

Транзактивный **А**нализ **В** России

Периодический электронный рецензируемый
научно-публицистический
журнал



Выпуск **1** /
2021 год



Transactional **A**nalysis **in Russia**

Periodical online peer-review
research and publicist
journal

Главный редактор

Федотов И.А.

к.м.н., СТА (Р) - ФГБОУ ВО РязГМУ
Минздрава России (Рязань, Россия)

Редакционная коллегия

Барсукова С. А.

психолог в модальности ТА
- литературный редактор Журнала

Болдин А. А.

- дизайнер Журнала

Кочеткова-Корелова О.В.

психолог, обучающаяся
транзактному анализу
(психотерапия), журналист
- выпускающий редактор Журнала

Мхитарян С.

психолог в модальности ТА,
Brainspotting
- обозреватель Журнала

Цыганкова Н. А.

- SMM менеджер Журнала

Редакционный совет

Агibalова Т.В.

д.м.н., СТА (р), рTSTA (р) - ГБУЗ "МНПЦ
наркологии ДЗМ" (Москва, Россия)

Володин Б.Ю.

д.м.н., проф., СТА (р), TSTA (р) -
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
(Рязань, Россия)

Далит А.Е.

к.пс.н., доцент, практикующий
психолог и супервизор, рTSTA (р)
(Москва, Кисловодск, Россия)

Зуйкова Н.Л.

к.м.н., доц., СТА (р), рTSTA (р) -
РУДН (Москва, Россия)

Соболева Е.С.

СТА(р), TSTA (р), практический
психолог, консультант по методу
психодрамы, лауреат медали СОС
EATA - Центр Транзактного Анализа
(Санкт-Петербург, Россия)

Шустов Д.И.

д.м.н., проф., СТА (р), TSTA (р),
лауреат Золотой медали EATA -
ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
(Рязань, Россия)

Транзактный анализ в России

Периодический электронный
рецензируемый
научно-публицистический
журнал

Выпуск 1 - год 2021

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ

**ООО «Международный
Институт Развивающего
Транзактного
Анализа»**

РЕДАКЦИЯ

**Адрес: 191036, г. Санкт-Петербург,
ул. 7-я Советская, д. 16, лит. А,
Б/Ц "Максимум", эт. 5, оф. 53**

E-mail: if@ta-journal.ru

НАШ САЙТ
ta-journal.ru

Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции. К публикации принимаются только статьи, подготовленные в соответствии с правилами для авторов. Направляя статью в редакцию, авторы принимают условия договора публичной оферты. С правилами для авторов и договором публичной оферты можно ознакомиться на сайте <https://ta-journal.ru>. Полное или частичное воспроизведение материалов, опубликованных в журнале, допускается только с письменного разрешения издателя – ООО «МИР-ТА»

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций.
Эл № ФС77-81254 от 30.06.2021 г.

Дата выхода в свет: 5.10.2021

© ООО «МИР-ТА», 2021

От учредителя.	4
От главного редактора	6
Журналы ТА в мире. В семье ТА пополнение	9

Том 1. Языком науки.

Транзактивный анализ в научных исследованиях – постановка вопроса	12
Адаптация опросника «Шкала жизненной позиции»	20
Определение жизненной позиции у клиентов с различными психопатологическими состояниями.	28

Том 2. «Я – О'кей, Ты – О'кей».

Резиновая лента в истории ТА и интроецированные первые тренеры. Интервью с Макушенко Р.В.	34
Я прошла личный бунт и увидела, что реформа – это эволюция. Интервью с Далит А.Е.	37
Утром я погуляла в парке, а на экзамене получила поглаживания. Интервью с Голенёвой А.П.	43

Том 3. Навигатор по миру ТА.

ТА, тайфун, море, вулкан. Летняя школа в Анапе	47
СОТА (Санкт-Петербургская Организация Транзактного Анализа)	52
Пишите о науке и не только	57

Транзактивный анализ обретает голос



ГРАДОВА Юлия Львовна

Психолог, бизнес-тренер, организационный консультант, сертифицированный тренер РСМ (Process Communication Model - Модели Процесса Коммуникации) и эмоциональной ассертивности, коуч, член IDTA, ITAA, COTA, генеральный директор ООО «МИР-ТА»

У меня есть мечта, чтобы Транзактивный анализ в России стал одним из самых применяемых методов работы у психологов, чтобы тренеры и коучи опирались на него не как на интересную теорию, а как на доказанный метод. Для этого должно быть пространство, где можно общаться, узнавать полезную информацию, делиться своими наблюдениями и результатами исследований. И это место - наш журнал.

Еще у меня есть внутренняя планка: если и делать журнал, то качественно. Это значит, что он должен стать по-настоящему научным. Таким, чтобы у научного сообщества было желание проводить исследования на основе теории транзактного анализа и размещать свои статьи на страницах нашего издания. Но он должен быть интересен и практикам, как площадка для обмена опытом и общения, при этом как для начинающих, так и для зрелых специалистов. Так же мы хотим создать почву для роста и развития нашего сообщества.

Но одной мечты мало - нужны люди с горящими глазами, которые будут ее воплощать в реальность. Нужна команда. Знаете, вот так бывает: есть мечта, она уже переходит в намерение, а все никак не начать действовать. Говорят, надо чтобы звезды сошлись. И они сошлись в прямом и переносном смысле! Илья Андреевич Федотов, будущий главный редактор, откликнулся на мое предложение возглавить журнал. Это именно тот человек, у которого были все данные, чтобы выпускаемый им журнал получился качественным и научным. Будучи кандидатом медицинских наук, Илья отлично разбирается в специфике такого формата, вдобавок он практикующий медик. А статус СТА предполагает понимание того, что такое транзактивный анализ.

Мы оговорили концепцию журнала и начали работу по его регистрации. Нас поддержали коллеги: Агibalова Т.В., Володин Б.Ю., Далит А.Е., Зуйкова Н.Л., Соболева Е.С., Шустов Д.И. Появилась уверенность. Но небо все еще было затянуто тучами - пока что нас было только двое. Даже, скорее, один Илья. А одному каши не сварить. А где же команда? Где те звезды? И они откликнулись, пришли. Спасибо им за это. Ольга Кочеткова-Корелова привнесла свой огромный опыт работы в журнале, Света Барсукова оказалась тем человеком, который любит буквы и слова и готова вычитывать тексты и брать интервью, Саша Мхитарян, готовая делиться тем, что происходит в ТА за рубежом, делая это частью нашего пространства, Андрей Болдин, дизайнер, который понял нас и практически сразу создал образ журнала.

Команда собралась, и мечта о журнале, мечта о том, чтоб ТА заговорил с учеными и практиками в России, стала реальностью. Начинать всегда сложно. Бывают притирки, недопонимания. Нужно время, чтобы выработался общий язык. Благодаря философии ТА «Я – Ок, Ты – Ок» мы отлично с этим справляемся. И я получаю удовольствие от того, как проходит сам процесс и коммуникация в ходе создания журнала.

Этот журнал создали ученики разных школ и учителей ТА нашей страны. Я надеюсь, что он станет тем местом, где все мы встретимся для общения, что каждый его выпуск будут с нетерпением ждать, а лет через десять как раритеты показывать первые номера. Пусть в этом журнале зазвучат голоса практиков и теоретиков, начинающих и маститых. Транзактивный Анализ обретает голос. Встречайте первый выпуск!

О папочках на компьютере и диалогах на троих



ФЕДОТОВ Илья Андреевич

к.м.н., СТА (Р) – ФГБОУ ВО РязГМУ Минздрава России
(Рязань, Россия)

Уважаемые читатели!

Я рад приветствовать вас на страницах первого периодического издания на русском языке, посвященного Транзактивному Анализу. Идея и главная мотивация в создании этого проекта принадлежит Институту МИР-ТА и его учредителю Юлии Градовой. Именно ее энтузиазм и вера в большое будущее ТА в России смогли поднять всех нас на создание такого сложного, длительного и очень вдохновляющего проекта.

Приятно было видеть большое количество людей, которые сразу откликнулись на наше предложение принять участие в онлайн-обсуждении и наполнили первоначальную нематериальную идею конкретным содержанием и смыслом. Таким образом Наш Журнал создавал свою неповторимую идентичность. Название выбирали «всем ТАшным миром», т.е. путем «народного вече» – голосования на сайте. Победило в итоге не очень броское и очень широкое название «Транзактивный анализ в России».

Я сделал для себя вывод, что наше сообщество хочет обсуждать и рассматривать широкий перечень проблем и направлений развития ТА в России. Фокус сделали именно на России и для России, с возможностью расширения на все русскоговорящее пространство, но не стали не ставили это как основную цель. ОК. Быстро запустили сайт со

специальной CMS для научных сайтов OpenJournalSystem – на такой же системе построены Международный журнал исследований и практики в ТА (IJTARP) и многие другие. Получили регистрацию как СМИ. Запустили соцсети (наш SMM менеджер Наталья делает это удивительно быстро). И оказалось, что структура есть, она работает и интересна читателям. Отлично!

Потом начали набирать материал для первого номера. И так, что же ждёт читателей журнала «Транзактивный анализ в России»?

У каждого исследователя есть такая папочка на компьютере, которая называется «Те статьи, которые хорошо было бы доделать, но не сейчас...», ну или просто – «Пассивность и прокрастинация». И в ней у меня лежал великолепный набросок статьи от Марии Савиной с обзором и дискуссией о научных исследованиях в ТА. Я понял, что настала пора переложить ее в папочку «Перерешение пассивности» и отдал ее молодому психиатру, аспиранту Егору Леонову, который только начинает свой путь в науке и потому наиболее чувствителен ко всему новому и интересному. В итоге получился великолепный диалог между опытным состоявшимся исследователем, доктором медицинских наук М. Савиной и молодым поколением в лице аспиранта Е. Леонова. Их дискуссия в рамках статьи привела к появлению общего консолидированного мнения и стала для меня важным доказательством, что именно Наш Журнал может стать площадкой для таких межпоколенческих встреч и диалогов (что-то вроде Взрослого эго-состояния для решения конфликтов между Родителем и Ребенком). Потому мы решили, что именно она начнет наше большое научное направление в журнале. Конечная цель этой работы – запустить процесс обширного научного освещения ТА в России, что придаст ему новый академический смысл и несомненные конкурентные преимущества в эру «доказательной психотерапии».

Мне повезло, я «вырос» в школе Клинического ТА Дмитрия Ивановича Шустова, который уже многое сделал в этом направлении, в частности ТА рекомендуют для работы с наркологической зависимостью. Поэтому мы стартуем не с нуля, а с достаточно устойчивой и развитой базы.

Далее большой вклад внесли учащиеся 3 курса факультета клинической психологии РязГМУ. В их учебной программе как обязательный предмет стоит научное исследование. И мои студенты, когда узнали о возможности провести работу, способствующую развитию ТА в России, сразу согласились. Хотя задача, в рамках которой нужно было перевести иностранные источники и провести довольно сложную статистическую обработку данных, была для них новой и непростой. Важно отметить роль профессора TSTA(p) Бориса Юрьевича Володина, который в значительной мере внедряет ТА в преподавание психологии в нашем вузе, проводит обучающие курсы. Именно поэтому студенты зачастую предпочитают ТА другим модальностям. А также подчеркнуть вклад заведующей кафедрой клинической психологии Анны Геннадьевны Фаустовой, которая всегда поддерживает новые креативные идеи у обучающихся и задает высокую планку для таких работ. В итоге мы сформировали рабочую группу и взяли для адаптации опросник «Шкала жизненной позиции», который разработал и использовал в своей диссертации Frederick Boholst. Он опубликована в TA Journal, и автор дал открытые права на его перевод и использование. В итоге получилось 2 статьи: первая — это адаптация и валидизация опросника F.Boholst «Шкала жизненной позиции», проведенная Н. В. Наместниковой. Эта несложная и очень важная методика сможет помочь более точно определять ведущую жизненную позицию клиента и может быть очень востребована в научных исследованиях ТА. С этой работы начи-

нается серия статей, посвященная созданию базы инструментов для проведения валидных исследований ТА в России. Вторая статья от нашей рабочей группы — это анализ применения данной методики на клиентах с различными психопатологическими состояниями. Полученные при первом приближении данные, конечно, нуждаются в обсуждении и дополнительном исследовании, но главное, что методика запущена в работу. Пользуйтесь ей!

Во второй половине журнала представлены публицистические материалы. И в первую очередь это живые интервью с людьми, где отражены их мысли, чувства, анализ поступков. Первое интервью, которое любезно согласился дать мне Ростислав Макушенко, стало для меня источником удивительных инсайтов. Именно его Дмитрий Касьянов упоминает как своего «первого учителя» в предисловии к своей книге «Современный транзактивный анализ». Оказалось, что он один из самых первых в СССР, кто смог связаться с Международной ТА Ассоциацией, перевести первые книги, поучаствовать в первых тренингах и даже... Впрочем, не буду пересказывать тут все подробности, читайте, рефлексуйте, наслаждайтесь.

Другие интервью взяты у двух Алл: Далит и Голенёвой. Они очень близки и непохожи одновременно. Обе сдавали онлайн-экзамены для получения статусов. Обе шли непростым путем, преодолевая свой сценарий. Обе смогли пройти через перерешение и достичь новой степени автономности. Дорога же, переживания, инсайты и процессы у каждой из двух замечательных специалистов были свои. Интервью получились очень теплыми, откровенными, глубокими. Очень рекомендую их тем, кто преодолевает свои сопротивления и испытывает тревогу перед экзаменами, особенно в новом онлайн-формате.

Также в номере есть страница Санкт-Петербургской Ассоциации Транзактивного Анализа и другие интересные разделы. Для меня лично было важно, что мы с первого номера наладили взаимодействие с профессиональным сообществом и заручились поддержкой его руководителей. Надеюсь, наш Журнал станет площадкой для объединения разных регионов России и сможет привлечь новых членов в ТА-общество.

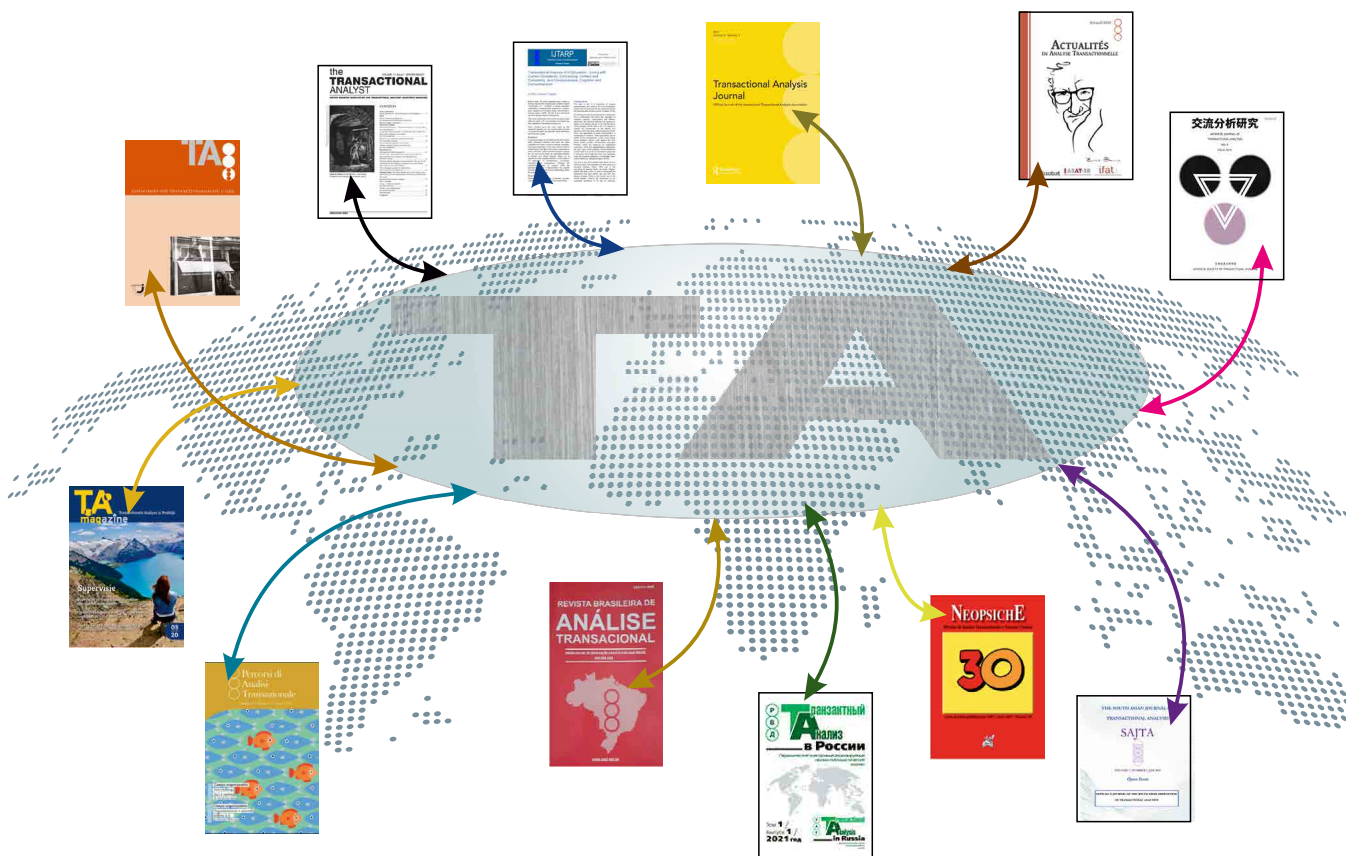
Благодарю Юлию Градову за инициативу и поддержку на всех этапах развития, всех уважаемых профессоров за согласие войти в состав Редакционного Совета, который будет заниматься рецензированием научных статей и созданием научного направления, а также нашу крутую команду – Редакционную Коллегию, которая дарит Вам свою креативность и разделяет с Вами любовь к ТА.

