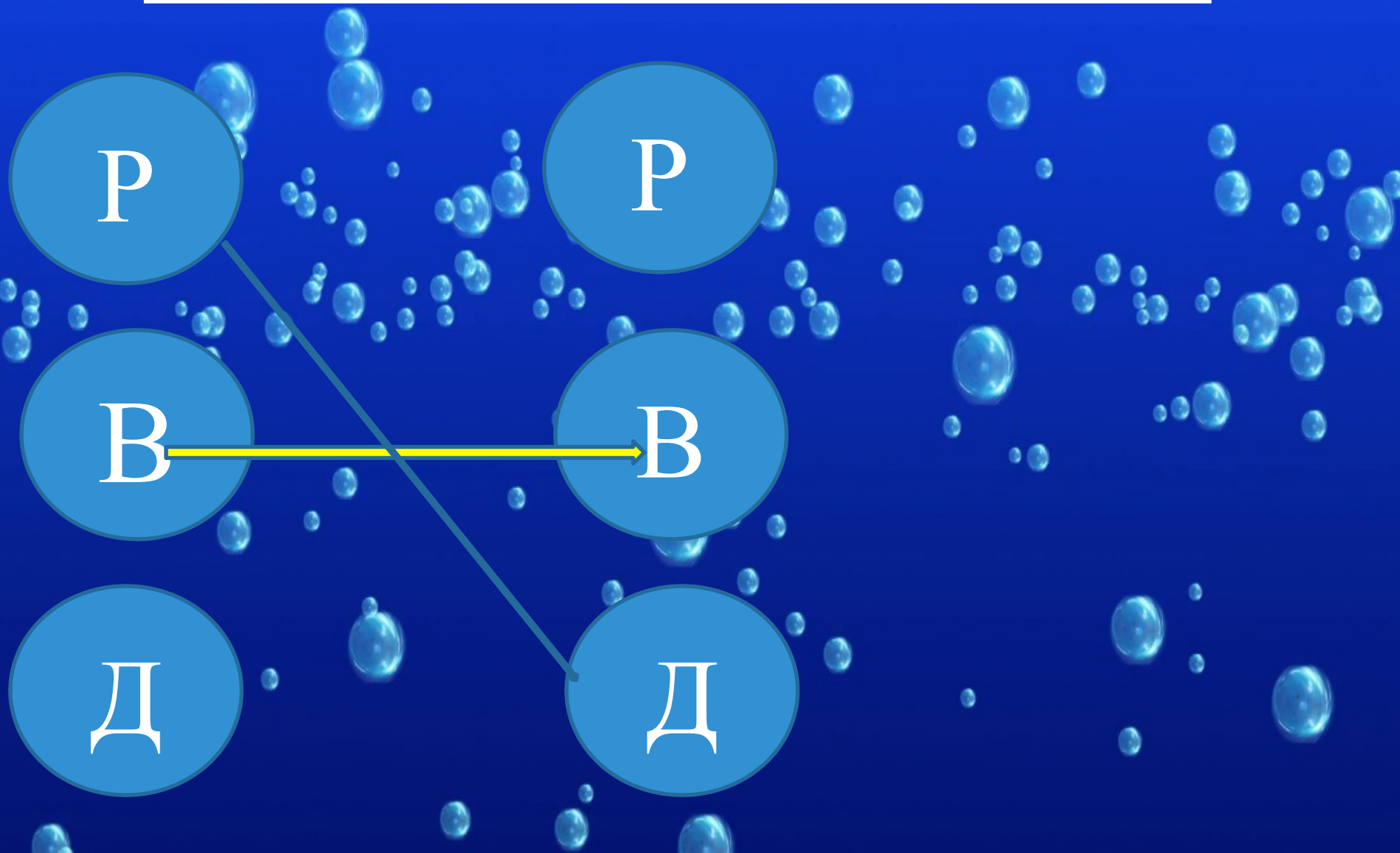


ТРАНСАКТИВНЫЙ АНАЛИЗ В КОНФЛИКТОЛОГИИ



ПЛАН

1. Место транзактного анализа в психологии конфликта.
2. Структура личности по Э. Берну, особенности взаимодействия с окружающими.
3. Основные виды транзакций.
4. Сценарии и роли в транзактном анализе.
5. Практическое применение транзактного анализа в конфликтологии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди (GamesPeoplePlay) и Люди, которые играют в игры (WhatDoYouSayAfterYouSayHello!) - полный перевод Н. Бурыгиной, Р. Кучкаровой - М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
2. И.Г. Малкина-Пых. Виктимология. Психология поведения жертвы. Эксмо; Москва; 2010.
3. Корнелиус Х., Фейр Ш. Выиграть может каждый: как разрешить конфликты. - М., 1992.



1.МЕСТО ТРАНСАКТНОГО АНАЛИЗА В ПСИХОЛОГИИ КОНФЛИКТА

ТРАНСАКТНЫЙ АНАЛИЗ КОНФЛИКТОВ

Трансактный анализ конфликтов является одним из наиболее интересных методологических подходов, однако, он редко используется на практике по сравнению с другими методами изучения поведения в конфликтных ситуациях.

Берна Э. «Игры в которые играют люди и люди, которые играют в игры» (2002 г.),

Макарова В.В. «Игры, в которые играют... в России. Психологические игры новой России» (2004 г.)



1.1.ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРАНСАКТНОГО АНАЛИЗА

*Место транзактного анализа конфликта в
конфликтологии.*

Структура личности по Э. Берну

ТЕОРИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНФЛИКТА

- ❖ Значимой теорией психологического конфликта является теория представителя Чикагской школы Э. Берна.
- ❖ Э. Берн создал популярную концепцию, корни которой уходят **в психоанализ**.
- ❖ Однако концепция Берна вобрала в себя идеи и понятия **как психодинамического, так и бихевиориального подхода**, сделав акцент на определении и выявлении когнитивных схем поведения, которые программируют взаимодействие личности с собой и другими.

ТРАНСАКТНЫЙ АНАЛИЗ

❖ ТА состоит из трех частей:

- ❖ структурного анализа,
- ❖ трансактного анализа
- ❖ и сценарного анализа.
- ❖



2. СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ ПО Э. БЕРНУ, ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ.

Современный трансактный анализ включает:



ТРАНСАКТНЫЙ АНАЛИЗ

КОНЦЕПЦИЯ СТРУКТУРЫ ЛИЧНОСТИ

1

"Родитель" - "эго-состояние" с

интериоризованными рациональными нормами долженствований, требований и запретов.

"Родитель" - это информация, полученная в детстве от родителей и других авторитетных лиц: правила поведения, социальные нормы, запреты, нормы того, как можно или должно вести себя в той или иной ситуации.

