

Внимание!

1. Статья является собственностью СОТА, ААТА и УАТА и подлежит распространению только между членами указанных организаций. Материал статьи может использоваться только членами выше указанных организаций.
2. Материал должен существовать в формате PDF, копирование только с разрешения вышеуказанных организаций
3. Данные материалы не могут быть изданы или использованы ни одной из сторон, без дополнительного согласования с участниками проекта (ААТА, СОТА, УАТА, переводчик, редактор).
4. С членами организаций заключен контракт на использование (не распространение).

Переопределение (искажение)

(Redefining)

Кэн Мэлор, Эрик Шифф

Перевод – Котляров Дмитрий

Концепция переопределения (искажения) возникла вследствие работы с материалами о пассивности, разработанными Аароном Шифф и Джеки Шифф. Материал, который представлен в этой статье, является расширением их работы и связывает «симбиотическую основу» человеческих паттернов мышления, восприятия, чувствования и действия с играми и сценарием.

Переопределение представляет собой механизм, который используют люди, чтобы укрепить свои взгляды относительно себя, других людей и мира в целом и таким образом продвинуть свой сценарий. Это значит, что с помощью него люди защищают себя от стимулов, которые не совместимы с их мировоззрением и переопределяют их таким образом, чтобы они соответствовали их системе координат. Вот несколько утверждений касающихся переопределения, которые известны на данный момент.

Первое, переопределение возникает в том случае, когда человек входит в игровое или сценарное поведение; с другой стороны, человек не переопределяет когда он ведёт себя и реагирует на стимулы в соответствии с тем, что они действительно из себя представляют в реальности, в таком случае он воспринимает, думает и чувствует как автономная личность.

Второе, переопределение возникает в случае пассивного поведения для того, чтобы укрепить или навязать симбиотические отношения, которые необходимы человеку, чтобы продвинуть свой сценарий.

Третье, когда люди искажают реальность, их выборы ограничены структурой симбиотических отношений; когда они не искажают реальность, люди могут принимать решения и вести себя, основываясь на своих выборах без подобных ограничений.

Переопределения естественное явление в процессе терапии, так как терапия угрожает мировоззрению клиента. Находясь под влиянием этой угрозы, клиент проецирует свои собственные мысли вовне и тем самым сохраняет свои установки. Например.

Терапевт: Вы играете в игру со мной.

Клиент: Нет. Я просто сижу и беседую с вами. Это вы играете!

Минимально затронув тему, предложенную терапевтом, клиент переопределил её, сначала он сказал о «разговоре», а затем, перешёл к тому, что терапевт является игроком. Если бы клиенту удался этот трюк, его переопределение развернуло бы угрозу в сторону терапевта, который возможно начал бы защищать себя и перестал бы держаться первоначальной темы.

Ссоры, в которых присутствует переопределение, обычно длительны, с постоянно меняющейся темой дискуссии, иногда повторяются по одному и тому же кругу и увеличивают ажитацию внутри терапевта или членов группы; и, как один из вариантов, заканчиваются, когда один человек неохотно «берёт заботу» о другом. В них не затрагиваются вопросы, которые привели бы к решению проблемы или же если они и оказались затронутыми, то внимание незаметно переаправляется на что-то другое. Терапевтическое разрешение проблемы состоит в том, чтобы конфронтировать этому процессу таким образом, чтобы его участники стали осознавать, что они делают и начали думать над тем, что они могут сделать, чтобы этого не происходило.

Симбиотическая основа

Первоначально выживание человека зависит от того, как он удовлетворяет свои желания внутри симбиотических отношений со своей матерью или другими значимыми взрослыми, заботящимися о нём. В некоторой степени опыт этого выживания сохраняется в уме человека вместе с неразрешенными аспектами симбиоза. Для того, чтобы удовлетворить свои потребности, связанные с незавершенными симбиотическими отношениями, люди ищут в своей зрелой жизни симбиотических партнёров, которые бы вели себя в

соответствии с их первоначальными отношениями. Они ни видят для себя никаких других выборов, несмотря на то, что, будучи взрослыми людьми, они могут устанавливать отношения независимо от прошлого опыта и удовлетворить свои потребности намного лучше. Восприятие мира (актуальное или **потенциальное (implicit)**) основывается просто, на переопределении реальности. Таким образом, симбиоз является и причиной переопределения, а с точки зрения выживания и удовлетворения потребностей, и его целью.

Внутренний механизм.