Предлагаю Вам заключить контракт: мы создаем для Вас новый крутой журнал по ТА с наиболее важными научными статьями и интересными обзорами и интервью, а вы его читаете, наслаждаетесь и продвигаетесь в личностном и профессиональном плане. Нам ОК. А вам?

Пишите мне на if@ta-journal.ru

В семье ТА пополнение

Обзор существующих научных и научно-популярных журналов по Транзактному Анализу со всего мира



Наш журнал — первое подобное издание в России, но далеко не первое в мире. Журнал «Транзактный анализ в России» встраивается в большую семью научных и научно-популярных журналов по Транзактному Анализу и в первом номере сам собой просится рассказ о том, какие еще есть журналы о ТА — от самых популярных до таких, о которых вы, возможно, не знали.

«Транзактно-Аналитический Журнал» — ТАЖ

Пожалуй, наиболее известный всем нам англоязычный журнал — «тадж» от Международной Ассоциации Транзактного Анализа (ИТАА). Первый номер был издан еще в январе 1971 года. Это ежеквартальное издание, в котором от номера к номеру публикуются полезнейшие материалы и статьи для профессионалов, стремящихся совершенствовать свои знания теории, практики и принципов Транзактного Анализа.

В нем публикуются статьи с научными исследованиями, обзоры книг, рассматриваются актуальные вопросы, терапевтические случаи, работа над ошибками, материалы, посвященные обучению и супервизии и так далее. Получать этот журнал можно в качестве бонуса будучи членом Международной Ассоциации Транзактного Анализа (ИТАА) или оплатив подписку напрямую у издателя.

<https://www.tandfonline.com/toc/rtaj20/current>





«Международный Журнал Исследований и Практики Транзактного Анализа» — ИТАЖР

Это открытый бесплатный англоязычный журнал, в котором публикуются высококлассные научные качественные и количественные исследования всего широкого спектра инструментария ТА, опираясь на сугубо научную парадигму. Также в нем можно найти сравнительные исследования ТА с другими модальностями, статьи о теории и практике основ ТА. Среди авторов статей встретите Тони Вайта, Джулию Хей, Марка Виддоусона, а так же русских коллег — Дмитрия Шустова, Ольгу Тучину, Татьяну Агибалову, Надежду Зуйкову и других.

Журнал издается на бесплатной основе. Благотворительные пожертвования на поддержание деятельности журнала, безусловно, приветствуются.

<https://www.ijtar.org/index>



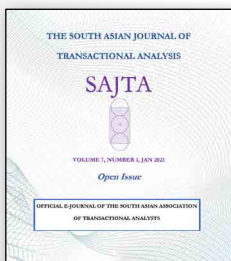
«Транзактивный Аналитик» — The Transactional Analyst

Ежеквартальный журнал Английской Ассоциации Транзактного Анализа (UKATA) рассылается всем членам ассоциации. Журнал предлагает ряд отличных статей, написанных опытными транзактивными аналитиками и авторами из других областей специализации и разного уровня подготовки.

В журнале можно познакомиться с редакционными статьями, обзорами книг, информацией о конференциях и объявлениями. Также там есть возможность размещения рекламы.

Если читаете на английском, по ссылке ниже можно изучить все предыдущие выпуски журнала «Транзактивный Аналитик».

<https://www.uka4ta.co.uk/the-transactional-analyst/>



«Южно-Азиатский Журнал Транзактного Анализа» — SAJTA

Публикуется с августа 2015 года. Это англоязычный электронный журнал, посвященный теории, принципам и применению Транзактного Анализа в четырех областях — психотерапии, консультировании, образовании и организационном развитии. Цель журнала — дать возможность южно-азиатским транзактивным аналитикам изложить свои знания в теории и практике и поделиться ими с коллегами.

<https://www.saata.org/saata-journals/>



«Журнал Транзактного Анализа» — Zeitschrift für Transaktionsanalyse (ZTA)

Является важной частью работы Немецкой Ассоциации ТА (DGTA). Его цель — информировать, вдохновлять и пробуждать у читателей любопытство и интерес к ТА и психотерапии своими текстами.

За разработку концепции журнала отвечает редакционный совет из 10-15 транзактивных аналитиков.

Журнал публикуется четыре раза в год. В каждом выпуске подробно рассматривается одна тема, например, терапия, ориентированная на отношения, педагогика и устойчивость, выгорание или этика в бизнесе. Тема текущего номера — Транзактивный Анализ в работе с подростками.

Помимо подробных статей по теме, в журнале также можно найти обзоры книг и репортажи с места событий.

<https://dgta.de/publikationen/>



«ТА-Журнал» — TA-Magazine

Это бывший голландский журнал по ТА «Strook», который был впервые опубликован в 1979 году. С тех пор он претерпел множество изменений. С 2015 года редакцию журнала возглавил Доктор Сари ван Поелье, с мечтой создать профессиональный журнал для практикующих ТА, дополняющий «Журнал транзактивного анализа» (ТАЖ) и «Международный журнал исследований и практики ТА» (ИТАЖП). Теперь «ТА-Журнал» — это электронный журнал, который распространяется среди 50 тыс. терапевтов, коучей, консультантов, психологов, педагогов и врачей каждые 3 месяца на голландском языке.



«Неопсихе» — Neopsiche

Журнал Транзактивного Анализа и гуманитарных наук «Неопсихе» начал свою жизнь как часть Итальянской Ассоциации Транзактивного Анализа. Цель журнала — продвижение знаний, информации, научного и культурного обмена в различных областях применения Транзактивного Анализа, а также смежных дисциплин, относящихся к наукам о человеке.

Название «Неопсихе» — это психический орган, который, в концепции Берна, лежит в основе состояния взрослого Эго и его задача — изучение реальности, обмен информацией и выполнение интегративной функции. Журнал издается на итальянском и выпускается 2 раза в год.

<https://www.iaat.it/pubblicazioni/neopsiche.html>



«Пути транзакционного анализа» — Percorsi di Analisi Transazionale

Это еще один итальянский журнал о ТА, издаваемый ежеквартально. В нем публикуются статьи на темы Транзактивного Анализа в области психотерапии, консультирования, образования и организационной области. Все статьи в этом журнале оценены научным комитетом методом экспертной оценки.

Также в журнале публикуются полезные материалы для тех, кто вовлечен в процессы обучения ТА.

Материалы в этом журнале часто посвящены инновационным темам, связанным с научными и тематическими исследованиями, представлены обзоры литературы и монографии.

<https://app.performat.it/browse/rivista-percorsi/>



Кроме того, в семью журналов по Транзактивному Анализу входит «Бразильский Журнал Транзактивного Анализа» (REBAT), издаваемый на португальском.

<https://unat.org.br/portal/loja.php?cat=17>

Журнал «Исследования в Транзактивном Анализе», издаваемый с 2000 года Японским Обществом Транзактивного Анализа (JSTA).

<http://www.js-ta.jp/journal/index.html>

Французский Институт Транзактивного Анализа выпускает журнал «Новости Транзактивного Анализа» с 2008 года.

<https://www.ifat-asso.org/publications/>



Теперь и журнал «Транзактивный анализ в России» занимает свое место на этом семейном портрете и открывает площадку для русскоязычного сообщества «ТА-шников» делиться, углублять, исследовать и расширять свои знания, опыт и развивать Транзактивный Анализ в России.

МХИТАРЯН Саша,
психолог в модальности ТА, Brainspotting

Транзактивный анализ в научных исследованиях – постановка вопроса

Савина М.А.¹, Леонов Е.В.²

1. Федеральное государственное бюджетное научное учреждение Научный Центр Психического Здоровья, ведущий научный сотрудник отдела гериатрической психиатрии, доктор медицинских наук, maria_savina@mail.ru, ORCID 0000-0002-0086-5704, ResearcherID C-2044-2018
2. Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации, аспирант кафедры психиатрии, email: Leonov.psychiatry@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4624-5815, ResearcherID: AAR-1586-2021

Аннотация. Статья посвящена вопросу научного изучения транзактивного анализа. Дан краткий обзор актуальности проблемы, приведены исторические процессы по научному подходу в изучении ТА. Проведен обзор современных литературных источников по данной теме. В статье подвергаются критике научные параметрические методы исследования, такие как двойное слепое контролируемое исследование по отношению к психотерапии, и перечисляются преимущества использования исследований клинических случаев. Показано, как процесс накопления знаний влияет на саму теорию транзактивного анализа, в том числе путем интеграции с другим терапевтическими школами. Обозначены перспективы и задачи современного научного изучения транзактивного анализа.

Ключевые слова: Транзактивный анализ, психотерапия, доказательная медицина, научные исследования, оценка эффективности терапии, методология научных исследований, инструменты оценки эффективности, психиатрия, психотерапия.

Transactional Analysis in Scientific Research – Key Question

Savina M.A.¹, Leonov E.V.²

1. Federal State Budgetary Scientific Institution «Mental Health Research Centre», Department of Geriatric Psychiatry, Doctor of Medical Sciences, email: maria_savina@mail.ru, ORCID 0000-0002-0086-5704, ResearcherID C-2044-2018
2. Ryazan State Medical University, PhD student in Psychiatry Department, email: Leonov.psychiatry@gmail.com, ORCID: 0000-0003-4624-5815, ResearcherID: AAR-1586-2021

Abstract. The article is devoted to the analysis of scientific research of transactional analysis. A brief overview of the problem of relevance is given. We carry out a review of modern literary sources on this topic. We criticize scientific research methods such as double-blind controlled research in relation to psychotherapy. It is shown how the process of accumulating knowledge affects the theory of transactional analysis itself, including through integration with other therapeutic schools. The prospects and goals of the modern scientific study of transactional analysis are outlined.

Key words: Transactional analysis, psychotherapy, evidence-based medicine, scientific research, assessment of the effectiveness of therapy, research methodology, tools for assessing effectiveness, psychiatry, psychotherapy.

Исследование транзактивного анализа

Транзактивный анализ (ТА) – теория и метод психотерапии, возникший на основе наблюдений за невербальными и вербальными аспектами межлической коммуникации. Имея такое происхождение, он анализировал явления и понятия, которые было легко объективизировать: например, эго-состояния и обмен поглаживаниями.

Ранние годы развития ТА характеризовались обилием научных исследований. Wilson (1981) подсчитала, что за период с 1963 по 1980 год в США было защищено 124 диссертации по ТА. Некоторые работы того времени включали использование созданных в парадигме ТА методик: исследование эго-состояний для оценки изменений в ходе психотерапии (Sharpe KM, 1975, Emerson J., 1990), создание опросника для измерения выраженности эго-состояний (Heyer NR, 1979, Meager J., 1981, Schilligo, 2000), изучение профиля поглаживаний (Rosental, 1976), исследование сценария (Simpkins, 1975), определение предписаний и контрпредписаний (опросник ESPERO, Scilligoetal., 1999), оценка жизненной позиции с помощью сказок (Likanen P, 1990), эмпирическое исследование драматического треугольника (Pasternacketal 1984). Интересно, что для исследования эффективности психотерапии в парадигме ТА применялся даже эксперимент (Sowderetal, 1977, Singh DK, 1977).

Транзактный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

Ohlsson составил список из 376 научных исследований, опубликованных к 2010 году, относящихся к разным сферам ТА: психотерапии и консультированию (97 и 15 работ соответственно), образованию (100 работ), организационному консультированию (15 публикаций) и общим проблемам ТА (149). Хотя распределение работ по сферам ТА в данной публикации неравномерно, бесспорно, автор выполнил свою главную задачу – создание большого списка работ по ТА (Ohlsson, 2010) и суммирование результатов исследования эффективности.

Таким образом, можно сказать, что теоретические концепции ТА и эффективность их применения на практике прошли достаточную проверку временем и исследованиями. Однако не все исследования, проводившиеся, начиная с середины 50-х годов, признаются современными интерпретаторами качественными и проведенными на достаточном уровне. Авторы мета-анализов (Graweetal, 1994) и систематических обзоров (Khaliletal, 2007) отметили, что исследований, соответствующих золотому стандарту исследований эффективности метода, в ТА не так много (9 по данным Graweetal. и 19 по мнению Khaliletal) – и причислили ТА к малоизученным системам психотерапии.

Конечно, небольшое число исследований с использованием двойного слепого метода связано с тем, что многие исследования проводились в 60-70-е годы, когда современных стандартов не существовало. Кроме того, нельзя не отметить, что ТА в моменты своей наивысшей популярности не был клинической дисциплиной, и потому мало пользовался методологией клинической доказательности (надо сказать, методология исследований психического в области ТА всегда была достаточно разнообразной). Но главное (по мысли Ohlsson, 2010) о чем это говорит, что никакая стереотипная методология не может стать золотым стандартом оценки метода, а оценка полезности метода в системе медицинской помощи не может являться основным направлением оценки психотерапии вообще. На этих убеждениях построена политика журнала *International journal of transactional analysis research and practice*, направленного на валидизацию теории и практики ТА и существующего с 2010 года.

Критика научного метода изучения эффективности психотерапии

Основным методом оценки эффективности психотерапевтической теории сейчас объявляется эффективность и быстрота устранения болезненных симптомов. Действительно, представляется важным, чтобы метод, широко включенный в систему здравоохранения, доказательно показывал свою эффективность (Шюлер, 2000). Методология таких оценок пришла из медицинских и биологических исследований. При этом методика клинических случаев названа устаревшей и дискредитированной.

Однако для исследования процессов в психотерапии метод двойного слепого исследования имеет лишь ограниченную применимость.

Методология медико-биологических исследований является следствием позитивистской методологии науки, которая, взятая в своих максималистских проявлениях, говорит о том, что то, что мы не можем исследовать с помощью 5 органов чувств, не существует вовсе (Gregory, 2000). Такая точка зрения носит название натурализм. Согласно принципам натурализма, жизнедеятельность человека является проявлением природы, и поэтому может быть исследована с использованием строгих научных методов – объективных и лишенных каких-либо оценочных и субъективных суждений (Christopher, J.C., et al. 2000). В объективизированном строгом научном мировоззрении не остается ме-

Транзактный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

ста эмпирически непознаваемым вещам, как исторический контекст, культурная среда, мотивация, этические ценности. Оценка эффективности психотерапии не сводится к оценке параметрических показателей (длительность терапии, длительность и частота психотерапевтических сеансов). Психическое, субъективное нельзя пощупать с помощью пальцев, поэтому количественные методы исследования больше применимы для исследований природы, чем в антропологических исследованиях. Как отмечает Scilligo (2010), для научных исследований фактор «клинической компетентности» психотерапевта не сводится к чисто технической компетентности, но также включает в себя достаточно сложные аспекты формирования терапевтического альянса, мотивацию, понимание специфического контекста заболевания. Eric Berne в своей книге «What do we say after we say Hello?» (1973) также критически относился к механистическим оценкам эффективности сценарного анализа и психотерапии.