2

"Ребенок" - начало в человеке, которое проявляется

"Я хочу"; "Я боюсь";
"Я ненавижу";
"Какое мне дело"

3

Взрослое "Я-состояние"

- способность человека объективно оценивать действительность по информации, полученной в результате собственного опыта и на основе этого принимать независимые, адекватные ситуации, решения.

Позиция « РОДИТЕЛЯ» в структуре личности

- ❖ Родитель скопирован с наших родителей или авторитетов.
- ❖ Проявляется в манерах, общих фразах, автоматических действиях (ходьба, питье, еда и т.д.).
- ❖ Его основные слова:
- ❖ «должен, необходимо, надо, нельзя»,
- ❖ а также критические замечания типа «итак, запомни», «прекрати это», «ни за что на свете», «я бы на твоём месте», «милый мой».

Михаил Литвак описывает это Я-состояние

- ❖ «Если действие выполняется часто и становится автоматическим, появляется Родитель.
- ❖ Это автопилот, который правильно ведет наш корабль в обычных условиях, что **освобождает Взрослого от принятия рутинных обыденных решений**, это и тормоза, которые автоматически удерживают нас от опрометчивых поступков. **Родитель – наша совесть.**
- ❖ От Родителя исходит еще **одна опасность**. В нем часто имеются мощные запретительные программы, которые мешают личности удовлетворять свои потребности, это запреты: «Не вступай в брак до тех пор, пока не получишь высшего образования», «Никогда не знакомься на улице» и т.д. На какое-то время они сдерживают Дитя, но затем энергия неудовлетворенных потребностей разрушает плотину запретов. Когда Дитя (Хочу) и Родитель (Нельзя) друг с другом ругаются, а Взрослый не может их примирить, развивается внутренний конфликт, человек раздирается противоречиями».

ПОЗИЦИЯ « РОДИТЕЛЬ»

- ❖ Родитель содержит в себе такие аспекты, как контроль, запреты, идеальные требования, наставления, поучения, правила поведения, постулаты социальные нормы.
- ❖ Человек, находящийся в позиции Родителя, всегда Оценивает (сравнивает все со своим внутренним эталоном).
- ❖ *Например: еда пересоленная, ты — глупец, вы правильно сделали.*

ПОЗИЦИЯ» ВЗРОСЛЫЙ»

- ❖ Взрослое Эго – это способность индивида объективно оценивать действительность по информации, полученной в результате собственного опыта (исключая шаблоны Родителя), и на основе этого принимать независимые, адекватные ситуации, решения. Это концепция жизни через мышление.

ПОЗИЦИЯ «ВЗРОСЛЫЙ»

- ❖ Взрослый решает, какое поведение наиболее соответствует данным обстоятельствам, от каких стереотипов желательно отказаться, а какие желательно включить. Он воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность.

Позиция « взрослого» – найти компромисс

- ❖ **Взрослый — это способность находить компромиссы и альтернативные варианты в жизненных тупиках, которые иногда кажутся нам безвыходными.**
- ❖ **Это состояние функционирует «здесь и теперь», независимо от прошлого.**

Позиция « РЕБЕНОК »

- ❖ Михаил Литвак дает ему следующую характеристику:
 - ❖ *«Это источник наших желаний, влечений, потребностей.*
 - ❖ *Здесь радость, интуиция, творчество, фантазия, любознательность, спонтанная активность.*
 - ❖ *Но здесь же и страхи, капризы, недовольства.*

Позиция « РЕБЕНОК »

- ❖ это та часть личности, которая сохранилась от настоящего детства и содержит в себе те воспоминания, которые были связаны с ранними детскими впечатлениями и переживаниями.
- ❖ Каждый человек сохранил в душе восприятие себя как ребенка, то есть в определенных ситуациях независимо от возраста ощущает себя мальчиком или девочкой из своего прошлого.
- ❖ Характерные слова: «Хочу», «не хочу», «меня злит», «желаю», «я ненавижу», «нравится», «какое мне дело».

Позиция « РЕБЕНОК»

- ❖ Кроме того, Я ребенок выступает на сцену, когда человек
- ❖ не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем:
- ❖ не способен преодолеть трудности,
- ❖ противостоять давлению другого человека.

По Берну « РЕБЕНОК» проявляется в трех формах –

- ❖ СВОБОДНЫЙ (ЕСТЕСТВЕННЫЙ) Ребёнок включает в себя импульсы, присущие ребёнку: спонтанные реакции типа радости, печали, доверчивости, нежности, непосредственности, любопытства, творческой увлечённости и изобретательности.
- ❖ Адаптированный (Приспосабливающийся)
 - ❖ Ребёнок характерно неуверенность в общении, стыдливость, приспособление, прислуживание, боязливость, виноватость, колебание. Это та часть личности, которая желает быть принятой родителями (или другими людьми) и уже не
 - ❖ позволяет себе поведения, не соответствующего их ожиданиям и требованиям.
- ❖ Бунтующий (против Родителя)
 - ❖ Ребёнок, иррационально отвергающий авторитеты и нормы, грубо нарушающий дисциплину. Как сказал Михаил Литвак: «Чем больше человек снаружи хочет казаться хорошим, тем глубже внутри у него скапливается и желает вырваться наружу плохое».

ПРИМЕР ДОМИНИРУЮЩЕЙ ПОЗИЦИИ РОДИТЕЛЬ

- ❖ Домохозяйка Т., 60 лет, полностью подавив внутреннего Ребенка, все время находилась в позиции Родителя. Она напоминала ходячую схему, которая прилежно и старательно выполняла все правила и предписания. Ее Ребенок было лишено интереса, радости и любви.
- ❖ Дефицит положительных эмоций привел к тяжелым психосоматическим болезням. *Здесь были и гипертония, и сахарный диабет, и боли в области сердца, и тяжелые затяжные мигрени, и проблемы с ЖКТ.* В семье она пыталась быть полезной: предугадать желания мужа и сына (Заботливый Родитель) — поплотнее накормить, потеплее одеть, выполнить всю домашнюю работу. Разумеется, Ребенок потребовало компенсации за свое полное игнорирование. Ею стали бесконечные разговоры по телефону и частые скандалы с членами семьи, сопровождающиеся аморальным поведением, присущим вырвавшемуся на волю Ребенка.

