

Образ «Другого» и проблемные сценарные решения.

Тимофеев Д.С. - кандидат психологических наук, психотерапевт.

Введение концепции "другого" применительно к анализу невротических сценарных решений, который полно представлен в трансактном подходе, может показаться действием избыточным и необязательным. Однако обнаружение трансформаций, которые претерпевает значимый другой в зоне действия травматического сценарного решения клиента, может послужить в качестве дополнительной темы психотерапевтического взаимодействия, инструментом расширения зоны сознания и ответственности, а также фактором, мотивирующим динамику развития психотерапевтического процесса. Обсуждение и переживание места и значения "другого" в контексте случая клиента позволит нам выходить на проблематику экзистенциального направления в психотерапии и соответственно пользоваться методологической базой этого психотерапевтического подхода. Так же, во взаимодействии с «Другим» открывается значимая линия формирования субъектной установки на проживание опыта личной жизни [6]. Мы понимаем себя, входим к контакт с собой, исключительно переживая опыт взаимодействия с реальностью окружающего мира. Взаимодействие же с «Другим» [5] [7], в специфических речемыслительных контекстах, выводит субъектность в область социальных взаимодействий, играющих определяющую роль в жизни человека [5] [6]. Роль и значение "другого".

"Другой" это не я. Простое обнаружение и констатация этого факта представляет собой достаточно высокий этап развития сознательного человека [6]. Вместе с обнаружением факта наличия "другого" сразу возникает задача, часто переходящая в проблему, моего взаимодействия с другим. Эта задача обладает собственными свойствами. Первое ее свойство заключается в том, что задача взаимодействия с другим всегда возникает в индивидуально значимой, насыщенной личными потребностями, ожиданиями, возможными перспективами жизни, ситуации. Эта индивидуальная значимость может быть более или менее выражена, но она всегда есть, так как другой сознается отличным от меня не абстрактно, а именно в той точке моей жизни, где это имеет значение для меня. Именно в этом смысле мы будем употреблять выражение «значимый другой». Вторая особенность задачи взаимодействия с другим заключается в том, что она никогда не решается раз и навсегда. Практически невозможно договориться "на всю жизнь", так как индивидуальная внутренняя и внешняя действительность чрезвычайно текуча и

изменчива. Эта особенность взаимодействия с другим представляет собой одно из самых трепетных мест в искусстве человеческого общежития. Огромный корпус социальных установлений морально этического и юридического характера призван обеспечивать долгосрочность и безопасность наших взаимоотношений с другим. Так же, например, такая форма долгосрочного соглашения, как клятва или принятие обета, решения и обещания держаться определенной позиции относительно себя или мира, является и воспринимается делом чрезвычайно достойным, но, как правило, подразумевает значимую трансформацию личности человека поддерживающего обет или исполняющего клятву. Третьим свойством задачи взаимодействия с другим является требование не автоматичности достигаемого соглашения, только в этом случае мы можем надеяться на более или менее долгосрочное действие соглашения. Собственно "другой" в своем качестве появляется только тогда, когда в момент острой необходимости в определенных действиях другого, этот другой проявляет себя как самостоятельное и отдельное от нас существо, которое может поддерживать, а может и не поддерживать наши процессы. Если в этом случае мы можем обратиться к другому, подразумевая его возможность выбора и сознательного решения, то можно

надеяться, что ответ другого будет продиктован не сиюминутным состоянием его физиологии или материального положения, но некоторой чуть более устойчивой переменной, которую в психологии называют личностью человека. Если достигается автоматическое взаимодополнительное соответствие процессов, между мной и кем-либо, то ни меня, ни "другого" нет, есть следование спазмообразным натуральным процессам, где взаимодействие длится настолько долго, насколько долго развивается натуральный физиологический потребностный процесс. Технически неавтоматичность процесса взаимодействия достигается применением такого инструмента общения как метакоммуникация [3] [4]. Сутью которого является возможность помещения в обсуждаемую зону любого факта происходящего между мной и "другим" процесса. Как мы уже говорили, принятие того факта, что "другой" - это не я, представляет собой высокую ступень индивидуального развития человека. Уровень фактора зависимости развития наших процессов от других людей, как правило, настолько высок, что другой человек просто не успевает стать свободным "другим", а становится объектом нашей борьбы с его действительным отличием от нас и средством реализации наших автоматических процессов.

Средствами управления являются манипуляции, шантаж и подкуп, при помощи этих средств роль "другого" низводится до роли существенной детали в развитии наших натуральных автоматических процессов. При таком положении вещей "другой" не проявляется в своем отдельном качестве, но представляет собой в некотором смысле наше продолжение и инструмент реализации наших автоматических процессов [1].