Психоаналитические исследования не без основания считают избыточно длительными и небезопасными (Лаутербах В, 1995), но нельзя не сказать, что в 20 веке они сформировали понимание психического – и именно, потому что искали, где оно – это психическое, кто такой человек. Зачастую в глубинной психотерапии основным процессом и основным желанием пациента является понимание самого себя, а также новое осмысление опыта, который принесла ему жизнь. И никакой метод кроме субъективной оценки клиента не поможет нам понять, произошло ли чудо терапии или нет. Это интуитивно чувствовали психотерапевты и ранее (в модальности ТА проводились исследования субъективного опыта пациентов в ТА – Thunissen et al, 2001). Но методологическое обоснование такого метода пришло позднее – как раз под напором промедицинских исследований.

Исследование клинических случаев было основным механизмом развития психотерапии как науки (Widdowson, 2011). Конечно, этот метод обладал определенными недостатками: например, результаты конкретного случая нельзя было распространять (generalize) на других пациентов, нельзя было провести их статистическую обработку, в нем отсутствует контрольная группа, из-за чего трудно определить, какие факторы повлияли на улучшение симптоматики. По мнению авторов этот метод имеет ограниченную валидность (Flyvnerg, 2006): на основании одного единственного случая нельзя опровергнуть теорию, поэтому ее правота должна быть перепроверена другими методами. Однако именно достоинства этого метода определили прогресс психотерапии: клинический случай позволяет во всех деталях проследить процесс терапии. Результаты и теория, полученные при анализе клинического случая, могут быть легко использованы другими терапевтами. Важно, что публикация может быть не связанной с положительным эффектом от лечения. Даже случай с отсутствием эффекта от терапии может быть использован в обучении и построении теории. Кроме того, созданы новые методы работы с клиническими случаями, которые позволяют исследователям дать и статистические оценки (Strupp, 1980) – cross-casestudy. В таких исследованиях можно сравнить случаи с плохим и с положительным исходом для выявления факторов, которые на это повлияли.

Но в психотерапии, в меньшей степени имеющей отношение к медицине, чем к социальному и психическому, важно рассмотреть опыт других наук. Scilligo (2010) показывает, насколько естественным оказывается применение в психотерапии методов герменевтики. Герменевтика не только используется для интерпретации определенных событий, но и объясняет, как человек встроен в социальный и культурный контекст. Методы герменевтики не служат заменой эмпирическим научным ис-

Транзактный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

следованиям, а скорее дополняют их, дают более полное объяснение эмпирическим находкам.

Транзактные аналитики с большим успехом применяют герменевтическое описание клинических случаев для доказательства эффективности своего метода. Герменевтическое исследование случая включает количественную и качественную оценку результатов исследования, привлечение команды экспертов (6 человек), которые выставляют аргументированное заключение, подтверждающие или опровергающие эффективность терапии, а также команду судей (3 человека, не обучавшихся и не практиковавших ТА), которые выносят конечное суждение о результатах данного случая. С помощью такого анализа было доказана эффективность ТА при лечении дистимии (случай «Анна», Benellietal., 2017), тревожно-депрессивного расстройства (случай «Алистер», Widdowson, 2014), депрессии (случай «Петер», Widdowson, 2012; «Том» Widdowson, 2012; «Луиза», Benellietal., 2016; «Пенелопа», Benellietal., 2016; «Сара», Benellietal., 2016; «Дебора», Benellietal., 2017). Задачей публикации подобных клинических случаев является не только валидация теории ТА, но и обучение психотерапевтов.

Перспективы научных исследований транзактного анализа

Познание – краеугольный камень деятельности любого терапевта. Психотерапия, безусловно, является областью науки, поскольку содержит в себе две ее основных предпосылки – эмпиризм (ориентацию на наблюдение) и скепсис (недоверие к собственным схемам и их уточнение в соответствии с опытом). Эксперимент (каждый опыт взаимодействия с пациентом) – важная часть развития как всей дисциплины, так и каждого психотерапевта в отдельности. Именно исследования навели на мысль, что психотерапия – это совсем не обучение пациентов теории и не сама эта теория. По мере профессионального роста терапевт обучается скепсису к теоретическим положениям, осознавая, что его задача не обучать пациента тому, как устроены люди и что с этим делать, а как исследовать его собственную уникальность (Clark FC, 1996).

Процесс накопления наблюдений меняет не только психотерапевтов. Он также оказывает влияние на формирование целых направлений. По мере того, как ТА становился клинической дисциплиной, росло понимание, что основой лечения является процесс, который происходит между клиентом и терапевтом. Это привело к созданию нового направления – «интегративная психотерапия» (Erskineetal, 1996), оказавшего существенное воздействие на транзактный анализ в целом. К началу 21 века ТА примкнул к другим психоаналитическим школам, в которых исследования взаимоотношений клиента и терапевта очень важны (Luborskyetal, 2006).

В настоящее время ТА включает в себя не только классическую теорию. Более поздние транзактные аналитики разработали и интегрировали теорию других терапевтических школ: когнитивную, поведенческую, терапию перерешения (redicisiontherapy, M. Goulding, H. Goulding, 1965), школу Шиффов (репарентинг-терапия, теория пассивности), нарративную, телесно-ориентированную, интегративную, Mindfulness based transactional analysis. Это соответствует общему направлению развития психотерапии «от конфессии к профессии» (Graweetal, 1994), т.е. к применению доказанных методов воздействия в контексте различных терапевтических школ. При этом ТА занимает выгодные позиции на современном рынке психотерапевтических услуг (как на это указывает Schlegel, 1998): он сочетает в себе возможности КБТ и психоанализа. Большому кругу лиц, которые настроены на быстрое преодо-

Транзактный анализ
в научных исследованиях –
постановка вопроса.
Савина М.А., Леонов Е.В.

В начало

ление проблемы (это показание для КБТ), ТА может предложить теорию, заточенную на быстрые изменения (это и происходило в эпоху расцвета ТА в США). Так, многие терапевты отмечают сходство транзактного анализа и КБТ: например, использование терапевтических контрактов, внимание к когнитивным искажениям («контаминация взрослого»). Если клиент настроен на самопознание, ТА-терапевт может продвигать его к более ясному пониманию себя (этому безусловно способствует четкий и яркий язык ТА).

Развитие цифровых технологий, методов коммуникации, научных методов познания открывает новые горизонты перед транзактными аналитиками. Знания больше не являются «эксклюзивом» – с помощью современных информационных технологий границы между людьми стираются, а передача информации становится тривиальной. Такие условия позволяют наладить взаимодействие между различными школами ТА, что дает возможность обозначить совместные цели и задачи в изучении транзактного анализа, в том числе в области научных познаний. К числу современных задач научных исследований в ТА можно отнести:

1. Совершенствование теории. Одновременное существование различных школ ТА позволяет как параллельно развивать несколько терапевтических направлений, так и посредством взаимодействия между собой формировать общую теорию;
2. Разработка инструментов (шкалы, опросники) оценки состояния пациентов в начале и в процессе терапии. Примером такого инструмента является Шкала Жизненной Позиции (A Life Position Scale, Frederick A. Boholst, 2002), для которого выполнена адаптация на русский язык.
3. Разработка инструментов оценки эффективности (рутинные, исследовательские) с учетом транскультуральных различий;
4. Исследование факторов прогноза эффективности терапии: со стороны терапевта, клиента, применяемых методов, их взаимоотношений;
5. Образование терапевтов, проходящих подготовку;
6. Верификация ТА в качестве научно доказанного клинического метода;
7. Супервизия практикующих терапевтов.

Заключение

К настоящему времени имеется большой багаж научных исследований в области транзактного анализа. Однако современная медицина ставит строгие рамки для используемых клинических методов. Поэтому перед транзактными аналитиками стоит задача по развитию методов научного познания с целью верифицирования ТА в качестве клинического метода. Как было показано в данной статье, совершенствование методов познания также приводит к совершенствованию теории и к ее расширению за счет интеграции с другими терапевтическими школами. Научные исследования также могут служить инструментом для обучения будущих терапевтов.

Список литературы

1. Лаутербах В. (1995). Эффективность психотерапии: критерии и результаты оценки. Психотерапия: от теории к практике. Материалы I съезда Российской Психотерапевтической Ассоциации. СПб., изд. Психоневрологического института им. В. М. Бехтерева, С. 2841;

Транзактивный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.В начало

2. Шюлер П. (2000). Современное состояние психотерапии в западных странах. СПЖ, №12, стр. 28-30;
3. Berne, Eric (1973). What Do You Say After You Say Hello?;
4. Boholst, F. A. (2002). A Life Position Scale. Transactional Analysis Journal, 32(1), 28–32;
5. Christopher, J. C., & Richardson, F. C. (2000). «Philosophical hermeneutics: A metatheory to transcend dualism and individualism in Western psychology» in Smith K. D.(Chair), Metatheories in the natural sciences and in cross-cultural psychology. Symposium conducted at the International Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychologists, Warsaw, Poland;
6. Emerson, Judith, (1990). «Use of the Transactional Analysis Ego State Concept to Measure Client Change in Psychotherapy». All Graduate Theses and Dissertations. 6018;
7. Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1996). Methods of an Integrative Psychotherapy. Transactional Analysis Journal, 26(4), 316–328;
8. Flyvbjerg, B. (2004). Five misunderstandings about case-study research. Sociologisk Tidsskrift, 12(02), 117–142;
9. Clark, F. C. (1996). The Client's Uniqueness: A Personal Discovery of Therapeutic Relationship. Transactional Analysis Journal, 26(4), 312–315;
10. Grawe K., Donati R., Bernauer F. (1994), Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe – Göttingen- Bern – Toronto – Seattle;
11. Gregory, J. (2000). Human Science Research: A Matter of Quality. Transactional Analysis Journal, 30(2), 150–158;
12. Heyer, N. R. (1979). Development of a Questionnaire to Measure Ego States with Some Applications to Social and Comparative Psychiatry. Transactional Analysis Bulletin, 9(1), 9–19;
13. Khalil, E., Callaghan, P., James, N. (2007). Transactional analysis: A scoping exercise for evidence of outcome. Report prepared for the Berne Institute. The University of Nottingham, School of Nursing;
14. Schlegel, L. (1998). What is Transactional Analysis? Transactional Analysis Journal, 28(4), 269–287;
15. Likanen P (1990)., A feiry tale as a model of identity and life position. University of Jyväskylä;
16. Luborsky, L., & Luborsky, E. (2006). Research and Psychotherapy: The Vital Link (1st ed.). Jason Aronson, Inc;
17. Meagher, J. (1981). Identification of Ego States in Transactional Analysis as a Function of Intelligence, Professional Training, and Psychodynamic Factors. Transactional Analysis Journal, 11(3), 260–269;
18. Ohlsson, T. (2010). Scientific evidence base for transactional analysis in the year 2010. International Journal of Transactional Analysis Research & Practice, 1(1);
19. Pasternack, T. L., & Fain, J. L. (1984). An Empirical Test of the Drama Triangle. Transactional Analysis Journal, 14(2), 145–148;
20. Rosenthal, P., & Novey, T. (1976). Measurement of Stroking Behavior in Couples. Transactional Analysis Bulletin, 6(2), 205–208;
21. Scilligo, P. (2000). Il questionario ANINT-A36: uno strumento per misurare la percezione di sé. Psicologia Psicoterapia e Salute, 6, 1-35;
22. Scilligo P., D`Aversa C., Liverano A., Schietroma S., Guglielmonti F. (1999). Il questionario ESPERO: la misurazione delle ingiunzioni e delle contro-ingiunzioni. Psicologia Psicoterapia e Salute, 5, 137-166;

Транзактивный анализв научных исследованиях –постановка вопроса.Савина М.А., Леонов Е.В.[В начало](#)

23. Scilligo, P. (2010). The Empirical Basis of Medicine in search of Humanity and Naturalistic Psychotherapy in search of its Hermeneutic Roots. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*, 1(1);
24. Sharpe, K. M. (1975). A study of influence of transactional analysis of ego structure Ph D dissertation. University of South California;
25. Simpkins, M. D. (1976). An Experimental Investigation of script theory in transactional analysis. Oklahoma State University;
26. Singh DK (1988). What happens when people change: an experiment in transactional analysis. *Nursing journal of India*, 86 (5), 127-130;
27. Sowder, W. F., & Brown, R. A. (1977). Experimentation in Transactional Analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, 7(3), 279–285;
28. Strupp, H. H. (1980). Humanism and psychotherapy: A personal statement of the therapist's essential values. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 17(4), 396–400;
29. Thunnissen, M., Duivenvoorden, H. J., & Trijsburg, R. W. (2001). Experiences of Patients after Short-Term Inpatient Transactional Analysis Psychotherapy. *Transactional Analysis Journal*, 31(2), 122–128;
30. Widdowson, M. (2011). Case Study Research Methodology. *International Journal of Transactional Analysis Research & Practice*, 1(1);
31. Wilson, B. D. (1981). Doctoral Dissertations on TA 1963 – 1980. *Transactional Analysis Journal*, 11(3), 194–202.

Адаптация опросника «Шкала жизненной ПОЗИЦИИ»

Федотов И.А.¹, Наместникова Н.В.²

1. Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова; кафедра психиатрии, кафедра клинической психологии; Рязань, Россия; ilyafdtv@yandex.ru, SPIN: 4004-413, ORCIDID: 0000-0002-2791-7180, ResearcherID: N-9456-2016
2. Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова; Рязань, Россия; namestnickova.n@gmail.com, ORCIDID 0000-0002-6391-6708.

Аннотация. *Цель* данного исследования провести адаптацию опросника «Шкала жизненной позиции» на российской выборке. **Материалы и методы.** Была осуществлена процедура перевода текста оригинального опросника на русский язык, сбор эмпирических данных у 170 респондентов (106 женщин, 64 мужчины, средний возраст респондентов 26 (SD=2,1) лет), и получение средних баллов для российской выборки методом медиан. **Результаты и обсуждение.** Были получены средние баллы (медианы) для шкал «Я» и «Ты», которые являются точками отсечения, позволяющими категоризировать Жизненную позицию тестируемого: для шкалы «Я» медиана составили 38 баллов, для шкалы «Ты» – 34 балла. **Заключение.** Результаты исследования показали, что предложенная русскоязычная версия опросника валидна и позволяет определить основную Жизненную позицию.

Ключевые слова: жизненная позиция, адаптация, шкала жизненной позиции, транзактный анализ.

Adaptation of the questionnaire «Life position scale»

Fedotov I.A.¹, Namestnikova N.V.²

1. Ryazan State Medical University; Psychiatry Department; Clinical Psychology Department; Ryazan, Russia; ilyafdtv@yandex.ru, SPIN: 4004-413, ORCID ID: 0000-0002-2791-7180, Researcher ID: N-9456-2016
2. Ryazan State Medical University; Ryazan, Russia; namestnikova.n@gmail.com, ORCID ID 0000-0002-6391-6708.

Abstract. *The purpose* of this study is to adapt the «Life Position Scale» questionnaire on the Russian sample. **Materials and methods.** The procedure was carried out to translate the text of the original questionnaire into Russian, collect empirical data: 170 respondents (106 female, 64 male, median age – 26 years old), further process the data and obtain average scores for the Russian sample using the median method; the median for I scale is 38, for U scale – 34. **Results and discussion.** Average scores (medians) were obtained for the scales I and U, which are cut-off points that allow categorizing the life situation of the test taker. **Conclusion.** The results of the study showed that the proposed Russian-language version of the questionnaire is valid and allows one to determine the basic life position.

Keywords: life position, adaptation, life position scale, transactional analysis.

Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».

Федотов И.А., Наместникова Н.В.

В начало

Актуальность

Одной из центральных концепций транзактного анализа (ТА) Э. Берна является Жизненная позиция. Данное понятие подразумевает под собой основные убеждения человека в отношении ценности себя и других – основная, глубоко укорененная психологическая позиция. (Anne, 2020).

