



БИОГРАФИИ И СЦЕНАРИИ

Шустов Д.И., PhD, TSTA

Визитной карточкой конгресса является изображение трех Рязанских святых. И это по-своему иллюстрирует тему «Биографии и сценарии», как если бы биография отражала некую всеми признанную, осознанную последовательность жизненного пути человека, а сценарий – «подводную» его часть. Так, в центре – святой князь Роман Рязанский, воспитанный под Монгольским игом на рассказах о героической смерти своих предков Будучи призван в Орду сознательно принял мученическую смерть, не изменив Вере, так что биографическое описание жизненного пути здесь соответствовало раннему сценарному решению. Слева от Романа – святой князь Олег Рязанский прожил долгую, полную интриг жизнь, расцененную светским историографом Н.М. Карамзиным жизнью «предателя» (не участвовал в Куликовской битве, и формально был союзником монгольского хана Мамай), а Церковью признанный святым, как попечитель и защитник своего Рязанского народа. Кажется, что князь Олег является обладателем двух противоположных по знаку биографий, где внутренние его мотивации и сценарные решения могли бы объяснить эту биографическую двойственность (Олегу с самого раннего детства приходилось больше опасаться родственников, чем иноземцев). И последний герой, справа от Романа – святой Василий Рязанский. Его биография заурядного Муромского епископа однажды была «подмочена» подозрением большинства горожан, что, де, Василий держит у себя на ложе девицу и, более того, горожане ту девицу узрели, так что Василий, убегая от их гнева, бросил на воду свою мантию и встал на нее, и поплыл против течения Оки из Мурома в Рязань (Илловыйский Д.И., 2009; Говоров А.Ф., 2010). Возможно, чудесной биография Василия должна была стать, чтобы «пересилить» особенности однажды прорвавшегося наружу сценария?

Социально-исторические исследования биографий людей

Необходимость биографических исследований в социологии связана со слабым пониманием сущности человека в соединении с силами истории, общества и культуры. Биографический метод применяется для изучения типичной среднестатистической жизни человека, установок людей, достигших успеха, и субкультур (Беспалова Ю.М., 2002) и, конечно, роли личности в истории. Несмотря на утверждения о малой предсказуемости жизненных событий, говорится и об их жесткой детерминации социо-культуральными матрицами – типичными «событийными сценариями», из которых слагаются «биографические схемы» и «модели жизни» (Козлова Н.Н., 2004). Модели жизни образуют внутреннее строение любой культуры и осознаются человеком с раннего детства. Человек начинает «понимать себя и другого (других), как полюса обустроенного веками, культурно обеспеченного, надежного символического пространства, в котором каждому открыты многообразные, но перспективно размеченные возможности, где можно безопасно делать многое, но где каждому принадлежит и привилегия экспериментирования, импровизации, творчества и открытия. Здесь всегда можно «получить по заслугам», но и добиться новых заслуг, уважения, восхищения, или уж



во всяком случае, сохранения достоинства и удовлетворения» (Голофаст В. цит. по Беспалова Ю.М., 2002).

Однако, социально - исторический контекст, заключенный в биографии отдельного человека, отнюдь не объясняет скрытые течения разворачивающейся биографии. Сошлемся на пример Льва Толстого – титана и гения, по словам В.И.Ленина (1908) - «зеркала русской революции», то есть, субъекта, «рассмотренного» в социально-историческом ракурсе еще при жизни. Толстой завещал похоронить его в лесу Ясной Поляны – не на кладбище у церкви, и вне семейной усыпальницы - там, где когда-то его собственный литературный персонаж и прототип Николенька из романа «Детство» захоронил волшебную «зеленую палочку» с секретом всемирного счастья. Так и случилось. Его одинокая могила, без креста, убранная еловыми ветками, производит странное впечатление. И не покидает мысль, неужели нужно было выстроить свою жизнь так, чтобы в конце ее «рассориться» и с церковью, и с семьей, и быть похороненным без креста, в одиночестве, в овраге, в соответствии с инфантильным решением? Можно ли игнорировать столь мощную тему его жизни, которую он с титаническим упорством претворял в жизнь, а между делом писал «Войну и мир»? Неужели идентичность Великого Писателя и Философа служила своеобразной ширмой, за которой у штурвала его жизни прятался маленький и упорный Мальчик, заколдованный «волшебной палочкой»?

Изучение соотношения биографии как последовательного разворачивания жизненных событий во времени и невидимого, скрытого, доступного психологическому пониманию сценарного пласта позволит приблизиться к особенностям проявления индивидуального во внешнем социальном контексте. Так, некий исследователь мог бы использовать биографию маньяка Чикатилло, если бы тот не был изобличен, в качестве иллюстрации добропорядочной семейной жизни одного из «молчащих»¹ - людей, не оставляющих после себя свидетельств, кроме корешков от квитанций и ритуальных поздравительных открыток (Козлова Н.Н., Сандомирская И.И., 1996).

Личностный же контекст также приглашает выделять в биографии подготовительную фазу (начальный период жизни, где закладываются основы личности и учитываются наследственность, влияние семьи, школы, социума и природы), пассионарную фазу, связанную с осуществлением человеком основной цели в его жизни и ее общественную оценку (оценочная реакция общественного мнения, положительная или отрицательная, представляет кульминацию жизни персонажа), а также редуцированную фазу, характеризующуюся спадом творческой активности (Беспалова Ю.М., 2002). Понятно, что пассионарная фаза и общественное мнение формируют биографическую «правду» о личности для последующих поколений и, вместе с тем, подготовительная фаза, где закладывается сценарий, несет иногда противоположную «правде» истину. Например, Миклухо-Маклай – известный путешественник и гуманист, сменил специальность анатома и зоолога на этнографа. Имея за

¹ В компьютерную эру, благодаря «фэйсбуку» и «одноклассникам», «молчащие» получили доступ для проявления своего бессознательного.



душой лишь несколько статей об акулах и губках, он провозгласил, что собирается изучить «папуасскую» расу. И все ради того, чтобы в отдаленной от Европы стране утолять свою педофильную страсть (Шувалов А.В., 2004)?

С позиций социально-исторической парадигмы биографии разделяют на «дедуктивные» и «индуктивные» (Сильницкий Г.Г., 2000). Первые определяются установкой на реализацию главной жизненной цели («одной лишь думы власть»), вторые – характеризуются поэтапным, постепенным формированием основной целевой установки субъекта, сравнительно позже нашедшего свою «итоговую идею». Недостаточность концепции одной «итоговой идеи», что было показано выше, компенсируется ее интегративным характером – как если бы человек воспринимался из глубины веков либо в белом свете, интегрирующем в себе все цвета радуги, либо в черном, поглотившим в себе все разнообразие цветов и оттенков.