Рациональная позиция в общении позиция « ВЗРОСЛЫЙ »

- ❖ Если "Родитель" - это преподанная концепция жизни,
- ❖ "Ребенок" - концепция жизни через чувства,
- ❖ то "Взрослый" - это концепция жизни через мышление, основанная на сборе и обработке информации.
- ❖ "Взрослый" у Берна играет роль арбитра между "Родителем" и "Ребенком".
- ❖ Он анализирует информацию, записанную в "Родителе" и "Ребенке", и выбирает,
- ❖ *какое поведение наиболее соответствует данным обстоятельствам,*
- ❖ *от каких стереотипов необходимо отказаться, а какие желательно включить.*

**СТРУКТУРА
ТРАНСАКТНОГО
АНАЛИЗА ВКЛЮЧАЕТ
ТЕОРИЮ КОММУНИКАЦИЙ**



СУЩНОСТЬ И ЦЕЛИ ТРАНСАКТИВНОГО АНАЛИЗА В КОНФЛИКТОЛОГИИ.

ПОНЯТИЕ И ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ТРАНСАКЦИЙ

Трансакция

- ❖ - это единица взаимодействия партнеров по общению, сопровождающаяся заданием их позиции.
- ❖ Любая трансакция начинается с трансакционного стимула - того или иного знака, осведомляющего о том, что присутствие одного человека воспринято другим.
- ❖ Человек, к которому обращен стимул, отвечает каким-то действием - трансакционной реакцией.

Трансакции- взаимодействия

- ❖ В концепции трансактного анализа конфликта Э.Берна трансакциями выступают все взаимодействия с другими людьми с позиции той или иной роли:
- ❖ "Взрослого",
- ❖ "Родителя",
- ❖ "Ребенка".

Классификация трансакций

- ❖ *Перекрестные трансакции* - возникают, когда на определенный стимул следует неожиданная реакция. Именно этот тип ТА является наиболее распространенным источником проблем, возникающих в процессе общения и приводящих к конфликту.
- ❖ *При перекрестной ТА векторы не параллельны друг другу, а Я- состояние, в которое обращаются, не является источником реакции.*

Перекрестные транзакции

- ❖ начинаются взаимными упреками, едкими репликами и заканчиваются хлопаньем дверью.
- ❖ В этом случае на стимул дается реакция, активизирующая неподходящие "эго-состояние".

ПРИМЕР

❖ *Например, стимул рассчитан на взаимоотношения*

❖ ***Взрослый - Взрослый:***

- ❖ *"Ты не видела, где мои запонки?"*.
- ❖ *Дополняющим здесь может быть признан ответ:*
- ❖ *"Запонки лежат на столе"*.
- ❖ *Однако собеседник может вспылить:*
- ❖ *"Вечно я у тебя во всем виноват!" (Детский вариант) или*
- ❖ *"Ищи их там, куда сам положил!" (Родительский вариант).*
- ❖ *После пересекающейся ТА процесс коммуникации временно прекращается.*
- ❖ *Начинается позиционная борьба, которая длится до тех пор, пока векторы будут приведены в порядок.*
- ❖ *Для восстановления контакта одному собеседнику или обоим в паре необходимо изменить свое Я-состояние.*

СКРЫТЫЕ ТРАНСАКЦИИ

- ❖ является наиболее сложным, что обусловлено, прежде всего тем, что поведение людей не всегда соответствует их социальному положению.
- ❖ *На социальном уровне, например,*
- ❖ *начальник может быть и маленьким мальчиком*
- ❖ *и покровительствующим отцом.*
- ❖ **Скрытые ТА требуют одновременного участия более, чем двух состояний, одно из которых маскируется.**

Пример скрытой транзакции:

- ❖ Врач: *Этот препарат лучше, но боюсь, что он дорого стоит.*
- ❖ Пациент: *Вот его-то Вы мне и выпишите, я его буду принимать.*
- ❖ Врач на **уровне Взрослого** констатирует два факта:
- ❖ "Этот препарат лучше" и "Он вам не по карману".
- ❖ На социальном уровне слова врача кажутся обращенными к **Взрослому** пациенту, поэтому она должна была бы ответить: **"Вы, безусловно, правы и в том, и в другом"**.
- ❖ Однако скрытый, психологический вектор был умело направлен опытным **Взрослым** врача к **Дитя** пациенту.
- ❖ Ответ, который дал **Дитя**, **показывает детскую позицию**. Пациент думает: "Несмотря на финансовые последствия, я покажу врачу, что я ничуть не хуже других его пациентов".

Скрытые транзакции

- ❖ включают более двух "эго-состояний", сообщение в них маскируется под социально приемлемым стимулом, но ответная реакция ожидается со стороны эффекта скрытого сообщения, что составляет суть психологических игр.

ТРАНСАКЦИИ

- ❖ Таким образом, в соответствии с теорией транзактного анализа, транзакции являются **основной единицей межличностного взаимодействия**



СЦЕНАРИИ И РОЛИ В ТРАНСАКТНОМ АНАЛИЗЕ

СЦЕНАРИЙ ИГРЫ

- ❖ Третьим элементом, вводимым Э. Берном в теории трансактного анализа, помимо структуры личности и понятия «трансакция», являются сценарии и игры.
- ❖ Понятие «игра» введено Э. Берном для определения событий, происходящих между людьми.

- ❖ "Игра" - фиксированный и неосознаваемый стереотип поведения, в котором личность стремится избежать близости
- ❖ (т.е. полноценного контакта)
- ❖ путем манипулятивного поведения.

Игра: ее действия, роли

❖ Под играми понимается продолжительный ряд действий, содержащих *слабость, ловушку, ответ, удар, расплату, вознаграждение.*

❖ Каждое действие сопровождается определенными чувствами, ради которых осуществляется **ПОГЛАЖИВАНИЯ** и **УДАРЫ**.

❖ "Поглаживания и удары" - взаимодействия, направленные на передачу положительных или отрицательных чувств.

ПОГЛАЖИВАНИЯ МОГУТ БЫТЬ

ПОЗИТИВНЫМИ: "Вы мне симпатичны", "Какая вы милая«;

НЕГАТИВНЫМИ:

"Ты мне неприятен", "Ты сегодня плохо выглядишь«;

УСЛОВНЫМИ (касаются того, что человек делает, и подчеркивают результат):

"Вы хорошо это сделали", "Ты бы мне больше нравился, если бы...»

- **БЕЗУСЛОВНЫМИ** (связаны с тем, кем человек является):

- "Вы специалист высшего класса",
- "Я принимаю тебя таким, какой ты есть";

ФАЛЬШИВЫМИ(внешне они выглядят как позитивные, а на самом деле оказываются ударами):

"Вам, конечно же, понятно, что я вам говорю, хотя вы и производите впечатление недалекого человека ;

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА

- ❖ представляет собой серию следующих друг за другом транзакций с четко определенным и предсказуемым исходом, со скрытой мотивацией.
- ❖ В качестве выигрыша выступает какое-либо определенное эмоциональное состояние, к которому игрок бессознательно стремится .