Определяя положительную или отрицательную направленность деятельности личности, жизненная позиция оказывает регулирующее воздействие на фактическое поведение, стимулируя полезную нравственную деятельность на благо общества. Жизненная позиция значительно влияет на персональную и организационную жизнь, от неё зависит способность преодолевать трудности и успех в жизни (Бабулина, 2011).

Жизненный сценарий человека, то есть жизненный план, существующий в нашем подсознании, формируется в соответствии с выбранной жизненной позицией. Когда ребёнок принимает одну из жизненных позиций, весь свой жизненный сценарий он подстраивает под неё. По мнению Э. Берна, однажды принятая жизненная позиция (в возрасте от 3 до 7 лет) в течение жизни не меняется (Депутатов, 2014).

Существует четыре вида жизненных позиций человека, выделенных Э. Берном и Ф. Эрнстом: Я – ОК, Ты – ОК («Я в порядке – ты в порядке») – здоровая позиция; Я – не ОК, Ты – ОК («Я не в порядке – ты в порядке») – депрессивная позиция; Я – ОК, Ты – не ОК («Я в порядке – ты не в порядке») – параноидная позиция; Я – не ОК, Ты – не ОК («Я не в порядке – ты не в порядке») – шизоидная позиция (Андронникова, 2015; Стюарт, 1996).

В то же время существует недостаток объективных методов оценки жизненной позиции. В этом направлении ведутся исследовательские работы. В данной работе представлены описание процесса и результаты адаптации и валидизации русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции», разработанного Фредриком А. Бохолстом (Boholst, 2002). Данный опросник состоит из 20 утверждений, составляющих основу жизненной позиции человека по отношению к себе и другим. Эти утверждения были сформулированы автором на основании трудов Э. Берна. Опросник позволяет определить одну из четырех базовых жизненных позиций человека: здоровую; депрессивную; параноидную или шизоидную позицию. Автор в своей основной публикации предоставил возможность всем желающим переводить опросник на другие языки и адаптировать его.

Цель данного исследования – провести адаптацию опросника «Шкала жизненной позиции» на российской выборке.

Для проведения адаптации опросника были поставлены следующие **задачи**:

1. Перевод оригинального текста опросника A Life Position Scale на русский язык.
2. Проверка качества перевода, а также корректности формулировок сторонними экспертами.
3. Применение методики на испытуемых и получение массива результатов.
4. Анализ полученных результатов и определение необходимых средних показателей для использования опросника на российской выборке.

*Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».*

Федотов И.А., Наместникова Н.В.

[В начало](#)

Материалы и методы

Текст оригинального опросника A Life Position Scale был переведен на русский язык. Затем два эксперта-психолога, владеющих английским языком, проверили семантическую, концептуальную и экспериментальную идентичности. Были выбраны наиболее точные переводы и получена русскоязычная версия опросника. Далее пробная версия опросника была дана 7 экспертам-психологам, носителям русского языка, для проверки корректности формулировок. В результате были сформулированы утверждения опросника и была утверждена его финальная версия. Утверждения представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Утверждения шкалы жизненной позиции

Я+	Я-
1. Я люблю себя. 3. Я горжусь собой. 5. Я уверен в себе. 7. Я награжден своими положительными качествами. 9. Я считаю, что я безусловно хороший.	2. Я плохо к себе отношусь. 4. Я чувствую себя беспомощным. 6. Лучше бы я не появился на свет. 8. Я чувствую, что не достигну своей мечты. 10. Я думаю, что другие не любят меня.
Ты+	Ты-
11. Мне легко ценить других людей. 13. Другие люди в основном хорошие. 15. Большинству людей можно доверять. 17. Люди могут делать хорошую работу. 19. Я с нетерпением жду встречи с другими людьми.	12. Я бы хотел, чтобы некоторые люди умерли. 14. Меня раздражают другие люди. 16. Я не доверяю людям. 18. Я с подозрением отношусь к намерениям других людей. 20. Я нетерпелив к чужим ошибкам.

В дальнейшем русскоязычный опросник был апробирован на 170 испытуемых (106 женщин, 64 мужчины), средний возраст которых составил 26 (SD=2,1) лет. Для обработки полученных данных использовался метод статистической обработки данных: метод определения центральной тенденции – медиана.

Результаты

Для каждого утверждения респондентам необходимо было выбрать один из вариантов ответа: «все время», «большую часть времени», «половину времени», «иногда», «никогда». Ответам по положительным утверждениям: Я+ и Ты+ были присвоены баллы от 1 до 5 следующим образом: 5 = все время, 4 = большую часть времени, 3 = половину времени, 2 = иногда, 1 = никогда. По отрицательным шкалам, а именно: «Я-», «Ты-», баллы были перевернуты: 1 = все время, 2 = большую часть времени, 3 = половину времени, 4 = иногда, 5 = никогда. Оценки Я- были добавлены к оценкам Я+, а оценки Ты- добавлены к Ты+, создавая глобальные оценки для «Я» и «Ты».

Затем было вычислено медианное значение, которое в дальнейшем будет использоваться в качестве точки отсечения между убеждениями «Я+» и «Я-». Таким образом, верхние 50% оказались в рейтинге «Я+», а нижние 50% – в рейтинге «Я-». Та же процедура была применена к шкале «Ты»: верхние 50% обозначены как Ты+, нижние 50% как Ты-. Такая стратегия была применена в работе Фредрика А. Бохолста для определения средних баллов для факторов «Я» и «Ты», определяющих направленность Я-Ты концепции. В таблице 2 представлена описательная

статистика глобальных баллов шкал «Я» и «Ты» в оригинальном исследовании Фредерика А. Бохолста и в нашей выборке

Таблица 2.

Описательная статистика глобальных баллов шкал «Я» и «Ты» в нашем исследовании (Россия) и в исследовании Бохолста (Филиппины)

Статистика	Шкала «Я»		Шкала «Ты»	
	Россия N=170	Филиппины N=95	Россия N=170	Филиппины N=95
Среднее значение	37,02	37,30	34,29	34,96
Стандартное отклонение	6,57	5,50	4,85	5,39
Медиана	38	38	34	36
Наименьшее значение	17	12	20	11
Наибольшее значение	50	50	50	43

Также в таблице указаны и другие показатели. Для получения представления о том, насколько далеки от среднего результаты тестируемых в нашей выборке, полезны среднее значение и стандартное отклонение. У первого ряда значения сильнее рассеяны относительно среднего, чем у второго.

Как можно заметить, средние баллы по шкале «Я», полученные нами, идентичны тем, что были получены Фредриком А. Бохолстом. По шкале «Ты» баллы незначительно отличаются. Но медианные значения для шкал «Я» и «Ты» отличаются. Именно они являются точками отсечения, позволяющими категоризировать Жизненную позицию тестируемого.

Обсуждение результатов

В результате были получены пороговые значения по шкалам «Я» и «Ты», исходя из наших культурных особенностей. Как указано выше, существует четыре базовых жизненных позиций (Я+Т+, Я+Т-, Я-Т+, Я-Т-). Для того, чтобы определить к какой категории относится тестируемый, нужны вычисленные нами пороговые значения разместить на соответствующих шкалах. Например, если испытуемый набрал 40 баллов по шкале «Я» и 32 по шкале «Ты», то он будет отнесен к категории Я+Т- или «Я в порядке – ты не в порядке», потому что медиана для «Я» составляет 38, а медиана для «Ты» составляет 34.

Определяя положительную или отрицательную направленность деятельности личности, жизненная позиция оказывает регулирующее воздействие на практическое поведение, стимулируя полезную нравственную деятельность на благо общества. Жизненная позиция значительно влияет на персональную и организационную жизнь, от неё зависит способность преодолевать трудности и достигать успеха. Как упоминалось ранее, депрессивные люди чаще всего занимают позицию Я-Т+, в то время как антисоциальные, параноидальные и нарциссические личности могут занять позицию Я+Т-. С другой стороны, утверждается, что шизоидные люди и, возможно, виновные в жестоком обращении с детьми, занимают позицию Я-Т- (Anneetal., 2021). Появление адаптированной методики позволит увеличить количество исследований в этом направлении.

Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».

Федотов И.А., Наместникова Н. В.

В начало

Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».

Федотов И.А., Наместникова Н.В.

В начало

Заключение

Подводя итоги проделанной работы, можно сделать следующие выводы:

1. Была проведена адаптация опросника «Шкала жизненной позиции» на российской выборке.
2. Результаты исследования показали, что предложенная русскоязычная версия опросника валидна. Были определены пороговые медианные значения по шкалам «Я» (38 баллов) и «Ты» (34 балла), исходя из нашего собственного населения и культурных особенностей, как было рекомендовано автором этой методики Фредриком А. Бохолстом.
3. Результаты исследования могут быть использованы для клинической и исследовательской практики. Шкала позволит определить базовую жизненную позицию тестируемого.

Список литературы:

1. Андронникова О. О. Специфика сценария жизненного пути у виктимных мужчин и женщин различной гендерной дифференциации // Международная научная школа «Парадигма». Лято. – 2015. – № 8. – С. 8-21.
2. Бабулина Л. В. Развитие жизненной позиции личности // Актуальные вопросы современной науки. – 2011. – № 18. – С. 152-173.
3. Депутатов В. О. Жизненные позиции подростков: гендерный аспект. – 2014. – 255 с.
4. Стюарт Я. Современный транзактивный анализ / Я. Стюарт, В. Джойнс. – СПб. : Социально-Психологический Центр, 1996. – 332 с.
5. Anne M., Boholst F. A. Life Positions and Depression: The Role of Convictions // Psychological Reports. – 2021. – № 3. – P. 1015-1030. doi: 10.1177/0033294120928273
6. Boholst F. A. A life position scale // Transactional Analysis Journal. – 2002. – № 1. – P. 28-32.

Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».

Федотов И.А., Наместникова Н.В.

В начало

Приложение

Шкала «Жизненная позиция» (Boholst F.A., 2002 в адаптации Федотова И.А., Наместниковой Н.В., 2021)

Прочитайте утверждения, приведенные ниже, и отметьте для каждого насколько часто Вы можете отнести его к себе и своей жизненной ситуации.

Утверждение Как часто подходит	«все время»	«большую часть времени»	«половину времени»	«иногда»	«никогда»
Утверждения про себя (субшкала «Я»)					
1. Я люблю себя.					
2. Я плохо к себе отношусь.					
3. Я горжусь собой.					
4. Я чувствую себя беспомощным.					
5. Я уверен в себе.					
6. Лучше бы я не появился на свет.					
7. Я награжден своими положительными качествами.					
8. Я чувствую, что не достигну своей мечты.					
9. Я считаю, что я безусловно хороший.					
10. Я думаю, что другие не любят меня.					
Утверждения про отношения с другими (субшкала «Ты»)					
11. Мне легко ценить других людей.					
12. Я бы хотел, чтобы некоторые люди умерли.					
13. Другие люди в основном хорошие.					
14. Меня раздражают другие люди.					
15. Большинству людей можно доверять.					
16. Я не доверяю людям.					
17. Люди могут делать хорошую работу.					
18. Я с подозрением отношусь к намерениям других людей.					
19. Я с нетерпением жду встречи с другими людьми.					
20. Я нетерпелив к чужим ошибкам.					

Интерпретация

Ответы на вопросы 1, 3, 5, 7, 9 считаются следующим образом:
5 баллов = все время, 4 = большую часть времени, 3 = половину времени, 2 = иногда, 1 = никогда

Адаптация опросника «Шкала
жизненной позиции».

Федотов И.А., Наместникова Н.В.

[В начало](#)

Ответы на вопросы 2, 4, 6, 8, 10 считаются следующим образом: 1 балл = все время, 2 = большую часть времени, 3 = половину времени, 4 = иногда, 5 = никогда

Сумма баллов на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 дает показатель субшкалы «Я». Если это число больше либо равно **38**, то жизненная позиция определяется как «Я+», если меньше **38** – то «Я-»

Ответы на вопросы 11, 13, 15, 17, 19 считаются следующим образом: 5 баллов = все время, 4 = большую часть времени, 3 = половину времени, 2 = иногда, 1 = никогда

Ответы на вопросы 12, 14, 16, 18, 20 считаются следующим образом: 1 балл = все время, 2 = большую часть времени, 3 = половину времени, 4 = иногда, 5 = никогда

Сумма баллов на вопросы 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20 дает показатель субшкалы «Ты». Если это число больше либо равно **34**, то жизненная позиция определяется как «Ты+», если меньше **34** – то «Я-»

Определение жизненной позиции у клиентов с различными психопатологическими состояниями

Федотов И.А.¹, Суркова П.М.²

1. ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации; кафедра клинической психологии, кафедра психиатрии; Рязань, Россия; ilyafdtv@yandex.ru, SPIN: 4004-413, ORCIDID: 0000-0002-2791-7180, ResearcherID: N-9456-2016
2. ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет имени академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации; кафедра клинической психологии; Рязань, Россия; polik1308@mail.ru, ORCID ID0000-0002-1634-3564

Аннотация. В статье представлены результаты определения жизненной позиции клиентов с различными психопатологическими состояниями с помощью русскоязычной адаптации опросника Ф.Бохольста «Шкала жизненной позиции». Было обследовано 156 пациентов обоих полов (90 женщин и 66 мужчин) в возрасте от 21 до 47 лет, средний возраст $28,41 \pm 11,14$ лет. В исследования были включены 4 группы респондентов, приглашенных с помощью онлайн-анкетирования: люди, имеющие наркотическую зависимость (16,67%), люди, имеющие никотиновую зависимость (30,77%), пациенты с РПП (35,9%) и пациенты с проявлениями аутоагрессивного поведения в виде попыток самоубийства и самоповреждений (16,67%). Было выявлено, что преобладающая жизненная позиция позиции больных, имеющих зависимость от никотина, – «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная позиция), жизненная позиция больных, имеющих наркотическую зависимость, – «Я – ОК, Ты – ОК» (здоровая позиция), жизненная позиция девушек, имеющих нарушения пищевого поведения – «Я – не ОК, Ты – не ОК» (шизоидная позиция), жизненная позиция людей, склонных к аутоагрессивным реакциям, – «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная). На основании результатов проведенного исследования данный опросник может рекомендоваться к применению для оценки жизненных позиций не только здоровых людей, но и пациентов различных нозологических групп.

Ключевые слова: шкала жизненной позиции, жизненная позиция, наркозависимые, никотинозависимые, расстройства пищевого поведения, аутоагрессивное поведение, транзактивный анализ.

Studying the life position of clients with various psychopathological conditions

Fedotov I.A.¹, Surkova P.M.²

1. Ryazan State Medical University; Department of Clinical Psychology; Department of Psychiatry; Ryazan, Russia; ilyafdtv@yandex.ru, SPIN: 4004-413, ORCID ID: 0000-0002-2791-7180, Researcher ID: N-9456-2016
2. Ryazan State Medical University; Department of Clinical Psychology; Ryazan, Russia; polik1308@mail.ru, ORCID ID: 0000-0002-1634-3564

Abstract. The article presents the results of determining the life position of clients with various psychopathological conditions using the Russian-language adaptation of the questionnaire F.Boholst's "The life position scale". 156 patients of both genders (90 women and 66 men) aged from 21 to 47 years were examined, the average age was 28.41 ± 11.14 years. The research included 4 groups of respondents invited using an online questionnaire: people with drug addiction (16.67%), people with nicotine addiction (30.77%), patients with eating disorders (35.9%) and patients with manifestations of auto-aggressive behavior in the form of suicide attempts and self-harm (16.67%). It was revealed that the predominant life position of the position of patients who are addicted to nicotine is "I am not OK, You are OK" (depressive position), the life position of the position of patients with drug addiction is "I am OK, You are OK" (healthy position), the life position of girls with eating disorders is "I am not OK, You are not OK" (schizoid position), the life position of people prone to autoaggressive reactions is "I am not OK, You are OK" (depressive). Based on the results of the study, this questionnaire can be recommended for use to assess the life positions of not only healthy people, but also patients of various nosological groups.

Keywords: life position scale, life position, drug addicts, nicotine addicts, eating disorders, autoaggressive behavior, transactional analysis.