Механизм переопределения включает в себя три компонента: **обесценивание (игнорирование), грандиозность (преувеличение) и расстройство мышления**. Все они работают одновременно и тем самым обеспечивают искажение себя, других людей и мира в целом. Проявление одного из этих трёх компонентов знак того, что произошло переопределение; каждый из них может быть в фокусе лечения. **Обесценивание** заключается в снижении влияния и значимости каких-либо аспектов себя, других или сложившейся ситуации. **Грандиозность** это целенаправленное преувеличение или преуменьшение каких-либо характеристик себя, других или ситуации. Его цель уменьшить чувство беззащитности и неадекватности, которое человек переживает в ответ на искажение характеристик, которое он произвёл ранее. Оно также касается угрозы симбиозу, то есть выживания или удовлетворения потребностей. Грандиозность это реабилитация после искажения. **Расстройство мышления** принимает форму либо сверхдетализации либо сверхгенерализации, либо и ту и другую вместе. Способность фокусироваться на конкретных деталях или видеть что-то как целое, необходима человеку для того, чтобы решать проблемы. Но когда люди излишне детализируют, более общая проблема никогда не будет решена. Когда люди сверхгенерализируют, они смотрят на вещи так широко, что пропускают из виду детали, которые им необходимы для решения и реалистичные выборы, которые они имеют.

Тип и форма обесценивания определяет степень патологии в переопределении. Величина искажения вызванного грандиозностью зависит от степени угрозы, которую человек переживает в ответ на внешние стимулы; то есть в ответ на угрозу своему симбиозу. Расстройство мышления связано с тем как человек определяет проблемы и свои выборы, то есть свои возможности активно действовать. К примеру Мари, страдающая гебефренией (*прим. перевод.* – форма шизофрении, наиболее выраженная черта - нарушение процесса мышления), попросила что-нибудь поесть. Её попросили подождать пять минут, пока еда будет готова. В ответ она резко рассвирепела. После того, как она успокоилась, она ответила: «Я думала, что вы хотите убить меня» (грандиозность). «Вы сказали, что вы меня не покормите» (игнорирование того, факта, что её попросили подождать пять минут, выраженная патология, так как она обесценила само существование стимула). «Сейчас я вспомнила, что вы попросили меня подождать пять минут, после того как сказали, что вы покормите меня; Я не думала об этом» (сверхдетализация одного эпизода и невиденье ситуации в целом). Просьба подождать была искажена ею в намерение убийства.

Искажающие (переопределяющие) транзакции

Мы обнаружили, что при переопределении люди используют два чётко различающихся типа транзакций: **тангенциальные и блокирующие**. Они могут исходить из любого эго-состояния, хотя в случае с Взрослым эго-состоянием дело касается его контаминации. Человек, использующий эти транзакции, обесценивает некоторую часть транзакции-стимула и изменяет предмет спора.

Тангенциальная транзакция это транзакция, в которой стимул и реакции затрагивают различные аспекты или один и тот же аспект с разных точек зрения. Общение, включающее эти транзакции, характеризуется постоянным изменением темы, которая в нём обсуждается. Участники, обычно говорят одновременно друг с другом, не дослушивают и пропускают из вида то, что сказал собеседник, и их общение часто движется по кругу. А изначальный вопрос так и остаётся без ответа. Что наиболее важно, ни один из участников не способен конфронтровать изменению темы и большинство людей, участвующих в беседе, похоже, что «забывают» изначальную тему. К примеру:

А: «Кто это сделал?»

Б: «Это произошло до обеда» (Смещение от того «кто» к «когда».)

А: «Ты будешь делать это?»

Б: «Да, я могу это сделать (за один день)». (Смещение от «намерения» к «возможности».)

А: «Что ты будешь делать с этим?»

Б: «Мне уже надоело иметь с этим дело» (Смещение от «будущего» к «прошлому».)

А: «Ты моешь машину».

Б: «Я хочу помыть тарелки». (Смещение от «машины» к «тарелкам».)

Блокирующие транзакции – транзакции, в которых суть поднятого вопроса избегается из-за несогласия с тем, как определяется сам вопрос. Обычно блокирующие транзакции относятся к соревновательному типу переопределяющих транзакций. Часто они возникают в обстоятельствах, где нет согласия в том, как определяется тема. Обычно стороны игнорируют это, и общение скатывается в сверхдетализацию или сверхгенерализацию определения темы, вместо того, чтобы иметь с ней дело. К примеру:

А: «Прекрати ажитировать и думай»

Б: «Я не могу. Я могу только напевать эту мелодию в своей голове» (определение ажитирования).
(прим. перевод. - ажитирование – пассивное поведение, в котором человек тратит свою энергию на бессмысленную, повторяющуюся деятельность)

А: «Делаешь ли ты что-нибудь сейчас (активно)?»

