

Клод Штайнер



Научная библиотека

БНТУ



* 8 0 1 2 4 7 6 1 3 *

СЦЕНАРИИ ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ

ШКОЛА
ЭРИКА БЕРНА

НАВУКОВАЯ БІБЛІЯТЭКА

Беларускага нацыянальнага
тэхнічнага ўніверсітэта



1885961-

Санкт-Петербург · Москва · Минск

962 (2)

2022

Оглавление

Предисловие и благодарности	9
Введение	11
Базовые утверждения теории транзактного анализа.	11
Люди душевно здоровы от рождения.	12
Я в порядке, Ты в порядке. Своей игрой ты даешь мне поглаживание.	
Ча-ча-ча!	20
Эрик Берн.	24
Сценарии	27
Сценарий Эрика Берна	29
Анализ сценариев	37
Сценарный анализ в психиатрии	39

ЧАСТЬ 1. ТЕОРИЯ ТРАНЗАКТНОГО АНАЛИЗА

Глава 1. Структурный и транзактный анализ	45
Структурный анализ	45
Транзактный анализ	54
Игры и выигрыши	55
Глава 2. Структурный анализ второго порядка	65
Эгограммы	71

ЧАСТЬ 2. АНАЛИЗ СЦЕНАРИЕВ

Глава 3. Перечитывая трагедию «Царь Эдип»	73
--	-----------

Глава 4. Затруднительное положение ребенка	77
Колдуны, людоеды и проклятия	79
Запреты	84
Предписания	85
Колдовство	89
Белая магия	90
Черная магия.	92
Глава 5. Решения.....	96
Время решения	96
Форма решения	99
Лягушки, Принцы и Принцессы.	101
Глава 6. Транзактный анализ сценариев	104
Три основных жизненных сценария	105
Диагностика в транзактном анализе	109
Запреты и предписания	116
Контрсценарий	119
Решение	125
Телесный компонент	127
Глава 7. Сценарии: от трагических до банальных	131
Список признаков сценария	136
У всех ли есть сценарий?	140
Глава 8. Начальная подготовка: начальная подготовка по отсутствию любви.....	142
Сказка про Пушистиков.	145
Экономия поглаживаний	149
Законы экономии поглаживаний	156
Глава 9. Начальная подготовка: начальная подготовка по безумию	160
Познание	160
Игнорирование	163
Игнорирование интуиции.	166
Игнорирование чувств.	168
Игнорирование логики	169

А король-то голый!	174
Ложь	175
Безумие	180
Паранойя	182
Глава 10. Начальная подготовка: начальная подготовка по безрадостности	188
Предписания и запреты, формирующие безрадостность.	194
Глава 11. Игра в спасение: банальный сценарий беспомощности	197
Игра в спасение	198
Беспомощность	200
Треугольник спасения в нуклеарной семье	203
Три роли	205
Глава 12. Соревнование: банальный сценарий неравенства	209
Индивидуализм	211
Соперничество.	212
Дефицит.	213
Силовые игры	216

ЧАСТЬ 3. ОТНОШЕНИЯ

Глава 13. Полоролевое программирование мужчин и женщин (Ходжи Викофф)	217
Структурный анализ мужской роли	218
Структурный анализ женской роли	222
Половые роли и семья	225
Половые роли и отношения	227
Заговор половых ролей	228
Борьба с половыми ролями.	231
Глава 14. Наиболее распространенные женские сценарии (Ходжи Викофф)	232
Матушка Хаббард, или Женщина на службе семьи	233

Искусственная женщина	236
Женщина за спиной мужчины	239
Я бедняжка	242
Непривлекательная красавица	244
Медсестра	247
Полная женщина	249
Учительница	252
Демоническая женщина	255
Сильная женщина	257
Королева пчел	260
Глава 15. Наиболее распространенные мужские сценарии.....	261
Большой и сильный папочка	262
Мужчина перед женщиной	264
Плейбой	265
Простой парень	267
Интеллектуал	269
Женоненавистник	271
Глава 16. Отношения и сценарии	272
Трагические и банальные отношения	273
Три врага любви	276
Глава 17. Силовые игры	279
Сила	279
Силовые игры	283
Открытая борьба	291
Анализ силовых игр	294
ЧАСТЬ 4. ТЕРАПИЯ	
Глава 18. Мифы о терапии	296
Введение	296
Миф о важности индивидуальной терапии	297
Миф о бесполезности здравого смысла	300
Миф о душевных болезнях и пользе медицинского подхода в терапии	304

Глава 19. Как не играть в спасение	306
Спасательный треугольник в терапии	307
Как не вступать в игру «Спасение»	308
Глава 20. Договоры	315
Взаимное согласие	316
Вознаграждение	323
Вопрос правомочности	324
Вопрос законности	326
Глава 21. Стратегии анализа сценариев	327
Деятельность	328
Антитезис, или команда	333
Веселье	334
Разрешение	336
Защита	340
Потенциал	343
Избавляясь от негативных чувств	349
Глава 22. Терапия депрессии	352
Отмена экономии поглаживаний	353
Общество взаимного поглаживания	361
Упражнения	361
Глава 23. Терапия безумия	365
Объяснение	365
Силовые игры и игнорирование	368
Принимать во внимание «паранойяльные» мысли клиента	369
Глава 24. Терапия безрадостности	374
Дыхание	377
Центрирование	379

ЧАСТЬ 5. СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ

Глава 25. Сотрудничество	382
Правила сотрудничества	383
Два, три или больше	391

Глава 26. Как вырастить детей	
самостоятельными	391
Как вырастить детей самостоятельными:	
десять правил	398
Глава 27. Освобождение	
мужчины и женщины.....	400
Тирания половых ролей	404
Мужской круг доверия	406
Проклятия мужчины:	
ответственность и вина	408
Свободные отношения и стиль жизни	412
Глава 28. Что дальше?.....	414