❖ Рассматривая историческое, культурное, социальное и личностное значение игр, Э. Берн в своей книге *«Люди, которые играют в игры»* вводит понятие **родительского программирования** и **характеристику различных сценариев жизни.**

План жизни составляется в детстве

- ❖ Берн в своих ранних работах определял сценарий как
- ❖ **«бессознательный жизненный план».**
- ❖ Затем дал более полное определение:
«План жизни составляется в детстве,
- ❖ подкрепляется родителями,
- ❖ оправдывается ходом событий
- ❖ и достигает пика при выборе пути».

КОНЦЕПЦИЯ ДЕТСКОГО СЦЕНАРИЯ ЖИЗНИ

- ❖ Концепция о том, что детские впечатления оказывают сильное влияние на поведение взрослых людей, является центральной не только в транзактном анализе, но и в других направлениях психологии.
- ❖ В теории сценария, кроме того, есть идея, согласно которой ребёнок составляет определённый план своей жизни, а не просто формирует основные взгляды на жизнь.
- ❖ Этот план составляется в форме драмы, имеющей чётко обозначенные начало, середину и конец.

❖ Сценарий - это «план жизни, составленный в детстве»,

- ❖ следовательно, ребёнок сам принимает решение о своём сценарии.
- ❖ На решение о выборе жизненного сценария оказывают влияние не только внешние факторы, но и воля ребёнка.
- ❖ *Даже тогда, когда разные дети воспитываются в одних и тех же условиях, они могут составить совершенно разные планы своей жизни. В этой связи Берн приводит случай с двумя братьями, которым мать сказала: «Вы оба попадёте в психушку». Впоследствии один из братьев стал хроническим психическим больным, а другой психиатром.*

Введение

что вы делаете после того, как сказали «Здравствуйте»?

Этот детский вопрос, внешне такой безыскусный и лишенный глубины, на самом деле содержит в себе главные вопросы человеческого бытия и фундаментальные проблемы общественных наук.

Этот вопрос

*«задают» себе младенцы,

*на этот вопрос дети получают упрощенные и неверные ответы,

- его подростки задают друг другу и взрослым,
- * а взрослые избегают давать ответы, ссылаясь на мудрецов,
- а философы пишут книги о нем, даже не пытаясь найти на него ответ.
- В нем содержится первичный **вопрос социальной психологии: почему люди разговаривают друг с другом?**
- И первичный вопрос социальной психиатрии: **почему люди хотят, чтобы их любили?**
- Неудивительно, что мало кто находит ответ на этот вопрос в течение жизни.

Дело в том, что большинство не успевают ответить на предшествующий вопрос: как вы говорите «Здравствуйте»?

- ❖ **Правильно сказать «Здравствуйте»** означает увидеть другого человека, осознать его как феномен, воспринять его и быть готовым к тому, что он воспримет вас.
- ❖ Возможно, в высшей степени проявляют эту способность жители островов Фиджи, потому что одна из редчайших драгоценностей нашего мира – искренняя улыбка фиджийца.
- ❖ Она начинается медленно, освещает все лицо, остается настолько, чтобы ее увидели и узнали, и медленно гаснет.

Берн Э.

Игры, в которые играют люди (GamesPeoplePlay) и Люди, которые играют в игры (WhatDoYouSayAfterYouSayHello!) –
полный перевод Н. Бурыгиной, Р. Кучкаровой - М.: Апрель Пресс,
Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.

«Люди, которые играют в игры»

- ❖ Известный психоаналитик Эрик Берн в своей книге "Люди, которые играют в игры" уделил большое внимание *сказкам – и в первую очередь их воздействию на "жизненный сценарий" личности.*
- ❖ Эрик Берн скорее всего прав в том, что сказки в принципе являются **существенным**
- ❖ **сценарным элементом** (хотя может быть, в первую очередь они **формируют**
- ❖ **"общественное бессознательное"**, а потом уже личностные сценарии).

Рассмотрим интерпретацию сказочных сюжетов знакомых волшебных сказок (Эрик Берн)

СЦЕНАРИЙ ЖИЗНИ ФОРМИРУЮТ РОДИТЕЛИ, НАСЛЕДСТВЕННОСТЬ, ОБСТОЯТЕЛЬСТВА НАШЕЙ ЖИЗНИ И МНОГОЕ ДРУГОЕ.

И ДАЛЕКО НЕ ПОСЛЕДНЮЮ РОЛЬ В НЕМ ИГРАЮТ СКАЗКИ, КОТОРЫЕ НАМ ЧИТАЛИ В ДЕТСТВЕ. ИЗ СКАЗОК МЫ ПОЛУЧАЕМ СВОИ ПЕРВЫЕ ЗНАНИЯ О МИРЕ И ЕГО УСТРОЙСТВЕ, О ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ, О ДОБРЕ, ЗЛЕ, СПРАВЕДЛИВОСТИ, ЗАВИСТИ И ЛЮБВИ.

СКАЗКА — ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ УЙТИ ОТ РЕАЛЬНОСТИ, ПОФАНТАЗИРОВАТЬ, ОЩУТИТЬ СЕБЯ ВСЕМОГУЩИМ, НА ВРЕМЯ ОКАЗАВШИСЬ НА МЕСТЕ ЛЮБИМОГО ГЕРОЯ ИЛИ ГЕРОИНИ.

И КОНЕЧНО, СКАЗКИ ДАЮТ НАДЕЖДУ НА ТО, ЧТО ВСЕ БУДЕТ ХОРОШО, И ВСЕ ПРОБЛЕМЫ РАНО ИЛИ ПОЗДНО ЧУДЕСНЫМ ОБРАЗОМ РАЗРЕШАТСЯ И СПРАВЕДЛИВОСТЬ ВОСТОРЖЕСТВУЕТ.

И ВОТ ДЕТСТВО ДАВНО ПОЗАДИ, А МЫ ДО СИХ ПОР ИНОГДА ПРОДОЛЖАЕМ ВЕРИТЬ В СКАЗОЧНУЮ МАГИЮ. В ТО, ЧТО, ВДРУГ, ОДНАЖДЫ...

У КАЖДОЙ ИЗ НАС БЫЛА СВОЯ СКАЗКА, СВОЯ ГЕРОИНЯ, КОТОРОЙ МЫ ВОСХИЩАЛИСЬ И НА КОТОРУЮ ХОТЕЛИ ПОХОДИТЬ.