Б: «Да. Я думаю» (определение того, что значит «делать что-то»).

Существует три уровня переопределяющих транзакций: социальный, психологический и симбиотический. Сообщения на симбиотическом уровне касаются позиций, которые игроки предпочитают занимать в симбиозе т.е. Детская или Родительская/Взрослая. На психологическом уровне передаются скрытые сообщения, касающиеся особенностей симбиоза в конкретной ситуации и конкретных людей, которые в ней участвуют. На социальном уровне сообщения содержат в себе слова, которые непосредственно используют участники.

Для того, чтобы продемонстрировать эти транзакции, мы объединили диаграмму скрытых транзакций со структурной диаграммой симбиозов, разработанной Шиффами, а также диаграмму Эрнста (для двойных посланий), включающую контаминации (см. рис. 1,2,3). Эго-состояния нарисованные непрерывной линией демонстрируют позицию, которую предпочитает человек в симбиозе в данный момент. Стрелки, нарисованные пунктирной линией показывают скрытый уровень сообщений в данной ситуации; стрелки, нарисованные непрерывной линией демонстрируют социальный уровень.

Искажающие (переопределяющие) отношения

С нашей точки зрения наиболее важным в понимании переопределяющих транзакций является наличие отношений, которые включают искажение. На данный момент мы обнаружили, что существует три наиболее распространенных типа отношений. Все три типа отношений ведут к возникновению игр. Один из них симбиотический и два соревновательных: Детский и Родительский. Каждый тип имеет свою собственную динамику и требует специфического подхода для лечения.

Особенности комбинаций этих типов; игры, которые возникают внутри них; позиции, которые предпочитает занимать человек в симбиозе; то, где, когда, и с кем они устанавливаются – всё это в первую очередь определяется природой первичного симбиоза, а во-вторых, требованиями сценария человека. Таким образом, продвижение сценария и участие в играх рассматривается нами как последствие участия в одном из этих трёх типов отношений, которые устанавливаются с целью защитить симбиотические взаимоотношения.

Симбиотический тип. Транзакционно этот тип искаженных отношений выглядит, как показано на рис. 1:

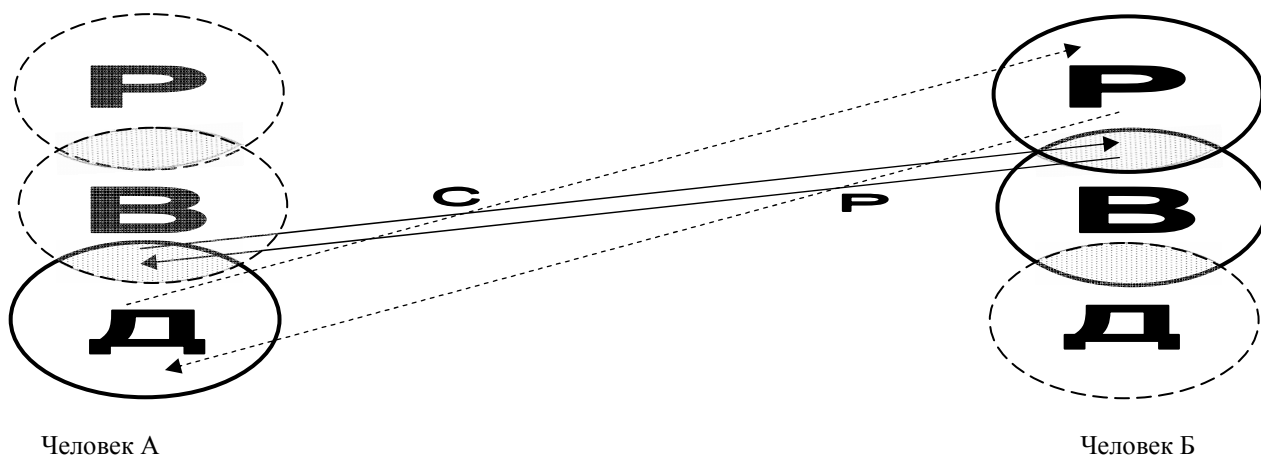


Рисунок 1. Транзакционная модель искаженных отношений – симбиотический тип.

