
Глава 2

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ И КАТЕГОРИИ СЦЕНАРНО-РОЛЕВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

СЦЕНАРИЙ

В семье дети и собаки знают всё,
особенно то, о чем не говорят.

Франсуаза Дольто

Сценарно-ролевой анализ — это метод исследования сложной среды (сценария), в которой присутствует множество значимых, и к тому же влияющих друг на друга событий и людей, этот сценарий создавших.

Сценарий — это план жизни человека, который принят ребенком в детстве от своих родителей и значимых взрослых. Впоследствии уже сам взрослеющий человек накладывает на родительский сценарий собственное представление о своей жизни, внося в него новые роли и меняя ролевой функционал. При этом старые роли не исчезают, они перекрываются новыми, становясь малозаметными, но продолжают поддерживать старое амплуа человека.

Маркером сценария является его повторяемость, что проявляется в воспроизводимости однотипных ситуаций в жизни человека, в которых проявляются однотипные реакции и способы поведения и/или отношения к людям или событиям. На воспроизводимость событий в жизни человека влияет как его личная история, так и история других членов рода.

Для описания передачи информации из поколения в поколение Анн Аселин Шутценбергер в 1980 году ввела понятие «психогенеалогия». Данный термин раскрывает очень важную сторону рассматриваемого нами в сценарно-ролевой психотерапии вопроса о влиянии семьи на жизнь ее отдельного члена.

В контексте психогенеалогии мы опираемся на исследование психоистории семьи, на контекстный анализ процессов, происходящих и происходивших в семье и в историях ее отдельных членов, на данные нашего наблюдения и материалы, основанные на невербальной коммуникации, таких формах, как «язык тела, оговорки, ошибочные реакции или избегаемые действия, или когда пережитый нами опыт “выходит” через непроизвольные реакции тела» [Шутценбергер 2010: 7].

Все это помогает нам понять, в каких условиях формировался сценарий человека и какое амплуа он несет. Как говорил З. Фрейд: «Ни один смертный не способен хранить секрет. Если молчат его губы, говорят кончики пальцев; предательство сочтется из него сквозь каждую пору».

Здесь важно обозначить два понятия, выделенных А. А. Шутценбергер и имеющих отношение к нашей теме:

- интергенерационная передача — это информация, передаваемая между соседними поколениями: от отца к сыну;
- трансгенерационная передача — это информация, передаваемая от незнакомых предков, через несколько поколений. Данная информация тайная, скрытая, замалчиваемая, несформулированная и часто даже не подозревается.

Такая информация может быть как радостной, счастливой, но чаще всего это травма — то, что «непереваренным» переходит из поколения в поколение, как «горячий картофель, передаваемый из рук в руки», и остается внутри — «активное, болезненное, как колика» [Там же: 16].

Таким образом, сценарий, основанный на решениях, принятых в детстве, и на родительском программировании, может действовать в течение всей жизни человека, если не будет подвергнут психотерапии.

Родительский сценарий формирует ролевой репертуар, основанный на стереотипах поведения. Здесь под стереотипом мы понимаем *устойчивое, регулярно повторяющееся поведение социокультурной группы и принадлежащих к ней индивидов, которое зависит от функционирующей в этой группе ценностно-нормативной системы*. Стереотипы поведения делают роль узнаваемой в данной социальной группе и помогают человеку быстро ориентироваться в системе отношений с другими членами данного социума. Однако такой социум, в котором находится

наш клиент, далек от совершенства и часто требует от всех его членов безоговорочного подчинения и принятия выработанного стереотипа поведения. Стереотипное поведение — это не только результат функционала ролей, но и следствие возникающих в старом сценарии конформности и ригидности. Член такой социальной группы, оказавшись в новом социуме, рискует в нем быть непринятым и, более того, подвергнутым прессингу и отвергнутым.

