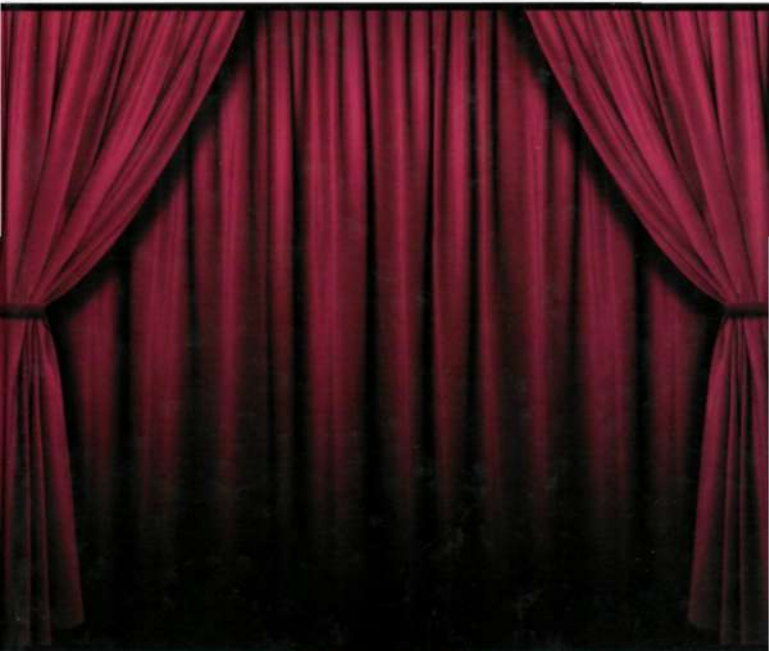


CLAUDE M. STEINER

SCENARIJAI, KURIAIS
GYVENA ŽMONĖS

TRANSAKCIŅĖ
GYVENIMO SCENARIJŲ ANALIZĖ



TURINYS

SCHEMŲ SĄRAŠAS.....	15
ANTROJO LEIDIMO PRATARMĖ.....	17
ĮVADAS IR PADĖKA.....	21
ĮŽANGA.....	25
<i>Pagrindinės transakcinės psichologijos prielaidos.....</i>	<i>25</i>
Žmonės yra sveiki	26
Bendravimas ir susitarimai	28
Pagydomumas	31
<i>Aš sveikas. Tu sveikas. Kokį žaidimą tu žaidi? Paliesk mane</i>	
<i>Cha Cha Cha.....</i>	<i>34</i>
<i>Ericas Berne'as</i>	<i>38</i>
<i>Scenarijai</i>	<i>42</i>
<i>Erico Berne'o scenarijus</i>	<i>43</i>
<i>Scenarijų analizė.....</i>	<i>52</i>
<i>Scenarijų analizės svarba psichiatrijoje</i>	<i>53</i>

1 DALIS

TRANSAKČINĖS ANALIZĖS TEORIJA..... 59

I skyrius. STRUKTŪRINĖ IR TRANSAKČINĖ ANALIZĖ	60
<i>Struktūrinė analizė</i>	<i>60</i>
Vaiko ego	61
Suaugusiojo ego	63
Tėvo ego	63
Galvoje skambantys balsai	64
Pralaidumas ir užteršimas	66
<i>Transakcinė analizė</i>	<i>69</i>
<i>Žaidimai ir atlygis</i>	<i>72</i>
Stimulo alkis	72
Struktūros alkis	74
Pozicijos alkis	74
Vaidmenys ir lygmenys	79

