить. Они приходят в группу и говорят: ой, я не знаю, что это, но я хочу попробовать. В процессе что-то рождается, и люди создают контакт. Из-за того, что происходит в групповой динамике, меняется их внешняя жизнь, улучшаются их продуктивность и отношения в семье. Потому что у них появляется круг единомышленников. Вообще это большая социализация общества в целом. Люди приходят и говорят: я хочу найти такое сообщество, где можно поговорить.



Елена Речкина после семинара в Санкт-Петербурге

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА  
Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»

Елена Речкина ведет группу для сотрудников Нижегородского Женского Кризисного Центра

— Причем явно поговорить не о том, что какие-то обновки купили себе. Это другой уровень разговоров. Говорить о своем внутреннем мире.

— Да, это про потребность говорить о своем внутреннем мире в безопасном месте, где есть правила, где есть границы, которые нужны нам всем. Поэтому я думаю, что групповая терапия шагает по России, шагает в поисках своего законного места. Поэтому она стала развиваться во всех направлениях. Даже в тех, в которых она раньше не была. Даже в психоанализе, в котором Фрейд не понимал групповую терапию. Анализ — это же очень индивидуально. А сейчас есть и психоаналитические группы. Групповая терапия набирает обороты, и хотелось бы, чтобы она была признана. А мы, как транзактные аналитики, в послании от нашего мэтра вообще должны к ней относиться с глубоким уважением, чего я, увы, не замечаю в нашем обществе. Надеюсь, после этого интервью что-то начнет меняться. Потому как я собираю мастер-класс по работе в группах, и если на мой мастер-класс соберется 10 человек, это уже хорошо. Понятно, что у людей есть много страхов по этому поводу.

— Возможно, страхи от отсутствия информации. Например, о форматах групп. Может быть, ты дашь реперно, какие бывают группы?

— Есть группы лечебные. Если звучит слово «терапия», это группы точно лечебные, где собираются люди, имеющие какие-то психические или невротиче-

ские проблемы. Они собираются вокруг какого-то своего диагноза, допустим какого-то своего невроза. Они получают психотерапевтическую помощь для изменения личности, по поводу внутриличностного процесса. Там должен работать уже психолог с психотерапевтическим подходом. У нас есть в транзактном анализе направление психотерапии.

Другое направление — это психокоррекционные группы. Это группы психологического консультирования, в которых собираются люди, имеющие сложности в межличностном контакте или проблемы, возможно, в какой-то из областей социальной адаптации. Например, какие-то трудности с устройством на работу или взаимодействием с коллегами. В группе происходит обучение новым навыкам взаимодействия другого уровня.

Есть группы личностного роста, где люди собираются для того чтобы развиваться. Туда приходят абсолютно здоровые люди, имеющие потребность узнать себя с какой-то другой стороны, желающие получить новый опыт во взаимодействии. Они не приходят решать какую-то одну проблему. Они приходят потому, что в моменте им не хватает информации, например, как это можно сделать, способа, где можно этому обучиться. Потому что дети и взрослые учатся по-разному. И взрослым обязательно нужны какие-то личные вопросы. Без них, в принципе, невозможно. Сюда же входят всякие тренинги и группы самопомощи. Например, психологи собрались и организовали группу дебрифинга. Это может быть и самоорганизующаяся какая-то группа, где каждый берет роль ведущего; это может быть и кто-то, кто взял на себя такую роль. Я тебе обрисовала три больших кластера групп: лечебные, где происходит сама по себе терапия, где идет изменение личности; психокоррекционные или консультирующие, где решают межличностные проблемы человека в адаптации; тренинги личностного роста, группы новых навыков, социального взаимодействия, группы самопомощи.



Выездной тренинг для сотрудников Нижегородского Женского Кризисного Центра

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Елена РЕЧКИНА: «Групповая терапия сегодня шагает по России в поисках своего законного места»



**Елена перевозит группу на остров, чтобы глубже погрузиться в себя и найти ресурсы в выездном марафоне «Группа как инициация»**

**— Во время обучения на 202 курсе у нас была группа сопровождения. Это на какую полочку положить?**

— Изначально это была группа по эмоциональному отреагированию. Я думаю, во второй кластер — в область психологического консультирования, потому что, конечно, она у нас уже стала терапевтической, лечебной, так скажем. Но эта цель не стояла первой. Больше стояло эмоционального отреагирования вокруг огромного количества материала, который не может не влиять на жизнь взрослого человека, когда он учится. Он этот материал пропускает через себя, что влияет на качество жизни и понимания. Поэтому в программе созданы были такие группы эмоционального отреагирования материала. Но они приобрели более широкий характер, потому что психологи — люди интересующиеся, развивающиеся. И раз они пришли учиться, как лечить, им нужно самим сначала вылечиться в этой профессии.

**— Наше обучение, моей группы, попало в самую турбулентность: сначала пандемия, потом СВО и санкции. И это все только извне, не говоря уже о внутренних процессах, которые поднимаются во время обучения ТА. Я не знаю, на какую еще группу, какого поколения обучающихся такое выпало.**

— Абсолютно с тобой согласна. Поэтому терапевтическое сопровождение было необходимо, чтобы остаться в профессии, чтобы самим быть напитанными, чтобы можно было пойти и начать практиковать с другими людьми. Я считаю, что задача групповой психотерапии — поднять ресурс человека, его способности, показать ему его силу и изменить какой-то паттерн, допустим, который был в семье. Потому что группа в принципе становится как семья, если она имеет формат более одной встречи. Она создает микрокосмос, модель общества и отчасти модель семьи.

**— Что считать группой? Сколько там должно быть человек минимум? Какой должна быть длительность группы во всех трех кластерах?**

— Я думаю, лечебная группа начинается от 6 человек и чаще закрытая, то есть новые участники не приходят. Хотя, например, если она в рамках клиники, то она может иметь характер нескольких встреч. Если человек лежит, допустим, в клинике неврозов, и там проходит групповая терапия. Там постоянно действующие группы, в которые новый участник может влиться. Малая группа должна быть от 6 человек и до 15. До 30 — это уже большая группа. 30 — максимальная цифра, на мой взгляд, когда можно удержать внимание.

Длительнее всего считается все-таки группа лечебная, потому что внутри личности невозможно измениться так быстро. Вторые — это группы психокоррекционные, психологического консультирования. Они могут быть направлены на решение какого-то одного запроса, одной задачи. Они занимаются, пока эта задача в группе не решена у каждого из участников. Например, это может быть от 5 до 7 или до 10 встреч. И группы, где собираются здоровые люди, — это группы личностного роста, они могут быть не такими длительными, все зависит от поставленной цели. Это может быть разовый тренинг личностного роста. А могут быть периодические встречи, о которых договорились с участниками.

**— Для сдачи экзамена на СТА какая из этих групп подойдет?**

— Если ты идешь сдавать СТА как психотерапевт, то лучше лечебную. Но психокоррекционная и психологического консультирования тоже подойдет, потому что она близка к лечебной. В ней можно увидеть все фено-



**Очень символическая фотография о групповой динамике и инициации объединения: снимок с конференции Ричарда Эрскина в Милане “The Healing Relationship: Body, Mind & Spirit” (23-24.03.2017), где все ТА-шники ждут папу Римского вместо обучения. На фото можно узнать Елену Речкину, Ольгу Тучину и Marye O’Reilly-Knapp (TSTA)**

мены, которые есть в групповой динамике в лечебной группе. Там тоже будут стадии развития группы. И нужно будет отразить свои знания и понимание: как группа начинается, как она проходит, что с ней происходит и как она завершается. Тебе нужно в любом случае иметь это в своём арсенале, когда ты идёшь на сдачу экзамена. Тебе нужно показать, что ты понимаешь, как это работает.

**— Кому нужно и можно в группу? Какой нужен ценз для допуска — прохождение личной терапии до начала группы или в процессе? Есть какие-то противопоказания и табу, кому точно не надо в группу?**

— Начнем с того, кому нужно. Первым критерием отбора должна быть мотивация. Ты разговариваешь с человеком, и он говорит: мне интересно. Групповая терапия нужна людям, имеющим сложности в межличностной коммуникации и не имеющим возможности где-то с кем-то познакомиться. Для них это имеет огромное потенциальное значение, потому что любая из этих групп — это тренинг умений, в том числе и в коммуникации. Необходима групповая работа людям с различными сложностями в контакте. Людям с невротическими симптомами групповая терапия помогает увидеть, как это работает в обществе и как люди на это реагируют. И тогда есть возможность соединиться с этим симптомом и понять, какую роль он играет. Я думаю, что критериями отбора служат задачи, которые стоят перед группой, и задачи психолога, консультанта, психотерапевта, которые он ставит, изначально собирая группу. То есть, что бы он хотел получить в результате. Я считаю, что нужно обязательно консультировать людей перед групповой терапией, для того, чтобы дать им понимание, что там происходит. У людей должно быть представление об этом. О том, что там есть правила и границы. О том, что там есть конфиденциальность. Люди об этом не знают.

Эта нормализация изначально очень сильно зависит от личности психолога, психотерапевта, консультанта, который будет рассказывать о группе как об уникальном опыте, который позволяет изменить модели поведения, структуру мышления, увидеть, если языком транзактного аналитика, свои игры, ограничения и дефициты. И самое главное о том, что ты утолишь голод. Ты получишь поглаживание, ты получишь признание своей сложности и уникальности. Ты получишь это признание, которое не так легко найти в этом мире.

Ограничениями могут быть серьезные психические заболевания, которые поставит психиатр. Грамотный психолог, даже если он психолог-консультант, обязательно проходил патопсихологию. В патопсихологии есть линейка от здоровья до психоза. При отборе в свою группу необходимо обязательно консультировать человека о его цели, смотреть на его тип личности для того, чтобы не произошел какой-то коллапс. И с самим человеком, и с группой.

## • ШПАРГАЛКА ПСИХОЛОГА

### Лайфхаки для тех, кто хочет вести группы

- Самое главное — это **понять свою мотивацию**, понять свою потребность, что ты хочешь донести людям. Для того чтобы выбрать, какую группу ты будешь вести. Можно начать с каких-то тематических групп. Это тоже прекрасный формат. Допустим, про одиночество, женственность. На это тоже собираются люди. Можно начать с какого-то информирования, с какого-то лоббирования интересов транзактного анализа. Пожалуйста. И это действительно прекрасно. И в этом много ценности, в том числе и терапевтической. Может быть, не надо сразу идти в решение тупиков третьей степени. Я бы сказала о том, что начинайте со своих сильных сторон.
- Подумайте о том, **в каком стиле вы работаете**: демократическом, авторитарном, попустительском. Но подумайте, к чему вы склонны. Оцените себя по-взрослому, адекватно. И помните о том, что у людей есть много голода, что группа работает как инициация. Вы там получите что-то новое для себя. Вы столько много о себе познаете, если вы начнете вести группы. Это расширит ваш личностный потенциал как профессионала и как человека. Нас учат быть безоценочными, и групповая динамика расширяет эту компетенцию. Когда собираются разные люди, ты становишься еще более толерантным к тому, как люди живут свою жизнь. Ты можешь увидеть иную сторону в том, что для тебя было раньше неприемлемо, когда человек рассказывает свою историю. Я, помню, когда вела группы, работая в наркологии, меня научил один из клиентов. Я думала, он был мне не очень приятен. Но когда он открыл рот и начал рассказывать о своей жизни... Это было очень давно, но я до сих пор помню его и его историю, как она меня потрясла. И он меня спросил: «Больше не относишься ко мне высокомерно?» Для меня это было катарсисом, что я не имею право вообще осуждать.
- **Заклучайте сразу контракт с группой**. Нужно обязательно оговаривать правила группы. Группа существует, пока вы посещаете. О пропусках: оплачиваются или нет. Обязательный административный контракт: правила входа и выхода, потому что у людей должны быть эти правила, они должны их знать и понимать. Тема сепарации и завершения — это важная история. Так же тема индивидуализации. Ты заходишь в какой-то одной роли, как человек, который еще не знает, что будет на выходе. У тебя должен быть способ выйти. Это нужно все обсуждать. Это должны быть четкие границы. Если мы говорим о группе людей, которые совсем не знакомы с психологией. Для них эти границы являются защитой. Это все, что укладывается в понятие «не навреди».



**— Есть противопоказания для психолога? Какому психологу не стоит вести группу?**

— Сексуально озабоченному, непроработанному, с выраженным уровнем пограничного функционирования, с ярко выраженными нарциссическими чертами, с низким уровнем эмпатии. Депрессивному, который не способен выдержать радости и эмоции других людей. Высоко экзальтированному, у которого присоединение чрезмерно, где нельзя сделать какое-то адекватное отражение. Но еще тому, кто не способен выдержать гнев, критику и негативный перенос, который случается, я думаю, во всех трех группах.

Тут важно сказать про то, что в нашем историческом наследии нужно быть как все. А тебе, психологу и психотерапевту, в этой позиции надо быть не как все, тебе надо принять все, но оставаться при этом собой. Здесь уже речь про личность психолога.

Ему нужна смелость спросить себя: почему я веду группу, что я получаю, какие потребности я удовлетворяю? Быть примером для участников. Это очень важная история, потому что ты должен понимать, какую бы из групп ты ни начинал вести — лечебную, коррекционную или тренинговую, — ты в любом случае ориентир. Тебе нужно быть ориентиром в том, что ты делаешь. Позиционировать себя именно как человека, который живет в тех правилах, о которых он говорит. Эмоциональное участие в группе — это тоже обязательная история.

**— Когда психолог может всплакнуть или посмеяться вместе с участниками?**

— Да, я думаю, живое проживание чувств в моменте, когда людям это необходимо. То есть показать свою живость, показать то, что ты понимаешь, о чём говоришь, умение эмоционально присоединиться. Но не только эмоциональное участие. Личная сила обязательно нужна, где ты демонстрируешь, например, какой-то стоп в некоем процессе, который может развиваться между некоторыми участниками. Может начаться конфликт. Нужно проявить личную силу, в которой ты говоришь: «Так, сейчас мы останавливаемся. Потому что у нас здесь другая задача. Никто не прав, никто не виноват». Для этого нужна личная сила. Потому что некоторые люди боятся конфликтов.

Важно умение принимать агрессию. А еще нужно стремление к новому опыту. Ты как психолог понимаешь: не только ты кого-то учишь, но и тебя постоянно учит группа. Это обновление, стремление к новому опыту, познавать себя через это знание и самопознание, постоянное теоретическое развитие, собственная групповая терапия, супервизия. Новое обучение, освоение какого-то нового способа и другого стиля. Ну и в том числе постоянное тестирование своей мотивации. Чувство юмора обязательно. Находчивость. Это тоже обязательно. Потому что в каких-то ситуаци-

ях тебе необходимо проявить креативность. Я думаю, что это основные вещи.

**— Лена, как ты относишься к тому, чтобы собирать группы из индивидуальных клиентов? Ведь у всех разное начало, разная длительность работы в личке. Когда они появятся в группе, будет запущена не только динамика групповая — обычная, классическая, но еще и сиблинговая история.**

— Она будет запущена ровно у того, у кого она есть. И это имеет огромное значение для тех, у кого не было такой динамики. Так как я училась изначально в классической школе, все преподаватели и те тренеры, которые были знакомы с Эриком Берном, у которых я тоже проходила свой личностный тренинг по транзактному анализу, они нас так и учили — создавать группы из своих клиентов. Вы многое прорабатываете в индивидуальном формате, а дальше вы смотрите, когда человек готов к групповой терапии, и вы его туда отправляете. Я группы стала вести практически сразу. У меня был такой опыт, и, на мой взгляд, он был очень позитивный. Но я не знаю, как это было у других коллег, поэтому не готова масштабировать.

**— Как ты относишься к онлайн-работе с группой?**

— Я думаю о том, что в современном мире невозможно без онлайн-формата. Он уже занял свое место. Уже есть люди, кто изучает феномены работы в скайпе, работы в онлайн-эфире и групповую работу онлайн в том числе. Я думаю, работа онлайн сложнее, чем работа офлайн. Потому что тебе нужно так внимательно и пристально настраиваться на группу, ты не можешь почувствовать запахи, увидеть движение всех. Это вообще ювелирная работа. Непросто держать динамику: тебе не хватает осязания, запахов, энергетики, которые есть в офлайн-процессах. Те, кто идут в это, в основном не собирают большие группы. У них преимущественно малые группы, 5-6 человек, а то и меньше. Напряжение у терапевта, который работает онлайн, гораздо выше, чем у терапевта, который работает офлайн. Потому что терапевт влияет, и на экране тебе нужно следить за своей мимикой, следить за мимикой других, для того чтобы всё это охватить. Там же так много нюансов, которые ты держишь в голове одновременно из своего наблюдающего эго, чтобы понять, что происходит в группе. Но я в онлайн работать с группой не хочу. Я знаю, какова работа онлайн в личной терапии с теми, кто живет за рубежом, в разных странах. Это хорошая работа, но от нее устаешь гораздо больше, чем от очной.

# Когда уходит тот, кого ты хотел бы видеть на защите своей школы:

размышления о симбиозе, переносе и зрелости в обучающем процессе

Алла Евгениевна  
**ДАЛИТ**

PTSTA-р, к.п.н, «Институт «МИР-ТА»; Москва, Россия;

E-mail: [alusia@yandex.ru](mailto:alusia@yandex.ru);

SPIN РИНЦ: 9454-5385; ORCID: 0009-0006-3380-2538;

ResearcherID: NIU-1379-2025



Alla Evgenievna  
**DALIT**

PTSTA-P, PhD in Psychology, "MIR-TA" Institute"; Moscow, Russia;

E-mail: [alusia@yandex.ru](mailto:alusia@yandex.ru);

SPIN-RSCI: 9454-5385; ORCID: 0009-0006-3380-2538;

ResearcherID: NIU-1379-2025

## When the one you wanted to see defend your school leaves:

Reflections on Symbiosis, Transference and Maturity in the Learning Process

**Аннотация.** В статье рассматривается обучающий процесс в парадигме транзактного анализа как сцена для развертывания сценарных паттернов, симбиотических отношений и феноменов переноса. Автор, опираясь на собственный многолетний опыт преподавания, анализирует специфическую группу обучающихся с неосознанной нарциссической уязвимостью и склонностью к пассивной агрессии. Через описание типичного сценария идеализации и разочарования автор показывает, как обучающее пространство становится полем инициации, в котором преподаватель не столько «дает знания», сколько выступает в роли свидетеля взросления. Отдельное внимание уделяется педагогической уязвимости, сложности удержания границ и значению зрелого контакта в обучении психологов. Статья сочетает личный нарратив, элементы клинического наблюдения и теоретические основания, предлагая взгляд на преподавание как на процесс сценарной трансформации.

**Ключевые слова:** транзактивный анализ, сценарий, симбиоз, педагогическая уязвимость, нарциссическая уязвимость, эго-состояния, идеализация, перенос, обучение психологов.

**Abstract.** This article explores the educational process through the lens of Transactional Analysis, viewing it as a stage for script enactments, symbiotic dynamics, and transference phenomena. Drawing on her extensive teaching experience, the author examines a specific group of students marked by unconscious narcissistic vulnerability and passive-aggressive defenses. Using a composite case narrative, she illustrates the recurrent pattern of idealization and subsequent disillusionment, revealing the educational space as a site of initiation rather than instruction. The role of the teacher is framed not as a knowledge provider, but as a witness to the student's individuation and transition to Adult ego state. Special attention is given to pedagogical vulnerability, boundary maintenance, and the transformative power of authentic contact in the training of psychotherapists. The text integrates personal narrative, clinical observation, and theoretical foundations, offering a perspective on education as a field for script awareness and transformation.

**Keywords:** transactional analysis, life script, symbiosis, pedagogical vulnerability, narcissistic vulnerability, ego states, idealization, transference, psychotherapy training.

**Обучение как сцена не только для знаний, но и для сценариев. Я преподаю психологию с 2001 года и уже давно понимаю: приходят не только ученики. Приходят и их эго-состояния, их бес- сознательные контракты, их надежды и страхи, иногда — сгустки боли, выживания и неосущест-**

**влённой грандиозности. Особенно ясно это становится в обучении ТА: ведь сам метод говорит языком эго-состояний и сценических структур (Newton, 2003).**

Есть одна особая группа учеников, с которой сталкиваюсь снова и снова: пассивно-агрессивные, тонко

Алла Евгениевна ДАЛИТ

Когда уходит тот, кого ты хотел бы видеть на защите своей школы

цепляющие, остро наблюдающие. У них часто блестящий ум, тонкое чутьё и нереализованная — а порой и неузнанная — нарциссическая часть. Та, что когда-то была запугана стыдом. Та, что не получила права быть яркой, а теперь боится и одновременно требует признания. Кто-то из них бодливо доказывает, что умнее тебя. Кто-то ловит каждое слово и идеализирует до опасной высоты. Кто-то исчезает после первого же конфронтующего комментария, не выдержав столкновения со своей детской уязвимостью, выданной за Взрослого. Я вижу, как в них борются желание вырасти и ужас перед свободой — перед Взрослым, перед самостоятельностью. И мне больше не хочется «оставить всех». Хочется быть рядом, пока они выдерживают.

Почему я больше не страдаю, когда уходят? Раньше было иначе. Уходы ранили. Особенно тех, кто обещал быть «моим», кто смотрел глазами восхищения, кто спорил с азартом или молчал, но оставался на каждом занятии. Я цеплялась, объяснялась и пыталась понять, где недосмотрела, где перегнула, где не дала то, что могла бы. Теперь я думаю иначе. Обучение взрослых — не воспитание. Это не Родитель → Ребёнок, это Взрослый → Взрослый. Или, точнее, это шанс стать Взрослым в момент, когда привычная структура начинает давать сбой. Именно об этом пишет Н. Мишель Ландайш, размышляя о тревоге и дезорганизации в обучающих группах как о естественной части процесса роста профессионала — того, кто начинает выдерживать чужую боль, только научившись не разрушаться от своей собственной (Landaiche III, 2013). Не все готовы, не все хотят — и это нормально.

Иногда это самый настоящий симбиотический кошмар: от идеализации к бегству. Сценарий, в который часто попадают мои ученики, похож на симбиоз с фигурами значимого Родителя: быть любимым, но не вступать в конфликт; быть признанным, но не выдерживать дистанции; быть частью школы, но не становиться собой. В терминах транзактного анализа это — симбиотическая путаница, в которой контракты остаются неосознанными, а мотивация — амбивалентной. Кто-то приходит не учиться, а быть увиденным; кто-то — доказать, что он достаточно хорош; кто-то тайно желает спасения от внутренней пустоты. И всё это — законные желания. Но в пространстве Взрослого их приходится осознать, признавать, перерабатывать. Если этого не происходит — запускается сценарий ухода. Иногда громкого, иногда обиженного, иногда — просто внезапного исчезновения с формулировками вроде: «слишком жёстко», «не совпали», «нечему учиться». А по сути — не выдержана встреча с собой.

Я вспоминаю одну из таких историй (все совпадения случайны, образ собирательный).