Родительский сценарий включает в себя жестко заданную систему обязательств, необходимую для успешной адаптации в социуме. Сложность включения родительского сценария в социальную среду заключается в том, что стандарты поведения отца и матери, бабушки и дедушки, старших братьев и сестер не адаптированы или плохо адаптированы к условиям динамически меняющегося мира и часто не успевают за этими изменениями. Это происходит еще и потому, что они основаны на неформальных традициях, обычаях, мировоззренческих принципах и ценностях. На ролевое поведение в семье оказывают влияние религиозные верования и этнические особенности, не учитывать которые было бы признаком профессиональной «слепоты». Ребенок усваивает шаблоны поведения на примере своей семьи, которые в отдельных деталях, а иногда и коренным образом, могут отличаться от того, что принято в других семьях. Так, например, девушка, выросшая в семье, в которой говорят тихо и спокойно, выйдя замуж за парня из «шумной» семьи, будет считать, что он кричит на нее или даже не любит ее.

Учитывая тот факт, что мир быстро меняется и вектор этих изменений нам неведом, мы также признаём и то, что родители не могут подготовить своего ребенка ко всему, что может его ожидать в будущем. Родителям удобно воспитать ребенка, что называется, «по образу и подобию своему», что им кажется вполне правильным. Поэтому, принимая, что разные семьи формируют разные сценарии для своих детей, мы учитываем, что в конечном итоге это может и, скорее всего, вызовет сложности в будущем уже у взрослых людей. Когда «повзрослевшие дети» столкнутся с другими сценариями в своем окружении, это вызовет конфликт. Дело в том, что, общаясь с людьми, мы неосознанно ожидаем от них определенного ролевого поведения,

равно как и они от нас. Эти ожидания основаны на сформированных в процессе социализации представлениях, которые в социальной психологии называются экспектациями. Если экспектации не совпадают из-за различий культур, верований, этносов или семейного воспитания, то возникают сложности во взаимодействии между людьми.

Таким образом, исследование семьи как социума в рамках СРП показывает, что выработанный группой стереотип поведения является системой поведенческих навыков, передаваемых из поколения в поколение посредством сигнальной наследственности.

Собственный сценарий формируется и развивается самой личностью. В данном случае личный сценарий содержит такой репертуар ролей, каждая из которых состоит из соответствующих паттернов поведения. Под паттерном (англ. *pattern* от лат. *patronus* — модель, образец для подражания, шаблон, стиль, узор, выкройка) поведения мы понимаем *устойчивое комплексно-обусловленное повторение человеком собственного поведения или мышления для достижения определенных результатов.*

О каждом человеке, который достиг состояния единицы, ограниченной оболочкой и имеющей внешнее и внутреннее, можно сказать, что для этой индивидуальности существует внутренняя реальность, внутренний мир, который может быть богатым или бедным и находиться в состоянии мира или войны. Это помогает — но достаточно ли этого? [Винникот 2017]. Безусловно, нет.

Работая над созданием нового сценария, важно помнить, что любое представление клиента о том, что родительский сценарий необходимо изменить, может блокироваться, так как клиент считает, что психотерапевт покушается на Святое, т. е. на взаимоотношения с мамой, папой, Богом и др.

Проблема создания и присвоения нового сценария заключается еще и в том, что человеку, принимающему новую роль, проще освоить стереотипы поведения, так как эти нормы уже заложены в его «корневую» систему, т. е. являются выделенным «автоматизмом». В отличие от стереотипа, паттерн поведения в контексте СРП — это результат осознанного выбора человека, способного принимать на себя ответственность за свою жизнь.

Чтобы осуществить эффективный анализ сценария, психотерапевт должен иметь концептуальный план, построенный на глубоком анализе ролевого репертуара, направленного на понимание как функционала ролей и амплуа, так и авторов, адресата этих ролей и зрителей, для которых они «играются». И если содержание ролей позволяет понять особенности поведения, то источник ролей помогает выделить амплуа человека. Иными словами, мы должны понять, сам ли человек сформулировал и создал свои роли, или ему в этом «помогли», навязав свою волю. Очевидно, что во втором случае источником ролевого репертуара являются родители и/или значимые взрослые. Впоследствии сам человек корректирует этот репертуар, привнося в него свои роли и/или внося свои изменения под влиянием социальной среды и собственного представления о своем будущем. В любом случае «корневой» основой ролевого репертуара выступают представления родителей о том, «как надо жить», пока человек сам не внесет в жизнь свой набор ролей, «заправив» их новым амплуа, что позволит ему опираться на собственный сценарий.

РОЛИ

Весь мир — театр.
В нем женщины, мужчины — все актеры.
У них свои есть выходы, уходы,
И каждый не одну играет роль.