Психологические исследования биографий и жизненного пути

Исследованием «психологии жизненного пути» занимаются психологи, использующие психобиографический метод (Buhler Ch., 1962; Ананьев Б.Г., 1968; Логинова Н.А., 2001) – то есть, учитывающие природный онтогенез и социально-исторический жизненный путь личности; а также психоаналитически ориентированные психологи, использующие оригинальные проективные методики и теорию, как Людвиг Сцонди (Szondi L., 1960) в анализе судьбы²; или особенные неосознаваемые конструкции в изложении автобиографического материала, как представители нарративной психотерапии (Luborsky L., Crits-Christoph P., 1991; White M., 2007; Калмыкова Е.С., Мергенталер Э., 1998); эклектический нейропсихологический подход к автобиографической памяти (Cozolino L., 2006; Stuthridge J., 2010) или психотерапевтическую философию, как Эрик Берн (Berne E., 1972) и Клод Штайнер (Steiner C., 1974).

Биографический метод исследования жизненного пути

Основателем метода по праву считается Шарлота Бюлер, которая описала пять фаз жизненного пути и «стремление к самоосуществлению» как главную силу психического развития, которое может завершиться раньше биологической смерти. Современные последователи Бюлер считают, что о биографии можно говорить, когда человек имеет развитое самосознание, чтобы определять свою судьбу. Судьба или жизнь личности определяется двумя взаимосвязанными программами: социальной (см. выше) и личностной – жизненными планами и их реализацией самой личностью. Жизнь человека строится по замыслу, проекту, плану, в соответствии с пониманием ее смысла, и именно такой способ жизни соответствует наивысшему уровню субъективной самодетерминации. Такой способ жизни дается нелегко и требует усилий. Другой способ жизни – «нерефлексивный». При таком

² Сцонди понимал жизненный путь «как совокупность всех экзистенциальных возможностей человека, которая определяется факторами принуждения (наследственностью, инстинктивной природой, социальными и ментально-идеологическими факторами) и свободной судьбой (Я и духом)» (Szondi L. - цит. по Хут В., 2004).



способе жизни личностное развитие происходит как побочный продукт обыденной жизнедеятельности (Логинова Н.А., 2001).

Значительным вкладом в психологию представителями этой школы является изучение психологического времени личности, его субъективного восприятия –«психологического возраста», и «транспективы» (Ковалев В.И., 1979 - цит. по Логинова Н.А., 2001; Логинова И.О., 2001). Транспектива, будучи способностью автобиографического мышления к перемещению внутри психики, дает возможность предвидения будущего (перспектива), возвращения к прошлому (ретроспектива) и обзора настоящего (актуалспектива). Описываются и патологические изменения этих систем на этапе «переломных событий» жизненного пути, такие как феномен «туннельного видения» будущего, ослабления опережающего отражения, диффузии ответственности (Ральникова И.А., 2001). Психокоррекционные методики представителей этого направления способствуют осознанию ценности жизни, стимулированию процессов самосознания, биографического мышления, памяти и рефлексии, где «рассуждение о самом себе» образуют специфическую картину внутренней жизни и понимание внутренней природы самореализации (Ильичева И.М., 2003). Биографический и автобиографический тренинги, затрагивая экзистенциальные вопросы судьбы и смерти, вносят экспрессивный, эмоциональный потенциал, необходимый для изменения.

Концепция автобиографического нарратива

Эта концепция в контексте транзакционного анализа достаточно полно отражена в публикации Марии Терезы Тоси (Tosi M.T., 2010), переведенной на русский язык и украшающей данный сборник. Я в свою очередь позволю себе остановиться на некоторых моментах этой теории, важных для последующего изложения и формирования целостного взгляда на проблему.

Под нарративом понимают особое свойства биографическое (автобиографическое) повествование, рассказ, структура которого отражает жизненный опыт человека, а жизненные события связываются в упорядоченную последовательность при помощи сюжета. Нарратив отвечает двум семантическим критериям: во-первых, представленностью в рамках рассказываемой истории временной последовательности событий, включающей какие-либо действия рассказчика, ментальные или физические, которые ведут к некоему изменению его собственного состояния или состояния его окружения (ситуации, других действующих лиц) – такие действия могут принимать форму «осложнения и разрешения» или «нарушения плана»; во-вторых, должно быть отчетливое и конкретное указание на место и время действия, а также на действующих лиц (Калмыкова Е.С., Мергенталер Э., 1989). Автобиографические нарративы определяют идентичность человека, но могут быть и заимствованы из доминирующей культуры (White M., 2007). В ходе нарративной психотерапии, когда человек приходит к убеждению, что он активно участвует в реализации историй, которые он находит бесполезными, неудовлетворительными или бесперспективными, нарративы могут быть изменены путем выявления других, ранее не помещенных в историю событий (Фридман Д., Комбс Д., 2001). Уайт (White M., 2007) использовал в психотерапии свою идею «уникального



эпизода» или человеческого опыта, не включенного в его автобиографический нарратив, но возможно более предпочтительного, который может быть осознан в проблемном настоящем и претворен в будущем. Речь идет об автономном выборе, не навязанным семейной историей и доминирующей культурой.

Отметим, что и нарративы, и уникальные эпизоды выявляются в процессе рассказа (или написания) автобиографического сюжета.

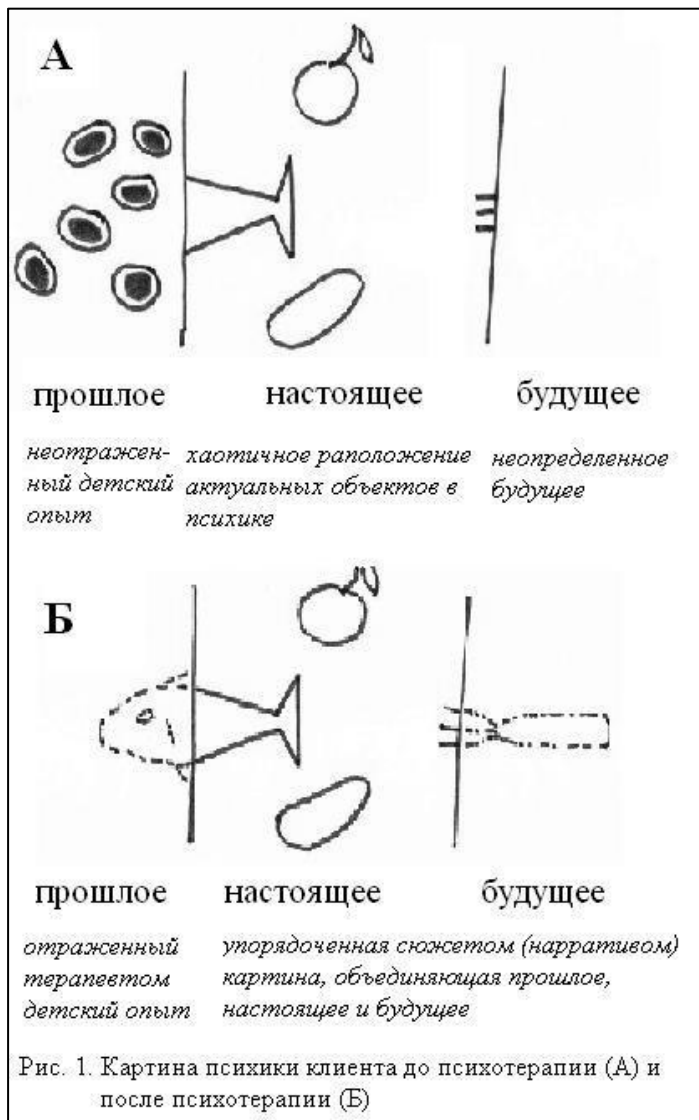
В ходе рассказа о своем прошлом опыте могут быть замечены повторяющиеся сюжеты, которые характеризуют привычный для рассказчика способ взаимодействия с другими людьми. Данные сюжеты были проанализированы и была установлена их трансферентная природа. Автор психоаналитического подхода к анализу автобиографического нарратива – Лестер Люборски (Luborsky L., Crits-Christoph P., 1991; Люборски Л., Люборски Э., 1996) предлагает метод определения центральной конфликтной темы, которая может быть применена для идентификации неполно-осознаваемых конфликтов, для фокусировки интерпретации переноса в ходе психоанализа.