Он пришёл ко мне уже взрослым — не по паспорту, а по биографии: за плечами был развод, свой кабинет, клиенты, публикации. Он говорил: «Я давно искал

того, у кого мог бы учиться по-настоящему. Нашёл». Он читал запоем, приносил статьи, блистал на занятиях, ловил тонкие моменты — словно заранее знал, куда я поведу группу. И всё это — с тем самым блеском в глазах, который я давно научилась распознавать: не просто интерес, а голод. Нарциссическая часть, которая долгое время оставалась скрытой, теперь хотела поглощать и быть увиденной. Первые недели он играл роль «восхищённого ученика». Он знал мои формулировки наизусть, цитировал в чатах, говорил другим: «У неё есть всё, чего не хватает нам». Я чувствовала идеализацию и, как всегда бывает в таких случаях, знала: за ней идёт разочарование. Оно и пришло. На супервизии я остановила его, предложив точку зрения, в которой он не выглядел блистательно. И он сорвался: «Вы всегда обесцениваете тех, кто ярче вас!» Это было не про меня, это было про него и его сценарий. Но в тот момент он не мог этого увидеть. Он ушёл. Не сразу — через серию колкостей, дистанций, напряжённого молчания. А через полгода я узнала, что он начал преподавать: с другим преподавателем, по своим темам, с тем же блеском в глазах. И я почувствовала не укол, как раньше, а тишину. Он не остался потому, что не смог, пока не смог. И может быть, позже вернётся — не ко мне, а к себе.

Учитель — фигура инициации. То, что мы называем «обучением», нередко является процессом инициации, как его описывает Джайлс Барроу: через преодоление старых моделей, через обретение свободы не от Родителя, а от внутренней диктатуры застывших сценариев (Barrow, 2018). Учитель здесь — не источник ответа, а свидетель перехода. Но роль свидетеля уязвима. Хасина Абдулла в своей статье о педагогической уязвимости в индийском контексте говорит об опасности академической жёсткости как о бессознательной попытке избежать этой боли (Abdulla, 2023). И я это понимаю: удерживать поле, в котором взрослые люди проходят через кризис своей идентичности, — это не про власть, а про способность не отреагировать, не спасти, не отвергнуть.

Кто остаётся? Остаются не те, кто не спорил, и не те, кто был самым вовлечённым, а те, кто справился со своим стыдом, кто пережил разочарование, кто не растворился в идеализации, а стал использовать контакт как точку роста. Они становятся коллегами, наставниками для других, иногда — преподавателями. Я вижу, как те, кто когда-то говорил: «Мне страшно», теперь ведут группы, конфронтуют, не боятся быть непонятыми. И тогда я думаю: «Всё было не зря. Даже те, кто ушёл, ушли не зря, потому что, если я хоть на шаг приблизила их к точке выбора, — уже достаточно».

В заключение хочу сказать: преподавание — это риск и доверие. Обучение психологов — это всегда о чем-то большем, чем просто теория: это про перенос, про эго-состояния и сценарий. И если мы, преподава-

тели, не готовы выдерживать это, мы останемся в роли «знающих», но не ведущих.

Я больше не страдаю, когда кто-то уходит. Я понимаю: он ушёл потому, что пока не может, или потому, что уже может идти один. И это тоже — результат.

### Список литературы

1. Abdulla, H. (2023). The Educator's Vulnerability: Systemic Oppression From an Indian Frame of Reference. *Transactional Analysis Journal*, 53(4), 341–356.
2. Barrow, G. (2018). For whom is the teacher and for what is the teaching? An educational reframe of the parent ego state. *Transactional Analysis Journal*, 48(4), 322–334.
3. Landaiche III, N.M. (2013). Looking for trouble in groups developing the professional's capacity. *Transactional Analysis Journal*, 43(4), 296–310.
4. Newton, T. (2003). Identifying educational philosophy and practice through imagoes in transactional analysis training groups. *Transactional Analysis Journal*, 33(4), 321–331.

# Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

Лия Ибрагимовна  
**КУРБАНОВА**

Психолог практикующий в модальности транзактного анализа (Московский институт психоанализа — Мультипрофильное консультирование: транзактивный анализ и транзактно-аналитический коучинг, 2024 год), психолог ТА в обучении (Московский институт психоанализа Курс 202. Транзактивный анализ в психотерапии и консультировании, 2024–2027 гг.), член СОТА и ЕАТА; Россия, Москва.  
Telegram-канал: [@My3ActsLife](https://t.me/My3ActsLife)  
Email: [liya.kurbanova@gmail.com](mailto:liya.kurbanova@gmail.com)  
ORCID iD: 0009-0008-1009-801X; ResearcherID: N1Q-5595-2025.



Lia Ibragimovna  
**KURBANOVA**

Practicing psychologist in the modality of Transactional Analysis (Moscow Institute of Psychoanalysis — Multidisciplinary Counseling: Transactional Analysis and Transactional-Analytical Coaching, 2024). TA psychologist in training (Moscow Institute of Psychoanalysis, Course 202: Transactional Analysis in Psychotherapy and Counseling, 2024–2027). Member of SOTA and EATA; Moscow, Russia.  
Telegram channel: [@My3ActsLife](https://t.me/My3ActsLife)  
Email: [liya.kurbanova@gmail.com](mailto:liya.kurbanova@gmail.com)  
ORCID iD: 0009-0008-1009-801X; Researcher ID: N1Q-5595-2025

## Club 27: The Tragedy of Talented Musicians – A Script of the Defeated?

**Аннотация.** Статья посвящена феномену классического «Клуба 27» — группе из 7 музыкантов, которые ушли из жизни в возрасте 27 лет. Среди них — такие легендарные личности, как Курт Кобейн, Джимми Хендрикс, Дженис Джоуплин и другие. Все они оставили незабываемое наследие, но их жизни обрывались трагически рано. Что объединяет этих людей, помимо их музыкального таланта? Почему судьбы этих музыкантов закончились драматически? Статья представляет разбор судеб музыкантов инструментами транзактного анализа (ТА). В ней рассмотрен феномен «Клуба 27», как культурное и психологическое явление, объединяющее трагические судьбы молодых музыкантов через призму эго-состояния, жизненные позиции, родительские приказаний, отзеркаливающих отношения, тупиков и сценариев, сформированных в раннем детстве и подростковом возрасте под влиянием родительских установок, травматичных событий. Выявленные общие паттерны и совпадения в их биографиях — развод родителей, подростковый бунт, болезни, алкоголизм и эмоциональная холодность в семьях — помогли понять механизмы, лежащие в основе трагедий выдающихся музыкантов. А также позволили по-новому взглянуть на внутренний мир культовых фигур XX и XXI века и осмыслить роль ранних психотравм в формировании жизненного сценария.

**Ключевые слова:** Клуб 27, сценарий, проигравший, родительские предписания, не будь собой, не будь близким, не живи, теория люков, эго состояния, бунт, суицид, самоповреждение, зависимость, память будущего, талант, музыка.

**Abstract.** This article is dedicated to the phenomenon of the classic "Club 27" — a group of seven musicians who died at the age of 27. Among them are legendary figures such as Kurt Cobain, Jimi Hendrix, Janis Joplin, and others. All of them left behind an unforgettable legacy, yet their lives were tragically cut short. What unites these individuals beyond their musical talent? Why did their destinies end so dramatically? The article presents an in-depth analysis of these musicians' lives using the tools of transactional analysis (TA). It explores the «Club 27» as both a cultural and psychological phenomenon, connecting the tragic fates of young musicians through the lens of ego states, life positions, parental injunctions, mirroring relationships, impasses, and life scripts — all shaped by early childhood and adolescent experiences under the influence of parental messages and traumatic events. The study identifies recurring patterns and biographical parallels: parental divorce, teenage rebellion, illness, alcoholism, and emotional coldness within families. These insights offer a deeper understanding of the psychological mechanisms behind the tragedies of these outstanding artists and allow for a new perspective on the inner world of iconic figures of the 20th and 21st centuries, highlighting the lasting impact of early psychological trauma on life scripts.

**Keywords:** club 27, script, loser, parental instructions, don't be yourself, don't be close, don't live, hatch theory, ego state, rebellion, suicide, self-harm, addiction, future memory, talent, music.

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

## Кто они?

Классический «Клуб 27» — это неофициальное объединение 7 знаменитых музыкантов, которые умерли в возрасте 27 лет за относительно короткий промежуток времени (4 из них в промежуток с 1969 по 1971 год). Первым в списке «Клуб 27» считается Роберт Джонсон, легендарный блюзовый гитарист, который умер в 1938 году. Затем в клуб вошли такие звёзды, как Джими Хендрикс, Джим Моррисон, Дженис Джоплин, Брайан Джонс, Курт Кобейн и Эми Уайнхаус. После того, как лидер рок-группы Nirvana Курт Кобейн покончил с собой в 1994 году, термин «Клуб 27» вышел за рамки фанатского сообщества и стал общеизвестным.

Если посмотреть на смерти участников «Клуба 27» не как на отдельные трагедии, а как на единое явление, то становится очевидна одна пугающая закономерность. Удивительным образом, при всей разности характеров, эпох и музыкальных стилей, уход у всех был примерно одинаковым. Это были не случайные инциденты — это были долгие, болезненные финалы внутренней борьбы. Но не только это.

Передозировки наркотиками, отравления алкоголем, самоубийства, хронические болезни — у кого-то были проблемы с желудком, у кого-то — приступы удушья от астмы, у кого-то — депрессия и паника, похожие родительские предписания, эго-состояния, жизненные позиции. И когда складываешь эти детали вместе, становится ясно: их тела, так же как и психика, просто не справились. Их смерть — не просто результат зависимости. Это финальная точка в истории аутоагрессии, непрожитых чувств и сценариев, которые они не смогли переписать.

### Таблица 1.

Имена, причины смерти и болезни участников «Клуба 27»

Фото	Имя	Смерть	Болезни
	<b>Роберт ДЖОНСОН</b> Один из самых известных блюзменов XX века	Официальная версия — <b>застрелен</b> ревнивым мужем одной из своих любовниц. По другой версии — <b>отравлен стрихнином</b>	Катаракта, из-за чего страдал слабым зрением и стеснялся собственного вида, носил очки
	<b>Брайан ДЖОНС</b> Основатель The Rolling Stones	<b>Утонул</b> в бассейне, по неподтвержденным данным — <b>был убит</b>	На протяжении всей жизни страдал <b>астмой</b>

Фото	Имя	Смерть	Болезни
	<b>Джимми ХЕНДРИКС</b> Лучший гитарист за всю историю рок-музыки	Захлебнулся рвотными массами после <b>передозировки</b> снотворного, смешавшегося в организме музыканта с <b>амфетамином</b>	Несколько раз оказывался в больнице с <b>ожогами рук после поджигания гитары</b> во время выступления
	<b>Дженис ДЖОПЛИН</b> Одна из величайших «белых» исполнительниц блюза	Официальная версия — сердечная недостаточность. Хотя есть мнение, что причиной смерти могли стать <b>передозировка</b> наркотиков и <b>убийство</b>	Психологические проблемы, связанные в основном с <b>лишним весом</b>
	<b>Джим МОРРИСОН</b> Солоист и лидер группы The Doors	По официальной версии, смерть наступила вследствие передозировки наркотиков, но считают, что это было <b>убийство</b>	<b>Астма</b> , диагноз поставили после переезда в Европу
	<b>Курт КОБЕЙН</b> Лидер группы Nirvana	Официальная версия — застрелился из ружья. Многочисленные конспирологические теории считают, что это было <b>убийство</b>	Проблемы <b>ЖКТ</b> . Синдром раздраженного кишечника, при жизни не диагностировали
	<b>Эми УАЙНХАУС</b> R&B-, джаз-, соул-певица	Отравление <b>алкоголем</b>	Пищевое расстройство (предположительно <b>булимия</b> ), эмфизема лёгких

## Эго-состояние — «Бунтующий ребенок»

У большинства участников «Клуба 27» прослеживается особенно сильный конфликт между внутренними

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

Ребёнком и Родителем. Многие из них были людьми, у которых внутренний Ребёнок не мог найти гармонии с Родителем, что приводило к конфликту и самоуничтожению. Отсюда преобладание «Бунтующего Ребенка» в их внешнем поведении как реакции на жесткие родительские запреты и отсутствие безусловного принятия.

Таблица 2.

Примеры проявления эго-состояния бунтующего ребенка

Фото	Имя	«Бунтующий ребенок»
	<b>Брайан ДЖОНС</b>	Несмотря на высокий интеллект, бунтовал в пику родителям на фоне послушной сестры <sup>1</sup> . В 17 лет ушел из дома с позором
	<b>Дженис ДЖОПЛИН</b>	Была в ссоре с матерью с 14-ти лет. «Моя мать вышвырнула меня из дома, когда мне было четырнадцать» <sup>2</sup> . В 17 лет окончательно ушла из дома и стала певицей в ночных барах
	<b>Джимми ХЕНДРИКС</b>	После смерти матери в 16 лет бросает школу и полностью уходит в музыку <sup>3</sup>
	<b>Джим МОРРИСОН</b>	В 19 уехал из дома, в 21 последний раз виделся с родителями. Цитата из песни <i>The End</i> : — <i>Father?</i> — <i>Yes son?</i> — <i>I want to kill you. Mother... I want to... fuck you!</i> <sup>4</sup>

<sup>1</sup> Брайан Джонс. (n.d.). От жизненного встал он сновиденья... <https://xn--c1ajbjandp.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B9%D0%B0%D0%BD-%D0%B4%D0%B6%D0%BE%D0%BD%D1%81-%D0%BE%D1%82-%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BB-%D0%BE%D0%BD-%D1%81%D0%BD/>

<sup>2</sup> Эмберн, Э. (2006). Дженис Джоуплин — жемчужина рок-н-ролла. М.: АСТ.

<sup>3</sup> ТАСС. (2021, 19 ноября). Полвека бьет током: как Джимми Хендрикс превратил гитарные соло в вид искусства.

<sup>4</sup> Лингво-лаборатория «Амальгама». (n.d.). The End. [https://www.amalgama-lab.com/songs/d/doors/the\\_end.html](https://www.amalgama-lab.com/songs/d/doors/the_end.html)

## ОК-Коралл и жизненная позиция «Я-не ОК»

Одна из ключевых позиций ОК-Коралл, которая наблюдается в судьбах участников «Клуба 27», это позиция «Я – не ОК, Ты – ОК», когда человек чувствует себя недостаточно хорошим, а мир вокруг кажется ему более ценным. Эта позиция может быть связана с постоянным ощущением, что человек недостаточно хорош для мира или для себя. А также «Я – не ОК, Ты – не ОК».

Таблица 3.

Примеры проявления жизненных позиций

Фото	Имя	ОК-Коралл – «Я-не ОК, Ты – ОК», «Я – не ОК, Ты – ОК»
	<b>Брайан ДЖОНС</b>	Все время желал от родителей признания хотя бы того, что он, неважно как, но добился успеха в этой жизни
	<b>Дженис ДЖОПЛИН</b>	В школе подвергалась буллингу со стороны одноклассников. Продолжалось до самого окончания школы.
	<b>Курт КОБЕЙН</b>	«Ненавижу папу, ненавижу маму; папа ненавидит маму, мама ненавидит папу». «Пусть уж меня ненавидят за то, что я есть, чем любят за то, чем я не являюсь» <sup>5</sup>
	<b>Эми УАЙНХАУС</b>	Эми все время изнуряла себя всевозможными диетами. Не любила праздники и вечеринки: они утомляли ее; вместо того чтобы знакомиться с мальчиками, предпочитала выпить или вообще уйти <sup>6</sup>

<sup>5</sup> Wordshow. (n.d.). Цитаты. <https://www.wordshow.ru/quotes?vi=quote&id=9332&catid=44>

<sup>6</sup> Вести. (2018, 24 июля). Мать Эми Уайнхаус: я не надеялась, что она доживет до 30 лет. <https://www.vesti.ru/article/1990070>

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

## Роль отзеркаливающих отношений

С теорией «отзеркаливающих отношений» можно познакомиться в работах Джо Статридж, где описано насколько важно качественное присутствие матери (значимой парентальной фигуры) в жизни младенца. Безусловно, «отзеркаливающие отношения» сыграли серьезную роль в судьбе «Клуба 27». Разбирая детство каждого из участников, мы видим повторяющиеся истории, в которых матери были алкоголизованы, эмоционально нестабильны и недоступны, холодны, большинство из них переживали тяжёлые разводы. Безусловно всё это разрушало базовую опору в психике музыкантов. В такой атмосфере, вероятно, у них сформировался сценарий: «Меня не замечают — значит меня нет». И если представить, что с этим ощущением они выросли, становились звездами, миллионы людей аплодировали им, но внутри всё равно оставалась пустота. Потому что в детстве в глазах значимых близких не было простого послания: «Ты есть, и ты — хороший». И вот тогда их слава становится заменой любви. А сцена — заменой настоящей связи. Только вот подменить любовь нельзя. И в этой тишине — там, где должно было быть зеркало, — оставалось губительное чувство одиночества.

Таблица 4.

Семейная история участников «Клуба 27»

Фото	Имя	Семья
	<b>Роберт ДЖОНСОН</b>	Мать часто меняла мужей. До <b>7 лет</b> у него сменилось три отчима
	<b>Брайан ДЖОНС</b>	Очень хотел снова наладить близкие в детстве отношения со своим отцом. Хотел признания родителей, хотя бы того, что он, неважно как, но добился успеха в этой жизни
	<b>Джимми ХЕНДРИКС</b>	<b>Развод</b> родителей в <b>11 лет</b> . Мать умерла от алкогольной зависимости

Фото	Имя	Семья
	<b>Дженис ДЖОПЛИН</b>	Жаловалась, что родители записали ее в « <b>пропащие</b> », еще когда она была совсем юной, и не меняли своего мнения, пока она не стала звездой
	<b>Джим МОРРИСОН</b>	Мать с <b>алкогольной</b> зависимостью. Особенности отношения с матерью - домашние ссоры, как у семейной пары
	<b>Курт КОБЕЙН</b>	<b>Развод</b> родителей в <b>9 лет</b> . Мать с <b>алкогольной</b> зависимостью
	<b>Эми УАЙНХАУС</b>	<b>Развод</b> родителей в <b>10 лет</b> стал настоящим предательством

## Родительские приказания

Конечно, в судьбах участников «Клуба 27» можно найти примеры всех 12-ти родительских приказаний, описанных Мери и Бобом Гулдингами в работе «Психотерапия нового решения». Наше внимание привлекли наиболее яркие родительские предписания участников K27:

«**Не будь собой**». Многие участники клуба чувствовали, что не имеют права быть собой. Так Роберт Джонсон до того, как вернуться к фамилии отца из-за нескольких браков матери, сменил шесть или около того фамилий. Джимми Хендрикс при рождении получил имя Джонни Аллен Хендрикс, но отец поменял его на Джеймс Маршалл, когда вернулся с войны. От Дженис Джоплин ждали, что она будет соответствовать стандартам женской красоты Америки 50–60-х годов. В детстве мать Курта Кобейна оплатила профессиональ-

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

ную фотосессию, на которой маленький Курт был одет в платье в стиле «Фаунтлерой»<sup>7</sup>. Впоследствии Курт зачастую выходил на сцену в женских платьях. Говорящая фамилия Эми Уайнхаус: в переводе с английского winehouse «винный погреб», певица в последствии умерла от алкогольного отравления. Сама же певица неоднократно говорила о том, что не была рождена для музыки, а для того, чтобы быть матерью и женой. Члены «Клуба 27» были слишком чувствительными, творческими, уязвимыми — и именно это вытесняли.

**«Не будь близким».** Участники клуба, несмотря на популярность, были глубоко одиноки и не умели строить устойчивых, тёплых отношений. Ни один из них так и не смог построить серьезных и крепких отношений. Роберт Джонсон имел два неудачных брака. На протяжении всей жизни был на содержании у богатых и пожилых женщин, которых соблазнял, эксплуатировал и даже избивал, чтобы бросить их, если находил вариант получше. Брайан Джонс имел 4 сыновей, но ни разу не был женат. Интересно, что с первым сыном Саймоном никогда не виделся, двух следующих сыновей назвал Джулианами, по его словам, в честь джазового саксофониста Джулиана Эддерли. Джимми Хендрикс пользовался большой популярностью у женщин, имел романтические отношения с другой героиней «Клуба 27» — Дженис Джоплин. Ни на одной не был женат, но в каждой женщине искал свой идеал, что отражалось в его творчестве. Многие композиции музыканта были пропитаны верой в личное счастье, и большой надеждой на то, что он будет спасен именно женщиной. Дженис Джоплин пряталась от своего одиночества в большом количестве кратковременных любовников. По воспоминаниям близкого окружения, у Дженнис случались моменты любвеобильности, тогда она пробовала и бисексуальные связи. В молодости пробовала стать проституткой. Когда стала знаменитой, для удовлетворения своих сексуальных потребностей предпочитала 16-тилетних мальчиков. Сближение с партнерами, которых она выбирала сама, а также тех, кто отвечал ей взаимностью, было под большим табу. Страдала от навязчивых идей, что мужчины будут рядом с ней только для получения материальных выгод. Джим Моррисон также был известен большим количеством связей. Серьезные отношения связывали певца с редактором музыкального журнала Патрицией Кеннели, с которой он обвенчался по кельтским обычаям. Роковой связью в его жизни стали отношения с Памелой Курсон, которые отмечались частыми изменами и ссорами. По официальной версии Смерть Моррисона вызвала передозировка героина, который предпочитала Памела. Все серьезные отношения Курта Кобейна с Трейси Марандер, Тоби Вэйл, Мэри Лу

Лорд заканчивались по одному сценарию – девушки бросали певца. Роковой связью для Курта стала Кортни Лав, на которой он женился, с кем активно употреблял наркотики. По словам окружения Курта, Кортни стала с ним близкой для того, чтобы решить свои материальные проблемы и развивать свою музыкальную карьеру. Предполагаемый корыстный настрой Лав, стал причиной слухов об убийстве Кобейна, так как незадолго до смерти, он хотел подать на развод<sup>8</sup>.

**«Не живи»:** Практически у каждого из участников клуба проявлялись признаки этого приказа — в зависимости, в психосоматике, в разрушительном поведении и, в конечном итоге, в ранней смерти.

Таблица 5

Примеры родительских приказаний участников «Клуба 27»

Фото	Имя	Не будь собой	Не будь близким	Не живи
	<b>Роберт ДЖОНСОН</b>	В общей сложности было <b>шесть</b> фамилий	Два <b>неудачных</b> брака. Дети умирали при родах. Одного ребенка не признал	«В глубине души я тогда осознал, что бедному Бобу суждено пойти на дно» <sup>9</sup>
	<b>Брайан ДЖОНС</b>	Было две сестры: Памела умерла 14 октября <b>1945 г.</b> от лейкемии; и Барбара <b>1946 г.р.</b>	Женат <b>не был</b> , 4 детей. С первым сыном не был знаком	«Боб Дилан, скорее всего, переживёт всех нас, я не хочу сказать, что жду — не дождусь, что умру раньше него, но можете ли вы подумать о ком-нибудь, с кем вам будет неплохо постареть, даже на расстоянии?» <sup>10</sup>
	<b>Джимми ХЕНДРИКС</b>	Отец вернулся с войны и <b>сменил имя</b> сына с Джонни Аллена Хендрикса на Джеймса Маршалла	Женат <b>не был</b> , при этом в каждой искал свой идеал	«Только мертвый для жизни готов» <sup>11</sup>

<sup>8</sup> Life.ru. (2015, 24 марта). Кортни Лав или суицид? Кто убил Курта Кобейна. <https://life.ru/p/1104953>

<sup>9</sup> LyrSense. (n.d.). Cross Road Blues. [https://lyrsense.com/robert-johnson/cross\\_road\\_blues](https://lyrsense.com/robert-johnson/cross_road_blues)

<sup>10</sup> Брайан Джонс. (n.d.). От жизненного встал он сновиденья. <https://xn--c1ajbbandp.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B9%D0%B0%D0%BD-%D0%B4%D0%B6%D0%BE%D0%BD%D1%81-%D0%BE%D1%82-%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B2%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BB-%D0%BE%D0%BD-%D1%81%D0%BD/>

<sup>11</sup> Цитаты известных личностей. (n.d.). Джимми Хендрикс. Получено с <https://ru.citaty.net/avtory/dzhimi-khendriks/>

<sup>7</sup> Кросс, Ч. Р. (2013). Тяжелее небес. Жизнь и смерть Курта Кобейна, о которых вы ничего не знали прежде (Переведено с англ. И. Константинова). М.: Эксмо.