II skyrius STRUKTŪRINĖ ANTRINĖS SISTEMOS ANALIZĖ	81
<i>Eogramos</i>	87
2 DALIS	
SCENARIJŲ ANALIZĖ	89
III skyrius EDIPO KOMPLEKSO PERSVARSTYMAS	89
IV skyrius EGZISTENCINIAI VAIKŲ KEBLUMAI.....	95
<i>Burtininkai, žmogėdros ir prakeikimai</i>	95
<i>Draudimai</i>	101
<i>Atribucijos</i>	103
<i>Burtai</i>	106
<i>Geroji magija</i>	108
<i>Piktoji magija</i>	109
V skyrius. SPRENDIMAI	114
<i>Sprendimo priėmimo laikas</i>	114
<i>Sprendimo forma</i>	117
<i>Varlės, princai ir princesės</i>	119
VI skyrius. TRANSAKcinė SCENARIJŲ ANALIZĖ	123
<i>Trys pagrindiniai gyvenimo scenarijai</i>	124
Depresija, arba Scenarijus be meilės	125
Beprotybė, arba Scenarijus be proto	125
Priklausomybės, arba Scenarijus be džiaugsmo	126
<i>Diagnozė transakcinėje analizėje</i>	128
<i>Draudimai ir atribucijos</i>	135
<i>Priešingas scenarijus</i>	138
<i>Sprendimas</i>	145
<i>Somatinis komponentas</i>	147
VII skyrius. NUO TRAGIŠKŲJŲ IKI BANALIŲJŲ SCENARIJŲ	151
<i>Kontrolinis scenarijaus sąrašas</i>	156
<i>Ar kiekvienas turime scenarijų?</i>	161
VIII skyrius. PAGRINDINIAI MOKYMAI: MOKYMAS	
NEPATIRTI MEILĖS	163
<i>Pasakojimas apie pūkuotukus</i>	166
<i>Prisilietimų ekonomika</i>	170
<i>Prisilietimų ekonomikos taisyklės</i>	176
IX skyrius. PAGRINDINIAI MOKYMAI: MOKYMAS	
NETEKTI PROTO	181

<i>Supratimas</i>	181
<i>Nuvertinimas</i>	184
<i>Intuicijos nuvertinimas</i>	187
<i>Asmeninių emocijų nuvertinimas</i>	189
<i>Racionalumo nuvertinimas</i>	190
<i>Karalius (ar karalienė) be drabužių</i>	196
<i>Melas</i>	197
<i>Beprotybė</i>	202
<i>Paranoja</i>	204
X skyrius. PAGRINDINIAI MOKYMAI: MOKYMAS NEJAUSTI DŽIAUGSMO	210
<i>Džiausmą varžantys draudimai ir atribucijos</i>	215
XI skyrius. PAGALBA: BANALUSIS BEJĖGIŠKUMO SCENARIJUS	219
<i>Gelbėjimo žaidimas</i>	219
<i>Bejėgiškumas</i>	223
<i>Gelbėjimo trikampis tarp artimiausių šeimos narių</i>	225
<i>Trys vaidmenys</i>	227
Gelbėtojas	227
Persekiotojas	228
Auka	229
XII skyrius KONKURENCIJA: BANALUSIS NELYGYBĖS SCENARIJUS	232
<i>Individualizmas</i>	234
<i>Konkurencingumas</i>	235
<i>Nepriteklis</i>	236
<i>Galios žaidimai</i>	239
3 DALIS	
SANTYKIAI	241
XIII skyrius LYČIŲ VAIDMENYS (PAGAL HOGIE WYCKOFF)	241
<i>Struktūrinė lyčių vaidmenų analizė: vyrai</i>	242
<i>Struktūrinė lyčių vaidmenų analizė: moterys</i>	245
<i>Lyčių vaidmenys šeimoje</i>	246
<i>Lyčių vaidmenys tarpasmeniniuose santykiuose</i>	250
<i>Lyčių vaidmenų sąmokslas</i>	251
<i>Grumtynės su lyčių vaidmenimis</i>	252
XIV skyrius BANALIEJI MOTERŲ GYVENIMO SCENARIJAI (PAGAL HOGIE WYCKOFF)	255

<i>Motina maitintoja (arba Moteris šeimos užnugaryje)</i>	256
<i>Plastikinė moteris</i>	259
<i>Moteris už vyro nugaros</i>	261
<i>Vargšėlė mažytė „aš“</i>	264
<i>Bauginanti gražuolė</i>	266
<i>Slaugytoja</i>	269
<i>Nutukusi moteris</i>	271
<i>Mokytoja</i>	274
<i>Ragana atsiskyrėlė</i>	276
<i>Geležinė ledi</i>	279
<i>Bičių motinėlė</i>	281
XV skyrius BANALIEJI VYRŲ GYVENIMO SCENARIJAI	283
<i>Didysis tėtuisis</i>	284
<i>Vyras moters priekyje</i>	286
<i>Plevėsa</i>	287
<i>Raumenų kalnas</i>	289
<i>Intelektualas</i>	291
<i>Vyras, nekenčiantis moterų</i>	293
XVI skyrius SANTYKIAI GYVENIMO SCENARIJUOSE	295
<i>Tragiškieji ir banalieji santykiai</i>	296
<i>Trys meilės priešai</i>	298
Seksualumas	298
Gelbėjimo žaidimas tarpusavio santykiuose	299
XVII skyrius GALIOS ŽAIDIMAI	302
<i>Galia</i>	302
<i>Galios žaidimai</i>	306
Laipteliu aukštesniojo galios žaidimai	308
Laipteliu žemesniojo galios žaidimai	311
<i>Lemiama kova</i>	314
<i>Galios žaidimų analizė</i>	317
4 DALIS	
TERAPIJA	319
XVIII Skyrius MITAI APIE TERAPIJĄ	319
<i>Įvadas</i>	319
<i>Mitas apie individualiosios terapijos vertę</i>	320
<i>Mitas apie menką sveiko proto vertę</i>	323
<i>Mitas apie psichinius sutrikimus ir medicinos ryšys su terapija</i>	328