Актуальность

Впервые понятие «жизненная позиция» в транзактном анализе встречается в работах Э. Берна: он выдвинул гипотезу о том, что еще на ранних этапах формирования жизненного сценария ребенок уже имеет какие-то знания и представления об окружающем мире и о самом себе. Эти представления остаются с ним на всю жизнь и во многом определяют отношения с окружающими и поведение в обществе (Эйдельман Г.Н., 2016). Жизненный план, существующий в подсознании, формируется в соответствии с выбранной им жизненной позицией. В тот момент, когда ребенок выбирает одну из жизненных позиций, весь жизненный план подстраивается именно под нее. Происходит это, по мнению автора, в возрасте с 3 до 7 лет, и однажды принятая жизненная позиция после не изменяется (Депутатов В. О., 2014).

Определение
жизненной позиции
у клиентов с различными
психопатологическими

состояниями.
Федотов И. А., Суркова П. М.

В начало

Изначально Э. Берн (2004) выделил четыре базовые жизненные позиции и охарактеризовал их ключевые особенности. Определялись они в 2 измерениях: Я – ОК (я в порядке), Я – не ОК (я не в порядке) и Ты – ОК (ты в порядке), Ты – не ОК (ты не в порядке). Соответственно, мы имеем следующий перечень возможных вариантов:

Я – ОК, Ты – ОК. Данная позиция характеризуется как здоровая.

Я – не ОК, Ты – ОК. Депрессивная позиция.

Я – ОК, Ты – не ОК. Параноидная позиция.

Я – не ОК, Ты – не ОК. Шизоидная позиция (Харрис Т., 2014).

В данной статье представлено описание процесса апробации русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции», разработанного ассоциированным членом ИТАА Фредриком А. Бохолстом (Boholst, 2002) и адаптированного на русскоязычную популяцию Федотовым И.А., Наместниковой Н.В. (2021).

Целью данного исследования является апробация русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции» на клиентах с психопатологическими состояниями.

Материалы и методы

Данное исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Рязанский государственный медицинский университет им. академика И.П. Павлова» Министерства здравоохранения Российской Федерации (кафедра психиатрии; кафедра клинической психологии).

С применением русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции», разработанного ассоциированным членом ИТАА Фредриком А. Бохолстом и адаптированного на русскоязычную популяцию Федотовым И.А., Наместниковой Н.В. (2021), было обследовано 156 пациентов обоих полов (90 женщин и 66 мужчин) в возрасте от 21 до 47 лет, средний возраст $28,41 \pm 11,14$ лет. В нозологической структуре психопатологических состояний было выделено 4 группы: люди, имеющие наркотическую зависимость (16,67%), люди, имеющие никотиновую зависимость (30,77%), пациенты с расстройствами пищевого поведения (РПП) (35,9%) и пациенты с проявлениями аутоагрессивного поведения в виде попыток самоубийства, самоповреждений (16,67%).

В русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции» используется 20 утверждений. Респондента просят оценить, как часто эти утверждения соответствуют его внутреннему ощущению и убеждениям по поводу себя и окружающих людей. Ответы отмечаются в специальном бланке, после чего каждому варианту присваивается значение от 1 до 5 и ответы сверяются с ключом. Итоговый балл по каждой шкале сравнивается со средними значениями, полученными на российской выборке, и определяется направленность «Я–Ты» концепции человека. Опросник позволяет выявить одну из четырех основных жизненных позиций: Я, Ты+ (здоровая позиция); Я, Ты– (параноидная позиция); Я–, Ты+ (депрессивная позиция); Я–, Ты– (шизоидная позиция).

Максимально возможный суммарный балл по каждой абсолютной шкале составляет 50, минимально возможный – 10. Пороговые значения, полученные на российской выборке, составляют 38 баллов для шкалы «Я» и 34 балла для шкалы «Ты».

Определение

жизненной позиции

у клиентов с различными

психопатологическими

состояниями.

Федотов И. А., Суркова П. М.

[В начало](#)

Результаты и их обсуждение

В ходе исследования нами были опрошены 156 пациентов. Их ответам были присвоены баллы и обработаны в пакете в MS Excel. По шкалам Я+, Ты+ баллы присваивались следующим образом: 5 – все время, 4 – большую часть времени, 3 – половину времени, 2 – иногда, 1 – никогда. По отрицательным шкалам баллы были посчитаны противоположным образом, после чего были вычислены абсолютные значения по шкалам «Я» и «Ты». Средние значения показателей «Я» и «Ты», полученные с применением русскоязычной версии опросника «Шкала жизненной позиции», представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

Средние значения глобальных баллов шкал «Я» и «Ты» в выборках

Название шкалы	Никотинозависимые	Наркозависимые	РПП	Аутоагрессивное поведение
Я	37,72	39,07	24,74	35,81
Ты	34,04	35,69	28,66	35,04

На основании полученных данных можно сделать следующие выводы:

В ходе исследования было выявлено, что средние значения жизненной позиции больных, имеющих зависимость от никотина, по шкале «Я» равно 37,72: 64,58% респондентов принимают жизненную позицию «Я – не ОК» или «Я–». Для 35,42% исследуемых характерна позиция «Я – ОК» или «Я+».

Среднее значение жизненной позиции по шкале «Ты» равно 34,04: у 79,17% исследуемых значение позиции относительно других людей «Ты – ОК» или «Ты+». Для 20,83% исследуемых характерна позиция «Ты – не ОК» или «Ты–».

Таким образом, в ходе исследования было выявлено, что суммарная жизненная позиция позиции больных, имеющих зависимость от никотина, – «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная позиция). Можно предположить, что, находясь в этой позиции, человек не верит в возможность найти решение проблемы «здесь и сейчас», стремится сбежать от нее.

Также было выявлено, что средние значения жизненной позиции больных, имеющих наркотическую зависимость, по шкале «Я» равно 39,07: 76,92% респондентов принимают жизненную позицию «Я – ОК» или «Я+». Для 23,08% исследуемых характерна позиция «Я – не ОК» или «Я–».

Среднее значение жизненной позиции по шкале «Ты» равно 35,69. У 69,23% исследуемых значение позиции относительно других людей «Ты – ОК» или «Ты+». Для 30,77% исследуемых характерна позиция «Ты – не ОК» или «Ты–».

Таким образом, жизненная позиция позиции больных, имеющих наркотическую зависимость, – «Я – ОК, Ты – ОК» (здоровая позиция). Человек, находящийся в данной позиции, в процессе взаимодействия с другими предпочитает не давать другим людям оценки, позитивно относится к себе. Данный результат требует дальнейшего анализа и оценки, т.к. противоречит многим имеющимся теоретическим рассуждениям в этой области. Возможно, это связано с высокой склонностью наркозависимых давать неправдивые ответы, диссимулировать свое состояние из-за патологического расщепления личности.

Определение

жизненной позиции

у клиентов с различными

психопатологическими

состояниями.

Федотов И. А., Суркова П. М.

[В начало](#)

В процессе анализа было выявлено, что среднее значение жизненной позиции группе девушек с РПП по шкале «Я» равно 24,74 (92,86% обследуемых принимают жизненную позицию относительно себя «Я – не ОК» или «Я–»; 7,14% исследуемых характерна позиция «Я – ОК» или «Я+»).

Среднее значение жизненной позиции по шкале «Ты» равно 28,66. У 85,71% исследуемых значение позиции относительно других людей «Ты – не ОК» или «Ты–». Для 14,29% исследуемых характерна позиция «Ты – ОК» или «Ты+».

Таким образом, жизненная позиция девушек, имеющих нарушения пищевого поведения – «Я – не ОК, Ты – не ОК». Данная шизоидная позиция связана с убеждением, как о личном неблагополучии, так и другого. Девушки с нарушениями пищевого поведения считают, что они сами, окружающие люди и мир плохи. Их жизненный сценарий в таком случае представляет собой ситуации отвержения других и собственную отверженность.

Также нами было выявлено, что среднее значение жизненной позиции в группе людей, склонных к аутоагрессивным реакциям, по шкале «Я» равно 35,81 (61,54% обследуемых принимают жизненную позицию относительно себя «Я – не ОК» или «Я–», 38,46% исследуемых характерна позиция «Я – ОК» или «Я+»).

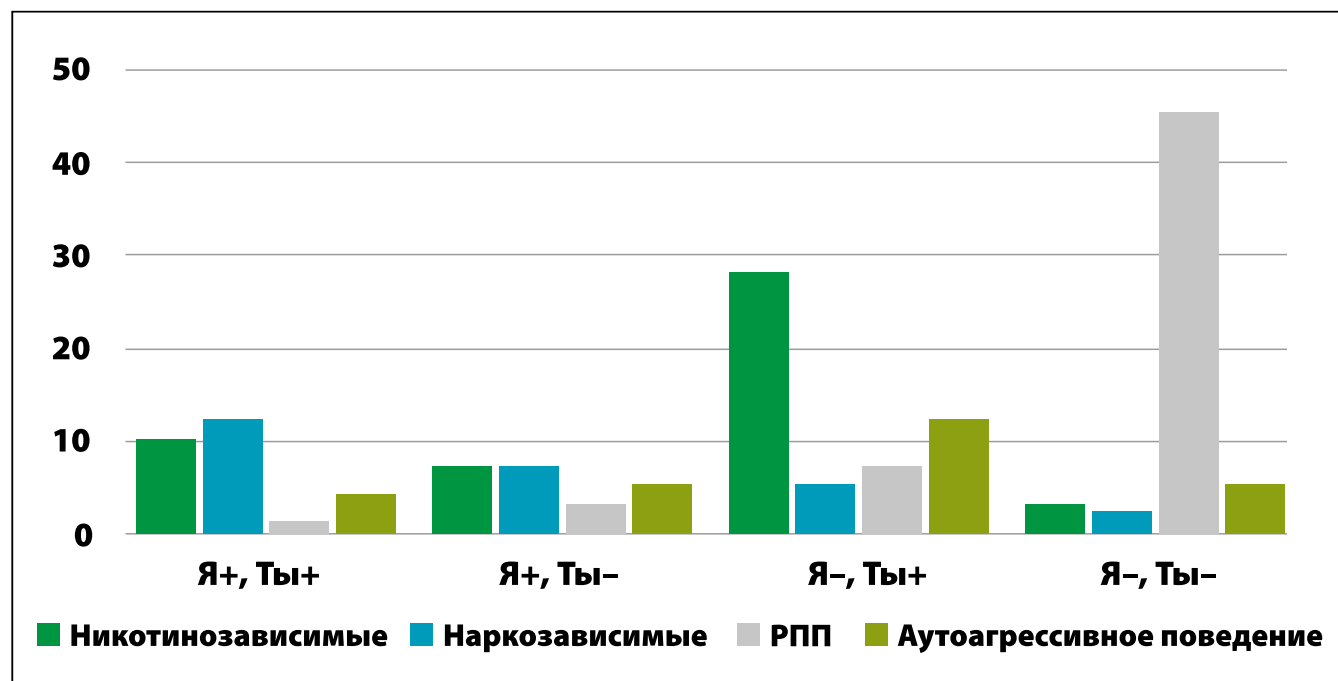
Среднее значение жизненной позиции по шкале «Ты» равно 35,04 (53,85% исследуемых значение позиции относительно других людей «Ты – ОК» или «Ты+»; 46,15% исследуемых характерна позиция «Ты – не ОК» или «Ты–»).

Таким образом, жизненная позиция людей, склонных к аутоагрессивным реакциям – «Я – не ОК, Ты – ОК». Позиция «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная позиция) связана с убеждением в пустоте и безысходности жизни. Это люди, которые живут по принципу «если бы только...» и склонны очернять себя. Данная позиция является экзистенциальной основой чувства стыда. Именно такие люди быстро впадают в меланхолию и в тяжелых ситуациях могут прибегать к актам самоповреждения и самоубийству.

Все полученные данные представлены в форме гистограммы на Рисунке 1.

Рисунок 1.

Сравнительный анализ показателей жизненных позиций в четырех нозологических группах



Определение
жизненной позиции
у клиентов с различными
психопатологическими
состояниями.
Федотов И. А., Суркова П. М.

[В начало](#)

Заключение

В статье представлены результаты определения жизненной позиции клиентов с различными психопатологическими состояниями с помощью русскоязычной адаптации опросника Ф.Бохольста «Шкала жизненной позиции». Было выявлено, что суммарная жизненная позиция позиции больных, имеющих зависимость от никотина, – «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная позиция), жизненная позиция позиции больных, имеющих наркотическую зависимость, – «Я – ОК, Ты – ОК» (здоровая позиция), жизненная позиция девушек, имеющих нарушения пищевого поведения – «Я – не ОК, Ты – не ОК» (шизоидная позиция), жизненная позиция людей, склонных к аутоагрессивным реакциям – «Я – не ОК, Ты – ОК» (депрессивная).

На основании результатов проведенного исследования данный опросник можно рекомендовать к применению для оценки жизненных позиций не только здоровых людей, но и клиентов с различными психопатологическими состояниями.

Шкала может использоваться для клинической и исследовательской практики, позволяя оценить базовую жизненную позицию тестируемого. Ее применение может дополнять психометрическую и патопсихологическую диагностику.

Литература

1. Берн Э. Исцеление души. Транзакционный анализ в психотерапии / Э. Берн. – Екатеринбург: ЛИТУР, 2004. – 272 с.
2. Депутатов В. О. Жизненные позиции подростков: гендерный аспект. – 2014. – 4с.
3. Харрис Т. Я – о'кей, ты – о'кей / Т. Харрис. – М.: Академический проект, 2014. – 255 с.
4. Эйдельман Г. Н. Особенности жизненной позиции при различных уровнях психологического благополучия у современной молодежи // Экспериментальная психология. – 2016. – Т. 9. – № 2. – С. 82–94.
5. Boholst F. A. A life position scale // Transactional Analysis Journal. – 2002. – Т. 32. – №. 1. – С. 28-32.

**МАКУШЕНКО
Ростислав
Всеволодович**

Врач-психиатр, философ, психотерапевт.

Проходил обучение ТА у Тома и Дельфины Фрезер, Грейнджер Вестон, Фелипе Гарсия, Петрушки Кларксон и Сьюзен Фиш.

Назван Д.Д. Касьяновым в предисловии к переводам книг по ТА как один из первых, кто начал обучаться Транзактному Анализу в СССР.

Резиновая лента в истории ТА и интроецированные первые тренеры

**Взгляд на развитие ТА в России одного
из первых в СССР, кто начал интересоваться
транзактным анализом и обучаться ему**

**Беседу вел ФЕДОТОВ Илья Андреевич,
главный редактор журнала
«Транзактный анализ в России»,
к.м.н., СТА (P-EATA)**

— Как Транзактный анализ появился в России?

— Насколько я знаю, впервые в России Транзактным анализом стал заниматься в Петербурге мой учитель Сергей Сергеевич Либих. До этого были переводы в Москве и Новосибирске, но это все было несерьезно. Я тогда переводил книгу Джемса. Достал её в библиотеке. Тогда это все было очень сложно – я выписал её из Америки на месяц. Сделал перевод и подготовил большой общий доклад. Я думаю, что это была первая точка.

— Когда это было?

— Я не помню точно, к сожалению. Это был примерно на год раньше, чем в Новосибирске издали книгу по Транзактному анализу.

В книге, которую я переводил, был адрес ассоциации Транзактного анализа и адрес газеты «Скрипт». После доклада я написал письмо в ассоциацию.

*Резиновая лента в истории ТА
и интроецированные первые
тренеры.*

Интервью с Макушенко Р. В.

В начало

На моё письмо откликнулся американский миллионер, специалист по ТА, Грейтер Вестерн. Он был первым, кто начал здесь реальную работу. Он приехал на встречу со мной в Санкт–Петербург, в гостиницу «Прибалтийская». Помню, что это был худощавый американец. У меня должны были остаться его фотографии. И он предложил нам открыть ассоциацию Транзактного анализа, поскольку у нас уже была, хоть и неофициальная, группа психологов, психотерапевтов, курсантов.

На свои деньги он пригласил супругов Фрейзеров, которые стали проводить 101-ый курс ТА. Мы собрали психологов и психотерапевтов. С арендой было сложно. Мы занимались в разных местах, но занятия начались. Это был первый специальный курс по транзактному анализу.