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

Фото	Имя	Не будь собой	Не будь близким	Не живи
	<b>Дженис ДЖОПЛИН</b>	«Моя мать пробовала <b>сделать</b> меня такой, <b>как все</b> ... но я никогда бы не смогла» <sup>12</sup>	Замужем <b>не была</b> . Романы с известными музыкантами. Были периоды бисексуальности	«Свобода — это просто еще одно слово, означающее, что нечего терять» <sup>13</sup>
	<b>Джим МОРРИСОН</b>	Наиболее важная сторона свободы — быть тем, кем <b>являешься</b> <sup>14</sup>	Большое количество романов. <b>Роковая связь</b> с Памелой Курсон	«Смерть случается только раз. Я не хочу проспать её» <sup>15</sup>
	<b>Курт КОБЕЙН</b>	«То, что я иногда <b>переодеваю</b> в женскую <b>одежду</b> , показывает, что я могу быть настолько женственным, насколько захочу» <sup>16</sup>	Все серьезные отношения заканчивались тем, что девушки его бросали. <b>Роковая связь</b> с Кортни Лав	«Я не боюсь смерти. Когда ты умираешь, твоя душа продолжает жить и становится абсолютно счастливой. Полный покой после смерти, перерождение в кого-то другого — вот самая большая надежда моей жизни...» <sup>17</sup>

Фото	Имя	Не будь собой	Не будь близким	Не живи
	<b>Эми УАЙНХАУС</b>	Я соглашусь с тем, что талантлива. Но — и это совершенно точно — я была рождена <b>не для того, чтобы петь</b> . Я была рождена для того, чтобы быть женой и матерью. И приглядывать за семьей <sup>18</sup>	<b>Роковая связь</b> с Блейком Филдер-Сивилом. Брак продлился с 2007 по 2009 г. Перед смертью хотела выйти замуж и удочерить девочку	«Все приличные люди покинули этот мир в <b>27 лет</b> , и я их прекрасно понимаю: любовь оказалась дерьмом, петть больше не о чем, ведь поешь всегда о себе! Ну и чего здесь ошиваться?» <sup>19</sup> Мать исполнительницы призналась: она всегда знала, что Эми <b>не доживет до 30 лет</b> <sup>20</sup>

Таким образом, приказания — «не будь собой», «не будь близким», «не живи» — предстают перед нами не как теоретические тезисы. Они показывают реальные сценарии, по которым шли музыканты «Клуба 27». Каждый из них старался найти дорогу к себе, к любви, к жизни. Только внутренние ограничения и предписания, полученные от родителей ещё в детстве, оказались сильнее них.

## Жизненный сценарий и тупик 3 степени

Наша гипотеза заключается в том, что жизненный сценарий «Пока не» был характерен для большинства участников «Клуба 27». Напомним, сценарий «Пока не» описывает ситуацию, когда человек решает, что он продолжит действовать или жить до тех пор, пока не случится его обесценивание или же пока его усилия не будут признаны. Родители и близкие большинства из участников «Клуба 27» очень любили музыку, разбирались и играли на различных инструментах. Старший брат Роберта Джонсона научил его играть на гитаре. Родители Брайана Джонса были глубоко увлечены музыкой. Отец умел играть на фортепиано и органе, пел в церковном хоре. Мать была учителем музыки. Дед и бабушка Джими Хендрикса были актёрами варьете в Ванкувере. Дженис Джоплин почитала и очень любила своего отца, считая его музыкально образованным. А ее мать выступала в мюзиклах на студенческой сцене,

[kobein-ia-ne-boius-smerti-kogda-ty-umiraesh-tvoia-dusha-pr/](http://kobein-ia-ne-boius-smerti-kogda-ty-umiraesh-tvoia-dusha-pr/)

<sup>18</sup> Pravilamag. (n.d.). Правила жизни Эми Уайнхаус. <https://www.pravilamag.ru/hero/283-amy-winehouse/>

<sup>19</sup> 7Days. (2012, 22 апреля). Эми Уайнхаус: одна в темноте. <https://7days.ru/caravan/2012/4/emi-uaynkhaus-odna-v-temnote.htm>

<sup>20</sup> Вести. (2021, 23 июля). Мать Эми Уайнхаус: я не надеялась, что она доживет до 30 лет. Вести. <https://www.vesti.ru/article/1990070>

<sup>12</sup> Эллис, Э. (2006). Эллис Эмберн: Дженис Джоплин — жемчужина рок-н-ролла. М.: АСТ.

<sup>13</sup> Переводы песен. (n.d.). Я и Бобби Маки. Получено с <https://lyricstranslate.com/ru/me-and-bobby-mcgee-%D1%8F-%D0%B8-%D0%B1%D0%BE%D0%B1%D0%B8-%D0%BC%D0%B0%D0%BA%D0%B3%D0%B8.html>

<sup>14</sup> Цитаты известных личностей. (n.d.). Джим Моррисон: «Наиболее важная сторона свободы — быть тем, кем я являюсь». Получено с <https://ru.citaty.net/tsitaty/654378-dzhim-morrison-naibolee-vazhnaia-storona-svobody-byt-tem-kem-ia-iv/>

<sup>15</sup> Цитаты известных личностей. (n.d.). Джим Моррисон: «Смерть случается только раз, я не хочу проспать её». Получено с <https://ru.citaty.net/tsitaty/631942-dzhim-morrison-smert-sluchaetsia-tolko-raz-ia-ne-khochu-prospat-eio/>

<sup>16</sup> Цитаты. (n.d.). Курт Кобейн: То, что я иногда переодеваю в женскую одежду. <https://ru.citaty.net/tsitaty/479188-kurt-kobein-to-cto-ia-inogda-pereodevaius-v-zhenskuiu-odezhdu-po/#:~:text=%D0%9A%D1%83%D1%80%D1%82%20%D0%9A%D0%BE%D0%B1%D0%B5%D0%B9%D0%BD%20%D1%86%D0%B8%D1%82%D0%B0%D1%82%D0%B0%3A%20%E2%80%9E%D0%A2%D0%BE%2C.%D0%B1%D1%8B%D1%82%D1%8C%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%BE%20%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%20%D0%BC%2C%20%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BA%D0%BE%20%D0%B7%D0%B0%D1%85%D0%BE%D1%87%D1%83.>

<sup>17</sup> Кобейн, К. (n.d.). Я не боюсь смерти. Когда ты умираешь, твоя душа пр... Получено с <https://ru.citaty.net/tsitaty/476325-kurt>

Лия Ибрагимовна КУРБАНОВА

Клуб 27: Трагедия талантливых музыкантов — сценарий побежденных?

в свое время отвергла предложение начать профессиональную музыкальную карьеру. Дядя Курта Кобейна играл в рок-н-рольной группе Beachcombers. Семья Эми Уайнхаус издавна была погружена в музыкальную жизнь, прежде всего джаз: известно, что бабушка (по отцовской линии) в 1940-х годах имела близкие отношения с легендарным британским джазменом Ронни Скоттом, а братья матери были профессиональными джазовыми музыкантами<sup>21</sup>. С подачи Эми ее отец начал сольную музыкальную карьеру.

Таким образом, сценарий участников «Клуба 27» можно сформулировать так: «Пока не» — «Я буду жить, пока ты не обесценишь мои сногшибательные успехи в твоём хобби (в случае наших героев — музыка)».

Каждый из участников «Клуба 27» был талантлив и имел невероятный успех. Однако их трагедии заключались в том, что они не смогли справиться с внутренними конфликтами, которые постоянно возникали у них в эго-состояниях. Родительские приказания, незакрытые люки, недолюбленный бунтующий ребенок внутри — всё это создавало неразрешённые конфликты, которые в итоге привели их к саморазрушению.

Эти трагедии напоминают нам, как важно быть в гармонии с собой, как важно не быть пленником своих внутренних конфликтов, сценариев и не позволять давлению внешнего мира разрушать наше внутреннее «Я».

### Список литературы

1. Берн, Э. (2021). *Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры*. Эксмо.
2. Берн, Э. (2020). *Психотерапия новой жизни*. Эксмо.
3. Гулдинг, Р., & Гулдинг, М. (2016). *Психотерапия нового решения: как изменить жизненный сценарий*. Класс.
4. Stuthridge, J. (2006). Inside out: A transactional analysis model of trauma. *Transactional Analysis Journal*, 36(4), 270-283.
5. Стюарт, И., & Джойнс, В. (2005). *Транзактивный анализ сегодня. Введение в теорию и практику*. Класс.
6. Штайнер, К. (2002). *Сценарии жизни: как люди становятся тем, кем они являются*. Академический проект.
7. Эмберн, Э. (2006). *Дженис Джоплин — жемчужина рок-н-ролла*. АСТ.
8. Кросс, Ч. Р. (2013). *Тяжелее небес. Жизнь и смерть Курта Кобейна, о которых вы ничего не знали прежде* (И. Константинова, Пер.). Эксмо.

9. Кобейн, К. (2015). *Предсмертное письмо Курта Кобейна*. Pikabu.ru. [https://pikabu.ru/story/predsmertnoe\\_pismo\\_kobeyna\\_3101833](https://pikabu.ru/story/predsmertnoe_pismo_kobeyna_3101833)
10. Кападия, А. (Режиссёр). (2015). *Эми* [Документальный фильм].
11. Морген, Б. (Режиссёр). (2015). *Кобейн: Чёртов монтаж* [Документальный фильм].
12. Берг, Э. (Режиссёр). (2015). *Дженис: Маленькая девочка грустит* [Документальный фильм].
13. ДиЧилло, Т. (Режиссёр). (2009). *The Doors: When you're strange* [Документальный фильм].
14. Восберг, С. (Режиссёр). (2004). *Джимми Хендрик: Неоконченная история* [Документальный фильм].
15. Гарсиа, Д. (Режиссёр). (2019). *Rolling Stone: Жизнь и смерть Брайана Джонса* [Документальный фильм].

<sup>21</sup> Гламурчик. (n.d.). Эми Уайнхаус. Получено с <https://glamurchik.tochka.net/dossie/112-emi-uaynkhaus/>

**ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?**

ИНТЕРВЬЮ / INTERVIEW

DOI: <https://doi.org/10.56478/taruj20255252-56>

Максим РАЗДОБРЕЕВ:

**«Моя задача — развить транзактивный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»****Ольга Владимировна  
КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА**

Главный редактор журнала «Транзактивный Анализ в России»; частная психологическая практика, магистр психологии; член SOTA и EATA; Москва, Россия; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455

**Olga Vladimirovna  
KOCHETKOVA-KORELOVA**

The editor-in-chief of "Transactional Analysis in Russia"; private psychological practice, Masters degrees in Psychology; member of SOTA and EATA; Moscow, Russia; [ok810@yandex.ru](mailto:ok810@yandex.ru)  
ORCID: 0000-0001-5059-3455

Maxim RAZDOBREEV:

**"My Mission is to Develop Transactional Analysis in the Far East and Siberia"**

**Аннотация.** Журнал «Транзактивный Анализ в России» продолжает знакомить читателей с преподавателями. Максим Раздобреев (г.Чита) рассказывает о том, как он сменил профессию и получил второе, психологическое, образование. Максим познакомился с методом благодаря книгам Эрика Берна и Михаила Литвака. В интервью Максим рассказывает о своём видении некоторых концепций транзактивного анализа, о личном подходе к психотерапии через разные школы ТА. Собеседник журнала делится своим видением разных школ и типов запросов, с которыми они работают лучше. Также из интервью можно узнать, у кого учился сам Максим, какие преподаватели ТА повлияли на него, например Тони Вайт, с которым они поддерживают связь и обсуждают научные идеи и проблемы.

Из статьи можно узнать, чему можно научиться у этого преподавателя, а чего не стоит ожидать в контакте с ним.

**Ключевые слова:** Михаил Литвак, Эрик Берн, транзактивный анализ, Дальний Восток, Сибирь.

**Abstract.** The "Transactional Analysis in Russia" journal continues introducing its readers to the trainers. Maksim Razdobreyev (Chita) shares how he changed his profession and got a second degree in Psychology. His first encounter with the method came through the books of Eric Berne and Mikhail Litvak. In this interview, Maksim talks about his perspective on certain concepts within transactional analysis and his personal approach to psychotherapy shaped by various TA schools. He shares his perspective of different schools and the types of issues they are best suited to address. The interview also tells about Maxim's teachers and TA trainers who influenced him – for example, Tony White, with whom he maintains contact and discusses scientific ideas and issues. The article gives the idea of what one can expect to learn from this trainer, and what not to expect in contact with him.

**Keywords:** Mikhail Litvak, Eric Berne, transactional analysis, Far East, Siberia.

**— Максим, расскажите о себе: как вы себя ощущаете и позиционируете в мире ТА как преподаватель или как транзактивный аналитик. С чего начались ваши отношения с ТА?**

— Я пришел в транзактивный анализ, в психотерапию, из организационной психологии. У меня есть хороший, хоть и непростой, эмоционально нагруженный клинический опыт: я работал в кризисном центре. Там

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Максим РАЗДОБРЕЕВ: «Моя задача — развить транзактный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»

были центр временного содержания несовершеннолетних и круглосуточный телефон доверия для детей и взрослых. Туда попадали разные дети, в том числе подростки, которые употребляли психоактивные вещества.

Транзактный анализ я долгое время изучал самостоятельно, потому что ещё не было тогда онлайн-образования, они в основном в пандемию ковида появились. Книги, которые были доступны на русском языке, прочитывались мною по несколько раз. Как бы странно ни прозвучало, но профессиональное развитие для меня стало возможным благодаря ковиду. Я живу далеко — за шесть тысяч километров от Москвы, шесть часов разница, — поэтому, конечно, 2020 год стал ключевым для меня в профессиональном плане. Я стоял перед непростым выбором: между защитой кандидатской и написанием СТА. Выбрал второе, уж коль скоро я смотрю в сторону именно частной практики, нежели преподавания в университете. Хотя я работал преподавателем в университете, но решил, что СТА для меня более актуально. Я окончил аспирантуру, но от написания кандидатской отказался.

### — Вы читали книги по ТА. В какой момент сказали себе: интересно, пойду туда?

— А это было прямо про услышанное. Я как раз учился на втором курсе психологии управления персоналом, и на тот момент был начальником регионального отдела продаж в оптовой компании. У меня было человек сорок — люди в возрасте, опытные в торговле, а мне было двадцать два года. Мне было сложно, поэтому я после первого — экономического коммерческого образования — пошел учиться на психологию управления. Я искал, как же вообще выстроена система управления в организации, как налаживать деловые взаимоотношения с людьми. И мне попался диск с аудиокнигой Берна «Игры, в которые играют люди». Я, кстати, многие книги Берна услышал в формате аудиокниг, и образ Берна у меня соединился с голосом переводчика. Первый раз включил и вообще ничего не понял — на слух воспринять какие-то транзакции, какие-то там Родитель, Взрослый, Ребенок или эго-состояние было сложно. Я послушал минут 40 и забыл, решив, что это сложная научная штука и для практики вообще. А спустя года три-четыре мне попала книга Литвака. Там было изложено попроще.

И я вспомнил, что где-то уже это слышал. И после этого стал снова, уже вдумчиво, слушать Берна. Что-то мне становилось понятно, может быть, правильнее сказать — так у меня возникла иллюзия понимания. Сейчас, конечно, отсюда, из текущего момента я смотрю на все иначе. Даже забавно вспоминать того себя.

А на тот момент у меня было ощущение, что я узнал вселенскую истину. Что теперь я знаю транзактный

### • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



#### Максим РАЗДОБРЕЕВ

- Психолог первой квалификационной категории
- СТА (Р) сертифицированный транзактный аналитик в области психотерапии
- PTSTA (Р) предварительный тренирующий и супервизирующий транзактный аналитик
- Член комитета по стандартам обучения Санкт-Петербургской Организации Транзактного Анализа
- <https://razdobreev.tilda.ws>
- [https://t.me/Maxim\\_razdobreev](https://t.me/Maxim_razdobreev)

анализ и вообще психологию, психотерапию; я знаю, как жить, что я могу научить всех жить. Дальше я начал скачивать другие аудиокниги. Но до сих пор у меня любимая книга по транзактному анализу — Берна 1961 года. Я ее послушал раз пять и прочитал, наверное, раз двадцать, до сих пор ее перечитываю и нахожу что-то, на что раньше не обращал внимания. Каких-то моментов он просто коснулся вскользь, но там такая концентрация мысли, как тягучий сироп, который можно разбавлять, разбавлять, разбавлять, разбавлять, и он все равно будет сладким.

Примерно то же происходит с транзактным анализом. Если посмотреть на увеличивающийся список премий Берна, то каждый раз кто-то из транзактников ныряет дальше и глубже, и этот сироп оттуда собирает какие-то капли, и все это создает что-то новое.

### — Ваш путь в ТА: кто ваши учителя, как вы их выбрали?

— Просто гуглил, но даже в интернете была очень скудная информация, какой-то целостной программы обучения или места, где это централизованно можно посмотреть, тогда не было. Сейчас появились телеграм-каналы, сайты. Я читал хэндбук (знаю его практически наизусть, читал на английском), но ощущал дефицит информации. Тогда мне казалось, что стать сертифицированным транзактным аналитиком нереалистично. Условно, тогда один модуль стоил 10 тысяч рублей, он проходил в Москве или Санкт-Петербурге, а для меня это выливалось в разы большие суммы: перелет из Читы туда и обратно, гостиница, еда. И так надо минимум тридцать раз.

Я даже не думал о сертификации: для меня это было нечто подобное яхте за миллиард, которая есть в ка-

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Максим РАЗДОБРЕЕВ: «Моя задача — развить транзактный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»

кой-то другой, параллельной, чужой жизни. Мой первый преподаватель Алла Далит, тогда она была СТА и ее часы не учитывались. Меня это вполне устраивало, ведь я не собирался сертифицироваться. Нужны были навыки, обучение — и это было хорошее обучение. Я ни разу не пожалел, что я обучался онлайн у Аллы в МИР-ТА, потому что само обучение полностью закрыло те потребности, которые у меня были на тот момент. И все равно оставалось много чего непонятного разрозненного. Мой терапевт посоветовала мне пойти на сертификацию и написать письменную работу именно для того, чтобы интегрировать теорию и знания в транзактном анализе, что письменная работа очень хорошо структурирует хаос в голове от количества концепций.



### — Вы начинали сертификацию не для статуса?

— Конечно нет. Я живу в Забайкалье. Что такое сертифицированный транзактный аналитик здесь никто не знает. С точки зрения клиента это и вовсе не имеет никакого смысла. На жизни, на практике это никак не отражается. Но сам процесс — интегрировать теорию — мне был интересен. И это было, наверное, самое сложное испытание в моей жизни: я писал работу три года, каждый день, ставил себе план и писал. Помимо того, что я разобрался в транзактном анализе, я научился писать тексты, потому что до этого мне было легко говорить и достаточно сложно излагать мысли последовательно в двухмерном пространстве. Я начал писать СТА в июле девятнадцатого года, а в начале июля двадцать второго года я отправил ее на проверку.

### — Чему у вас можно научиться, какие вы курсы проводите, сами создали какой-то курс или преподаете базовые вещи в ТА?

— Вообще, если говорить глобально, моя задача — развить транзактный анализ на Дальнем Востоке, в Сибири, потому что здесь нет вообще транзакт-

ного анализа, лишь единичные специалисты, которые этим интересуются. Я считаю, что хорошо понимаю эволюцию школ транзактного анализа. В контакте со мной можно научиться пониманию особенностей школ транзактного анализа и как их применять с учетом особенностей клиента; с какими типами клиентов, с какими проблемами и запросами могут разные школы работать. Методы какой школы более эффективны в том или ином случае. Допустим, редиссижен эффективен с невротическими клиентами первого и второго тупика. Интегративный транзактный анализ, реляционный транзактный анализ хорошо работают с пограничным уровнем, где есть расщепление, с третьими тупиками. Интегративный ТА прекрасно работает с травмами, как с кумулятивными, накопленными, так и просто с острыми травмами и ПТСР. Большой интерес к сотворческому транзактному анализу в части терапии без регрессии. И так далее.

### — Мне кажется, я первый раз слышу от преподавателя подход не по концепциям ТА, а именно по школам. Это что-то новое для меня.

— Я постоянно говорю про разницу подходов и что терапию можно делать по-разному, где только можно. Недавно я проводил по терапии характера, по привязанности в терапевтических отношениях, короткий семинар, двенадцатичасовой. Был семинар по сертификации в транзактном анализе. Мне интересно сделать семинар немножко критический о психотерапии как рэкетном процессе. Иногда психотерапия может быть не только полезной, но и выполнять некоторую функцию ухода от реальности. Или терапевтические группы по отношениям: то есть вместо того, чтобы заниматься реальными отношениями, я читаю книжки про отношения и хожу на терапевтические группы.

### — Максим, если я правильно понимаю, то в России вы самый молодой сертифицированный преподаватель ТА?

— В России, наверное, да. Мне 40 лет. На Украине есть Анна Головань, она младше меня. Кстати, я сейчас выгляжу моложе, чем 10 лет назад, судя по фотографиям. Думаю, это все годы терапии.

### — Как вам быть самым молодым российским сертифицированным преподавателем?

— Я думаю, нет корреляции между возрастом и вашими компетенциями как преподавателя. Допустим, та же Анна Головань — прекрасный преподаватель, и я у нее учился, она очень на меня повлияла. Контракт на СТА у меня был изначально с Сергеем Бухаруком, но в 2022 году я его перезаключал и защищался уже с Еленой Соболевой. Она тоже повлияла на меня, как и Борис Володин. Тони Вайт — я был на его семинарах в Питере, когда он прилетал в семнадцатом году, учился

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Максим РАЗДОБРЕЕВ: «Моя задача — развить транзактный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»

у него онлайн, мы переписываемся и размышляем вместе над какими-то сложными вопросами. Вот недавно размышляли над некоторыми двойными транзакциями, о которых Берн вкратце упомянул в книге «Что вы говорите после того, как сказали здравствуйте».

**— Почему решили стать преподавателем именно транзактного анализа, ведь вы даже не собирались, как я понимаю, это делать?**

— Профессиональные спортсмены не могут перестать заниматься спортом, их мышцы требуют постоянной нагрузки, иначе — будут болеть. Видимо, мой организм тоже привык к некоторой нагрузке и это стало потребностью: психика просит возрастающей интеллектуальной нагрузки. Вторая причина: я все-таки преподавал в университете, и мне это интересно. В школе я вообще хотел быть учителем истории, но не пошел поступать в педагогический, потому что зарплата у учителя истории в начале двухтысячных годов была очень маленькой. То есть тяга к этому была. И еще момент: когда что-то знаешь, то это хочется куда-то транслировать, иначе это внутри начинает кипеть, разрываться, и тогда я начал бы клиентов перегружать немножко психпросвещением.

**— В чем ваша суперсила как преподавателя?**

— Помню фразу моей учительницы математики со школы: нельзя научить — можно научиться. Сто процентов — нельзя загрузить знания в голову, как в компьютер, нельзя загрузить навыки. Процесс конструирования знаний — это развитие ассоциативно-теменной коры. Когда человек берет разную информацию, рефлексивует, думает, выстраивает нейронные сети. Просто вливать информацию невозможно, какой бы крутой ни был преподаватель.