В этом типе отношений между 'А' и 'Б', как правило, ожидается, что 'Б' позаботится об 'А', тем, что он определит, за него что происходит вокруг и подумает за него. Также ожидается, что 'А' будет выражать свои чувства, требовать удовлетворения своих потребностей и брать на себя только символическую ответственность за своё восприятие, мышление, чувства, поведение и удовлетворение своих потребностей. 'Б' обесценивает потребности и чувства своего Ребенка; 'А' обесценивает возможности своего Взрослого и Родителя. (И 'А' и 'Б' коллекционируют марки после каждой транзакции, касающейся этого обесценивания. Их экономия поглаживаний в этих отношениях относится и к позитивным и/или негативным поглаживаниям). С точки зрения Драматического Треугольника 'А' склонен занимать позицию активной или пассивной Жертвы, а 'Б' позицию Спасителя или Преследователя. 'А' функционирует из детской контаминации (исключение), 'Б' функционирует из Родительской контаминации (исключение).

Взаимодействие между ними может быть следующее:

Социальный уровень.

А: «Дело обстоит вот так»

Б: «Нет, ты не прав. Здесь всё по-другому» или «Ты прав. Молодец!»

Психологический уровень.

А: (Д→Р) «Я не могу подумать для себя (Я не отвечаю за свои чувства, действия и пр.). Сделай это за меня» (Скажи, что всё ОК).

Б: (Р→Д) «Да, ты прав. Я могу понять, что здесь происходит. Я подумаю за тебя» (Всё – ОК).

Симбиотический уровень.

А: Из позиции Ребёнка хочет, чтобы о нём позаботились, так как он «не-ОК»

Б: Из позиции Родителя/Взрослого заботится об 'А' так как он «не-ОК».

Это тот тип отношений, явный симбиоз, в котором люди пытаются восстановить, подтвердить или навязать симбиотические отношения путём переопределения. 'А' воспринимает эти отношения как единственный путь в той ситуации к тому, чтобы удовлетворить свои потребности. Подобным образом, Ребёнок 'Б', хотя и обесценивает свои потребности и чувства, ошибочно полагает, что его потребности будут удовлетворены в этой ситуации если он попытается удовлетворить потребности 'А'.

Соревновательный (Родительский) тип. Этот тип отношений основан на борьбе за позицию Родителя/Взрослого в симбиозе (смотрите рис. 2). Участие в этой борьбе зависит от степени угрозы симбиозу и касается «вопроса выживания». Каждый из участников старается склонить другого к сверхадаптации и заставить его принять определенный взгляд на ситуацию, проблему и пр. Оба обесценивают свои чувства, потребности и коллекционируют марки, для того, чтобы оправдать свою эскалацию возбуждения, которую они используют для того, чтобы установить симбиоз из Взрослой/Родительской позиции. Поглаживания могут быть как позитивными так и негативными. Люди, участвующие в этом типе взаимоотношений могут занимать любую позицию в Драматическом Треугольнике, но обычно они одновременно пытаются занять одну и ту же позицию.

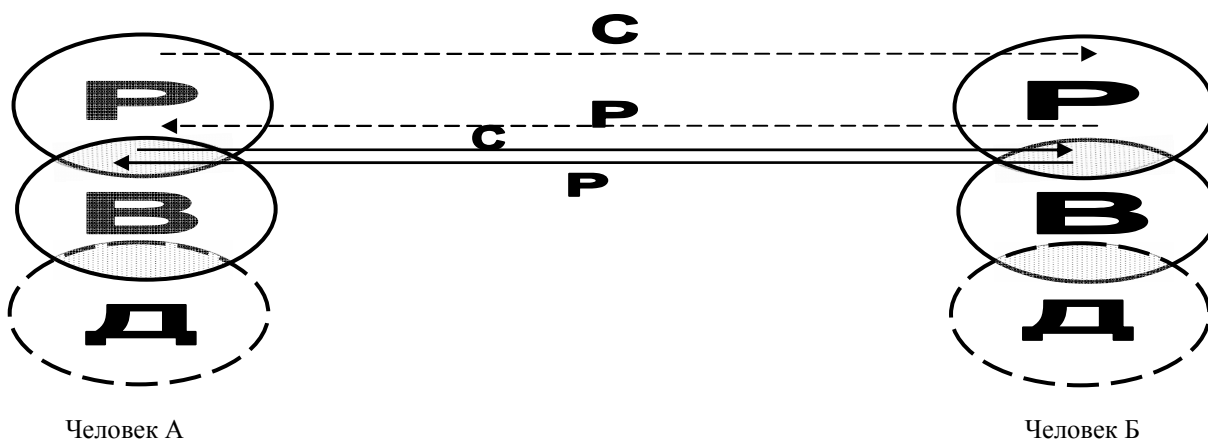


Рисунок 2. Транзакционная диаграмма искаженных отношений: Соревновательный (Родительский тип)