Затем, так же на свои деньги, он пригласил сюда целую группу по обучению Транзактному анализу. Это были представители Американской ассоциации ТА. Мы ничего не платили за эти семинары.

С ассоциацией произошла очень интересная история. Я в то время был одним из участников оппозиции. Мы проводили акции. Нас разогнала милиция. Я полагал, что американцы поддерживают Перестройку, борьбу с коммунистами и так далее. Поэтому я показал, как мы работаем на митингах, милицейские задержания. Но они, наоборот, отреагировали негативно. И между нами произошёл небольшой конфликт. Конечно, не все были такие, как я. Большею части психологов не нравилась моя политическая деятельность. Поэтому мы отошли от политики. Хотя в ТА были серьезные люди, которые занимались политикой. Например, Клод Штайнер, который читал у нас лекцию и касался идей ТА в политике. В частности, он описывал американских президентов в парадигме транзактного анализа.

— В чём была мотивация Г. Вестерна финансировать ТА в Советском Союзе?

— Он филантроп, как многие американцы. Тот же Билл Гейтс, который отдал состояние в научный фонд. Выгода в том, что филантропская деятельность помогает платить меньше налогов.

— Почему он финансировал именно Транзактный анализ?

— У него была своя история. Он был крупным миллионером – семейный бизнес по производству бисквитов. Затем он разорился. Он говорил, что у него в голове постоянно звучал голос отца: «Ты разорился, ты загубил фамилию!». Ему было непонятно, что делать дальше. И тут, как нельзя кстати, Транзактный анализ. Он прошёл курс лечения и обучения. Восстановился и снова стал миллионером и продолжил участвовать в работе Американской ассоциации Транзактного анализа. И затем прочёл моё письмо и решил помочь нам. Тогда многие американцы бесплатно реализовывали проекты в России.

Также он пригласил читать лекции своего учителя, Филиппа Гарсия, Петрушку Кларксон и Фишта. Последние в то время еще были гештальт-специалистами. И вообще в ТА очень много выходцев из гештальт-терапии. Та же техника 3 стульев, работа с образами имеет много мистического в своей структуре.

Финская ТА ассоциация тоже нас поддерживала. Мы довольно долго поддерживали с ними контакт. Лиза Халикас привезла нам целую библиотеку книг из Финляндии.

— Как вы считаете, советское общество было готово к появлению Транзактного анализа?

— Советское общество — нет. Большинство людей были типичными советскими людьми. Настороженное отношение и сейчас остается у

*Резиновая лента в истории ТА
и интроецированные первые
тренеры.*

Интервью с Макушенко Р. В.

В начало

многих. И на Западе тоже был такой тупик, т.к. терапия требует глубокой работы над собой. И в итоге все пришли к подобию гештальт-терапии, т.к. это осязаемо и понятно. И сейчас в ТА половина упражнений из гештальта, именно они используются как лечебные формы.

— Есть ли в России своя идентичность ТА?

— Я сторонник идеи Берна, который говорил, что Транзактный анализ для всего мира одинаков. Берн был в Австралии, Америке и говорил, что РВД везде схожи. Поэтому какой-то особой идентичности я не вижу. Если говорить о структуре личности, конечно, в России силён авторитаризм, и Родитель и Ребёнок больше занимают внутреннего пространства, чем в Америке. Но я бы отнес это не к идентичности ТА, а к особенностям диагностики. Политизировать и пытаться искать особую идентичность я считаю неверным.

— Как вы думаете, какое будущее у Транзактного анализа, куда он дальше будет развиваться?

— В зависимости от того, насколько ТА вернётся к своим истокам и отойдёт от психиатрии. Попытка ставить диагнозы при помощи ТА и привязывать РВД к шизофрении или депрессии — это совершенно пустое занятие. А вот идеи Берна, которые они обошли, мне представлялись весьма перспективными. Я еще в годы, когда были Фрейзеры, предложил свою схему РВД – не трех кружков, как все привычно рисуют, где непонятно, как они между собой связаны, а трех объемных шаров, которые могут перемещаться. Когда Грейнджер это увидел, то сказал, что только 2 ТА-шника так мыслят – я и еще один ТА-шник из Австралии. Вот если ТА вернется к биоинформационной теории, то тогда у него есть будущее. И конечно больше использовать техники медитации, т.к. ТА-шники в основном заняты анализом, кроме методик из гештальта других лечебных приемов больше нет.

— Спасибо Вам за беседу!

Присылайте свои комментарии к интервью и воспоминания о том, как вы познакомились с ТА, на почту if@ta-journal.ru.

ТЕСТИРУЕМ НОВУЮ РЕАЛЬНОСТЬ

**ДАЛИТ**
Алла Евгеньевна

предварительный обучающий и супервизирующий транзактный аналитик в области психотерапии (PTSTA-P).

Кандидат психологических наук, доцент.

Действительный член ИТАА (Международная Ассоциация Транзактного Анализа).

Я прошла личный бунт и увидела, что реформа – это ЭВОЛЮЦИЯ

Поле транзактного анализа считывает сценарий и отражает, готов ты к переменам и проверке или нет. В этом убеждена наша собеседница Алла Далит. Она сдала экзамен на получение статуса PTSTA со второй попытки. Почему? И чему научил ее полученный опыт?

Интервью взяла ЦЫГАНКОВА Наталья Александровна, маркетолог МИР-ТА

— Как Вы решили получать статус PTSTA и что стало решающим в этом плане?

— Я ничего не решала, я просто училась, потому что мне было интересно. Для меня это было потрясающе от слова «потрясать», т.к. к моменту встречи с транзактным анализом я уже была активно практикующим профессионалом. За моими плечами было 12 лет опыта. Но знакомство с ТА открыло мне такую глубину и возможности, что передо мной даже не стоял вопрос – идти или не идти туда.

И, конечно, встреча с учителем – Сизиковой Татьяной Ильиничной, была чем-то новым в плане взаимодействия с преподавателем. Я поняла, как это может быть по-другому – сильно и мощно. Чтобы вы понимали, я «с характером», не очень удобная ученица. Мне нужна глубина. И Татьяна Ильинична меня выдержала. Решающим аргументом была ее сила, которую я увидела в контакте. А потом уже поняла, что это направление дает структуру, возможность для погружения и расширения в плане аудитории и круга проблем.

Не могу сказать, что эти отношения были простыми для меня. Когда они логично завершились в момент получения мною статуса, они стали, наверное, не так важны, потому что сильная вовлеченность прису-

Я прошла личный бунт и
увидела, что реформа - это
эволюция.

Интервью с Далит А.Е.

В начало

ща больше начальному этапу. И я сейчас говорю не про положительные эмоции. Многие думают, что учитель должен им нравиться как человек, как личность. Но на самом деле это не важно. Важно то, чему ты можешь научиться. Т.к. она была крепче меня, я как будто шлифовалась об неё, как алмаз. Иногда это было больно. Иногда непереносимо. Иногда горячо. Но, как мне кажется, я получила хорошую огранку. Поэтому получение статуса СТА было вполне логичным финалом этого процесса.

Я ничего не знала о том, что это за структура, какова система обучения и сертификации – того, что сейчас важно слушателям. Просто училась, понимая, что это прекрасное обучение, что многое могу узнать для себя. Ясно было, что это непростое испытание. И именно поэтому это было важно для меня – то, что дается легко, не ценится и пользы не приносит.

Уже потом стало понятно, что сертификация — это долгая история. Многие «отпали», потому что это тяжело и финансово, и психологически. Ведь нужно было еще «высунуться» из России на мировой уровень, а здесь достаточно барьеров разного рода: личностных, политических, социальных, экономических. Для меня их преодоление — это был еще один скачок, прорыв из сценария. Для меня сценарно было важно получить признание европейской ассоциации. Я поняла, что должна это сделать для себя. Когда ты понимаешь, что ты должен сделать и зачем тебе это, тогда это происходит. Поэтому я поддерживаю многих в том, как они преодолевают свой сценарий.

Статус не даёт привилегий на территории постсоветского пространства, но это качественный скачок и возможность интегрироваться в мировое сообщество, почувствовать себя его частью. Для психолога это важно. У меня много клиентов из-за рубежа. Они, конечно, все русскоговорящие. Но такое расширение ведёт к интеграции всего человечества, всего мира. Тогда мы начинаем думать, что планета — наш общий дом, а не так что ты воюешь с соседом за кусочек огорода.

— А как было с получением статуса PTSTA?

— Когда я сдавала в первый раз, я была абсолютно убеждена, что для меня это просто. Я уже много лет преподавала. География моих учеников была весьма широка. Логично было получить статус PTSTA. Но, наверно, в первый раз я ехала туда, внутренне не готовая сценарно. Во-первых, тогда я потеряла дочь. И уже через год-полтора я поехала сдавать экзамен, но это было, скорее, обязательство перед моими учениками. Я им обещала, что я это сделаю, хотя эмоционально, личностно я была не готова. Это не было моим внутренним желанием, скорее, ответственностью. И несмотря на то, что я всё сдала, честно говоря, так же хорошо, как во второй раз, меня не пропустили. Я думаю, это поле транзактного анализа, которое считывает сценарий и отражает, готов ты или нет. Со стороны ЕАТА и экзаменаторов не было никаких веских аргументов – они просто меня не пропустили и предложили приехать ещё раз.

Я ушла в личный бунт, потому что мне было обидно и непонятно, почему я должна доказывать то, что я и так хорошо умею. И за мной окончательно закрепился имидж бунтаря, революционера, что дало конкурентам повод говорить, что я не имею права преподавать транзактный анализ. На самом деле, я могу преподавать любую психологию – я преподаватель, кандидат наук и доцент. В России я имею куда больше прав, чем многие мои конкуренты, но это было вот так. Конечно, я нашла много всяких «прорех» в ЕАТА, чтобы объяснить, почему я туда не хочу.

Однако спасибо Юле Градовой, особенно ей, потому что она очень спокойно, по-взрослому держала меня и помогла пройти через бунт

Я прошла личный бунт и увидела, что реформа - это эволюция.

Интервью с Далит А.Е.

В начало

и увидеть, что реформа — это всегда более эволюционно, чем затянувшаяся революция. Революция — это быстрая история: свергаешь власть, берешь ее в свои руки и идешь вперед. Но я не могла ее взять, потому что у меня не было статуса.

Поэтому я поехала во второй раз. Это тоже было не так просто. Не с точки зрения знаний, а именно как процесс прохождения. Это ведь и социально-политическая история, про интеграцию России в сообщество. В этот раз я столкнулась с огромным количеством протестных мыслей и отражений со стороны своих коллег со всего мира по поводу недочётов в устройстве Европейской Ассоциации. Она действительно слишком консервативна. Ей нужно что-то менять, чтобы успевать за временем.

Так что во второй раз проблемы касались организации. Было тяжело, потому что экзамен проходил онлайн. Но это было просто в плане демонстрации моих навыков. Их высоко отметили и коллеги, и комиссия. Честно признали уровень моей компетентности. Я думаю, что после того, как я прошла через внутренний блок, я смогла это показать.

— В чём заключалась подготовка к сдаче TEW?

— Наверное, это вопрос не ко мне, потому что я преподаватель с 4 класса. И я не совсем понимаю, какая нужна подготовка. Я просто выполнила требования. Достаточно сложно расписывать то, что ты делаешь уже много лет. Поэтому передо мной стояла задача – упростить и сократить.

Так же было и с СТА. Моей задачей было адаптировать так, чтобы людям, возможно, с меньшим опытом даже в переводе было понятно, что я делаю. В этом трудность для нашего поколения ТА-шников, которые задержались с получением СТА – нам не надо показать все навыки, потому что это экзамен для начинающих. Хотя начинающие — это люди, которые уже лет десять в ТА. Я думаю, это связано с тем, что ЕАТА сделали сдачу экзаменов не самой простой историей.

А сейчас появляется поколение, и я думаю, что таких специалистов будет все больше, у которых не так много клиентов, но они умеют правильным образом все преподнести. Для них не составит труда сдать СТА. Опять же, это не более чем история вашего личного сценария, а не вопрос знаний или способностей.

Я вам прямо скажу, что на мой взгляд, качество терапевта, его профессиональная компетентность и его статус, например, СТА — это абсолютно не коррелирующие между собой показатели. Я знаю десятки очень грамотных профессиональных терапевтов, которые не сдали СТА и даже не пошли. В каком-то смысле это бунт и некоторая пассивность. Но иногда это взрослая позиция – им не нужен статус. Они его воспринимают не как способ интеграции в сообщество, а как оценку. Вот такая несколько нарциссическая история. И для меня это было преодолением нарциссической травмы, стыда, что ты не того качества, раз в Европе и без статуса. Компетентность, я думаю, моя давно уже на месте.

И следующий экзамен TSTA — тоже не со всем про компетентность. Безусловно, это про рост, но лучшее – враг хорошего. Передо мной не стоит вопрос быть лучшей или достичь какой-то вершины. Может быть, это вопрос моего созревания, потому что экзамены для меня как жизненные вехи. Это не про получение статуса. Те, для кого важно только это, сдают быстро, потому что это не так сложно. Я думаю, что многие наши выпускники из МИР-ТА квалификационного уровня скоро поедут сдавать СТА. Пойдёт такая волна, заключат контракты, со мной или с Дмитрием Ивановичем. Сдадут, приедут, скажут «спасибо», потому что возьмут эту планку, т.к. у нас достаточно высокий уровень образования.

Я прошла личный бунт и увидела, что реформа - это эволюция.

Интервью с Далит А.Е.

В начало

Опять же, это схватка со сценарием – преодоление приказаний: «не совывайся», «не будь первым», «не будь лидером», «не делай», «не принадлежи». Я преодолевала «не принадлежи», например. Оба экзамена для меня про принадлежность.

— Причём это, наверное, в каком-то смысле важнее в работе психотерапевта, чем сами знания?

— Честно говоря, я думаю — да. Поэтому, если вы едете сдавать экзамен для выхода из собственного сценария – браво! А если вы едете, чтобы получить статус, бумажку, дополнительную строчку регалий в соцсетях, чтобы пускать пыль в глаза своим клиентам, что вы весь такой титулованный, этого недостаточно, чтобы получить мое уважение.

Если человек смог преодолеть какие-то трудности, у него хватило для этого характера — окей. Это как с диссертацией – обязательно нужен характер и усидчивость. Когда я ее защищала, это не был вопрос продвижения науки. Сейчас об этом я жалею, потому что, если бы для меня это был вопрос продвижения науки, я бы гордилась своей диссертацией, а так это просто звание – «кандидат наук». Науку сильно это не продвинуло, хотя диссертация интересная. Кстати, на основе Транзактного анализа.

— Как проходил сам экзамен и как проявил себя онлайн-формат?

— Онлайн-формат дал возможность завершить долгий процесс подготовки к экзамену. Он занимает так много времени по разным причинам. Там действительно много этапов, начиная от самого содержания: письменная подготовка, записи, плюс количество часов, которые ты до этого должен получить. Когда студенты приходят на базовый уровень, первое, что их волнует — это сертификация. А у них ещё клиентов особо нет. И нужно объяснять, что даже формально, чтобы выйти на этот экзамен, нужно иметь ни одну сотню часов практики.

Мне, конечно, хотелось поехать в Венгрию, где я должна была сдавать очно, но я благодарна, что это было онлайн, потому что нужно было завершить процесс. Завершение — психологически очень важный момент. Когда что-то откладывается раз за разом, энергия теряется и ее трудно собрать.

Технически было сложно. У EATA свои представления насчет онлайн-работы. Они не до конца понимают, что преподаватели выступают недолго, а мы сидим по семь часов почти 5 дней подряд максимально включенные. Нелегко было и переводчикам. Постоянно быть в таком напряжении сложно. Хотя в чем-то онлайн сдавать проще – не нужно куда ехать. Но и есть свои сложности – у тебя нет живого контакта.

— Можете рассказать про чувства и инсайты, после того, как сдали экзамен после того, как получили статус?

— Учитывая личный процесс, который я описала, у меня нет эйфории, у меня нет «ура!». У меня есть чувство завершенности и удовлетворения. Это ровная радость, как празднование очередного движения. То есть взрослые чувства.