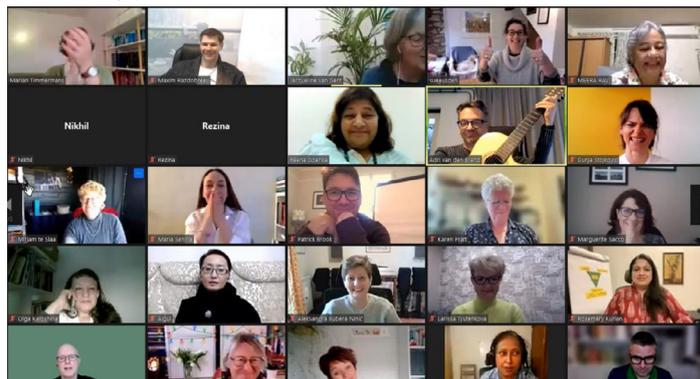
Поэтому некоторая, такая, условно говоря, эффективность преподавателя в том, что он может фасилитировать этот процесс включения обучающегося в активность конструирования какой-то информационной речевой модели мира.

**— Есть что-то такое, что вы как преподаватель можете использовать как ваш сильный инструмент?**

— Я приглашаю и поддерживаю развитие собственного способа думать. Конечно, когда мы осваиваем новую профессию, нам важно иметь заимствованную идентичность, ориентироваться на каких-то мастодонтов, авторитетные фигуры и им подражать. Так же, как ребенок подражает бабушке, которая печет пирожки, или папе, который забивает гвозди. Но это должно привести в какой-то момент к кризису, где будет сформирована своя собственная идентичность. Это то, к чему я приглашаю обучающихся. Хотя бывает непросто, очень

соблазнительно взять готовое — вот делай так, и все получится. Это может фрустрировать, но именно эта фрустрация, на мой взгляд, позволяет сформировать собственный стиль. Я тоже работаю с перерешением, но я никогда не сделаю перерешение так, как делали Гулдинги. Никогда не буду делать терапию, как Берн или Тони Вайт, я сделаю ее как Максим Раздобреев.

Мы обучаем взрослых людей, и важно, чтобы они тоже формировали свой индивидуальный стиль, свое индивидуальное понимание процесса терапии.



**— Как вы думаете, что студенты ценят вас больше всего?**

— Рискну предположить, что структурность, ясность мышления, интерактивность и приглашение к диалогу, к размышлению в диалоге, что здесь можно высказывать любые мысли, задавать любые вопросы, нет правильных и неправильных мыслей и вопросов. Давайте вместе разбираться и продвигаться, развивать теорию ТА, давайте учиться вместе через совместное сотворческое обучение.

**— А с чем им сложно с вами как преподавателем?**

— Я могу рассказывать достаточно сложные вещи, забегая вперед, и понимаю, что пока эту информацию еще не на что положить, нет базы, матрицы, за что бы она зацепилась. Я могу не учитывать подготовку. И я не очень щедр на поглаживания. Скорее поразмышлять, подумать, но прямо поддержка и поглаживания — не про меня.

**— То есть, перефразируя, если студент ищет какого-то очень теплого преподавателя, то это скорее не к вам. К вам — за структурой, четкостью, за пробросом в будущее на опережение, за задачами со звездочкой. Какой ваш драйвер активнее всего проявляется в преподавании?**

— Думаю, два: «Будь совершенным» и «Спеши».

**— Какая концепция ТА ваша самая любимая?**

— Эго-состояния. Это ядро транзактного анализа. Все остальное исходит из эго-состояний.

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

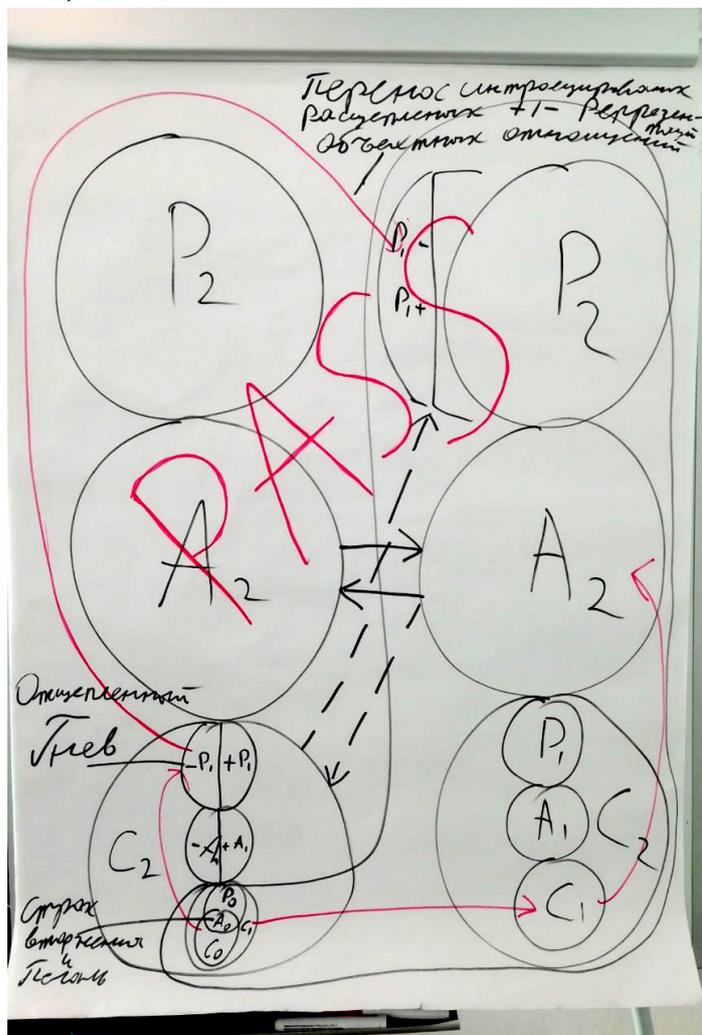
## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Ольга Владимировна КОЧЕТКОВА-КОРЕЛОВА

Максим РАЗДОБРЕЕВ: «Моя задача — развить транзактный анализ на Дальнем Востоке и в Сибири»

— С какой концепцией и моделью сложнее работать вам как преподавателю, и какую вы меньше всего используете? Поглаживания (моя фантазия)?

— Иногда мне кажется, да, эта концепция окрашена именно штайнеровской атмосферой Калифорнии семидесятых, хиппи. На самом деле поглаживания могут приводить к инфляции и раздутию эго, нарциссического пузыря, и это может быть не полезно. И я, честно скажу, не люблю концепцию личностных адаптаций, считаю ее сложной, нагруженной и не отражающей глубинной структуры личности и характера, в отличие допустим, от концепции большой пятерки или типологии. Концепцию Памелы Левин по стадиям развития тоже не очень люблю, мне там не хватает какой-то научной обоснованности, она мне кажется немножко спекулятивной.



— Ближайшая зона вашего развития?

— Это подготовка к экзамену TSTA, развитие навыков преподавания, обучения, ведение супервизий, каскадных супервизий; это то, чему посвящено сейчас основное мое время.

— Ваше кредо, девиз как преподавателя?

— Фраза про то, что нельзя научить — можно научиться, мне нравится.

— Есть ли у вас тотемное животное, с которым вы себя ассоциируете или считаете вашим талисманом?

— Талисмана нет, но ассоциирую себя с котом, какие-то черты характера похожи на кошачьи.

— Сколько у вас студентов на контракте и кто уже защитился?

— У меня еще никто не защитился; три студента на контракте, один фактически дописал письменную работу, вносит правки; думаю, что к сентябрю эта работа будет готова.

— Где у вас можно поучиться?

— Сейчас у меня одна очная группа в Чите, она закрытая. С 27 сентября стартует онлайн-группа (1 год 202 курса). Ну и конечно, я открыт для каких-то предложений о сотрудничестве именно в дальневосточном регионе.

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

ИНТЕРВЬЮ / INTERVIEW

DOI: <https://doi.org/10.56478/taruj20255257-61>

# Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается упражнениями!»

**Александра Оганезовна  
МКХИТАРЯН**

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

**Alexandra Oganezovna  
MKHITARYAN**

Place of work: psychologist, private practice, host of the podcast  
"Speaking OK"; Moscow, Russia; [sasha.mkhitarian@gmail.com](mailto:sasha.mkhitarian@gmail.com);  
ORCID ID: 0000-0002-8687-7174; Researcher ID: AAG-2854-2022

# Irina PINGAREVA: "Mastery is achieved through practice"

**Аннотация.** Интервью с преподавателем, сертифицированным Международной Ассоциацией Транзактного Анализа, Ириной Пингаревой о том, как она выбрала транзактный анализ и об особенностях своего преподавания.

**Ключевые слова:** сертифицированные преподаватели, EATA, суперсила, тотемное животное, студенты, обучение.

**Abstract.** An interview with Irina Pingareva, a trainer certified by the International Transactional Analysis Association, about how she chose the modality of transactional analysis and the particularities of her teaching.

**Keywords:** certified teachers, EATA, superpower, totem animal, students, teaching.

## — Расскажите о себе (визитка — статусы, ре- галии, опыт, направления работы).

— У меня психоаналитическое мышление: я изначально пришла из психоанализа и до сих пор мыслю именно так. Но работать как классический психоаналитик у меня не получилось — просто не совсем мой темперамент. И вот здесь очень органично подошёл транзактный анализ.

Сейчас я идентифицирую себя как транзактного аналитика, использующего и другие подходы. На сегодняшний день — с 13 июня 2025 года — у меня есть новый статус PTSTA-р в Международной ассоциации Транзактного Анализа (ИТАА). Это означает, что я имею право супервизировать и преподавать транзактный анализ.

Также я телесный психотерапевт. Это направление у меня тесно интегрировано с транзактным анализом. Я не использую телесную терапию как отдельный метод, скорее — как инструмент, который помогает клиентам выражать чувства через упражнения, телесные практики, дыхание и другие техники.

## — С чего начались ваши отношения с ТА?

— Мы учились в Восточноевропейском институте психоанализа, и в рамках знакомства с разными модальностями к нам приходили представители разных направлений. Помню, кто-то показывал НЛП, кто-то рассказывал о гештальте, ещё кто-то — о чём-то своём. И вот пришла Татьяна Ильинична Сизикова. Я вообще человек, который не опаздывает, но именно на неё я опоздала — зашла уже во время занятия, села где-то в конце.

Она рассказывала и вдруг показала эти три кружочка. Я подняла руку и спросила: «А что это за кружочки?» — и Татьяна Ильинична снова всё объяснила. И тут меня буквально накрыло. У меня много лет был вопрос, с которым я не могла разобраться в собственном анализе: почему моя мама, которая меня любит, обожает, заботится, завидует мне? Я это чувствовала, но никак не могла понять, как такое вообще возможно.

И вот, увидев эти кружочки: Внутренний Ребенок моей мамы завидует моему внутреннему ребенку. Это было подобно вспышке. Я не знала, что это транзактный анализ. Я просто впервые получила настоящий от-

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Александра Оганезовна МХИТАРЯН  
Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается упражнениями!»

вет. И второй ответ был ещё круче: Татьяна Ильинична говорила, как эти состояния — Ребёнок, Родитель и Взрослый — переключаются внутри нас, как они могут быть смешаны. И я влюбилась. В кружочки.

Потом я уже рассмотрела Татьяну Ильиничну — она мне тоже понравилась. Я подошла, спросила, когда у неё будет обучение. Я не знала ни цены, ни условий, ни сроков. Но она сказала: «Осенью». И как только я окончила институт, сразу пошла учиться транзактному анализу.

Это был настоящий восторг. Восторг от кружочков.

### — Ваш путь в ТА, ваши учителя.

— Моим первым учителем в транзактном анализе была Татьяна Ильинична Сизикова. Именно она впервые показала мне эти знаменитые три кружочка, с которых, можно сказать, всё и началось. Позже она пригласила в нашу группу Татьяну Анистратенко — она тогда жила в Ростове, не знаю, где сейчас. Татьяна стала нашим первым сопровождающим психотерапевтом и показывала, как ТА работает в действии.

Когда мы начали расти, становиться более зрелыми как студенты и практики, в моей жизни появилась Елена Соболева. Я стала её клиенткой, она стала моим терапевтом. Много лет она была рядом со мной. Именно она пригласила в нашу работу Марейку Арендсен Хейн. Мы перешли к ней в сопровождение, и у нас была индивидуальная групповая терапия на протяжении восьми лет.

Я считаю, что Марейке очень сильно на меня повлияла. Она работала интегративно, миксовала транзактный анализ с телесными упражнениями, вербальной терапией, НЛП, гештальтом — и это мне было очень близко. Я и сама всё время параллельно училась: немного гештальта, системная терапия, детская, подростковая, психодрама — всё это по чуть-чуть, но в совокупности дало мне широкий инструментарий. И Марейке, по сути, дала мне первый настоящий импульс работать с группами — так, как мы сейчас делаем марафоны с Аллой Далит. Думаю, она тоже была немного в духе Гулдингов — свободная, творческая, смелая.

Конечно, очень важным учителем для меня стал Владимир Гусаковский. Я много лет брала у него супервизии, и он провёл меня через создание и оформление моей письменной работы. Ещё один человек, которого я с благодарностью вспоминаю, — Дмитрий Иванович Шустов. Я участвовала в его терапевтической группе, и это был важный этап.

Я выражаю отдельную благодарность Марие Петровой (PTSTA-p) за помощь с подготовкой к тренингу TEW, для получения статуса.

Анита Маунти тоже сыграла свою роль: она приехала в Россию, вела семинары. Это были, скорее, разовые встречи, но очень яркие и запоминающиеся.

### • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



Ирина ПИНГАРЕВА

Клинический психолог, психоаналитик, предварительный супервизор и преподаватель транзактного анализа (PTSTA-p), телесно-ориентированный терапевт, автор тренингов и семинаров.

- <http://pingareva.ru/>
- <https://t.me/irinapingareva>

Кажется, я назвала всех ключевых фигур, которые действительно повлияли на мой путь в транзактном анализе. Возможно, кого-то не упомянула, но вот те, кто были особенно важны, — перед глазами.

### — Чему можно у вас научиться? Каким курсам/программам вы обучаете?

— Я люблю обучать ремеслу. Мне важно, чтобы всё, чему я учу, было логично, стройно, последовательно. Это, наверное, идёт от моего первого образования: я филолог, ценю хорошую литературу, умею анализировать тексты и видеть в них структуру. Поэтому в работе я стремлюсь к тому же: чтобы из одного вытекало другое, чтобы даже сложные вещи становились простыми и понятными.

Я не про вдохновение и гениальность, я скорее ремесленник. Мне нравится натаскивать — оттачивать навыки, повторять, видеть конкретный прогресс. У меня есть опыт преподавания в детском саду и в школе, и это сильно повлияло на мой подход. Я умею учить так, чтобы знания укладывались в голову, как пазлы, — с опорой на структуру, логику, телесные и эмоциональные отклики.

Из программ, которые я веду или вела:

1. **Супервизии** — особенно люблю их за возможность разбирать практические ситуации, искать логику и системность в сложном.
2. **«Терапевтические навыки»** — практический курс для психологов по отработке навыков.
3. **«Детство на скалах»** — тренинг для взрослых детей алкоголиков (уже завершён).
4. **«Возьми себя в свои руки»** — интеграционный клиентский тренинг без участия профессиональных психологов. Очень тёплая и глубокая работа.

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Александра Оганезовна МХИТАРЯН  
Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается упражнениями!»

5. **«Взрослые дети незрелых родителей»** — тоже клиентский формат, который, возможно, будет переработан и расширен в профессиональную программу (например, о пограничных матерях).
6. **«Газлайтинг»** — программа для широкой аудитории, не только для психологов.

Сейчас мне особенно интересно развивать обучающие курсы для профессионалов, особенно в области транзактного анализа, с упором на практику, навыки и мышление терапевта.

### — Почему вы решили стать преподавателем именно транзактного анализа?

— Потому что ТА отвечает тому, что мне близко: ясность, структура, простота, логика. Мне важно, чтобы всё было объяснимо — без избыточных усложнений, чётко, по полочкам. Именно в этом я вижу силу транзактного анализа.

Да, я люблю концепцию уровней обесценивания — она для меня ясная и практичная. А вот сама матрица — слишком сложна лично для меня. Я знаю, что, например, Алла Далит прекрасно в ней ориентируется и даже её любит, но мне ближе чёткие, гибкие и в то же время простые инструменты.

В отличие от психоанализа, где многое «растекаемо» и допускает множество разночтений, в ТА всё чётко, логично и лаконично. И именно поэтому его удобно преподавать. Он даёт мощный вау-эффект — особенно у тех, кто впервые сталкивается, например, с концепцией внутреннего токсичного диалога. Это даёт ощущение открытия, и видеть это — большая радость.

### — А в чём ваша суперсила как преподавателя?

— Наверное, в умении быть рядом с тем, кто только учится, — как с ребёнком, который пока не умеет держать ручку. Я могу «взять за руку» и пройти с ним этот путь — не вместо него, а вместе с ним. Я помню свою первую учительницу — ей было всего 21, она была немка, очень красивая, звали её Раиса Артуровна Франц. Она брала мою руку в свою, и у меня сразу получались самые красивые крючочки и буквы. Вот это ощущение, что кто-то рядом, что кто-то помогает, — оно очень важное.

И мне по-настоящему интересно это делать. Я люблю выращивать — бережно, постепенно, с вниманием к тому, кто передо мной.

### — Кто ваши студенты? Опишите их.

Мои студенты очень разные — по возрасту, опыту, бэкграунду. Были и начинающие специалисты, и психологи с большим стажем, особенно в Алма-Ате, где я

вела программу по навыкам: там были в основном гештальтисты, очень опытные. Но объединяет их не это.

Если говорить про внутреннее качество — это люди, которые **готовы вкладываться, не боятся ошибаться** и бросать вызов самим себе. Они увлечённые, живые, им действительно интересно разбираться в том, «как оно устроено». И это чувствуется.

Я наблюдаю, как мои студенты растут, как меняется их стиль работы. Например, я вижу, как один студент вошёл в супервизионную группу и буквально «заземлился» рядом с опытными коллегами, как они опыляют друг друга. Это невероятно вдохновляет.

### — Как думаете, что ваши студенты ценят в вас больше всего?

— Наверное, **включённость**. У меня действительно индивидуальный подход — я держу фокус на каждом. У всех супервизантов есть личная карточка, где я отслеживаю динамику, вижу, над чем важно поработать, даже если не всегда озвучиваю это сразу.

Я замечаю зоны роста, могу подсветить их бережно, но точно. Это **искренний интерес к человеку** и его процессу.

Говорят ещё, что я **щедро делюсь всем, что знаю**, — не оставляю «за кулисами». И наверное, ещё — что я умею **называть вещи своими именами**. Это даёт ощущение определённости, облегчения, запускает движение

### — А с чем они испытывают сложности в отношении вас?

— Иногда я слышу, что для кого-то моя речь — сложная, запутанная. Хотя для других — наоборот, всё очень понятно. Это вопрос индивидуального восприятия.

Иногда мой стиль, где я «нянчусь» с кем-то, может вызывать у кого-то раздражение: мол, мы тут взрослые. Но я всё ещё в поиске своего преподавательского стиля: читаю сейчас Труды Ньютона, Джули Хэй, смотрю, примеряю. Думаю, это живой, продолжающийся процесс.

### — Какой ваш драйвер активнее всего проявляется в преподавании?

— Ну, думаю, «Будь совершенным» и «Радуй».

### — Какая модель ТА ваша самая любимая?

Функциональная модель эго-состояний — моя первая и самая любимая. Потому что **через кружочки можно объяснить всё**. Даже если не знаешь, с чего начать, — начни с кружочков, и дальше станет понятно.

Второе моё влюблённое место — **концепция адаптаций**. Это, на мой взгляд, гениальное объединение акцентуаций, психоаналитического взгляда, дет-

## Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

## ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

Александра Оганезовна МХИТАРЯН  
Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается упражнениями!»

ских защит, типичных реакций — и всё это собрано в логичную, стройную структуру. Очень люблю.

Отдельный восторг — **концепция тупиков**.

То, что психоанализ описывает туманно, ТА раскладывает чётко: как возникает торможение, где блок, как он удерживается. Всё понятно, всё наглядно. То же касается описания **переноса, контрпереноса и сопротивления**: ТА делает это на языке действий, процессов и даже схем — это дорогого стоит.

Ну и, конечно, **жизненные позиции**: «Я Окей — Ты Окей».

Это философски самая трудная для практики идея. Потому что как только кто-то становится «другой», критика включается автоматически. Но держаться в «Окейности» — это постоянный вызов и путь. И очень человеческий путь.

— **А с какой моделью или концепцией ТА чувствуете сложность или меньше ее используете?**

— Да, есть. Например, **матрица матрица обесценивания** — та, где описаны драйверы, предписания и программы.

Я её знаю, понимаю формулу, как её преподают, — в частности так, как объясняла Татьяна Ильинична. Но **она не универсальна**. Иногда она хорошо ложится на случай, но чаще — **не даёт чёткого алгоритма**, и тогда становится скорее метафорой, чем рабочим инструментом.

Ещё одна модель, которую я **использую осторожно**, — **матрица обесценивания**.

Мне очень близка идея **уровней обесценивания**, она работает и понятна, но **сама матрица** — перегружена, на мой взгляд. Неинтуитивна. Не всегда даёт ясность и требует гораздо больше усилий, чтобы передать её простым языком. А для меня как преподавателя это важный критерий.

— **Расскажите о вашей зоне ближайшего развития?**

— Сейчас мой фокус **на развитии терапевтических навыков в других подходах**.

Я собираюсь учиться **краткосрочному консультированию**.

Также рассматриваю **эриксоновский гипноз**: материалы уже прочитаны, активно интегрирую техники в работу.

И конечно, жду **семинаров Ричарда Эрскина**. Все его предыдущие встречи оказались для меня **вовремя и в точку** — и в моей терапии, и в работе с клиентами.

Из преподавательских планов: **вести 202 курс ТА**; готовлюсь к преподаванию **101-го курса** и в этом тоже вижу зону роста.

— **Ваше кредо/motto/девиз как преподавателя?**

— **«Для меня невозможного мало. Не сдавайся».**

Эта фраза, сказанная персонажем пьесы Островского «Бесприданница», когда-то стала для меня важной опорой. И хотя сказана она была совсем в другом контексте, в моей жизни и профессии она стала лейтмотивом.

Я выросла в семье трудоголиков, где «не сдавайся» — это не просто слова, а способ жить. Я не считаю себя гением — но я ремесленник, который верит в силу последовательности, навыка и труда.

Мне также близка идея из философии Лао-Цзы:

*«Если хочешь быть первым — стань в конце очереди».*

— **Если бы у вас было (а может быть, есть) тотемное животное — кто это? Опишите его.**

— Да, это орёл. Причем белоголовый.

— **Где можно у вас учиться?**

— В декабре в Санкт-Петербурге стартует новый обучающий курс по транзактному анализу — «202-й курс ТА». Это часть большой программы МИР-ТА, которая будет проходить офлайн на территории клуба «Я!ТА», являющегося также центром МИР-ТА. Занятия будут проходить в формате «тактами»: один такт длится 7 недель, то есть встречи будут проходить примерно раз в полтора месяца.

Организационно и юридически программа оформляется через МИР-ТА: все документы сертифицированы, обучение проходит по лицензированной образовательной программе, а административные контракты заключаются напрямую с МИР-ТА. Это означает, что курс доступен для преподавателей и студентов уже в этом году. Мы приглашаем группу от 25 до 30 человек.