Борьба заканчивается либо тем, что 'А' и 'Б' расходятся ни с чем, либо когда один из них сверхадаптируется к другому и переходит в Детскую контаминацию (исключение) и таким образом устанавливая симбиоз. Так каждый участник коллекционирует марки, это формирует условия для будущего соревнования и борьбы между ними. Оба функционируют из Родительских контаминаций (исключение). Взаимодействие между ними может быть следующим:

Социальный уровень:

А: «Вот, что здесь произошло»

Б: «Я полагаю, что ты не прав. Вот как было на самом деле».

Психологический уровень (обычно Р→Р, Р→Р, но иногда пересекающие транзакции Р→Д, Р→Д):

А: «Дело, должно быть, обстоит вот так».

Б: «Дело, должно быть, обстоит вот как».

Симбиотический уровень:

А: Из Родительской/Взрослой позиции ожидает, что 'Б' позволит ему позаботиться о нём, так как 'Б' «не-Ок» и таким образом 'А' сможет позаботиться о себе.

Б: Из Родительской/Взрослой позиции ожидает от 'А' тоже самое.

Чем более сильно 'А' и 'Б' переживают относительно своего «выживания», тем напряжённее будет борьба.

Соревновательный (Детский) тип. Соревнование в этом типе искаженных отношений происходит за Детскую позицию в симбиозе (смотрите рис. 3). Как и в предыдущих типах, здесь также оба участника чувствуют угрозу симбиозу и их участие в соревновании, зависит от «вопроса выживания». Каждый из участников требует, чтобы другой симбиотически позаботился о нём и обесценивает свою ответственность за себя. Они коллекционируют марки для того, чтобы оправдать эскалацию возбуждения, которую используют для того, чтобы навязать другому свою проблему. Поглаживания могут быть как позитивные, так и негативные. Излюбленными позициями в Драматическом Треугольнике является Жертва и Преследователь и оба участника обычно пытаются занять одновременно одну и ту же позицию. Наиболее напряжённая борьба развивается вокруг позиции Жертвы.

И 'А' и 'Б' функционируют из Детской контаминации (исключение). Взаимодействие между ними может быть следующим:

Социальный уровень:

А: «Дело обстоит вот так»

Б: «Нет, не так. Похоже, вот как было».

Психологический уровень: (Обычно Д→Д, Д→Д; иногда пересекающиеся транзакции Д→Р, Д→Р)

А: «Я хочу, чтобы было вот так. Или иначе!» (Берегись!)

Б: «А я хочу, чтобы было вот как. Сам берегись!»

Симбиотический уровень:

А: Из Детской позиции пытается вынудить 'Б' позаботиться об 'А' так как 'А' «не-ОК»

Б: Из Детской позиции пытается вынудить 'А' сделать тоже самое.

Борьба если является напряженной, заключается только в одном вопросе: кто первым уступит Ребёнку другого участника. Борьба прекращается в двух случаях, когда и 'А' и 'Б' расходятся ни с чем или же когда кто-то из них переходит в Родительскую/Взрослую позицию. Затем «проигравший», как можно скорее, отправляется в поисках кого-то другого, чтобы тот симбиотически позаботился о нём.

