

Анализ ролей и положений в сказках и жизненных сценариях

Статья опубликована в журнале **Вестник НЛП №37**.

Авторы: Стефан Карпман

Темы, затрагиваемые в статье: Обучение, Техники НЛП

Рассказывая сказки, взрослые люди прививают юному поколению некие представления о социальных нормах, однако на подсознательном уровне сказки могут формировать довольно большое количество предпочитаемых шаблонных ролевых позиций, мест пребывания и способов времяпрепровождения, таким образом создавая запутанный жизненный сценарий. До сегодняшнего дня структурный научный анализ жизненных сценариев основывался на сценарной матрице (см. Штайнер К., ТАВ, апрель 1966). Далее в этой статье я приведу несколько схем, по которым можно изучить игровые сценарии и роли на примерах хорошо знакомых сказок.

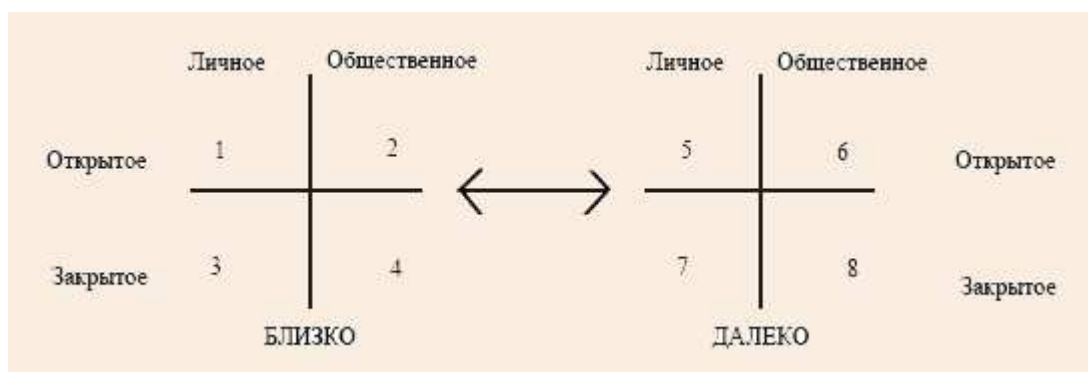
Игру можно проанализировать через смену ролей и смену местоположений в пространстве-времени. Ее эмоциональная интенсивность определяется количеством переходов по ролям, совершаемых человеком за определенное время (Скорость Сценария), и различием между этими ролями (Диапазон Сценария). Например, если и скорость, и диапазон игры маленькие, она становится скучной. Переход между ролями может происходить мгновенно, а может быть результатом напряженного ожидания.

1. Схема ролей.

При определении идентичностей, участвующих в действии, структурный и транзакционный анализ выделяют Эго-состояния, а сценарный анализ и анализ игр выделяют роли. Обычно можно понять, какую роль в сценарии выбрал для себя человек, отследив, например, с помощью каких слов он идентифицирует свою одежду (майка-алкоголичка). Таким образом, задавая прямые вопросы и выясняя слова-идентификаторы, можно установить, какую роль человек отыгрывает по жизни.

Человек, «живущий в сказке», обычно имеет весьма упрощенное представление об окружающем мире, в котором он может отыгрывать всего несколько сюжетных ролей. Выяснив любимую сказку клиента, терапевт может выписать имена основных персонажей по кругу, после чего подогнать под эту схему жизненные роли, выбираемые человеком. Реже работа проводится в обратном порядке, и тогда под озвученные клиентом роли подбирается классический сюжет. Наглядность и образность подобной работы имеет весьма полезное сходство с процессом анализа игр.