Сценарное решение.

Одной из непосредственных причин невозможности обладать представлением о другом человеке как о "другом" свободном и выходить с ним в коммуникацию, является невротическое разрушение процесса общения, описанное у Э.Берна [2] как сценарное решение. Суть этого движения заключается в следующем. Ребенок обладает низкой возможностью справляться с напряжениями, которые возникают в процессе взаимодействия между ним и значимыми взрослыми. Этому могут быть и субъективные и объективные причины. Объективной причиной является то, что ребенок зависим от родителей материально и юридически, он не может сменить место жительства и т.д. Субъективной причиной, например, может являться то, что ребенок просто любит своих родителей, и ему чрезвычайно важно именно от них услышать оценку собственных действий и себя как человека, и это нормально. С другой стороны, родители могут пользоваться зависимым положением ребенка в целях манипуляции его поведением в желаемом для себя направлении, не признавать и, таким образом, не устанавливать фактическую отдельность ребенка и полагаться всецело на конструирование условий, в которых у ребенка не будет возможности поступить иначе, нежели этого родители хотят. В случае, если предлагаемые родителями условия делают существование ребенка затруднительным, ребенок в ответ на манипуляцию родителей начинает отвечать своей манипуляцией. Первый уровень, на котором ребенок может справиться с непереносимой ситуацией - это игра. Давайте я заболею, а больного нельзя посылать в школу. Игра может происходить и без сценарного решения. Сценарное решение принимается в случае более или менее определенного установления образа себя и образа мира, которое затем начинает поддерживать игровое взаимодействие на уровне непосредственного поведения. Например, получить внимание от мамы ребенок может только в том случае, если у него не все в порядке со здоровьем. Если мама даст ребенку возможность обвинить ее за то, что у него плохое здоровье, чтобы она почувствовала вину за его плохое самочувствие, то ребенок будет напоминать маме о ее ошибке своим обиженным видом, на который он

имеет полное право, так как мама признает свою ошибку, и получать от нее внимание.

Соответственно сценарное решение здесь - это организация такого способа взаимодействия, который рассчитан на то, чтобы заставить другого человека делать то, что я хочу. Для этого другого человека надо обвинить, пристыдить или напугать, добиться, чтобы другой принял эту вину, страх или стыд и всегда автоматически располагать вниманием другого человека для своих целей. Только быть "другим" этот человек перестает. Третий уровень этой замечательной "стрелялки", усугубления манипулятивного взаимодействия, это ситуация двойного узла по Г.Бейтсону [3], что в некоторых случаях приводит к шизофрении. Здесь мы, вслед за Э.Берном [2], можем говорить о психическом наследовании манипулятивных типов поведения, которые помогают справляться с психическим напряжением в значимом взаимодействии с "другим". Можно сказать, что причиной принятия ребенком невротического сценарного решения являлось систематическое не признание его в качестве "другого", что на поведенческом уровне выражалось как набор более или менее тонких манипуляций. Следствием является формирование манипулятивных ответов на предложенные обстоятельства и принятие манипуляции как способа регулирования жизни во взаимодействии со значимым близким человеком. Но в этом случае "другого" нет, есть только "Я". При чем "Я", в силу отсутствия "другого", отождествляется с натуральными автоматическими процессами. То есть "Я" - это то, чего я хочу или не хочу с одной стороны, с другой "Я" - это то, чего я должен делать из-за страха, стыда или вины. Существенным моментом на этом уровне развития человека является то, что "Я" существует и воспринимается либо как субъект конфликта (тот, кто требует удовлетворения) между организмически мотивированным хочу или не хочу, и социально мотивированными должен и не должен, либо как объект этого же конфликта (тот, у кого требуют удовлетворения). Возможность выйти за рамки конфликта в самом конфликте не содержится. Так же не является принципиальным внешний этот конфликт, либо внутренний, так как "другого" нет ни в первом, ни во втором случае, не с кем договариваться, можно только потакать либо страху и насилию долженствования, либо "слабости" собственных желаний. По типу этого конфликта может организовываться и внешнее пространство человека. Только роли того, кто принуждает или того, кого принуждают, проецируются на значимых других. Конечно, предложенное описание является в некотором смысле предельным, но во время острых невротических приступов именно так все и происходит.