Уильям Шекспир

Роль на поведенческом уровне можно рассматривать как принятый человеком способ взаимодействия с природным и социокультурным миром.

Дж. Келли утверждал, что «человек — это форма движения». Иными словами, активность человека происходит внутри роли, определенной Дж. Келли, как «форма». Каждая роль человека создает привычный набор поведенческих паттернов, адаптированных под конкретную ситуацию внутри картины мира человека.

Изучение одной или даже пары ролей сильно упрощает действительное положение дел, снижая результат анализа.

В этом случае мы вырываем роль из общего сценария. Вряд ли даже гениальная игра Иннокентия Смоктуновского в роли Гамлета нам была бы понятна вне самого спектакля, так как роль вплетена непосредственно в сценарий и не может рассматриваться вне его.

Роли, ставшие привычными для человека, составляют его репертуар, т. е. тот привычный набор ролей, которые и определяют его жизненный сценарий. Репертуар ролей обеспечивает каждого человека его собственным сценарием, не только открывающим перед ним свободу, но и ограничивающим его действия.

Изменяя репертуар ролей, можно изменить сценарий жизни человека, перенастраивая его активность внутри каждой роли, направляя ее к конкретному результату. Роль как сценарная единица предписывает, что нужно делать человеку. Набор стереотипов или паттернов поведения предписывает, как это нужно делать.

Виды ролей

Когда речь идет о ролях, то обычно говорят о социальных и межличностных ролях. И если социальные роли основаны на представлениях родителей, связанных с их социальной средой, то межличностные — основаны на индивидуальных особенностях человека и раскрывают неформальную сторону его коммуникации с окружающими. На наш взгляд, это не покрывает всего ролевого репертуара, представленного в сценарно-ролевой психотерапии. Здесь важно выделить роли, которые направлены на взаимодействие с самим собой, и через эту взаимосвязь субъект контактирует с обществом. Эту группу ролей мы обозначили как личностную.

Таким образом, в сценарно-ролевом анализе мы выделили следующие роли:

1. Социальные — имеющие отношения к межличностным коммуникациям в обществе: папа, мама, дочь, сын, человек, личность, студент, школьник, друг и др. Их можно разделить на два подвида: *межличностные* (человек, личность, студент, школьник, друг) и *родственные* (папа, мама, дочь, сын).

2. Профессиональные — связанные с профессиональной деятельностью человека: специалист, профессионал, экономист, психолог, учитель и др.
3. Роли-хобби — связанные с увлечениями человека, но не относящиеся к его профессиональной деятельности: читатель, фотограф, поэт, писатель, художник и др.
4. Роли-характеристики — роли, описывающие какие-либо свойства или состояния личности: роскошь, шик, вредитель, танк, копилка и др.
5. Гендерные — роли, характеризующие половую принадлежность человека или связанные с ней: девушка, мужчина, любовница, возлюбленная, гомосексуалист и др.
6. Философско-религиозные — имеющие отношения к определенной религиозной конфессии или описывающие отношение человека к религии, а также его мировоззрение и философскую направленность: мусульманка, Раба Всевышнего, атеист, философ (если речь не идет о профессии), Творец, аскет и др.
7. Сказочные — роли, связанные с персонажами сказок, литературы, кино и мультфильмов: Раскольников, Красная Шапочка, Золушка, Аждаха, Гермес, Саппорт и др.
8. Экзотические — роли, которые нельзя отнести к другим видам, при этом они отличаются вычурностью и странностью: вершина, дно, бабочка, диоскуриды, космос, марсианин, сперматозоид и др.

Анализ ролевого репертуара позволяет выделить:

- Активные роли — это «живые» роли, которые клиент осознаёт как присутствующие в его жизни и активно используемые им. Для активных ролей характерными являются не только «зрители», но и «адресат» этой роли. Например, «адресатами» роли «Внук» будут бабушки и дедушки клиента.
- Пассивные роли — это «мертвые» роли, которые клиент осознаёт, но они не используются им, так как у них нет «адресата» или не могут быть использованы, поскольку не несут функциональной нагрузки. К первым мы относим такие роли, для которых «адресата» нет в живых. Например,

клиент указывает роль «Внук», тогда как у него нет в живых ни бабушек, ни дедушек. Ко вторым мы относим экзотические роли или роли-характеристики — например, «Вершина», «Марсианин», «Роскошь», «Шик».