Из работ Люборски следует еще один важный тезис о том, что улучшение состояния пациента коррелирует с более позитивными изменениями субъективных репрезентаций Другого и ответов на них Собственного Я. Иначе говоря, в ходе рассказов о себе самом и взаимодействии с другими людьми из прошлого, возможно модифицировать интроецированные в глубину психики фигуры и собственные реакции на них так, что возрастает связность повествования, а отказ от конфликтных поведенческих стереотипов открывает возможность для создания новых значимых отношений. Значимость коррекции автобиографического нарратива подтверждается и известными фактами настойчивости и упорства с какими известные люди писали и переписывали свои биографии: писатель Набоков трижды переписывал свою автобиографию, а хирург Пирогов писал ее на смертном одре и, предчувствуя смерть, досадовал, что дошел в своих описаниях только до середины прожитой жизни.

Повышение связности (когерентности) автобиографического повествования улучшает психическое функционирование (Cozolino L., 2006; Stuthridge J., 2010). Авторы останавливаются на процессе ментализации - или заполнении «русла» реки психики собственным психическим содержанием. Ментализация происходит через отражение матерью опыта ребенка таким образом, что ребенок принимает отраженный опыт как часть собственного Я и русло реки наполняется отраженными образами и событиями. Процесс отражения несовершенен. И если несовершенство выражено незначительно (первый вариант), то ребенок заполняет или «придумывает» (фантазирует) связи между отраженным опытом в виде «правдоподобных» историй (часть их он берет из сказок), которые, интегрируясь с действительными событиями, становятся фактами автобиографии невротика, зачастую, подразумевающими «сказочный» финал. При втором варианте, отражение страдает более существенно, так что связность автобиографического повествования восстанавливается путем инкорпорации родительского опыта так, что ребенок принимает опыт родителя за свой собственный. При этом страдает его идентичность и ему трудно понять «где кончается Мама,



и начинается Он». Человек становится в большей степени носителем семейного биографического опыта, порой мало-осознанного или бессознательного, нежели опыта собственной идентичности. Формируется пограничная личность. И третий вариант, когда отражение либо не осуществляется, либо грубо искажается. Русло психики наполняется содержанием, не связанным между собой, хаотично расположенным. Сложно вести речь об



автобиографической идентичности, а повествование становится галлюцинаторно-бредовым по содержанию и разорванным³ по форме. Считается, что мозг использует повествование для интеграции нейронов в областях, ответственных за автобиографическую память (префронтальная кора, средняя извилина височной доли и гиппокамп) (Kandel E.R., 1999), так что формальная связность рассказа является функцией такой интеграции (Cozolino L., 2006). Опытный слушатель или психотерапевт, эмпатически выслушивая рассказы пациента, способны отражать его не востребуемый детский опыт, интерпретировать фантазии и способствовать осознанию бессознательного семейного опыта, тем самым повышая связность его автобиографического повествования и способствуя улучшению функционирования (рис.1). Важно, чтобы психотерапевт сам был обладателем когерентного автобиографического повествования.

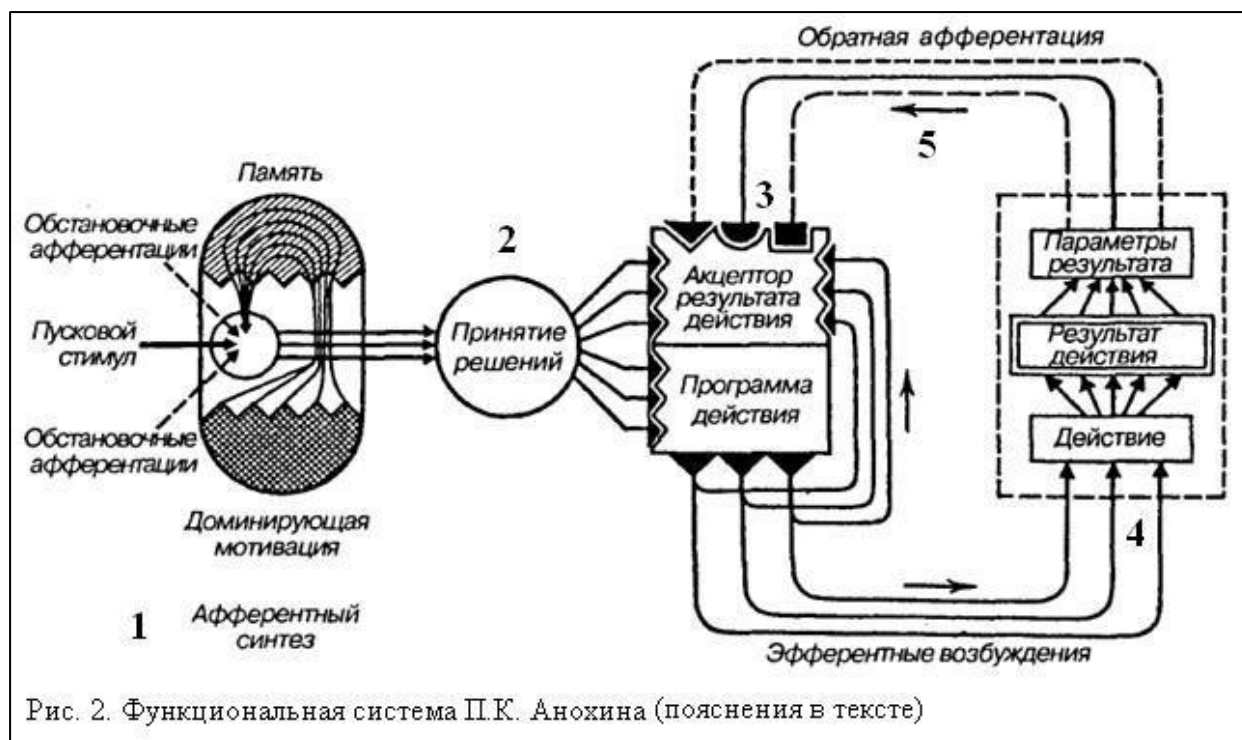
Концепция опережающего отражения и предвидения будущего

Впервые концепцию опережающего отражения в деятельности мозга ввел в психофизиологию ученик И.П.Павлова академик П.К. Анохин (1962), развивая концепцию «рефлекса цели» своего учителя. Анохин экспериментально доказал наличие в основе любого поведенческого акта «функциональной системы» (рис.2), состоящей из области (1) афферентного синтеза, включающей различную информацию, в том числе и доминирующую мотивацию, (2) блока

³ Разорванность – формальное расстройство мышления у психотиков, когда отсутствие логики и смысла оформлено в грамматически правильно построенное предложение, например: «Зимой холодно, а синяя книга лежит на столе».