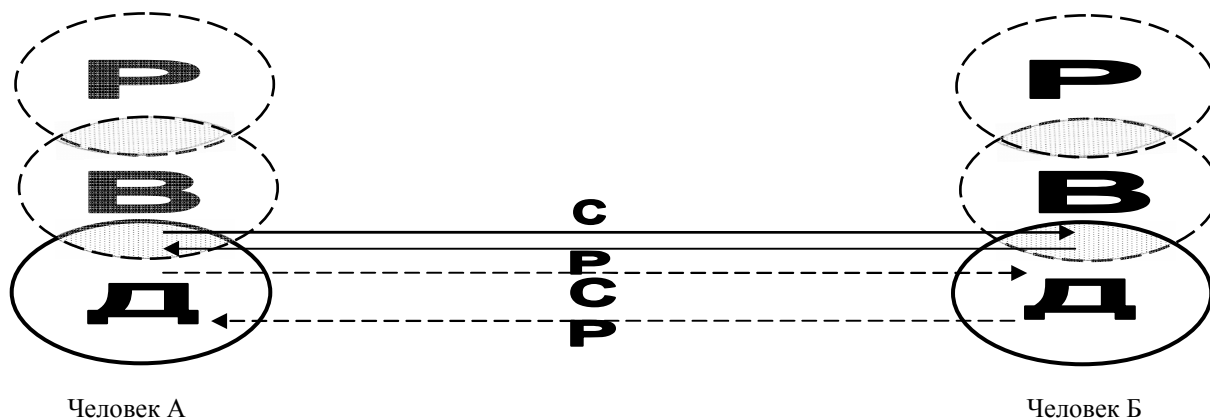


Рисунок 3. Транзакционная диаграмма искаженных отношений: Соревновательный (Детский тип)

Переопределяющие транзакции существуют во всех трёх типах отношений; однако тангенциальные и блокирующие транзакции кажется, наиболее часто проявляются в соревновательных отношениях. Это происходит потому, что симбиотический тип отношений включает взаимодополняющие (комплиментарные) ожидания. А соревновательные отношения подразумевают под собой несогласованные ожидания и переопределение направлено на то, чтобы помочь «решить» конфликт, навязывая проблему или втягивая в отношения третью сторону, чтобы она симбиотически вмешалась в отношения.

Поведение

Всем трём типам отношений характерно смещение ответственности за мышление, чувствование и дискомфорт на другого человека. Это смещение достигается с помощью четырёх типов пассивного поведения. Мы обнаружили, что наличие ажитации в ситуациях, где участники одинаково энергично ведут дискуссию, является наиболее надёжным знаком, того, что произошло переопределение. Как только происходит смещение, сразу же следует установление нездорового симбиоза.

Искажающие (переопределяющие) роли

Мы полагаем, что игры и сценарии разыгрываются из шести чётко различающихся переопределяющих ролей: «Заботливый», «Трудоголик», «Разгневанный праведник», «Разгневанный обидчик», «Печальный праведник» и «Печальный обидчик». Эти роли адаптированы к сценарию и перемещение по ним связано с его потребностями. Характеристики каждой из этих ролей могут быть описаны на примере предпочитаемых игр.

Пока человек находится в одной из этих ролей, он коллекционирует марки, чтобы перейти в другую роль, когда этого потребует сценарий. Все эти роли динамически связаны между собой и люди могут, переходя из одной позиции любую другую в предпочитаемом для себя порядке. Некоторые перемещения можно спрогнозировать, фокусируясь на двух уровнях игровых позиций, которые связаны с каждой ролью. К каждой роли относится нескретная или социальная позиция и психологическая позиция. Водящий в игре открыто занимает игровую позицию; второй игрок перемещается в позицию, которые он намеревается занять: либо в ту, которую он будет защищать либо в ту, которую он уже скрыто, занял на психологическом уровне. (Человек с хорошим социальным контролем может проявлять себя из социальной позиции на психологическом уровне, и из психологической позиции на симбиотическом уровне). Возможные переключения ролей и их связь с играми показана на «переопределяющем шестиугольнике» - рисунок 4.

У «Трудоголика» любимой игрой является «Посмотрите, как я старался». Человек на этой позиции, демонстрирует как много и энергично он работает. На социальном уровне он является Спасителем; группа и

терапевт (супруг(-а), коллеги) предположительно не должны много выкладываться чтобы оказать ему помощь. Однако, обсуждение тех вопросов, которые необходимы для решения его проблем он будет старательно избегать. На психологическом уровне «Трудоголик» будет защищать или стремиться занять позицию Жертвы или Преследователя. «Трудоголик» склонен функционировать из Детской контаминации или исключения.

«Заботящийся» обычно играет в «Я только пытаюсь вам помочь». Его социальной позицией является Спаситель, в то время как психологической позицией – Жертва или Преследователь. Они «заботятся» о других независимо от того просят их об этом или нет. Они склонны функционировать из Родительской контаминации или исключения.