— **Есть ли что-то важное, о чём вы хотели бы рассказать дополнительно?**

— Да, есть. Для меня этот курс — не просто обучающая программа, а реализация давней мечты. Когда мы с Юлией, руководителем МИР-ТА, обсуждали сотрудничество, она сказала: «Сделай программу своей мечты». Это дало мне внутреннюю свободу и вдохновение.

Пространство клуба «Я!ТА» позволяет реализовать мой любимый подход — телесно-ориентированное обучение. Вместо стандартной раскладки в зале будут пуфы, ковры, возможность сидеть, лежать, двигаться — чтобы каждому было по-настоящему удобно. Это создаёт живую, поддерживающую атмосферу, в которой участники могут учиться в контакте с собой.

Я ОК – ТЫ ОК / I'M OK – YOU ARE OK

ПРЕПОДАВАТЕЛИ ТА В РОССИИ: КТО ЕСТЬ КТО?

**Александра Оганезовна МХИТАРЯН**  
**Ирина ПИНГАРЕВА: «Мастерство достигается упражнениями!»**

Я делаю упор на развитие практических навыков: начиная с первой сессии будет введена техника «операции Берна», которую часто оставляют в тени. Включу и гипнотические, и парадоксальные техники, активные интервенции, которые позволяют быстро и эффективно оттачивать консультативные навыки. Отдельное внимание будет уделено телесным сценариям — это моя особая область интереса, и я рада, что теперь смогу полноценно её демонстрировать в группе.

Мы будем работать с флипчартами, писать, рисовать, проживать материал всем телом. Мне кажется, это будет уникальное, глубокое обучение, в котором соединяются знание, опыт, творчество и свобода.

---

# «Эрик Берн, каким мы его не знали»

Алсу Идгаровна  
**САМОЙЛОВА**

Место работы: практикующий психолог; студент Международного Развивающего Института Транзактивного Анализа (МИР-ТА) (Санкт-Петербург) и НИУ ВШЭ; Казань, Россия; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023



Alsu Idgarovna  
**SAMOILOVA**

Place of work: practicing psychologist; student of the International Institute of Developing Transactional Analysis (MIR-TA/IIDTA) (Saint Petersburg) and HSE University; Kazan, Russia; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023

## “Eric Berne as we never knew him”

**Аннотация.** 6 апреля 2025 года в рамках фестиваля транзактивного анализа, организованного институтом МИР-ТА в Санкт-Петербурге, состоялся телемост с Терри Берном — писателем, переводчиком и сыном Эрика Берна, основателя транзактивного анализа. Разговор объединил два пространства — Санкт-Петербург и Испанию, где сейчас живет Терри, и стал редкой возможностью увидеть фигуру Эрика Берна не только как создателя теории, а как живого человека, отца и исследователя.

Терри делился воспоминаниями о жизни рядом с отцом, об атмосфере, в которой рождался транзактивный анализ, и о людях, с которыми Эрик Берн работал и дружил.

В интервью звучат теплые воспоминания и живые детали. Через рассказ Терри его отец, Эрик Берн, предстает не только как автор теории, но и как человек своего времени. Формат встречи, которую модерировала директор института МИР-ТА Юлия Градова и переводила член редколлегии журнала «Транзактивный Анализ в России» Екатерина Ермишина-Мартюкова, сделал разговор открытым и непринужденным, а внимание к русской культуре и памяти о первом визите Терри в Петербург добавило особую интонацию.

**Ключевые слова:** Эрик Берн, Терри Берн, транзактивный анализ, история ТА, жизненный сценарий, психоанализ, Эсален, Грегори Бейтсон, Фриц Перлз, память о Берне, семейная история, культурное влияние, ТА в России, ТА-сообщество, Вечерние семинары по вторникам, психотерапия, Россия.

**Abstract.** On April 6, 2025, as part of the Transactional Analysis Festival organized by the MIR-TA Institute in St. Petersburg, a live video conversation was held with Terry Berne – writer, translator, and the son of Eric Berne, founder of transactional analysis. This dialogue connected two locations – St. Petersburg and Spain, where Terry now lives, and offered a rare chance to see Eric Berne not only as the author of a theory but as a living person, a father, and an explorer.

Terry shared personal memories of growing up with his father, the atmosphere in which transactional analysis took shape, and the people Eric Berne worked and built friendships with.

The conversation is full of warm recollections and vivid personal details. Through Terry's voice, Eric Berne comes alive as a man of his time, beyond the boundaries of his theory. The format of the meeting – moderated by Yulia Gradova, Director of the MIR-TA Institute, and interpreted by Ekaterina Ermishina-Martyukova, member of the editorial board of the journal “Transactional Analysis in Russia” – gave the conversation an open and relaxed tone, while the attention to Russian culture and the memories of Terry's first visit to St. Petersburg added a special note to the dialogue.

**Keywords:** Eric Berne, Terry Berne, transactional analysis, history of TA, life script, psychoanalysis, Esalen, Gregory Bateson, Fritz Perls, memory of Berne, family history, cultural influence, TA in Russia, TA community, Tuesday evening seminars, psychotherapy, Russia.

**6** апреля 2025 года в рамках фестиваля транзактивного анализа, организованного институтом МИР-ТА в Санкт-Петербурге, состоялся телемост с Терренсом Аланом Берном, сыном Эрика Берна. Разговор объединил два пространства — Санкт-Петербург и Испанию, где сейчас живет Терри, — и стал редкой возможностью увидеть фигуру Эрика Берна не только как создателя теории, а как живого человека, отца, исследователя и свидетеля своего времени.

В беседе Терри Берн вспоминал своего отца — каким он был в повседневной жизни, что любил, чем интересовался и как выглядела его семья изнутри. Это интервью — возможность увидеть Эрика Берна не как автора теории, а как человека через взгляд того, кто рос рядом с ним, услышать ту часть истории, которую редко фиксируют учебники. Особую интонацию встрече придает внимание к русской культуре, литературе и памяти о первом визите Терри в Санкт-Петербург в 1992 году — как музыкального журналиста.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»

В этот вечер в одном зале собрались люди разных поколений: студенты и начинающие психологи, преподаватели и супервизоры — те, кто изучает и развивает транзактный анализ в России. Их объединило желание прикоснуться к живой истории метода и услышать ее не из учебников, а из первых уст. Формат встречи в рамках фестиваля позволял каждому участнику задать интересующий его вопрос, благодаря чему разговор стал многоголосым, открытым и непринужденным.

Беседу открыла Юлия Градова, директор Института МИР-ТА. Последовательный перевод вела Екатерина Ермишина-Мартюкова, благодаря чему слова Терри сохраняли свою интонацию и мягкий ритм. Формат встречи был простым и живым: вопросы задавали участники зала, а ответы Терри сложились в коллективное интервью — неспешный рассказ о жизни, семье и работе его отца.



**Портрет Эрика Берна в студии Юнкера-Йенсена**  
Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.  
(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

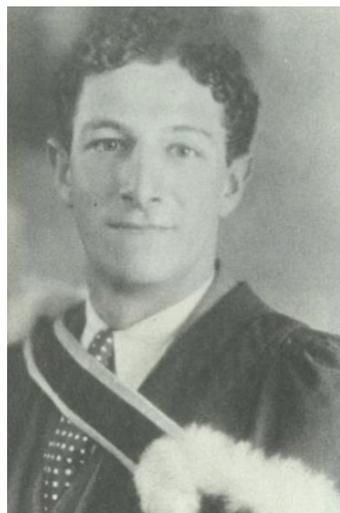
терпению и любви, которая не всегда выражается словами.

В этой статье мы постарались сохранить атмосферу встречи и интонацию рассказа Терри Берна. Через его слова фигура Эрика Берна становится ближе: перед нами не только основатель метода, но и человек со своими привычками, юмором, теплотой и отношением к жизни. И может быть, это напоминание о том, что за любой теорией всегда стоит личная история.

Терри Берн — писатель, редактор и переводчик, хранитель памяти о своем отце не как о легенде, а как о живом человеке. В этот вечер он делился не фактами из биографии, а историями: о пляжах Калифорнии, шахматных партиях и телескопе, алгебре,



**Эрик Леонард Бернштейн в возрасте около 18 месяцев. Позже он изменил написание своего имени: с Loenard на Lennard**  
(см. Eric Berne Archives: A Preservation Partnership, 2019, EATA: <https://eatanews.org/wp-content/uploads/2019/04/Eric-Berne-Archives.pdf>)



**Эрик Берн, 21 год, окончил университет по двум специальностям — математике и психологии, 1931 год**  
<https://eatanews.org/wp-content/uploads/2019/04/Eric-Berne-Archives.pdf>

**Эрика Берна как фигуру отца, а иногда даже праотца. Очень интересно узнать о нем как о личности.**

— Спасибо за приглашение. Я не знаю, упоминала ли Катерина, но я большой русофил — я очень интересуюсь и люблю русскую культуру.

Итак, начну с главного. Мой отец умер, когда мне было пятнадцать. Примерно за год до этого он как-то рассказал мне одну историю. Я не помню, почему он решил поделиться ею именно тогда, но она прочно засела у меня в памяти. Он сказал: — «Если уж родителю суждено умереть, то лучше всего — когда ребенок еще совсем маленький. Тогда он сможет вырасти и приспособиться к жизни без отца. Либо — когда он уже взрослый. Но никак не в подростковом возрасте. Умирать в подростковом возрасте ребенка — самое трудное. Потому что именно в подростковом возрасте ты только начинаешь узнавать родителей как настоящих людей. Не просто как «папу» или «маму», а как отдельного взрослого человека». В этом смысле мне не повезло. Мне было всего пятнадцать.

Тем не менее я провел с ним много времени. Даже в каком-то смысле профессионально. Иногда я помогал ему редактировать книги. И я чувствую, что успел узнать его как личность до того, как он умер. Есть одна вещь, которая до сих пор меня поражает: он много работал — очень много. У него была частная практика в Кармеле, штат Калифорния, и еще одна — в Сан-Франциско, это примерно 200 километров от Кармела. Каждую неделю по вторникам он уезжал в Сан-Франциско, а по четвергам возвращался обратно. В 1950-х он проводил втор-

## О мифах и искажениях

**— Как транзактные аналитики и психологи мы понимаем, сколько мифов и вероятно, искажений сложилось вокруг Эрика Берна. Он становится скорее мифологической фигурой, а не реальным человеком. И это очень важно для метода, чтобы он оставался живым и реальным. Нам важно иметь контакт с живым Эриком Берном, а не абстракцией. Мы понимаем, что примерно того же возраста, что и вы, мы воспринимаем**

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»

ничные вечера-семинары<sup>1</sup> — то, что потом стало прообразом Международной ассоциации транзактного анализа. Их называли «вторничные семинары».



**Рабочий кабинет Эрика Берна в Кармеле**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)



**Комната для семинаров в доме на Коллинз-стрит (San Francisco)**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

<sup>1</sup> Tuesday Night Seminars: В начале 1950-х, живя и практикуя в Сан-Франциско, доктор Эрик Берн начал проводить регулярные встречи по вторникам. На них приходили студенты, психиатры и социальные работники, чтобы обсуждать зарождающуюся модель личности и общения.

Именно на этих встречах появились ключевые идеи будущего транзактного анализа: эго-состояния, теория транзакций, анализ игр и сценариев. Обсуждая клинические случаи и рисуя схемы на доске, Берн постепенно формировал метод, который позже описал в своих книгах.

К концу десятилетия вокруг него сложилось сообщество, из которого выросла Международная ассоциация транзактного анализа (ITAA).

Семинары по вторникам стали колыбелью ТА: здесь идеи обрели язык и стиль, а сам подход — демократичность, практичность и ориентацию на понятность для всех.

Источник: интервальное интервью с Терри Берном, сыном Эрика Берна (6 апреля 2025 года, фестиваль ТА, Санкт-Петербург), а также: Stewart, I. & Joines, V. (1987). TA Today. Nottingham: Lifespace Publishing; Cornell, W.F. (2008). Into TA: A comprehensive textbook. ITAA; Heath, N. (2000). Eric Berne: Key Figures in Counselling and Psychotherapy. SAGE Publications.



**Комната для семинаров в Кармеле, 1970**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)



**Эрик Берн с группой за столом, 1959**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

А в остальные дни, когда он был дома, он приходил вечером, ужинал около семи (в США это обычное время ужина), а потом шел в свой маленький кабинет в саду и работал там до двух часов ночи. Отец также ездил на конгрессы, давал лекции, читал курсы в университетах. Это было нелегко для его брака с моей матерью, ведь он постоянно работал. Все это, конечно, сказалось на их отношениях. Это было трудно. Он просто постоянно работал.



**Эрик Берн за работой**

см.: Eric Berne Archives. <https://www.ericberneathives.org>

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»

## • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



**Терри  
БЕРН**  
(Terence Alan  
BERNE)

Теренс (Терри) Алан Берн — младший сын Эрика Берна и Дороти Уэй. Родился в Калифорнии, с начала 1980-х живет в Испании, где работает писателем, переводчиком и редактором. В 2008 году он обнаружил в кабинете отца в Кармеле неизданную ранее рукопись под названием The Old Stone House («Старый каменный

дом»). В 2010 году, к столетию Эрика Берна, книга вышла под названием A Montreal Childhood («Детство в Монреале»). Терри также участвовал в создании электронного архива Эрика Берна, реализованного при поддержке Международной ассоциации транзактного анализа (ИТАА) и Университета Калифорнии в Сан-Франциско (UCSF).



**Фотография дома Эрика Берна в Кармеле, сделанная примерно в 2008 году**

См.: Eric Berne Carmel Home.

URL: <https://ericberne.com/eric-berne-carmel-home/>

Но что удивительно — у нас было много времени вместе. Я не чувствую, что в детстве был как-то покинут. Каждые выходные мы ездили на пляж — на целый день. Потом, после пляжа, мы шли в гости к друзьям, слушали музыку, разговаривали.

Собирались с друзьями: взрослые пили, курили, слушали музыку и просто разговаривали. Друзья отца в Кармеле — художники, богема — много пили, курили, иногда даже не работали. Ему очень нравились, он ценил таких «настоящих» людей — простых, не из его профессии.

Так что все мое детство прошло среди таких людей: на пляже, у них дома. Наверное, это повлияло и

на меня. Я мог бы выбрать более профессиональный путь, но выбрал чуть богемный.

Он очень любил «выпускать своего Ребенка» — как, наверное, видно даже из его книг. После работы было много веселья. После конференций, например, все шли в ресторан — и сидели там по два, три часа. Это было важно — и для него, и для всех нас. Так что несмотря на огромное количество работы, он находил время и для семьи, и для детей, и для друзей. И это, пожалуй, одна из важных сторон.



**Рик (старший) и Терри (младший) — дети Эрика Берна и Дороти Уэй**

<https://eatanews.org/wp-content/uploads/2019/04/Eric-Berne-Archives.pdf>



**Одно из серии изображений костюмированной вечеринки в августе 1959 года**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

А еще он очень любил сам чему-то нас учить. Как отец — он был очень вовлечен. Он годами пытался научить меня алгебре. Каждую неделю — уроки в кабинете. Также он много времени тратил, чтобы научить меня шахматам.

Он любил звезды: раз в месяц мы с ним выносили телескоп в сад ночью, чтобы посмотреть на Луну или Венеру.

Мы жили рядом с океаном, и у меня было несколько аквариумов с морскими звездами и другими морскими существами. Он помогал ухаживать за ними, вместе мы собирали «экспонаты» на пляже. Он действительно много времени проводил со мной — особенно потому, что я тоже любил науку.

Когда мне было лет тринадцать, отец начал давать мне свои книги — не только для чтения, но и с заданиями. Он просил, например, сходить в библиотеку и

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»

что-нибудь выяснить по определенной теме. Я шел, искал нужное, делал заметки и приносил ему.

Так что, в каком-то смысле, я участвовал в его писательской работе. Это была форма соавторства, неофициального, конечно, но важного для меня.

После его смерти мы нашли множество коробок, полных рукописей. Это были наброски, фрагменты, иногда почти законченные книги. Некоторые из них были детскими. Одна — особенно интересная: в ней он рассказывал историю человечества для трех возрастных групп.

Он пересказывал один и тот же материал на трех уровнях сложности, сначала очень просто, затем чуть сложнее и, наконец, для подростков. Ему было важно, чтобы ребенок мог расти вместе с книгой. Это был удивительный замысел — сделать так, чтобы одна и та же история сопровождала человека на разных этапах взросления.

И еще, на всякий случай, может, вы уже об этом говорили, но у моего отца было две любимых книги. Первая — «Братья Карамазовы», вторая — «Пармская обитель» Стендаля. Вот такой факт — почти анекдот.

## О том, с кем дружил Берн

— Можете ли вы назвать каких-либо известных людей, с которыми Эрик Берн был знаком или дружил? Музыкантов, художников?

— Он очень любил джаз. У нас дома было много пластинок — и джаз, и классика, включая, конечно, русских композиторов. Было и много раннего рок-н-ролла — с самого начала 60-х. Наверное, у нас было штук сто долгоиграющих пластинок.



**Эрик Берн за ударной установкой. Неофициальный снимок, на котором он играет на барабанах, — штрих к его образу вне кабинета, отражающий интерес к музыке и легкость в общении**

<https://beyondmotivation.ca/contents/reference-authors-bios/eric-berne/>

### • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»

#### A Montreal Childhood

A recently discovered memoir by **Eric Berne** about growing up and coming of age in Montreal in the first decades of the 20th century. The first new book by the well-known psychoanalyst and author since his death in 1970, it offers an affectionate and revealing portrait of the city's immigrant community on lovely Ste. Famille St. during and after WWII.



#### A MONTREAL CHILDHOOD («Детство в Монреале»)

✓ Единственная автобиографическая книга Эрика Берна, изданная посмертно в 2010 году (Jeder, Испания). Она охватывает детство Берна в Монреале с 1910 по 1927 год — от первых воспоминаний до поступления в медицинскую школу Макгиллского университета.

Берн описывает жизнь на улице Сент-Фамиль в еврейском квартале Монреала: соседские

привычки, школу и, прежде всего, фигуру отца — врача Давида Бернштейна. Его работа среди бедных и человеческое отношение к пациентам оставили глубокий след в мировоззрении будущего психиатра. Смерть отца от туберкулеза, когда Эрику было десять лет, становится ключевым эпизодом книги и важной вехой формирования его идентичности.

В книге ясно проступает культурный контекст семьи: отец — один из основателей Herzl Dispensary (Клиники Герцля), созданной для бесплатной помощи малоимущим, а мать — учительница и журналистка, которая бережно развивала в сыне интерес к книгам и письму.

По сути, это мозаика воспоминаний — наблюдательная, ироничная и лиричная, где уже угадываются мотивы, ставшие основой для теории транзакционного анализа и интереса Берна к человеческим отношениям.

• **A Montreal Childhood впервые готовится к выходу на русском языке. Перевод ведется в институте «МИР-ТА» по договору с Терри Берном, правообладателем книги. В этой книге собраны воспоминания Эрика Берна о детстве: о том, как он, будучи мальчишкой, сопровождал отца-врача к пациентам. В этих прогулках по улицам Монреала и встречах с людьми рождался его первый опыт наблюдения за людьми и постепенно складывался взгляд на мир.**

Но если говорить о друзьях, знаете, я могу назвать людей, с которыми он встречался, пересекался, но мне кажется, его настоящие друзья были другими. Не из профессионального круга. Кроме двух-трех человек из ТА, его настоящими друзьями были те, с кем он проводил выходные на пляже. Это были «его люди» — не академики и не светские персонажи.

Я, например, помню нашу встречу с Фрицем Перлзом — да, тем самым, из гештальт-терапии. Недалеко от Кармела есть место, известное в истории движения человеческого потенциала, — институт Эсален (Esalen Institute). Он был основан в начале 1960-х годов и расположен в невероятно красивом месте на побережье Калифорнии. Вот именно там мы и встретились с Перлзом.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»



**Эрик Берн и Фриц Перлз**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections. (Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

Отец, кажется, приезжал в Эсален всего пару раз. Один из них — когда он взял меня с собой. Мне тогда было лет 11–12. Там были огромные горячие ванны — прямо на скале, с видом на океан. Все купались, все были обнажены — было очень дико, сумбурно. Мне, если честно, это не понравилось. И моему отцу, как я понял, тоже. Он считал, что между терапевтами и пациентами не должно быть такой степени «неформального слияния». Но в Эсалене это было нормой — там многое строилось на телесности и раскрепощенности. Так что он скорее оставался в стороне, хотя и присутствовал.

А еще мы встречались с Грегори Бейтсоном<sup>2</sup> — удивительным человеком, работавшим в самых разных областях: от антропологии до кибернетики. Он, кстати, один из тех, кто сформулировал теорию «двойного послания» (double bind<sup>3</sup>) — гипотезу о том, что шизофрения может возникать у ребёнка, если его окружают систематически противоречивые послания, с которыми он не может справиться.

Хотя сейчас эту теорию не считают универсальной, в 50–60-х годах она была довольно влиятельной. Позже Бейтсон стал заниматься коммуникацией между людьми и животными, особенно с дельфинами. Он даже стал директором одного океанариума на Гавайях — с касатками, дельфинами и другими морскими животными. Он пригласил нас туда — меня и отца. И мы действительно поехали на Гавайи и жили там у него. Мне тогда было лет 12–13. Это был незабываемый опыт. Мы гуляли, наблюдали за животными, общались. Это был целый мир и, пожалуй, одно из самых ярких воспоминаний моего детства.

Грегори Бейтсон также внес вклад в кибернетику, антропологию, теорию систем — и везде, где бы он ни

<sup>2</sup> (1904–1980) Англо-американский антрополог, лингвист, биолог, философ, эпистемолог, один из отцов системной теории и экологического мышления.

<sup>3</sup> Double bind — концепция Грегори Бейтсона и коллег (1956), описывающая ситуацию противоречивых посланий, из которой невозможно выйти или обсудить ее. Хронический опыт таких «двойных посланий» дезорганизует мышление и поведение; изначально модель связывали с шизофренией. Сегодня идея double bind применяется в семейной, нарративной, когнитивно-аналитической и других видах терапии для понимания парадоксальных паттернов взаимодействия.

работал, он оставлял что-то значительное. Не уверен, переведены ли его работы на русский, но есть сборник его эссе — очень рекомендую.

Что касается художественного вкуса моего отца: он обожал этническое и народное искусство. Наш дом был наполнен предметами фольклора — со всего мира. Он любил «наивное» искусство, ручную работу, живые культурные артефакты — не обязательно дорогие, но подлинные.



**Джек Дюсей, Клод Штайнер, Эрик Берн и Пэм Блум в Вене**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections. (Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)



**Claude Steiner and Eric Berne**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections. (Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»



**Выпускной семинар, 1961 год**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

## О смерти

— Как Эрик Берн относился к собственной смерти? Чувствовал ли он ее приближение?

— Я уже рассказывал ту историю: о том, что родителю не стоит умирать, пока его дети — подростки. Это была не просто метафора — он действительно так думал. Он заботился о себе: бегал по пляжу, плавал в океане, причем вода там была очень холодной, — мало кто плавал, но он плавал. Он старался поддерживать форму.

Но когда у него случился инфаркт, и он оказался в больнице, он продолжал работать. Писал книги. Я думаю, он чувствовал, что время уходит. И именно тогда он пытался закончить две последние книги — *Sex in Human Loving*<sup>4</sup> («Секс и человеческая любовь») и *What Do You Say After You Say Hello?* («Что вы скажете после того, как сказали «здравствуйте»»). Он писал их прямо из больницы. Я не знаю, что он чувствовал, но по поступкам было видно, что он понимал: времени мало и надо успеть.