принятия решения и формирование цели, (3) блока создания эфферентной программы и акцептора результатов действия (АРД), (4) действия, (5) обратной афферентации о результатах действия и ее сличение с АРД.



Соответствие результатов действия и параметров АРД сигнализирует о завершении поведенческого акта, а рассогласование результатов действия и АРД может привести после ряда неудачных «повторов» к формированию нового блока афферентного синтеза, принятию нового решения, и новому действию. Фактически АРД, располагаясь на вставочных нейронах различных отделов головного мозга (Судаков К.В., 2011), используя механизмы памяти, является идеальным опережающим «протообразом» любого результата действия животных и человека. П.К. Анохин (1968) так описывал динамику формирования АРД: «Как только принимается решение о каком-либо действии и как только возбуждение выходит на эфферентные ⁴ пути, то уже в этот самый момент коллатеральные возбуждения, распространяясь по самым различным отделам мозга, создают в масштабе целой коры многочисленные циклические возбуждения, отражающие посланную на периферию команду и воспроизводящие опыт прошлых результатов в форме акцептора действия. Следовательно, в момент начала действия в соответствии с принятым решением уже весь мозг, и особенно, конечно, кора головного мозга, представляют модель будущих результатов – акцептор действия. Эта модель осуществит в дальнейшем прием обратной афферентации от полученных результатов, произведет сопоставление этой информации о реальных результатах

⁴ Эфферентные пути – нервные пути к исполнительным органам. Афферентные пути – нервные пути от рецепторов (висцеральных, зрительных, слуховых и проч.) в соответствующую, интегрирующую сенсорную информацию зону мозга.



с предсказанной (или прогнозированной) моделью этих результатов» (Анохин П.К., 1968, с. 563-564).

Сложные поведенческие системы и, собственно, система жизненного пути, представляет собой доминирующую функциональную систему, подчиняющую себе ряд субдоминирующих систем. Взаимоотношения функциональных систем в организме строятся на основе иерархии результатов их деятельности (Судаков К.В., 2011). Если брать за основу точку зрения Фрейда, что «целью всякой жизни является смерть» (Фрейд З., 1994), то следует ли считать смерть полезным и иерархически высшим приспособительным результатом? На традиционных Павловских беседах (Рязань, 2012) академик РАМН К.В. Судаков, обсуждая наш доклад «Жизненный сценарий в свете теории функциональных систем П.К.Анохина» (Шустов Д.И. и соавт., 2013), согласился, что понятие «полезного приспособительного результата» в сфере субъективного имеет различные, зачастую полярные, нюансировки, где, действительно, смерть может быть представленной в блоке АД, то есть быть «запланированной». Систему субъективного «Я» и свойства АД, развертывающихся на главных стратегических направлениях жизни личности, пытался соотнести еще в 1978 г. В.Ф.Сержантов. Он пришел к выводу, что логика смысла и основных стратегий жизни должны содержать представления (и программу АД), в том числе, и о процессе завершения жизни – уникальном, как многое в человеческом измерении, процессе, вплоть до универсального момента темноты и исчезновения сознания.

Одной из немногочисленных возможностей доказательств «загадки предвиденной смерти»⁵ является анализ автобиографий или автобиографических высказываний, опубликованных или рассказанных до смерти, и содержащих приблизительно точные предвосхищающие обстоятельства будущей смерти. Примеров достаточно. Поэт Андрей Белый, который умер от последствий солнечного удара, предсказал свою смерть в одном из ранних стихотворений: «Золотому блеску верил,/ А умер от солнечных стрел./Думой века измерил,/ А жизнь прожить не сумел.» Предсказывали собственную смерть и отчасти ее обстоятельства (способ, время) поэты Лермонтов, Высоцкий, Гумилев, Хармс, общественные деятели Индира Ганди, Линкольн и др. Жизнь и судьба художницы Марии Башкирцевой, рано умершей от туберкулеза, чьи дневники зачитывались девушки многих поколений дореволюционной России, приглашают к размышлению, что может быть те, кто предчувствует свою скорую смерть склонны к написанию автобиографических повестей и изданию дневников?

Вместе с тем, существует подавляющее большинство примеров, когда смерть была неожиданной, либо умирающий так и не смог преодолеть детскую «иллюзию бессмертия», основанную на защитном отрицании смерти.

Думается, что АД завершения жизни как компонент функциональной системы жизненного пути может включать в себя и вполне рациональные моменты, как то особенности отношения человека к факту своей смертности и влияние этого отношения на планирование и

⁵ Название работы Александра Грина. Кстати, за несколько дней до смерти из Ленинграда ему прислали авторские экземпляры последней книги «Автобиографическая повесть».



осуществление им жизненного пути в более или менее определенном лимите времени (Логина Н.А., 2001). Планированию своего ухода и сознательному «перепланированию» возможных негативных моментов биографии, посвящено множество тренингов, таких как «Три года» Рейнуотер (1992), «Линия жизни» (Куницина В.Н. и соавт., 2001) и проч. Любая деятельность в этом направлении может быть учтенной в АД. Большое число людей, сознавая неизбежность смерти и особенности своего пути к ней, вносили разумные коррективы в поведение, отказываясь от неоправданного риска или антивитального образа жизни. Но еще большее число, зная о смерти, ничего не предпринимали, полагаясь на судьбу и наследственность, во многом определяющую продолжительность жизни.

Принципиальная перестройка АД и всей архитектоники функциональной системы жизненного пути возможны, (1) когда человек сталкивается с катастрофическими по своим масштабам событиями; (2) при состояниях «нравственного перелома», когда в результате переоценки пережитого, человек «сбрасывает с себя груз своей биографии» (Леонтьев А.Н., 1975, с. 221), (3) при специфически структурированных, интенсивных психотерапевтических сеансах (Михайлов С.Е., 2000; Goulding M., Goulding R., 1979).

Академик К.В. Судаков (2005, 2011) доказывал голографическую природу АД и говорил также о возможных связях между людьми с формированием общего АД, имеющим особую организацию, где отдельные особи со своим набором гомеостатических и поведенческих функциональных систем играют роль составляющих компонентов. Наверное, так поэт Николай Рубцов и поэтесса Людмила Дербина нашли друг друга, как жертва и убийца, как несостоявшиеся супруги. И он, и она предчувствовали (неосознанно планировали?) трагизм их связи, предчувствовали и ее конечный результат, открыто «говорили» об этом результате, указывая приблизительную дату. Но не могли свернуть с запланированного пути, подобно герою писателя- мистика П.Д.Успенского – Ивану Осокину, который получил возможность повторно прожить свою жизнь и, зная о ее трагедиях, не избежал ни одной из них (Berne E., 1972).