Таким образом, мы видим, что сценарное решение принимается в ситуации острого психического напряжения, возникающего во взаимодействии со значимыми другими и направлено на подчинение "другого" путем манипуляций, связанных с потаканием его потребностям и внушением ему чувств страха, стыда или вины. Точно такая же ситуация возможна и в том случае, когда человек и с собой обходится таким же манипулятивным способом. Так как наши чувства и желания, как правило, также нам не подконтрольны. И желая власти, конечно, в целях безопасности, над собой и над значимым другим, мы лишаем себя возможности выйти из однозначной зависимости от протекания натуральных, биологически и социально обусловленных процессов. Предел желаний человека, имеющего "Я", организованное таким образом, может быть выражен словами одной моей клиентки, очень не глупой женщины. Ее первичный заказ на психотерапию звучал следующим образом: - "Научите меня хотеть того, чего я хочу хотеть, и не хотеть того, чего я хотеть не хочу". В качестве антитезы данного подхода, можно вспомнить определение психологической нормы М.Босса, данное им в качестве описания процесса взаимодействия между человеком и миром: - "Действительность не детерминирует, но мотивирует поведение человека" [1]. Но процесс мотивации невозможен, если между человеком и натуральным, биологическим или социальным процессом нет никакого зазора, когда самосознание слито с этими процессами. Возможность раздвинуть эту однозначную связь дается нам через "другого", через замечание и признание того факта, что "другой" - это не "я". Роль "другого" в разрешении подобной ситуации понимается просто. "Другому" не надо подчиняться или подчинять его себе, с "другим" можно договориться. Только для

того, чтобы это произошло, нужно согласиться на его свободу. В этом случае может обнаружиться, что между "да" и "нет" очень много других тем для контакта и взаимной жизни. Экзистенциальный анализ сценарных решений.

Первой задачей анализа сценарных решений с точки зрения феноменологии экзистенциального подхода в психотерапии является определение уровня, на котором начинает быть возможной экзистенциальная проблематика и определение условий ее возникновения в пространстве личного самосознания человека. В качестве основного условия мы определили наличие в личном самосознании представления о свободном и значимом "другом". Если описывать ситуацию взаимодействия человека и мира последовательно, то получается следующая картина.

Психосоматика.

Первый уровень - это напряжение, возникшее в ситуации значимого взаимодействия между "я" человека как способности управления собственным поведением и тем, что дано нашему "я" в качестве материала для ориентации. Это напряжение переживается как физиологическое возбуждение с положительным или отрицательным катексисом. В том случае, если причина напряжения не сознается достаточно долгое время из-за сопротивления сознанию. Сопротивление сознанию тоже разворачивается на психосоматическом слое как мышечное сдерживание возбуждения, возможны телесные заболевания разных уровней сложности.

Манипуляция.

Второй уровень - это сознание природы, причины и содержания переживаемого возбуждения. То есть человек понимает, почему его трясет, и что собственно происходит, с какой ситуацией это напряжение связано. Как правило, ситуация нереализуемого возбуждения бывает связана либо с личными проблемами, либо с проблемами взаимоотношений с другими людьми. Если проблемы нет, то возбуждение легко сознается, и также легко за тем переходит в действие. Если при наличии возбуждения действие невозможно, то это значит, что либо с нами происходит что-то неподобающее моменту, либо совершение действия будет что-то менять в наших отношениях со значимым другим. И соответственно на этом уровне и существуют игры и скриптовые решения. Второй уровень - это сознание себя в контексте отношений с собой и значимыми другими и здесь, в случае отказа от свободы "другого" происходит (по определению М.П.Папуша [4]) борьба волею за возможность реализации того или иного действия, то есть не само действие, а возможность или не возможность данное действие осуществить. Давайте посмотрим возможную последовательность взаимодействия в парном взаимодействии. Ей хочется вечером встретиться с подругой, он против, не хочется ему этого. Таким образом, если она пойдет в гости, это будет значить, что она не приняла во внимание его нежелание этого действия, и они не вместе, и она не обращает на него никакого внимания. Если она осталась дома, то наступает на горло собственной песне и ради него не следует своему желанию. Ни тот, ни другой вариант ее не устраивает. Значит надо сделать так, чтобы она пошла в гости, а он "сам?!" захотел ее туда отпустить. Эта задача и решается при помощи инструмента игры, описанного у Э. Берна. [2]

Второй слой - это уровень манипулятивного взаимодействия направленного достижение возможности реализовать свое желание и сохранить при этом неизменным контекст взаимозависимости в отношениях. Цель достигается в принципе движениями манипуляции направленными либо на партнера, либо на себя.

На втором слое контакта, речь идет об активизации натуральных механизмов, то есть

он согласился, что ей можно пойти на встречу с подругой, потому, что его напугали, убедили, показали его пользу, и в силу этих вещей и стало возможным согласие. Соответственно, он в этой ситуации не отдельный "другой", но значимый фрагмент ее поля, отношения с которым она хотела бы оставить неизменными. Он "ее".