— Поделитесь, пожалуйста, пожеланиями для СТА, которые собираются сдавать TEW.

— Выше я сказала – делайте это не для статуса, а для своего взросления, чтобы вам самим не было стыдно. Если человек сдал, но внутри он далек от настоящих знаний, ему придется всю жизнь жить в этой

Я прошла личный бунт и
увидела, что реформа - это
эволюция.

Интервью с Далит А.Е.

В начало

нарциссической персоне. А так душа сохнет. Такие специалисты опасны и токсичны, а простому клиенту их сложно распознать.

Мой совет: определите для себя, зачем вам нужен этот статус, почему вы идёте сдавать этот экзамен. Там должно быть не меньше пяти пунктов. И среди них должно быть не больше одного пункта, касающегося продвижения себя. Все остальное должно касаться вашей личной и профессиональной компетенции. Так же поймите, что вы будете с этим делать. Это вложение. И если вы вложите и не получите то, что хотели, не финансово, а, например, эмоционально, то вы сами себя отравите.

Я считаю, что на сегодняшний день СТА — это логичный статус для завершения обучения психотерапевта. К сожалению, нет пока российской сертификации. Может быть это и хорошо, т.к. мне кажется, что по уровню взрослости в России не готовы к сертификации. Кумовство, красивые глаза и прошлые заслуги у нас важнее, чем компетенции.

Если вы идёте получать PTSTA, вы должны понимать, что это временный статус. Вам придётся очень вложиться, чтобы вам присвоили TSTA, поэтому пропишите для себя зачем вам это нужно. В получении статуса TSTA есть смысл. Но нет смысла идти на TEW (PTSTA), если не собираешься двигаться дальше. Времени дается не так много – всего 7 лет. И можно заключить еще один контракт на 7 лет. Но это большая и серьезная работа. Я думаю, поэтому у многих, кто защитил PTSTA очень меняется личность – с ними становится тяжелее в контакте. Я задаю себе вопрос – меняюсь ли я? В чем-то я стала строже, категоричнее, менее доступна. Я вижу это и отслеживаю, чтобы не стать личностно менее доступной, не быть похожей на многих, кто просто пользуется статусом, особо ничего не давая взамен, т.к. им самим было трудно через это проходить, поэтому они делают этот процесс трудным для своих учеников.

Я сразу заявила, что делаю это ещё и для того, чтобы сделать сертификацию для наших ТА-шников легче, чем это было даже для нас. Это как раз один из пунктов в моем списке. Такой девиз — «сделать легче». Это не значит, что будет очень просто. Мои ученики понимают, что за этим нет той лёгкости, о которой можно подумать, но я считаю, что гордиться своей компетентностью — это хорошее чувство. Ради этого стоит вложиться. Поэтому я делаю процесс обучения трудным для учеников, чтобы сертификация прошла легче. Легче чем для нашего поколения — эмоционально, личностно. Хорошо еще бы упростить бюрократические процессы. Для этого мы в МИР-ТА делаем всё возможное, оказываем максимальную поддержку. Наше обучение благодаря тому, что оно поддержано государством, имеет структуру. Не так, как мы – куда-то ездили, у кого-то учились, какие-то бумажки получали. Мы тогда об этом не думали ни в коем случае. Но сейчас мир изменился. Бумажки стали важнее, и это нужно учитывать, хотя не в коем случае не ставить во главу угла. Но нужно быть в себе уверенным, чтобы никто не мог ткнуть в тебя пальцем и сказать, что ты шарлатан. Надеюсь, что наших учеников это не коснется.

— Правильно ли я понимаю, что, получив статус PTSTA, есть время на подготовку, и далее через семь лет нужно просто подтвердить компетенции?

— Совсем не просто за 7 лет выполнить все требования: определенное количество часов супервизии, часов преподавания под супервизией, часов участия в конференциях, написанных статей, ведение своего учебного курса. Требований огромное количество! Сейчас я нахожусь под большим супервизионным контролем, чем была последние годы. Мой супервизор, Дмитрий Иванович Шустов,

Я прошла личный бунт и увидела, что реформа - это

эволюция.

Интервью с Далит А.Е.

В начало

не даёт расслабиться. Это серьёзные семь лет. Затем трехступенчатый экзамен для подтверждения, а затем трехфазный экзамен на получение статуса TSTA.

— То есть, по сути, это разные вещи, отдельный совершенно экзамен? Хотя и в названии стоит предварительный, это ещё ничего не значит?

— PTSTA вообще не называют экзаменом, хотя по сути это экзамен. И все мои коллеги, восемнадцать человек, которые сдавали со мной, были согласны, что это настоящий экзамен. Но EATA почему-то важно декларировать, что это тренинг. В этом для меня есть двойное послание, т.к. мы до последнего не понимали – пройдем мы его или нет. Это было достаточно напряжённо. На последнем круге я сказала, что честнее было назвать этот процесс экзаменом, что, конечно, вызывало некоторое возмущение. Там своя политика и свое понимание.

А TSTA — это серьёзное испытание, поэтому не много TSTA-ев. У нас катастрофически мало сертифицированных специалистов, и в СТА и в PTSTA. А в TSTA их всего пять! И вот вопрос — почему? Я думаю, что здесь два контекста. Первое — это сложности с нашим багажом: возможностями, менталитетом. Долгое время мы были изолированы и отсутствовала взаимоподдержка у сертифицированных. Сертифицированные редко объединяются и сотрудничают. А иногда ученики, сдавшие СТА, больше не хотят даже контактировать со своими преподавателями. Я считаю, это то, что нужно исправлять — нужно больше поддержки для сертификации со стороны старших. Да, было сложно, особенно первым. Мы были «вторыми» из России, и мы «посягали на территорию». Но Россия большая! В одной Москве сколько групп. ТА надо развивать. Поэтому жаль, что было мало сотрудничества на начальных этапах. ТА-шники не смогли, как гештальтисты, например, объединиться. Возможно, у нас не было такого заинтересованного лидера. И нет до сих пор. И сейчас иногда можно узнать о «ревности» преподавателей, когда ученики выбирают терапевтов или семинары других коллег. Когда меня спрашивают ученики, я говорю: «Конечно, ходите везде, где можете. Найдите своего преподавателя, того, кто вам подходит». Но от нас редко уходят и к нам очень часто возвращаются те, кто ушёл.

Надеюсь, что ситуация поменяется. Возможно, лидером станет не личность, а организация. Вполне может быть, что такую роль сыграет наш институт МИР-ТА. Мы уже успешно объединяем усилия и людей.

Преподавание — это тяжёлая работа. Не для всех. Ты на виду, ты прозрачен. На тебе огромная ответственность. И ты — живой человек. Привязываешься к ученикам, переживаешь за них. У меня есть печальный опыт, когда ученики ранились, не выдерживали и уходили. По некоторым я скучаю очень долго. Они, скорее всего, даже не догадываются об этом — мне важно всем дать внимания одинаково. Но обычно я строже с теми, в ком вижу талант. И теперь новая веха, новый уровень. Вывести «своих птенцов» в большой мир, представить их сообществу. Это меня вдохновляет.

Хотите прокомментировать интервью, поделиться своим опытом прохождения экзаменов, пишите на почту if@ta-journal.ru.

**ГОЛЕНЁВА
Алла Петровна**

СТА в психотерапии. Опыт работы 20 лет в концепциях и методах ТА.

Провожу индивидуальную работу по запросу клиента. Опыт ведения групп:

- ▶ Две разные группы эмоционального сопровождения в процессе обучения ТА;
- ▶ Терапевтическая долгосрочная группа – 8 лет (проблемы с сепарацией и выход в автономность);
- ▶ Терапевтическая группа – 3 года;
- ▶ Терапевтическая группа (перерешение) – 1 год. В настоящий момент группа проводится в онлайн-формате (групповая цель – развитие спонтанности и близости в отношениях).

Утром я погуляла в парке, а на экзамене получила поглаживания

Путь от контракта до сдачи экзамена на статус СТА наша собеседница проходила 10 лет. Для Аллы Голенёвой было важно завершить его получением сертификата. Во время подготовки и сдачи у нее появились свои лайфхаки, которые пригодятся будущим кандидатам на статусные звания. Она поделилась ими в интервью.

**Беседовал ФЕДОТОВ Илья Андреевич
главный редактор «ТА в России»,
к.м.н., СТА(р)**

— Как Вы решили получать статус СТА? Что было решающим в начале этого процесса?

— Мой путь к получению статуса СТА был достаточно долгим. Первый контракт я заключила еще в процессе обучения в 2005г и потом, по его окончании, в 2010 г. Я прошла обучение у одного преподавателя и у нее же потом долго супервизировалась. Когда первый контракт закончился, мы решили, что мне необходимо пойти к другому супервизору.

Утром я погуляла

в парке, а на экзамене

получила поглаживания.

Интервью с Голёвой А.П.

В начало

Но, расставшись и попрощавшись с ней, я не сразу определилась со вторым контрактом. В то время я больше занималась личностными вопросами, чем уделяла время профессиональному продвижению.

Однако у меня всегда было ощущение, что просто необходимо закончить этот процесс. И для меня завершением, конечно, являлся сертификат. А для этого нужно было сдать экзамен. Ещё хотелось развития, именно в ТА, и подтверждения своих знаний, поэтому я всё время думала в этом направлении — когда и как сдавать экзамен. Ускорило моё решение то, что я узнала, что сдача будет проходить в Санкт-Петербурге. Я заключила контракт с другим супервизором, чтобы сдать экзамен в 2021-ом году. Он должен был состояться в мае.

Немаловажную роль сыграло то, что я нашла поддержку у коллеги. Она была на том же этапе своего развития, тоже писала работу. Так же у нее это был второй контракт. Поддерживая друг друга, мы проходили этот путь.

— Когда Вы узнали, что очный экзамен не состоится из-за противоэпидемических ограничений и придётся сдавать онлайн, что Вы почувствовали?

— Я думаю, что на всех нас повлиял переход в онлайн. В апреле 2020-ого года были введены запреты на передвижение, и оставались клиенты, которые хотели продолжать работать, поэтому несмотря на то, что я раньше не очень-то любила этот формат, в это время пришлось полностью перейти в онлайн. И когда стало известно, что экзамен не будет проводиться вживую, я уже была морально к этому готова.

Когда была одобрена моя письменная работа, я организовала себе терапевтическую онлайн-группу в Zoom с целью освоения площадки. С моей точки зрения, легче попрактиковаться заранее. Все же экзамен — это достаточно волнительно.

— Если весь процесс подготовки к экзамену разбить на логические блоки, то какие этапы Вы можете выделить?

— Я думаю, что весь процесс можно разделить на два серьезных этапа — подготовку к письменному и устному экзамену. Написание работы у меня заняло достаточно много времени, потому что я начала, еще когда училась. Потом был перерыв длиной 5 лет, связанный с моими личными событиями. Позже я вернулась к этой работе. И когда решила, что в 2021г я буду защищаться, стала серьезно уделять этому время. Закончила и отправила. После этого я испытала большое облегчение, т.к. завершился большой этап. Это был непростой путь, как профессионального, так и личностного развития.

— Можете более подробно поделиться про личностный процесс, как Вы проходили его, как справлялись с сопротивлением?

— Сейчас я думаю, что все личностные сопротивления, кроме тех событий, которые происходили в жизни — я потеряла мужа и пока проживала горевание, отложила написание работы, связаны со сценарно-симбиотическими паттернами. Как мне кажется, этот путь связан с выходом из сценария.

— Примите мои соболезнования в связи с трагедией... Как проходил сам экзамен? Как осуществлялось общение с экзаменаторами?

— У меня остались хорошие впечатления. Я бы даже сказала неожиданно хорошие. Мой экзамен прошёл спокойно и гладко. Мне было

Утром я погуляла
в парке, а на экзамене
получила поглаживания.
Интервью с Голенёвой А.П.

В начало

комфортно. Я ощущала поддержку экзаменаторов. Один из них задал мне теоретический вопрос: могу ли я перечислить потребности в отношениях по Эрскину. Я задумалась – так сразу не вспомнишь. На память пришли 4, и я стала пробуксовывать. И один из экзаменаторов конфронтировал тому, кто задал мне вопрос – у них не было цели оценивать мои теоретические знания. Важен мой практический опыт, связанный с осознанием концепций ТА. Это меня поддержало. Так же большой поддержкой были поглаживания от экзаменаторов за ответы.

— Ваши экзаменаторы были из других стран?

— Да.

— Было ли ощущение, что есть какие-то недопонимание, какие-то культуральные отличия, которые препятствуют тому, чтобы прийти к общему заключению?

— Нет, у меня не было культурного диссонанса или ощущения недопонимания. Единственное, один экзаменатор задал вопрос таким образом, что я не сразу поняла, о чём нужно говорить. Сначала я думала, что он не из психотерапии, а из организационного ТА. Уже после я просмотрела запись экзамена, и стало понятно, как важно при подготовке устного экзамена разговаривать о транскриптах и концепциях ТА, с ними связанных, с разными супервизорами. Это обогащает копилку взглядов и возможных формулировок вопросов. Вроде бы концепции одинаковые, но каждый смотрит на них по-разному. Поэтому, возможно, из-за тревоги кажется, что не совсем понимаешь, о чем речь. Мне помогали размышления вслух. Потом я выходила на концепцию, связанную с конкретным вопросом. Важный момент при подготовке – проанализировать каждую интервенцию в транскрипте на предмет того, какую концепцию вы здесь можете применить.

— Какие основные инсайты вы вынесли из экзамена?

— Основное чувство — удовлетворение от того, что я сдала, что это завершилось. Я испытывала приятное удивление, что все прошло позитивно и я получила довольно высокие оценки. Я бы не сказала, что вынесла какие-то инсайты. Все же это не терапевтическая история. Скорее, это о том, как оставаться во Взрослом во время сдачи экзамена. Единственное, что я отметила – внутри экзамена ощущаешь себя иначе. Просматривая запись, я по-другому услышала вопросы, которые мне задавали. Видимо, в процессе сказывалось волнение. И то, о чем я уже выше сказала – важно рассматривать каждую интервенцию в своем транскрипте с точки зрения концепций ТА. Однако такой пост-анализ никоим образом не уменьшил мое удовольствие и удовлетворение от завершения такого непростого процесса.

— То есть важно давать ТА-описания и ТА-интерпретации тому, что происходит?

— Именно подводить ТА-концепции под каждую интервенцию. Вопросы были как раз об этом. Стоит обратить внимание на комментарии, которые прописаны в оценке письменного экзамена. Экзаменаторы всегда пишут подробную обратную связь. Ее нужно учитывать при подготовке к устной сдаче.

— Спасибо за подведение итогов. Алла, скажите, пожалуйста, как поменяется Ваша практика теперь, когда Вы уже проделали такой путь?

— Написание письменной работы в большей степени структурирует подход к терапии клиента. После устного экзамена яснее выстраи-

Утром я погуляла
в парке, а на экзамене
получила поглаживания.
Интервью с Голенёвой А.П.

[В начало](#)

вается процесс обдумывания, которое сопровождает терапию вне консультаций – во время подготовки или после них.

— То есть больше структуриности и больше понимания процессов?

— Да.

— Скажите, пожалуйста, чтобы Вы пожелали тем кандидатам, которые готовятся к сдаче СТА?

— Верить в свои силы и знать свои сильные стороны, опираться на них, давать и организовывать себе поддержку. Это очень важный момент. Я сдавала экзамен при поддержке своего терапевта и коллеги, с которой мы вместе шли – она сдала в конце апреля. Так же важна самоподдержка. Утром, перед самым экзаменом, я пошла гулять в парке, чтобы напитаться от созерцания природы, от прогулки. Для меня было важно обрести устойчивое состояние. И ещё я желаю максимально взять себе разрешение размышлять прямо на экзамене. Даже если у вас не сходу готов ответ, просто начните говорить. В процессе размышлений он обязательно придёт.

Какие рекомендации Аллы Голенёвой вам показались наиболее полезными или неожиданными? Поделитесь с нами. Пишите по адресу if@ta-journal.ru.