Николай Рубцов, предрекал: «Я умру в крещенские морозы». Он был задушен женой – поэтессой Л. Дербиной именно 19 января (в этот день они должны были зарегистрировать свой брак). Строки его жены, написанные задолго до смертельной ссоры, иллюстрируют голографическую структуру АД и его пространственную ориентацию: «О как тебя я ненавижу/И как безудержно люблю,/Что очень скоро (я предвижу)/Забавный номер отколю!» И далее: «Когда-нибудь в пылу азарта/Взовьюсь я ведьмой из трубы/И перепутаю все карты/Твоей блистательной судьбы». Это стихотворение фигурировало в качестве доказательства намеренности убийства на суде в Вологде. Уже после смерти поэта и 7 лет лагерей она написала: «...Но был безумец...мною увлеченный/Он видел бездну, знал, что погублю/И все ж шагнул светло и обреченно/С последним словом «Я тебя люблю».



Концепция жизненного пути в Транзакционном Анализе

Берн писал, что «человеческой судьбой управляют четыре ... силы: демоническое родительское программирование, подталкиваемое внутренним голосом, который древние называли Даймон; конструктивное родительское программирование, направляемое жадой жизни, у древних – Физис (Природа); внешние силы, до сих пор называемые Роком; и независимые стремления, для которых у древних не было названия, потому что у них это была в основном привилегия богов и царей. В результате взаимодействия этих сил образуются четыре типа жизненных путей (могут быть и смешанные), приводящих к тому или иному типу окончательной судьбы: сценарной, контрсценарной, принудительной и независимой» (Berne E., 1972, p. 56). Но так или иначе, сценарный, контрсценарный и независимый (автономный) типы определяются ранним решением самого человека и, следовательно, либо могут быть осознанны и перерешены им в ходе психотерапии⁶, либо в ходе психотерапии могло быть получено новое разрешение не следовать первоначальному плану. Собственно, эти 2 возможности и составляют суть классической транзактно-аналитической терапии сценария жизни.

Остановимся подробнее на Берновской классификации жизненного пути.

Сценарный путь

Такой жизненный путь выбирает Маленький Профессор - рациональная часть психики ребенка еще до 6 летнего возраста. Маленький Профессор делает компромисс между предписаниями и разрешениями - требованиями биологических родителей, учитывая собственные потребности в выживании (получение пищи и крова), безопасности (формирование привязанности) и любви. Последние две потребности необходимы для личностного роста, а первая для физического роста. Предписания (негативные родительские послания) и разрешения (позитивные послания) чаще даются в невербальной форме. К предписаниям относятся послания: не живи, не будь собой, не думай, не чувствуй, не принадлежи, не будь здоров (физически и/или психически) и др. Соответственно, разрешения – это те же предписания без частицы «не». Родительские послания формируют сценарный каркас или, собственно, сценарий, который плохо доступен осознанию, но прекрасно выполняет функцию семейной лояльности, так что ребенок приспосабливается к семье, соответствуя бессознательным ожиданиям родителей, а за тем и к обществу. Разнообразие сценариев человека обусловлено различными ожиданиями матери и отца, способностью Маленького Профессора сделать самостоятельный и, подчас, неожиданный выбор. Материалом для выбора (то есть материалом, где содержатся малоосознанные послания родителей – предписания и разрешения) служат сказки, рассказы, истории, биографические нарративы, семейные мифы и легенды, подчас с непонятным и для взрослых смыслом, а еще раньше – аффективные вспышки родителей, условия рождения, ухода и кормления, приучения к туалету, физические прикосновения и нареченное имя (см. Флоренский П., 2009).

⁶ Берн (1972) писал: «...и психотерапевтам и театральным критикам ясно, что у Медеи было твердое намерение убить своих детей, пока кто-нибудь ее от этого не отговорит, и для них должно быть одинаково ясно, что если бы она на той неделе посетила лечебную группу, ничего подобного бы не случилось» (p.36)



Примерами неожиданного сценарного выбора могут стать противоположные по знаку судьбы двух однояйцевых близнецов, имеющих одинаковый генетический набор и условия ухода за ними до 6 лет: один стал киллером, другой – хирургом. Или ожидаемый выбор врача-эпидемиолога сделал ребенок из семьи, где дед был старьевщиком, отец – водителем мусоровоза, прожившие свои жизни у Везувия городской свалки. Классик ТА Фанита Инглиш рассказывала, что еще маленькой девочкой была восхищена Румынской цыганкой, которую ее мама наградила деньгами и сладостями за хорошее предсказание судьбы. «Я тоже так хочу,- решила я тогда.- И теперь всю жизнь занимаюсь этой работой!» (Прага, конференция ЕАТА, 2010).

Контрсценарный путь

Формируется большей частью в подростковом возрасте, как стереотип поведения, который бы позволял не выполнять опасные предписания (сценарий). Выстраивая контрсценарий, подросток подражает поведению родителей, опираясь на тот факт, что будучи послушным, ему удастся дожить до возраста родителей и чего-то добиться в жизни. Основные Родительские послания - вербальные, более-менее понятные, звучат в голове подростка как приказы и поучения. Выделяют 5 типичных контрсценарных программ под названием драйверного поведения. Они следующие: «Будь Совершенным (первым)» (поведение перфекциониста), «Будь Сильным» (не показывай свою слабость и чувства), «Старайся (работай, пробуй) (делай хоть что-нибудь, за что уж точно не нужно будет тебя наказывать и ругать), «Радуй Других» (угождай другим и не думай о своих потребностях), «Спешите» (не затягивай время, его все равно не хватит).

Из воспоминаний о летчике Чкалове: «Валерий Павлович заспешил в кабину самолета, и я на ходу только успел сказать, что надо бы лететь на «Нортоне», но он, не дослушав меня, стал подниматься по стремянке в кабину и, резко махнув рукой в ту сторону, где стояло все начальство, сказал: «А ну их...» - и, садясь в кабину, добавил: «Всё спешат». После падения Валерий Павлович жил еще два часа, и последними его словами были: «В случившемся прошу никого не винить. Виноват я сам» (Степанян В.Н., 2005)

Послания контрсценария могут «отменить» послания сценария или дать право человеку не действовать в соответствии со сценарными предписаниями. Иногда, в последние моменты жизни контрпредписания «не срабатывают» и открываются предписания, с которыми всю свою жизнь человек не искал встречи. Агния Барто – детская писательница, будучи помещенной в кардиореанимационное отделение, просила перевести ее в другую палату, где она могла бы работать. Венесуэльский поэт Рамос Сукре оставил перед суицидом записку: «Вся машина разладилась. Боюсь утратить желание работать». Мы могли бы спросить: «Ну и что? Что стоит за потерей возможности творчества и работы? Какие силы? Почему они требуют смерти?» И еще: «Чтобы не сойти с ума – я пишу»⁷ (А. Лозино-Лозинский, психически больной писатель) (Степанян В.Н., 2005).