## О любимой сказке

— А какая сказка была у него любимой? И есть ли у вас любимая?

— Он точно писал о «Красной Шапочке». В 1950-х он опубликовал эссе, посвященное этой сказке. Оно было, скажем так, довольно фрейдистским. Психоаналитическим. Если честно, мне не очень нравится этот текст. А свою любимую сказку я не знаю. Мне нужно подумать. Может, пока мы будем говорить дальше, вспомню.

<sup>4</sup> Эрик Берн завершил работу над книгой *What Do You Say After You Say Hello?* незадолго до смерти; она была опубликована уже посмертно в 1972 году. Книга *Sex in Human Loving*, увидевшая свет в 1970 году, стала последней изданной при его жизни работой

— **Нас здесь немного,** — сказала одна из участниц встречи, — **но вы должны знать: в России — тысячи людей, которые любят транзактный анализ и творчество вашего отца. Для многих Эрик Берн стал почти русским автором: его идеи нам близки, понятны, не вызывают внутреннего сопротивления.**

— Это удивительно, — мягко улыбнулся Терри. — Спасибо.

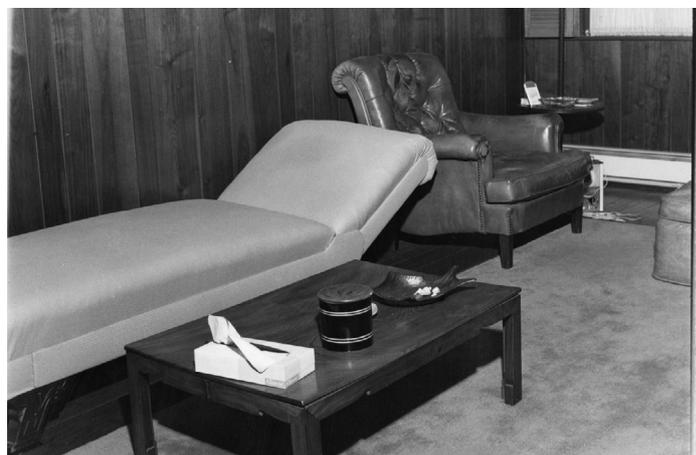
— **А может быть, вы приедете к нам на следующий фестиваль?**

— Через два года? Почему бы и нет, — ответил он. — Я мечтаю посетить дома Толстого, Тургенева, Достоевского. Это в моем списке. Не обещаю, но возможность есть. Спасибо за приглашение.

## О психоанализе и психоаналитиках

— **Вы знаете, что корни теории транзактного анализа — в психоанализе. Но нам известно, что у вашего отца были непростые отношения с аналитическим сообществом. Можете рассказать об этом?**

— Да, он хотел стать членом Американской психоаналитической ассоциации. И проходил анализ у Эрика Эриксона. Но в итоге — его не приняли. Это было, кажется, в конце 40-х или в начале 50-х. Думаю, дело в том, что он уже тогда мыслил слишком независимо. Его идеи не вписывались в установленные рамки. Он не шел в ногу с ортодоксией. И это, наверное, стало началом его отчужденности от психоаналитического сообщества. При этом он никогда не утратил уважения к Фрейду и действительно восхищался его умом и идеями. Позже, уже в 1960-х, когда Берн стал известным, к нему обратились снова — предложили вступить в ту же ассоциацию. И тогда он отказался сам.



**Кушетка в рабочем кабинете Эрика Берна в его доме в Кармеле (Калифорния)**

Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.

(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»

**— Правда ли, что он до самой смерти продолжал вести индивидуальный анализ, используя кушетку и метод свободных ассоциаций?**

— Я точно не знаю. Но есть одно свидетельство — от Джоан Баез, знаменитой фолк-певицы. Она проходила у него групповую терапию и написала об этом в своей автобиографии в 60-х. Это, пожалуй, единственное достоверное описание того, как выглядело пребывание в терапии у Эрика Берна со стороны пациента. Она называла его доктор Саншайн — «Доктор Солнечный».

## Об отцовских уроках и улыбке

**— Какое ваше самое теплое воспоминание об отце — то, что до сих пор вызывает улыбку?**

— О, таких много. Но, наверное, самое дорогое — это время, проведенное на пляже. Пляж играл огромную роль в жизни моего отца — как в социальной, так и в семейной. Мы ездили туда каждый выходной, это было частью ритуала. Более того, тот участок, где мы собирались, даже называли «пляжем Эрика», потому что он ходил туда много лет. И компания, с которой он там встречался, называлась просто: «банда Эрика». Я всегда был рядом с ними. И это была настоящая школа жизни — в самом хорошем смысле.



**Эрик Берн со второй женой Дороти Уэй и ее детьми от первого брака — Робин, Дженис и Роксаной — в Кармеле**  
<https://eatanews.org/wp-content/uploads/2019/04/Eric-Berne-Archives.pdf>

**— А какой самый важный урок вы получили от отца?**

— Я бы не сказал, что он передал мне прямо какую-то формулу. Мы с ним были очень разные. Он

постоянно работал. Я — нет. Даже в своей профессии — как редактор, переводчик, журналист — я всегда делал только то, что нужно. Старался делать хорошо, но не больше. Я очень ценю свое свободное время.

Он тоже его ценил, но все равно работал так много, что времени почти не оставалось. Так что урок «работай больше» я точно не усвоил. Но, может быть, главный урок был не про труд, а про игру. Он очень любил играть, веселился, проводил время с друзьями и семьей. И это то, чему я научился у него. Наслаждаться жизнью. Не только работать, но и быть с теми, кого любишь, радоваться простым вещам.

**— Есть ли мысль или идея вашего отца, которую вы особенно цените и передаете своим детям?**

— Честно? Нет какой-то одной. Скорее — общее чувство, что мне повезло. У меня было счастливое детство. Я рад, что мы жили в Кармеле, — это очень красивое место. И я просто думаю: мне повезло с отцом. Он был замечательный отец. И это главное.

## О разногласиях с отцом

**— А были ли у вас с отцом разногласия? Ссоры? Моменты напряжения?**

— Были. Самое заметное — на почве занятий алгеброй и шахматами. Он очень хотел, чтобы я учился, особенно математике. Я дошел до какого-то уровня, но не мог продвинуться дальше. И это его сильно расстраивало. Я тогда хотел стать морским биологом. А он считал, что без математики мне не обойтись, и пытался втолковать мне основы. И с шахматами было так же — он учил, но я не стал в этом силен. Иногда он злился: «Ты не занимался!», — сердился, расстраивался. Сейчас я вспоминаю это с улыбкой, даже с теплотой. Но тогда, в подростковом возрасте, это было сложно: я старался, правда старался, но просто не мог.

## О России: «Я чувствую, что мы рядом»

Затем Терри поделился личным воспоминанием о первом визите в Санкт-Петербург в 1992 году. Тогда, работая музыкальным журналистом, он приехал на фестиваль «Белые ночи» и провел десять дней в одном отеле с музыкантами и организаторами. Этот опыт стал для него неожиданным открытием — Россия оказалась гораздо ближе, чем он представлял: «Ваш характер, ваше чувство юмора — они ближе к нашему, чем у кого-либо еще в Европе. В каком-то смысле — мы братья».

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»



**1-я Летняя конференция по транзактному анализу**  
Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.  
(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)



**Томас Харрис, Эми Харрис и Роберто Кертес на конференции или встрече по транзактному анализу**  
Courtesy of UCSF Archives and Special Collections.  
(Предоставлено архивами и специальными коллекциями UCSF)



**Николас Берн Калькатерра (слева), единственный кровный внук Эрика, сын его дочери Эллен, и Терри Берн (справа), младший сын Эрика Берна, на конференции по столетию Эрика Берна в Монреале, август 2010 года**  
Сайт [www.ericberne.com](http://www.ericberne.com)



**2023 год. Три поколения семьи Эрика Берна в Малаге, Испания. Задний ряд слева направо: Питер Берн (первый сын Эрика — от первой жены Рут), Терри Берн (третий и младший сын Эрика — от второй жены Дороти), Николас Берн Калкатерра (сын Эллен Берн, единственной дочери Эрика, от первой жены Рут). В первом ряду Алессия Николь Калкатерра и Эрик Берн Калкатерра, правнуки Эрика (от внука Эрика Николаса)**

<https://www.facebook.com/DrEricBerneMD>\*



**Правнучка Эрика Берна Алессия и правнук Эрик хвастаются вышедшим переводом Games People Play на азербайджанском языке 2018**

<https://www.facebook.com/DrEricBerneMD>\*\*

\* <https://www.facebook.com> — Принадлежит Meta Inc., деятельность компании Meta Inc. и её продуктов признана в России экстремистской и запрещена.

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
«Эрик Берн, каким мы его не знали»



Терри Берн с Адриенн Ли – фото с LinkedIn\*\* от 2007 года

## Письмо Терри Берна редакции журнала «ТА в России»

*The TA Journal launched by your Institute looks very impressive and is obviously a labor of love. Congratulations!*

*As for permission to use the photos, yes, please feel free to use as many as you like now and in the future.*

*Thanks for keeping in touch. Eric would certainly be proud to see how Russia has embraced his theories and I will always recall with pride and pleasure our interaction last April.*

Журнал по транзактному анализу, издаваемый вашим Институтом, выглядит очень впечатляюще и, безусловно, является делом, созданным с любовью. Примите мои поздравления!

Что касается разрешения на использование фотографий — да, пожалуйста, не стесняйтесь использовать столько, сколько вам нужно, как сейчас, так и в будущем.

Спасибо, что поддерживаете связь. Эрик, без сомнения, был бы горд увидеть, как в России приняли его теории, а я всегда буду с теплотой и гордостью вспоминать наше общение в апреле.

\*\* Заблокирована в РФ за невыполнение требований о передаче данных российских пользователей на серверы, расположенные в России

# ТА: первые шаги в России

Алсу Идгаровна  
**САМОЙЛОВА**

Место работы: практикующий психолог; студент Международного Развивающего Института Транзактного Анализа (МИР-ТА) (Санкт-Петербург) и НИУ ВШЭ; Казань, Россия; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023



Alsu Idgarovna  
**SAMOILOVA**

Place of work: practicing psychologist; student of the International Institute of Developing Transactional Analysis (MIR-TA/IIDTA) (Saint Petersburg) and HSE University; Kazan, Russia; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023

## ТА: First steps in Russia

**Аннотация.** Статья посвящена истории становления транзактного анализа в России и основана на воспоминаниях и профессиональном опыте Марины Соломоновны Соковниной, одной из основательниц российского сообщества транзактного анализа. Рассматривается путь развития метода от первых семинаров Тома Фрезера и других зарубежных преподавателей в 1990-е годы до создания ассоциации СИТА, организации системы подготовки специалистов и разработки этических и профессиональных стандартов. Отдельное внимание уделено первым образовательным программам, особенностям передачи знаний в условиях ограниченных ресурсов, вкладу ключевых иностранных специалистов, а также постепенной эволюции общества — от соревновательной атмосферы первых лет к сотрудничеству и взаимоподдержке. В интервью описываются трудности этого периода, включая нехватку литературы на русском языке, необходимость переводов, двойные отношения и финансовые барьеры, а также культурные особенности восприятия идей транзактного анализа в российском контексте.

**Ключевые слова:** транзактный анализ, история психотерапии в России, СИТА, Том Фрезер, Дженни МакНамара, Моник Туниссен, Труди Ньютон, Анита Маунтин, Клод Штайнер, профессиональное сообщество, супервизия, этический кодекс.

**Abstract.** The article is devoted to the history of the development of transactional analysis in Russia and is based on the recollections and professional experience of Marina Solomonovna Sokovnina, one of the founders of the Russian TA community. It traces the development of the method from the first seminars conducted by Tom Frazier and other international trainers in the 1990s to the establishment of(SITA, the creation of a system for training specialists, and the development of ethical standards. Special attention is given to the first educational programs, the specifics of knowledge transfer under conditions of limited resources, the contribution of key foreign trainers, as well as the gradual evolution of the professional community—from a competitive atmosphere in the early years to collaboration and mutual support. The text also describes the difficulties of this period, including the lack of literature in Russian, the need for translation, dual relationships, financial constraints, and the cultural specifics of how the ideas of transactional analysis were perceived in the Russian context.

**Keywords:** Transactional Analysis, history of psychotherapy in Russia, SITA, Tom Frazier, Jenny McNamara, Monique Thunnissen, Trudi Newton, Anita Mountain, Claude Steiner, professional community, supervision, code of ethics.

**— Марина, почему вы выбрали когда-то давно психотерапию, которая тогда еще не считалась престижной профессией?**

— Для меня важнее была не престижность, я не думала тогда (да и потом тоже) о престижности, для меня было важнее ощущение миссии. Мой выбор сложился из семейной истории: прадед был раввином, дед — учителем, бабушка — акушеркой (раньше это называлось повитухой второго разряда); отец — инженер в области точной механики и оптики, мать работала химиком с радиоактивными материалами, с интересом к культуре. Я выбрала клиническую психологию на третьем курсе университета.

С этого момента мои преподаватели были врачами. Среди них особенно выделялся Дмитрий Борисович Карвасарский, позже — главный психотерапевт страны.

**— Как началась ваша встреча с транзактным анализом?**

— Моя встреча с ТА состоялась задолго до того, как было организовано обучение транзактному анализу в России. В 1985 году одна моя знакомая, психолог Вера Сорина, перевела книгу Харриса «Я — о'кей, ты — о'кей». Я пришла к ней на тренинг и брала несколько личных консультаций. В результате я смогла бро-

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России

сильно курить и еще некоторые вещи изменила в своей жизни, отсюда появился интерес к данному методу.

**— Вы уже были практикующим психологом. Что произошло после прочтения первой книги по ТА, какой была следующая?**

— Следующей книгой в 1992-1993 годах был «Современный транзактный анализ» в переводе Дмитрия Касьянова. Эта книга уже давала концепцию транзактного анализа в системе, по определенному плану. С книгами Эрика Берна я познакомилась позднее. Но то, как писал Эрик Берн, мне не нравилось: в моем понимании, у него слишком много юмора, слишком много иронии по отношению к людям, о которых он пишет, иллюстрируя теоретический материал примерами, и его манера излагать материал мне очень мешала, хотя я сама люблю шутить.

**— Что происходило внутри вас в тот момент — не как у профессионала, а как человека, ищущего смысл и направление? Что именно в ТА оказалось для вас внутренне необходимым?**

— Изначально я собиралась поступать в политех, но внезапно поняла: мне нужно искать не только профессию, но и ориентиры для самой жизни. Поэтому выбрала психологию. После учебы и первых лет работы пришло разочарование: казалось, что психология в стране оторвана от глубинных проблем личности и во многом остается инструментом системы, а не человека. Я стала искать ответы в духовных практиках, религии, эзотерике.

Но именно в транзактном анализе я впервые почувствовала, что нашла то, что искала. Для меня это было открытием: гуманистический взгляд на человека, ясная структура личности, в которой внутренние диалоги и прошлый опыт складываются в целостную картину. Это дало чувство опоры, которого мне так не хватало. Там, где духовные практики иногда расшатывали внутренние конструкции и оставляли людей уязвимыми, ТА предложил основу, объединяющую гуманизм, глубину и ясные ориентиры.

В девяностые, когда «железный занавес» приоткрылся и в Россию стали попадать переводы западных книг, на фоне общего идеологического застоя массово возникали кружки эзотерики, движения вроде кришнаизма, йоги, рейки, суфийских практик, астрологии, целительства. Часто эти группы вели люди без серьезной подготовки, и последствия для участников оказывались тяжелыми: кто-то оказывался в психиатрических клиниках, кто-то терял друзей, профессию, семьи, попадая в зависимость от харизматичных лидеров. Я не против духовных поисков — я за то, чтобы ими занимались компетентно и ответственно.

В то время как наша психология еще была ориентирована на коллектив и не умела помогать челове-

## • СПРАВКА ЖУРНАЛА «ТА В РОССИИ»



**Марина  
Соломоновна  
СОКОВНИНА**

Педagog, психолог клинической специализации, одна из основателей (учредителей) СИТА и участник первой клинической программы, входит в состав совета СИТА в настоящее время. Сертификат «Продвинутого практика», утвержденный в СИТА. В течение 10 лет занимала пост председателя Этической комиссии СИТА, участвовала в пересмотре этического кодекса ЕАТА. Лауреат Всероссийского конкурса образовательных программ за 2014 г. Преподавала в Высшей Школе Экономики

педагогическую психологию, введение в психотерапию, введение в транзактный анализ, педагогическую практику. Вела краткосрочные курсы повышения квалификации для учителей, психологов, педагогов-психологов, для воспитателей дошкольных образовательных учреждений, от СПбАППО, супервизионную группу для педагогов-психологов Кировского района СПб, работающих с детьми. Автор более чем 40 статей и материалов по применению транзактного анализа в психотерапии и образовании и двух книг: методического пособия по воспитанию детей «Вырастаем вместе» (<https://ta-book.ru/products/vv>) (соавтор И. С. Андрейченко) и книги «Терапия перерешения в развитии», а также автор метафорических карт. Вступила в Российский союз писателей, автор трех поэтических сборников.

ку стать автономным, транзактный анализ дал мне то, чего я так искала: смысл, структуру и уважение к человеку как к личности.

**— А как все начиналось — те первые группы, первые семинары? С кем вы начинали учиться вместе?**

— В марте 1992 года меня пригласили в группу Дмитрия Касьянова, где Дмитрий проводил семинары по транзактному анализу. Я очень удачно пришла, потому что через несколько дней открывался семинар Тома Фрезера. Если бы я не попала на этот семинар, то не попала бы в первую клиническую программу и в учредители СИТА<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Санкт-Петербургский институт транзактного анализа (СИТА) стал первой в России структурой, где началось систематическое обучение ТА. Его в начале 1990-х годов зарегистрировал Дмитрий Касьянов. Поскольку тогда слово «ассоциация» в названии юридического лица требовало отдельной регистрации и значительных расходов, первые специалисты ТА выбрали форму «института». Позднее, развиваясь, СИТА был переименован в Санкт-Петербургскую организацию транзактного анализа (СОТА), которая стала центром обучения, супервизии и профессионального сообщества ТА в России. <https://ta-journal.ru/TAR/article/view/107316/81563>

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России

Я начала свое обучение транзактному анализу в 1992 году у Тома Фрезера, пришла уже в сформированную группу. Его демонстрации терапевтической работы в рамках учебных семинаров по психотерапии стали для меня новым опытом: он умел работать не называя вещи своими именами. Например, иногда человек не может рассказать о своей травме, сексуальном насилии или другом виде оскорбления и унижения. Том Фрезер не боялся идти сквозь боль и давал возможность постепенно встретиться с этим опытом на том уровне, на котором это было возможно в тот момент для человека. Это была работа через доверие и постепенное приближение к травматической теме, когда слова приходят только тогда, когда появляется внутренняя опора.

Такой подход был для меня новым: я увидела, что можно работать очень глубоко.

**— Чья инициатива была ключевой для рождения организации СИТА?**

— Мое мнение, что ключевая инициатива принадлежала Дмитрию Касьянову и Татьяне Сизиковой, потому что Дмитрий собрал вокруг себя инициативную группу людей, которые хотели использовать ТА в своей профессиональной деятельности, и к ним присоединялись еще люди, которые хотели использовать ТА для своего личного развития. Татьяна Сизикова написала письмо в одну из международных организаций, что очень хочет учиться транзактному анализу.

Скорее, имела место идея необходимости создания официально существующей группы. В один из своих приездов в Россию Том Фрезер сказал: «Если вы не зарегистрируетесь как общественная профессиональная организация и не вступите в ЕАТА, я не смогу к вам приезжать, потому что билет на самолет из Америки к вам стоит очень дорого. Я тогда не смогу получать финансовую поддержку на приобретение билета от профессионального сообщества».

Итак, это был последний, как говорится, «вольный семинар», нам пришлось зарегистрироваться. Регистрацией организации занимался преимущественно Дмитрий Касьянов. Он же написал первый устав и ходил по всяким организациям, в том числе в министерство юстиции. 12 человек, в число которых входили Дмитрий Касьянов, Светлана Князюк, Татьяна Сизикова, Татьяна Глизнецова, Жукова Елена, Владимир Гусакровский, Елена Соболева, Марина Соковнина, Юрий Ковалев, Марина Ковалева, Марина Клишева, Ирина Соболева, собрали по тысяче рублей. Это были деньги для уставного капитала, который был обязателен, без него не регистрировали. Это был март 1993 года. Так мы стали первыми учредителями СИТА. А день рождения СИТА — март 1993 года.

**— Были ли у вас сомнения или моменты, когда хотелось все оставить?**

— Нет. Когда я увидела, как работает Том Фрезер — с какой эмпатией и бережностью, особенно в работе с травмой, сколько в нем искренней любви к человеку, — я окончательно утвердилась в своем выборе. Это было первое значимое влияние на меня. Я поняла точно: хочу научиться работать так же. Том умел работать с самыми ужасными историями и оставаться рядом с человеком, шаг за шагом проходя этот путь вместе. Он разделял боль, помогал вынести ее и именно этим давал возможность для исцеления.

Также я скопировала такое качество, присущее многим преподавателям, которое назвала бы щедростью. Хочу ко всему прочему добавить, что все, кто приезжали, были личностями. То ли в ТА приходят такие люди, то ли ТА делает их такими. О каждом можно что-то сказать, открывающее его как незаурядного человека.

Все, кто когда-либо сдавал экзамен (любого уровня СТА, PTSTA, TSTA) в транзактном анализе из нашей организации, сдавали его в соответствии с международными стандартами, которые утверждены ЕАТА и МАТА. Экзамен состоит из письменной и устной части, для каждой части разработаны критерии для их оценки. Такой подход был для меня новым: я увидела, что можно работать очень глубоко, уважая темп и готовность клиента, и при этом не травмировать его повторно.

**— Возникали ли при обучении проблемы из-за непонимания, основанного на различии культур?**

— Трудность была в том, что необходимой литературы на русском языке не было, и особенно трудно было тем, кто не знал английского языка. Английский язык считался и продолжает быть официальным языком ЕАТА. Серьезные статьи, дающие представления о методиках психотерапевтической работы, были на английском; все, что печаталось на русском, скорее воспринималось как популяризация ТА.

Но мы получали поддержку международного ТА-сообщества. Преподавателям, приехавшим в рамках учебной программы, компенсировались пятьдесят процентов от стоимости проезда или перелета, в зависимости от того, какой вид транспорта использовался. Вся остальная стоимость уточнялась в переговорах с тренером. Одни просили полную оплату, другим было достаточно культурной программы в качестве компенсации за труды. Также выделялись средства на оформление визы (тоже половина стоимости). Длительный период времени ежегодный членский взнос для стран Восточной Европы также был меньше. Нам помогали литературой.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России

Всего в России прошли три программы, организованные при поддержке международного сообщества, EATA и MATA. Первая программа курировалась Моник Тунисен (PTSTA) и Дженни Макнамарой (TSTA). Вторая программа была образовательной, то есть в ее рамках изучалось применение транзактного анализа для воспитания и изучения как детей, так и взрослых. Ее возглавляла Труды Ньютон. Третий этап — вторая клиническая программа, которую вела Анита Маунтин.



Лекция Клода Штайнера в СПГУ. Переводчица — Юлия Гамзинат

### — Кто и как создавал Этический кодекс?

— В период, когда создавался этический кодекс, я находилась на должности председателя этического комитета СИТА. Я писала основную структуру текста Этического кодекса. Эта структура сначала обсуждалась на этическом комитете, затем на совете СИТА и потом коллективно утверждалась на совете СИТА. По сути дела, наш кодекс — это документ, над которым работала команда специалистов. Это Елена Соболева, Владимир Гусаковский, Татьяна Сизикова, Олег Сус, Ольга Смищенко, Диана Юдина, Елена Гамзина... Прошу прощения, если кого-то не упомянула.