Стрелки на схеме показывают не последовательность, в которой происходит переход между ролями, а факт их чередования и равноценности: человек может в один момент отыгрывать одну роль, а в другой — другую, а также наблюдать, как другие люди, в том числе терапевт, отыгрывают свои. Некоторые люди могут демонстрировать присущие разным ролям характерные черты и проявления одновременно, как, например, в случае с Красной Шапочкой (см. далее), которая периодически выглядела, как бабушка, но разгуливала «по лесу», как лесничий. Вероятно, для Красной Шапочки старение означает сначала становление собственной матерью, а затем собственной бабушкой. Правило равноценности действует так же, как и в анализе игр, где в то или иное время человек изображает одну из сторон своей личности в собственной игре, и так же, как в анализе снов, когда «каждый человек во сне является частью того, кто смотрит сон». Лечение нельзя назвать завершенным, пока позиция человека в каждой из его ролей не проанализирована до конца.



2. Драматический треугольник.

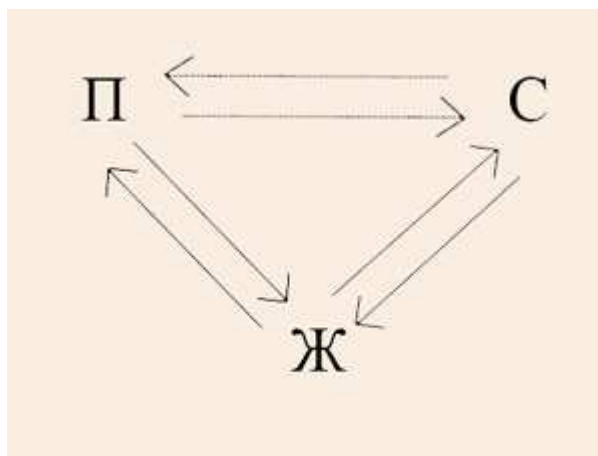
Для анализа эмоциональных превращений, которые происходят во время смены ролей, важны только три позиции. Они, в отличие от ролевых идентичностей, о которых шла речь выше, называются Преследователь, Спаситель и Жертва (П, С и Ж на схеме). Та самая «драма» начинается в тот момент, когда роли проявляются в ходе коммуникации или когда ее участники ожидают их появления. Этот процесс проиллюстрирован изменением направления стрелок в диаграмме. Далее я буду приводить примеры из известных сказок, демонстрируя, как эту схему можно применять.

А) В сказке про Крысолова главный герой сначала является Спасителем города и Преследователем крыс, затем становится Жертвой обмана мэра-Преследователя (который отказывается вознаградить героя), и, чтобы отомстить, сам превращается в Преследователя детей города. Мэр превращается из Жертвы (крыс) в Спасителя (когда нанимает Крысолова), в Преследователя (когда не выплачивает вознаграждение) и в Жертву (когда исчезает его ребенок). Дети превращаются из Преследуемых (крысами) Жертв в Спасенных Жертв, а затем в Жертв, Преследуемых их же Спасителем (с усиленным контрастом). (Здесь автор упоминает о малоизвестной в русской культуре сказке германского происхождения. История происходит в городе, который затопило крысиное нашествие. Чтобы избавиться от животных, мэр города нанимает Крысолова, обладающего необыкновенным умением подчинять себе крыс с помощью дудочки. Однако, когда Крысолов выманивает грызунов из города и топит в реке, мэр отказывается давать герою обещанную награду. Тогда разгневанный Крысолов с помощью волшебной дудочки выманивает из города всех детей, которые больше никогда не возвращаются домой. — Прим. перев.).

Б) В сказке про Красную Шапочку главная героиня сначала является Спасителем (обеспечивает бабушку едой и вниманием) — Спаситель Жертвы (С→Ж). После смены ролей она становится Жертвой для волка-Преследователя (П→Ж), а волк, в свою очередь, неожиданно становится Жертвой дровосека-Преследователя (П→Ж), который в этот момент отыгрывает две роли одновременно, спасая и Красную Шапочку, и Бабушку (С→ЖЖ). В одной из версий сказки Красная Шапочка отыгрывает все три роли треугольника, в т.ч. становится Преследователем, когда вместе с дровосеком набивает волку живот камнями. Бабушка переключается между ролям так: Ж ← С, Ж ← П, Ж → С; роли волка: Ж → С, П → Ж, Ж ← П (направления стрелок показывают начинающего действие, а буквы — позицию участника в треугольнике).