⁷ Предписание – «Не будь психически здоровым!». Покрывающее это предписание контрпредписание звучит как «Работай!»



Независимый или Автономный путь.

То есть, свободный от сценария, путь. Берн вкладывал в понятие автономии способность к интимности, спонтанности и осознанию. «Автономность,- как следует из словаря ТА (2001),- способность жить, ориентируясь на вызовы реальности «здесь и сейчас», учитывая собственные потребности, желания и размышления о жизни, при этом не используя сценарных убеждений, неадекватных требований интроецированных Родительских фигур или других людей. Автономное поведение характеризуется осознанием своего Я, других и реальности, спонтанностью и способностью открыто выражать аутентичные чувства⁸ с готовностью к интимным (близким) взаимоотношениям в духе уважения» (Tilney Т., 2001, р.6).

Представив своих знакомых, трудно предположить, что их жизнь определяется программой, принятой ими в раннем детстве, или программой, принятой ими в подростковом возрасте, чтобы не выполнять программу раннего детства. Большинство из них самостоятельные люди, которые сознательно планируют свою жизнь (рождение детей, выбор профессии, растрачивание денег, праздники). Трудно упрекнуть их в отсутствии автономии, ведь в конечном счете, Павел Андреевич, мог бы сам выпивать водку не так часто, а кто усомнится, что расчетливая Маргарита Львовна «бессознательно» меняет третьего мужа? Действительно, если Павел Андреевич, вспомнив о своих безвременно умерших родственниках, откажется от водки, а Маргарита Львовна, вдруг, наконец, решит полюбить своего мужа и полюбит его, тогда в их жизнь ворвется элемент автономности и свободного выбора.

Насильственный путь

При насильственном пути внешние обстоятельства создают непреодолимое препятствие для проявления внутренних человеческих возможностей, например, длительное лишение свободы, рабство, наследственные, повреждающие деятельность мозга заболевания и проч. Но даже при насильственном пути, всегда оставалась возможность автономного поведения – побега или побега в самоубийство. Сошлемся на древнегреческие установления о том, что если купленный раб кончал с собой в течение 6 месяцев после заключения сделки, продавец был обязан вернуть покупателю полученные деньги (Чхартишвили Г.Ш., 1999).

С другой стороны, внешние обстоятельства, могут не быть насильственными, но для кого-то массовая культура может создать непробиваемый Чеховский «футляр», где не сможет проявиться не только внутренняя сценарная сущность человека, но и его врожденные стремления к «самосовершенствованию» и «личностному росту». Нечто подобное утверждал и философ-мистик Г.И. Гурджиев (1993). Он считал, что каждый человек имеет две отдельные части – сущность и личность. Под сущностью он понимал «я», наследственность, характер, природу человека, его реакции на других людей, то, что складывается в детстве. Под личностью – то, что человек получает извне, знания, умения, правила жизни. Личность может развиваться сколько угодно долго (на нее накладывают отпечаток воспитание, образование, информация, вся жизнь), она «как одежда, которую человек носит, искусственная маска», но

⁸ Аутентичные чувства в ТА – чувства, адекватные реальной ситуации, призванные помочь решить проблему. Их отличают от рэкетных или выученных под влиянием воспитания чувств, которые призваны поддерживать сценарный выбор, и, следовательно, выражение их поощряется родительскими фигурами.



в сущности человек остается тем, кем и был ранее. Иногда сущность растет параллельно личности. Сущность всегда знает, что она хочет, но человек не может это выразить и часто даже не подозревает о своем внутреннем Я. Чаще люди живут как личности. Человеку кажется, что он что-то из себя представляет. Однако он даже не подозревает, что все в нем – идеи, симпатии и антипатии, любовь и ненависть, привязанности и привычки, вкусы и желания – не его, а взяты напрокат. Неразвитая сущность ведет к странным парадоксам. Человек может быть великим ученым, артистом, но, одновременно, негодяем и подлецом по своей сути. Иногда сущность умирает, но как личность человек продолжает жить. Он выступает с речами, управляет людьми, пишет книги, но в сущности своей уже не существует. И таких людей, по утверждению Гурджиева, очень много. По его мнению, если бы люди знали, какое количество мертвецов управляет их жизнями, они сошли бы с ума от страха (Гурджиев Г.И., с. 22-25).

Смешанный путь

Нам представляется, что это наиболее частый путь, когда в одной биографии совмещаются и сценарный, и контрсценарный, и автономный, и насильственный пути. Другое дело, что возможно говорить о частоте встречаемости того или иного пути в течение одной жизни. Преобладание какого-либо одного пути, возможно, и характеризовало бы человека как «сценарного», «контрсценарного» или «автономного». Из клинической практики известно, что прорыв сценарного материала наблюдается в острых дистрессовых ситуациях, при ситуациях хронического стресса человек укрепляет свои защитные психологические механизмы, становясь «сильным», «совершенным» - то есть, проживает контрсценарную жизнь. И все же, проявления автономии и красоты всегда находится место даже в гуще самого мрачного или авантюрного (сценарного) жизненного пути (Александр Грин, Караваджо), или скучного – контрсценарного пути Канта или Андерсена.

Для того, чтобы понять сколько времени на протяжении жизни человек продвигает свой сценарий или защищается от него контрсценарием, или ведет автономный образ жизни, по-видимому, необходимо, чтобы психотерапевт, знакомый с теориями ТА и жизненного пути, находился с ним примерно с 14 лет (предположительно завершается работа по формированию контрскрипта) до смерти и регистрировал периоды времени, когда наблюдаемый проживал тот или иной способ. Это первая возможность. О другой возможности, наблюдения за сценарной судьбой человека в ограниченный срок писал Берн: «...в разбавленном виде сценарий может повторяться каждый год (рождественские депрессии на почве разочарования) в рамках полного жизненного сценария (неизбежное самоубийство из-за очень глубокого разочарования). Он может повторяться в сильно сжатой версии даже в течение месяца (менструальные депрессии)» (Berne E., 1972, р. 344). Третий вариант – это особым образом структурированный анализ автобиографий. И четвертый, это возможно подтверждение (или опровержение⁹) гипотезы о том, что финал жизни или сцена смерти, будучи соотнесенной с одним из трех способов проживания жизненного пути, будет отражать тот факт, что этот способ, в рамках которого умирал человек, был скорее всего преобладающим у него и в

⁹ Хотя опровержение вернет нас к «0» гипотезе



течение жизни. Мы не будем здесь приводить большое число вполне справедливых высказываний о том, что обстоятельства смерти во многом отражают обстоятельства жизни. Это понятно. Нам интересно также более-менее объективная картинка, в процентах показывающая долю того или иного способа проживания жизни у представителей разных людей в зависимости от пола, возраста, вида деятельности. Мы начали такую работу и можем поделиться здесь некоторыми предварительными данными.