Я в то время была председателем этического комитета, Елена Соболева — Президентом СИТА, Татьяна Сизикова — делегатом в EATA от России. Олег Сус жил в Питере и позднее переместился в Рязань; Владимир Гусаковский перевел кодексы зарубежных организаций на русский язык, чтобы у нас были образцы. Также он привез из Европы некоторые теории, и они были использованы для построения кодекса. С Татьяной Сизиковой мы вместе работали над определениями основных понятий. Я вела переписку с Барбарой Классен, по предложениям, связанным с вопросами этики к новому кодексу EATA. Также Татьяна Сизикова как делегат СИТА и РАТА привозила из Европы всякие новые веяния, в частности концепцию разных меньшинств — сексуального\*, экономического, гендерного\*, возрастного, религиозного и т.п.

\* международное общественное движение ЛГБТ признано экстремистским и запрещено в РФ

Очень интересную концепцию в Россию привез Владимир Гусаковский — автором ее является Робин Вулфорд. Робин предложил разделить этические постулаты на принципы и правила. Это различие оказалось важным: принципы задают направление, но их выполнение невозможно проследить напрямую, тогда как правила можно наблюдать через конкретное поведение.

Если внимательно рассмотреть этические нормы, зафиксированные в Книге тренинга, становится видно, что там нет четкого различия — все смешано: где-то формулируются принципы, где-то правила. В нашем же кодексе этики это разграничение сделано более ясно: перечислены принципы, а к каждому из них добавлены поддерживающие правила, раскрывающие, как эти принципы реализуются на практике.

Во время моего председательства наша организация также участвовала в пересмотре Этического кодекса Европейской Ассоциации Транзактного Анализа. Мы внесли существенный вклад — пусть он пока и не зафиксирован в официальной летописи EATA, но он был. В частности, ссылки на Декларацию прав человека были переданы от имени нашей организации; идея принадлежит мне.

Елена Соболева разрабатывала для кодекса раздел, связанный с деонтологией, а Татьяна Сизикова помогала с формулировками и определениями. По сути, создание российского и европейского кодексов шло почти параллельно — и в этом тоже есть свой исторический смысл.

### — Были ли в этом процессе споры, разногласия, сложные решения?

— В принципе, внутри организации мы как-то быстро находили хорошие решения. Сложные вопросы возникали в основном не внутри организации, а с другими организациями, в большей степени с EATA. Возникло впечатление, что имеет место обесценивание нас как специалистов, потому что наши предложения по кодексу этики не принимались в расчет. У нас было несколько очень хороших предложений по кодексу этики EATA.

Одно из них касалось формулировки, которая открывала пространство для игры и манипуляции: «Этический кодекс создается для того, чтобы помочь специалистам этично использовать транзактный анализ». Такая формулировка будто бы допускает, что если ты работаешь не в рамках ТА, а используешь другие подходы, то этика как бы и не обязательна.

Тогда председателем этического комитета EATA была Барбара Классен (Швейцария). Я писала ей, но долго не получала ответа. Лишь после того, как я упомянула, что взяла у Труды Ньютон супервизию по этому вопросу и что она поддержала мою точку зрения, Барбара вышла на связь.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России**— Какие идеи ТА прижились в российской среде легко, а какие требовали «перевода» — не только языкового, но и культурного? Контракт, структура личности, жизненный сценарий — как они воспринимались?**

— Поскольку в системе ценностей российской культуры прочно прописаны такие ценности, как коллективизм, взаимопомощь, жертвенность, общее благо, мне кажется, нам свойственны трудности понимания и использования концепции драматического треугольника Карпмана.

**— Как на развитие ТА в России повлияли встречи с зарубежными коллегами?**

— У развития российского ТА была одна уникальная особенность: к нам приезжало очень много тренеров из разных стран и школ. Мы имели редкую возможность видеть разнообразие теоретических подходов, стилей работы с клиентом и группой, манер преподавания. Как говорится, все флаги в гости были к нам — даже из ЮАР приезжала Диана Шмуkler.

Это, безусловно, обогатило наш опыт, но, возможно, именно это многообразие сделало сложнее задачу интеграции единой, целостной картины транзактного анализа.

С другой стороны, если говорить о ключевых фигурах, я бы поставила в центр Дженни МакНамару — супервизора Монике Тунинсен. Ее влияние было глубоким. Можно сказать, ее сценарий частично стал сценарием и для российского ТА.

**— Кто особенно произвел на вас впечатление?**

— На меня большое впечатление произвел своей стойкостью Джонн Парр. К нам должна была прилететь преподаватель из Индии Сари Ван Поэлье, но почти перед самым вылетом она заболела, кажется гриппом, и попросила Джона Парра, своего друга (как он нам потом рассказал), выручить ее и полететь в Россию преподавать вместо нее. И он согласился.

И вот мы и Джон Парр начали делать работу по групповому административному и учебному контракту. И мы два дня барахтались и никак не могли найти. Когда контракт, как нам казалось, был полностью сформулирован, Джон Парр сказал: «Нет, ребята, вы еще одну вещь забыли... пока не напишете, мы дальше не движемся! И баста!» Он терпеливо два дня ждал, пока мы сами увидим, что именно нужно добавить в контракт...

Оказалось, что один из участников группы открыто вел видеосъемку семинара. И все молчали! И только в конце второго дня, когда все собирались уже

расходиться, кто-то тихонечко, робко сказал: «Мне не нравится, что меня снимают...» То есть в группе более тридцати человек, никто не слышал свои потребности и тем более не мог их выразить! И в конце семинара обнаруживается факт, что никто из участников не позаботился о себе в этом отношении. Кажется, мы остались еще на час и доделали контракт в той части, которая касается видеозаписей и аудиозаписей.

Еще след в моей душе оставил Вильям Ламмерс. Тем, что он плакал, услышав мою историю... Впоследствии я дала себе разрешение плакать, если история клиента затрагивала меня эмоционально.

**— Какая история, связанная с развитием ТА в России, должна быть рассказана, но еще не рассказана?**

— Я хотела бы рассказать об одной женщине — американском психологе Мириам Берк (PhD). Не знаю, кто именно «открыл» ее имя, но с ее помощью я хочу напомнить: транзактный анализ — это гуманистическое направление, и те, кто привозил ТА в Россию, несли эту гуманистичность в умах, сердцах и поступках.

ТА в России не развился бы, если бы мы платили за обучение его реальную цену. Почти все приезжали без оплаты, иногда даже за свой счет. Если кто-то был в Европе — принимали у себя дома, делились книгами. Мириам каждый раз привозила две огромные сумки с вещами — брюки, платья, туфли — и раздавала женщинам на семинарах. Она подарила мне простое кольцо — позолоченное сверху. Я храню его как память о ней.

Мириам не была транзактным аналитиком, но развивала собственные идеи, близкие по духу. Она приезжала несколько раз и показывала, как работать в терапии через образ Христа. Как-то один из коллег сказал: «Люди порой причиняют друг другу такую боль, что исцеление возможно только через Бога. Человеческих сил не хватает». И это правда. Мириам показала, как можно работать с этим, и я использую это в своей практике.

Она подарила мне свою книгу, еще не переведенную, но я применяю ее идеи. Возможно, эти идеи нашли отклик и у других специалистов. В книге описана концепция «первичной травмы» — конфликта между эго-состояниями, который возникает у ребенка около трех лет, когда развивается речь, но еще не сформирован интеллект. Я рассказала об этом через сказку, опубликованную в приложении к совместной книге с Ириной Андрейченко.

И пусть Мириам формально не была ТА-аналитиком — для меня она входит в число тех, кто стоял у истоков ТА в России. Она была рядом, когда закладывались его основы.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России

С Мириам Берк

— Вы были знакомы с Клодом Штайнером. Какие чувства вызывает память об этой встрече?

— Да, я была с ним в переписке, так как мы с Еленой Соболевой переводили на русский язык его статью из журнала ТАЖ об экономии поглаживаний. Когда Клод Штайнер приехал в Санкт-Петербург, я сопровождала его и его жену в течение двух дней: организовывала через РПО (Российское психологическое общество) его лекции в двух академических учреждениях — в РГПУ и на факультете психологии СПбГУ, так как Клод хотел прочитать лекции бесплатно, для широкой аудитории.

Я возила Клода и его жену по Санкт-Петербургу на такси, сопровождала, слушала его комментарии — и столкнулась с неожиданно трудным опытом. Он был недоволен приемом и организацией, не понимал, скольких усилий это нам стоило, — вероятно, сработали культурные различия. Мне казалось, я буквально вылезла из кожи, чтобы все устроить, а он этого не увидел. Его манера общения оказалась для меня неожиданно грубой: он с поразительной точностью и частотой раздавал негативные поглаживания.

Это было непросто. К концу поездки я уже с трудом сдерживала слезы. Но все же — я преодолела это. Он подарил мне свою книгу, написанную в 1998 году, и, перечитывая ее позже, я поняла, насколько глубоко он чувствовал и как точно предвидел многое. Его тексты — это не только психология, но и пророчество. Он был человеком боли. И, как это бывает с пророками, он был суров.

Я прощаю ему резкость. Потому что гениальность и человеческая мягкость не всегда идут рядом. Как память о нем я храню две его книги — одну с автографом, другую в электронном виде. И я восхищаюсь его научной смелостью — так же, как и смелостью Алана Джакобса<sup>2</sup>. Эти двое писали о том, как человечеством управляют через игры, и это требовало мужества.

<sup>2</sup> Статья Алана Якобса (Alan Jacobs) в 1996 году была удостоена премии памяти Эрика Берна в области Транзактного Анализа. «Проблемы существования: триумф над

Позже, познакомившись с концепцией минициклов, я нашла объяснение этому опыту: в профессии человек может быть более зрелым, чем в жизни. Потому что профессиональный путь начинается из более здоровой позиции — даже если в личном поведении остаются незрелые реакции.

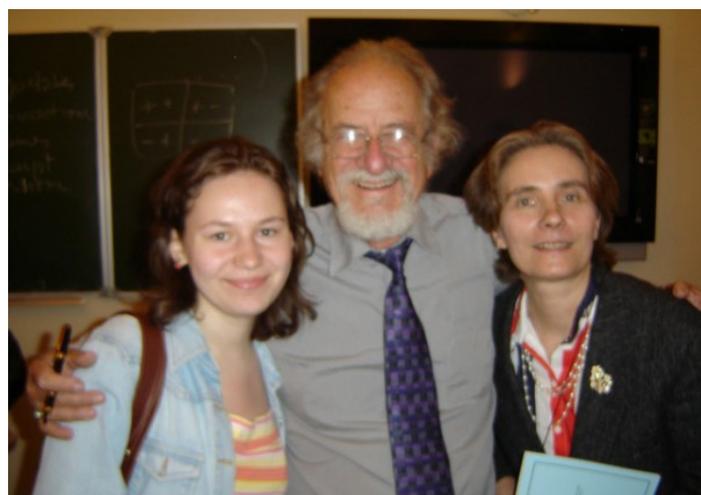
— Если оглянуться назад, как бы вы описали сценарий развития транзактного анализа в России?

— В первые годы развитие транзактного анализа в России проходило в условиях ограниченных возможностей. Необходимо было смотреть вперед чуть дальше, чем мы это делали. Отсутствие плана характерно для детского эго-состояния. Разве кто-нибудь думал о том, как мы будем его развивать, когда сдадим экзамены? Правда, у нас была промежуточная задача — подготовиться и сдать письменный и устный экзамен.

Каким образом мы отыскиваем и продвигаем научные идеи, продвигаем философию ТА в культуре.



(архив Марины Соковниной)



смертью и одиночеством» (Aspects of Survival: Triumph over Death and Onliness) <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/036215378701700303>

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России**— Когда вы вспоминаете первую программу ТА в России, какой опыт был для вас самым противоречивым? Что открылось позже, с расстояния лет?**

— Сейчас, оглядываясь на все это с расстояния времени, открывается то, что раньше ускользало. Обучение, которое мы получали, казалось огромным — даже крупнейшим подарком: Дженни МакНамара и Моник Тунинсен даже распечатывали все рабочие материалы заранее в Англии — по 12 экземпляров для нашей учебной группы — и везли их на самолете в Россию.

И одновременно в условиях дефицита ресурсов были приняты ошибочные решения. Хотя первично при формировании было сказано руководителями, что каждому из 12 участников будет назначен принципиальный супервизор, но в итоге принципиального супервизора получила только одна студентка — Татьяна Сизикова. А спасала программу Мэри Кокс, взяв на себя студентов: двух из Петербурга (Владимира Гусаковского и Елену Соболеву) и из Рязани (Наталью Бондареву, Андрея Ховрачева).

Сейчас я вижу это как эксплуатацию: группа платила за участие в семинарах одинаково, но «приз» — полноценное сопровождение — получили только избранные. Когда в середине процесса односторонне меняется контракт, это уже не просто неудобство — это вход в большую игру.

К концу программы я подошла к Моник Тунинсен с просьбой заключить со мной учебный контракт для подготовки к экзаменам. Она отказалась. Я спросила: «Почему?» Она ответила: «Мои планы изменились». Но мои-то не изменились. И если бы я не спросила, я бы так и не узнала об этом. Это и есть суть нарушения контракта: молчаливая смена условий в одностороннем порядке.

**— Что было для вас самым трудным в обучении?**

— Одной из самых больших трудностей для многих (не для всех, конечно) стала супервизия. Многие столкнулись с этим форматом учебной работы впервые. Трудность носила прежде всего эмоциональный характер: я, как и многие другие, ужасно боялась быть уличенной в ошибке. Между тем в ТА анализ собственной работы и рефлексия считаются важной частью профессионального роста.

Второй сложностью было то, что наша инициативная группа была небольшой, всего около двадцати пяти человек, и часто мы оказывались в ситуации двойных отношений. Это оказалось отдельной наукой — учиться, работать и обучать других, учитывая одновременно профессиональные и учебные связи. Например, я старалась избегать двойных отношений. Я приняла для себя решение ходить на индивидуальную терапию не к специалисту по ТА, а к гештальт-те-

рапевту, поскольку занимала в СИТА общественные должности и хотела избежать пересечений.

Немалой трудностью были и финансовые вопросы. Заработать деньги на обучение было непросто, и у меня не было твердой уверенности, что получится доучиться до конца. Каждый семинар становился для меня маленьким чудом: я каким-то образом снова и снова находила средства, чтобы продолжить учебу.

**— Кто еще из тренеров был для вас важным и ценным? Чему вы научились, что вам запомнилось?**

— С 2000 по 2004 год в России действовала образовательная программа по применению ТА в образовании под руководством Труди Ньютон. Я выполняла функции координатора учебной группы.

В европейской организации отсутствует индивидуальное членство. Есть только коллективное. Поэтому нам пришлось организоваться и зарегистрироваться. Для участия в международных программах требовалось коллективное членство. Основная учебная группа включала двенадцать человек, которые готовились к сдаче экзаменов и участвовали в терапевтической группе. Остальные могли быть слушателями на лекциях, но не участвовали в терапевтическом процессе. Так шаг за шагом выстраивалась система профессионального обучения, которая впоследствии стала основой развития транзакционного анализа в России. Времени было немного, поэтому возникало ощущение, что важно успеть воспользоваться каждой возможностью для обучения.

Естественно, это создавало определенное напряжение и дух соревнования: участники старались учиться быстрее, активно включаться в работу, продвигаться к экзаменам. Со временем ситуация изменилась. Появилось больше программ в разных городах, доступ к обучению стал шире, и вместе с этим атмосфера стала более спокойной. Постепенно на первый план вышло сотрудничество: коллеги стали обмениваться материалами, поддерживать друг друга, объединяться для совместных проектов. Акцент сместился с личных достижений на развитие профессионального сообщества в целом.

**— Внедрялся ли ТА в практику?**

— Да, транзактный анализ внедрялся в практику и адаптировался к российскому менталитету. Наибольший вклад в этот процесс, на мой взгляд, внес Дмитрий Шустов. Наши психологи, работающие или работавшие в системе образования, тоже, как говорится, не лыком шиты. Марина Соковнина, Валентина Бондарева, Ольга Смищенко, Елена Гамзина внесли огромный вклад в адаптацию ТА в российское образование. Посмотрите их статьи, программы, семинары.

## ИСТОРИЯ ТА / HISTORY OF TA

Алсу Идгаровна САМОЙЛОВА  
ТА: первые шаги в России**— Какими путями шло формирование сертификации ТА в России?**

— Для российского ТА, на мой взгляд, характерна высокая степень ориентированности на международные стандарты сертификации в ТА. В то же время разработаны внутрироссийские стандарты. С учетом того обстоятельства, что многие специалисты не готовы к международной сертификации и эффективно используют ТА в своей практике, разработаны стандарты внутренней сертификации присвоения званий «Практик ТА» и «Продвинутый практик ТА»<sup>3</sup>.

В настоящее время специалист, имеющий высшее образование, имеет право использовать в своей работе любые методы психологических и педагогических направлений, за исключением тех направлений, которые запрещены законом. Транзактный анализ не запрещен; более того, по представлению В. Гусаковского, ТА был рассмотрен руководством ОППЛ как один из методов психотерапии и признан в рамках ОППЛ. Была организована отдельная секция.

**— Если подвести итог, что вы чувствуете и о чем вы думаете, размышляя о пройденном пути?**

— Я думаю, размышляю о сделанных ошибках, повлекших за собой потери и нереализованные возможности. Кроме законов, открытых Клодом Штайнером относительно поглаживаний, есть еще законы о функционировании поглаживаний в условиях группы. Отношение обучающего тренера должно быть одинаковым ко всем членам группы, в противном случае отношения в группе будут нездоровыми, а сами поглаживания не будут работать так, как должны.

Если бы я сейчас обнаружила это, то не оставила бы без внимания и обязательно сказала бы и руководителю, и тренеру. В этическом кодексе этот принцип назван принципом равных возможностей — в рамках первой программы равных возможностей не было. С одной стороны, принятое решение выглядело как единственно правильное: довести до сдачи экзамена хотя бы одного тренера, чтобы затем он обучил других на русском языке. С другой стороны, в жертву принесли отношения в профессиональном сообществе, это было не так явно, не так заметно, это шло как скрытый процесс, который, с моей точки зрения, продолжается до сих пор. И он может быть преодолен. Джон Парр обнаружил это в нашей группе и показал, насколько тогда мы не умели слушать свои потребности.

**— Как вы видите будущее ТА в России?**

— Мне кажется, самое интересное впереди. Мы все-таки вышли из этапа выживания и можем теперь строить новые отношения, используя организацион-

ную концепцию Аниты Маунтин — «Концепция процветания».

Предыдущий опыт показал, насколько важно, чтобы специалисты разобрались в своих собственных сценариях: тогда у них появится возможность не пропускать свой сценарий в отношениях организации.

Поглаживания как стимулы обучения и развития не работают в условиях неравных возможностей и неравных отношений, в том числе и в учебной группе. Обучение будет давать маленькую эффективность, как в первой программе. Это важно учитывать тренерам сейчас и в будущем.

<sup>3</sup> <https://sitaneews.ru/sertifkatsiya/11-polozhenie-o-vnutrennej-sertifkatsii>

# Истории, лица, транзактивный анализ

Эльвира Маратовна  
**АРИФ**

Магистр психологии НИУ ВШЭ, психолог, работающая в модальности транзактивного анализа, член СОТА и ЕАТА; Россия, Москва; [elvira.arif@yandex.ru](mailto:elvira.arif@yandex.ru); <https://t.me/contemporaryTA>; SPIN РИНЦ: 2913-9244; ORCID: 0000-0002-1512-5338; ResearcherID: K-6045-2015



Elvira Maratovna  
**ARIF**

Master of Psychology HSE University, Psychologist, practicing in Transactional Analysis modality; member of SOTA and EATA; Moscow, Russia; [elvira.arif@yandex.ru](mailto:elvira.arif@yandex.ru); <https://t.me/contemporaryTA>; SPIN-RSCI: 2913-9244; ORCID: 0000-0002-1512-5338; ResearcherID: K-6045-2015

## Stories, faces, transactional analysis

**Аннотация.** В июне 2025 года группой ТА-психологов была организована конференция «Транзактивный анализ после Эрика Берна: истории в лицах». Каждая из участниц выбрала значимую для ТА-сообщества фигуру психолога и рассказала о нем, его концепции, сплетении личного и профессионального. В фокусе внимания, таким образом, оказались Джеки Ли Шифф, Фанита Инглиш, Тони Вайт, Кен Меллор, Рей Литтл, Карен Миникин. В преддверии конференции было проведено три встречи. На первой обсуждалась важность понимания истории развития ТА. Центральной темой второй встречи стало взаимовлияние личного и профессионального в деятельности психолога. Третья была посвящена особенностям сценария ТА-сообщества в России. С записями всех встреч и докладов, а также с анонсами можно ознакомиться на сайте <https://tatoday.tilda.ws/>.

**Ключевые слова:** Джеки Ли Шифф, Фанита Инглиш, Тони Вайт, Кен Меллор, Рей Литтл, Карен Миникин.

**Abstract.** In June 2025, a group of TA psychologists organized a conference titled "Transactional Analysis after Eric Berne: Stories in Faces". Each participant chose a figure significant to the TA community and spoke about them, their concepts, and the intertwining of the personal and professional. Thus, the spotlight was placed on Jacqui Lee Schiff, Fanita English, Tony White, Ken Mellor, Ray Little and Karen Minikin. In the lead-up to the conference, three meetings were held. During the first one, the importance of understanding the history of TA's development was discussed. The focus of the second meeting was on the mutual influence between the personal and professional aspects of a psychologist's work. The third meeting addressed the specifics of the script of the TA community in Russia. Recordings of all meetings, conference talks, and announcements are available at: <https://tatoday.tilda.ws/>.

**Keywords:** Jacqui Lee Schiff, Fanita English, Ken Mellor, Ray Little, Tony White, Karen Minikin.

**15 июня 2025 года прошла первая онлайн-конференция «Транзактивный анализ после Эрика Берна: истории в лицах», которая была организована инициативной группой ТА-психологов из Алматы, Воронежа и Москвы: Эльвирой Ариф, Ириной Гладких, Марией Загурской, Ларисой Тюntenковой, Татьяной Сунцовой, Еленой Шовиной.**

С определенной долей условности мероприятие можно разделить на три этапа. В рамках первого была организована серия тематических встреч. Сначала, под модераторством Ирины Гладких, обсуждалась важность обращения к биографии психолога для понимания его концепции. Вторая была посвящена изучению истории ТА. На третьей обсуждалась статья Nicoleta Gheorghe, Marina Brunke, Diana Deaconu, Alexandra Gheorghe & Lucia Ionas "All My Parents: Professional Transgenerational Trauma in the TA Community", прочитанная по инициативе Татьяны Сунцовой.

Слово Ирине Гладких:

«Для меня конференция имела глубокий личный смысл, и мне важно было его искать вместе с коллегами: откуда я «родом» (профессионально)? кто я сейчас? кто моя «семья»? куда я иду дальше? Мне показалось, что это удалось — через личные поиски материалов в процессе подготовки, совместную творческую «мастерскую», которая сложилась у нас с коллегами, где царил дух открытости, уважения, сотворчества!