Шарль Перро

**Волшебная сказка для взрослых, ее
интерпретация в структурном анализе
конфликта**

**ЗОЛУШКА ИЛИ
ХРУСТАЛЬНАЯ ТУФЕЛЬКА:**

- ❖ Милая, добрая, трудолюбивая, скромная Золушка. Девушка с «маленькой ножкой, большой душой и справедливым сердцем».
- ❖ Она очень много работает, терпит попреки и унижения в собственном доме, но не предпринимает никаких шагов, чтобы что-то изменить, не спорит с судьбой.
- ❖ Иногда, правда, оставшись наедине с собой, она спрашивает себя: «Ну, неужто никогда не уйти мне никуда от золы и сажии?»
- ❖ А может, она недостаточно страдала, и надо пострадать еще, чтобы уж наверняка заслужить счастье?
- ❖ Так или иначе, этим вопросом Золушка и ограничивается, продолжая ждать, что кто-то придет и вызволит ее. Робость и неуверенность вполне объяснимы, ведь с детства Золушкину самооценку страшно занижали мачеха и сестры.
- ❖ И даже родной отец — человек неплохой, но безвольный и слабый, никогда не был для нее поддержкой.
- ❖ Так как на свои силы она особенно не рассчитывает, Золушке только и остается, что возлагать надежды на Принца.
- ❖ И на ЧУДО, которое его к ней приведет:
- ❖ «Я буду хорошей девочкой, и тогда у меня все будет хорошо!» — решает она, и с удвоенной силой принимается за работу.

- ❖ Золушке повезло, ее крестная — фея. Если бы не она, то никто бы так и не оценил те замечательные душевные качества, которыми сполна наделена наша героиня.
- ❖ А у вас есть родственники в сфере волшебных услуг?
- ❖ Кроме того, эта волшебная сказка, как и все другие, заканчивается свадьбой главных героев, и мы можем только предполагать, какова будет их дальнейшая семейная ЖИЗНЬ. **Полностью вверив себя Принцу, и переложив на него раз и навсегда ответственность за свою судьбу, Золушка, скорее всего, станет домохозяйкой.**
- ❖ Привыкшая с детства только ОТДАВАТЬ, она, вероятно, посвятит себя семье — мужу и детям, и наверняка будет забывать о себе, своих интересах и внешности.
- ❖ И конечно, недоумению ее не будет предела, если ее муж-Принц — тот самый, которому она ПОСВЯТИЛА ВСЮ СЕБЯ — подыщет со временем себе кого-нибудь поярче и поинтереснее.
- ❖ Но это все только в том случае, если она ЕГО все-таки встретит. **Принимая во внимание Золушкину низкую самооценку и неуверенность в себе, можно предположить, что у девушки с маленькой ножкой есть большие шансы остаться в одиночестве.**



Русская народная сказка

ЦАРЕВНА НЕСРАВНЕННАЯ КРАСОТА

- ❖ Еще сильнее осложнила жизнь своему суженому-ряженому Царевна Несравненная Красота из сказки «Сивка-Бурка» — тот должен был непременно допрыгнуть до ее окошка.
- ❖ Окошко то в светлице, светлица в высоком тереме. Ивану, с помощью верного Сивки, это, в конце концов, удалось.
- ❖ После чего ему были предложены новые испытания, которые он тоже с честью преодолел.
- ❖ Ивану это положено по статусу — все время преодолевать препятствия — он же сказочный герой, а вот обычному мужчине все это может со временем надоесть.



Русалочка» — всемирно известная сказка датского писателя Ханса Кристиана Андерсена, повествующая о молодой русалке, которая готова отказаться от своей жизни в море ради того, чтобы получить человеческую душу и любовь принца.

РУСАЛОЧКА

- ❖ История о неразделенной любви. Сказка, которая напоминает — любовь часто заканчивается неудачей.
- ❖ Русалочка все время жертвует собой ради Принца и совершает ради него подвиги, пытаясь «прыгнуть выше головы».
- ❖ Вначале она спасает ему жизнь. Затем лишается языка — теперь она даже не сможет рассказать ему о своих чувствах. Она обретает ноги взамен рыбьего хвоста, но каждый шаг дается ей с огромным трудом — она, как будто ступает по острым ножам.
- ❖ Но все эти подвиги самоотверженности не приводят героиню к семейному счастью — Принц относится к ней, как к сестре.
- ❖ В конце концов, он женится на другой, а Русалочка погибает.
- ❖ Прежде чем стать любимой — нужно пойти на серьезные жертвы! — такое послание содержит эта грустная сказка.
- ❖ Но принесение себя в жертву вовсе не дает нам гарантии вечной любви и счастья.

- ❖ И все-таки без сказок наша жизнь была бы немыслима. Иногда именно вера в счастливый сказочный финал позволяет человеку выстоять в самых трудных жизненных обстоятельствах. Нет хороших и плохих, вредных и полезных сказок — есть только наше личное, субъективное детское их восприятие. И иногда очень важно осознать, из какой сказочной истории «растут ноги» наших вполне реальных, взрослых проблем.
- ❖ А еще можно попробовать написать новый сценарий, новую сказку, своеобразный план.
- ❖ Но прежде, чем начать это делать, имеет смысл задать себе два вопроса:
 - ❖ «Чего я ХОЧУ?»
 - ❖ и «Как я СМОГУ этого достичь?».
- ❖ А потом — действовать.

Астрид Линдгрен
МАЛЫШ и КАРЛСОН

Короткая история про Малыша и
проказника **Карлсона**

.

КАРЛСОН

❖ Он обаятельный, коммуникабельный, симпатичный, самый лучший в мире выдумщик, укротитель домомучительниц, специалист по паровым машинам, истребитель плюшек, художник и бог знает кто еще. Одним словом – мужчина в полном расцвете сил. У Карлсона нет никаких сомнений, что в жизни он достоин всего самого лучшего, и он благосклонно позволяет Малышу это лучшее ему предоставить. «Ты должен стать мне родной матерью!» — заявляет он своему юному другу. Вот так. Не больше, не меньше. Малыш старается, и угождает Карлсону, как может, потому что больше всего боится услышать от него: «Ну, я так не играю!» и потерять Друга. Ведь раньше Малыш был так одинок, а с появлением этого шумного толстячка с пропеллером жизнь окрасилась такими яркими красками!

Мужчина — Карлсон всегда выбирает себе в подруги жизни женщин определенного типа – не слишком уверенных в себе, скромных, застенчивых, не избалованных мужским вниманием, а главное – очень одиноких. Живет себе такая дама, ведет уединенное, одинокое существование, и вдруг – этакий красавец в окно залетает! Энергичный, в меру упитанный, приятный во всех отношениях... Ну как ему можно в чем-то отказать? Ах! Милый, милый!

Хитрюга – Карлсон знает к кому прилетать. Ведь на самом деле он не так уверен в себе, как кажется, а точнее – совсем в себе не уверен. Именно поэтому он так себя и восхваляет, и ждет восхищения от других.

Мужчина — Карлсон выбирает себе подругу, за счет которой можно будет самоутвердиться. Делая это, он даже на какое-то время забывает, что на самом-то деле никакой он не лучший... Вот и машину паровую взорвал, и петуха толком не сумел нарисовать. Да что там... ладно, дело-то житейское!