ТА, тайфун, море, вулкан



Начиная с 1996 года я активно принимала участие в Летних Школах Института Восточно-Европейского Психоанализа и Института Психотерапии Консультирования «Гармония» в Санкт-Петербурге, а также посещала с 2007 года Международные и Европейские Конференции ТА. Такие школы проводят и наши коллеги с Украины (УСТА).

Когда я стала глубоко изучать Транзактный Анализ с 2000 года, то уже тогда вынашивала идею о том, чтобы тоже организовать Летнюю Школу Транзактного Анализа. С 2013 года я начала обучать Транзактному Анализу интересующихся ТА в России. И вот наконец-то летом 2021 года при поддержке моих студентов и информационной поддержке СОТА я организовала эту Летнюю Школу ТА.

Виват! Она состоялась. Учитывая опыт моего участия в других Летних Школах, я взяла как ресурс, что если кто-то проводит, то и я это могу сделать.

Моей идеей было то, чтобы сами студенты принимали активное участие в мастер-классах. Благодаря энергии и энтузиазму Дианы Миракян и Натальи Согоновой (мои студенты) мы стали приглашать желающих принять участие. И многие откликнулись на мое предложение! Провести мастер-классы в Анапу прилетели и студенты других преподавателей: Елены Соболевой и Аллы Бабиц. Также мастер-классы делали психологи и из других модальностей.

Перед самой Летней Школой участникам была организована культурная программа с посещением действующего вулкана, где мы покупались не только в его кратере, но и в бочках с вином «Изабелла». Мы славно повеселились и поиграли в целебной грязи. Воистину это было перерождением! Находясь полностью в вулканической грязи, кто-то в шутку кричал: «Убери свои грязные ноги!» Как раз в это время в Анапе разразился невиданный за 80 лет тайфун. Природа как будто решила по-своему «приветствовать» нашу Школу. Однако мы успели захватить несколько солнечных дней и искупаться в море.

Я получала огромное удовольствие, посещая мастер-классы опытных мастеров и студентов, гордилась их силой и профессионализмом.

ШЁХОЛМ Людмила Юрьевна

психолог, психоаналитик, РТСТА(р),
супервизор, член СОТА и ЕАТА,
Санкт-Петербург, Хельсинки

Каждое утро начиналось с медитации, которую проводила Евгения Гущина.

Подробно о том, кто и какие мастер-классы провел, можно прочитать в пресс-релизе ниже.

А я зову всех желающих в 2022 году на Вторую Летнюю Школу ТА в Анапе. Она состоится в августе, даты уточняются. Пишите мне в личном сообщении в Facebook.

Приглашаю вас принять активное участие и жду ваших предложений по наполнению программы следующей Летней Школы ТА в Анапе. Смелее!

Летняя школа ТА в Анапе



12 – 14 августа в городе Анапа в помещении санатория «Анапа-Океан» прошла первая международная Летняя Школа Транзактивного Анализа при информационной поддержке СОТА и Life TA Mastery



Участвовало 37 человек из 10 городов России: Анапы, Екатеринбурга, Ростова-на-Дону, Краснодара, Москвы, Мурманска, Невинномысска, Новороссийска, Серова, Самары, Ставрополя, Санкт-Петербурга, а также ближайшего зарубежья: Беларуси – Минска и Финляндии – Хельсинки.

Приветствовали участников:

1. **Шёхолм Людмила** – Россия, Санкт-Петербург – Финляндия, Хельсинки, PTSTA(р)
2. **Розмари Напер** – Великобритания, TSTA(с,о,е)
3. **Марайка Арендсен Хайн** – Нидерланды, TSTA(р, с)
4. **Соболева Елена** – Россия, Санкт-Петербург, TSTA(р), вице-президент EATA
5. **Кочурова Инна** – Россия, Санкт-Петербург, продвинутый ТА-практик, Президент СОТА.



ТА, тайфун, море, вулкан.
Летняя школа ТА в Анапе

В начало



Прошли мастер-классы следующих спикеров:

1. **Соболева Елена** – практический психолог, TSTA(p), супервизор, вице-президент EATA, делегат EATA от COTA, награждена серебряной медалью EATA, Санкт-Петербург. – «Еще раз про любовь».
2. **Шёхольм Людмила** – психолог, психоаналитик, PTSTA(p), супервизор, член COTA и EATA, Санкт-Петербург. – «Работа с чувством вины».
3. **Голенёва Алла** – СТА(p), член COTA и EATA, Москва. – «Теория подхода перерешения в ТА и практика работы с «пустым стулом»
4. **Градова Юлия** – психолог, организационный консультант, бизнес-тренер, коуч, сертифицированный тренер СПТ и РСМ, директор МИРТА, член COTA и EATA, Санкт-Петербург. – «Эволюция драйверов»
5. **Виноградова Елена** – психолог, член COTA и EATA, консультант, специалист по телесно-ориентированной терапии, автор и ведущая тренинговых программ, лауреат Международного конкурса «Психолог года 2019 г.», (г. Казань), автор публикаций по теории стресса, эмоций, принятию решения, Серов. – «Телесное осознание. Контакты, его виды и каналы контакта. Дистанция и границы. Заземленность, опоры».



*ТА, тайфун, море, вулкан.
Летняя школа ТА в Анапе*

В начало



6. **Гущина Евгения** – психолог, магистр, член СОТА и ЕАТА, Санкт-Петербург. – *«Метта-медитация любящей доброты. Духовные практики в развитии личных качеств специалистов помогающих профессий».*
7. **Миронов Павел** – гипнотерапевт, телесно-ориентированный терапевт, кинезиолог, звукотерапевт, Москва. – *«Звукотерапия как инструмент исцеления эмоционального интеллекта»*
8. **Ермолаева Елена** – психолог-педагог, сказкотерапевт, икогенолог-кинестезиолог, член ОППЛ, член АКПП, Москва. – *«Сказка сказывается – дело делается».*
9. **Кочеткова-Корелова Ольга** – психолог в области ТА, ведущая тренингов, журналист, страстный любитель танцев, член СОТА и ЕАТА, Москва. – *«Танец по жизни и в отношениях».*
10. **Барсукова Светлана** – психолог-консультант в области ТА; **Тайницкая Ирина** – клинический психолог, семейный психолог, сексолог (опыт работы 8 лет), Ростов-на-Дону. – *«Телесный сценарий и работа с пищевым поведением через призму ТА».*
11. **Ульянова Ольга** – практический психолог, преподаватель ВУЗА, член СОТА и ЕАТА, Самара. – *«Синдром самозванца».*

ТА, тайфун, море, вулкан.

Летняя школа ТА в Анапе

В начало

Даны групповые супервизии сертифицированными тренерами EATA: *Соболевой Еленой* TSTA(p) и *Шёхолм Людмилой* PTSTA(p).

Проведена встреча по коучингу (ТА – консультирование) выстраивания профессиональной карьеры – *Градова Юлия*.

А также проходили неформальные обсуждения затронутых тем, обмен позитивными поглаживаниями, теплыми объятиями, веселый банкет и увлекательные экскурсии.

Выражаем **глубокую благодарность** вдохновителю мероприятия ***Шёхолм Людмиле*** и организаторам: ***Миракян Диане***, главному врачу санатория «Анапа-Океан», психиатру, психотерапевту, члену COTA и EATA, ***Согоновой Наталье***, директору санатория «Анапа-Океан», члену COTA и EATA за их организаторские таланты и теплую заботу о всех участниках «Летней Школы ТА 2021».

Выражаем **огромную благодарность** в эмоциональном стимуле и информационной поддержке украинским коллегам из УСТА ***Исаевой Наталье*** PTSTA(p) и ***Короленко Лане***, нашему переводчику ***Ольге Табачишиной*** (Санкт-Петербург) и многим другим коллегам, поддержавших столь значимую инициативу советами и поддержкой, без которых мероприятие не состоялось бы таким вдохновляющим и позитивным.



ДАВАЙТЕ ЗНАКОМИТЬСЯ!



Санкт-Петербургская Организация Транзактивного Анализа

Санкт-Петербургская Организация создана в 1993 году с целью объединения психологов, социальных и медицинских работников, учителей и преподавателей, а также лиц других профессий, ставящих своей целью изучение и обобщение опыта Транзактивного Анализа и распространение среди широкой общественности знаний и информации, относящихся к теории и практике этого направления. СОТА является коллективным членом Европейской Ассоциации Транзактивного Анализа и на сегодняшний день имеет списочный состав 466 члена.

COTA

[В начало](#)

Действующий делегат в ЕАТА от России – **Соболева Елена** (TSTA (p)).

Среди наших членов коллеги из 49 городов России от Сахалина до Калининграда: Анапы, Архангельска, Барнаула, Белгорода, Бахчисарая, Великого Новгорода, Волгограда, Дмитрова, Евпатории, Екатеринбурга, Иваново, Иркутска, Йошкар-Олы, Калининграда, Кисловодска, Краснодарара, Костромы, Кемерово, Кирова, Москвы, Минеральных Вод, Мурманска, Новосибирска, Нальчика, Невинномысска, Нижнего Новгорода, Новороссийска, Новоульяновска, Омска, Пятигорска, Реутова, Рязани, Ростова-на-Дону, Санкт-Петербурга, Самары, Севастополя, Серова, Симферополя, Ставрополя, Сургута, Твери, Тулы, Тюмени, Уфы, Холмска, Череповца, Читы, Экажево и Ялты. И 10 стран ближнего и дальнего зарубежья: Австрии, Австралии, Азербайджана, Беларуси, Болгарии, Германии, Казахстана, Киргизии, Украины, Финляндии.



У нас на сегодняшний день 25 статусных членов с европейской сертификацией:

5 TSTA(p):

Володин Борис – Рязань

Гусаковский Владимир – Санкт-Петербург

Сизикова Татьяна – Санкт-Петербург

Соболева Елена – Санкт-Петербург

Шустов Дмитрий – Рязань

1 TTA – ITTA

Кононова Дина – Москва

7 PTSTA(p):

Агибалова Татьяна – Москва

Бабич Алла – Ставрополь

Далит Алла – Кисловодск

COTA

[В начало](#)

Зуйкова Надежда – Москва
Куандыкова Рахима – Алмаата, Казахстан
Лазаренко Елена – Санкт-Петербург
Шёхолм Людмила – Санкт-Петербург – Хельсинки

12 СТА(р):

Брегвадзе Дали – Санкт-Петербург
Вяткина Ольга – Москва
Гожий Игорь – Москва
Голенёва Алла - Москва
Двойнишникова Виктория – Москва
Загурская Мария – Алма-Ата, Казахстан
Кравцова Алевтина – Санкт-Петербург
Лутай Майя – Москва
Пингарёва Ирина – Санкт-Петербург
Речкина Елена – Москва
Сунцова Татьяна – Алма-Ата, Казахстан
Федотов Илья – Рязань

И 67 контрактников на подготовку к сдаче международного экзамена на СТА.

С 2019 года работает комитет по стандартам обучения и оформляет сертификаты на основании сертифицированных часов практики и супервизий в двух статусах: **«Практик ТА»** и **«Продвинутый практик ТА»**.

Звание **«Продвинутый практик ТА»** присвоено:

Речкиной Елене – Москва
Уильямс Татьяне – Санкт-Петербург
Кочуровой Инне – Санкт-Петербург
Белявцовой Ирине – Санкт-Петербург
Бородкиной Анастасии – Москва

Звание **«Практик ТА»** присвоено:

Аверкиной Светлане – Севастополь
Бегуновой Веронике – Екатеринбург
Кошелевой Ольге – Санкт-Петербург
Радыгиной Юлии – Санкт-Петербург
Гусевой Юлии - Санкт-Петербург
Королевич Ольге – Ростов-на-Дону
Егоровой Анне – Ростов-на-Дону
Каримовой Светлане – Холмск, Сахалин
Ландышеву Петру – Краснодар
Шовиной Елене – Мурманск
Неженцевой Алёне – Пятигорск

COTA

В начало

Организационную работу осуществляет Совет COTA и комиссии. Этим летом состоялись перевыборы совета, комиссий и элект-президента.

**5 президентов COTA:**

Елена Гамзина, Елена Соболева, Владимир Гусаковский, Алла Иванова, Инна Кочурова

Элект-президентом избрана **ВИКТОРИЯ ТРОФИМОВА** – Санкт-Петербург, приступает к исполнению обязанностей президента COTA с 1 сентября 2022 года

Состав нового COTA:

Инна Кочурова – Санкт-Петербург – действующий президент

Аверкина Светлана – Севастополь

Башарина Александра – Санкт-Петербург

Ермилова Марина – Москва

Зуйкова Надежда – Москва

Каримова Светлана – Холмск, Сахалин

Кононова Дина – Москва

Кравцова Алевтина – Санкт-Петербург

Лиходиевская Анастасия – Санкт-Петербург

Маева Инесса – Краснодар

Соковнина Марина – Санкт-Петербург

Кооптированные члены совета:

Соболева Елена – Санкт-Петербург

Уильямс Татьяна – Санкт-Петербург

Ревизионная комиссия:

Лик Наталья – Санкт-Петербург

Смищенко Ольга – Санкт-Петербург

[СОТА](#)[В начало](#)**Этический комитет:****Гамзина Елена** – Санкт-Петербург**Бабич Алла** – Ставрополь**Литвинова Ангелина** – Москва – председатель ЭК**Комитет по стандартам обучения:****Соболева Елена** – TSTA(p) – Санкт-Петербург**Лазаренко Елена** – PTSTA(p) – Санкт-Петербург**Кравцова Алевтина** – СТА(p) – Санкт-Петербург**Планы на 2021 год:**

1. **Круглый стол с Rozmari Napper**, Великобритания, TSTA(p,o,e) – 25 октября 2021 г.
2. **Круглый стол с Cathy McQuaid**, TSTA(p), UK, автор книги о работе с сиблингами, перенесшими утрату – 15 ноября 2021 г.
3. **Круглый стол с Викторией Двойнишниковой**, СТА(p); **Пиоровым Валерием; Вяземшевой Натальей** – Институт Психосоматических Исследований – Москва – «Драма, скрывающаяся в теле»
4. Круглый стол с **Alexandra Peotrovwska**, TSTA(p), UK – 6 декабря 2021 г.
5. Круглый стол – 13 декабря.2021 г. – **Встреча с новым Советом СОТА**
6. **Летняя Школа ТА в Анане** – август 2022 года, организатор Людмила Шёхолм, PTSTA(p), Санкт-Петербург-Хельсинки.

Пишите о науке и не только

Дорогие коллеги!

Мы рады приветствовать вас на страницах нашего журнала. И, конечно, будем с нетерпением ждать ваши статьи и материалы. Это могут быть как написанные вами научные статьи и проведенные исследования, так и реферативные материалы, с обязательными ссылками и соблюдением правил оформления научных статей.

Также вы можете написать эссе или наблюдения по вашему клиенту, предложить к обсуждению клиентский случай (с соблюдением этических норм). Мы будем ждать и ваши рассуждения на какие-то актуальные темы в сфере психологии, о проблемах профессионального ТА-сообщества в России, ваши соображения по спорным вопросам, рецензии на прочитанные статьи и книги в модальности ТА.

Все материалы необходимо подготовить по требованиям (они расположены на сайте - <https://ta-journal.ru/index.php/prez/about/submissions#authorGuidelines>) и выслать на адрес - if@ta-journal.ru. Все поступающие электронные тексты с научными статьями вначале попадают к главному редактору, и если они соответствуют тематике и политике журнала, а также требованиям оформления, то дальше направляется на двойное слепое рецензирование в Редакционный Совет. Публицистические материалы после главного редактора поступают в Редакционную Коллегию на правку и согласование. Мы обещаем, что в любом случае автор получает обратную связь из позиции Я – ОК, Ты – ОК. В дальнейшем мы планируем введение автоматизированной системы работы с материалами на базе OpenJournalSystem, где каждый автор сможет сам загружать свои статьи на удобную платформу.

Предлагаем вам поучаствовать в развитии ТА-сообщества не только в рамках нашего журнала, но и через сотрудничество с коллегами со всей России. Мы хотим создать пространство, где можно узнавать полезную информацию, делиться собственными исследованиями, вести диалог на профессиональные темы. И пусть таким местом станет этот журнал.

**С уважением и надеждой на сотрудничество,
редакция журнала
«Транзактивный анализ в России»**