**Ирина ГЛАДКИХ.**  
Психотерапевт,  
член ЕАТА, ОРТА,  
экс-председатель  
Этического комитета  
ОРТА

Эльвира Маратовна АРИФ  
Истории, лица, транзактный анализ

И еще. Открытием конференции было то, как много людей было захвачено интересом к истории ТА, и то, как это было проявлено, причем в разных контекстах: и с точки зрения связи личной истории Персоны и ее личного вклада в развитие идей Берна, и с позиции трансгенерационных процессов, да и просто личным, таким понятным, любопытством, удивлением, восхищением к судьбам тех, кто творил и продолжает творить историю ТА».

Продолжает речь Елена Шовина:

«Для меня ценным в конференции было то, что она задумывалась, планировалась, организовывалась и готовилась из состояния удовольствия. Это был наш совместный коллективный договор, который, как мне кажется, удалось реализовать полностью.



**Елена ШОВИНА.**  
**Частнопрактикующий психолог, психотерапевт, сертифицированный транзактный аналитик в области психотерапии СТА (Р), член ЕАТА, ИТАА, кандидат философских наук, доцент**

Традиционно научные исследования ассоциируются с такими характеристиками, как серьезность, вдумчивость, последовательность, требовательность, точность и прочее. Внести в них ветер лёгкости, радости, игры была уникальной возможностью. Особенно когда это касается исторических исследований.

В ТА есть моменты, которые не поддаются однозначному прочтению и оценке. Возможность увидеть и показать свое понимание и взгляды коллег, обменяться наблюдениями и идеями — несомненное достоинство нашей конференции «ТА после Эрика Берна».

Мне ценно, что наша идея нашла отклик у коллег; важно и приятно было получить позитивные отзывы от нашего ТА-сообщества. Такое принятие удивляет, подерживает и вдохновляет.

И конечно, хорошее воплощение идеи невозможно без хороших людей. Работа нашей команды — пример здорового профессионального взаимодействия и понимания. Спасибо вам, коллеги!»

Второй этап — собственно 15 июня, когда прошла сама конференция под чутким модераторством Татьяны. Открыла конференцию Эльвира Ариф с докладом «Выметая слона из-под ковра: история Джеки Ли Шифф». Следующей была Ирина Гладких с выступлением «Фанита Инглиш. Сценарий жизни — сила или ограничение?». Третье сообщение — «Терапевтические и духовные поиски и обретения Кена Меллора» — представила Елена Шовина. Послеобеденную сессию открыла Мария Загурская с презентацией

«Рей Литтл. Концепция отношенческих юнитов». Продолжила конференцию Лариса Тютенькова с докладом «ТОНИ ВАЙТ. Развитие оригинальной концепции Эрика Берна “Демон”». В заключение Татьяна Сунцова рассказала о «Карен Миникин и её ранголи». Отдельно стоит сказать про активное включение участников конференции, которые сделали обсуждение докладов глубоким и разносторонним.

Своим опытом делится Мария Загурская:

«Сама идея конференции и ее воплощение — это для меня сокровище! Получая обратную связь о ценности докладов, я утвердилась во мнении, что знать историю ТА, людей, которые помогли развиваться теории и практике, очень важно и очень интересно! Это создаёт связь между основателями ТА и нами — теми, кто продолжает любить транзактный анализ и работать в этой области!»

Лариса Тютенькова о своих впечатлениях:

«Меня глубоко тронул, вдохновил и поразил интерес участников к теме конференции. Так приятно осознавать, что история жива, значима и продолжает звучать в рассказах. Формат мероприятия оказался особенно удачным: я узнала много новых, ценных деталей о жизни последователей ТА. Особенно впечатлила масштабная и кропотливая работа моих коллег: поиски архивных материалов и фотографий, восстановление исторического контекста, размышления о влиянии времени на личность и формирование теории. Это было настоящее исследование. Я получила огромное удовольствие от участия в конференции».

На третьем этапе все доклады были размещены на сайте (<https://tatoday.tilda.ws/>), там же можно ознакомиться с записями встреч-обсуждений организаторов. Записи докладов будут находиться в открытом доступе в течение года. На этом же сайте анонсировано проведение круглого стола о сценарии ТА-сообщества осенью 2025 года.



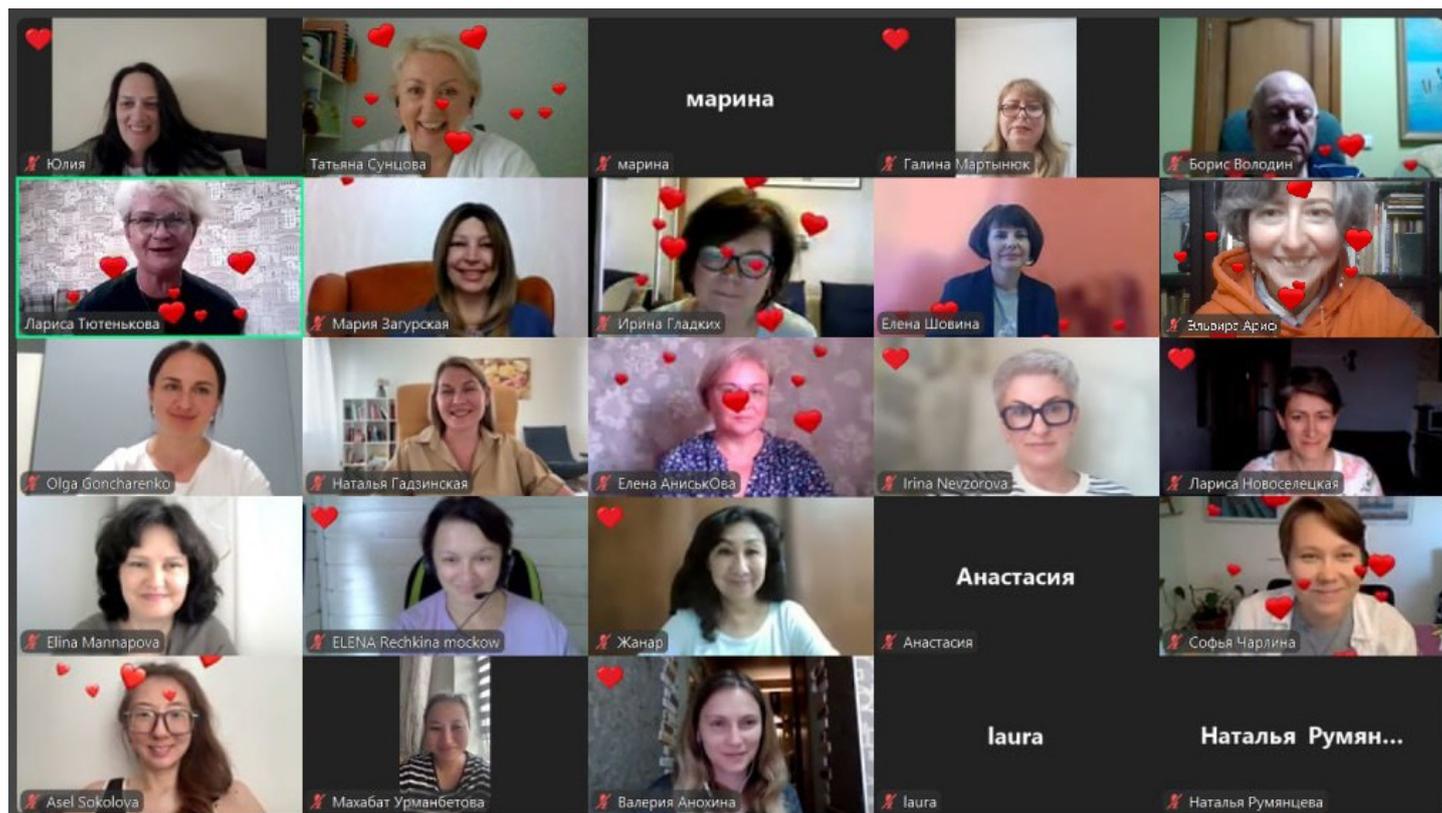
**Мария ЗАГУРСКАЯ.**  
**Врач-психиатр, сертифицированный транзактный аналитик в области психотерапии, РТСТА-р-ИТАА, член ОРТА, СОТА, ЕАТА, ИТАА, магистр психологии (ВЕИП)**



**Лариса ТЮТЕНЬКОВА.**  
**Сертифицированный транзактный аналитик в области психотерапии, РТСТА-р-ИТАА, соучредитель и экс-президент ОРТА, член ЕАТА, ИТАА, к.п.н.**

## НАВИГАТОР ПО МИРУ ТА / NAVIGATOR IN THE WORLD OF TA

Эльвира Маратовна АРИФ  
Истории, лица, транзактный анализ



Вот что говорит Татьяна Сунцова:

«Самым сильным впечатлением от конференции была включенность участников. Коллеги рассказывали действительно новые и интересные вещи об известных, казалось, фигурах ТА. И участники включались в диалог. Мы все вместе создали живую творческую атмосферу. Послевкусие: вдохновение и заряженность искать форматы и темы, которые позволят с удовольствием развиваться нам всем и развивать ТА».



**Татьяна СУНЦОВА.**  
**Психолог,**  
**сертифицированный**  
**транзактный аналитик**  
**в области психотерапии**  
**СТА-р-ТАА, соучредитель**  
**ОРТА, член ЕАТА, ITAA**

Отрадно осознавать, что сообщество психологов, работающих в модальности транзактного анализа, развивается, открывая новые форматы обмена профессиональными чувствами, мыслями и действиями. Присоединяйтесь, и пусть растут тысячи цветов!

# Современные направления транзактивного анализа: итоги студенческой конференции 2025 года

Алсу Идгаровна  
**САМОЙЛОВА**

Место работы: практикующий психолог; студент Международного Развивающего Института Транзактивного Анализа (МИР-ТА) (Санкт-Петербург) и НИУ ВШЭ; Казань, Россия; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023



Alsou Idgarovna  
**SAMOILOVA**

Place of work: practicing psychologist; student of the International Institute of Developing Transactional Analysis (MIR-TA/IIDTA) (Saint Petersburg) and HSE University; Kazan, Russia; [salsu@icloud.com](mailto:salsu@icloud.com)  
ORCID: 0009-0003-6815-2633; ResearcherID: IVU-7502-2023

## Modern Directions in Transactional Analysis: Results of the 2025 Student Conference

**Аннотация.** В конце июня 2025 года в Институте МИР-ТА прошла ежегодная студенческая онлайн-конференция «Транзактивный анализ в XXI веке», организованная совместно с журналом «Транзактивный Анализ в России». В конференции приняли участие студенты различных учебных заведений, обучающиеся транзактивному анализу, а также практикующие специалисты. В программе были представлены доклады, посвященные современным направлениям развития транзактивного анализа: психотерапии, психологическому консультированию и организационному транзактивному анализу. Материалы конференции отражают актуальные тенденции и способствуют укреплению профессионального сообщества.

**Ключевые слова:** транзактивный анализ, студенческая конференция, психотерапия, психологическое консультирование, организационный транзактивный анализ, сценарий жизни, профессиональное сообщество.

**Abstract.** At the end of June 2025, the MIR-TA Institute hosted the annual student online conference Transactional Analysis in the 21st Century, organized in collaboration with the journal Transactional Analysis in Russia. The conference brought together students from various educational institutions studying transactional analysis, as well as practicing professionals. The program featured presentations on contemporary directions in transactional analysis, including psychotherapy, psychological counseling, and organizational transactional analysis. The conference materials reflect current trends and contribute to strengthening the professional community.

**Keywords:** transactional analysis, student conference, psychotherapy, psychological counseling, organizational transactional analysis, life script, professional community.

**28** и 29 июня 2025 года в Институте МИР-ТА совместно с журналом «Транзактивный Анализ в России» прошла ежегодная студенческая онлайн-конференция «Транзактивный анализ в XXI веке». Студенты, преподаватели и практикующие терапевты встретились, чтобы представить свои доклады и послушать выступления коллег, поделиться личным опытом и взглядом на важные темы. Такие встречи помогают не только учиться, но и говорить о сложных вещах, а главное — чув-

ствовать себя частью профессионального сообщества.

Мы расскажем о некоторых докладчиках. Важно отметить, что каждое выступление было интересным и значимым: каждый спикер представил свой взгляд на практику и добавил важные детали в общую картину.

Доклад Юлии Полтавской стал заявлением о научном подходе отечественной психометрии. Опросник личностных адаптаций позволяет определять

шесть ключевых личностных адаптаций — от «Творческого мечтателя» до «Чрезмерно реагирующего энтузиаста». Юлия Полтавская и Вадим Артурович Петровский провели полную психометрическую адаптацию опросника с соблюдением мировых стандартов — от лингвистических тонкостей до юридических соглашений с автором.

**Сидорина Вера** говорила о материнстве как выборе: как не повторять сценарий, а встретиться с собой. Женщина может чувствовать вину, тревогу — в эти дни бессознательные сценарии становятся особенно активными. Но важно помнить: сценарий — это не судьба, а попытка выжить, сделанная когда-то давно в ответ на дефицит контакта и понимания. Поэтому сценарий можно пересмотреть и даже отпустить.

**Вайнберг Мария** рассказала, что в человеке могут присутствовать стремление к бессмертию и страх перед исчезновением. Доклад Марии был посвящен исследованию доверия к сверхъестественному интеллекту. Участникам исследования предлагалось представить возможность продолжения собственного бытия в цифровом пространстве, управляемом искусственным интеллектом второго уровня, способным к самопрограммированию.

**Степанова Татьяна** сделала доклад об Интегрированном Взрослом. Возможно, самое точное описание этого состояния уже давно живет рядом — в образах народных героев, которых мы привыкли считать просто весельчаками. Эта фигура узнается в архетипе трикстера: в тех, кто смеется, чтобы пробудить; кто нарушает правила, чтобы восстановить справедливость; кто остаётся живым там, где другие становятся жесткими или беспомощными.

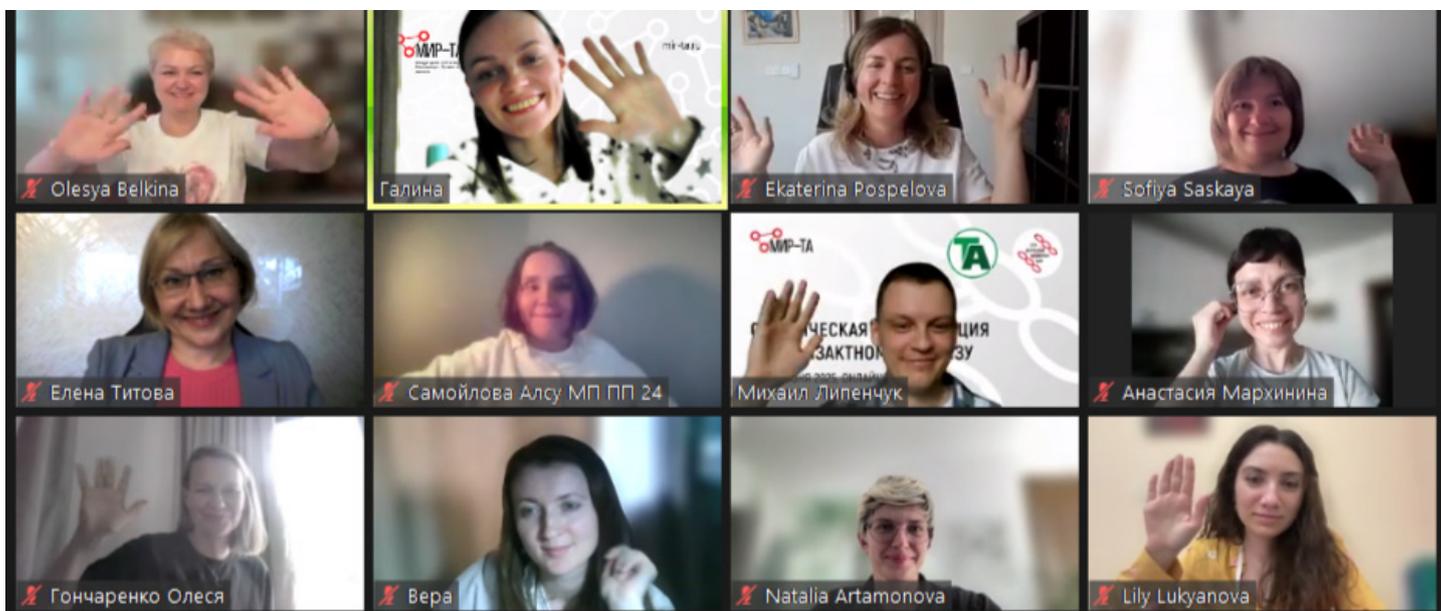
**Ломыкин Дмитрий** предложил задуматься о голоде и о том, чего на самом деле хочется. Речь шла о психологических формах голода, которые описал Эрик Берн:

голод по стимулам, признанию, контакту, структуре, сексуальности и новизне (происшествиям). Сценарий — это привычный способ удовлетворять свой голод, даже если цена за это — тревога, хроническая усталость или отчуждение. Важно задавать себе вопрос «Что действительно меня питает?» вместо «Чего я хочу?».

**Буртовская Светлана** представила доклад «Во славу амбивалентности». Внутри нас живет сразу несколько важных потребностей. Мы часто ассоциируем это с пограничными или шизоидными чертами, но с амбивалентностью сталкиваются и вполне «здоровые» клиенты: остаться в браке или уйти, сменить работу или остаться в найме. Светлана предложила взглянуть на амбивалентность не как на патологию, а как на естественное внутреннее напряжение между равнозначно важными желаниями.

**Поспелова Екатерина** предложила для обсуждения тему радости. В ТА радость понимается не только как эмоция, но и как свидетельство целостного контакта с собой. Способность испытывать радость является показателем нормы, а не маской, не результатом усилий или напряжения. И спонтанная радость Ребенка, и осознанная радость Взрослого говорят о присутствии психологического здоровья.

**Горбунова Мария** говорила про усталость, боль, напряжение или тревогу, которые не всегда можно объяснить. Такие ощущения часто являются телесным откликом на психологическое давление, которое начинается еще в детстве. Подавленные чувства проявляются в виде соматических симптомов. Доклад Марии был посвящен подавлению автономии и ее восстановлению. Восстановление автономии требует времени и поддержки, но оно помогает человеку быть самим собой — не только бороться и подстраиваться, а жить изнутри, опираясь на свое настоящее чувство и знание о себе.



**Михеева Полина** озадачила участников заявлением: «В будущее возьмут не всех» — и рассказала про работу со сценарием будущего у клиентов из ВДА и дисфункциональных семей с использованием техники «Линия жизни».

**Самойлова Алсу** выступила с докладом «Сценарий или Священное Писание?» и рассказала, что сценарий не является лишь набором убеждений, а представляет собой способ, с помощью которого человек выстраивает рассказ о себе и свою жизненную историю. Важными становятся не только содержание этого рассказа, но и стиль повествования, а также способность клиента находить смысл и новые способы проживания опыта.

**Лилия Лукьянова** рассказывала о нарциссических ранах Эрика Берна: как биографические факты из его жизни влияли на профессиональный путь и создание теории транзактного анализа. Обсуждалось понятие нарциссической травмы и ее влияние на формирование сценария как у клиентов, так и у самого терапевта.

**Юлия Хрененко** напомнила о роли старения и возрастной идентичности. Существует различие между хронологическим возрастом, биологическим возрастом и индивидуализированным возрастом (субъективное ощущение). Ориентация исключительно на календарный возраст усиливает эйджизм, поддерживает стереотипы и лишает человека автономии.

Из доклада **Луизы Рябининой** и **Анны Яковлевой** мы узнали про образы будущего при депрессии и их роль в суицидальном поведении. Выступление было посвящено феномену флешфорвардов — навязчивых чувственно-насыщенных образов будущего, связанных с мыслями о самоубийстве. Работа с флешфорвардами открывает путь к пониманию скрытых сценариев беспомощности, протеста и ухода.

Приглашенным гостем фестиваля стала главный редактор журнала «Транзактный Анализ в России» **Ольга Кочеткова-Корелова**. В своем выступлении с говорящим названием «Писать или не писать: вот в чем вопрос» она говорила о страхе белого листа, процессе рождения научной статьи и о том, существует ли «ген умения» писать для профессионального журнала. Можно ли этому научиться? Как появляется голос автора? Вместо строгого призыва садиться за работу Ольга предложила другое — прислушаться к себе, к своим наблюдениям и историям, ведь именно из этого чаще всего вырастают самые живые публикации. Она приоткрыла закулисы редакционной работы и показала, что путь от идеи до печатной страницы может быть не пугающим, а увлекательным.

Иногда слова долго живут внутри нас и ждут, чтобы их прочли. Если вы чувствуете, что пришло время рассказать о своем опыте или наблюдениях, попробуйте

написать для журнала. Даже если кажется, что вы не умеете, — это нормально: можно просто поделиться идеей темы, а дальше редакция поможет с оформлением и подскажет, как превратить ее в законченную статью. Пусть это будет не про идеальность, а про желание говорить и быть услышанным на страницах журнала.

Эта конференция снова напомнила, зачем мы учимся и встречаемся вместе. За два дня прозвучало много разных тем — от психометрии до радости и амбивалентности, от сценариев будущего до простого человеческого вопроса «Что на самом деле меня питает?».

Благодаря каждому участнику конференция прошла на одном дыхании. Чувствовалась «окейная» атмосфера, а также поддержка и неугасающий интерес к транзактному анализу. Именно это сделало встречу такой живой. После конференции осталось ощущение того самого профессионального тепла, которое помогает расти и находить свой голос.

В качестве предложения на будущее — возможно, стоит дать спикерам больше свободы в оформлении презентаций: иногда для раскрытия темы полезно подготовить более развернутый материал с большим количеством слайдов, притом что регламент по времени выступления останется прежним.

# Транзактный Анализ в России

Периодический электронный рецензируемый  
научно-публицистический журнал

## Пишите о науке и не только

### Дорогие коллеги!

**Мы рады приветствовать вас на страницах нашего журнала. И конечно, будем с нетерпением ждать ваши статьи и материалы. Это могут быть как написанные вами научные статьи и проведённые исследования, так и реферативные материалы, с обязательными ссылками и соблюдением правил оформления научных статей.**

**Т**акже вы можете написать эссе или наблюдения по вашему клиенту, предложить к обсуждению клиентский случай (с соблюдением этических норм). Мы будем ждать и ваши рассуждения на какие-то актуальные темы в сфере психологии, о проблемах профессионального ТА-сообщества в России, ваши соображения по спорным вопросам, рецензии на прочитанные статьи и книги в модальности ТА.

Все материалы необходимо подготовить по требованиям — мы обязательно пришлем их каждому заявившему тему и решившему опубликовать статью автору. Свое предложение по статье просьба выслать на адрес — [if@ta-journal.ru](mailto:if@ta-journal.ru). Все поступающие электронные тексты с научными статьями вначале попадают к главному редактору, и если они соответствуют тематике и политике журнала, а также требованиям оформления, то дальше направляется на двойное слепое рецензирование в Редакционный Совет. Публицистические материалы после главного редактора поступа-

ют в Редакционную Коллегию на правку и согласование. Мы обещаем, что в любом случае автор получает обратную связь из позиции Я — ОК, Ты — ОК. В дальнейшем мы планируем введение автоматизированной системы работы с материалами на базе Open Journal System, где каждый автор сможет сам загружать свои статьи на удобную платформу.

Предлагаем вам поучаствовать в развитии ТА-сообщества не только в рамках нашего журнала, но и через сотрудничество с коллегами со всей России. Мы хотим создать пространство, где можно узнавать полезную информацию, делиться собственными исследованиями, вести диалог на профессиональные темы. И пусть таким местом станет этот журнал.

**С уважением и надеждой  
на сотрудничество,  
редакция журнала  
«Транзактный Анализ в России»**