ВЫВОДЫ

- ❖ В основе концепции транзакционного анализа лежат следующие ключевые тезисы:
- ❖ * концепция структуры личности характеризуется наличием трех состояний "Я", или "эго-состояний": "Родитель", "Ребенок", "Взрослый";
- ❖ * транзакция - единица взаимодействия партнеров по общению, сопровождающаяся заданием их позиции.
- ❖ * игра - фиксированный и неосознаваемый стереотип поведения, в котором личность стремится избежать близости (т.е. полноценного контакта) путем манипулятивного поведения.



5. ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ТРАНСАКТНОГО АНАЛИЗА В КОНФЛИКТОЛОГИИ.

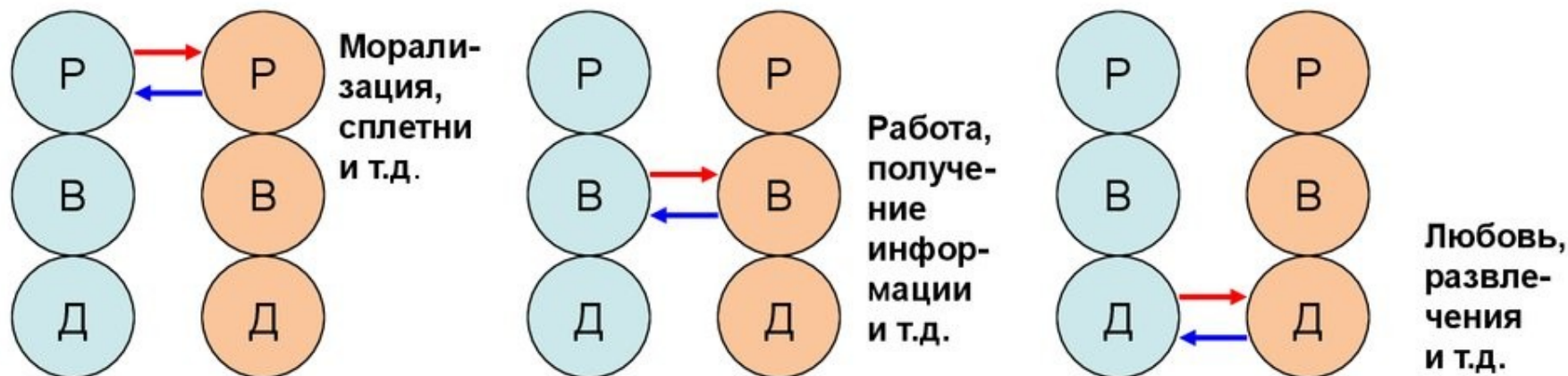
Механизм конфликта: общение с партнером – транзактный анализ бесконфликтных отношений