В) В сказке про Золушку главная героиня превращается из Жертвы, преследуемой двумя Преследователями (мачехой и сестрами), в Жертву с тремя Спасителями (крестная фея, мыши, принц), затем в Жертву, которую снова преследуют (после того, как часы бьют полночь), и в Жертву, которую снова спасают. Количество ролей, которые она отыгрывает, можно вычислить приблизительным количественным анализом: Жпп → Жссс → Жпп → Жс = итого 8.

Такие переходы по ролям можно сравнить с транзактными играми, но с тем отличием, что здесь происходит большее количество событий, а в пределах одного события — большее количество превращений, и один человек может играть сразу две или три роли. В транзактном анализе все обстоит проще, потому что в исследуемых играх присутствует всего один основной переход, т.е. во фразе «Я всего лишь хочу помочь тебе» переход по ролям драматического треугольника осуществляется только в одном направлении (против часовой стрелки): Жертва становится Преследователем, а Спаситель становится новой Жертвой.



3. Схема положений.

А. Переход по ролям.

Схема положений сводит перемещения в пространстве к главной оси «Близко» – «Далеко», по которой могут происходить перемещения. В рамках обеих ее направлений можно выделить дополнительные сегменты: закрытое пространство – открытое пространство, общественное пространство – личное пространство. Здесь игра заключается в переходах между положениями в пространстве. Она усиливается масштабом сценария (дом превращается в дворец, Грозовой перевал — в Китай, палисадник — в страну Оз) и скоростью сценария (приключения Пиноккио, Улиса, и т.д.). Чтобы усилить осознание клиентом контраста между ролями, можно, помимо подчеркивания степени позиционных переходов, использовать анализ многих других факторов, например, времени суток или года, температуры, громкости звуков, освещенности, величин и размеров, неосознанных символов и т.п. Погода и окружающий ландшафт играют большую роль в исторических романах, где при описании изменений в персонажах параллельно используется описание изменений в их окружении.

Цифры на схеме относятся к примерам из сказок и реальной жизни.

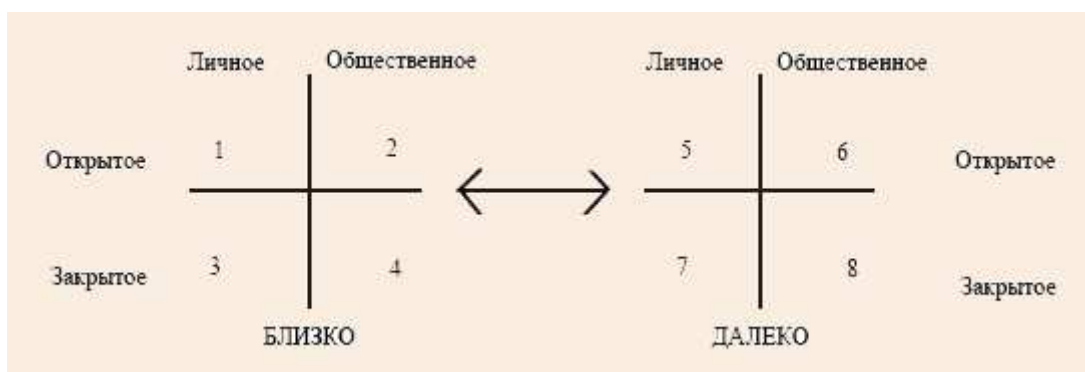


Схема положений.

- 1) Полянка в лесу, пруд, палисадник, крыша дома, открытая коляска
- 2) Рынок, игровая площадка, уличный парад, бассейн, стадион, автострада.
- 3) Пруд, печь, нора, спальня, приемный кабинет, мозг.
- 4) Таверна, театр, свидетельская трибуна, родильный стол, конференц-зал, лифты, раздевалки, супермаркет, казино, больницы.
- 5) Летающий ковер, вершина холма, волшебный сад, млечный путь, тундра, небо, пустыня, прерия, тихий пляж, тропа для сафари.
- 6) Сказочные королевства, корабли, горнолыжный курорт, поле боя, летние пляжи, европейские города, Тимбукту, Рай.
- 7) Пещера, грот, пряничный домик, брюхо кита, башня замка, космическая станция, египетская гробница, иглу, водолазный колокол, подземные ходы, шкатулка.
- 8) Страна Чудес, замки, гостиница, исправительная колония, невольничий квартал, бараки, кабаре, соборы.