XIX skyrius KAIP IŠVENGTI GELBĖJIMO ŽAIDIMO.....	330
<i>Gelbėjimo trikampis terapijoje</i>	331
<i>Kaip liautis žaisti Gelbėjimo žaidimą</i>	333
XX skyrius KONTRAKTAI	341
<i>Abipusis sutikimas.....</i>	341
<i>Kompensacija.....</i>	348
<i>Kompetencija</i>	349
<i>Teisinis aspektas.....</i>	351
XXI skyrius SCENARIJŲ ANALIZĖS STRATEGIJOS	352
<i>Darbas</i>	353
Dalyvavimas žaidimuose	356
<i>Antitezė, arba Įsakymas.....</i>	357
Puolimas	358
<i>Linksmybės</i>	359
Kartuvių transakcija	360
<i>Leidimas.....</i>	361
<i>Apsauga.....</i>	365
<i>Potencialas</i>	369
<i>Neigiamų jausmų išliejimas</i>	375
XXII skyrius TRIJŲ PAGRINDINIŲ SCENARIJŲ TERAPIJA:	
DEPRESIJOS ĮVEIKIMAS	378
<i>Prisilietimų ekonomikos griovimas</i>	379
<i>Prisilietimų negailinčios bendruomenės kūrimas</i>	387
<i>Užduotys</i>	388
XXIII skyrius BEPROTYBĖS TERAPIJA	392
<i>Išaiškinimas.....</i>	392
<i>Nuvertinimo galios žaidimai</i>	394
<i>Paranojos išaiškinimas</i>	396
XXIV skyrius SCENARIJAUS BE DŽIAUGSMO TERAPIJA.....	402
<i>Kvėpavimas</i>	405
<i>Centravimas</i>	406
5 DALIS	
GERAS GYVENIMAS	411
XXV skyrius BENDRADARBIAVIMAS	411
<i>Bendradarbiavimo taisyklės.....</i>	412

<i>Du, trys ar daugiau</i>	420
XXVI skyrius SAVARANKIŠKŲ VAIKŲ AUGINIMAS.....	422
<i>Savarankiškų vaikų auginimas: dešimt taisyklių</i>	429
XXVII skyrius VYRŲ IR MOTERŲ IŠSILAISVINIMAS.....	432
<i>Lyčių vaidmenų priespauda</i>	436
<i>Vyrų pasitikėjimo ratas</i>	439
<i>Didieji vyrų prakeikimai: atsakomybė ir kaltė</i>	440
<i>Išlaisvinti santykiai ir gyvenimo būdas</i>	445
XXVIII skyrius KAS PO GYVENIMO SCENARIJŲ?	447
LITERATŪRA.....	448
RODYKLĖ	455

SCHEMŲ SĄRAŠAS

1A Papildanti transakcija	71
1B Kryžminė transakcija.....	71
1C Dvisluoksnė, arba užslėptoji, transakcija.....	71
2A Penkerių metų Merė	82
2B Trisdešimt penkerių metų Merė	82
3 Ego būsenos, jų pavadinimai ir funkcijos.....	86
4A Džeko egograma prieš ir po terapijos	88
4B Santykių egograma.....	88
5A Scenarijaus matrica	97
5B Scenarijus	97
6 Kaip užauginti gražią moterį	138
7A Scenarijaus matrica: jaunas vaikinai	140
7B Scenarijaus matrica: alkoholikė	140
8 Gelbėjimo trikampis	222
9 Vyras: vyriškosios lyties vaidmens sandara.....	243
10 Moteris: moteriškosios lyties vaidmens sandara.....	247
11A Moteris ir vyras: lyčių vaidmenų komunikacija	253
11B Vyras ir moteris: tapimas vienu.....	254
12 Išlaisvintas vyro ir moters bendravimas	335
13 Grupinė diskusija Radikaliosios psichiatrijos centre	353
14A Darbas	362
14B Antitezė, arba Įsakymas.....	362
14C Linksmybės	362
15A Leidimas	409
15B Apsauga	409