Анализ обстоятельств смерти с точки зрения способа проживания жизни

Мы проанализировали обстоятельства смерти, предсмертные слова, слова свидетелей смерти и близких лиц 596 выдающихся людей, взятые из сборника «Предсмертные слова знаменитых людей» (Степанян В.Н., 2005). Сборник явился результатом литературоведческого анализа 352 литературных источников. При необходимости, мы обращались к оригинальным источникам, а также к фундаментальному труду известного патографа А.В. Шувалова (2004). В качестве опорных признаков того или иного способа проживания жизни, отраженного в финальном эпизоде смерти, мы использовали (1) содержание эпизода, учитывающего обстоятельства смерти, предсмертный диалог (обмен транзакциями) или содержание предсмертной записки; (2) эго-стояния Родителя, Взрослого или Ребенка, проводя все виды ТА диагностики; (3) содержание эпитафий в соотнесении их с содержанием предсмертного эпизода.

Так, сценарный характер смерти мы диагностировали, если содержание эпизода отражало уже известные особенности сценарного поведения, что легко было сделать, поскольку биографии знаменитых людей были общедоступны. Например, небезызвестный Н.Н. Миклухо-Маклай заставил свою не говорящую по-русски жену сжечь все его бумаги, скрывая обстоятельства своей страсти, из чего следует преобладание сценарного в его жизненном пути. Может быть, более спорной экстраполяция вида смерти на весь жизненный путь Н.И. Вавилова – генетика, директора института растениеводства, собравшего уникальную коллекцию злаковых, и жертвы Сталинских репрессий. Последняя просьба умирающего от голода Вавилова была адресована к начальнику тюрьмы: «Прошу Вашего разрешения выдать мне хоть один стакан рисового отвара». Сценарная смерть, но контрсценарная жизнь (борьба с голодом!). И в конце жизни весь труд, подвиг, гигантские усилия избежать голода во всемирном масштабе рухнули, вся эта система защиты от сценарного итога оказалась бесполезной. Бывает, что контрсценарий дополняет сценарий, как две стороны одной монеты.

Также сценарный финал был констатирован при преобладании эго-состояния адаптированного Ребенка и контаминированного Ребенком Взрослого эго-состояния.

Контрсценарный характер смерти был наиболее ярок, и мы определяли его, диагностируя различные драйверы: «Угождай Другим», «Будь Первым (Совершенным)», «Будь Сильным», «Торопись», «Старайся», а также негативные Родительские роли преследования и мести. Например, «Угождай Другим», – Римский император Гальба сам подставил горло под меч заговорщиков со словами: «Убейте меня, если это нужно для государства». «Будь Первым (Совершенным)», – полярный исследователь Роберт Скотт онемевшими от мороза пальцами



пишет последние слова: «Перешлите этот дневник моей жене», но успевает зачеркнуть «моей жене» и написать сверху «моей вдове». «Будь Сильным», – Дантон по дороге к эшафоту подбадривал себя словами: «Вперед, Дантон, ты не должен знать слабости!» «Торопись», – см. случай Чкалова. «Старайся», – За несколько дней до смерти поэт Тютчев хотел передать какое-то соображение, но не смог и промолвил с тоской «Ах, какая мука, когда не можешь найти слова, чтобы передать мысль»

Отражающих автономию смертей достаточно. И диагноз ставился при диагностике Взрослого эго-состояния и положительного эго-состояния Естественного Ребенка. Опишу две.

Н.И. Лобачевский, русский математик, перед смертью сказал жене Варваре Алексеевне: «Я тебе как-то говорил, что человек рождается для того, чтобы научиться умирать...» - «Полно, тебе, батюшка, пугать меня».- «Нет, Варвара Алексеевна, не пугать тебя хочу. Пришло время. В могилу надо. Умирать пора. До кедровых шишек не дожил. Прощай!»

Почувствовав свою близкую кончину, композитор Дмитрий Степанович Бортнянский пригласил к себе лучших певчих Придворной певческой капеллы, директором которой он был, и попросил их спеть свой лучший концерт – «Вскую прискорбна душа моя». Певчие конечно же не смогли отказать своему начальнику. И под звуки своего любимого произведения Бортнянский умер, сидя в кресле.

Результаты

Исходя из первоначальной гипотезы, что способ смерти отражает способ жизни, все 596 человек мужского пола распределились следующим образом: наибольшая частота 45,3 % (267 чел) пришлась на контрсценарный способ осуществления жизненного пути, 31,3% (185 чел) – на сценарный способ и только 24,4% (144 чел) – на автономный.

Мы также сравнили жизненные пути у 3 групп выдающихся людей. Первую группу составили 300 человек: царские особы, придворные, государственные деятели, военачальники, революционеры. Вторую группу составили 76 человек: ученые, путешественники, врачи, философы, ораторы. Третью группу составили 220 деятелей искусства.

Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Способы осуществления жизненного пути в исследуемых группах

№ гр	Контрсценарный	Автономный	Сценарный
1	51,7% (155 чел)	20,6 % (62 чел)	27,6% (83 чел)
2	47,4% (36 чел)	38% (29 чел)	14,6% (11 чел)
3	34,5% (76 чел)	24% (53 чел)	41,5% (91 чел)



Как следует из таблицы 1, общественные деятели и люди науки выбирают контрсценарный способ жизни, люди искусства – сценарный. Отметим, что люди науки чаще представителей других групп бывают автономными, то есть используют эго-состояния Взрослого и Естественного Ребенка наиболее благоприятные для научного творчества.

Однако данные носят предварительный характер и требуют дальнейшего осмысления и изучения.

Заключение

Соотношение биографии и сценария напоминает соотношение видимой части айсберга и его подводной части. Понятие жизненного пути, наверное, и есть путь целого айсберга, растаявшего и соединившегося с теплыми водами Гольфстрима и мировым океаном.

Биография видна другим, осознаваема и может быть улучшена, если так можно выразиться, самим ее носителем. Она может быть расширена за счет воспоминаний о прошлых личных событиях, воспоминаниях о событиях, параллельных личным, случившихся с близкими людьми. Прошлое может быть интегрировано в настоящее с помощью поддерживающего окружения терапевтической группы или семьи. Биографию можно сознательно продолжить в будущее с помощью фантазии, оптимизировать будущие события, влияя на акцептор результатов действия. Помимо аутотерапии через биографию, психобиографические методики, примененные специалистами, могут способствовать лучшему осознанию своей жизненной миссии, пониманию ценности времени и улучшению качества самой жизни. Конечно, предполагается, что жизненный путь – это автономный жизненный путь.