→ стимул

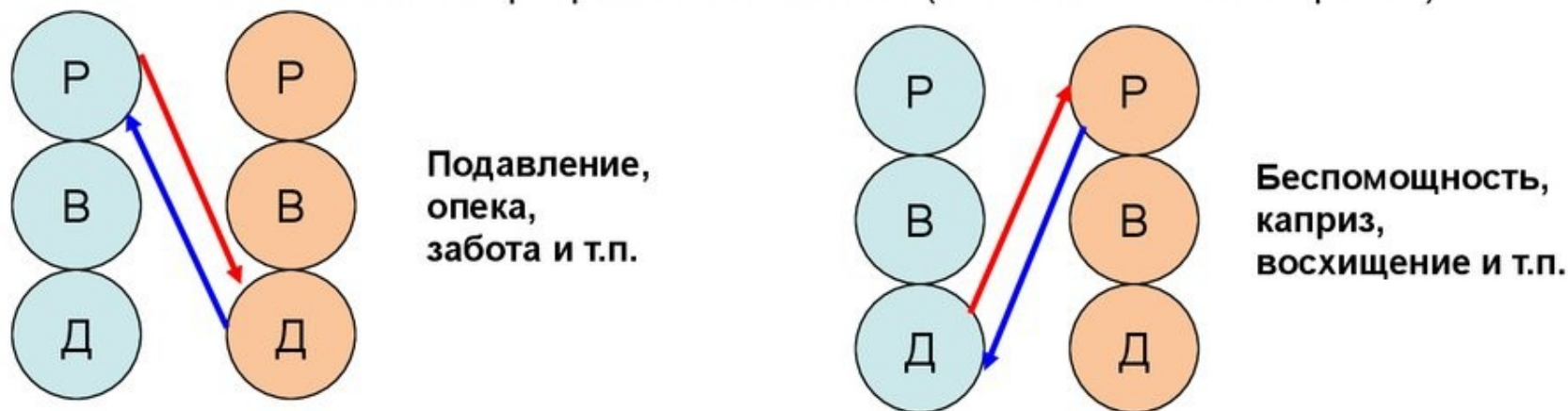
← ответ

Бесконфликтные отношения - параллельные транзакции

1. Психологически равноправные отношения – продолжаются долго и продуктивно

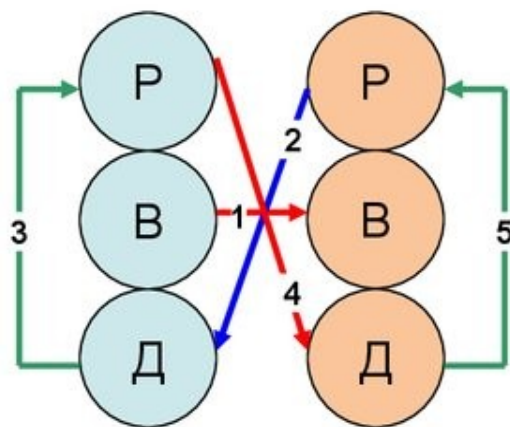
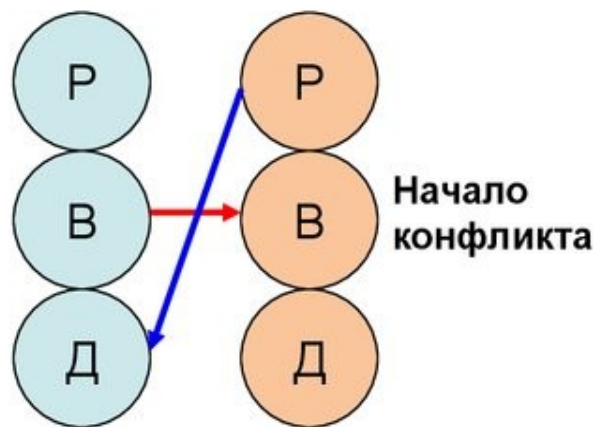
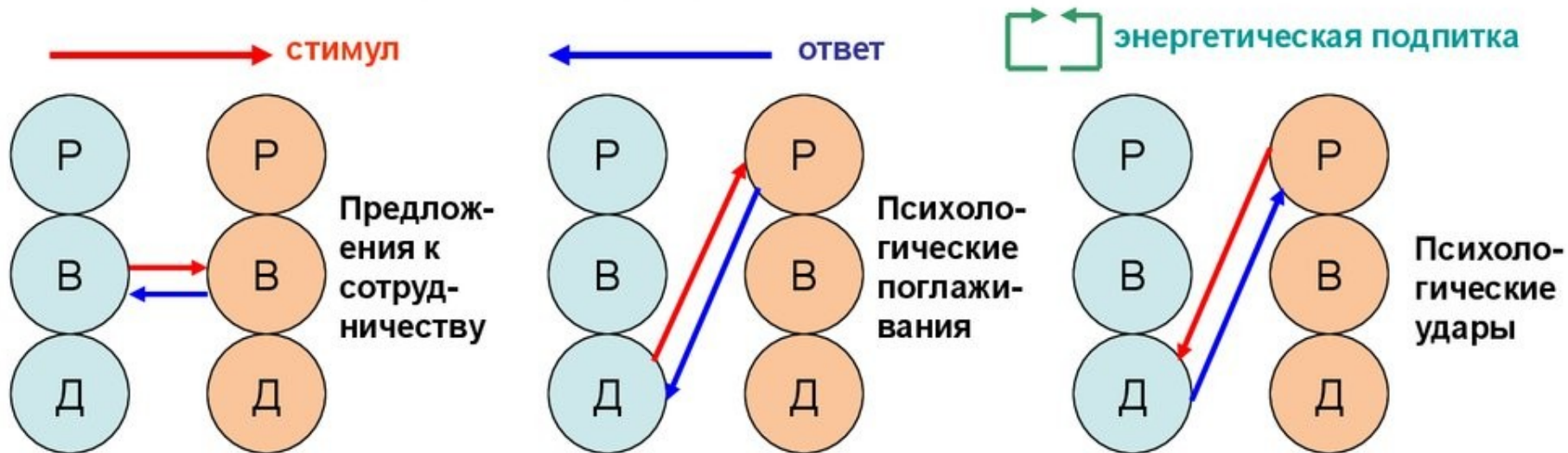


2. Психологически неравноправные (рабско-тиранические) отношения – заканчиваются разрывом отношений (возможно – сменой ролей)



Механизм конфликта: общение с партнером – транзактный анализ конфликта

Конфликт - перекрещивающиеся транзакции



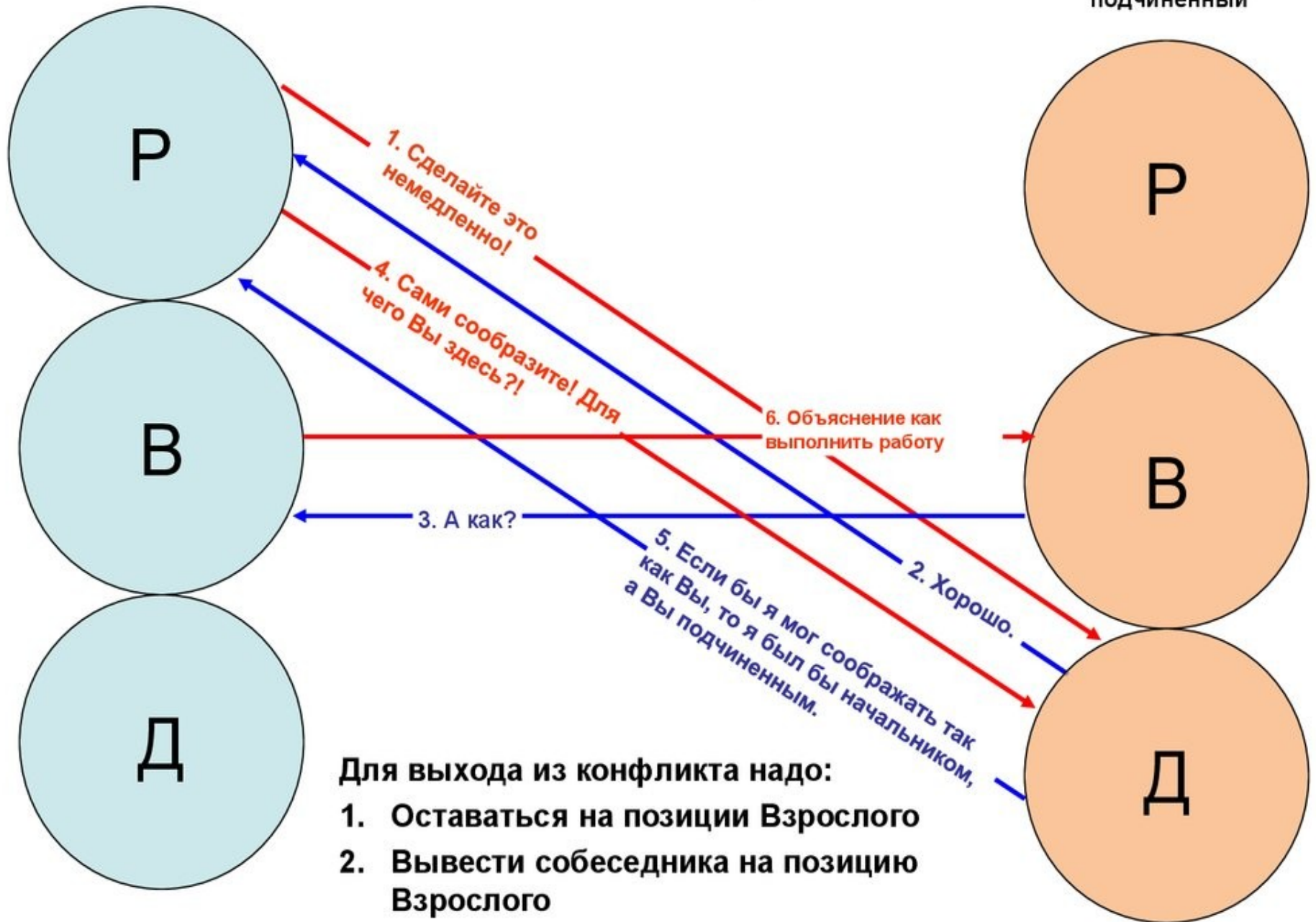
1. Предложение или деловой вопрос.
2. У собеседника обидчивый Дитя или (и) мощный Родитель. Наносится удар по Дитя собеседника.
3. Родитель подпитывается энергией Дитя.
4. Родитель наносит удар по Дитя собеседника.
5. Родитель подпитывается энергией Дитя.