Люди, относящиеся к роли «Разгневанного праведника» на социальной позиции представляют собой чётко различимого Преследователя. Они склонны играть в «Попался, сукин сын!» и обычно исходят из Родительской контаминации или исключения. На психологическом уровне они занимают или борются за позицию Жертвы.

Люди, относящиеся к роли «Печального праведника» обычно являются мучениками и склонны играть в «Посмотрите, что они сделали со мной» или в «Разве это не ужасно?». В то время как на социальном уровне они являются Жертвами, на психологическом уровне они занимают позицию Преследователя. Они склонны функционировать из Детской контаминации или исключения.

«Разгневанный обидчик» несмотря на то, что на социальном уровне является Жертвой, на психологическом уровне он различимо совершает преследование. Люди в этой роли функционируют из Детской контаминации или исключения. Они склонны играть в один из вариантов «Пни меня»: «Пни меня (Если такой смелый)» и также ищут возможности, чтобы начать «Скандал».

Для «Печального обидчика» характерны игры «Бедный я», «Пни меня (будь добр)!» или «Не пинайте меня (пожалуйста)». Похоже на то, что прежде чем переместиться в эту роль человек на социальном или психологическом уровне занимал позицию Преследователя. Теперь и на социальном и на психологическом уровне он занимает позицию Жертвы. Почти всегда функционируют из Детской контаминации или исключения.

Мы обратили внимание на то, что соревновательные отношения (когда два человека пытаются вести себя симбиотически из одной и той же позиции в симбиозе) могут усиливаться, если оба участника также одновременно будут стремиться занять одну и ту же игровую позицию. Как мы можем видеть из рисунка 4. социальная и психологическая позиция представленных ролей предоставляет возможность для развития и течения игр и сценария внутри симбиотических отношений.



Рисунок 4. Переопределяющий шестиугольник, показывающий переопределяющие роли и позиции

Лечение

Когда человек совершает переопределение это верный знак того, что происходит нечто, что угрожает его мировоззрению. Ключевой вопрос в лечении это выяснить то, что находится под угрозой. Для этого нужно помочь человеку стать в такую позицию, из которой он может, сделать всё необходимое, чтобы согласовать своё восприятие реальности с реальностью как таковой и таким образом перестать самому способствовать возникновению проблемы. В течение этой работы человек может активно продолжать переопределять саму работу, чтобы поддержать существующую угрозу.

В нашей работе мы фокусируемся на 5 аспектах переопределения, которые мы рассматривали выше.

1. Когда вы поднимаете важный вопрос, конфронтуйте любым попыткам использовать тангенциальные или блокирующие транзакции. Вот примеры подобной конфронтации:

Терапевт: «Я думаю, вы переопределяете. Я бы хотел, чтобы вы ответили на мой вопрос (придерживайтесь первоначального вопроса (темы, проблемы))»

Терапевт: «Да, я вижу, что, то о чём вы говорите очень важно. Но я бы хотел продолжить обсуждение этого вопроса после того, как мы закончим рассматривать первый»

Терапевт: «Вы не откликнулись на то, что я сказал (Это не ответ на мой вопрос). Вы отреагируете на то, о чём я вам говорил?»

2. Мы обнаружили, что когда совершается конфронтация переопределению, чрезвычайно важны эго-состояния терапевта, которые он использует для этого. В разных случаях очень похожие интервенции могут иметь абсолютно разные результаты. Наиболее важный фактор, это то, что терапевт избегает нездорового симбиотического поведения. Таким образом, люди, которые ведут себя из Родительской контаминации или исключения нуждаются в конфронтации совершенно отличной от той, которая будет использована с людьми в Детской контаминации или исключении. После наблюдения за эго-состояниями клиента терапевт использует своё функциональное эго-состояние, совпадающее с контаминацией или исключением клиента. На наш взгляд это принесёт наиболее оптимальные результаты. Вот примеры подобной конфронтации:

Клиент: Детская контаминация, исключение.

Терапевт: «Я думаю, что вы сейчас делаете... [Взрослое эго-состояние] и я чувствую себя некомфортно потому, что ... [Взрослое эго-состояние, сообщение Детскому эго-состоянию]» или «Я думаю, что вы сейчас делаете...[Взрослое эго-состояние] и я [злюсь, опечален, напуган, счастлив] потому, что... [Детское эго-состояние]».

Клиент: Родительская контаминация, исключение.