Если представить путешествие между двумя из вышеперечисленных локаций, в нем можно будет выделить игру положений. Для более качественного анализа можно наложить первичную схему положений на любой из восьми ее сегментов. Например, можно оказаться закрытым в открытом пространстве (телефонная будка, ракета и т.п.) или в пространстве, являющимся одновременно и личным, и общественным (свадебная часовня, уборная и т.п.).

Б. Структурирование пространства.

В терапии схему положений можно применять для того, чтобы продемонстрировать клиенту изменения, которые происходят с ним по мере смены его местоположения, а иногда — чтобы сравнить их с изменениями, происходящими у других людей. Может оказаться полезным показать клиенту паттерны его собственных перемещений в пространстве и продемонстрировать их связь с паттернами его жизненного сценария. Во многих классических историях присутствуют паттерны Одиссеи, которые подразумевают большое количество перемещений и переездов, в то время как в других сюжетах герои долго спят вместо того, чтобы путешествовать, как было в случае со Спящей Красавицей и Рип Ван Винклем. Например, паттерн путешествий в сказке: дом – лес – полянка в далеком лесу – пряничный домик можно изобразить, построив схему по следующим сегментам: 3 – 1 – 5 – 7.

Структурирование пространства можно применять так же, как структурирование времени. Оно наглядно демонстрирует восемь возможных выборов и показывает, в какой области человек находится в данный момент и где любит проводить время. Для выявления сценарного паттерна можно заранее определить местоположение чьего-либо трагического финала на схеме и, таким образом, избежать «сценарного путешествия». Одна пациентка осознала, что ее алкоголизм происходит из страха оказаться одной (в личной, закрытой квартире), и изменила ситуацию, подселив к себе соседку по комнате.

Изменения в жизненном пространстве могут привести к «марафону» или «временному облегчению» в образе жизни. Важные жизненные решения принимаются при входе в новую сценарную локацию, например, при поступлении на новую работу, переезде, поездке в отпуск или начале терапии. Также эти изменения могут привести к сепарационной тревоге или стрессу во время переездов, которые часто обладают большой сценарной значимостью.

Интерпретации психических образов и уточнения составляющих реальности, в которой психологически «живет» человек, долгое время были частью терапевтических техник транзакционного анализа. Люди

всюду носят за собой свои сценарные пространства, что приводит к таким последствиям, как, например, сердечные разговоры в конференц-зале, общественные лекции в спальне, туалетные разговоры на родительском собрании и коммунальные беседы на школьном балу. Родительские предписания могут вызвать наложение положений, например: «Никогда не выходи из дома» или «Будь в двух местах одновременно». Выяснилось, например, что один мужчина, который был приветлив и доброжелателен в своем кабинете, но в коридорах становился холодным и отчужденным, вырос в однокомнатной квартире вместе с матерью, и коридоры являлись для него необитаемыми территориями, пока по жизни он перемещался от одной теплой комнаты к другой.

4. Выбор ребенка.

Воздействие, которое оказывают на детей мифы, сказки и классические истории, зависит от семьи и от культуры, где они воспитываются. Культурное различие состоит не только в том, как происходит естественный отбор популярных историй, пересказываемых и перепечатываемых для того, чтобы на их почве создавались новые, но и в различных вариантах уже хорошо известных сюжетов. У сказок про Золушку и Красную Шапочку, например, есть, наверное, шесть различных неофициальных вариантов концовок. Мать может выбирать, какую историю она будет рассказывать: счастливую, грустную, жестокую, вымышленную и т.д. На этот выбор оказывают влияние такие факторы, как возраст матери, ее семейное положение и ее личные предпочтения. Сказки проходят через поколения в большей степени такими, какими их хочет рассказывать мать, а не такими, какими их хочет слышать ребенок. В частности, многие сказки, рассказанные с целью «избавиться от докучливого ребенка на некоторое время», по сути, являются терапевтическим средством для матери и ее коммуникативным актом с ребенком. Таким образом, мать читает сказку интуитивно, создавая у ребенка сценарий, в котором он становится «внимательной любопытной Варварой» и не принимает активного участия в процессе выбора сюжета.