При анализе ролевого репертуара важно обратить внимание клиента на пассивные роли и объяснить, что они хотя и не используются, но продолжают отнимать ресурсы человека, подобно зарядному устройству, вставленному в розетку, однако не подключенному к смартфону: вроде бы ничтожно мало, но в совокупности более чем заметно.

- «Чужие» роли — замещающие роли, т. е. делегированные одним из родителей, чтобы заместить отсутствующего родственника. Например, мама делегирует сыну (или дочери) роль отсутствующего отца. Таким образом, сын (или дочь) выполняют сразу две роли: сына и отца (дочери и отца) — со всеми ролевыми функциями. Есть примеры, и их достаточно много, делегирования роли умершего брата, дяди, дедушки (сестры, тети, бабушки). При этом детям часто присваивают их имена. Это приводит к тому, что ребенок проживает не только сценарий, навязанный родителями, но и чужой сценарий — сценарий того родственника, роль которого ему делегировали.

Как пишет А. А. Шутценбергер: «Можно с уверенностью утверждать, что в своей жизни мы менее свободны, чем полагаем. Однако мы можем отвоевать нашу свободу и избежать повторений, понимая происходящее, осознавая эти нити в их контексте и сложности. Таким образом мы сможем наконец прожить “свою” жизнь, а не жизнь наших родителей, или бабушек и дедушек, или, к примеру, скончавшегося брата, которого мы “заменяли”, порой даже не осознавая этого...» [Шутценбергер 2019: 13].

- Основные — это роли, которые человек «играет» постоянно или они имеют свою периодичность исполнения. Как правило, такая периодичность хорошо структурирована. Например, клиентка говорит, что она как «дочь» посещает маму два раза в неделю или звонит ей каждый день.
- Дополнительные — это роли, которые возникают время от времени и не имеют четкой последовательности

включения в жизнь человека. Они в большей степени случайны. К ним относятся роли: пассажир, попутчик, зритель в театре или кинотеатре и т. д. Иными словами, это роли «внеплановые», которые человек не учитывает в своей жизни и не опирается на них. При этом, если человек еженедельно (постоянно) посещает кинотеатр и смотрит фильмы или его работа связана с частыми перелетами, то роль зрителя или пассажира может стать основной. Однако в таком случае клиент пишет не «зритель», а «киноман», не «пассажир», а указывает свою профессию, которая связана с частыми перелетами. В любом случае при анализе ролевого репертуара психологу важно обратить внимание на каждую роль и ответить на вопросы: «С кем связана эта роль? Кто ее “автор”? Кто является “адресатом” этой роли? Кто является “зрителем”? Как часто человек играет эту роль?»

Все это поможет оценить важность каждой роли в жизни клиента, а также сколько и каких ресурсов она потребляет и какое количество «энергии» ему дает.

Использование ролей в обществе определяется законами развития общества, т. е. объективно необходимо. К ролевому поведению человека побуждает не собственная прихоть или корысть, а осознанная необходимость выполнять свои социальные функции и занимать определенное место в системе значимых межличностных отношений через понимание собственной ценности и значимости, основанной на глубоком знании своих способностей.

Ролевой функционал

Ролевой функционал подобен инструкции по использованию роли. Это своего рода «должностная инструкция» со всеми вытекающими из нее «правами и обязанностями». Внося в жизнь ребенка какую-то роль, ее автор (чаще всего это родители) формирует ее содержание, т. е. как «играть» эту роль. В ходе сценарно-ролевого анализа мы уделяем достаточное время для понимания, что заложено в каждую роль.

Символизация ролевого функционала дает клиенту возможность «узнать» автора, адресата и зрителей, а также понять, чего от него ждут. Однако наибольшее значение имеет перевод чувственного восприятия роли в рациональное осмысление. В ходе такой проработки клиент понимает эффективность ее включения в свой репертуар и результативность ее использования. Таким образом, клиент получает возможность отказаться от каких-то ролей, автором которых являются родители или другие значимые взрослые, а то и он сам.

Автор, адресат и зритель

Каждая роль человека имеет своих авторов, адресатов и зрителей.