Другое дело – неосознаваемый сценарий. Чаще он виден другими как череда необъяснимых неудач или необоснованных везений. Предполагаемая доля сценария (и контрсценария как части сценария) в жизненном пути человека составляет 77 процентов. Нетрудно понять, что стоит за этими цифрами. Изменение сценарного образа жизни сказывается на увеличении автономности и осознанности. Сценарий меняется в ходе психотерапии – в ходе специфического взаимодействия клиента и терапевта таким образом, что клиент может заблокировать приближающуюся трагедию, например, отказавшись от идеи суицидальной смерти или чего-то еще в этом роде, клиент может узнать, что на самом деле произошло в его раннем детстве, и откуда тянется череда неудач, а узнав, он может перерешить быть неудачником. Труднее изменить стиль отражения матерью опыта ребенка, что существовал в первые годы жизни. И в этом смысле важна нарративная психотерапия, рассказы и повести о самом себе, озвученная биография, которая воспринимается и правильно (когерентно) отражается профессиональным слушателем.

Литература

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. - Л.:ЛГУ, 1968
2. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания.- М.:Наука, 1977
3. Анохин П.К. Опережающее отражение действительности // Вопросы философии.- 1962.- №7.- С. 97-106



4. Анохин П.К. Методологическое значение кибернетических закономерностей.- В кн. Материалистическая диалектика и методы естественных наук.- М., 1968
5. Беспалова Ю.М. Западносибирские предприниматели второй половины XIX - начала XX вв.: имена, биографии, судьбы (качественные исследования в социологии культуры). - Тюмень: ТюмГУ, 2002.
6. Говоров А.Ф. Великий князь Роман Рязанский (документальная повесть).- Рязань: Издатель Ситников, 2010
7. Гурджиев Г.И. Вестник грядущего добра.- СПб: Издательство Чернышева, 1993
8. Илловайский Д.И. История Рязанского княжества. -М.: Кучково поле, 2009
9. Ильичева И.М. Психология духовности.- Дис. доктора психол. наук.- СПб, 2003
10. Калмыкова Е.С.. Мергенталер Э. Нарратив в психотерапии: рассказы пациентов о личной истории // Психологический журнал.- 1998.- Т.19, №5.- С. 97-103
11. Карамзин Н. М. История государства Российского: в 12-и т. - СПб., 1803–1826.
12. Козлова Н.Н. Методология анализа человеческих документов // Социологические исследования.- 2004, №1.- С. 14-26.
13. Козлова Н.Н., Сандомирская И.И. «Я так хочу назвать кино». «Наивное письмо»: опыт лингво-социологического чтения.- М.: Гнозис; Русское феноменологическое общество, 1996
14. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение.- СПб.: Питер, 2001
15. Ленин В.И. Лев Толстой, как зеркало русской революции // Газета «Пролетарий» №35, (24) 11 сентября 1908 г.
16. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность.- М., 1975
17. Логинова И.О. Жизненное самоосуществление человека: системно-антропологический аспект.- Дис. доктора психол. наук.- Томск, 2001
18. Логинова Н.А. Психобиографический метод исследования и коррекции личности (учебное пособие).- Алматы: Казахский универ., 2001
19. Люборски Л., Люборски Э. Объективные методы измерения переноса // Иностранная психология.- 1996.- №7.- С. 19-30
20. Михайлов С.Е. Страх срочной смерти.- В кн. 5 лет Рязанской ассоциации транзакционного анализа. Сборник статей.- Рязань: Пресса, 2000.- с.108-112
21. Ральникова И.А. Перестройка системы жизненных перспектив человека в контексте переломных событий.- Дис. доктора психол. наук.- Томск, 2001
22. Рейнуотер Д. Это в ваших силах. Как стать собственным психотерапевтом.- М.: Прогресс, 1992
23. Сержантов В.Ф. Структура личности и концепция функциональной системы П.К.Анохина.- В кн. Теория функциональных систем в физиологии и психологии.- М.: Наука, 1978.- С. 86-110
24. Степанян В.Н. Предсмертные слова знаменитых людей.- М.: Зебра Е, 2005



25. Судаков К.В. Акцептор результатов действия – структурно-функциональная основа динамических стереотипов головного мозга // Журнал ВНД им. И.П. Павлова.- 2005.-Т.55,№2.- С. 272-283
26. Судаков К.В. Развитие теории функциональных систем в научной школе П.К.Анохина // Вестник Международной академии наук, русская секция (электронное периодическое издание).- 2011.- №1.- С. 1-5
27. Флоренский П. Иконостас. Имена.- М.: АСТ, 2009
28. Фрейд З. Мы и смерть.- В кн. Танатология (учение о смерти).- СПб: ВЕИП, 1994.- С. 13-25
29. Фридман Д., Комбс Д. Конструирование иных реальностей: Истории и рассказы как терапия. -М.: Класс, 2001
30. Чхартишвили Г.Ш. Писатель и самоубийство. – М., 1999
31. Шувалов А.В. Безумные грани таланта: Энциклопедия патографий.- М.:АСТ, Астрель, Люкс, 2004.- 1212 с.
32. Шустов Д.И., Федотов И.А., Новиков С.А. Жизненный сценарий в свете теории функциональных систем П.К.Анохина (в поисках точек соприкосновения психологии, психиатрии и психофизиологии) // Российский медико-биологический вестник им. акад. И.П. Павлова.- 2013.-№3.- С.172-175
33. Berne E. What do you say after you say hello?- N.Y.: Grove Press, 1972
34. Хут Вернер. Судьбоанализ Леопольда Сзонди // Энциклопедия глубинной психологии. Т.IV. Индивидуальная психология. Аналитическая психология.- М.: Когито-Центр, МГМ, 2004.- С. 464-503 (Tiefen-Psychologie. Band Fier. IV. Individualpsychologie und Analytische Psychologie.- Kindler Verlag AG, Zurich 1976, 1977)
35. Buhler Ch. Genetic aspects of the self // Fundamentals of psychology of the self. Annals of the N.Y.Acad. of Science.V.96, Art.3. N.Y.,1962
36. Cozolino L. The Neuroscience of Human Relationship.- N.Y.: W.W. Norton, 2006
37. Goulding M., Goulding R. Changing Lives Through Redecision Therapy.- N.Y.:Grove Press, 1979
38. Kandel E.R. Biology and the future of psychoanalysis: a new intellectual framework for psychiatry revised // American J. of Psychiatry.- 1999.- Vol. 156.- P. 505-524
39. Luborsky L., Crits-Christoph P. Understanding Transference.- N.Y.: Basic Books, 1991
40. Stuthridge J. Script or scripture? // Life Scripts. A Transaccional Analysis of Unconscious Relational Patterns. Ed. by R. Erskine. - London: Karnac, 2010.- P. 73-100
41. Steiner C. Script people live: transactional analysis of life scripts. - N.Y.: Grove Press, 1974
42. Szondi L. Lehrbuch der experimentellen Triebdiagnostik. Text – Band.- Bern and Stuttgart: Hans Huber, 1960
43. Tilney T. Dictionary of Transactional Analysis.- London: Whurr Publ., 2001
44. Tosi M.T. The lived and narrated script: an ongoing narrative construction// Life Scripts. A Transaccional Analysis of Unconscious Relational Patterns. Ed. by R. Erskine. - London: Karnac, 2010.- P. 29-54
45. White M. Maps of Narrative Practice.- N.Y.-London: W.W.Norton&Company, 2007