Коммуникация.

Третий слой - это собственно выход к "другому", отсутствие манипуляций, видение и сознание собственной позиции и позиции значимого "другого". Здесь есть обращение и ответ. Собственно это и есть коммуникация. Обговорено может быть все: от деталей до возможной смены контекстов взаимодействия. Для того чтобы идти по этому пути необходимо быть готовым к трансформации, самоизменению и изменению характера значимых отношений. Тогда как на втором, манипулятивном, уровне взаимодействия трансформации как раз и не происходит. Если соглашение достигнуто, то хорошо, если не достижимо, то в силу вступает четвертый слой с экзистенциальной проблематикой.

Слой экзистенциальных переживаний.

Четвертый слой представляет собой контакт человека с данностями его существования. Это уже не внешняя, либо внутренняя коммуникация, но переживание обнаруженных фактов. Свобода, одиночество, смерть, выбор, ответственность. [7] Если человек не переносит, не готов встретить собственное одиночество, то возможностей вступать в мета коммуникативные отношения относительно, например, совместности с "другим" на третьем слое у него достаточно малы. Как только ситуация поставит под вопрос рамку совместности, то человек автоматически окажется на втором уровне и примется манипулировать собой и партнером по общению. Также следует отметить то, что экзистенциальные модусы не абстрактны, но наполнены содержаниями слоя третьего. Соответственно проход через слой невозможен, нельзя попасть после второго на четвертый, так как на втором (манипулятивном) слое причиной страдания выступает либо другой, который не подчиняется, либо сам, у которого никак не получается. Соответственно себя и другого надо купить или напугать, в этом случае

жизнь человека не приобретает индивидуальных, субъектных [6] качеств, которое формируется относительно "другого". Личностный уровень.

Если четвертый слой - это работа переживания контакта человека и фактов его существования, то пятый слой принадлежит тому, кто работу эту делает, то что остается в нас в результате работы на слое четвертом. Интуитивно ясно, что есть глубина переживания и след переживания, пятый - это след, результат хорошо или плохо сделанной работы или, вообще, не сделанной, что, конечно, тоже оставляет свой след. Феномены пятого уровня - это то, чем мы выходим к экзистенциальным переживаниям. Соответственно мы можем быть больше или меньше готовы к встрече собственной свободы или смерти, тем постоянно открытым «экзистенциалам», относительно которых происходит наше субъектное развитие [6],[7]. Также может наблюдаться явление не соответствия сложившейся личностной позиции каким-либо параметрам наличной ситуации. Например, взрослая женщина встречает свое одиночество в лучшем случае как романтическая девочка, но переживание романтической грусти не соответствует ее действительному возрасту и не обеспечивает ей достаточной базы для поиска такого партнера, взаимодействие с которым призвано решать задачи ее взрослой жизни. Что объясняет такое частое, описываемое женщинами, явление, когда с партнером по отношениям хорошо пить кофе и общаться в ненапряженной атмосфере, но жить с ним, опереться на него, что называется "по жизни", нельзя, человек не выдерживает. Конечно, можно обвинять в

инфантилизме представителей сильного пола, но это второй слой в предложенной нами градации. И исследования динамики мотивации в данном случае практически всегда позволяют обратить внимание на то, что женщина дает. То, что она вкладывает в отношения - это романтический чувственный флер, а ждет она за это поддержки в решении своих жизненных проблем. Но, как известно, взрослеть, так же как и умирать, можем мы только сами. Что соответственно требует проработки экзистенциального уровня жизни, на который мы попадаем только в том случае, если признаем за другим право на его отдельность и самостоятельность. Таким образом, мы видим, как взаимодействие с "другим" является камнем преткновения, постоянно задаваемым вопросом. От ответа на который зависит возможность исключения неврозогенных связей из пространства близких, значимых отношений.

Список литературы:

1. Босс М. Недавние размышления о дизайн-анализе // Консультативная психология и психотерапия. 2009. № 2. С. 147–167.
2. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. - Екатеринбург: ЛИТУР, 1999. – 238с.
3. Бейтсон Г. Экология разума.-М.: Смысл, 2000.- 420 с.
4. Папуш М. П. Что делать с Эриком Берном // Берн Э. Секс в человеческой любви. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. - С. 329-380.
5. Папуш М.П. Психотехника экзистенциального выбора. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2001. – 544 с.
6. Сайко Э.В. Субъект: Созидатель и носитель социального. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 422 с.
7. Yalom I.D. Existential Psychotherapy. - N.Y.: BasicBooks..., 1980. - 529