Терапевт: «Я думаю, что вы сейчас делаете ...[Взрослое эго-состояние] и я думаю, что вам следует ...[Взрослое эго-состояние, сообщение Родительскому эго-состоянию]» или «Я думаю, что вы сейчас делаете... [Взрослое эго-состояние] и вам следует быть...[Родительское эго-состояние]».

Чем сильнее у клиента катектировано эго-состояние Родителя или Ребёнка, тем более энергично необходимо говорить терапевту, из того же эго-состояния. Таким образом, терапевт использует соревновательные характеристики симбиоза и стимулирует клиента переключить эго-состояние, начать думать и взять ответственность за удовлетворение своих потребностей. Однако терапевт может иметь необходимость использовать своего Родителя с клиентами в Ребёнке и своего Ребёнка с клиентами в Родителе для того, чтобы препятствовать эскалации, так как иногда симбиотическое соревнование может привести к эскалации возбуждения.

3. Работая с переопределениями, необходимо уделить внимание обесцениванию, грандиозности и расстройству мышления. Осознание этих механизмов помогает клиенту установить контакт со своими значимыми внутренними проблемами, которые проявляются в той или иной ситуации.

4. Необходимо конфронтровать пассивному поведению, используя схему Аарона и Джеки Шифф. Цель конфронтации - вернуть обратно клиенту его ответственность за свой дискомфорт, мышление и убедить его решать свои проблемы.

5. И в заключении, мы обнаружили, что очень полезно выявить какую переопределяющую роль клиент чаще всего разыгрывает. Выявление предпочитаемой роли часто с другой стороны означает выявление переопределений, которые он совершает. Иногда опознать роль гораздо проще, чем переопределения. Выявив роль, становятся ясными открытые и скрытые игровые позиции клиента, которые могут быть проработаны. Природа психологической позиции – т. е, какая позиция является целью клиента, из какой он защищается и из какой он проявляет себя - особенно важна в определении вклада клиента в определенную роль и в определенное время. Кроме того, работа с этой ролью, часто раскрывает перед нами сценарную основу поведения клиента.

Резюме

Переопределение (искажение) это механизм, который используется для того, чтобы укрепить существующее мировоззрение и продвинуть сценарий. В его основе лежат ранние симбиотические отношения. Переопределение непосредственно связано с неразрешенными аспектами этого симбиоза, которые человек проигрывает в настоящем для того, чтобы удовлетворить свои потребности в соответствии со своим сценарием. Соответственно, симбиоз это причина и цель переопределения и таким образом мотивы переопределения – удовлетворение потребностей и «выживание».

Механизм переопределения включает три компонента: обесценивание (игнорирование), грандиозность (преувеличение) и расстройство мышления. Любой из этих механизмов способствует искажению реальности.

Искажение можно обнаружить на уровне транзакций выявив тангенциальные или блокирующие транзакции; на поведенческом уровне выявив одно из пассивных поведений; на структурном уровне обнаружив установление симбиотических или соревновательных (Детских или Родительских) отношений; на функциональном уровне установив наиболее привычную роль – «Заботящийся», «Трудоголик», «Разгневанный справедливец», «Разгневанный обидчик», Печальный обидчик» или «Печальный справедливец».

Наиболее успешное лечение основано на фокусировке одновременно, на внутренних, транзакционных, поведенческих, структурных и функциональных аспектах, на автономном отношении терапевта к клиенту и возможности клиента иметь ту информацию, которую имеет терапевт.

Литература

1. Schiff, A. and Schiff, J. "Passivity," *Transactional Analysis Journal*, 1:1, January 1971, p.71.
2. Berne, E.. *What do you say after you say hello?* Grove Press, New York, 1972, p. 42.
3. Schiff, A. and Schiff, J.,...op. cit.
4. Mellor, K. and Schiff, E. "Discounting, " *Transactional Analysis Journal*, 5:3, July 1975.
5. Schiff, A. and Schiff, J.,...op. cit.
6. Parker, P. "Summer Conference Proceeding. Part I: Development of the Adult," *Transactional Analysis Bulletin*, 9:36, October 1970, p.136.
7. Schiff, A. and Schiff, J.,...op. cit.
8. Ernst, F., Jr. Who's listening? Adressoset, Vallejo, California, 1968 p. 7.
9. Karpman, S. (1968). Fairy tales and script drama analysis. *Transactional analysis bulletin*, 7:26, p. 36.
10. Schiff, A. and Schiff, J.,...op. cit.