Иногда, если человек не может вспомнить свою любимую сказку, ему просто стоит спросить об этом у своей матери, которая помнит наверняка.

Сценарная матрица была использована для того, чтобы выявить сформированные родительские разрешающие и запрещающие установки. Во время рассказывания сказки происходит множество транзакций, формирующих жизненный сценарий. Легкий толчок локтем или поощрительная улыбка матери могут означать «Это ты» и, таким образом, включить в сценарную матрицу «Не думай. Будь Золушкой». Дух игры создает негласную договоренность, типа «Давай притворимся, как будто бы», между матерью и ребенком, при этом у последнего могут формироваться такие стратегии «недумания», как: «Не замечай второстепенных игроков», «Не думай о концовках (последствиях)» и «Делай это снова и снова». Сказка особенно эффективна и «захватывает», если отражает «семейный миф» вокруг ребенка и создает продолжительный временной сценарий, в котором реализуются родительские запреты.

Пример из жизни.

Случается, что мать и ребенок не улавливают мораль истории, и тогда второстепенные персонажи могут показаться им более привлекательными, нежели главный герой или героиня. В примере, который можно назвать «Встреча Золушки и Красной шапочки», представленной на семинарах анализа транзактных игр в Сан-Франциско, мать распределила трех своих детей по ролям в «семейной сказке». Эта история представляет собой хороший пример того, как последовательность, в которой рождались братья и сестры, и путь, которым формировалось их личностное своеобразие, соответствуют порядку появления персонажей в сказке про Золушку. Старшая сестра — сводная сестра из сказки про Золушку и паршивая овца в семействе — не получила разрешения родителей быть привлекательной. Она вымещала свою злость по этому поводу на младшей сестре, позже стала нагружать делами подчиненных-Золушек на работе, а потом поступала так и со своей собственной дочерью, оставшейся после брака и развода. Вторым ребенком была Золушка, в детстве обделенная вниманием и заброшенная, обращенная в религию (крестная мать фея). Ей от рождения было позволено быть симпатичной и впоследствии удачно выйти замуж. Третьим ребенком был сын — эдакий очаровательный принц, который вечно ждал «свою Золушку», но в романах которого всегда происходило что-то непредвиденное (полуночное «динамо» в покоях

замка). Он пришел на терапию, потому что так и не смог жить «долго и счастливо».

Его девушка — главная героиня из сказки про Красную шапочку — тоже пришла на терапию. В детстве папа наставлял ее: «Нужно учиться на собственном опыте» и «Делай, как я делаю, а не как говорю», а также рассказывал замечательные подробности своих жутковатых «лесничих» походов в годы его службы в отряде полиции по борьбе с преступностью в Лос-Анджелесе. По ночам она выбиралась из дома и невинно прогуливалась по «лесу» в Сан-Франциско где-нибудь в районе Тендерлоин или Норт Бич, где ей ни разу не причиняли вреда (*Эти районы считаются самыми опасными в городе из-за высокого уровня преступности и наркомании. — Прим. перев.*). Однажды она встретила жизнерадостного «я-жду-свою-Золушку» принца, но, тем не менее, продолжала кричать: «Волк!» — призывая персонажа из своей сказки. Он, в свою очередь, снова воспринимал это в качестве чего-то «непредвиденного», как происходило всегда с его романами. Так продолжалось до тех пор, пока он не спас ее от явившихся на зов «волков» Норт Бича, которые уговаривали ее стать девушкой по вызову (заняться проституцией), после чего она влюбилась в него, как в долгожданного «Дровосека» из своего сценария, и перестала играть в «дурочку». Но для него она уже не была той единственной Золушкой, потому что он не полюбил ее с первого взгляда.