Автор — это человек, который создал данную роль. Часто авторами большинства ролей являются посторонние люди, а не сам человек. Например, такие роли, как «Сын» или «Дочь», созданы родителями: мамой и папой. Причем у каждого свой заложенный в эту роль функционал и ожидания. Мама формирует ролевой функционал по-своему, а папа — по-своему. Соответственно, и послания к сыну и дочери могут и/или будут отличаться. Такие роли, как «Внук» и «Внучка», тоже формируются мамой и папой. Именно они, являясь авторами этих ролей, каждый по-своему и каждый для своих родителей формирует ролевой функционал: каким надо быть внуком или внучкой по отношению к своим родителям. Затем эти роли «дошлифовываются» бабушками и дедушками.

Даже профессиональные роли, такие как «Бухгалтер», «Психолог», «Юрист», «Врач», авторами имеют (или могут иметь) родителей или одного из них: «Я хочу, чтобы ты стала врачом» или «Ты поступишь на юридический факультет».

Более того, родители активно влияют и на такие роли, как «Подруга» и «Друг», подбирая своим чадам друзей и «помогая» сформировать удобный для себя функционал. Также автором ролей «Подруга» и «Друг» могут быть друзья, которые «подгоняют» функционал этой роли «под себя», тогда как сам человек будет уверен в том, что именно он является автором своей роли.

Адресат — это человек, по отношению к которому та или иная роль создана. Например, роли «Сын» и «Дочь» для родителей, а «Внук» и «Внучка» для бабушек и дедушек. Мало того что человеку создали эту роль и наполнили функционалом, так и за адресата авторы решили, какого именно «Внука», «Племянницу», «Брата» получит адресат. Адресат может и часто вносит коррекцию в функционал ролей, хотя не всегда является их автором. Взгляд на функционал роли автора и адресата может отличаться, что вносит неопределенность в процесс использования этой роли и создает проблему для субъекта.

Зритель — это человек или люди, которые своими «аплодисментами» подтверждают качество «игры». Так, например, роль «Бухгалтер» может быть создана кем-то из родителей, адресатом выступает руководитель, который оплачивает результаты этой роли, а в качестве «зрителя» могут выступать друзья или родственники, для которых «играется» эта роль, чтобы получить их признание.

АМПЛУА

Амплуа — это главная характеристика человека, сформировавшаяся под влиянием родителей, а чаще всего самими родителями. Это обычно происходит в возрасте до 5 лет. Амплуа «красной линией» проходит через все роли человека, внося в них ту особенность, которая узнается в каждой роли. Это своеобразная ролевая индивидуальность, индивидуальный стиль, «почерк» человека в его сценарии. Для простоты понимания мы можем использовать аналогию «амплуа как прозвище» — например, «Красотка», «Отличница», «Папина дочка», «Золушка», «Неудачница», «Тупица» и т. д.

Если роли показывают, *что* делает человек в рамках своего сценария, то амплуа показывает, *как* он это делает. Роли в сценарии выступают как формы реализации амплуа, тогда как амплуа является центральным ядром сценария человека. Амплуа становится привычным образом жизни человека, запечатленным в представлениях окружающих.

Если представить себе нарезанными огурец, помидор, болгарский перец, красный лук, листья салата, то это не что иное, как овощная нарезка. Стоит только соединить их при помощи какой-либо заправки, получится салат. Таким образом, именно заправка делает из набора различных ингредиентов готовое блюдо. Такую же функцию по отношению к ролям выполняет ампула, превращая их в готовый сценарий.

Очевидно, что если в рамках сценарно-ролевой психотерапии мы ставим цель прийти к человеку, воспринимающему мир не непосредственно, снимая слепки или отпечатки с действительности, а опосредованно, пытаясь реконструировать и адаптировать эту действительность, то в новом сценарии может присутствовать только ампула «Взрослый человек». Однако клиенты, не готовые «оторваться» от старого сценария, используют промежуточное ампула, которое находится между старым ампула из родительского сценария и «Взрослым человеком». Примерами таких промежуточных ампула часто выступают: «Свободный человек», «Роскошная женщина», «Успешный мужчина» и другие, что, по сути, является инфантильным представлением о взрослой жизни. Инфантильность связана с тем, что такой субъект готов лишь самостоятельно принимать решения и делать выбор, а ответственность за их результат оставляет за другими людьми, чаще за родителями или значимыми людьми (руководитель, муж/жена, подруга/друг и т. д.).