Вывод: конфликт будет продолжаться до истощения энергии Дитя одного из участников

Выход из конфликта

начальник

подчиненный



Структурный анализ конфликта

- ❖ 1. Анализ структуры личности
 - ❖ 1.1. Выделить субъекты межличностного взаимодействия
 - ❖ 1.2. Определить .с каких позиций выступает каждый из субъектов межличностного взаимодействия: **Р, В, Д.**
- ❖ 2. Анализ транзакций - вербальных и невербальных взаимодействий между людьми:
 - ❖ 2.1. Перекрестные транзакции
 - ❖ 2.2. Скрытые транзакции
- ❖ 3. Анализ сценария (скрипт-анализ) индивидуального жизненного сценария, которому человек невольно следует.
- ❖ 4. Определить **стратегию выхода** из конфликта

Задачи:

❖ Решение ситуационных задач.

Проанализируйте эго-состояния участников конфликтного взаимодействия в предложенных вам ситуациях.

Аргументируйте свой ответ.

❖ Проведите анализ межличностного взаимодействия, и оцените конфликтность взаимодействия.

Пример1.

- ❖ - Здравствуйте, Анастасия.
- ❖ - Добрый вечер.
- ❖ *Решение:* параллельный трансакт,
- ❖ В В – общение началось без эмоций, по-деловому.
- ❖ Конфликт отсутствует

Пример 2.

- ❖ - Ты не знаешь, почему эта папка лежит здесь, что мне теперь делать?
- ❖ - Как же ты следила за своими вещами раньше, без меня ты как без рук!
- ❖ *Решение:* параллельный трансакт, Д Р – первый находится в состоянии «приспосабливающегося дитя», говорит беспомощно и неуверенно.
- ❖ Второй – в состоянии «критического родителя», интонация наказывающая, обвиняющая, ироничная.

Модификация Тарабриной, взрослый вариант.
(Метод рисуночной фрустрации. / Методика фрустрационной толерантности.

Стимульный материал методики рисуночной фрустрации Розенцвейга составляют 24 рисунка, на которых изображены лица, находящиеся в проблемной ситуации.

Один из персонажей произносит фразу, которой описывается суть возникшей проблемы.

Над другим персонажем изображен пустой квадрат.

ФРУСТРАЦИОННЫЙ ТЕСТ РОЗЕНЦВЕЙГА

Практические задания.

НАПИСАТЬ ОТВЕТЫ , ИСХОДЯ ИЗ

ПОЗИЦИИ:

- РОДИТЕЛЯ**
- ВЗРОСЛОГО**
- РЕБЕНКА**



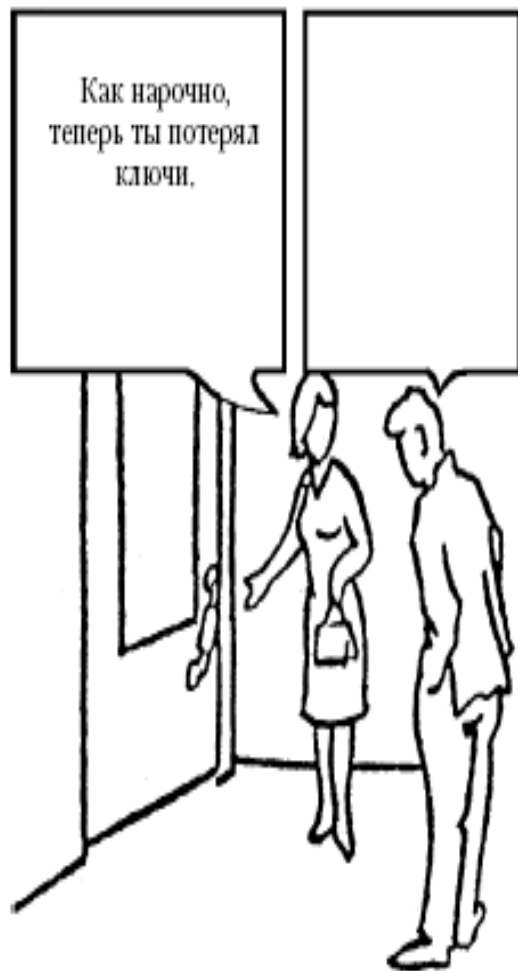
Позиция **Родителя** « Я так и знала, что это может с ним случиться, сколько не убеждай его, все слова не впрок»

Позиция **Ребенка**
« Я совсем в данной ситуации не при чем, чем, я могу помочь, не знаю, он сам виноват

Позиция **Взрослого**
«Хорошо, что сообщили, надо обязательно его навестить, может быть помощь нужна»

Задание: определить позицию РЕБЕНКА , используя теоретический материал

- ❖ СВОБОДНЫЙ (ЕСТЕСТВЕННЫЙ) Ребёнок включает в себя импульсы, присущие ребёнку: спонтанные реакции типа радости, печали, доверчивости, нежности, непосредственности, любопытства, творческой увлечённости и изобретательности.
- ❖ Адаптированный (Приспосабливающийся)
 - ❖ Ребёнок характерно неуверенность в общении, стыдливость, приспособление, прислуживание, боязливость, виноватость, колебание. Это та часть личности, которая желает быть принятой родителями (или другими людьми) и уже не позволяет себе поведения, не соответствующего их ожиданиям и требованиям.
- ❖ Бунтующий (против Родителя)
 - ❖ Ребёнок, иррационально отвергающий авторитеты и нормы, грубо нарушающий дисциплину. Как сказал Михаил Литвак: «Чем больше человек снаружи хочет казаться хорошим, тем глубже внутри у него скапливается и желает вырваться наружу плохое».



Рассмотрим ситуацию с позиции
РЕБЕНКА (адаптивного)
*« Я виноват, больше этого не
повторится»*

Рассмотрим ситуацию с позиции
РЕБЕНКА (свободного)
*« Что же делать я помочь ничем не
могу»*

Рассмотрим ситуацию с позиции РЕБЕНКА бунтующего
*« Всегда я виноват у тебя, может быть ты меня отвлекла и я
позабыл положить ключи в карман»*

ЛИТЕРАТУРА

- **Практикум** по конфликтологии : учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования : по дисциплине "Психология конфликта" для студентов (направление подготовки (специальность) код 31.05.02 "Педиатрия", код 31.05.01 "Лечебное дело") / И. В. Овчинникова, С. В. Смирнова, Е. В. Пчелинцева
- **Берн Э.** Игры, в которые играют люди (Games People Play) и Люди, которые играют в игры (What Do You Say After You Say Hello!) – полный перевод Н. Бурьгиной, Р. Кучкаровой — М.: Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
- **Ирина Германовна Малкина-Пых.** Виктимология. Психология поведения жертвы. Эксмо; Москва; 2010.